

領域／科目	健康與體育		設計者	海埔國小李世榮
實施年級	一年級上學期		總節數	共 1 節，40 分鐘
課文名稱	壹、快樂上學去 四、活力加油站		授課時間：109.12.1 13:30~14:10	
設 計 依 據				
學習重點	學習表現	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為</p> <p>2b-I-2 願意養成個人健康習慣</p>	核心素養	<p>●總綱</p> <p>A1身心素質與自我精進</p> <p>A2系統思考與解決問題</p> <p>C2人際關係與團隊合作</p> <p>●課綱</p> <p>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。</p> <p>健體-E-A2：具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-B1：具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p>
	學習內容	Ea-I-2 基本的飲食習慣		
議題融入	實質內涵			
	所融入之學習重點	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。		
教學設備／資源	<p>1. 教師準備投影機及喇叭。</p> <p>2. 情境圖。</p>			
學 習 目 標				
<p>1. 能從閱讀中認識早餐的重要性。</p> <p>2. 能連結生活發覺早餐可以維持精神與活力。</p> <p>3. 能透過分享願意養成吃早餐的習慣。</p>				

課程教學設計 P1

教學活動內容及實施方式	時間	備註
<h2 style="color: blue;">四、活力加油站</h2> <h3 style="color: red;">活動一 早餐真重要</h3>		
<ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機： 藉由圖中人吃不吃早餐的結果，說明早餐的重要性。 	3分	學習評量 1.能說出早餐的重要性。 2.能連結生活發覺早餐可以維持精神與活力？
<ul style="list-style-type: none"> ● 教學活動： <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師以投影機展示給學生，調查學童今天早餐吃了嗎？ 	5分	口語評量： 1. 能說出早餐吃與不吃的情形。 2. 能說出吃早餐的好處。
<ol style="list-style-type: none"> 2. 學童分組，甲組閱讀沒吃早餐的圖，乙組閱讀有吃早餐的圖，再引導學童說一說。 <ol style="list-style-type: none"> (1) 沒有吃早餐的情形 (2) 有吃早餐的情形 	5分	操作評量 1.能正確閱讀課本內容
<ol style="list-style-type: none"> 3. 教師引導學童發表，吃不吃早餐有什麼不一樣？ <ol style="list-style-type: none"> (1) 有吃早餐，才會長得好。 (2) 經常沒有吃早餐，會長不高…。 	5分	口語評量： 1.能比較吃和不吃早餐的不同
<ol style="list-style-type: none"> 4. 教師引導學童討論並檢視 <ol style="list-style-type: none"> (1) 有同學和小克一樣，沒有吃早餐嗎？ (2) 沒有吃早餐的同學，說說沒吃早餐的感覺與原因。 	5分	口語評量 1. 能說出沒有吃早餐的感覺和原因。
<ol style="list-style-type: none"> 5. 師生一起動動腦，幫沒吃早餐的同學想法子，怎麼做可以每天吃早餐呢？ <ol style="list-style-type: none"> (1) 家人沒有時煮早餐，可以買麵包、牛奶…。 (2) 沒有時間在家裡吃，可以帶到學校，並在 8 點前用餐。 	5分	操作評量 1. 能想出法子解活沒有吃早餐

課程教學設計 P2

教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p>6. 早餐早重要 PK 大賽</p> <p>(1) 學生分成兩大組，選出小組長，各組討論並記錄「吃早餐有哪些好處？」。</p> <p>(2) 各組輪流提問、回答。</p> <p>(3) 將各組提出的好處列在投影布幕上，得分最高組別獲勝，給予掌聲及鼓勵。</p>	5分	<p>操作評量：</p> <p>1. 能和同學討論並找出答案。</p>
<p>7. 師生共同歸納</p> <p>(1) 早餐真重要，我們要每天吃早餐。</p> <p>(2) 早餐能使我們體力充沛精神好，上課更專心，還可以讓我們長得好。</p>	5分	<p>學習評量：</p> <p>1. 能說出早餐的重要性</p> <p>2. 能養成吃早餐的習慣。</p>
<p>8. 小小行動家：教師指導學童記錄一週「吃早餐紀錄」</p> <p style="text-align: center;">～本節結束～</p>	2分	