|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 高雄市內門區金竹國小105學年度 | | | | | | | | |
| 一年級下學期健康與體育領域\_課程計畫 | | | | | | | | |
| 教材來源 | | 健康與體育 ( 南一版)第2冊 | |  | 教學節數： | 每週2節/共36節 | | |
| 設 計 者 | | 一年級教學團隊 | |  | 教 學 者 | 一年級教學團隊 | | |
| 學期學習目標 | | 1.能清楚自己牙齒的狀況，並了解牙齒的功能及重要性。2.能了解餐後及睡前是刷牙的最好時機。3.能了解刷牙是愛護牙齒的行為。4.能做到正確的牙刷握法。5.能做到正確的刷牙方法。6.認識牙刷會有刷毛分岔、發臭，甚至長霉菌的現象，將有礙衛生，影響健康。7.有能力判斷自己的牙刷有無刷毛分岔、發臭及長黴菌。8.知道如何挑選適合自己使用的牙刷。9.能認識牙醫師的專業功能，並了解自己牙齒的狀況。10.能了解牙齒的重要及愛護牙齒的行為。11.能養成護牙的好習慣。12.願意嘗試並攝取多樣化的食物。13.能分辨「怎樣吃才健康」的飲食行為。14.能認識六大類基本食物。15.能養成「不偏食」的均衡飲食習慣。16.了解良好的餐桌禮儀。17.養成正確的飲食習慣。18.能做出簡單的拋接動作。19.能說出拋接的動作要領。20.能迅速移位並接住落下的球。21.能做出簡單的急停動作。22.能做出聽覺與肢體動作協調的動作。23.能創造出全身各種肢體動作。24.能快速模仿學童的動作。25.能做出不同預備動作的起身站立。26.能說出不同起身站立姿勢的差異與動作要領。27.能做出不同方向的移位動作。28.能說出不同方向的移位動作要領。29.認識結膜炎的症狀和傳染方式。30.當染患眼疾時應立即到眼科就診。31.了解如何預防結膜炎的傳染。32.知道不可與他人共用藥物，以免引發感染。33.養成良好的衛生習慣，以維護健康。34.了解結膜炎的傳染途徑。35.知道當班級中有人感染結膜炎時，該做何種措施以防範傳染。36.能觀察並描述校園中的危險角落。37.能說明在危險角落可能發生的情形，並採取安全的行動。38.能提高警覺確認具威脅性的行為。39.能了解面臨危險和緊急狀況時的處理方式。40.能了解流鼻血的緊急處理方式。41.能靈活操作身體，完成肌力訓練。42.能在遊戲中，表現出對肢體的控制能力。43.能利用肢體學習動物行走的動作。44.培養觀察及動作模仿的能力。45.利用活動訓練肢體的開展並快樂參與遊戲及運動。46.能完成原地雙腳跳的動作。47.能創意模仿各種動物跳躍的動作。48.能在移動過程中做出單、雙腳跳混合式的連續跳躍動作。49.完成各種身體與球的結合動作。50.透過活動培養基礎的球感。51.能配合教師哨音、口令、音樂完成不同拍球動作。52.能和他人合作完成拍球活動。53.能利用不同姿勢及單手、雙手進行拍球動作。54.能利用身體不同部位進行拍球動作。55.能利用呼拉圈做各種身體的伸展活動，並能簡單運用身體操作呼拉圈。56.能熟練滾動呼拉圈的動作技巧。57.能利用呼拉圈，與同學完成遊戲指定的動作。58.能利用呼拉圈，與同學完成遊戲。59.能與同學合作培養默契，完成動作。60.在遊戲情境中，認識並發現自己的特色，進而喜歡自己。61.察覺每個人的異同。62.能坦承、互相幫助、友愛同學，以促進人際關係。63.能在遊戲活動中與他人和睦相處。64.能分辨或列舉平時與家人一起參與的遊戲或活動。65.能和善的和家人溝通，並說出學校生活中與同學和師長的互動。 | | | | | | |
| 融入重大議題之能力指標 | | 【家政教育】3-1-2察覺自己的生活禮儀與習慣。1-1-1察覺食物與健康的關係1-1-2察覺飲食衛生的重要性4-1-1認識家庭的組成分子與稱謂。【人權教育】1-1-3討論、分享生活中的不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。1-1-2 瞭解、遵守團體的規則，並實踐民主法治的精神。【性別平等教育】2-1-3 表達自己的意見和感受，不受性別的限制。1-1-2 尊重不同性別者的特質。2-1-2 學習與不同性別者平等互動。【生涯發展教育】1-1-2認識自己的長處及優點。 | | | | | | |
| 週次 | 日期 | 能 力 指 標 | 單元名稱 | 節數 | 教育工作項目 | 節數 | 評量方式 | 備註(重大議題) |
| 1 | 2017/2/12~2017/2/18 | 1-1-4養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 | 一、健康小精靈1.美齒寶寶 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 2 | 2017/2/19~2017/2/25 | 7-1-1了解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。7-1-2描述人們獲得健康資訊、選擇健康服務及產品之過程，並能辨認其正確性及有效性。 | 一、健康小精靈1.美齒寶寶 | 2 | AG:性侵害防治教育(1) BA:飲食教育(1) AH:性別平等教育(1) | 2 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 3 | 2017/2/26~2017/3/4 | 1-1-4養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 | 一、健康小精靈1.美齒寶寶 | 1 | AG:性侵害防治教育(1) BA:飲食教育(1) AH:性別平等教育(1) | 1 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 4 | 2017/3/5~2017/3/11 | 2-1-1體會食物在生理及心理需求上的重要性。2-1-3培養良好的飲食習慣。 | 一、健康小精靈2.飲食好習慣 | 2 | BA:飲食教育(1) | 1 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 5 | 2017/3/12~2017/3/18 | 2-1-3培養良好的飲食習慣。 | 一、健康小精靈2.