

健體領域三上主題壹單元三教案

領域/科目		健康與體育	設計者	張文莉
實施年級		三上	教學時間	40分鐘
主題名稱		壹、健康一把罩		
單元名稱		三、健康保衛戰		
設計依據				
學習重點	學習表現	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	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-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。 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	Da-II-1 良好的衛生習慣。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。 Fb-II-3 正確就醫習慣。		
融入議題與其實質內涵		• 家庭教育 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。		
與其他領域/科目的連結		無		
教材來源		書商、自編		
教學設備/資源		●電子書及播放設備、素養評量單。 ●教師準備：繪本、健保卡、健康存摺示意圖。		
學習目標				
1. 了解個人衛生習慣對健康的重要性。 2. 認識傳染病的種類及傳播途徑。 3. 認識健保卡、健康存摺及全民健保相關功能。 4. 認識住家附近的醫院及診所。 5. 能發覺不良的衛生習慣可能導致傳染病。				

6. 能發覺傳染病可能對身體帶來的影響。
7. 能體會全民健保的功能及便利性，進而愛惜醫療資源。
8. 了解並積極實踐傳染病的預防方法。
9. 能在生活中落實個人的良好衛生習慣。
10. 能於引導下正確使用健保卡或全民健保相關功能。

教學活動設計

[illegible]

(1)上廁所後，不洗手就吃東西。(×) (2)吃飯時，湯匙掉到地上了，要洗乾淨再繼續使用。(○) (3)可以經常吃不熟的食物。(×) (4)眼睛癢時，可以用手揉一揉。(×) (5)打噴嚏時要摀住口鼻，之後要記得洗手。(○) (五)師生共同討論學童答題錯誤的項目，應該如何改進。 (六)師生共同歸納：隨時檢視自己的衛生狀況，養成良好的衛生習慣，才能保持身體健康，不被病毒及細菌入侵。 ～第一節結束～		能參與討論、發表
參考資料	• 衛生福利部疾病管制署／病毒性腸胃炎 • 兒童健保園地（衛生福利部中央健康保險署兒童版） • 衛生福利部中央健康保險署／全民健保行動快易通／健康存摺 APP • 衛生福利部中央健康保險署／【健保快易通 APP】快速認證操作教學 健康存摺—就醫資訊輕鬆查 • 衛生福利部疾病管制署／阿疾師飲食防疫小教室（201908製） • 蔡秀敏著，吳怡蓓繪（2018），羅塔和他的朋友們，聯經出版公司。	