

107 學年度 第一學期 新北市中和區光復國民小學 健康領域

主題名稱	生命的樂章	設計者	王思涵
教學對象	三年級上學期	教學節次	4 節課(40 分鐘/每節)
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>1.認知向度</p> <p>a. 健康知識</p> <p>1a- II -1 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p>2.情意向度</p> <p>a.健康覺察</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>c.學習態度</p> <p>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3.技能向度</p> <p>b.生活技能</p> <p>3b- II -2 能於引導下，表現基本的「人際溝通互動」技能。</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>4.行為向度</p> <p>a.自我管理</p> <p>4a- II -2 展現促進健康的行為。</p>	<p>A. 自主行動</p> <p>健體-E-A2</p> <p>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。</p> <p>B. 溝通互動</p> <p>健體-E-B1</p> <p>具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>C. 社會參與</p> <p>健體-E-C2</p> <p>具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>
	學習內容	<p>A. 生長、發展與體適能</p> <p>a. 生長、發育、老化與死亡</p> <p>Aa- I -1 不同人生階段成長情形的觀察與描述。</p> <p>Aa- II -1 生長發育的意義與成長個別差異的觀察。</p> <p>Aa- II -2 人生各階段發展的順序與感受。</p> <p>F.身心健康與疾病預防</p> <p>a.健康心理</p> <p>Fa- II -1 個人價值感的建立</p>	核心素養

	Fa- II -2家人、朋友良好的溝通與相處技巧 Fa- II -3情緒的調適方法		
教學方法	講授法、合作學習法、實作教學		
英語學習 content vocabulary/ sentences patterns	<p>◎ 單字：</p> <p>生命階段 baby, child, teenager, adult, old people (the elders), growing, aging</p> <p>遺傳特徵 eyes, ears, mouth, nose, hair big/small, curly/straight, full/thin, slim/chubby, tall/short</p> <p>關懷婦幼 caring, help, babysit, house chores, give seat, elevator, not feel well</p> <p>關懷老人 sore muscle, bad hearing, bad memories, bad eyesight (poor vision), less energy, lonely, nice to them, talk to them</p> <p>◎ 目標句型：</p> <p>生命階段 _____(較年輕的人)____ grow into _____(較年長的人)_____.</p> <p>遺傳特徵 Who's he/she? He's/She's my _____(家人稱謂)_____.</p> <p>I have _____(身體特徵)_____. My _____(家人稱謂)____ has _____(身體特徵)____.</p> <p>Our eyes look alike.</p> <p>關懷婦幼 What can you do to help your family? I can help my _____(家人)____. I can _____(做事情)_____.</p> <p>關懷老人 How do you feel? I feel _____(感受)_____.</p> <p>◎ 教室用語：</p> <p>Try it. 試試看。/ Listen carefully. 仔細聽。/ Pay attention. 專心。 It's your turn. 輪到你了。/ Group discussion of 4(5...) 小組討論。 Sharing time. 發表分享時間。/ Give him (her, them) big hands. 掌聲鼓勵。</p>		
	教學活動	教學 時間	教具 評量

<p style="text-align: center;">-第 1 節開始-</p> <p>[準備活動] 教師 1. 協同教師共同備課。 2. 學習單、PPT 及教具製作。</p> <p>[暖身活動] 播放一段展示生命旅程的影片。</p> <p>教師提問 Q:這部影片是關於什麼?</p> <p>[發展活動] 貼出生命階段的閃示卡。</p> <p>教師提問 Q:這是哪個階段?</p> <p>分組討論 圖文按照時間順序排列，貼在各組的小白板上，並在各圖片下寫上他們認為大約的年齡範圍。 完成後派代表上台發表。</p> <p>紀錄討論 發下 human life cycle 學習單，請學生將他們討論出來的結果用剪貼的方式呈現在他們的學習單上。</p> <p>[統整活動] 分組討論 學生分組將各階段的特色分類，並上台發表討論結果。</p> <p style="text-align: center;">-第 1 節結束-</p>	<p>5m</p> <p>5m</p> <p>10m</p> <p>5m</p> <p>15m</p>	<p>生命旅程短片</p> <p>人生各階段的圖卡</p> <p>小白板、白板筆、圖卡</p> <p>學習單、剪刀、膠水</p> <p>雙語字卡</p>	<p>口頭回答</p> <p>口頭回答</p> <p>小組參與</p> <p>口頭發表</p> <p>口頭發表</p>
<p style="text-align: center;">-第 2 節開始-</p> <p>[暖身活動] 觀看全家持續 40 年的照片。</p> <p>教師提問 Q:看完這些照片，有什麼感覺?</p> <p>[發展活動] 分組討論 討論一些名人和小孩的照片，猜猜看誰是一家人。 Q:分組討論為什麼會猜這些人是家人? (哪裡長得像，把相似處圈起來。)</p> <p>教師說明 每個人的身上各部位都是來自於爸爸媽媽，因此有一些部位會長得像爸爸或媽媽，舉例說明一些常見的遺傳特色，發下學習單，讓學生畫出對照圖。</p> <p>分組報告 小組利用學習單上的句子報告他們找出來的相像特徵。</p> <p>[統整活動] 進行全班身高/體重調查。</p>	<p>5m</p> <p>10m</p> <p>5m</p> <p>10m</p> <p>5m</p>	<p>影片</p> <p>照片</p> <p>學習單</p>	<p>口頭發表</p> <p>小組參與</p> <p>口頭報告</p>

