

臺北市信義區博愛國民小學 115 學年度第一學期領域學習課程計畫

領域別	健康	節數	(一) 年級上學期，共 20 節	師資	(一) 年級教學團隊
課程架構圖	<pre> graph LR A[健體 1 上] --- B[單元一 健康又安全] A --- C[單元二 小心！危險] A --- D[單元三 健康超能力] B --- B1[第 1 課 校園好健康] B --- B2[第 2 課 危險！不能那樣玩] B --- B3[第 3 課 就要這樣玩] C --- C1[第 1 課 上下學安全行] C --- C2[第 2 課 保護自己] D --- D1[第 1 課 乾淨的我] D --- D2[第 2 課 飲食好習慣] D --- D3[第 3 課 好好愛身體] </pre>				

課程目標	1. 辨識危險的遊戲場環境與器材設施，知道遊戲環境安全的重要性。 2. 知道如何拒絕不安全的身體碰觸。 3. 保持整潔與衛生，維持身體健康。 4. 模仿大樹和飄浮的感覺。
評量方式	紙筆測驗及表單 實作評量 檔案評量

上學期 教學進度	單元名稱 ※若為跨領域 課程請在單元 或主題標註星 號	教學重點	議題融入具體內涵 ※若為[環境教育、全民國防、家庭教育、性平教育、永續海洋、安全教育(尤其是交通安全)、生命教育、品德教育、戶外教育、高年級AED、低年級運算思維]等議題項目，請以不同顏色標示。	節數
第 1~7 週	單元一 健康又安全	第一課 校園好健康 第二課 危險！不能那樣玩 第三課 就要這樣玩	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	7
第 8~14 週	單元二 小心！危險	第一課 上下學安全行 第二課 保護自己	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 【安全教育】	7

上學期 教學進度	單元名稱 ※若為跨領域 課程請在單元 或主題標註星 號	教學重點	議題融入具體內涵 ※若為[環境教育、全民國防、家庭教育、性平教育、永續海洋、安全教育(尤其是交通安全)、生命教育、品德教育、戶外教育、高年級AED、低年級運算思維]等議題項目，請以不同顏色標示。	節數
			安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第 16~21 週	單元三 健康超能力	第一課 乾淨的我 第二課 飲食好習慣 第三課 好好愛身體	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 【家庭教育】 家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。	6

臺北市信義區博愛國民小學 115 學年度第二學期領域學習課程計畫

領域別	健康	節數	(一)年級下學期，共 20 節	師資	(一)年級教學團隊
課程架構圖	<pre> graph LR A[健體 1 下] --- B[單元一 保護身體好健康] A --- C[單元二 健康飲食聰明吃] A --- D[單元三 健康防護罩] B --- E[第 1 課 身體好貼心 第 2 課 五個好幫手] C --- F[第 1 課 飲食紅綠燈 第 2 課 健康飲食我決定 第 3 課 健康食物感恩吃] D --- G[第 1 課 身體不舒服 第 2 課 遠離疾病有法寶 第 3 課 健康好心情] </pre>				

課程目標	1. 認識身體各部位，保護眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴和皮膚。 2. 選擇健康食物，學會珍惜食物。 3. 知道生病時要注意的事，了解自己和別人的心情並能調適心情。 4. 用紙鏢練習進攻與防守。 5. 發揮創意模仿各種動物。
評量方式	紙筆測驗及表單 實作評量 檔案評量

下學期 教學進度	單元名稱 ※若為跨領域課程請在單元或主題標註星號	教學重點	議題融入具體內涵 ※若為[環境教育、全民國防、家庭教育、性平教育、永續海洋、安全教育(尤其是交通安全)、生命教育、品德教育、戶外教育、高年級 AED、低年級運算思維]等議題項目，請以不同顏色標示。	節數
第 1~7 週	單元一 保護身體好健康	第 1 課 身體好貼心 第 2 課 五個好幫手	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。	7
第 8~14 週	單元二 健康飲食聰明吃	第 1 課 飲食紅綠燈 第 2 課 健康飲食我決定 第 3 課 健康食物感恩吃	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 【品德教育】 品 EJU7 欣賞感恩。	7
第 15~21 週	單元三 健康防護罩	第 1 課 身體不舒服 第 2 課 遠離疾病有法寶 第 3 課 健康好心情	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 【生命教育】 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。	6