

### 三年級英語融入健康領域教學之教案設計理念

週次	主題	健康領綱	健康課程理念與設計
1	開學準備週		
第02-06週	主題一 生命的旅程	1-1-1知道並描述對於出生、成長、老化及死亡的概念與感覺。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過討論與長輩相處的點滴進而珍惜與長輩相處的時光。</li> <li>2. 理解長輩的老去造成生理及心理上的變化，學會照顧長輩。</li> <li>3. 關心長輩可能會遇到的疾病，學習及早發現作為長輩的守護者。</li> </ol> 學習面對死亡帶來的影響並以正確的方式抒發。
第07-11週	主題二	7-1-5體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。 ◎環境教育 1-2-1覺知環境對個人身心健康的關係。 2-2-1瞭解生活周遭的環境問題及其對個人、學校與社區的影響。 2-2-2認識生活周遭的環境問題形成的原因，並探究可能的改善方法。 ◎生涯發展教育 2-2-4 瞭解工作對個人的意義及社會的重要性。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 藉由彼此分享在大自然中玩耍的經驗認識大自然的美好。</li> <li>2. 透過河川乾淨與污染的對照圖思考對環境的危害與保護。</li> <li>3. 認識環境問題並提出解決策略。</li> <li>4. 承諾個人付出環境行動改善大自然危機。</li> </ol>
第12-15週	主題三 飲食大觀園	2-1-2了解環境因素如何影響食物的質與量，並探討影響飲食習慣的因素。 2-1-3培養良好的飲食習慣。	人的生活與飲食和各種消費選擇密不可分，「人與食物」主題著重理解食物對人的意義與重要性，探討影響飲食選擇的因素，製作或選擇符合個人的需求的飲食，培養對食農、食安的重視，以確保健康飲食習慣的落實。其學習內涵包括食物與營養、均衡飲食與選擇、食物產製與保存、飲食趨勢與文化、飲食運動與體型觀等關鍵概念。
第16-21週	主題四 戲水安全	5-1-1分辨日常生活情境的安全與不安全。 5-1-2說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-3思考並演練處理危險和緊急情況的方法。	增進安全知識與態度，了解不同場域的潛在危險，熟悉各種急救技能與安全資源，具備緊急情境處理技能，以降低傷害的嚴重性並確保人們獲得最佳的保障。安全生活的內涵包括安全意識、安全守則、急救技術、緊急應變、安全促進等關鍵概念。