<p>教師說明</p> <p>每個人生長的速度都不一樣，現在矮不代表以後長大不高，現在胖也不代表以後胖。遺傳佔一部份因素，但是還是可以靠後偏的努力改變身高體重。</p> <p>欣賞名人勵志成長照片對照。</p> <p>[回家作業]</p> <p>1. 將學習單著色並複習內容。</p> <p>2. 回家完成第 2 堂課學習單內，關於自己與家人相似處的部份，回家比較家人，至少寫出一個相似處，並準備 1 張照片帶來。</p> <p style="text-align: center;">-第 2 節結束-</p>	<p>3m</p> <p>2m</p>	<p>課程簡報</p>	
<p style="text-align: center;">-第 3 節開始-</p> <p>[準備活動]</p> <p>教師</p> <p>1. 協同教師共同備課。</p> <p>2. 學習單、PPT 及教具製作。</p> <p>3. 架設實物投影機</p> <p>4. 準備長布條、假娃娃及壓舌棒。</p> <p>學生</p> <p>1. 完成學習單。</p> <p>2. 複習本單元前兩節學習內容及重點。</p> <p>[暖身活動]</p> <p>每小組各舉派 1 人上台報告自己和家人的相似處，利用實物投影機將照片展示給全班看。</p> <p>教師提問</p> <p>Q: 你們是從何而來?</p> <p>[發展活動]</p> <p>每一組發一個假娃娃和長布條，讓學生輪流把娃娃綁在胸前，做出指定動作。</p> <p>教師提問</p> <p>Q: 媽媽懷孕或是照顧剛出生的你的時候，就有一點像剛才的體驗，你覺得做剛才的動作時，有什麼感覺?</p> <p>每一組輪流推派代表上台咬著壓舌棒比手畫腳。</p> <p>教師提問</p> <p>Q: 小嬰兒剛出生一直到兩歲以前都不會講話，就要像剛才的比手畫腳一樣表達自己的意願，你覺得剛才那樣容易了解意思嗎? 不能講話的感覺是什麼?</p> <p>[統整活動]</p> <p>教師提問</p> <p>Q: 我們能如何幫助孕婦、照顧幼兒的人及幼兒?</p> <p style="text-align: center;">-第 3 節結束-</p>	<p>5m</p> <p>10m</p> <p>5m</p> <p>10m</p> <p>5m</p> <p>5m</p>	<p>照片、實物投影機</p> <p>娃娃、長布條</p> <p>壓舌棒</p>	<p>口頭報告</p> <p>口頭回答</p> <p>聽懂指令</p> <p>口頭回答</p> <p>課程參與</p> <p>口頭回答</p> <p>口頭回答</p>

-第4節開始-

[準備活動]

教師

準備沙包、乳液、無度數的眼鏡、大耳罩

[暖身活動]

教師提問

Q:除了孕婦和小孩以外,還有什麼階段的人們特別需要關心?

[發展活動]

- 1.手肘、膝蓋綁沙包、背上揹書包,讓學生做指定動作。
- 2.戴著塗著乳液的眼鏡,讓學生找出傳單上指定的字或找出特定的東西。
- 3.戴耳罩傳話。

[統整活動]

教師提問

Q:你覺得人老了可能會有什麼身體狀況?(可以想想自己家裡的長輩。)

觀賞關於老人生活的影片。

分組討論

討論怎麼幫助周邊的老人,寫在學習單上。

[回家作業]

打電話或當面訪問家人,看看還有什麼方式可以幫助身邊的家人,完成學習單。

-第4節結束-

5m

生命階段圖卡

口頭發表

5m

沙包、書包

5m

傳單

5m

耳罩

5m

口頭發表

5m

10m

學習單

新北市中和區光復國小三年級健康課單元學習單－生命的樂章 1

Life Cycle

Life Stages



teenager

age:



child

age:



die

age:



pregnant

age:



adult

age:



baby

age:

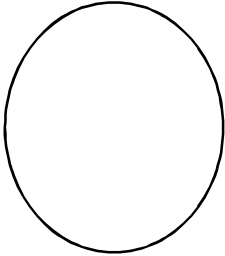
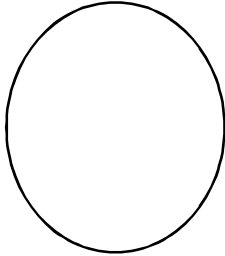
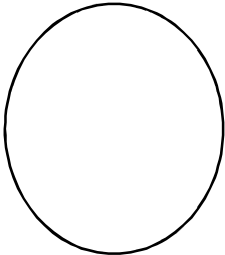
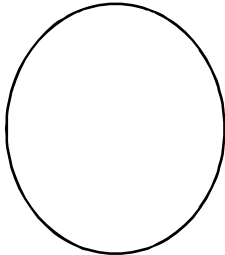
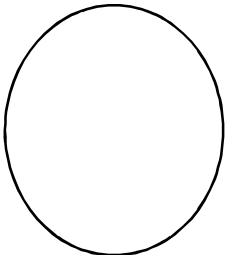
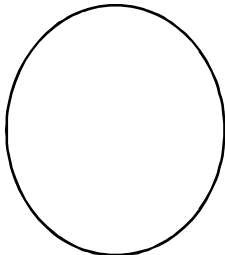
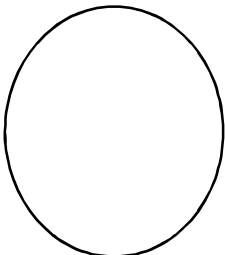
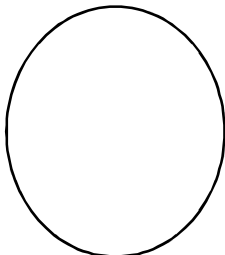
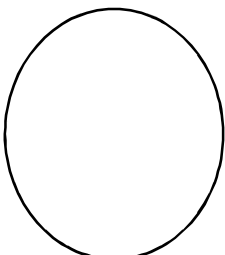
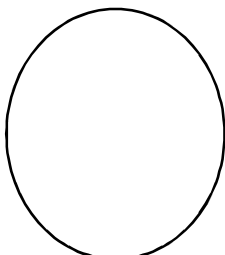


