

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	四年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節		
課程目標	1.認識營養素及其食物來源和功能。 2.了解如何選購健康又安全的食物。 3.了解吸菸、飲酒、嚼檳榔對健康的危害並拒絕接觸。 4.認識灼燙傷，演練灼燙傷的急救處理方法。 5.檢查防火措施，演練火災避難與逃生技巧。						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A1 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。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 8/30-8/31	第一單元食在有營養 第一課營養要均衡	1	1.覺察營養不均衡的原因。 2.注意營養不均衡可能造成的健康問題。	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。	實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第二週 9/01-9/07	第一單元食在有營養 第一課營養要均衡	1	1.願意改善個人營養不均衡的問題。 2.運用生活技能「解決問題」，改善營養不均	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 注意健康問題	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。	實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			衡的問題。	所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。			
第三週 9/08-9/14	第一單元食在有營養 第二課認識營養素	1	1.認識營養素及其功能和食物來源。 2.了解六大類食物的主要營養素,均衡的攝取營養。 3.了解家人的飲食需求和飲食注意事項。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。	實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第四週 9/15-9/21	第一單元食在有營養 第二課認識營養素	1	1.了解家人的飲食需求和飲食注意事項。 2.遵守營養均衡的健康飲食原則。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。	實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第五週 9/22-9/28	第一單元食在有營養 第三課聰明選食物	1	了解食物的健康安全消費訊息與方法。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。 4a-II-1 能於日常生活中,運用健康資訊、產品與服務。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第六週 9/29-10/05	第一單元食在有營養 第三課聰明選食物	1	1.運用生活技能「做決定」,選購健康又安全的食物。 2.在生活中運用健康安全消費的訊息與方法,選購健康又安全的食物。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。 4a-II-1 能於日常生活中,運用健康資訊、產品與服務。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	實作作業	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第七週 10/06-10/12	第二單元拒菸拒酒 拒檳榔 第一課菸與煙的真相	1	1.認識一手菸、二手菸、三手菸。 2.注意吸菸對健康的危害。	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-II-2 注意健康問題	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	實作	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。			
第八週 10/13-10/19	第二單元拒菸拒酒 拒檳榔 第一課菸與煙的真相	1	1.認識電子煙。 2.運用生活技能「批判性思考」,破除電子煙的迷思。 3.認識禁菸場所。	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	實作	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。
第九週 10/20-10/26	第二單元拒菸拒酒 拒檳榔 第二課酒與檳榔	1	1.注意飲酒對健康的危害。 2.運用生活技能「倡議宣導」,幫助家人戒酒。 3.清楚說明個人反對飲酒的立場。 4.使用事實證據支持自己反對飲酒的立場。	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	實作	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。
第十週 10/27-11/02	第二單元拒菸拒酒 拒檳榔 第二課酒與檳榔	1	1.認識檳榔的組成。 2.注意嚼檳榔對健康的危害。 3.運用生活技能「做決定」,遠離檳榔的危害。	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	實作	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。
第十一週 11/03-11/09	第二單元拒菸拒酒 拒檳榔	1	1.辨別生活中適用的生活技能,拒絕菸、酒、	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒	實作	【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	第三課向菸、酒、檳榔說不		檳榔。 2.運用生活技能「拒絕技能」，拒絕菸、酒、檳榔。	生活技能。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。	絕技巧。 Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。		
第十二週 11/10-11/16	第二單元拒菸拒酒 拒檳榔 第三課向菸、酒、檳榔說不	1	1.遵守拒絕菸、酒、檳榔的健康信念。 2.清楚說明個人拒絕菸、酒、檳榔的立場。 3.使用事實證據支持自己拒絕菸、酒、檳榔的立場。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。 Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。	實作 自我評量 作業	【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。
