

健康與體育領域一上第五單元教案

領域/科目	健康與體育	設計者	連楨婷
實施年級	一上	教學時間	40分鐘
主題名稱	壹、快樂上學去		
單元名稱	五、校園生活健康多		
設計依據			
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。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-1 能於引導下,使用適切的健康資訊、產品與服務。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	總綱 與領 綱之 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。 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。
	學習內容	Ca-I-1 生活中與健康相關 的環境。	
融入議題與其 實質內涵	<ul style="list-style-type: none"> ●家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 ●生涯規畫教育 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 ●閱讀素養教育 閱 E11 低年級：能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 ●戶外教育 戶 E1 善用教室外，戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 		
與其他 領域/科 目的連 結	無		
教材 來源	●南一版健康與體育第一冊〔一上〕主題壹第五單元		
教學 設備/ 資源	<ul style="list-style-type: none"> ●電子書及播放設備、素養評量單。 ●教師準備：各式學校健康檢查複檢通知單。 		
學習目標			
<ol style="list-style-type: none"> 1. 知道學校健康中心的設備及器材的使用方法。 2. 能知道學校護理師及醫師到校服務的工作內容。 3. 能知道健康檢查複檢（再檢查）怎麼做。 4. 能禮貌對待護理人員，並適時表達謝意。 5. 在學校發生事情能主動尋求協助。 			

6. 學習解決問題的能力。
7. 能適時適切使用學校健康中心的設備或器材，以維護健康。
8. 能於日常生活中，做到守護身體健康的行為。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
<p>【活動 1：身體不舒服或受傷時】</p> <p>一、重點：能知道在學校身體不舒服或受傷時，要告訴老師，並到健康中心尋求協助。</p> <p>二、活動</p> <p>(一)教師引導學生回答下列問題</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 我們現在在哪裡？ • 學生答：教室、學校……教師接學生的語尾，將地點銜接至「學校」。 2. 我們在學校做什麼活動？ • 學生答：上課、遊戲…… <p>(二)教師提問：除了大家提出的活動，有沒有人在學校有發生過身體不舒服或受傷的情況？有發生過的人請舉手。</p> <p>(三)教師引導舉手的學生說出自己或他人發生的事件內容。</p> <p>(四)教師播放電子書中的情境圖，請全班學童說出圖示中的小朋友在學校發生什麼事？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 臉紅發燒、頭暈。 2. 肚子痛。 3. 運動受傷，腳流血了。 4. 搬椅子，手被夾到，手指紅腫。 <p>(五)教師引導學生先思考「如果在學校發生下面的事情，你會怎麼處理？」，指導學生完成教材上「連連看」的活動，教師再以範例說明（答案可複選）。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 臉紅發燒、頭暈（告訴老師、告訴同學、到健康中心）。 2. 肚子痛（告訴老師、告訴同學、到健康中心）。 3. 運動受傷，腳流血了（告訴老師、告訴同學、到健康中心）。 4. 搬椅子，手被夾到，手指紅腫（告訴老師、告訴同學、到健康中心）。 <p>(六)討論與分享：完成「連連看」的活動後，教師引導學生逐一討論並分享適當的處理方式。過程中，可能出現與上方不同的答案（少連或多連），只要不危害健康，教師可彈性接受學童的選擇。</p> <p>(七)教師引導學生一起歸納結果，完成「說說看」活動。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在學校發生事情，一定要告訴誰？（學生回答：老師、同學） • 答案可以是兩者（老師、同學）皆有，或僅有一個（老師），不可以只有告訴同學，以免發生因處理不善導致危害身心健康或生命安全的情況。 2. 在學校能幫助你的有哪些人？（學生回答：老師、同學、校護……） • 如果學生說出主任、校長、志工……等，教材上未提及的人物，只要合理，教師可彈性接受學童的說法。 3. 哪些事情要到健康中心處理？（學生回答：身體不舒服，如發燒、 	40	<p>能參與討論，並專心聆聽別人的言論</p> <p>能完成課本評量</p> <p>能參與討論，並專心聆聽別人的言論</p>

<p>頭暈、肚子痛或受傷流血、夾傷)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 如果學生說出教材上未提及的情況，只要合理，教師可彈性接受學生的說法。 <p style="text-align: center;">～第一節結束～</p>		
<p>參考資料</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 教育部 / 學生衛生資訊網 ● 教育部主管法規查詢系統 / 各級學校健康中心設施及設備基準 ● 中華民國學校護理人員協進會 ● 王淑芬著 (2012)，君偉上小學：一年級鮮事多，親子天下。 	