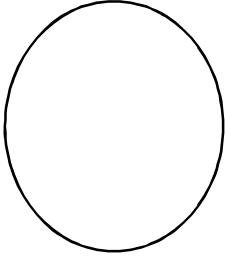
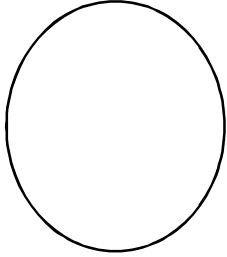
old people

age:

Who? 誰?	What's special?	有什麼特別?
	go to work	上班賺錢
	challenging	喜歡挑戰
	cannot speak	不會說話
	don't have to work	不用上班
	love to sleep	愛睡覺
	go to school	開始上學
	like to learn	喜歡學習
	cries a lot	很常哭
	big head	頭很大
	grow fast	長很快
	get tired easily	容易疲勞
	talkative	愛說話
	grey hair	白頭髮
	hard to move	行動不便
	get angry easily	愛生氣

Like Father Like Son

feature 特徵	picture 圖畫	feature 特徵	picture 圖畫
big eyes		small eyes	
big ear		small ear	
big nose		small nose	
full lips		thin lips	
black hair		_____ hair	

feature 特徵	picture 圖畫	feature 特徵	picture 圖畫
straight hair		Curly hair	
short		tall	
slim		fat	

I have _____.

My _____ has _____.

Our _____ look alike.

How can I help them?

I want to help my _____.	
Their difficulties 他們不方便的地方	
How can I help them? 我可以怎麼幫忙他們？	

I want to help my _____.	
Their difficulties 他們不方便的地方	
How can I help them? 我可以怎麼幫忙他們？	

107 學年度 第一學期 新北市中和區光復國民小學 健康領域

主題名稱	寶貝的身體	設計者	王思涵
教學對象	三年級上學期	教學節次	4 節課(40 分鐘/每節)
設計依據			
學習重點	學習表現	核心素養	<p>A. 自主行動 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>B. 溝通互動 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>C. 社會參與 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>
	<p>1. 認知向度 a. 健康知識 1a- I -1 認識基本的健康常識。 1a- II -1 認識身心健康基本概念與意義。 1a- II -2 了解促進健康生活的辦法。 b. 技能概念 1b- II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b- II -2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2. 情意向度 a. 健康覺察 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a- I -2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 b. 正向態度 2b- I -2 願意養成個人健康習慣。 2b- II -1 遵守健康的生活規範。 2b- II -2 願意改善個人的健康習慣。 c. 學習態度 2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3. 技能向度 a. 健康技能 3a- II -1 演練基本的健康技能。 3a- II -2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 b. 生活技能 3b- II -1 透過模仿學習，表現基本的「自我調適」技能。</p>		






		<p>3b- II -2能於引導下，表現基本的「人際溝通互動」技能。</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>4.行為向度</p> <p>a. 自我管理</p> <p>4a- II -2展現促進健康的行為。</p> <p>b.倡議宣導</p> <p>4b- II -1 清楚說明個人對促進健康的立場。</p>		
	學習內容	<p>D.個人衛生與性教育</p> <p>a.個人衛生與保健</p> <p>Da- I -2 身體的認識與衛生保健重要性的覺察。</p> <p>Da- II -2 身體各部位的功能與衛生保健的技能。</p> <p>F.身心健康與疾病預防</p> <p>b.健康促進 與疾病預防</p> <p>Fb- I -1 個人的健康自覺與健康行為展現。</p> <p>Fb- II -1 自我健康狀態檢視及健康行為的維持。</p>		
教學方法	講授法、討論法、合作學習法			
英語學習 content vocabulary/ sentences patterns	<p>◎ 單字:</p> <p>身體部位 body, hand (fingers), leg (feet), teeth, tongue, eyes, ear, nose, mouth</p> <p>重要器官 skin, muscles, stomach, bones, brain, lungs, heart</p> <p>身體不適 sick, headache, toothache, sore throat, stomachache, runny nose, cough</p> <p>生病 fever, clean nose, rash, wear mask, dizzy, diarrhea, vomit, bleeding, stay at home</p> <p>◎ 目標句型:</p> <p>身體部位 A <u> (物品) </u> has <u> (部位) </u>. So do I. My <u> (部位) </u> can <u> (做動作) </u>.</p> <p>重要器官 This is my <u> (器官) </u>. I have <u> (器官) </u> so I can <u> (做動作) </u>.</p> <p>身體不適 My <u> (部位) </u> <u> (疼痛或不舒服) </u>. I need help.</p>			

