

台東縣寧埔國民小學一〇七學年度第一學期
(一) 年級 (健康與體育) 課程計畫

教材來源	康軒版 (第一冊)	教學節數：每週 (2) 節 學期共 (42) 節			
設計者	一年級團隊	教學者	一年級團隊		
學期學習目標	1.強調兒童對健康中心的認識以及相關遊戲規範的建立,學習正確使用遊戲設備的方法。 2.培養兒童具備正確的運動觀念,藉由簡單的全身性運動,讓肢體獲得更完善的發展。 3.引導兒童體會感官的重要性,並認識身體各部位的名稱,透過身體活動來學習身體操作的基本能力。 4.建立兒童正確生活習慣的觀念,並奠定良好的生活習慣。 5.從事模仿、探索等身體活動,強化自我身體控制的能力。				
融入重大議題之能力指標	【人權教育】 1-1-1 舉例說明自己所享有的權利,並知道人權是與生俱有的。 1-1-2 瞭解、遵守團體的規則,並實踐民主法治的精神。 1-1-3 討論分享生活中不公平、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。 【生涯發展教育】 1-1-2 發現自己的長處及優點。 【性別平等教育】 2-1-4 認識自己的身體隱私。				
週次日期	能力指標	單元名稱	節數	評量方式	備註
第一週 2018/8/26 ~ 2018/9/1	5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。 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,並能辨認其正確性與有效性。	單元一 健康又快樂 第1課 認識健康中心 第2課 安全的遊戲場所	2	1.口試 2.鑑賞 3.學生自評	
第二週 2018/9/2 ~ 2018/9/8	5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 6-1-5 瞭解並認同團體規範,從中體會並學習快樂的生活態度。	單元一 健康又快樂 第3課 遊戲天地	2	1.口試 2.學生自評	【人權教育】 1-1-2 1-1-3
第三週 2018/9/9 ~ 2018/9/15	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-2 表現使用運動設備的能力。 4-1-4 認識並使用遊戲器材與場地。	單元一 健康又快樂 第4課 快來玩遊戲 第5課 平衡小精靈	2	1.實作 2.口試	【人權教育】 1-1-2 1-1-3
第四週 2018/9/16 ~ 2018/9/22	3-1-2 表現使用運動設備的能力。	單元一 健康又快樂 第6課 動物模仿秀	2	1.報告 2.實作	
第五週 2018/9/23 ~ 2018/9/29	3-1-2 表現使用運動設備的能力。	單元一 健康又快樂 第7課 我有好身手	2	1.實踐 2.口試 3.實作	【生涯發展教育】 1-1-2
第六週 2018/9/30 ~ 2018/10/6	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。 4-1-1 藉語言或動作,來表達參與身體活動的感覺。	單元二 追跑搖滾樂 第1課 健康動一動 第2課 你追我跑體力好	2	1.實踐 2.口試 3.實作	【生涯發展教育】 1-1-2
第七週 2018/10/7 ~ 2018/10/13	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。	單元二 追跑搖滾樂 第2課 你追我跑體力好 第3課 搖滾呼拉圈	2	1.實作	【生涯發展教育】 1-1-2
第八週 2018/10/14 ~ 2018/10/20	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。	單元二 追跑搖滾樂 第3課 搖滾呼拉圈	2	1.實作	【生涯發展教育】 1-1-2

第九週 2018/10/21 ~ 2018/10/27	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活。	單元三 身體會說話 第 1 課 五個好幫手	2	1.口試	
第十週 2018/10/28 ~ 2018/11/3	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活。	單元三 身體會說話 第 2 課 好好愛我 第 3 課 身體總動員	2	1.口試 2.學生自評	
第十一週 2018/11/4 ~ 2018/11/10	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。	單元三 身體會說話 第 4 課 請你跟我這樣做 第 5 課 身體碰碰樂	2	1.口試 2.實作 3.報告	【生涯發展教育】 1-1-2
第十二週 2018/11/11 ~ 2018/11/17	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	單元三 身體會說話 第 5 課 身體碰碰樂	2	1.實作 2.報告	
第十三週 2018/11/18 ~ 2018/11/24	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 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。	單元三 身體會說話 第 6 課 影子特攻隊 單元四 健康每一天 第 1 課 一天的開始	2	1.同儕互評 2.實作	【生涯發展教育】 1-1-2
第十四週 2018/11/25 ~ 2018/12/1	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 2-1-3 培養良好的飲食習慣。	單元四 健康每一天 第 2 課 小行動大健康	2	1.學生自評	
第十五週 2018/12/2 ~ 2018/12/8	2-1-3 培養良好的飲食習慣。 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。	單元四 健康每一天 第 3 課 吃飯的時候	2	1.學生自評	【生涯發展教育】 1-1-1
第十六週 2018/12/9 ~ 2018/12/15	2-1-3 培養良好的飲食習慣。	單元四 健康每一天 第 4 課 飯後好習慣	2	1.學生自評	
第十七週 2018/12/16 ~ 2018/12/22	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，學習尊重身體的自主權與隱私權。	單元四 健康每一天 第 5 課 天天排便好健康	2	1.口試	【性別平等教育】 2-1-4 【人權教育】 1-1-1 1-1-3
第十八週 2018/12/23 ~ 2018/12/29	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。	單元四 健康每一天 第 6 課 好好愛身體	2	1.學生自評 2.同儕互評	
第十九週 2018/12/30~ 2019/1/5	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	單元四 健康每一天 第 7 課 天天都健康 單元五 身體新風情 第 1 課 抓一把風來玩	2	1.學生自評 2.實作 3.報告	
第二十週 2019/1/6 ~ 2019/1/12	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。 4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。 4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，瞭解本土文化。	單元五 身體新風情 第 2 課 風車繞圈轉 第 3 課 風和草對話 第 4 課 冬季新風情	2	1.實作 2.表演	
第二十一週 2019/1/13 ~ 2019/1/19	總複習	總複習	2		

說明：

1. 「教材來源」：康軒(第一冊)。

2. 「備註欄」配合各單元名稱，列出可融入教學之重大議題「能力指標序號」。