|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **領域/科目** | 健康與體育 | **設計者** | 林昭青 |
| **實施年級** | 六年級 | **總節數** | 共 1 節， 40 分鐘 |
| **主題名稱** | 健康知多少 |
| **設計依據** |
| **學習****重點** | **學習表現** | * 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。
* 2a-Ⅲ-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。
* 2b-Ⅲ-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。
 |
| **學習內容** | * 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。
* 2a-Ⅲ-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。
 |
| **核心****素養** | **總綱** | 自主行動* A1 身心素質與自我精進。
* A2 系統思考與解決問題。
 |
| **領綱** | * 健體-E-C1

具備生活中有關健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 |
| **議題****融入** | **實質內涵** | * 培養道德發展與判斷的知能。
* 增進尊重人性、自律負責與公平正義的信念與情懷。
* 養成實踐倫理價值的行為。
 |
| **所融入之單元** | * 品德教育融入本節課
 |
| **與其他領域/科目的連結** | * 社會
 |
| **教材來源** | 自編 |
| **教學設備/資源** | 電腦、網路訊息 |

|  |
| --- |
| **教學單元活動設計** |
| **單元名稱** | 健康知多少 | **時間** | 共 1 節， 40 分鐘 |
| **主要設計者** | 林昭青 |
| **學習目標** | * 培養具備健康生活的知識、態度，增進健康的素養。
* 培養思辨與善用健康生活的相關資訊的素養。
 |
| **學習表現** | * 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。
* 2a-Ⅲ-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。
* 2b-Ⅲ-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。
 |
| **學習內容** | * Fa-Ⅰ-3 情緒體驗與分辨的方法。
* Fa-Ⅱ-1 自我價值提升的原則。
 |
| **領綱核心素養** | * A1 身心素質與自我精進
 |
| **核心素養呼應說明** | * A1 身心素質與自我精進。
* A2 系統思考與解決問題。
* 健體-E-C1

具備生活中有關健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 |
| **議題融入****說明** | * 品德教育
* 培養道德發展與判斷的知能。
* 增進尊重人性、自律負責與公平正義的信念與情懷。
* 養成實踐倫理價值的行為。
 |
| **教學活動內容及實施方式** | **備註** |
| 壹、引起動機： 上了六年的健康與體育 師：「你覺得健康是什麼？」 歸納：身體健康、飲食健康、生活健康、心理健康貳、發展活動：  活動一 【瞭解什麼是心理健康？】 師：「同學覺得心理健康包括什麼？」 歸納：心理的健康決定於... ● 你對自己的感覺如何 ● 你對別人的感覺如何 ● 你如何處理面對日常生活中或網路上的種種需求或訊息。  活動二 【我如何面對網路上的訊息】 (一) 請學生說出他們會利用網路做什麼？得到什麼訊息？ 1.歸納綜合：知識、生活(食衣住行育樂)、聊天室、 新聞……  2.不良網頁不上網、不實消息不傳播 (二) 教師舉例網路上有關疫情的新聞…… (1) 角色發生了什麼事？ (2) 角色看起來(感覺)如何？ (3) 別人怎麼看待這個角色？ (4) 我對這個角色的感覺？ 歸納：發揮角色同理心，我不喜歡或不想的，也不要加諸在 別人身上。   活動三 【網路KUSO真有趣】 如果我看到的是網路上針對某人或某事件，以有趣的 KUSO方式呈現，我也覺得非常的好玩。你會分享給朋 友嗎？(贊成還是反對？為什麼？) 歸納：有些KUSO影片不涉及人與事時，或許可以分享給朋 友。如果是針對性的，不應該成為傳播者。参、綜合活動 案例：如果「訊息」傳播中的主角，是我認識的人……… 1.我會怎麼做？ 2.如果同圈朋友說：「如果你不一起說他、罵他，你 就不是我的朋友……」，你真的很重視朋友，怎麼 辦？ 歸納：朋友真的很重要，所以「交好朋友」更重要。 | 使用meet線上教學應用網形圖請學生寫下答案，並秀出答案。幫助學生羅列概念理解應用網形圖請學生寫下答案，並秀出答案。幫助學生羅列概念理解透過「角色地圖」引導學生思考應用T形圖引導學生進行評估 |
| **試教成果****或****教學提醒** | **（非必要項目）**提醒學生防疫在家學習，仍要注意自身的健康。 |
| **參考資料** | 心理健康。資料出處：http://www.etmh.org/CustomPage/HtmlEditorPage.aspx?MId=738&ML=1 |
| **附錄** | 列出與此示案有關之補充說明。 |