	<p>生病 I am <u> (不舒服) </u>. I have <u> (症狀) </u>.</p> <p>◎ 教室用語: Try it. 試試看。/ Listen carefully. 仔細聽。/ Pay attention. 專心。 It's your turn. 輪到你了。/ Show me <u> 物品 </u>. 指給我看(某物)。 Good job! 做得好! / Try again. 再試一次。</p> <p>◎ 功能語: lose 1 turn 禁止 1 次/ go back/forward <u> (次數) </u> spaces 返回/前進(數)步 / throw again 再丟一次骰子</p>		
教學活動	教學時間	教具	評量
<p>-第 1 節開始-</p> <p>[準備活動] 教師 1.協同教師共同備課。 2.學習單、PPT 及教具製作</p> <p>[暖身活動] 用 PPT 介紹各種東西和人體的關係。</p> <p>[發展活動] 教師說明 身體部位及功能。例如：我的<u>眼睛</u>可以<u>看</u>。 分組練習 學生 4-5 人為一組，身體部位及功能分類</p> <p>[統整活動] 教師提問 Q:要如何照顧自己的身體? 分組練習 個人衛生 Uno 遊戲</p> <p>-第 1 節結束-</p>	<p>5m</p> <p>5m</p> <p>10m</p> <p>10m</p> <p>10m</p>	<p>簡報 So do I</p> <p>I have 5 senses 簡報</p> <p>5 senses match 圖卡</p> <p>Personal Hygiene 圖卡</p> <p>Hygiene Uno 牌</p>	<p>口頭回答</p> <p>口頭回答</p> <p>合作學習</p> <p>口頭發表</p> <p>合作學習</p>
<p>-第 2 節開始-</p> <p>[準備活動] 教師 印製學習單、PPT 及教具製作 學生 複習本單元前一節學習內容及重點。</p> <p>[暖身活動] 教師說明 皮膚在身體的最外面，可以保護身體及保暖。 教師提問 Q:身體「裡面」有什麼?</p>	<p>5m</p>		<p>口頭回答</p>

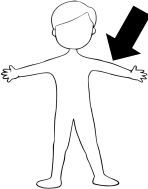






<p>[發展活動] 發下 My Body Systems 小書，介紹身體的重要器官和它們的位置，請學生找出位置，塗上顏色並寫下中文。</p> <p>[分組練習] 學生 4~5 人為一組遊戲，輪流用以下句子進行配對。 I have <u> (器官) </u>. Who has <u> (器官) </u>, too? 遊戲持續進行，直到所有人的卡片都用完。</p> <p>[統整活動] 介紹身體器官的功用，請學生作筆記。</p> <p>[教師說明] 這是我的<u>骨頭</u>。我有<u>骨頭</u>所以我可以<u>站立</u>。 頭腦/思考/控制身體；心臟/活著；皮膚/保溫；胃/獲得營養；肺/呼吸；肌肉/活動</p> <p>[回家作業] 根據上課的筆記，完成 My body parts 學習單。 -第 2 節結束-</p>	<p>10m</p> <p>10m</p> <p>10m</p> <p>5m</p>	<p>My Body Systems 小書</p> <p>Organ Puzzle 圖卡</p> <p>學習單</p> <p>學習單</p>	<p>口頭發表</p> <p>合作學習</p> <p>口頭回答</p> <p>完成作業</p>
<p>-第 3 節開始-</p> <p>[準備活動] [教師] 1.協同教師共同備課。 2.學習單、PPT 及教具製作</p> <p>[學生] 1.完成上一堂課學習單。 2.複習本單元前兩節學習內容及重點。</p> <p>[暖身活動] 複習身體的部位及內部器官。 教師在黑板上畫一個人，把之前教過的身體部位及重要器官圖卡貼在黑板上，輪流請學生上台器官或部位的位置找出來。</p> <p>[發展活動] 1. 利用黑板上的部位，講解各種地方不舒服要怎麼用英文說。 2. 發下 Ouch! I Need Help 學習單，請學生將黑板上的英文抄到相對應的格子中。 3. 講解學習單上的大富翁遊戲規則，再讓學生進行遊戲。</p> <p>[統整活動] [教師提問] Q:身體不舒服的時候，可以找誰求助 -第 3 節結束-</p>	<p>5m</p> <p>5m</p> <p>5m</p> <p>10m</p> <p>5m</p>	<p>器官圖卡、白板筆</p> <p>白板筆、Ouch 圖卡</p> <p>骰子</p>	<p>口頭發表</p> <p>口頭回答</p> <p>合做學習</p> <p>口頭回答</p>