第十三週 11/17-11/23	第三單元熱與火的危機 第一課小心灼燙傷	1	1.學習與灼燙傷患者相處。 2.認識灼燙傷的分級。 3.了解造成灼燙傷的可能原因和預防灼燙傷的方法。	3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	實作	【安全教育】 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。
第十四週 11/24-11/30	第三單元熱與火的危機 第一課小心灼燙傷	1	1.演練灼燙傷的急救處理方法。 2.在生活中獨立操作灼燙傷的急救處理方法。	3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	實作	【安全教育】 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第十五週 12/01-12/07	第三單元熱與火的危機 第二課防火安全檢查	1	1.覺察居家環境的潛在危機。 2.了解用電安全須知、危險用火行為。 3.遵守居家安全注意事項。 4.檢查並改善居家用電方式。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十六週 12/08-12/14	第三單元熱與火的危機 第二課防火安全檢查	1	1.了解居家防火措施。 2.了解滅火器的使用方法。 3.遵守居家安全注意事項。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	口頭評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十七週 12/15-12/21	第三單元熱與火的危機 第二課防火安全檢查	1	1.了解居家防火措施。 2.遵守居家安全注意事項。 3.檢查並改善居家防火措施。 4.規畫家庭逃生計畫。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十八週 12/22-12/28	第三單元熱與火的危機 第二課防火安全檢查	1	1.了解公共場所防火措施。 2.檢查公共場所防火措施。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十九週 12/29-1/04	第三單元熱與火的危機 第三課火場應變	1	1.注意火災所帶來的威脅感與嚴重性。 2.演練發生火災時的應變方式。 3.澄清火災逃生避難的迷思。	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。
第廿週 1/05-1/11	第三單元熱與火的危機 第三課火場應變	1	1.認識火災逃生避難的原則和技巧。 2.演練火災逃生避難的原則和技巧。	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-II-2 注意健康問題	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			3.認識緩降機使用方式。	所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。			【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。
第廿一週 1/12-1/18	第三單元熱與火的危機 第三課火場應變	1	1.認識身上著火時的處理方法。 2.演練身上著火時的處理方法。	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	實作 作業	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。
第廿二週 1/19-1/20	1/20(一)休業式	0					

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	四年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(18)節		
課程目標	1.知道和家人與朋友和睦相處的方法。 2.認識青春期的自己，做好自我調適。 3.知道如何尊重他人、保護自己。 4.知道如何避免在災害發生時遭受傷害或損失。 5.了解出血、扭傷時的緊急處理方法。 6.認識並保護呼吸系統。 7.認識肺炎，並在生病時表現正確就醫與自我照護行為。						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A1 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。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 2/5-2/8	第一單元迎向青春 期 第一課相處萬花筒	1	1.認識並表現增進人際關係的技能。 2.透過觀察與模仿，改善人際關係。 3.能於引導下表現有效溝通的技能，處理爭執並改善人際關係。	3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	實作 自我評量	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第二週 2/9-2/15	第一單元迎向青春 期 第一課相處萬花筒	1	1.認識並表現增進人際關係的技能。 2.透過觀察與模仿，改善人際關係。 3.能於引導下表現有	3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通	Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 Fa-II-1 自我價值提升的原則。	口試 實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			效溝通的技能,處理爭執並改善人際關係。	互動技能。	Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。		
第三週 2/16-2/22	第一單元迎向青春 期 第一課相處萬花筒	1	1.能破除性別刻板印象,尊重每個人的特質。 2.學習接納自己,建立並肯定自我的價值。	3b-II-1 透過模仿學習,表現基本的自我調適技能。 3b-II-2 能於引導下,表現基本的人際溝通互動技能。	Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	自我評量 實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第四週 2/23-3/1	2/28(五)和平紀念日 放假	0					
