

各級健康校園學習目標

	主題	單元	學習目標類別	學習目標的闡述	
一年級	上學去	認識校園	➤ 環境健康與保護	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 積極投入新的學習環境 ◆ 愛護校園的環境和各種設備 	
		快樂的學校生活	➤ 環境健康與保護	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 樂於助人，並感謝幫助自己的人 ◆ 自覺地遵守校規 ◆ 對同學友善，對師長有禮 ◆ 勇於拒絕不當的請求 	
	我長大了	認識自己	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 心理和情緒健康 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 尊重別人喜愛的事物 ◆ 欣賞自己在成長期間的各種進步 ◆ 珍惜自己的身體 ◆ 養成良好的運動、進食及休息的習慣 	
		照顧自己	➤ 個人健康	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 養成注意個人衛生，保持外表整潔的態度 ◆ 時刻保持正確的姿勢 ◆ 根據時間表來進行有規律的生活 	
	溫暖的家	我的家	➤ 家庭生活與性教育	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 願意盡自己在家庭中的責任 ◆ 培養積極參與家庭活動的態度 ◆ 養成與家人和睦相處的態度 	
		我的家居	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 家庭生活與性教育 ➤ 安全與急救 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 養成愛護家居附近的環境和設施的態度 ◆ 培養愛惜家居的責任感 ◆ 提高注意家居安全的意識 	
		快樂的生活	遊戲樂趣多	➤ 心理和情緒健康	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 認同在遊戲中需要尊重各人的喜好和意見，並遵守規則 ◆ 愛惜玩具，不隨便棄置玩具 ◆ 認同廢物利用的概念

	主題	單元	學習目標類別	學習目標的闡述
二年級	快高長大	我的成長	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 食物與營養 ➤ 心理和情緒健康 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 接受因成長帶來的身體變化，明白每個 ◆ 人的成長速度和體格各有不同 ◆ 養成良好的飲食及衛生習慣 ◆ 認同維持良好的飲食和衛生習慣的重要 ◆ 以積極及正面的態度處理不開心的事情 ◆ 善用餘暇，積極參與各項閒暇活動，從而發展自己的長處
		安全第一	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 安全與急救 ➤ 吸煙、酗酒、藥物使用及濫用 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 培養注意安全的態度 ◆ 培養拒絕吸毒的正確態度
	親親大自然	奇妙的生物世界	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 生命、老化與死亡 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 培養尊重生命的態度
		我愛大自然	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 環境健康與保護 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 培養作息有序的生活習慣 ◆ 對大自然表現好奇心和興趣 ◆ 愛護公園裏的動植物

	主題	單元	學習目標類別	學習目標的闡述
三年級	健康與環境	健康的生活	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 食物與營養 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 對健康生活持積極的態度 ◆ 認同飲食衛生的重要 ◆ 實現持之以恆地做運動 ◆ 培養良好的睡眠習慣
		居住好環境	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 環境健康與保護 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 重視及參與社區環境的綠化 ◆ 願意承擔保護地球環境的責任(減廢及節能)
	生活在香港	衣食住行在香港	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 食物與營養 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 對健康的飲食習慣持積極的態度

	主題	單元	學習目標類別	學習目標的闡述
四年級	天地全接觸	明智的選擇	➤ 消費者健康	◆ 作出負責任的消費抉擇 ◆ 養成儲蓄和節約消費的習慣
	健康生活由我創	身體的奧秘	➤ 個人健康 ➤ 疾病的防治 ➤ 吸煙、酗酒、藥物使用及濫用	◆ 對身體的構造表現好奇 ◆ 養成保持各系統健康的習慣
		預防勝於治療	➤ 個人健康 ➤ 食物與營養 ➤ 疾病的防治 ➤ 吸煙、酗酒、藥物使用及濫用	◆ 注意個人、飲食和環境衛生，預防感染和散播傳染病 ◆ 實踐保護牙齒的習慣 ◆ 對使用藥物持正確的態度

	主題	單元	學習目標類別	學習目標的闡述
五年級	踏上青春路	青春的變奏	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 食物與營養 ➤ 心理和情緒健康 ➤ 家庭生活與性教育 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 接受青春期是人生一個正常的重要階段 ◆ 接納個人與他人在成長和發育上的差異 ◆ 以正面和樂觀的態度面對青春期的心理變化
		良朋伴我成長	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 心理和情緒健康 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 認同朋友的重要，珍惜友情 ◆ 確立良好的交友態度 ◆ 以互相尊重及守禮的態度與異性相處
	都市生活	光、聲音、電	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 安全與急救 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 實踐保護眼睛和聽覺的方法
	美麗的大自然	環境污染與保育	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 環境健康與保護 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 實踐「環保四用」，減少產生廢物 ◆ 養成珍惜用水的習慣

	主題	單元	學習目標類別	學習目標的闡述
六年級	健康成長	健康的人生	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 吸煙、酗酒、藥物使用及濫用 ➤ 生命、老化與死亡 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 拒絕吸煙、喝酒和吸毒，並付諸行動 ◆ 培養積極樂觀的心態 ◆ 珍惜和尊重所有生命
		平安是福	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 個人健康 ➤ 安全與急救 ➤ 生命、老化與死亡 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 注意自己的健康 ◆ 提高安全意識，防止意外發生 ◆ 履行病人的責任