

健康與體育領域四下第一單元教案

領域/科目		健康與體育		設計者	施衛玲
實施年級		四下		教學時間	40分鐘
主題名稱		壹、健康新世界			
單元名稱		一、風搖地動			
設計依據					
學習重點	學習表現	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-II-2 展現促進健康的行為。		總綱與領綱之核心素養	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。
	學習內容	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。			
融入議題與其實質內涵		• 安全教育 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 • 防災教育 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。			
與其他領域/科目目的連結		無			
教材來源		• 南一版健康與體育第八冊〔四下〕主題壹第一單元			
教學設備/資源		• 電子書及播放設備、素養評量單。 • 教師準備：中央氣象局網站資料及 APP、地震相關災害照片或影片、地震預警簡訊圖片。 • 學童準備：書包。			
學習目標					
1. 能認識地震災害的種類及嚴重性。 2. 明白地震避難掩護動作對自己健康的重要性。					

3. 能演練並熟悉地震來臨時的避難步驟。
4. 能在不同的場域中操作防震避難動作。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
【活動 3：震撼教育】 一、重點 (一)認識地震災害的嚴重性。 (二)熟練地震來臨時的避難步驟。 (三)引導學童認識地震引發的嚴重災害，並學習在不同的場域中避難。 二、活動 (一)教師說明：地震是地殼板塊錯位、變動所產生的現象，地震的突發性經常帶來難以估計的損失。 (二)臺灣位處地震帶上，是發生地震的高風險地區，1999 年 9 月 21 日發生的「921 地震」曾造成許多生命財產損失。有鑑於此，政府將每年 9 月 21 日訂為「國家防災日」，期望藉由實地演練避難動作提升民眾地震災害應變能力。 (三)教師請學童回想「國家防災日」進行防震演練的情形，並分享地震當下感受。 (四)教師播放電子書情境並提問： 1. 學校的地震警報如何發出訊號？ 2. 每次地震的強度都一樣嗎？ 3. 為什麼要保護頭部、就地避難？ (五)教師說明： 1. 學校裝有「即時地震監測系統」，只要系統感知到震波，就會發出警報鳴響，告知我們即將有地震發生。 2. 而臺灣因為地處地震帶，隨時有大小地震發生，對於較大的地震，「即時地震監測系統」才會通報，以維護學校師生的安全。 3. 地震來臨時，地板搖晃，人體可能重心不穩，導致無法快速、安全的逃離現場，因此要就地尋找可以掩護的地方，趴下穩住身體重心。 4. 教師提醒學童，應保護頭部讓其不受到掉落物品砸傷，因為頭部掌管全身上下許多功能，一旦受到傷害，如果沒辦法在短時間予以急救，將會造成永久性的傷害。 5. 抓住桌腳，當地震引起建築物或地面晃動時，可以讓桌子形成一個移動式的保護屏障。 (六)教師播放電子書，請學童先觀察地震的避難步驟，並帶領全班實際進行地震避難演練。 1. 地震來臨時： (1)趴：立即蹲低或趴下。 (2)掩：尋找可以保護頭部的物件。	5	能參與討論、發表
	5	能參與討論、發表
	10	
	10	能實際進行地震避難演練動作