<p style="text-align: center;">-第4節開始-</p> <p>[準備活動]</p> <p>教師</p> <p>1.協同教師共同備課。 2.學習單、PPT及教具製作</p> <p>學生</p> <p>複習本單元前三節學習內容及重點。</p> <p>[暖身活動]</p> <p>教師調查學生生病的頻率，在黑板上寫下統計數據。</p> <p>教師提問</p> <p>Q:班上常生病的人多嗎？</p> <p>[發展活動]</p> <p>教師說明</p> <p>生病的時候，身體都會用一些方法來告訴我們，這叫作「症狀」。</p> <p>教師提問</p> <p>Q:你們生病常發生的症狀有什麼？ Q:發生這些症狀的時候該怎麼辦？</p> <p>分組討論</p> <p>學生運用老師提供的圖卡討論，將討論的內容寫在學習單上。</p> <p>[統整活動]</p> <p>教師統整</p> <p>生病是難免的事情，但是平常可以照顧好自己，減少生病的可能性。最簡單的一些事情例如勤洗手，少去封閉的室內空間，運動及健康飲食等等。</p> <p style="text-align: center;">-第4節結束-</p>	<p>5m</p> <p>5m</p> <p>5m</p> <p>10m</p> <p>5m</p>	<p>白板筆</p> <p>學習單</p>	<p>討論</p> <p>口頭回答</p> <p>口頭回答</p> <p>分組討論</p>
--	--	-----------------------	---

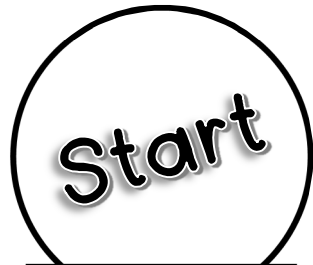
I Have 5 Senses

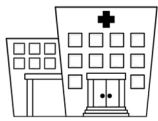








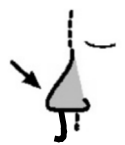





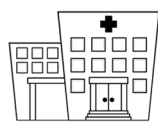






	My _____ can _____.		My _____ can _____.
	My _____ can _____.		My _____ can _____.
	My _____ can _____.		

My Body System

	名稱(英文) _____ 功能(中文) _____		名稱(英文) _____ 功能(中文) _____
	名稱(英文) _____ 功能(中文) _____		名稱(英文) _____ 功能(中文) _____
	名稱(英文) _____ 功能(中文) _____		名稱(英文) _____ 功能(中文) _____
	名稱(英文) _____ 功能(中文) _____		

Ouch! I Need Help!











 lose 1 turn		 go back 2 spaces	 eyes	 throw again	 tooth _____	 go back 1 spaces
 _____ throat		 arm _____			 nose _____	
 head _____		 finger _____			 stomach _____	
 go forward 2 spaces	 throw again	 lose 1 turn		 go back 4 spaces	 go forward 2 spaces	
		 ear _____		 bottom _____	 leg _____	 feet _____

What Should I Do?

	When I feel dizzy. I should...
	When I cough. I should...
	When I vomit. I should...
	When I have fever. I should...
	When I have diarrhea. I should...
	When I have runny nose. I should...

I should...

	clean nose		cover mouth
	wear mask		go to sleep
	see a doctor		wash hand
	stay at home		drink more water

107學年度 第一學期 新北市中和區光復國民小學 健康領域

主題名稱	快樂的社區	設計者	李珮瑜
教學對象	三年級上學期	教學節次	6節課(40分鐘/每節)
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>1. 認知向度 a.健康知識 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。</p> <p>2. 情意向度 a.健康覺察 b.正向態度 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。</p> <p>3. 行為向度 a.自我管理 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。</p>	核心素養
	學習內容	<p>B. 安全生活與運動防護 b.藥物教育 Bb-I-1 常見藥物的使用方法與藥物影響的覺察。 Bb-II-1 藥物對健康影響、安全用藥原則與社區藥局的認識。</p> <p>E. 人、食物與健康消費 a.人與食物 Ea-I-1 食物的認識、體驗與珍惜。</p> <p>F. 身心健康與疾病預防 b.健康促進與疾病預防 Fb-I-1 個人的健康自覺與健康行為展現 Fb-II-3 健保醫療服務與資源的正確運用。</p>	
教學方法	合作學習法、實作教學		
英語學習 content vocabulary/ sentences patterns	<p>◎ 單字: 醫療單字 health center, clinic, hospital, pharmacy, pharmacist, doctor, nurse, 藥用單字 medicine, oral use, external use 綠色食物單字 food miles, fresh food, canned foods, processed foods, food additive, health food 珍惜食物單字 leftover, ugly food, massive purchase, waste food, share, buy together, shopping list, pick food, compost 海報標語 leftover, ugly food, massive purchase, waste food, share, buy together, shopping list, pick food, compost</p> <p>◎ 目標句型: 1. What's wrong? I have a (身體不適). 2. How many food miles in a dish? _____ miles. 3. We are team _____. I am _____. This is our cherish food poster. Our slogan is: _____. This is (描述畫的內容). Thank you!</p> <p>◎ 教室用語: Try it. 試試看。/ Listen carefully. 仔細聽。/ Pay attention. 專心。 It's your turn. 輪到你了。/ Group discussion of 4(5...) 小組討論。 Sharing time. 發表分享時間。/ Give him (her, them) big hands. 掌聲鼓勵。</p>		
教學活動		教學時間	教具
			評量

