

領域/科目	健康與體育		設計者	
實施年級	三上		教學時間	200分鐘(觀課活動二)
主題名稱	守護健康一把罩			
單元名稱	健康保衛一起來			
<b>設計依據</b>				
<b>學習重點</b>	學習表現	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。 4a-II-2 展現促進健康的行為。		<b>總綱與領綱之核心素養</b>
	學習內容	Da-II-1 良好的衛生習慣。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。 Fb-II-3 正確就醫習慣。		
<b>融入議題與其實質內涵</b>	• 家庭教育 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。			
<b>與其他領域/科目目的連結</b>	無			
<b>教材來源</b>	• 南一版健康與體育三上主題壹單元三			
<b>教學設備/資源</b>	● 電子書及播放設備、素養評量單。 ● 教師準備：〈羅塔和他的朋友們〉繪本、健保卡、健康存摺示意圖。			
<b>學習目標</b>				
1. 了解個人衛生習慣對健康的重要性。 2. 認識傳染病的種類及傳播途徑。 3. 認識健保卡、健康存摺及全民健保相關功能。 4. 認識住家附近的醫院及診所。 5. 能發覺不良的衛生習慣可能導致傳染病。				









<p>4.仔細聆聽醫生的囑咐，並確實遵守，才能早日恢復健康。</p> <p>(五)認識健康存摺</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.如果想知道自己健保卡中的資訊，可以申請健康存摺。</li> <li>2.教師透過「全民健康保險—健康存摺」網站，引導學童認識健康存摺。</li> <li>3.教師在課堂上播放健康存摺功能介紹影片（衛福部中央健保署），提醒學童在家中可以請家長協助申請。</li> <li>4.如何申請健康存摺：利用臨櫃辦理、電腦、健保卡或手機 App。</li> </ol> <p>5.健康存摺申請流程須知</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)臨櫃申請：攜帶本人健保卡、身分證到健保署各分區業務組及聯絡辦公室辦理。</li> <li>(2)電腦（健保卡）申請：進入健康存摺網路申請頁面，將健保卡插入晶片讀卡機，依步驟進行註冊。</li> <li>(3)手機 App 認證申請 <ol style="list-style-type: none"> <li>①身分：本國籍人士。</li> <li>②手機號碼：本人申辦。</li> <li>③網路狀態：個人行動網路 4G。</li> <li>④在 App 商店搜尋「健保快易通」或「健康存摺」。</li> </ol> </li> </ol> <p>6.透過健康存摺，可以知道哪些訊息？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)預防接種資料。</li> <li>(2)門診就醫紀錄。</li> <li>(3)領藥、就醫提醒。</li> <li>(4)用藥、過敏紀錄。</li> <li>(5)藥品項目及外觀。</li> <li>(6)生理量測紀錄。</li> <li>(7)住院、手術資料。</li> <li>(8)血糖、血脂檢驗。</li> <li>(9)器官捐贈或安寧緩和醫療意願。</li> </ol> <p>(六)健康存摺知多少</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.教師在前一堂課簡單介紹健康存摺。</li> <li>2.請學童分組查詢其他可在健康存摺中發現的訊息，並於下次課堂上發表。</li> <li>3.聆聽完學童發表後，教師可視情況補充相關資訊。</li> </ol> <p>(七)看診結束之後，還要做什麼動作？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.在櫃檯拿領藥單後，再到健保特約藥局向藥師領藥。</li> <li>2.領回健保卡。</li> <li>3.注意藥師的叮嚀，包含服藥天數、次數、時間、特殊情況用藥等指示。</li> </ol> <p>(八)師生共同討論</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.健康存摺是我們的健康紀錄資料庫，我們可以多加運用。</li> <li>2.領藥後，要遵照藥師的吩咐服藥。</li> </ol> <p>(九)教師指導學童完成活力存摺。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.引導學童檢核自我照顧方法執行情形，請學童將做到的行為打✓。</li> </ol>	<p>能參與討論、發表</p> <p>能完成活力存摺</p>
--	--------------------------------

<p>2.去診所看病前，要記得帶健保卡。</p> <p>3.填入自己家裡或學校附近有哪些醫院或診所（教師提醒學童，可以找找家中是否有留下以前的藥袋，藥袋上就會有醫院或診所名稱）。</p> <p style="text-align: center;">～第四至五節結束/共5節～</p>		
<p>參考資料</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 衛生福利部疾病管制署／病毒性腸胃炎</li> <li>• 兒童健保園地（衛生福利部中央健康保險署兒童版）</li> <li>• 衛生福利部中央健康保險署／全民健保行動快易通／健康存摺 APP</li> <li>• 衛生福利部中央健康保險署／【健保快易通 APP】快速認證操作教學 健康存摺—就醫資訊輕鬆查</li> <li>• 衛生福利部疾病管制署／阿疾師飲食防疫小教室（201908製）</li> <li>• 蔡秀敏著，吳怡蓀繪（2018），羅塔和他的朋友們，聯經出版公司。</li> </ul>	