

# 健康與體育領域四上第四單元教案

領域/科目	健體	設計者	陳芝玄
實施年級	四上	教學時間	40分鐘
主題名稱	壹、健康元氣站		
單元名稱	四、我愛地球		

## 設計依據

學習重點	學習表現	<p>1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。</p> <p>3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p> <p>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。</p> <p>4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。</p>	總綱與領綱之核心素養	<p>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。</p> <p>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p>
	學習內容	<p>Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。</p> <p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p>		

## 融入議題與其 實質內涵

●環境教育

環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。

	環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。		
<b>與其他 領域/科 目的連 結</b>	無		
<b>教材 來源</b>	●南一版健康與體育第七冊〔四上〕主題壹第四單元		
<b>教學 設備/ 資源</b>	●電子書及播放設備、素養評量單。 ●教師準備包裝盒、減塑相關影片、減塑圖卡、環境汙染相關影片。 ●學童準備不同包裝的物品。		
<b>學習目標</b>			
1.能認識不同的減塑妙招。 2.能覺察過度包裝可能產生的資源浪費與對環境的影響。 3.能覺察塑化劑對身體健康的危害。 4.能覺察環境汙染對健康的影響。 5.能認識減少塑化劑進入人體的方法，並採取行動。			
<b>教學活動設計</b>			
教學活動內容及實施方式		時間	評量方式
<b>【活動 3：減塑愛地球】</b>			

<p>一、重點</p> <p>(一)能知道日常生活中塑膠製品的使用時機和場所，並了解不當使用塑膠製品對環境的危害。</p> <p>(二)能了解生活中可以減塑的方式，連結生活中如何減塑並能說明自己的立場，進而影響家人一起參與減塑的行動。</p> <p>二、活動</p> <p>(一) 教師指導學童欣賞「一次用塑膠吸管減量，少一些會更好」影片。</p> <p>1.生活中常見使用塑膠製品的場合。</p> <p>(1)丟垃圾時→垃圾袋。</p> <p>(2)喝飲料時→飲料杯、吸管。</p> <p>(3)購物時→塑膠購物袋。</p> <p>2.請學童討論日常生活中還有哪些地方會使用到塑膠製品，將答案填入課本。</p> <p>(二) 請學童事先分組，各組課前蒐集塑膠類物品，於課堂上展示。</p> <p>教師指導學童欣賞塑膠製品汙染環境相關影片，討論塑膠製品如何影響我們的生態和環境。</p> <p>1.教師說明：塑膠袋在自然環境中不易被分解，會嚴重汙染土壤，影響土地的可持續利用，且焚燒後還會產生有害煙塵和氣體，汙染空氣。</p> <p>2.請學童分享欣賞完影片的感受。</p> <p>(三)請學童分享，自己在日常生活中還有什麼時候會使用到塑膠製品？將討論後的答案填入課本中。(參考答案：塑膠餐具、有濃厚香味的清潔用</p>	<p>5</p> <p>10</p> <p>5</p> <p>10</p>	<p>能參與討論，並專心聆聽別人的言論</p> <p>能參與討論，並專心聆聽別人的言論</p>
--	---------------------------------------	---

<p>品、藥品膠囊市售飲料、市售飲用水等。 )</p> <p>(四)教師歸納：因為塑膠自然分解的過程非常耗時，回收的過程中也需要將塑膠與可回收物質分類處理，所以更重要的是選擇可重複使用的包裝材質。</p> <p>(五)教師播放電子書中的情境，請學童觀察塑膠袋對環境產生的危害。</p> <p>1.海洋生物生態浩劫：海龜、鯨豚可能因誤食塑膠，造成無法消化或體內器官被刺穿，或被垃圾纏繞導致死亡。</p> <p>2.燃燒會產生危害健康的物質：若塑膠袋非環保塑膠袋，燃燒不完全就可能產生有毒物質（例如：戴奧辛）。</p> <p>3.塑膠是石化產物，因此掩埋塑膠要很久的時間才會分解。而塑膠的生產使用大量的石油，並帶來可觀的溫室氣體排放量。</p> <p>4.塑膠碎片流入海洋後，經由海洋生物的食物鏈，最後再次被人體吸收，造成人體健康的危害。</p> <p>(六)教師指導學童觀賞減塑行動影片，請學童分享觀賞影片後對塑膠減量的看法。</p> <p>(七)請學童閱讀課本並進行討論，除了課本提到的五種方式，還有什麼減塑妙招？請學童填入空格中。</p> <p>※ 參考答案</p> <p>1.出門帶可重複使用的袋子。</p> <p>2.攜帶隨身水瓶。</p> <p>3.泡散茶取代茶包。</p>	<p>5</p> <p>5</p>	<p>能參與討論，並專心聆聽別人的言論</p>
---	-------------------	-------------------------

4.叫美食外送時不索取免洗餐具。  5.購買二手但品質好的商品。		
參考資料	<ul style="list-style-type: none"><li>●南一版健體四上教師手冊</li><li>●衛生福利部食品藥物管理署 / 塑膠食品容器宣導網站</li><li>●衛生福利部國民健康署 / 內分泌干擾素_ 塑化劑</li></ul>	