

# 第一單元 戶外教學安全行

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>領域/科目</b>  | 健康與體育  | <b>教學者</b>  | 尤資齡               |
| <b>實施年級</b>   | 四上   | <b>教學時間</b>   | 40分鐘（第二節）         |
| <b>主題名稱</b>   | 壹、健康元氣站  |   |                   |
| <b>單元名稱</b>   | 一、戶外教學安全行（第一、二節）   |   |                   |
| <b>設計依據</b>   |  |   |                   |
| <b>學習重點</b>   | 學習表現   | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。<br>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>2b-II-1 遵守健康的生活規範。<br>3a-II-1 演練基本的健康技能。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。 | <b>總綱與領綱之核心素養</b> |
|   | 學習內容   | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。<br>Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。  |                   |
| <b>融入議題與其實質內涵</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 安全教育<br/>安 E2 了解危機與安全。</li> <li>● 戶外教育<br/>戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</li> </ul> |   |                   |
| <b>教材來源</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 南一版健康與體育第七冊〔四上〕主題壹第一單元</li> </ul>   |   |                   |
| <b>教學設備/資源</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 電子書及播放設備、素養評量單。</li> <li>● 教師準備：《甲類大客車安全逃生資訊指引》影片、簡易急救包（內含生理食鹽水、紗布等物品）影片。</li> </ul>    |   |                   |
| <b>學習目標</b>   |  |   |                   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能知道戶外教學前準備物品的原因。</li> <li>2. 能認識遊覽車安全設備的所在位置及使用方式。</li> <li>3. 能認識戶外教學必備物品的功能。</li> <li>4. 能知道戶外教學場所可能潛藏的危險。</li> <li>5. 能認識簡易急救包的內容物及功能。</li> <li>6. 能了解專心觀賞逃生影片的重要性。</li> <li>7. 能分辨戶外教學適合帶的物品。</li> <li>8. 能知道遊覽車的逃生路線及逃生要領並演練。</li> <li>9. 能知道小傷口的正確處理方法並演練。</li> <li>10. 能知道遇到危機時的處理方式。</li> <li>11. 能遵守戶外教學時的參觀規定。</li> <li>12. 能將戶外教學所學的知識應用在生活中。</li> </ol> |  |   |                   |

## 教學活動設計

| 教學活動內容及實施方式  | 時間 | 評量方式     |
|--|----|----------|
| 第一節  |    |          |
| <p><b>【活動 1：行前準備】</b></p> <p>一、引起動機</p> <p>教師播放電子書情境，請學童觀察並討論，主角們要帶什麼物品去戶外教學？理由是什麼？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. □□：太陽大所以要戴帽子。</li> <li>2. ☆☆：天氣熱所以要帶水壺。</li> <li>3. ○○：怕暈車所以要帶暈車藥。</li> <li>4. ◎◎：怕被蚊子叮所以要帶防蚊液。</li> </ol> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 教師提問：去戶外教學時要注意的事項有哪些？小朋友自由發表後教師歸納如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 知道活動流程。</li> <li>2. 準備相關物品。</li> <li>3. 交通（行車）注意事項。</li> <li>4. 參訪地點注意事項。</li> <li>5. 其他。</li> </ol> <p>(二) 教師提問：戶外教學時，為什麼要準備東西呢？小朋友自由發表</p> <p>(三) 教師提問：戶外教學時有哪些交通（行車）注意事項？教師先播放大客車安全宣導影片，讓學童認識遊覽車安全設備的位置、使用方法及遇到急難事故如何逃生。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 繫安全帶的重要性與使用要領。</li> <li>2. 滅火器的使用口訣：拉、瞄、壓、掃。</li> <li>3. 車窗擊破器的使用方法。</li> <li>4. 遊覽車安全門和車頂逃生口。</li> </ol> <p>(五) 教師說明</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 繫安全帶的重要性與使用要領</li> </ol> <p>(1)安全帶能在車輛因意外狀況緊急剎車時發揮固定乘客的作用，避免乘客受慣性作用而碰撞受傷，並減少乘客被拋出車外等危險狀況發生。</p> <p>(2)安全帶的帶扣應扣緊，並依個人體型調整帶子鬆緊度，不使帶子反轉或扭曲，位於腰部的安全帶應置於腰部以下。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 滅火器使用口訣：拉、瞄、壓、掃。</li> <li>3. 車窗擊破器使用方法：取下擊破器，敲擊車窗上標示的擊破點位置或四個角落，再將玻璃推落後逃出。</li> <li>4. 一般大客車要設安全門和逃生口，提供車輛發生意外及翻覆後逃生使用。</li> </ol> <p>三、總結活動</p> <p>依據今天課程師生共同歸納去戶外教學前要提前準備好需要的物品與注意事項可歸納為三類：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 個人隨身物品、2. 食物、3. 交通（行車）安全注意事項。</li> </ol> | 5  | 能參與討論、發表 |
| <p>(一) 教師提問：去戶外教學時要注意的事項有哪些？小朋友自由發表後教師歸納如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 知道活動流程。</li> <li>2. 準備相關物品。</li> <li>3. 交通（行車）注意事項。</li> <li>4. 參訪地點注意事項。</li> <li>5. 其他。</li> </ol>   | 5  | 能參與討論、發表 |
| <p>(二) 教師提問：戶外教學時，為什麼要準備東西呢？小朋友自由發表</p>  | 7  |          |
| <p>(三) 教師提問：戶外教學時有哪些交通（行車）注意事項？教師先播放大客車安全宣導影片，讓學童認識遊覽車安全設備的位置、使用方法及遇到急難事故如何逃生。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 繫安全帶的重要性與使用要領。</li> <li>2. 滅火器的使用口訣：拉、瞄、壓、掃。</li> <li>3. 車窗擊破器的使用方法。</li> <li>4. 遊覽車安全門和車頂逃生口。</li> </ol>   | 8  | 能專心觀賞影片  |
| <p>(五) 教師說明</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 繫安全帶的重要性與使用要領</li> </ol> <p>(1)安全帶能在車輛因意外狀況緊急剎車時發揮固定乘客的作用，避免乘客受慣性作用而碰撞受傷，並減少乘客被拋出車外等危險狀況發生。</p> <p>(2)安全帶的帶扣應扣緊，並依個人體型調整帶子鬆緊度，不使帶子反轉或扭曲，位於腰部的安全帶應置於腰部以下。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 滅火器使用口訣：拉、瞄、壓、掃。</li> <li>3. 車窗擊破器使用方法：取下擊破器，敲擊車窗上標示的擊破點位置或四個角落，再將玻璃推落後逃出。</li> <li>4. 一般大客車要設安全門和逃生口，提供車輛發生意外及翻覆後逃生使用。</li> </ol>  | 10 |          |
| <p>三、總結活動</p> <p>依據今天課程師生共同歸納去戶外教學前要提前準備好需要的物品與注意事項可歸納為三類：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 個人隨身物品、2. 食物、3. 交通（行車）安全注意事項。</li> </ol>  | 5  |          |

