

臺北市文山區木柵國小 103 學年度第 2 學期 一年級 健康課程教學計劃

科目名稱	健康領域	授課老師	劉虹慧
主要教材	國小 1 下健康與體育教材 (康軒版)	每週授課時數	1 節
教學目標	1. 培養學生對健康的興趣與知識 2. 養成學生健康的習慣與態度 3. 增進學生對自我和環境的基本認識與尊重		
教學內容	1. 康軒版國小 1 下健康與體育教材 2. 相關網路影音教材		
週次	日期	課程內容	
二 ~ 三	02/24— 03/06	第一單元 健康加油站	1-1 健康食物選拔會 1-2 飲食停看聽 1-3 胖瘦變變變 1-4 適當的體重與運動
四 ~ 十三	03/09— 05/15	第三單元 我有妙招	3-1 安全地圖 3-2 碰觸的感覺 3-3 保護自己 3-4 安全守則
十四 ~ 十七	05/18— 06/12	第四單元 健康好心情	4-1 為什麼會生病 4-2 我會照顧自己 4-3 生病了怎麼辦 4-4 心情觀測站 4-5 心情記事本 4-6 心情溫度計
十八 ~ 二十	06/15— 06/30	第五單元 發現新草原	5-1 走向綠草地 5-2 草原上的小玩家 5-3 草原歡樂派
評量 方式	1. 學習態度 (對師長和同學的基本禮儀、上課攜帶課本和學用品) 40% 2. 課堂參與 20% 3. 平時作業 (學習單) 20% 4. 紙筆評量 (期末考) 20% 評量方式將依實際教學進度與內容作適度調整。		
1. 提醒孩子上課務必攜帶課本。 2. 請督促孩子確實養成良好的生活習慣。因為健康課程的目的不在學業成績，而是在生活中確實實行。			

