

臺南市左鎮區光榮實驗小學 115 學年度第一學期一年級健康與體育領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週（1）節，本學期共（21）節		
課程目標	1. 引導學生觀察自己的成長現象，並透過遊戲化的教學活動，培養其照顧自己身體的責任感。 2. 鼓勵學生持續實踐健康的行為習慣，並讓其透過觀察與演練，學習各種不同的清潔步驟。 3. 藉由學生攝取食物的經驗，讓其了解食物對生理和心理的影響，並鼓勵學生養成良好的飲食習慣，讓自己更健康。 4. 透過學生平日上學或放學回家的情境，探討周遭環境中的潛在危險，進一步思考因應解決的方法，提升學生危機應變的能力。 5. 藉由觀察與討論，教導學生友愛同學，與同儕和睦相處的方法。						
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-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 8/31~9/5	第一冊第一單元：成長變變變 活動一：長大真好	1	1. 認識自己的成長現象。 2. 描述從出生至今的生長發育變化。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 討論：能說出代表成長的現象。 2. 發表：能分享自己的生長發育變化。	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。
第二週 9/6~9/12	第一冊第一單元：成長變變變 活動一：長大真好	1	1. 認識自己的成長現象。 2. 描述從出生至今的生長發育變化。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 討論：能說出代表成長的現象。 2. 發表：能分享自己的生長發育變化。	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。
第三週 9/13~9/19	第一冊第一單元：成長變變變 活動一：長大真好	1	1. 認識身體各部位的名稱和基本功能。 2. 願意珍惜愛護自己的身體。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	3. 紙筆評量：明白身體各部位的名稱。 2. 態度評定：願意愛護自己的身體，避免受傷。	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第四週 9/20~9/26	第一冊第一單元：成長變 變 活動二：清潔衛生好習慣	1	1.發覺清潔習慣的重要性。 2.嘗試練習各種不同的清潔技能。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	問答：能說出讓身體變乾淨的方法。	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。
第五週 9/27~10/3	第一冊第一單元：成長變 變 活動二：清潔衛生好習慣	1	1.嘗試練習各種不同的清潔技能。 2.能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。 3.在生活中實踐清潔習慣。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	1.實作：能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等健康技能。 2.自評：能確實執行清潔習慣。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第六週 10/4~10/10	第一冊第一單元：成長變 變 活動二：清潔衛生好習慣	1	1.嘗試練習各種不同的清潔技能。 2.能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。 3.在生活中實踐清潔習慣。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	2.實作：能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等健康技能。 2.自評：能確實執行清潔習慣。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第七週 10/11~10/17	第一冊第一單元：成長變 變	1	1.嘗試練習各種不同的清潔技能。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	1.實作：能操作洗臉、洗手、洗澡、	【生命教育】 生 E1 探討生

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	活動二：清潔衛生好習慣		2. 能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。 3. 在生活中實踐清潔習慣。	度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	生習慣。	上廁所等健康技能。 2. 自評：能確實執行清潔習慣。	活議題，培養思考的適當情意與態度。
第八週 10/18~10/24	第一冊第一單元：成長變變 活動二：清潔衛生好習慣	1	1. 嘗試練習各種不同的清潔技能。 2. 能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。 3. 在生活中實踐清潔習慣。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	1. 實作：能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等健康技能。 自評：能確實執行清潔習慣。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第九週 10/25~10/31	第一冊第二單元：快樂上下學 活動一：安全紅綠燈	1	1. 發覺影響上下學安全的態度與行為。 2. 認識行走安全。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 問答：能說出放學途中可能遇到的危險情境。 2. 自評：上、下學途中會遵守交通規則。	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十週 11/1~11/7	第一冊第二單元：快樂上下學 活動一：安全紅綠燈	1	認識乘坐汽、機車及搭公車時的安全注意事項。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 發表：能說出乘坐汽、機車與公車應注意的安全事項。 2. 自評：上、下學途中會遵守交通規則。	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十一週 11/8~11/14	第一冊第二單元：快樂上下學 活動一：安全紅綠燈	1	了解上下學途中迷路或遇到危險時可以採取的行動。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 問答：能說出放學途中可能遇到的危險情境。	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注