## 健康領域沉浸式英語教學教案設計-主題一

主題名稱	The journey of life生命的旅程	教學設計者	陳妤涵、李英萍、任慧珍
教學對象	三年級	教學節次	1個單元 (5 節課/每週一節 40 分鐘)
能力指標	1-1-1知道並描述對於出生、成長、老化及死亡的概念與感覺。		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解人或動物、植物的一生，都要經過生、老、病、死的歷程。</li> <li>2. 能以健康的態度面對瀕死或已故的家人或其他動物。</li> <li>3. 能關懷老年人，進而能體會生命的可貴，養成尊重生命的意念。</li> </ol>		
設計理念	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過討論與長輩相處的點滴進而珍惜與長輩相處的時光。</li> <li>2. 理解長輩的老去造成生理及心理上的變化，學會照顧長輩。</li> <li>3. 關心長輩可能會遇到的疾病，學習及早發現作為長輩的守護者。</li> <li>4. 學習面對死亡帶來的影響並以正確的方式抒發。</li> </ol>		
教學方法	合作學習法、實作教學、小組討論、角色扮演		
英語學習content vocabulary / sentences patterns	<p>◎ 單字: life/birth/age/sickness/death/</p> <p>◎ 目標句型: 1. Q :How do you often do with your grandpa/grandma? I often_____。</p> <p>2. Q : How do you feel when your family die?I feel_____。</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	教具	評量
<p style="text-align: center;"><b>第一節-生命的旅程【生】</b></p> <p>[教學準備] 學習單、影片、PPT [引起動機] 1. 以” 30秒的人生” 影片快速瀏覽人的一生的過程 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=qMslcUttN_8">https://www.youtube.com/watch?v=qMslcUttN_8</a> 2. 與學生討論人的一生大致分為那些階段：生、老、病、死</p> <p>[發展活動] 1. 調查班上學生與長輩(祖父母)的相處情況，同住、分開住、長輩仍在、長輩已不在，對長輩是否有印象等背景調查。以此作為接下來課堂討論的基礎。 2. 教師以照片分享自己與家人的生活相處，例如平時相處、旅行等 3. 教師提問「跟阿公阿嬤相處的故事」分享，學生自由發表分享</p> <p>(1)最常一起做什麼事? (2)曾經一起去哪裡玩? (3)相處過程中印象最深刻的事 (4)阿公阿嬤平常從事的活動 (5)阿公阿嬤以前的故事</p> <p>[總結討論] 1. 完成”我是小記者”學習單，並且與家人一同討論”發展活動”的提問。 2. 學習單內容：How do you often do with your grandpa/grandma? I often _____。</p> <div data-bbox="609 640 1007 1240" data-label="Image"> </div>	<p>環境PPT</p> <p>小白板 白板筆</p> <p>學習單</p>	<p>課堂參與</p> <p>口頭報告</p> <p>自我評量</p>
<p style="text-align: center;"><b>第二節-生命的旅程【老】</b></p> <p>[教學準備] 學習單、影片、PPT [引起動機] 1. “我是小記者” 學習單分享：自己與長輩相處的往事、聆聽長輩的過往等等</p> <p>[發展活動] 1. 播放影片” 30 秒的人生-真人版” 請學生觀察人的成長外觀的變化 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yV_jhMN2MWu4">https://www.youtube.com/watch?v=yV_jhMN2MWu4</a> 2. 小組討論寫下人在變老過程中有哪些生理變化(body changes) 3. 學生分享與長輩相處覺得有那些關於心理的變化 4. 小組討論寫下人在變老過程中有那些心理變化(mental changes)</p> <p>[總結討論] 1. 透過各組發表及討論綜整變老過程中的生理及心理變化</p> <div data-bbox="113 1727 651 2018" data-label="Image"> </div>	<p>學習單</p> <p>影片</p>	<p>課堂參與</p> <p>小組討論 情境模擬</p>

### 第三、四節-生命的旅程【病】

[教學準備] 影片、PPT、失智症檢核表

[引起動機]

1. 播放”Memo”影片，請學生觀察影片中老爺爺發生了什麼狀況  
<https://www.youtube.com/watch?v=CyGGpsbN55A>

[發展活動]

1. 針對影片進行以下提問，與學生討論

(1) 伯伯的家中為甚麼貼上了這麼多便條紙？有甚麼作用？

(2) 女兒為甚麼不太想讓伯伯出街買咖啡？

(3) 為甚麼伯伯周邊的場景都變得模糊？他患了甚麼病？(阿茲海默症，亦即是失智症)

(4) 誰讓伯伯冷靜下來？家人對伯伯有何意義？



MEMO | Animation Short Film 2017 - GOBELINS

2. 播放”爺爺忘記了”，請學生歸納失智症的患者可能有哪些症兆？

<https://www.youtube.com/watch?v=xF4PPM8yDSw>

(1) 重複同樣的問題

(2) 忘記重要的事情

(3) 脾氣突然變得暴躁

3. 以”失智症”為例，讓學生進行”失智症檢核”的體驗

(1) 從中理解失智症的預防及早發現的重要性，作為守護家人身心健康的小幫手。

(2) 如果長輩答錯3題以上，須立即帶長輩至各大醫院神經內科或精神科做進一步的檢查，及早治療，減緩失智症的惡化。

#### 失智症檢核 <http://www.tada2002.org.tw/About/OnlineOtherCheck>

問題	注意事項
1. 今天是幾號？	
2. 今天是星期幾？	
3. 這是甚麼地方？	
4-1. 您的電話號碼是幾號？	
4-2. 您住在甚麼地方？	
5. 您幾歲了？	
6. 您的出生年月日？	
7. 現任的總統是誰？	
8. 現在導師是誰？	
9. 您媽媽叫甚麼名字？	