飲食好習慣 | 2 | SC:學校本位課程-在地產物行銷金竹(1) | 1 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 6 | 2017/3/19~2017/3/25 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 一、健康小精靈3.看誰反應快 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 7 | 2017/3/26~2017/4/1 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 一、健康小精靈3.看誰反應快 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 8 | 2017/4/2~2017/4/8 | 1-1-4養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。7-1-1了解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。 | 一、健康小精靈4.認識結膜炎 |  | AZ:愛滋病、結核病防治教育(2) | 2 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 9 | 2017/4/9~2017/4/15 | 5-1-1分辨日常生活情境的安全性。5-1-3思考並演練處理危險和緊急情況的方法。 | 二、安全活力GO5.危機總動員 | 2 | AH:性別平等教育(1) | 1 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 10 | 2017/4/16~2017/4/22 | 5-1-3思考並演練處理危險和緊急情況的方法。 | 二、安全活力GO5.危機總動員 | 2 | AL:登革熱防治(1) | 1 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 11 | 2017/4/23~2017/4/29 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 二、安全活力GO6.我有好身手 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 12 | 2017/4/30~2017/5/6 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。3-1-4表現聯合性的基本運動能力。 | 二、安全活力GO6.我有好身手 | 2 | CH:游泳教學(含水域安全宣導)(2) | 2 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 13 | 2017/5/7~2017/5/13 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 二、安全活力GO7.跳躍大進擊 | 2 | CH:游泳教學(含水域安全宣導)(2) | 2 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 14 | 2017/5/14~2017/5/20 | 3-1-4表現聯合性的基本運動能力。 | 二、安全活力GO7.跳躍大進擊 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 15 | 2017/5/21~2017/5/27 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 三、遊戲真有趣8.快樂動起來 | 2 | SD:學校本位課程-竹材料理廚藝傳香(1) | 1 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 16 | 2017/5/28~2017/6/3 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 三、遊戲真有趣8.快樂動起來 | 1 | AJ:防災教育(1) | 1 | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 17 | 2017/6/4~2017/6/10 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 三、遊戲真有趣9.來玩呼拉圈 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 18 | 2017/6/11~2017/6/17 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 三、遊戲真有趣9.來玩呼拉圈 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 19 | 2017/6/18~2017/6/24 | 6-1-1描述自己的特色，並接受自己與他人之不同。6-1-3展示能增進人際關係、團隊表現及社區意識的行為。 | 三、遊戲真有趣10.歡喜做朋友 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
| 20 | 2017/6/25~2017/7/1 | 6-1-2學習如何與家人和睦相處。 | 三、遊戲真有趣10.歡喜做朋友 | 2 |  |  | 觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量 | 【家政教育】3-1-2 |
|  | 本學期上課總節數: |  |  | 36 |  | 15 |  |  |
| 備註： |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 一、本(下)學期上課總日數96天。 | | | | | | | | |
| 二、106/2/28(二)和平紀念日放假、106/4/3(一)兒童節放假、106/4/4(二)清明節放假、106/5/30(二)端午節放假一天，共放假4天。 | | | | | | | | |