

## 國小健體 二下 單元四 保健小學堂

單元名稱		第 1 課 疾病不要來	總節數	共 3 節，120 分鐘
<b>設計依據</b>				
學習重點	學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。	領域核心素養	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	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。		
學習目標		1. 認識登革熱的傳染途徑與症狀。 2. 在生活中，採取適當的行動預防登革熱。 3. 認識腸病毒的傳染途徑與症狀。 4. 能於引導下，操作腸病毒的預防方法。 5. 認識流行性結膜炎的傳染途徑與症狀。 6. 能於引導下，操作流行性結膜炎的預防方法。		
教材來源		康軒健康與體育領域第四冊(2下)單元四		
教學設備/資源		1. 教師準備登革熱的相關報導或影片、常見積水容器圖片、「打擊登革熱」學習單。 2. 教師準備腸病毒相關的宣導資料，例如：圖片、影片或網站資訊，以及「戰勝腸病毒」學習單。		
<b>教學活動內容及實施方式</b>			時間	教學評量/備註
《活動1》都是病媒蚊惹的禍 (一)教師播放登革熱防治宣導影片，介紹登革熱的傳染方式及症狀，強調登革熱主要是透過埃及斑蚊及白線斑蚊叮咬而傳染。 (二)配合課本第47頁圖文說明，如果感染登革熱，可能會出現嘔吐、高燒、頭痛、肌肉痛、眼睛部位痛、四肢起紅疹等症狀。 (三)重點歸納：登革熱是透過病媒蚊叮咬而傳染的疾病。			15'	1. 問答 (1)知道登革熱的傳染途徑。 (2)認識感染登革熱的症狀。 評量原則 (1)能說出登革熱是透過病媒蚊叮咬而傳染的。 (2)能說出感染登革熱可能出現的症狀。
《活動2》防蚊作戰計畫 (一)教師配合圖片說明蚊子容易生長的地方，例如：樹洞、積水的廢棄物、廢棄輪胎、未加蓋的水桶、盆栽底盤、室內花瓶、冰箱底盤等，強調平時定期清洗家中盛水容器，不讓蚊子產卵孳生，是防治登革熱最根本的方法。 (二)教師說明清除斑蚊蟲卵及幼蟲的方法： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 巡：經常巡視並檢查室內外可能積水的容器。</li> <li>2. 倒：倒掉容器中的積水。</li> <li>3. 清：處理廢棄容器，例如：丟棄或資源回收。</li> <li>4. 刷：刷洗容器，去除蟲卵。</li> </ol>			15'	2. 發表 (1)知道避免被蚊子叮咬的方法。 (2)知道清除斑蚊的蟲卵和幼蟲的方法。 評量原則 (1)能說出避免被蚊子叮咬的方法，至少三項。 (2)能說出清除斑蚊的蟲卵和幼蟲的方法。 3. 實作：完成「打擊登革

(三)請學生發表除了不讓蚊子孳生外，還有哪些防蚊措施可以避免被蚊子叮咬，例如：

1. 家裡裝設紗窗、紗門。
2. 睡覺時掛蚊帳。
3. 使用防蚊用品，例如：電蚊拍、捕蚊燈、防蚊貼片等。
4. 做好自我保護，進行戶外活動時穿淺色長袖上衣和長褲。

(四)重點歸納：做好環境管制與個人防護，可避免被蚊子叮咬。

### 《活動3》打擊登革熱

(一)教師發下學習單「打擊登革熱」，並說明完成方式：

1. 請家長陪同觀察住家附近或社區環境中，是否有容易孳生蚊子的地方。
2. 在家長的協助下進行清理行動，例如：清除不要的容器、刷洗積水容器以除去病媒蚊蟲卵；排除積水；將不使用的容器倒置或加蓋密封等。

