

健體領域二上主題壹單元四教案

領域/科目		健康與體育		設計者	陳仕恩
實施年級		二上		教學時間	共4節(第2節)
主題名稱		壹、健康有一套四、空氣汙染大作戰			
單元名稱		空品旗的提醒			
設計依據					
學習重點	學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。		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-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	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。			
融入議題與其實質內涵		• 環境教育 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 • 安全教育 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。 • 防災教育 防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。			
與其他領域/科目的連結		無			
教材來源		• 南一版健康與體育二上主題壹單元四			
教學設備/資源		電子書及播放設備、素養評量單。			
學習目標					
1.知道空氣品質達紅色警示的意思。 2.知道空氣汙染對人、動物等都有影響。 3.知道不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣汙染。 4.知道空氣汙染會讓身體出現各種不舒服的症狀。 5.知道空氣汙染時期因應身體不舒服症狀的處理方法。					

- 6.知道對抗空氣污染的保健做法。
- 7.知道空氣品質不好時，在外面活動會吸入髒空氣。
- 8.嘗試透過眼看、鼻聞、手摸，發覺空氣變髒了。
- 9.知道空氣品質不好時，進行體育活動該注意的安全事項有哪些。
- 10.能配合空品旗選擇適合的活動方式。
- 11.面對不同空品旗，能做出適宜的保健行為。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
【活動 2：空品旗的提醒】 一、重點：在學校的學習情境及教師的指導與說明下，將抽象的空氣污染透過空品旗來具象化，讓學童知道不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣污染。並能在空品旗的提醒下，選擇適合的活動方式。 二、活動 (一)教師播放電子書情境圖的空品旗圖示，並展示本校空品旗。 (二)教師提問，引導學童說出「空品旗」的關鍵語。 1.是否見過這樣的旗幟？ 2.在哪裡見過？ 3.知道這是什麼旗幟嗎？ (三)教師提問：為什麼有不同顏色的空品旗 學童回答：不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣污染。 (四)教師說明不同空品旗所代表的空氣污染程度及其影響： 1.綠色：良好。 2.黃色：普通。 3.橘色：對敏感族群不良。 4.紅色：對所有人不良。 5.紫色：對所有人非常不良。 6.褐紅色：對健康有害。 (五)教師指導學童閱讀教材內容，連貫活動 1 紅色空品旗的出現並呼應上述空品旗的說明，引導出：學校穿堂擺放紅色空品旗，代表今天空氣品質到達紅色警示等級，提醒學童們下課後盡量不要到戶外活動。 (六)教師引導學童討論教材內容，看到紅色空品旗升起或聽見進教室的廣播時，怎麼做對健康比較好？ 1.繼續留在室外活動。 2.趕快進教室。 (七)教師補充教育部空品旗幟小口訣： 1.綠旗：空氣良好是綠旗，戶外運動可安心。 2.黃旗：空氣普通是黃旗，戶外運動要小心。 3.橘旗：空氣敏感是橘旗，敏感體質要留意。 4.紅旗：空氣不良是紅旗，減少活動多休息。 5.紫旗：空氣危害是紫旗，戶外暫停並小心。 6.褐紅旗：空氣危害是褐紅旗，戶外停止要注意。 (八)校園空品旗的擺放，是由學校負責處室每天主動到「環保署空氣品質監	2 6 2 2 5 5	

測網」網站查看當天空氣品質，再判斷要擺放的空品旗，以維護全校師生的健康。 1. 連線至環保署空氣品質網站，讓學童了解今天要學校要擺放哪一種空品旗。 (九)師生共同結論：空氣汙染嚴重時，為維護自己的健康，盡量不要到外面活動。 2 (十) 教師指導學童閱讀教材內容，討論並記錄下觀察到的校園空氣品質。 10 1. 指導學童針對下列問題至戶外觀察3分鐘。回教室後學生發表看法。 1. 眼睛看到的： (1)天空看起來是灰灰暗暗的，還是藍天白雲？ (2)太陽看得清楚嗎？ 2. 鼻子聞到的： (1)有臭臭的味道？有難聞的味道？ (2)有油煙的味道？有燒垃圾、稻草的味道？ (3)沒有任何味道？ (1) 手觸摸到的： (1)遊戲器材上有灰塵嗎？ (2)操場上的草皮表面有灰塵嗎？ ※教師須提醒學童，有時髒空氣是無色無味的，此時空品旗的提醒就更重要了。 (十一)師生共同歸納 2 1.學校擺設空品旗及廣播提醒在外活動的學童趕快進教室的原因：因為空汙嚴重時，如果還在外面活動，將會吸入髒空氣，對身體健康造成影響。 2.當空汙嚴重時，為避免過多髒空氣進入室內，應該暫時將門窗關閉。 3.空汙期間，如果需要外出時，一定要戴口罩，以維護自己的健康。 (十二)教師繼續播放電子書情境，引導學童閱讀教材，並討論「空品旗不變，我們自己活動方式要改變。」的內容。 2 (十三)討論與分享 2 1.想一想，空氣汙染時期有哪些可以進行的體育活動？ 2.上述體育活動進行時，要注意哪些安全事項？ ※只要答案合理，教師都應接受學童的說法。 ～第二節結束/共4節～		
參考資料	• 南一版健體二上教師手冊 • 行政院環境保護署/ 空氣品質監測網 • 教育部主管法規查詢系統/ 高級中等以下學校及幼兒園因應空氣品質惡化處理措施暨緊急應變作業流程 • 教育部資訊及科技教育司/ 校園空氣品質宣導資料 • 衛生福利部國民健康署/ 細懸浮微粒（PM2.5）之健康自我保護專區	