

<p>教學課程目標</p>	<p>一、牙齒負責咀嚼，是幫助食物消化的第一關卡，也是構成臉型的重要結構。課程介紹清除牙縫異物及牙線使用方法，引導學生體會口腔健康重要性並於生活中建立正確潔牙習慣。單元中亦介紹牙齦護理及使用口腔保健服務，並教導如何選購適合的口腔保健產品，幫助提升口腔健康。</p> <p>二、購物是滿足生活的需求，也是一種學習，不同的購物方式各有利弊，消費時要注意商品包裝是否完整、標示是否清楚？做個聰明的消費者，保障自己的權益。</p> <p>三、人不論男生或女生，進入青春期後，都可以感受到自己在生理方面的明顯變化，單元希冀引導學生了解這些改變都是正常的，需要以正確的態度來面對，讓自己成長過程充滿喜悅，亦透過角色扮演及經驗分享，培養學生尊重異性的態度及面臨性騷擾時的因應方法，並學習在與異性相處時表現合宜有禮態度，避免做出不尊重的騷擾行為。在兩性平權日益被重視的思潮下，男女生都應學習獨立，培養剛柔並濟的特質，透過課程讓學生突破性別刻板印象，並鼓勵學生多方嘗試，探索自己的興趣和能力。</p> <p>四、地震、颱風是臺灣常見天然災害，平時必須做好防災準備，遇災害時才不會驚慌失措；加強學生防災知識，了解遇到災害時如何應變，保護自己也保護家人，防災知識一把罩，安全才有保障；並配合學校複合式災害疏散避難演練，加強學生防災安全概念。</p>
<p>核心素養</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>
<p>授課內容</p>	<p>★《翰林版四下》健康與體育課本為主，單元內容概分為：</p> <p><u>《單元一：健康從齒開始》</u></p> <p>1、食物卡齒縫了（清除齒縫異物）</p> <p>2、牙齒好正（牙齒排排站、牙齦健康不可少、）</p> <p><u>《單元二：消費高手》</u></p> <p>1、消費停看聽 （停：購買前冷靜思考。看：購買時看仔細。聽：購買時聽取寶貴建議、消費保權益）</p> <p>2、聰明選安心吃（食品消費注意事項）</p> <p><u>《單元三：成長的喜悅》</u></p> <p>1、迎接青春期（男女大不同、我長大了、展現自信 健康面對、、）</p> <p>2、男生女生做朋友（做身體的主人、自我保護有妙招）</p> <p>3、我的未來不是夢（突破性別框架、做自己好自在）</p> <p><u>《單元四：防災小小兵》</u></p> <p>1、天搖地動（地震來了怎麼辦、地震過後、防震措施、擬定家庭防震計畫）</p> <p>2、狂風暴雨（防颱措施不可少、颱風來臨時、颱風過後）</p>
<p>評量方法</p>	<p>形成性多元評量、課堂參與表現、舉手發言、團隊合作、上課專注力、學習態度、踴躍發表與實作、課本每單元的小試身手挑戰、學習單挑戰等。</p>
<p>教學資源</p>	<p>一、翰林版四上健體課本。</p> <p>二、教師補充教材(配合學校健康中心宣導)。</p>