

舊社國小健體領域第九冊(5 上)單元四教案

單元名稱	單元四 做自己愛自己 第1課 獨特的自己	總節數	共1節，40分鐘
課程設計	蕭一強		
設計依據			
學習重點	學習表現	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。	領域核心素養
	學習內容	Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。	
學習目標	1. 了解成長階段的生理變化。 2. 描述自己的外在特徵，並喜歡自己。 3. 體會成長的變化及其代表的意義。 4. 發揮自己的優點，建立個人的價值。 5. 以正向、積極的想法與行為，面對自己的缺點。		
教材來源	康軒健康與體育領域第九冊(5上)單元四		
教學設備/資源	教室		
教學活動			
<p>【活動一】喜歡自己 20'</p> <p>◎引起動機：繪本「失落的一角」</p> <p>(一)教師透過課本的成長日記引導學生思考在成長過程中，從哪些地方可以發現成長的現象？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身高、體重增加，例如：腳掌變大，鞋子穿不下。 2. 出現第二性徵，例如：女生胸部開始發育，男生有喉結。 3. 能力增強，例如：能輕鬆拿起重物。 <p>(二)教師說明隨著年齡的增長，身體外觀也會跟著改變與成長，但是多數人的長相和外貌卻不一定會有很大的變化。</p> <p>(三)教師請學生描述自己的外貌，並思考自己的外貌帶來哪些喜悅或困擾？請學生逐一寫在紙條上，將紙條捲好，投入教師事前準備的紙筒中。</p> <p>(四)教師抽出 5~8 張，針對紙條內容帶領全班討論與澄清，如果發現學生對自己的外表不甚滿意，則加以勉勵與肯定。</p> <p>(五)教師補充說明，每個人的外表都是與生俱來的，應該學習接納自己、喜歡自己，而不是一味的羨慕他人、否定自己。</p> <p>(六)重點歸納：發現自己生理上的變化，且能描述自己的外在特徵，喜歡自己並接納自己。</p> <p>【活動二】成長的喜悅 20'</p> <p>(一)教師說明成長的過程中，除了身體外觀的改變，個人的能力、體適能或人際關係上，也會有</p>			

一些轉變。試著以不同的角度來看待自己，成長的空間也會更寬廣。

(二)請學生發表現在的你和以前比起來有哪些轉變？這些轉變代表著什麼意義？

(三)教師鼓勵學生要學會以積極、負責的態度來面對成長的變化。

(四)重點歸納：發現自己能力或人際互動上的變化，了解其代表的意義。

教學資源

1. 教師準備空白紙條和紙筒。
2. 教師準備「天生我才必有用」學習單（詳見教師手冊第 115 頁參考資料），課前請學生訪問一位家人和一位同學，說出學生的優點和專長。
3. 教師準備繪本「失落的一角」一書（文·圖：謝爾·希爾弗斯坦，翻譯：鍾文音）進行故事講述。亦可至 Youtube 搜尋「失落的一角」影片或參考資料。
4. 教師準備「我的行動計畫」學習單。（詳見教師手冊第 116 頁）

110 學年度彰化縣舊社國小教師專業發展實踐方案

表 3、教學觀察（公開授課）－觀察後回饋會談紀錄表

授課教師： <u>蕭一強</u> 任教年級： <u>五年級</u> 任教領域/科目： <u>健康</u>				
回饋人員： <u>蕭銘桂</u> 任教年級： <u>(選填)</u> 任教領域/科目： <u>(選填)</u>				
教學單元： ; 教學節次： 共 <u>4</u> 節，本次教學為第 <u>1</u> 節				
回饋會談日期： <u>111</u> 年 <u>11</u> 月 <u>16</u> 日 地點： <u>教務處</u>				
請依據觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：				
一、教與學之優點及特色（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：				
1. 教師於課程教學中引導學生如何進行討論指令能明確。				
2. 學生能掌握課程進行節奏，並做適當的回應，各小組成員間的任務均能配合教學活動設計之內容。				
3. 學生能根據教師的引導，討論重點並發表。				
4. 學生與老師的互動良好。				
5. 評量方式的運用適宜，能讓學生達到各項評量目標。				
6. 每個學習段落，教師都會結合學生回答，歸納與總結學習的重點，整理寫於黑板來總結。				
二、教與學待調整或改變之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：				
1. 有些學生未參與課堂上的口頭發表，老師可以依學生的差別性，協助學生有基本的回應。				
2. 學生在小組討論後，宜讓學生有更充分時間把剛剛所討論的結論好好呈現。				
三、授課教師預定專業成長計畫（於回饋人員與授課教師討論後，由回饋人員填寫）：				
成長指標	成長方式	內容概要說明	協助或合	預計完

	(研讀書籍、參加研習、觀看錄影帶、諮詢資深教師、參加學習社群、重新試驗教學、其他：請文字敘述)		作人員	成日期
A-3-1	<input checked="" type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處	公開課堂，讓其他教師觀摩教學活動中，學生能討論並紀錄所學主題內容的引導技巧，以及老師於過程中如何適度引導學生學習，並提醒學生如何掌握重點。		110年11月16日

(備註：可依實際需要增列表格)

四、收穫：

老師帶領學生進行有趣的討論，學生參與熱烈，班級氣氛良好!