(二)請學生完成學習單並於二週後交回。

(三)重點歸納：注意周遭環境衛生條件並清除積水容器、減少蚊蟲孳生，杜絕登革熱。

### 《活動4》小心腸病毒

(一)教師詢問學生本人或家人是否有得腸病毒的經驗，請學生分享。

(二)教師配合腸病毒防治宣導資料，簡單解釋腸病毒的傳染方式和感染時的症狀：

1. 腸病毒又稱為手口足症，因為得病後手、腳和嘴巴裡會長小水泡。
2. 腸病毒的傳染方式很多，包括：吸入病人的飛沫、吃到被病毒汙染的食物，以及與病人接觸等。
3. 腸病毒多數感染者沒有症狀，有些則只有發燒或類似一般感冒的症狀，少數人會有喉嚨和舌頭出現水泡、手腳出現紅疹或水泡、皮膚出現紅疹或小水泡等症狀。

(三)重點歸納：腸病毒的傳染力高，感染腸病毒應立即就醫並在家休息，以免傳染他人。

### 《活動5》戰勝腸病毒

(一)教師說明腸病毒目前沒有特效藥或疫苗可以治療，最好的預防方法是勤洗手並注意個人衛生，以降低

熱」學習單。

評量原則：能確實檢查並清理積水容器，完成紀錄。

10'

15'

1. 問答

(1)說出腸病毒的傳染途徑和症狀。

(2)說出預防腸病毒的方法。

評量原則

(1)能正確說出腸病毒的傳染途徑和症狀。

(2)能說出勤洗手並注意個人衛生是預防腸病毒的方法。

2. 演練：做出正確的洗手步驟。

評量原則：能依照「洗手五步驟」、「搓手七字訣」正確洗手。

3. 實作：完成一週洗手紀錄和「戰勝腸病毒」學習單。

評量原則：能確實記錄洗

15'

<p>感染的機會。</p> <p>(二)詢問學生是否記得洗手的方法，帶領全班複習洗手五步驟「溼、搓、沖、捧、擦」。</p> <p>(三)教師講解「搓手七字訣」：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 內：搓洗手心。</li> <li>2. 外：搓洗手背。</li> <li>3. 夾：搓洗指縫。</li> <li>4. 弓：搓洗指背。</li> <li>5. 大：搓洗拇指。</li> <li>6. 立：搓洗指尖。</li> <li>7. 腕：搓洗手腕。</li> </ol> <p>(四)師生共同討論洗手的時機，例如：吃東西前、上廁所後、玩遊戲後、運動後、打噴嚏後等，都要記得用正確步驟確實洗手。</p> <p>(五)教師請學生於課後完成一週的洗手記錄。</p> <p>(六)重點歸納：勤洗手、養成良好的衛生習慣，減少感染腸病毒的機會。</p>		<p>手成果，並正確完成學習單。</p>
<p>《活動6》腸病毒知多少</p> <p>(一)全班分成2組，輪流推派代表到臺前進行搶答，答對一題得1分。參考題目如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 得了腸病毒的人在咳嗽或打噴嚏時，會散布病毒到空氣中。(○)</li> <li>2. 摸過沾染腸病毒的玩具，如果沒有洗手就拿東西吃，可能會染上腸病毒。(○)</li> <li>3. 感染腸病毒後，手、腳、口腔可能會出現小水泡。(○)</li> <li>4. 為了避免不能上學，感染腸病毒最好不要告訴老師。(X)</li> <li>5. 感染腸病毒請病假在家好無聊，可以出門逛街打發時間。(X)</li> <li>6. 感冒的病人才要戴口罩，感染腸病毒的病人則不必戴口罩。(X)</li> <li>7. 感染腸病毒應請假在家裡休息。(○)</li> </ol> <p>(二)得分較高的組別獲得全班愛的鼓勵。</p> <p>(三)教師請學生於課後完成「戰勝腸病毒」學習單。</p> <p>(四)重點歸納：認識腸病毒的傳染途徑與症狀，並知道預防的方法。</p>	<p>10'</p>	
<p>《活動7》眼睛紅紅的</p> <p>(一)教師說明流行性結膜炎是學生常見的眼部疾病，又叫紅眼症，主要是因為接觸到病人的眼睛分泌物而感染。</p>	<p>20'</p>	<p>1. 問答</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)說出流行性結膜炎的傳染途徑和症狀。</li> <li>(2)說出流行性結膜炎的預</li> </ol>