| 第二節   |  |    |          |
|---|--|----|----------|
| <p>一、引起動機</p> <p>教師播放電子書第 10、11 頁，請小朋友觀察並自由發表要帶什麼物品去戶外教學？理由是什麼？</p> <p>(一) 教師提問：戶外教育要準備了哪些物品？</p> <p>(二) 教師提問：為什麼要帶這些物品？</p> <p>1、手帕：可以擦汗。</p> <p>2、雨衣及雨傘：避免淋雨受寒。</p> <p>3、帽子：防止晒傷。</p> <p>4、筆和記事本：可以記錄戶外教學的足跡。</p> <p>5、水壺：適時補充水分。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 教師發給每位小朋友兩張便利貼和一支彩色筆，讓小朋友分別寫出一種戶外教學會攜帶的食物和物品。</p> <p>1、小朋友完成後分別發表。</p> <p>2、師生共同歸納</p> <p>(1) 戶外教學前整理要攜帶的物品，出發前一天要再確認一次。</p> <p>(2) 穿著規定的服裝及適合走路的運動鞋。</p> <p>(二) 教師提問：☆☆要帶鮮乳去戶外教學的想法恰當嗎？</p> <p>參考答案：不恰當，因為鮮乳容易變質，只能離開冰箱 30 分鐘。</p> <p>(三) 教師指導小朋友閱讀 p.11 戶外教學物品表，請小朋友把自己想帶的物品打✓。</p> <p>1. 請小朋友寫下其他需要帶的物品。</p> <p>2. 請小朋友說一說，哪些物品需要帶？哪些是不需要的？為什麼？</p> |  | 5  | 能參與討論、發表 |
|   |  | 5  | 能參與討論、發表 |
|   |  | 10 | 能參與討論、發表 |
|   |  | 10 | 能選擇適當物品  |
| <p>三、總結活動</p> <p>(一) 師生共同歸納</p> <p>1. 戶外教學的目的是在戶外學習並運用知識於生活中，所以認真準備用品，不帶不需要的東西才不會增加負擔。</p> <p>(二) 教師補充</p> <p>1、個人藥品：容易暈車的小朋友出發前吃暈車藥可以緩和身體的不適。</p> <p>2、簡易急救包裡有簡單的急救用品，像是生理食鹽水、剪刀、紗布等，可以處理簡單的外傷。</p> <p>3、可以在家長同意下攜帶金錢，金額不可過多。</p> <p>4、不攜帶貴重物品。</p>  |  | 5  |          |
|   |  | 5  |          |
| 參考資料  | <p>1、南一版健體四上教師手冊</p> <p>2、教育部國民及學前教育署／戶外教育資源平臺</p> <p>3、教育部國民及學前教育署／戶外教育實施參考手冊 行政指引篇</p> <p>4、衛生福利部中央健康保險署／急救和緊急狀況處理</p> |    |          |