<p style="text-align: center;">活動一、健康小高手</p> <p>一、教學準備: 教師 1. 準備身體不適相關字卡及診療字卡 2. 準備看醫生流程圖 學生 1. 複習寶貝我身體單元學習內容及重點。</p> <p>二、引起動機: 1. 複習舊機驗，喚起先備知識 (1) 教師提問：What's wrong? 教師演出不同生病症狀，請學生說出上一課單字。(headache, stomachache, cough...) (2) 情境問題: a. If I have a cut at school, where should I go? (health center) b. If I have a sore throat at home, what should I do? (go to see a doctor, go to hospital/clinic)</p> <p>三、發展活動: 1. 教學呈現 (1) 看醫生前T: Before you go to see a doctor, what do you do? What does your mom do? What do you need?(Ask your family doctor, make an appointment, bring your health ID card) (2) 小組討論，小白板紀錄及分享 (3) What is a family doctor? (when you're not well, you'll go to the same doctor.) (4) When you go to a clinic... a. 看病時要告訴醫生: What's wrong with you? b. 領藥時確認藥袋上的姓名是否正確?(go to the pharmacy, 藥物是什麼, why should I take this pill/ How many time a day should I take this?) c. 詢問藥師: (ask pharmacist: when, how, 要注意什麼)</p> <p>四、統整活動: 1. 教師統整看醫生流程，並提問：除了看醫生還可以做什么？ 2. 學生分享及發表想法。</p>	<p style="text-align: center;">10分鐘</p> <p style="text-align: center;">25分鐘</p> <p style="text-align: center;">5分鐘</p>	<p style="text-align: center;">單字字卡</p> <p style="text-align: center;">小白板</p> <p style="text-align: center;">課程簡報</p>	<p style="text-align: center;">口頭回答</p> <p style="text-align: center;">口頭回答</p> <p style="text-align: center;">紀錄與分享</p>
<p style="text-align: center;">活動二、健康小高手2</p> <p>一、教學準備: 教師 1. 準備常見錯誤用藥行為學習單 2. 收集藥袋 學生 1. 複習本單元第一節學習內容</p> <p>二、引起動機: 1. 複習舊經驗 (1) 複習上一堂課看醫生流程 (2) 教師提問：還記得看完醫生後，領藥時護士會告知你什麼？藥袋上會標示什麼？ (3) 若不清楚標示要怎麼做？（詢問護士或醫生）</p>	<p style="text-align: center;">5分鐘</p>	<p style="text-align: center;">課程簡報</p>	<p style="text-align: center;">口頭回答</p>

<p>三、發展活動:</p> <p>1. 教學呈現</p> <p>(1) 教師將藥袋發給各組，請小組觀察藥袋上資訊。</p> <p>(2) 教師詢問藥袋上通常有哪些資訊？(What can we know through the bag?)</p> <p>(3) 有時分成內服藥及外服藥，怎麼看？(Can you take it? Or use it? What does it mean?)</p> <p>(4) 小組討論內服藥外服藥的差別及常見有哪些？</p> <p>(5) 學生發表</p> <p>(6) 教師呈現不同類型藥品(內服-膠囊,錠劑,口服藥水,外用-眼藥水,藥膏,貼布等)</p> <p>四、統整活動:</p> <p>1. 完成常見錯誤用藥行為學習單</p> <p>2. 小組討論及分享。</p>	<p>25分鐘</p> <p>10分鐘</p>	<p>診所藥袋</p> <p>課程簡報</p> <p>學習單</p>	<p>口頭發表 實作練習</p> <p>學習單</p>
<p style="text-align: center;">活動三、綠色飲食習慣</p> <p>一、教學準備:</p> <p>教師</p> <p>1. 中外師協同共備。</p> <p>學生</p> <p>1. 複習本單元前兩小節學習內容及重點。</p> <p>二、引起動機:</p> <p>1. 教師提問：你們知道你吃的食物從哪裡來的嗎？Do you know where the food you eat come from?</p> <p>2. 播放食物里程短片</p> <p>三、發展活動:</p> <p>1. 教學呈現</p> <p>(1) 教師提問：What is food mile?</p> <p>(2) 討論一份菜單可能有的里程數 How many food miles in a dish?</p> <p>2. 小組活動</p> <p>(1) 教師列出四道菜，及每道菜所含的食材及其來源國家</p> <p>(2) 各組負責一道菜，根據教師提供的每個國家不同里程數，加總出該道菜的食物里程。</p> <p>(3) 小組分享</p> <p>四、統整活動:</p> <p>1. 教師提供不同食材在台灣也有對應的蔬果或肉品的圖片。</p> <p>2. 師生共同討論，皆用台灣在地化的食材所能節省的資源及愛護地球的觀念。</p>	<p>10分鐘</p> <p>25分鐘</p> <p>5分鐘</p>	<p>課程簡報 食物里程影片</p> <p>課程簡報</p> <p>小白板、簡報</p> <p>課程簡報</p>	<p>口頭回答</p> <p>口頭發表 實作練習</p>
<p style="text-align: center;">活動四、珍惜食物</p> <p>一、教學準備:</p> <p>教師</p> <p>1. 中外師協同共備。</p> <p>學生</p> <p>1. 複習上一節學習內容及重點。</p> <p>二、引起動機:</p> <p>1. 教師提問：通常會吃完營養午餐嗎？如果沒有，為什麼？Do you usually eat all of your lunch? If not, what are the reasons why?</p>	<p>5分鐘</p>	<p>課程簡報</p>	<p>口頭回答</p>

