

彰化縣大竹國民小學公開觀議課課程設計

領域/科目	健康與體育		設計者	鄭季玲
實施年級	一年級		總節數	1節
單元名稱	身體清潔嚕啦啦-我會洗手			
學習重點	學習表現	1a-I-2 認識健康的生活習慣 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能 3a-I-2 能於引導下於生活中操作簡易的健康技能	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。
	學習內容	Da-1-1 日常生活中的基本衛生習慣 Da-1-2 身體的部位與衛生保健的重要性		
議題融入	實質內涵	E1 良好生活習慣與德行		
節數	教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明	
	<p>一、 認識洗手的重要性與時機</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 檢視自己的雙手是否乾淨：用濕紙巾擦拭 2. 常洗手才能趕走病菌，保護身體健康 3. 洗手的時機：吃東西前、上廁所後、擤鼻涕後、看病前後、遊戲後、運動後、回家後、玩玩具後等 <p>二、 練習正確的洗手步驟</p> <p>(一)濕搓沖捧擦</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.共同討論：平常如何洗手？ 2.洗手： <ol style="list-style-type: none"> (1)請一位同學示範洗手。 (2)問題討論：這樣的洗手方法好不好？能不能洗乾淨？有沒有什麼地方要改進？ (3)老師展示正確洗手的五個步驟：濕搓沖捧擦。 <ul style="list-style-type: none"> 濕：將雙手沾濕。 搓：搓一搓肥皂。 沖：將手上的泡泡沖乾淨。 捧：雙手捧一些水，將水龍頭上的泡泡沖乾淨。 擦：將雙手擦乾。 (4)請按照正確方式實際洗手。 <p>三、綜合活動：洗手宣導教材~洗手歌</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.歌詞欣賞與討論：利用歌詞部份讓幼兒對洗手的好處有更深的印象。 2.唱唱跳跳「洗手歌」：運動的部份則幫助身體更健康! 		<ol style="list-style-type: none"> 1. 能知道平時要常洗手，保持雙手乾淨的重要性。 2. 能知道正確洗手的方法和步驟。 3. 能依照正確的步驟和方法清潔雙手。 	