

# 臺北市中山區大佳國民小學 108 學年度第二學期一年級健康教學計畫

教學者:楊惠甄

教學目標	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 藉著感受情緒與表達情緒，讓兒童逐步認識並接納自己的情緒，學習克制衝動及合宜表達情緒的方法。</li><li>2. 簡單介紹霸凌的類型，讓學生從霸凌事件的認識與討論中，學習受到霸凌時的處理方式，及不可以因為任何原因霸凌他人。</li><li>3. 讓兒童分辨舒服與不舒服的身體碰觸，認識自己的身體隱私部位及身體自主權，建立「做自己身體的主人」的觀念，進而培養保護自己和處理危機的能力。</li><li>4. 透過對學校活動或家務工作的檢視，讓兒童了解善盡責任參與活動，根據興趣和能力來分配工作才是合理的及兩性在生活上應該互相包容尊重、和諧共處。</li><li>5. 發表生病時的感受和處理方法，讓兒童了解如何和醫師、護士或藥師等健康照護者配合，幫助自己早日恢復健康。</li><li>6. 引導兒童認識藥袋說明並遵照使用方法按時用藥，培養正確用藥的觀念。</li><li>7. 引導兒童認識疾病的傳染途徑和預防方法，了解「預防重於治療」的道理，知道增強抵抗力可以促進健康、預防疾病，進而落實良好的生活習慣，讓自己更健康。</li></ol>
教學內容	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 第一單元心情追追追:情緒調色盤、情緒處理機。</li><li>2. 第二單元男女齊步走:做身體的主人、超級比一比。</li><li>3. 第三單元疾病小百科:生病了怎麼辦、用藥停看聽、疾病知多少。</li><li>4. 融入健康促進口腔保健相關內容。</li></ol>
教學方法	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 透過活動、影音、實作來學習正確的健康知識、態度和習慣。</li><li>2. 討論近期生活健康相關時事內容。</li></ol>
教學要求	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 專心聽講。</li><li>2. 能把上課所學應用於日常生活中，建立良好健康衛生習慣。</li></ol>
教學評量	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 形成性評量 100%:含學習單、上課回答問題等學習表現及態度。</li></ol>
老師聯絡方式	25035816 分機 623