<p>三、發展活動:</p> <p>1. 教學呈現</p> <p>(1) 小組討論：浪費食物會造成的問題有哪些？</p> <p>(2) 小組發表浪費食物所造成的問題</p> <p>(3) 教師與學生討論議題：廚餘問題及地球暖化(為了處理廚餘)/有些食物一開始就丟棄了(ugly food)</p> <p>(4) 播放醜食物影片</p> <p>2. 小組活動</p> <p>(1) 教師提問：要如何從我們做起，減少學校營養午餐的浪費呢？請想一種方法。Can you think of a way to reduce the amount of food wasted in schools?</p> <p>(2) 小組討論，並寫在小白板上</p> <p>(3) 小組分享</p>	<p>30分鐘</p>	<p>課程簡報</p> <p>醜食物影片</p> <p>小白板</p>	<p>口頭發表</p> <p>實作練習</p> <p>口頭分享</p>
<p>四、統整活動:</p> <p>1. 教師複習與整理waste no food如何從自己做起</p> <p>2. 教師提示下次將會小組製作惜食海報，請學生準備相關材料</p>	<p>5分鐘</p>		
<p>活動五、惜食海報製作</p>			
<p>一、教學準備:</p> <p>教師</p> <p>1. 準備海報及教學材料</p> <p>學生</p> <p>1. 複習本單元第3.4節學習內容及重點。</p> <p>2. 準備製作海報相關材料</p>			
<p>二、引起動機:</p> <p>1. 複習上一次上課內容</p> <p>(1) 教師提問：What can you do for saving food?</p>	<p>5分鐘</p>	<p>課程簡報</p>	<p>口頭發表</p>
<p>三、發展活動:</p> <p>1. 小組活動-惜食海報製作</p> <p>(1) 教師指導學生製作方式並舉標語範例 Don't waste food. Get only the amount you need. Just eat it.</p> <p>(2) 小組討論惜食標語</p> <p>(3) 小組分工畫海報</p> <p>四、統整活動:</p> <p>1. 教師指導各組海報製作</p>	<p>35分鐘</p>	<p>海報</p>	<p>實作練習</p>
<p>活動六、惜食成果發表</p>			
<p>一、教學準備:</p> <p>教師</p> <p>1. 中外師協同共備。</p> <p>學生</p> <p>1. 準備製作海報相關材料。</p> <p>二、引起動機:</p> <p>1. 海報製作檢核</p> <p>(1) 教師指導學生製作海報</p>	<p>5分鐘</p>	<p>海報</p>	
<p>三、發展活動:</p> <p>1. 教學呈現</p> <p>(1) 教師講解如何上台發表小組海報</p> <p>(2) 教師請各小組選出發表人員及台詞練習</p> <p>2. 小組發表</p> <p>(1) 小組輪流上台發表惜食海報之成果</p> <p>(2) 教師錄下學生念標語的畫面(之後串成影片)</p>	<p>30分鐘</p>		<p>實作練習</p> <p>口頭發表</p>
<p>四、統整活動:</p> <p>1. 教師針對今日海報成果給予鼓勵及講評</p>	<p>5分鐘</p>		

107 學年度 第一學期 新北市中和區光復國民小學 健康領域

主題名稱	運動好健康	設計者	吳思潔
教學對象	三年級上學期	教學節次	4 節課(40 分鐘/每節)
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>1.認知向度 c.運動知識 d.技能原理 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的基本動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2.情意向度 c.學習態度 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3.技能向度 c.技能表現 3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>4.行為向度 c.運動計畫 4c-Ⅰ-1 認識與身體活動相關資源。 4c-Ⅰ-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	核心素養
	學習內容	<p>B. 安全生活與運動防護 c. 運動傷害與防護 Bc-Ⅰ-1 各項暖身伸展動作的認識。 Bc-Ⅱ-1 暖身、活動部位伸展目的的理解。 Bc-Ⅱ-2 運動與身體適能相關保健知識。</p>	
教學方法	合作學習法、實作教學		
英語學習 content vocabulary/ sentences patterns	<p>◎ 單字：</p> <p>動作單字 walk/run/jump/hop/squat/stomp/stretch/lift/bend</p> <p>動物單字 crab/horse/kangaroo/rabbit/gorilla/elephant/butterfly</p> <p>伸展動作單字 child's pose/ab stretch/cat back stretch/butterfly stretch/ neck stretch/ standing(sitting) forward bend/quad stretch/shoulder stretch/chest stretch</p> <p>其他單字 warm-up/protect/injury/safety gear/drink water/hat/sun cream</p> <p>◎ 目標句型：</p> <p>We can <u> (動作) </u> .</p> <p>We <u> (動作) </u> like the <u> (動物) </u> do.</p> <p>◎ 教室用語：</p> <p>Try it. 試試看。/ Listen carefully. 仔細聽。/ Pay attention. 專心。</p> <p>It's your turn. 輪到你了。/ Group discussion of 4(5...) 小組討論。</p> <p>Sharing time. 發表分享時間。/ Give him (her, them) big hands. 掌聲鼓勵。</p>		

