

彰化縣立員林國民中學公開授課教學活動設計

(授課者填寫)

授課教師： 林明慧 授課班級： 903 授課科目： 健康教育

授課單元： 3-1 身體意象 教材來源： 翰林 授課日期： 109 年 11 月 4 日 第 七 節

學習目標	一、建立對身體自我悅納的態度及想法。 二、了解現代社會對於體型的各式價值觀，並反省自己對體型的期待情形。 三、澄清體型價值觀的迷思。		
學生先備經驗或教材分析	一、準備「體型價值觀」學習單或示例。教學前充分與學生討論體型價值觀，避免因想法差異而造成學生接受度降低。準備常見的新聞、廣告。準備批判性的演練示例。 二、學生：請學生思考平時如何看待自己的身體，這些想法來自於何處？		
教學活動		時間	評量方法
體型比一比 一、教師引導學生從三張圖片，請學生討論對於體型的感覺跟美醜的想法。 二、教師總結：從分析不同的體型觀點，會因對自我體型的想法認知不同進而影響身心。		10'	觀察
我的體型價值觀 一、教師利用體型價值觀學習單的體型分類表，帶領學生探討下列問題。 (一)你目前屬於哪一種體型？ (二)你心中的理想體型是哪一種？ (三)你心中的理想體型與現實體型是否有差異？ (四)不管你的理想與現實體型間是否有差距，請嘗試分析其中可能的原因？(例如：對於體型看法源自哪裡？家人、同學或電視媒體？) 二、教師請學生思考有哪些因素，造成理想與現實之間的落差。		25'	學習單

<p>三、每個同學請三位班上的同學針對自己的體型給予一個號碼，自己可看看與自己認為的現實體型是否有差異?如果有，分析為何會有差異產生?</p> <p>四、老師藉由影片跟自己虛擬的身體意象照片與同學分享身體意象的想法。</p> <p>五、教師統整學生的說法，說明每個人對體型都有不同的期待，影響這些期待的因素可能包括以下內容。</p> <ul style="list-style-type: none"> ★家庭背景的影響。 ★生活環境的影響。 ★流行趨勢的影響。 ★媒體渲染的影響。 ★同儕團體的影響。 ★時代演變的影響。 <p>六、教師說明如何獲取正向的身體意象?</p> <ul style="list-style-type: none"> ★接受並喜歡自己的外型 ★多元審美觀 ★追求健康的體型 <p>六、最後教師總結：影響我們對於體型看法的因素很多，我們學習從生活中慢慢地歸納、整理，進而透過批判思考歷程，用較正向健康的態度看待體型並實踐之。</p> <p style="text-align: center;">(第一節結束)</p>	10'	<p>學習單</p> <p>觀察</p> <p>找同學評量</p> <p>影片 照片</p>
---	-----	--