失智症評估標準	簡易心智狀態問卷調查表(SPMSQ)
* 心智功能完整：錯 0-2 題	姓名：_____ 日期：_____
* 輕度心智功能障礙：錯 3-4 題	基本資料：性別：□男 □女
* 中度心智功能障礙：錯 5-7 題	教育程度：□小學 □國中 □高中 □高中以上
* 重度心智功能障礙：錯 8-10 題	
如果長輩答錯三題以上(含)，請立即帶他(她)前往各大醫院神經內科或精神科，做進一步的失智症檢查，以及早發現，及早治療，減緩失智症惡化。	
進行方式：依上表所列的問題，詢問長輩並將結果記錄下來。(如果長輩家中沒有電話，可將 4-1 題改為 4-2 題)，答錯的問題請記錄下來。	

[總結討論]

1. 與學生討論照顧老年人時需要注意的事項?包含心理建設或是相關設施



影片  
情境ppt  
學習單

課堂參與

小組討論

第五節-生命的旅程【死】

繪本ppt

課堂參與  
情境模擬

[教學準備] 影片、PPT、繪本

[引起動機]

1.與學生討論是否曾經歷過親人或寵物的死亡?

[發展活動]

1.以繪本”Something Very Sad Happened”為素材與學生討論死亡

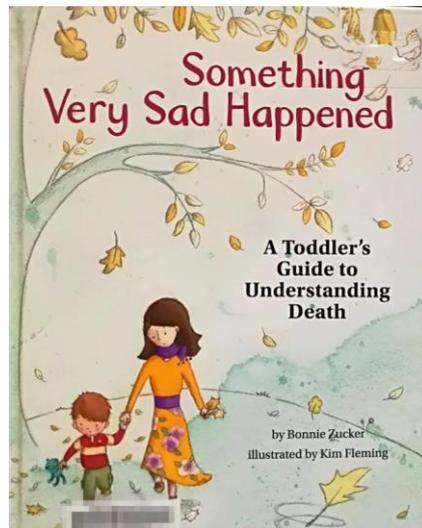
(1)理解何謂死亡? **Grandma's body stopped working.**

(2)同理悲傷的感受。有可能難過或生氣**It's okay to feel sad or scared, and it's okay to cry. Mommy may cry, too.**

(3)理解親人離去會非常思念。**We cannot see Grandma anymore. That's why we will miss her.**

(4)與學生討論如何抒發思念親人的做法? **we can look at pictures of her and we can tell stories about her**

(5)引導學生理解愛並不會隨著死亡消失。**Love cannot die**



2.歸納學生理解何謂死亡、面對死亡的感受、有哪些抒發心情的做法：

(1)死亡：no breathing、no heart-beating、no response……

(2)感受：sad、angry、regretful、frustrated……

(3)做法：stay alone、reading、do other things……

How to express sadness?



[總結討論]

1.秀出學生60年後的老臉，引導學生思考老年後保持何種心境最為重要?

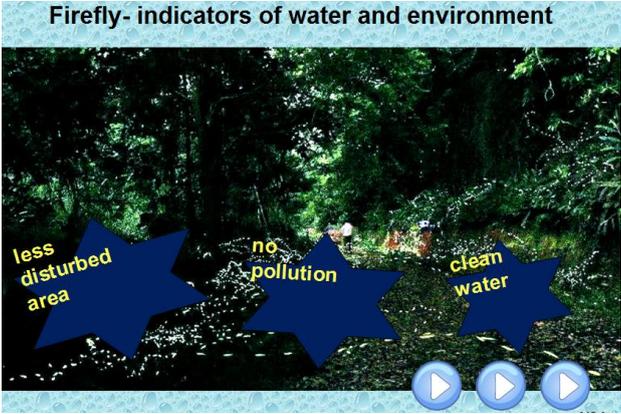
2.人的一生活可以很精采很充實，提醒學生面對自己人生的旅程保持正向樂觀的心情面對每一天！Be happy and be optimistic to everyday☺