<p>(二)配合課本第52頁情境，請學生思考紅眼症是怎麼傳染的。</p> <p>(三)教師補充說明流行性結膜炎的傳染途徑，主要是接觸到受汙染的器具之後又碰觸眼睛，才會感染，而感染後會發生眼睛紅、腫、癢、痛、怕光、容易流眼淚等症狀。</p> <p>(四)教師舉例：小新得了流行性結膜炎，他上完廁所後關門、沖馬桶、按電梯，他碰觸過的物品上面都可能存在著病毒。教師接著提問：雖然肉眼看不見病毒，但病毒可能躲在哪些地方？請學生自由發表。</p> <p>(五)重點歸納：流行性結膜炎的傳染力很強，但只要了解傳染途徑就能加以預防。</p> <p>《活動8》情境大考驗</p> <p>(一)教師請學生分組討論預防流行性結膜炎的方法，各組推派代表上臺將討論的處理方式表演出來。</p> <p>(二)教師引導學生針對表演內容提出建議並分享。</p> <p>(三)教師統整流行性結膜炎的預防方法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 避免與流行性結膜炎病患接觸。</li> <li>2. 注意雙手清潔，常用肥皂洗手。</li> <li>3. 不要用手揉眼睛，必要時用衛生紙擦拭。</li> <li>4. 不用公共場所提供的毛巾擦拭眼睛。</li> <li>5. 流行性結膜炎流行期間，不去公共泳池游泳。</li> <li>6. 使用自己專用的臉盆、毛巾來盥洗，不借用別人的眼藥或眼鏡。</li> </ol> <p>(四)教師請學生思考並完成課本第53頁的勾選，接著和同學討論沒有做到的部分可以如何改進。</p> <p>(五)教師發下「拒絕流行性結膜炎」學習單，請學生於課後完成。</p> <p>(六)重點歸納：勤洗手、注意個人衛生、不用手揉眼睛，這些行為可以預防流行性結膜炎。</p>	20'	<p>防方法。</p> <p>評量原則</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)能說出流行性結膜炎的傳染途徑和症狀。</li> <li>(2)能說出流行性結膜炎的預防方式，至少二項。</li> </ol> <p>2. 實作：完成「拒絕流行性結膜炎」學習單。</p> <p>評量原則：綜合流行性結膜炎的症狀，以及容易感染和預防的行為，完成學習單。</p>
<b>教學提醒</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師可引導學生發表自己的防蚊經驗，並以此為引導，強調做好環境管制，可以有效降低病媒蚊對身體健康的威脅。</li> <li>2. 腸病毒好發於在國小學生身上，教師應鼓勵學生養成勤洗手的習慣，並引導學生力行「染上腸病毒應在家休養」，避免與同學交互傳染，造成別人的痛苦。</li> <li>3. 結膜炎常常在夏季引發流行，又稱為「流行性結膜炎」，俗稱「紅眼症」。學生可能不了解「結膜」的位置，教師可配合延伸資料中的眼睛構造圖講解。</li> <li>4. 流行性結膜炎的傳染力很強，主要是經由接觸傳染，例如：病患的眼睛分泌物、公用的毛巾、臉盆、水龍頭、門把等，如果公共游泳池設備消毒不佳，也很容易成為傳染的媒介。</li> </ol>	
<b>網站資源</b>	<p>你「眼紅」了嗎？結膜、角膜發炎怎麼辦？</p> <p><a href="https://www.twhealth.org.tw/journalView.php?cat=45&amp;sid=755&amp;page=1">https://www.twhealth.org.tw/journalView.php?cat=45&amp;sid=755&amp;page=1</a></p>	