

嘉義縣南興國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表

全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是☐（____年級和____年級） 否☒

年級	五年級	年級課程 主題名稱	營養健康、從齒開始			課程 設計者	黃幸惠	總節數/學期 (上/下)	20/下學期
符合 彈性課程 類型	☒ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☐ 第二類 ☐ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學								
學校 願景	健康 快樂 感恩 卓越		與學校願景呼應 之說明	一、透過教導口腔、體適能及營養教育，促進身體健康、快樂成長。 二、結合數位媒體教學課程，使學生擁有多元的自主學習內容、培養卓越的健康知識與概念。 三、藉由實作課程，學習與團隊成員合作完成任務，讓學生能樂於與人互動，並從中學習感恩與團隊合作的精神。					
總綱 核心素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。		課程 目標	一、透過口腔保健教育，在日常生活中實踐牙齒保健的觀念與做法，具備良好的生活習慣。 二、具備探索身體發展與營養問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理身體保健的問題。 三、在擬定健康體適能與營養之相關計畫與實作的過程中，能理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作完成任務。					
議題融入	*應融入 ☒ 性別平等教育 ☐ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)								
融入議題 實質內涵	性 E12 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。								
教學 進度	單元名稱	領域學習表現 /議題實質內涵	自訂 學習內容	學習目標	表現任務 (學習評量)	學習活動 (教學活動)		教學資源	節數
第 (1) 週 - 第 (4) 週	面面「線」到	語文/2-III-3 靈活運用詞句和說話技巧，豐富表達內容。 自然/po-III-1 能從 學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體等察覺問題。 健體/3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。	1.牙菌斑檢測 2.「90%的人用錯誤方式使用牙線」網路影片 3.牙線操作簡報	1.運用說話技巧，表達使用牙菌斑檢測劑後的觀察心得。 2.能觀賞「90%的人用錯誤方式使用牙線」網路影片，察覺使用牙線的重要性。 3.能正確流暢操作牙線。	1.能正確使用牙刷潔牙。 2.能正確說出牙線的用途。 3.能正確使用牙線潔牙。	【活動一】潔牙檢測 1.請學生利用牙刷，按照貝氏刷牙法潔牙步驟，把牙齒刷乾淨。 2.使用牙菌斑顯示劑塗在學生的牙齒上，請學生觀察牙縫的地方是否已經清潔乾淨？ 3.學生發表與討論使用牙菌斑顯示劑後所觀察到的現象。 4.教師說明使用牙線也是潔牙的一種工具。 【活動二】牙線教學 1.學生觀看「90%的人用錯誤方式使用牙線」網路影片。 2.教師利用「牙線操作簡報」講解使用牙線的正確手部姿勢及注意事項。 3.學生依照「牙線使用技巧」學習單自行練習使用牙線清潔牙齒。 4.教師說明使用牙線輔助潔牙的重要性。		1.牙菌斑檢測劑 2.「90%的人用錯誤方式使用牙線」網路影片 3.牙線操作簡報 4.「牙線使用技巧」學習單	4

第 (5) 週 - 第 (9) 週	黃金六十分鐘	自然/po-III-1 能從 學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體等察覺問題。 健康/1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 綜合/2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	1.斷牙影片。 2.黃金 60 分鐘影片。 3.我是大明星戲劇表演。	1.能從觀賞斷牙影片察覺斷牙問題的嚴重性和做活動時要注意的安全。 2.能從觀賞黃金 60 分鐘影片中，認識處理斷牙的基本步驟。 3.參與我是大明星戲劇表演活動，和同學協同合作達成正確處理斷牙的戲劇演出。	1.能說出斷牙問題的嚴重性和做活動時要注意的安全步驟。 2.能說出處理斷牙的基本步驟。 3.能思考並演練處理有關斷牙之急急狀況。	【活動一】斷牙危機 1. 觀賞「小二童打球推擠斷門牙，家長索賠 20 萬」新聞影片。 2.教師提問影片相關內容問題 3.讓學生發表自己或親友是否有撞斷牙齒之經驗與處理方法。 4.教師說明做活動時應注意的安全要點。 5.教師說明恆牙的重要性與保護方法。 【活動二】把握黃金 60 分鐘 1.觀賞「把握黃金六十分鐘，恆牙撞斷能種回來」影片。 2.教師提問牙齒撞斷了！怎麼辦？ 3.學生發表與討論處理斷牙的方法。 4. 教師說明斷牙處理流程： (1)當受傷時不要慌亂。 (2)處理傷口前務必以肥皂洗手。 (3)掌握黃金時間（60 分鐘）快、放、回。 【活動三】我是大明星 1.全班討論斷牙發生之事件或場合及處理流程。 2. 根據狀況題抽籤，分組討論劇本。 2.學生分組上台表演。 3.各組發表演出心得與觀賞感想。 4.全體學生投票決定誰是大明星。 5.教師說明:把握黃金 60 分鐘並正確處理斷牙，就有可能挽救斷牙。	1.網路新聞影片 2.黃金 60 分鐘影片 3.戲劇表演道具	5
第 (10) 週 - 第 (15) 週	健康體適能	健康/1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 性 E12 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 綜合/2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	1.教育部體育署體適能網站 2.體適能檢測成績 3.「運動身體好」學習單	1.了解「教育部體育署體適能網站」的測驗常模的意義。 2.能從體適能檢測成績中認識生理性別、性別特質的多元面貌。 3.參與設計「運動身體好」學習單，每日與同學合作運動，達成增進體適能的目標。	1.能說出「教育部體育署體適能網站」的測驗常模的意義。 2.能說出並討論個人體適能問題。 3.能參與設計「運動身體好」學習單，每日與同學合作運動，並記錄下來。	【活動一】健康體適能 1. 教師說明體適能的定義及重要性。 2. 教師準備全班體適能檢測資料，帶領學生依據「教育部體育署體適能網站」的測驗常模，上網查詢自己的成績表現。 3. 教師請學生分享自己的體適能檢測成績，並討論影響自己體適能成績的可能因素。 4. 教師說明：每個人的生長發育狀況因為男女生理構造與發展、攝取的營養、運動量和睡眠時間的不同，就會存在著個別差異。 【活動二】運動身體好 1. 教師說明體適能測驗的目的： (1)心肺耐力 (2)柔軟度 (3)肌力與肌耐力 (4)體重控制。 2. 學生分組討論增進體適能的運動項目並設計出「運動身體好」學習單。 3. 學生分組每日進行運動並記錄在學習單中。 4. 各組學生發表每週實行運動計畫的心得或經驗。 5. 教師說明透過適當的運動，就能增進體適能。	1. 體適能檢測成績紀錄表。 2. 教育部體育署體適能網站 3. 「運動身體好」學習單	6

[illegible]