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

## 健康領域沉浸式英語教學教案設計-主題二

主題名稱	The journey of life 生命的旅程	教學設計者	陳妤涵、李英萍、任慧珍
教學對象	三年級	教學節次	1個單元 (5 節課/每週一節 40 分鐘)
能力指標	<p>7-1-5 體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。</p> <p>◎環境教育</p> <p>1-2-1 覺知環境對個人身心健康的關係。</p> <p>2-2-1 瞭解生活周遭的環境問題及其對個人、學校與社區的影響。</p> <p>2-2-2 認識生活周遭的環境問題形成的原因，並探究可能的改善方法。</p> <p>◎生涯發展教育</p> <p>2-2-4 瞭解工作對個人的意義及社會的重要性。</p>		
學習目標	4. 能覺察自然環境的改變對人類健康會造成影響，進而培養主動關心環境，積極維護環境的態度。		
設計理念	<p>5. 藉由彼此分享在大自然中玩耍的經驗認識大自然的美好。</p> <p>6. 透過河川乾淨與污染的對照圖思考對環境的危害與保護。</p> <p>7. 認識環境問題並提出解決策略。</p> <p>8. 承諾個人付出環境行動改善大自然危機。</p>		
教學方法	合作學習法、實作教學、小組討論、角色扮演		
英語學習content vocabulary / sentences patterns	<p>◎ 單字: Firefly/river pollution/harmful/helpful/environmental problem/3R's</p> <p>◎ 目標句型: 1. Q : How can you protect the earth? I can reduce/reuse/recycle_____.</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	教具	評量
<p style="text-align: center;">第 1 節課-照片的故事 play in nature</p> <p>[教學準備] 影片、PPT [引起動機]</p> <p>1. 教師詢問學童是否有戲水、觀魚游的經驗及當時的感受。</p> <p>[發展活動]</p> <p>1. 播放影片，引導學童回想並分享自己賞螢的經驗或影</p> <p>2. 教師展示情境圖，並說明螢火蟲對棲息要求。 The remand of fireflies' habitat : less disturbred、no pollution、clean water Firfly is the indicator of water and environment</p> <p>3. 教師與學生互相分享在大自然當中美好的經驗。 Tell us about your experience in the nature</p> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> </div> <p>[總結討論]</p> <p>1. 教師總結學童分享的內容，讓全班了解螢火蟲是環境指標的原因。</p> <p>2. 螢火蟲對棲地要求很高的特性，被視為「環境指標」。</p> <p>3. 惡質環境會導致螢火蟲的滅亡與消失，對人類健康也會造成不良影響。</p> <p>4. 理解大自然的純淨帶給我們美好的生命經驗。</p>	<p>螢火蟲影片</p> <p>環境PPT</p>	<p>課堂參與</p> <p>口頭報告</p> <p>自我評量</p>

第 2、3 節課-河川污染 river pollution

[教學準備] 影片、PPT、學習單

[引起動機]

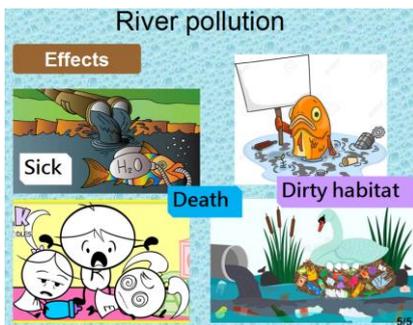
1. 教師展示圖卡，引導學生說出對該自然環境的感受。

[發展活動]

