

113學年度第 2 學期 健康與體育領域教學計畫

一、設計理念

健康教學以培養學生具備良好的健康行為為首要目標，本教材運用各種價值澄清、腦力激盪、問答、講述法等多元方式，達成各單元的學習目標。

二、活動設計

領域/科目	健康與體育		設計者	李宣縈	
實施年級	三年級		總節數	共 2 節，80 分鐘 (本觀課為第 1 節)	
單元名稱	單元三 驚險一瞬間 活動一 火災好可怕				
設計依據					
學習重點	學習表現	1a-II-2 了解促進健康的生活方法。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	核心素養	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。	
	學習內容	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。			
議題融入	實質內涵	防災教育			
	所融入之學習重點	防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。			
與其他領域/科目的連結		無			
教材來源		翰林三下健康與體育 教師手冊			
教學設備/資源		電子書			
學習目標					
1. 認識火災發生。 2. 培養對火災的警覺性。 3. 演練火場逃生技巧。 4. 演練報案技巧。					
教學活動設計					
教學活動內容及實施方式				時間	備註
第一節課 討論火災案例 ● 教師介紹火災案例： 1. 配合課本頁面，說明兒童玩火釀禍事件。				20 分	問答：知道造成火災的可能原因。

2. 教師也可蒐集時事火災案例介紹。 ● 請學生說說曾經看過或聽過火災事故，知道什麼原因會造成火災嗎？ 火災發生原因 ● 教師歸納： 1. 火災發生時，除了火會造成燒燙傷，還有另一個致命的隱形殺手濃煙。 2. 火場濃煙溫度很高，而且含有有毒物質，吸入後會讓呼吸道灼傷、窒息，所以男童才會被濃煙嗆昏。 3. 逃生時看到濃煙不能強行通過，要立即關門，才不會被濃煙嗆傷。	20 分	<u>問答</u>: 能說出火場逃生須知。 <u>操作</u>: 操作火場逃生的動作。 <u>實作</u>: 能說出報案的三點訊息。
第二節課 火場怎麼逃 ● 教師說明發生火災造成傷亡，是缺乏火場逃生的知識與技能。 ● 教師提問： 1. 發生火災了要怎麼逃生？ 2. 身體為什麼要採低姿勢？ 3. 為了快速逃生，可以坐電梯嗎？ 4. 為什麼最後逃離火場的人，要做關門的動作？ ● 教師歸納：可根據課文頁面，統整火場逃生須知。	10 分	
火場濃煙時怎麼逃 ● 教師提問： 1. 打開門發現火勢、濃煙大，還要衝出去嗎？ 2. 浴室有水，趕快躲進浴室比較安全？ 3. 用塑膠袋蓋住頭，比較不會被濃煙嗆到？ ● 教師說明發現濃煙密布時，應將門關上並塞緊門縫，防止濃煙竄進。 ● 教師根據課本頁面做統整。 ● 演練火場逃生技巧： 1. 用手背觸碰門把決定是否開門。 2. 門把如果不燙，採低姿勢爬行，往安全門逃出；門把很燙，將門縫塞緊防止濃煙。	10 分	
演練火場報案 ● 教師說明：火災發生時，一定要保持冷靜，應立即到安全地方通知周圍的人或是撥打119。 ● 請學生把課本上的三點訊息寫下。 ● 請學生分享打119 報案經驗。 1. 兩人一組，演練如何報案。 2. 報案的內容根據所寫之三點訊息進行演練。	10 分	

身體著火了怎麼辦 ● 局部小面積著火，可用手拍熄；如為四肢或身體大面積著火，切記口訣：停躺滾！ ● 教師配合課本頁面步驟說明： 1. 身體著火時，不可奔跑以免助長火勢。 2. 要停（停下來）、躺（躺在安全的地方）、滾（在地上來回滾動）來滅火。 3. 可用棉被或厚重衣物覆蓋滅火。 4. 或靠近水源時，利用水源滅火。	10 分	
參考資料： https://www.youtube.com/watch?v=q-6SzN6wQ3o 火災逃生迷思破解 https://www.youtube.com/watch?v=SfARmr2l_N4 防火宣導 CF~火場避難逃生篇 2		