

【健康與體育】教學計畫

適用年級	一年級	教學者	一年級全體教師
教學內容	<p>【單元一 新生進行曲】</p> <p>活動一 安全上學去</p> <p>活動二 在校園玩遊戲</p> <p>活動三 放學平安回家</p> <p>【單元二 健康小達人】</p> <p>活動一 我的身體</p> <p>活動二 身體清潔嚕啦啦</p> <p>活動三 我會上廁所</p> <p>【單元三 我長大了】</p> <p>活動一 喜歡自己做</p> <p>活動二 我會交朋友</p> <p>活動三 我能分辨心情</p> <p>活動四 說出自己的感受</p> <p>【單元四 活力加油站】</p> <p>活動一 早餐真重要</p> <p>活動二 早餐點點名</p> <p>活動三 選擇食物有原則</p> <p>【單元五 校園生活健康多】</p> <p>活動一 身體不舒服或受傷時</p> <p>活動二 健康中心寶物多</p> <p>活動三 健康守護神</p> <p>活動四 再檢查一次</p> <p>【單元六 小小探險家】</p> <p>活動一 運動場地大調查</p> <p>活動二 安全停看聽</p> <p>活動三 安全玩遊戲</p> <p>活動四 我是攀爬王</p> <p>【單元七 來玩呼拉圈】</p> <p>活動一 呼拉圈真好玩</p> <p>活動二 一起來合作</p>		

教 學 內 容	<p>【單元八 快樂動起來】</p> <p>活動一 快樂動一動 活動二 我和你打招呼 活動三 快樂表演會 活動四 快樂唱跳 活動五 大家一起玩遊戲</p> <p>【單元九 快樂走跑跳】</p> <p>活動一 運動安全有一套 活動二 走走跑跑 活動三 走跑模仿秀 活動四 蹦蹦跳跳</p> <p>【單元十 和球做朋友】</p> <p>活動一 地上繞球 活動二 夾球真好玩 活動三 球球跳一跳 活動四 地上滾接 活動五 玩球小高手</p>
課 程 目 標	<ol style="list-style-type: none"> 具備正確的健康認知、正向的健康態度。 於不同生活情境中，運用基礎的健康技能和生活技能。 於日常生活之中落實健康行為，建立健康生活型態。 提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。 規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。 具備應用體育運動相關科技、資訊的基本能力。 藉由體育活動的參與，培養運動道德規範與公民意識。 發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。
評 量 方 式	<ol style="list-style-type: none"> 上課學習態度，和同學合作精神。 體育各項活動技能、律動表現。 上課是否穿著運動服、運動鞋。
家長配合事項	<ol style="list-style-type: none"> 請家長叮嚀孩子穿著運動服、運動鞋上體育課。 孩子若有身體不適，請事先告知老師，以維護學生健康與安全。 請提醒孩子攜帶飲用水、手帕。 多利用假日從事親子活動，增強體適能。