

五年級英語融入健康領域教學之教案設計理念

下學期：主題 1 寶貝我的家、主題 2 美麗人生、主題 3 搶救地球、主題 4 老化與健康

| 週次 | 主題 | 健康領綱 | 課程理念與設計 |
|-------|---------------------------|---|---|
| 1-2 週 | 主題 1-1 寶貝我的家— 溝通的藝術 | 6-2-2 瞭解家庭在 增進個人發展與人 際關係上的重要性。 | 溝通的原則 以衝突影片或新聞帶入本單元議題—如何化解衝突，並請小組討論與家人或是朋友爭吵的原因與解決問題的過程。 教師說明「有效溝通的原則」。 |
| 3-4 週 | 主題 1-2 寶貝我的家— 家庭危機 | 6-2-4 學習有效的溝 通技巧與理性的情緒 表達，並認識壓力。 | 師生共同蒐集家庭暴力的報導及相關法令。 教師可請學生事先了解協助處理家庭暴力的民間機構或政府團體。了解「家庭暴力」指的是對家庭成員實施身體或精神上不法的侵害行為，除了會造成受虐者生理及心理上的傷害之外，還會讓家庭的功能喪失。 運用事先蒐集的家暴相關報導引導學生討論，師生共同分析「哪些情況或行為屬於家庭暴力的範圍」。 |
| 5-7 週 | 主題 2 美麗人生 —生長你我他 | 1-2-1 認識影響個 人成長與行為的因 素。 1-2-4 探討各年齡 層的生理變化，並有 能力處理個體成長 過程中的重要轉變。 | 師生共同蒐集不同家庭型態的組成，並蒐集離婚及相關法令的報導或資訊。說明「面對父母離婚的正確做法」。引導學生正向面對家庭問題，並請學生運用同理心，關懷遭遇家庭問題的同学。 |
| 8-9 週 | 主題 2 美麗人生 —飲食小專家 | 2-2-5 明瞭食物的 保存及處理方式會 影響食物的營養價 值、安全性、外觀及 口味。 2-2-3 瞭解、接納並 尊重不同族群或國 家的飲食型態與特 色。 | 成長的秘方 請學生分享自己的身高、體重位於常模表中的哪個百分等級，並試著分析影響自己生長發育的可能因素。 飲食習慣自我檢視 請學生依據自己最近一週的飲食情形作答，再和同學分享自我檢視的結果。教師鼓勵學生針對「飲食習慣自我檢視」的檢視結果，提出改善的方法。教師說明海鮮類、肉類購買後，應儘早處理，避免食材變質，蔬果類購買後則可以先用報紙包裹，放在冰箱保鮮，食用前再清洗。 食材的處理方式 好菜下鍋：火鍋料的準備、清洗、烹飪方法 教師配合課本說明印度、法國、泰國、日本、中東地區等不同國家的飲食特色，引導學生 |

| | | | |
|---------|-------------------|---|--|
| | | | 了解面對不同的用餐禮儀時，應該要入境問俗，以免失禮。 |
| 10 | 期中評量 | | |
| 11-13 週 | 主題 3 搶救地球—生病的地球 | 7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。 | 以環境汙染影片帶入地球目前正在遭受的嚴重威脅。探討有哪些汙染存在於生活之中並以小組討論該如何解決不同的汙染問題。教師歸納說明並強調環境問題就存在我們的生活當中，影響著我們的健康，唯有從自身做起，才能確實減少環境汙染的危害。 |
| 14-15 週 | 主題 3 搶救地球—環境汙染面面觀 | 1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康。 7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫，並分享其獲致的成果。 | 以先前做的各種汙染資訊來探究台灣目前對於環境汙染的規範為何，並與鄰近國家相比較。落實環保愛社區，進一步達成愛鄉愛家園的行動。 |
| 16-18 週 | 主題 4 老化與健康—關懷老年人 | 2-2-1 瞭解不同的食物組合能提供均衡的飲食。 2-2-2 瞭解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。 | 老年期的飲食保健 教師請學生分享課前觀察或訪問家人的結果、訪問後的感想，並補充說明：邁入老年期後，人體的許多功能會退化，對於營養的需求除了少油、少鹽、少糖之外，還應針對老年期的生理和心理狀況，適時調整飲食內容，才能讓老年人吃出健康與長壽。 |
| 19 週 | 期末評量 | | |
| 20-21 | 主題 4 老化與健康—健康檢查 | 7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。 | 快樂銀髮族 教師請學生分組表演短劇，每組 5 分鐘，表演內容主要為關懷老年人的做法，主題分別是「運動」、「就診及用藥」、「安全」、「心理」等方面。教師說明由於老年人的身體功能逐漸退化，所以在生活照顧上必須注意：飲食方面、睡眠方面、穿著方面、行動方面，並進一步探究台灣步入老齡社會的狀態。 |