第五週 3/2-3/8	第一單元迎向青春 期 第二課青春你我他	1	1.認識男性與女性的生理差異、第二性徵、生殖器官及其功能。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3b-II-1 透過模仿學習,表現基本的自我調適技能。	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	口試	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第六週 3/9-3/15	第一單元迎向青春 期 第二課青春你我他	1	1.認識月經的成因。 2.認識月經的週期。 3.了解月經來臨時的處理方法。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3b-II-1 透過模仿學習,表現基本的自我調適技能。	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	口試	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第七週 3/16-3/22	第一單元迎向青春 期 第二課青春你我他	1	1.了解夢遺的成因與因應方式。 2.面對並調適青春所產生的心理與生理狀況。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3b-II-1 透過模仿學	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				習,表現基本的自我調適技能。			
第八週 3/23-3/29	第一單元迎向青春 期 第三課尊重與保護 自我	1	1.認識身體自主權,分辨他人碰觸的適當性。 2.尊重自己和別人的身體。 3.知道如何保護自己的身體,遠離危險的情境。 4.知道身體自主權被侵害時,如何防範與尋求協助。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。	實踐	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。
第九週 3/30-4/5	4/4(五)清明節放假	0					
第十週 4/6-4/12	第一單元迎向青春 期 第三課尊重與保護 自我	1	1.認識身體自主權,分辨他人碰觸的適當性。 2.尊重自己和別人的身體。 3.知道如何保護自己的身體,遠離危險的情境。 4.知道身體自主權被侵害時,如何防範與尋求協助。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。	實作 作業	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。
第十一週 4/13-4/19	第二單元天然災害 知多少 第一課天搖地動	1	1.學會地震發生時的緊急應變方法。 2.演練地震避難技巧。 3.注意地震可能帶來的災害。	1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	實作	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十二週 4/20-4/26	第二單元天然災害 知多少 第一課天搖地動	1	1.學會地震發生時的緊急應變方法。 2.演練地震避難技巧。 3.注意地震可能帶來	1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防	實作	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			的災害。 4.實施居家防震措施。 5.了解居家安全角落。 6.製作家庭防災卡。 7.學會準備緊急避難物品。	重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	颶措施及逃生避難基本技巧。		該注意的安全。
第十三週 4/27-5/3	第二單元天然災害知多少 第二課小小救護員	1	1.學會並演練止血的急救技能。 2.學會扭傷時的處理方法。 3.演練扭傷的急救技能。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	實作	【安全教育】 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。
第十四週 5/4-5/10	第二單元天然災害知多少 第二課小小救護員	1	1.學會並演練止血的急救技能。 2.學會扭傷時的處理方法。 3.演練扭傷的急救技能。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	實作	【安全教育】 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。
第十五週 5/11-5/17	第二單元天然災害知多少 第二課小小救護員	1	1.認識急救箱，學會準備急救箱物品。 2.了解如何處理傷口。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	實作	【安全教育】 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。
第十六週 5/18-5/24	第二單元天然災害知多少 第三課颶風來襲	1	1.了解颶風可能造成的災害。 2.學習各項防颶工作。 3.了解因應颶風來臨應採取的行動。 4.了解遭遇颶風時的注意事項。	1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颶措施及逃生避難基本技巧。	口試 實作	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				立操作基本的健康技能。			
第十七週 5/25-5/31	5/30(五)端午節補假	0					
第十八週 6/1-6/7	第二單元天然災害知多少 第三課颱風來襲	1	1.了解颱風可能造成的災害。 2.學習各項防颱工作。 3.了解因應颱風來臨應採取的行動。 4.了解遭遇颱風時的注意事項。	1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	口試 作業	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十九週 6/8-6/14	第三單元健康方程式 第一課呼吸系統	1	1.認識呼吸系統的構造和功能。 2.覺察造成呼吸系統健康問題的原因與症狀。 3.了解呼吸系統的保健方法。 4.了解可能傷害呼吸系統的行為。	1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	口試	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第二十週 6/15-6/21	第三單元健康方程式 第一課呼吸系統	1	1.了解呼吸系統的保健方法。 2.了解可能傷害呼吸系統的行為。	1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第二十一週 6/22-6/28	第三單元健康方程式 第二課肺炎防疫通	1	1.認識肺炎的成因、症狀和傳染方式。 2.注意肺炎所帶來的威脅感和嚴重性。	1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第二十二週	6/30(一)休業式	0					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

6/29-6/30							
-----------	--	--	--	--	--	--	--

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。