

一年級健康課程規劃

洪淑惠 老師

日期	洪洪老師的教學進度	洪洪老師的健康作業
6/14~6/18	(一)課本連結 P.66~69 (二)觀看以下影片 1. 腸病毒 2. 【圖解新聞】酒精殺不死的腸病毒 怎麼預防--蘋果日報 20160504 3. 腸病毒宣導動畫 (70 秒) 4. 腸在你身邊 D 動畫 1 5. 防疫小英雄 6. 病毒如何侵入細胞? 2020 最新病毒防疫 赶走病毒 7. 2008-腸病毒宣導-戰勝腸病毒之歌動畫 8. 戰勝腸病毒 請你跟我這樣做(醫院診間衛教短片)	1. 愛 eye 元氣護眼操 做 2 次 2. 課文 P.66 ~P. 69 讀 2 次 3. 親親太極操 做 2 次 4. 每天跳繩 15~30 分鐘 5. 每天早睡早起，睡滿 8 小時 6. 做到洪洪老師教的六大類均衡飲食 7. 每天潔牙，勤洗手 8. 臺大醫院防疫健康操 9. 寫 P.69 活力存摺
6/21~6/25	(一)課本連結 P.70~71 (二)觀看以下影片 1. 預防腸病毒 一起這樣做 2. 認識腸病毒，勤洗手才健康！ 3. 【認識感冒病毒】 4. 認識腸病毒：兒童界最常見，家長也最頭痛的疾病！ 5. 腸病毒想對你說的三個真心話(201906 製) 6. 腸在你身邊 打擊病毒篇 D 動畫 2 7. 腸病毒好發季節 8. 白雪公主大戰腸病毒	1. 愛 eye 元氣護眼操 做 2 次 2. 課文 P.70 ~P. 71 讀 2 次 3. 親親太極操 做 2 次 4. 每天跳繩 15~30 分鐘 5. 每天早睡早起，睡滿 8 小時 6. 做到洪洪老師教的六大類均衡飲食 7. 每天潔牙，勤洗手 8. 臺大醫院防疫健康操
6/28~7/2	1.念第一單元"飲食面面觀" P.8~P.23 讀 1 次 2.念第二單元"歡喜做朋友" P.24~P.35 讀 1 次 3.念第三單元"帶著眼耳鼻去旅行" P.36~P.51 讀 1 次 4.念第四單元"自我保護小勇士" P.52~P.61 讀 1 次 5.念第五單元"抗病小高手" P.62~P.71 讀 1 次 6.觀看以下影片：	1. 愛 eye 元氣護眼操 做 2 次 2. 課文 P.70 ~P. 71 讀 2 次 3. 親親太極操 做 2 次 4. 每天跳繩 15~30 分鐘 5. 每天早睡早起，睡滿 8 小時 6. 做到洪洪老師教的六大類均

<p>減度防齲-護齒超人勇闖快樂島 從齒保健康</p> <p>減度防齲-護眼探員勇闖快樂島 打擊惡視力</p> <p>【飛天妙妙屋】20151017 - 感冒腸病毒不要來</p> <p>均衡飲食金國王的環遊旅程</p> <p>壯壯超人的均衡飲食</p> <p>【唐朝小栗子】20160207 - 改掉壞習慣</p> <p>20120429 《唐朝小栗子》好朋友</p> <p>20111211 《唐朝小栗子》胖胖傷心了</p> <p>兒少性侵害防治宣導影片_我是好主人</p> <p>【 抗菌大作戰】快和香蕉哥哥、草莓姐姐一起抗菌大作戰</p>	<p>衡飲食</p> <p>7.每天潔牙，勤洗手</p> <p>8. 臺大醫院防疫健康操</p>
--	--