

彰化縣112學年度花壇國民小學公開觀課課程設計

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                       |                |                                                                                     |     |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 領域/科目 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 健康與體育                                                                 |                | 設計者                                                                                 | 蔡春花 |
| 實施年級  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 一年級                                                                   |                | 總節數                                                                                 | 1 節 |
| 單元名稱  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 身體清潔嚕啦啦-我會洗手                                                          |                |                                                                                     |     |
| 學習重點  | 學習表現                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1a-I-2 認識健康的生活習慣<br>3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能<br>3a-I-2 能於引導下於生活中操作簡易的健康技能 | 領綱<br>核心<br>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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Da-1-1 日常生活中的基本衛生習慣<br>Da-1-2 身體的部位與衛生保健的重要性                          |                |                                                                                     |     |
| 議題融入  | 實質內涵                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | E1 良好生活習慣與德行                                                          |                |                                                                                     |     |
| 節數    | 教學活動內容及實施方式                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                       |                | 學習重點暨核心素養呼應說明                                                                       |     |
|       | <p>一、 認識洗手的重要性與時機</p> <p>1. 常洗手才能趕走病菌，保護身體健康</p> <p>2. 洗手的時機：吃東西前、上廁所後、擤鼻涕、看病前後、遊戲後、運動後、回家後、玩玩具後等</p> <p>二、 練習正確的洗手步驟</p> <p>(一)濕搓沖捧擦</p> <p>1. 共同討論：平常如何洗手？</p> <p>2. 洗手：</p> <p>(1)請一位同學示範洗手。</p> <p>(2)問題討論：這樣的洗手方法好不好？能不能洗乾淨？有沒有什麼地方要改進？</p> <p>…(3)老師展示正確洗手的五個步驟：濕搓沖捧擦</p> <p>濕：將雙手沾濕。</p> <p>搓：搓一搓肥皂(20 秒)手心（內）、手背（外）、指縫（夾）、指背（弓）、拇指（大）、指尖(立)、手腕（腕）都要搓洗乾淨。</p> <p>沖：打開水龍頭，將手上的泡泡沖洗乾淨(20 秒)。</p> <p>捧：雙手捧一些水，將水龍頭上的泡泡沖乾淨。</p> <p>擦：用自己的手帕或毛巾將雙手擦乾。</p> <p>(4)請按照正確方式實際洗手。</p> <p>三、 綜合活動：洗手宣導教材~洗手歌</p> <p>1. 歌詞欣賞與討論：利用歌詞部份讓幼兒對洗手的好處有更深的印象。</p> <p>2. 唱唱跳跳「洗手歌」：運動的部份則幫助身體更健康！</p> |                                                                       |                | <p>1. 能知道平時要常洗手，保持雙手乾淨的重要性。</p> <p>2. 能知道正確洗手的方法和步驟。</p> <p>3. 能依照正確的步驟和方法清潔雙手。</p> |     |