臺北市內湖區明湖國民小學106學年度第一學期

【一】年級【健體】領域【健康】課程教學計畫

1. 編寫者：一年級健康老師
2. 課程目標：
   1. 能分辨行為對別人的接受度，以增進團隊的互動關係與行為
   2. 能利用言語描述自己或同學特色
   3. 能分辨日常生活情境的安全與不安全
   4. 能知道安全的遊戲場地可以保護自己的安全
   5. 能學習正確的行為，才能玩得愉快又安全
   6. 能正確操作及安全的使用校園內遊戲器材
   7. 能依照不同的場合穿著適當的服裝
   8. 能知道上廁所時應注意的禮貌
   9. 能知道常洗手保持雙手乾淨的重要性
   10. 能知道正確洗手的方法和步驟
   11. 能分辨生病和健康的徵狀
   12. 能了解染患傳染疾病時，應在家休息
   13. 能知道早餐的重要及分辨哪些食物不適合當早餐吃
3. 教材內容（來源）：

南一出版社健康與體育第一冊

1. 教學計畫：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 主題 | 教學活動 | 學習目標 | 教學資源 | 節數 | 評量方式 |
| 小一新生活 | 1.我上一年級了 | 1.透過上學前和家人擁抱，牢記家人的叮嚀和期許，透過家人情感的交流，讓學童了解如何當一個好孩子，並自願表現良好。  2.能自我介紹並認識新同學的特質  3.能分辨或列舉不同行為別人的接受度  4.能與家人分享學校生活中與同學師長的互動  5.能了解並認同團體規範的重要性 | 南一數位教學館  教學輔助DVD(我是小小新鮮人) | 3 | 觀察檢核  態度評量  活動參與  口語發表 |
| 2.歡喜上學去 | 1.能發現並比較上下學途中安全與不安全的情境  2.能選擇遊戲場地並從事各項活動  3.能分辨教室裡的好行為 | 南一數位教學館 | 3 | 觀察檢核  態度評量  活動參與  口語發表 |
| 3.快樂玩遊戲 | 1.能認識校園內各項遊戲器材與場地及正確的使用方法  2.能分辨安全與不安全的遊戲行為  3.能遵守遊戲規則，進行團體活動，保護自己與他人安全 | 南一數位教學館 | 3 | 觀察檢核  態度評量  活動參與  口語發表 |
| 健康寶貝 | 1.整潔寶寶 | 1.能依照不同的場合穿著適當的服裝  2.能知道上廁所應注意的禮貌及正確使用廁所的方法  3.能知道正確洗手的方法和步驟  4.培養良好的衛生習慣 | 南一數位教學館 | 4 | 觀察檢核  態度評量  活動參與  口語發表 |
| 2.生病怎麼辦 | 1.能了解生病者和健康者外在表徵的不同  2.能知道身體不舒服的適當處理方法  3.認識水痘保健  4.知道生病時要看醫生請醫生診斷病情  5.能使用正確的方法促進身體健康遠離疾病 | 南一數位教學館 | 4 | 觀察檢核  態度評量  活動參與  口語發表 |
| 3.活力的來源 | 1.能說出食物的顏色和味道會引起想吃的動機  2.能知道吃早餐的重要  3.能養成吃早餐的習慣  4.能知道並做到良好的飲食習慣 | 南一數位教學館 | 3 | 觀察檢核  態度評量  活動參與  口語發表 |

五、評量項目：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 評量項目 | 表現優異 | 表現良好 | 已經做到 | 繼續加油 | 仍需努力 |
| 1.能友愛同學及感恩家人 |  |  |  |  |  |
| 2.能在安全的遊戲場所活動 |  |  |  |  |  |
| 3.能正確的洗手及使用廁所 |  |  |  |  |  |
| 4.能知道身體不舒服時的適當處理方法 |  |  |  |  |  |

六、評量方式及成績計算：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 期中 | | 期末 | |
| 評量方式 | 1.觀察(活動參與)評量  2.口頭發表評量  3.自我評量  4.實作評量 | 50% | 1.觀察(活動參與)評量  2.口頭發表評量  3.自我評量  4.實作評量 | 50% |
| 佔總成績之比例 | **50%** | | **50%** | |