

彰化縣中正國小素養導向教案

一、課程設計原則與教學理念說明

學童剛由幼兒園畢業，對於身體保護和清潔的概念較差，常見的小一現象，例如：下課時只顧著玩，沒去上廁所而憋尿；遊戲後手部未清潔即拿東西吃；玩耍滿身大汗未擦拭和補充水分。因此課程中讓孩童認識自己的身體部位和功能，進而能好好愛護它們。並建立良好的衛生習慣，以及養成維護自己身體的清潔所必備的生活能力。

二、主題說明

領域/科目	健康與體育(第一冊)		設計者	洪淑婷
實施年級	一年級		總節數	4節
主題名稱	壹、快樂上學去			
設計依據				
學習重點	學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識		
	學習內容	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性		
核心素養	總綱	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。		
議題融入	實質內涵	品 E1 良好生活習慣與德行		
	所融入之單元			
與其他領域/科目的連結	生活領域			
教材來源	南一版健康與體育第一冊、身體歌(巧虎)、麟小弟故事繪本 ppt			
教學設備/資源	圖卡(身體部位名稱)、南一健體電子書、電腦、單槍投影機、			
各單元學習重點與學習目標				
單元名稱	學習重點		學習目標	
單元二 健康小達人	學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識		1、能認識身體部位名稱。 2、能養成良好的衛生習慣。 3、能知道身體清潔的重要性。
	學習內容	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性		

三、單元設計

教學單元活動設計			
單元名稱	二、健康小達人	第 1 節	我的身體
主要設計者	洪淑婷		
學習目標	1、能認識身體部位名稱。 2、能養成良好的衛生習慣。 3、能知道身體清潔的重要性。		
學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識		
學習內容	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性		
領綱核心素養	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。		
議題融入說明	品 E1 良好生活習慣與德行		
第一節：教學活動內容及實施方式			備註
<p>活動一、我的身體（40 分鐘）</p> <p>一、教學重點：能認識身體部位的名稱，並能好好愛護它們。</p> <p>二、教學活動（第一節）</p> <p>（一）引起動機：</p> <p>※身體動一動</p> <p>1.教師播放音樂，學童隨著音樂，點點頭、聳聳肩膀、拍拍肚子、搖屁股、雙腳踏步……。</p> <p>2.教師提問：我們身體真有趣又奇妙，可以讓我們做許多事，說一說，你剛剛跳舞時，使用了哪些身體部位？</p> <p>（二）發展活動：</p> <p>※認識身體部位名稱</p> <p>1.教師揭示「身體部位名稱」字卡，一邊請學童指出自己身體的部位，同時抽號碼請小朋友上臺貼上正確的部位名稱。</p> <p>2.教師提問：說一說，這些部位可以幫我們做什麼？</p> <p>3.教師歸納：身體的每個部位都很重要，除了要認識部位的名稱，也要好好愛護它們。</p> <p>4.來玩「老師說」的遊戲：按照教師說的部位名稱，指出身體部位的位置，答錯的就出局，看看誰是認識身體部位小達人。</p> <p>※「<u>髒小弟</u>」故事繪本引導</p> <p>1.教師講述<u>髒小弟</u>故事繪本。</p> <p>2.教師提問：</p> <p>（1）請小朋友說一說故事中，<u>張小弟</u>有哪些常被家人糾正的習慣？</p>			<p>播放身體歌影片 5 分鐘</p> <p>教師揭示「身體部位名稱」情境圖 15 分鐘</p> <p><u>髒小弟</u>故事繪本 ppt 10 分鐘</p>

如看到地上的糖果會撿起來吃、會挖鼻屎、舔小狗的臉、用手抓鼻涕蟲或蚯蚓、隨意在花園脫褲子尿尿……等。

(2)你欣賞張小弟這些習慣嗎?為什麼?

3.教師歸納整理：小朋友應改掉不好的生活習慣，培養正確的衛生習慣。

※問題討論：教師展示情境圖（健體課本第19頁），師生共同討論，教師依據情境圖提問。 7分鐘

1.下課時只顧著玩，沒有去上廁所，一直憋尿可能會發生什麼事？

(1)可能會尿在褲子上。

(2)憋尿可能導致尿道或膀胱發炎，影響身體健康。

2.如果手弄髒了怎麼辦？可以直接拿東西來吃嗎？（先洗手）

3.流汗了，怎麼辦？（用手帕擦乾，回家要清洗身體，換乾淨衣物）

4.覺得口渴了，該怎麼做呢？（補充水分）

5.經過一天的活動，身體或是衣服弄髒了，該怎麼辦？（清潔身體）

(三)綜合活動：師生共同歸納 3分鐘

1.憋尿會影響身體健康，下課時要先去上廁所，玩遊戲玩到一半想上廁所，也要立刻去。

2.玩遊戲時，手會碰到許多看不見的細菌，要先洗手才能拿東西吃或拿水壺來喝水，以免將手上的病菌吃進去，危害身體的健康。

3.身體可以讓我做出許多動作與活動，我要保持身體乾淨，好好愛護它。

4.活動時，身體會流汗，讓身體臭臭的，也可能弄髒身體或衣服，回到家後要清潔身體並換穿乾淨衣物。

試教成果
或
教學提醒

(非必要項目)

參考資料

南一健康與體育第一冊、身體歌(巧虎)、髒小弟故事繪本 ppt

附錄