

雙語課程教案設計  
Bilingual Lesson Plan Curriculum Design

學校名稱 School	彰化縣青山國民小學	課程名稱 Course	網路不沉迷
單元名稱 Unit	健康用網路	學科領域 Domain/ Subject	健體領域
教材來源 Teaching Material	自編 參考康軒健康與體育 領域第十一冊(6上) 單元一	教案 設計者 Designer	張鈺雪、楊麗卿 王泰元、陳盈如 Daniel
實施年級 Grade	六	本單元共 4 節 This Unit has four lessons	
教案設計理念 Rationale for Instructional Design	藉由課程設計和教學活動讓學生願意培養正向的網路使用習慣。		
學科核心素養 對應內容 Contents Corresponding to the Domain/ Subject Core Competences	總綱 General Guidelines	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。 資 E11 建立康健的數位使用習慣與態度。	
	領綱 Domain/ Subject Guidelines		
	校本素養指標 School-based Competences		
學科學習重點 Learning Focus	學習表現 Learning Performance	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。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重 性。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。	

		4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 資 E11 建立康健的數位使用習慣與態度。願意培養正向的網路使用習慣
	學習內容 Learning Contents	Fa-III-4 正向態度與情緒、壓力的管理技巧。 Fb-III-1 健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。
學生準備度 Students' Readiness	學科準備度 Readiness of Domain/ Subject 已知各種上網工具及網路使用行為	
	英語準備度 Readiness of English 英語學科能力、課室英語	
單元學習目標 Learning Objectives	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識網路的便利性與正向使用網路的方法。</li> <li>2. 描述網路沉迷對健康的影響。</li> <li>3. 覺知網路沉迷所造成的威脅感與嚴重性。</li> <li>4. 透過篩檢量表，覺察個人網路沉迷問題。</li> <li>5. 理解避免網路沉迷的方法。</li> <li>6. 願意培養正向的網路使用習慣。</li> <li>7. 了解健康自主管理的原則與方法。</li> <li>8. 運用生活技能「自我管理與監督」，反省與修正網路使用的習慣。</li> </ol>	
中/英語 使用時機 Timing for Using Chinese/ English	教師 Teacher	學生 Students
	課室英語 課程用語	課室英語 網路使用優缺點，使用習慣
教學方法 Teaching Methods	教師提問、學生討論、學習單、統整、學生發表、設計宣導海報	
教學策略 Teaching Strategies	<p>提取經驗：學生上網工具、用途、頻率。</p> <p>主題討論：能和同學討論並思考網路帶來的影響。</p> <p>填寫學習單、製作宣導海報</p> <p>學生發表：能和同學分享自己的看法。</p> <p>教師總結歸納</p>	
評量方法 Assessment Methods	實作評量、口頭發表	

議題融入 Issues Intergrated		
教學流程 Teaching Procedures		
第一節	<p style="text-align: center;"><b>準備階段 Preparation stage</b></p> <p>(一)學生先完成「回家後學習管理時間分配學習單」 Take out your homework. How long do you spend online every day? I spend _____ to get on the Internet a day. hour 、hours 、minute 、minutes</p> <p style="text-align: center;"><b>發展階段 Development tage</b></p> <p style="text-align: center;"><a href="https://youtu.be/n1YyTzn9R1g">https://youtu.be/n1YyTzn9R1g</a> 我們這一家</p> <p>(二)播放至 1:03 What do you do online? I _____ chat with friends / go shopping / order food by food panda or Uber eat / play games</p> <p>(三) 播放 3:33 至~4:10 <a href="https://youtu.be/n1YyTzn9R1g">https://youtu.be/n1YyTzn9R1g</a> 使用網路帶給你哪些正面的幫助? 網路帶給你哪些幫助 What good things has the Internet done for you? 學生發表：說明網路對生活的便利性。</p> <p>(四)教師統整學生的回答，說明：善用網路可以讓生活更便利，例如：線上學習、上網查資料、與同學線上討論作業、在影音平臺看影片和聽音樂、線上訂餐、線上訂購票券、與親友聯絡等等，對生活有許多正面影響。</p> <p>(五) 播放 5:26 至 7:04 <a href="https://youtu.be/n1YyTzn9R1g">https://youtu.be/n1YyTzn9R1g</a> 使用網路帶給你哪些負面的影響? What bad effects does the Internet have on you? Lacking sleep (not getting enough sleep) Not finishing homework Hurting eyes Headaches</p>	<p style="text-align: center;"><b>時間 Time</b></p> <p>7 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>3 分鐘</p>

	<p>Emotional problems (upset, angry, argue with family)</p> <p>Losing focus in class (not paying attention in school)</p> <p>Spending too much money on online shopping and games</p> <p>(三)教師引導學生歸納網路帶來的負面影響</p> <p style="text-align: center;"><b>總結階段 Summary stage</b></p> <p>(五)重點歸納：認識網路的便利性與負面影響，請學生思考正向使用網路的方法。</p> <p style="text-align: center;"><b>第一節結束 End of the first session</b></p>	<p>8 分鐘</p> <p>2 分鐘</p>
<p>參考 資料 Refer ences</p>	<p>參考康軒健康與體育領域第十一冊(6上)單元一</p>	