				響健康的生活態度與行為。		2. 觀察：能正確演練迷路或落單時的處理方法。	意的安全。
第十二週 11/15~11/21	第一冊第二單元：快樂上下學 活動一：安全紅綠燈	1	了解上下學途中迷路或遇到危險時可以採取的行動。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 問答：能說出放學途中可能遇到的危險情境。 2. 觀察：能正確演練迷路或落單時的處理方法。	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第十三週 11/22~11/28	第一冊第二單元：快樂上下學 活動二：我們是好同學	1	1. 了解與同學和諧相處的方式。 2. 遵守團體規範。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	1. 問答：能說出與朋友和睦相處的方法。 2. 觀察：能與同學和諧相處，並遵守團體規範。 3. 自評：能做到友愛同學的行為。	【生命教育】 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。
第十四週 11/29~12/5	第一冊第二單元：快樂上下學 活動二：我們是好同學	1	1. 了解與同學和諧相處的方式。 2. 遵守團體規範。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	1. 問答：能說出與朋友和睦相處的方法。 2. 觀察：能與同學和諧相處，並遵守團體規範。 3. 自評：能做到友愛同學的行為。	【生命教育】 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。
第十五週 12/6~12/12	第一冊第二單元：快樂上下學 活動三：我們的健康中心	1	1. 認識健康中心的功能。 2. 了解學校護理師的健康服務。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	1. 發表：能舉例說出健康中心的功能。 2. 問答：說出學校護理師所提供的健康服務。	【生命教育】 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

							心。
第十六週 12/13~12/19	第一冊第三單元：營養的食物 活動一：食物調色盤	1	認識食物的重要性。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1. 問答：能說出攝取多樣化食物的好處。 2. 自評：每日攝取多樣化的食物，不偏食、不挑食。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第十七週 12/20~12/26	第一冊第三單元：營養的食物 活動一：食物調色盤	1	1. 願意攝取多樣化食物，不偏食、不挑食。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	自評：每日攝取多樣化的食物，不偏食、不挑食。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第十八週 12/27~1/2	第一冊第三單元：營養的食物 活動一：食物調色盤	1	1. 願意攝取多樣化食物，不偏食、不挑食。 2. 嘗試新食物，發表自己的感覺及促進健康的立場。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1. 自評：每日攝取多樣化的食物，不偏食、不挑食。 2. 發表：願意嘗試新食物並分享自己的感覺。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第十九週 1/3~1/9	第一冊第三單元：營養的食物 活動二：飲食好習慣	1	養成每天吃早餐的習慣。	1a-I-1 認識健康的生活習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	問答：能說出每天吃早餐的好處。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第二十週 1/10~1/16	第一冊第三單元：營養的食物 活動二：飲食好習慣	1	養成飯前洗手、細嚼慢嚥、定時定量、飯後不做劇烈運動等良好的飲食習慣。	1a-I-1 認識健康的生活習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	自評：能養成良好的飲食習慣。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第二十一週 1/17~1/20	第一冊第三單元：營養的食物 活動二：飲食好習慣	1	養成飯前洗手、細嚼慢嚥、定時定量、飯後不做劇烈運動等良好的飲食習慣。	1a-I-1 認識健康的生活習慣。 4a-I-2 養成健	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	自評：能養成良好的飲食習慣。	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			食習慣。	康的生活習慣。			思考的適當情意與態度。
--	--	--	------	---------	--	--	-------------

◎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。

臺南市左鎮區光榮實驗小學 115 學年度第二學期一年級健康與體育領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週（1）節，本學期共（21）節		
課程目標	1. 教師藉由單元插圖故事，引導兒童思考問題，提高學習動機。 2. 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。 3. 讓兒童分辨舒服與不舒服的身體碰觸，讓兒童能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。 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。兩性在生活上應該互相包容尊重、和諧共處。 5. 發表生病時的感受和處理方法，透過角色扮演活動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。 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。 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。						
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。						
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 2/11~2/13	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤	1	1. 發覺每個人會有不同的情緒變化。 2. 分辨愉快或不愉快的情緒。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評 操作 問答 觀察	【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第二週 2/14~2/20	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤	1	1. 發覺每個人會有不同的情緒變化。 2. 分辨愉快或不愉快的情緒。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評 操作 問答 觀察	【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第三週 2/21~2/27	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤	1	1. 發覺每個人會有不同的情緒變化。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方	自評 操作	【家庭教育】 家 E4 覺察個

