

教學日期	114 年 4 月 15 日	授課教師	蕭世旺
主題名稱	單元二 健康生活家 活動一預防傳染病的法寶	單元節數/授課節次	共 2 節，第 2 節
教學設計依據			
學習重點	學習表現	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	
	學習內容	Fb-III-1 健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	
學習目標		1.了解傳染是無形的。 2.了解衛生習慣養成的重要。 3.了解構成傳染病的三要素。 4.學習阻斷傳染病的發生。 5.針對阻斷傳染病三要素，找出本身所缺失的生活技能，並練習以此設定計畫，落實該項技能。	
教材來源		國民小學健康與體育—翰林版 6 下	
教學設備/資源		電腦、教學互動多媒體-電子書	

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
【引起動機】 教師提問：複習上一節課的概念，搭配前面提到的傳染病常在無形中發生，說明疾病的感染與生活習慣息息相關後—請學生發表，教師點出傳染病的三要素為病原體、傳染途徑以及抵抗力弱的人體。 【發展活動】 ◎詳解傳染三要素 教師介紹病原體，說明病原體可分為肉眼可見的寄生蟲、黴菌（部分可見）、細菌和病毒，並呼應先前提到為什麼傳染的進行是肉眼無法看到的。 教師請同學回答「小小行動家」中的問題，加深對於病原體的了解。 教師介紹傳染途徑，簡單以五大類別為基礎，介紹接觸傳染、食物或水傳染、飛沫或空氣傳染、蟲媒傳染以及性接觸與血液傳染，並可舉例各類別常見的情況有哪些。 教師介紹抵抗力，先以感冒為例向同學提問：為何同在一個班級，在同一間教室上課，班上有同學感冒	3 分 17 分	發表評量 參與討論 課堂問答 紙筆：完成小小行動家。 問答：能說出抵抗力與傳染病的關聯性。

時，有人被傳染而生病，有人卻沒生病呢？同學自由回答。 教師彙整同學意見後，以此說明由於每個人的抵抗力都不同，因此即使在同一個空間中，可能接觸到感冒的病原體，但不是每個人都會生病，以帶出抵抗力的重要。再進一步以此概念，說明抵抗力與睡眠、營養攝取、運動以及壓力有關。 ◎阻斷傳染三要素 教師請同學針對傳染病的三要素，說出相對應的阻斷方式，每位同學講一個阻斷的方式即可。可按病原體、傳染途徑、抵抗力順序找出消滅或阻斷的方式。 教師歸納同學回應的內容，說明只要將三要素的其中一個除去，就能達到避免傳染病發生的可能，但亦需提醒，因為傳染的過程並非肉眼可見，有無落實消滅和阻斷是無法判斷的，不能過度自信而忽略存在的風險。 教師針對消滅病原體的方式中，提醒落實正確的洗手步驟和時機是很重要的，所謂的正确是包含用肥皂或洗手乳，而不是依賴酒精。 教師介紹阻斷傳染途徑時，可帶出傳染途徑的阻斷多半與良好的衛生習慣有關，例如：不隨意觸摸口鼻、人多擁擠的地方戴口罩、住家環境的清潔等，都是能將病原體隔絕在個人生活外的好方法。 教師說明增強抵抗力時，可強調達成健康三要素：營養、運動與睡眠，是基本的體能因素；而施打疫苗，是藉由研究病原體後，製造出能誘發人體產生抵抗力的方式，讓我們受感染時，有抗體去消滅病原體，但每個人對疫苗的反應不一定都相同，因此必須和父母討論並經過同意後，才能注射疫苗。 ◎對抗傳染技能演練 教師先帶學生回顧阻斷傳染病三要素，再援引課本的以規律運動進行目標設定以及自我管理監控的情境，說明如何規畫設計目標設定與自我管理監控，以進行對抗傳染的生活技能展演。 教師請同學參照範例，根據阻斷傳染要素中自己較缺乏的項目，設計對抗傳染的目標。 教師說明有目標後，持續地朝向目標修正不良習慣，才能落實與完成目標，帶領同學依照課本的範例，並試著填答。 教師說明為何持續的修正，完成自我管理與監控的	10 分 10 分	問答：能針對傳染病發生的三個要素，說出相對應的阻斷方法。 填答 1：完成目標設定填寫。 填答 2：完成自我管理與監控填寫。
---	-------------------------	--

重要，是為了讓健康的生活型態，更能落實於日常中。 為激勵學生在生活中，實踐對抗傳染技能，教師以採分組競賽的方式，讓小組成員參照課本的內容，為自己訂定契約，並互相督促勉勵，教師可在契約執行期間，利用學生的自我紀錄，檢視執行狀況，再依照各小組的達成率高低給予獎勵。 ◎預防傳染有妙方 教師請同學依照課本小試身手的內容，依據個人生活的真實情況，進行檢核。 同學作答後，教師請同學回答未能達成的項目為何，彙整出較多大家未能達到的項目後，請同學思考，這些項目在生活中較難達成的原因可能為何？可以如何調整改進？ 教師帶領同學依照課本目標設定與自我管理與監控的兩個技能，檢視檢核後未能做到或有缺失之處，進行目標的達成與達成的管理與監控設定。 本節課結束		活動：完成小試身手活動，填答相關提問。
--	--	----------------------------