108學年度第二學期一年級健康與體育課程(健康)

1. 教學目標：
   1. 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。
   2. 認識並能分辨有益健康的飲食，養成良好的飲食習慣。
   3. 認識疾病，習得正確用藥觀念，養成良好的生活習慣。
   4. 能在生活中運用自我覺察技能，適當表達情緒。
2. 課程內容：版本─康軒，以教材內容為主。

|  |  |
| --- | --- |
| 單元一 | 保護身體好健康 |
| 單元二 | 健康飲食聰明吃 |
| 單元三 | 健康防護罩 |

1. 評分標準：課堂表現60%、學習單20%、小組競賽20%。
2. 聯絡方式：有任何問題可寫聯絡簿聯繫。