

彰化縣新民國小健康教育課程教學教案

教 案 名 稱	1-5 健康生活深呼吸		
設 計 者	楊政諺	適 用 對 象	六年級學生
活 動 時 間	112 年 12 月 20 日 11:15~11:55	版 本	南一書局
學 習 目 標	1. 認識空氣汙染。 2. 知道空氣汙染源有哪些。 3. 能與學童（或小組）討論社區空氣汙染形成的原因。 4. 能調查並分析社區空氣汙染問題。 5. 能了解空氣汙染對健康的影響。 6. 能了解空氣汙染對環境的影響。 7. 能了解「空汙旗」的概念。 8. 能將「空汙旗」的概念融入生活中，做為戶外活動的參考依據。 9. 能養成良好環保習慣。 10. 能身體力行減碳生活。		
對 應 能 力 指 標	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。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 4a-III-3 主動的表現促進健康的行動。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。		
符 合 生 活 技 能 項 目 (勾 選)	情緒- ☒ 自我覺察 ☐ 情緒調適 ☐ 抗壓能力 ☐ 自我監控 ☐ 目標設定 人際- ☐ 同理心 ☐ 合作與團隊作業 ☐ 人際溝通能力 ☐ 倡導能力 ☒ 協商能力 ☒ 拒絕技能 認知- ☒ 做決定 ☒ 批判思考 ☒ 解決問題		

教 學 目 標	教 學 活 動	教 具	時 間	學 習 評 量
1a-III-2 1b-III-1 4b-III-1 4b-III-2 4b-III-3 1a-III-3 4a-III-2 4a-III-3	【活動 3：空氣汙染面面觀】 (一)引起動機：教師揭示空氣汙染影響健康與環境的相關照片或圖片，說明空氣汙染對健康與環境的影響，引導學童重視空汙問題。 (二)教學活動 1.教師請學童翻開教材，進行教材內容的閱讀與討論。 2.教師展示空汙五色旗，並說明五色旗子各自代表的意義。 3.指導學童觀察旗色，進行戶外活動注意事項即可。 4.活動進行一段時間後，可請學童發表心得，進行成果分享。 (三)教師歸納 1.惡劣的空氣品質不但會刺激眼、鼻、口和呼吸系統，也會導致皮膚過敏、氣喘、咳嗽，嚴重的甚至造成器官病變、心臟病及肺癌等致命性疾病。 2.在空氣汙染情形嚴重時，應盡量減少外出，若一定要外出，也請帶上口罩，將傷害降至最低。 3.據衛生福利部的調查顯示，近年來國內學童罹患氣喘比例大增，和空氣品質變差有直接的關係，這是值得大家去注意關心的。 4.沙塵會阻塞植物氣孔，妨礙光合作用進行，影響植物生長。 5.汽機車排放出一氧化碳、二氧化氮等氣體，會影響血液含氧量及造成呼吸器官感染。 6.細懸浮微粒散布空中造成霾害，引發日照時間縮短，影響農作物生長。 ～第三節結束/共 4 節～	教師準備： PPT。 教師準備：空汙旗。	5 25 10	能參與討論、發表 能發表心得