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			2. 分辨愉快或不愉快的情緒。	度與行為。	法。	問答觀察	人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第四週 2/28~3/6	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤	1	1. 發覺每個人會有不同的情緒變化。 2. 分辨愉快或不愉快的情緒。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評操作問答觀察	【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第五週 3/7~3/13	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤	1	1. 發覺每個人會有不同的情緒變化。 2. 分辨愉快或不愉快的情緒。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評操作問答觀察	【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第六週 3/14~3/20	單元一、心情追追追 活動二、情緒處理機	1	1. 認識適當的情緒表達方式。 2. 在引導下學習簡易的情緒調適技能。 3. 能選擇適當的方法化解不愉快的情緒。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評操作問答觀察	【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第七週 3/21~3/27	單元一、心情追追追 活動二、情緒處理機	1	1. 認識適當的情緒表達方式。 2. 在引導下學習簡易的情緒調適技能。 3. 能選擇適當的方法化解不愉快的情緒。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評操作問答觀察	【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第八週 3/28~4/3	單元二、男女齊步走 活動一、做身體的主人	1	1. 辨別身體碰觸的感覺。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	發表問答觀察實作	【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。 【人權教育】 人 E10 認識隱

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第九週 4/4~4/10	單元二、男女齊步走 活動一、做身體的主人						私權與日常生活的關係。
		1	1. 認識身體隱私與身體界限。 2. 尊重自己及他人的身體隱私。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	發表 問答 觀察 實作	【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。 【人權教育】 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。
第十週 4/11~4/17	單元二、男女齊步走 活動一、做身體的主人	1	1. 拒絕不合理的要求。 2. 遇到危險和緊急情況時能設法求助。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	發表 問答 觀察 實作	【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。 【人權教育】 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。
		1	比較男女生的異同。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-1 日常生活中的性別角色。	發表 問答	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。
第十一週 4/18~4/24	單元二、男女齊步走 活動二、超級比一比	1	比較男女生的異同。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-1 日常生活中的性別角色。	發表 問答	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不
第十二週 4/25~5/1	單元二、男女齊步走 活動二、超級比一比	1	比較男女生的異同。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-1 日常生活中的性別角色。	發表 問答	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第十三週 5/2~5/8	單元二、男女齊步走 活動二、超級比一比	1	知道家庭或學校的分工 沒有性別之分。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-1 日常生活中的性別角色。	發表 問答	應受性別的限制。 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。
第十四週 5/9~5/15	單元三、疾病小百科 活動一、生病了怎麼辦	1	1. 知道發燒時的自我照顧方法。 2. 看病時嘗試運用溝通技能，向醫師說明自己的病情。 3. 認識流感的主要症狀。 4. 能使用正確的方法配戴口罩。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	問答 發表 演練	【家庭教育】 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第十五週 5/16~5/22	單元三、疾病小百科 活動一、生病了怎麼辦	1	1. 知道發燒時的自我照顧方法。 2. 看病時嘗試運用溝通技能，向醫師說明自己的病情。 3. 認識流感的主要症狀。 4. 能使用正確的方法配戴口罩。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 感受健康問題對自己造成的威脅性。。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	問答 操作	【家庭教育】 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第十六週 5/23~5/29	單元三、疾病小百科 活動一、生病了怎麼辦	1	1. 知道發燒時的自我照顧方法。 2. 看病時嘗試運用溝通技能，向醫師說明自己的病情。 3. 認識流感的主要症狀。 4. 能使用正確的方法配戴口罩。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	問答 操作	【家庭教育】 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第十七週 5/30~6/5	單元三、疾病小百科 活動二、用藥停看聽	1	討論藥袋上所提供的資訊及藥物的正確使用方法。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3a-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	問答 操作	【家庭教育】 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第十八週 6/6~6/12	單元三、疾病小百科 活動二、用藥停看聽	1	練習正確用藥方法。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3a-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	問答 演練 自評	【家庭教育】 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第十九週 6/13~6/19	單元三、疾病小百科 活動三、疾病知多少	1	認識兒童常見疾病，如流感、腸病毒。	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	問答 演練 自評	【家庭教育】 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第二十週 6/20~6/26	單元三、疾病小百科 活動三、疾病知多少	1	1. 認識兒童常見疾病及傳染方式。 2. 願意養成健康的生活習慣以增強身體抵抗力。	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	問答 演練 自評	【家庭教育】 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第二十一週 6/27~6/30	單元三、疾病小百科 活動三、疾病知多少	1	願意養成健康的生活習慣以增強身體抵抗力。	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	問答 演練 自評	【家庭教育】 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。

◎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。