教學活動	教學時間	教具	評量
<p style="text-align: center;">活動一、健康動一動</p> <p>一、 教學準備：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生-穿著適合運動的服裝。 2. 教師-課程簡報。 <p>二、 引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問。 Q:人如果都坐著不動，好嗎? Q:人可以做哪些動作，活動身體呢? <p>三、 發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身體動作教學 教師呈現基本動作並帶孩子做出動作。 (教師帶入動作英語單字及句型We can _____.) 2. 動作蘿蔔蹲。 3. 學生小組討論 Q:這些動作有沒有和哪些動物行為相似? <p>四、 統整活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小組輪流分享討論結果。 	<p>5 分鐘</p> <p>25 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>課程簡報</p>	<p>口頭回答</p> <p>實作練習</p> <p>口頭分享</p>
<p style="text-align: center;">活動二、跟著音樂動一動</p> <p>一、 教學準備：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生-穿著適合的運動服裝。 2. 教師-引起動機影片、課程簡報。 <p>二、 引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師播放音樂-Let's Go to the Zoo. https://www.youtube.com/watch?v=OwRmivbNgQk 2. 預告:讓學生分組呈現學習到的動物及動作。 <p>三、 發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 動物及動作連結(教師帶入目標句型) We <u> (動作) </u> like the <u> (動物) </u> do. 2. 小組討論活動:設計兩組動物動作。 <p>四、 統整活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小組呈現動作並使用句型表達。 	<p>5 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>15 分鐘</p>	<p>音樂影片 課程簡報</p>	<p>實作練習</p> <p>實作練習 口頭發表</p>

<p style="text-align: center;">活動三、身體總動員</p> <p>一、教學準備：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生-穿著適合運動的服裝、一張報紙。 2. 教師-課程簡報。 <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問：運動或做動作的時候，通常會運用到哪些身體部位。(教師複習身體部位單字) <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身體伸展動作教學。(教師帶入伸展動作單字) 2. 身體伸展動作練習。 <p>四、統整活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身體平衡遊戲(報紙平衡遊戲)。 2. 學生分享參與這些身體活動的感受。 	<p>5 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>15 分鐘</p>	<p>課程簡報</p> <p>課程簡報</p> <p>報紙</p>	<p>口頭回答</p> <p>實作練習</p>
<p style="text-align: center;">活動四、運動傷害與防護</p> <p>一、教學準備：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生-無 2. 教師-課程簡報、學習單。 <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問。 Q: 剛剛在做動作或玩平衡遊戲的時候，你有沒有發現什麼或有甚麼感受? <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問。 Q: 有沒有覺得活動時應該注意哪些事情? Q: 如果活動時，受傷了怎麼辦? Q: 你覺得怎麼做，能讓自己運動時不會受傷? 2. 學生討論。 3. 教師補充。(視學生討論狀況而進行) - PRICE急救原則 Protection/Rest/Ice/Compression/Elevation <p>四、統整活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 師生歸納，將討論出來的傷害防護知識分類， 例如：活動前-暖身/防曬 活動時-注意自己身體狀況、補充水分 活動後-緩和運動/補充水分 	<p>5 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>15 分鐘</p>	<p>課程簡報</p> <p>課程簡報</p> <p>課程簡報 學習單</p>	<p>口頭回答</p> <p>小組討論 師生統整歸納</p> <p>小組討論 師生統整歸納</p>

Let's go to the zoo.

<https://www.youtube.com/watch?v=0wRmivbNgQk>

Stomp like elephants!

Let's go to the zoo. And stomp like the elephants do. (x2)

[Stomp around the room like elephants.]

Jump like kangaroos!

Let's go to the zoo. And jump like the kangaroos do. (x2)

[Jump around the room like kangaroos.]

Swing like monkeys!

Let's go to the zoo. And swing like the monkeys do. (x2)

[Swing around the room like monkeys.]

Waddle like penguins!

Let's go to the zoo. And waddle like the penguins do. (x2)

[Waddle around the room like penguins.]

Slither like snakes!

Let's go to the zoo. And slither like the snakes do. (x2)

[Slither around the room like snakes.]

Swim like polar bears!

Let's go to the zoo. And swim like the polar bears do. (x2)

[Swim around the room like polar bears.]

Let's go to the zoo. And dance like the animals do. (x2)


◎ Let's say!

We can (動作) .

We (動作) like the (動物) do.


◎ 身體總動員-伸展動作項目

child's pose



30 sec

ab stretch



30 sec

butterfly stretch




30 sec

cat back stretch




30 sec , 30 sec

sitting forward bend



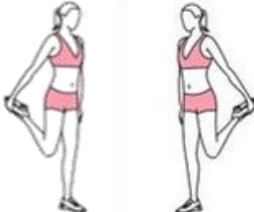
30 sec

standing forward bend



30 sec

quad stretch




30 sec , 30 sec

shoulder stretch



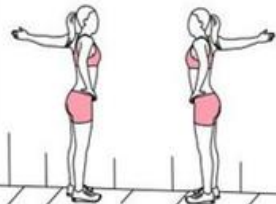
30 sec , 30 sec

neck stretch



30 sec , 30 sec

chest stretch



30 sec , 30 sec

Sports Injury Protection

Class 班級: _____ Number 座號: _____ Name 姓名: _____

◎ What is "P-R-I-C-E" first aid ? Trace and write down the Chinese meaning.




◎ Trace and match.

Before activity... ●


During activity... ●

After activity... ●

●  drink some water

●  warm up

●  sun cream

●  drink some water

●  cool down