1. 引導學生觀察河川污染的樣貌，討論並發表造成河川污染的原因與可改善的策略。

2. The harmful and helpful aspects of river pollution

3. The causes、effects and efforts of river pollution.



影片

課堂參與

情境 PPT

小組討論

小白板

[總結討論]

1. 人類與其他生物是自然環境的一分子，有相互依存關係。
2. 環境遭受汙染或破壞，對所有的生物會有不良影響。
3. 大家用心維護、積極改善，才能擁有生活的好環境。
4. 整治小溪活動改善汙染問題。
5. 整治小溪是全體居民的責任。

第 4 節課-環境問題 environmental problem

[教學準備] 影片、PPT、學習單

[引起動機]

1. 教師逐一展示教材情境圖，引導學童觀察並思考途中自然環境改變的原因。

[發展活動]

1. 引導思考並發表：以上的環境變化對當地居民或所屬領域中的生態，會產生什麼影響？

2. 教師鼓勵學童說出自己面對大自然如此的變化時，心中的感受或看法為何？

影片  
情境ppt  
學習單

課堂參與

小組討論



[總結討論]

1. 環境的改變可能破壞生態。2. 破壞環境的因素可能影響人類健康。

3. 用心觀察並維護環境，關心環境變化，就可了解大自然要告訴我們什麼，並了解如何維護大自然。

4. 只要為保護自然環境而付出行動，被破壞的環境就有重生的機會。

第 5 節課-環保「心」行動 environmental action

繪本ppt

課堂參與  
情境模擬

[教學準備] 影片、PPT、行動小卡

[引起動機]

- 1.引導植物對環境提供的功能。植物的減少或消失，對環境、生物或人類是否有影響？
- 2.教師揭示免洗筷製作流程圖，引導學童思考、討論與分享。
- 3 教師逐一揭示再生家具和再生紙製作流程圖，引導學童思考。
- 4.要讓森林製造更多新鮮空氣、調節溫度、增強水土保持、維護生物的生存空間，我們還可以怎麼做？

[發展活動]

1.垃圾分類：reduce、recycle、reuse

(1) 教師揭示「垃圾汙染」情境圖，指導學童思考垃圾增量後，對環境和生物可能造成的影響。

(2) 教師詢問學童是否知道臺灣垃圾處理方式或流程，讓學童自由發表，教師補充說明。

(3) 討論並發表要做到垃圾減量，除了作好資源回收、少買過度包裝的物品、自備購物袋外，還可以怎麼做？

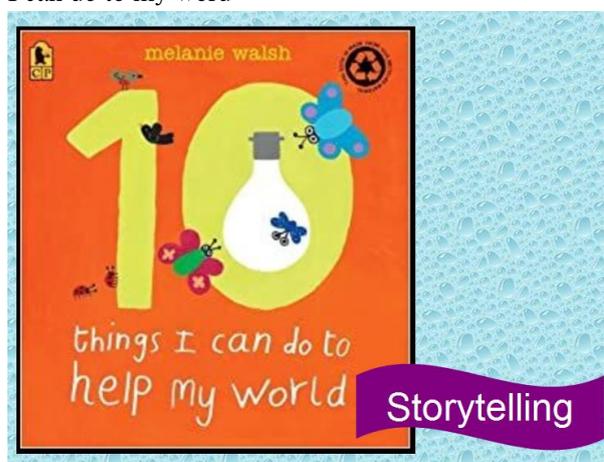
2.節能減碳：low-carbon life、greenhouse gas、greenhouse effects

(1) 教師提問並說明「溫室效應」是什麼？「溫室效應」對地球的環境與生物會造成什麼影響？

(2) 引導學童思考並發表：為什麼這些做法可以達到節能減碳，減緩溫室效應？

(3) 為達到「節能減碳，減緩溫室效應」的目的，我們可以怎麼做？

3.繪本導讀 10 things I can do to my word



[總結討論]

拯救大自然，你我都有責任。響應環保綠生活，我們可以從生活中實踐起。

### 健康領域沉浸式英語教學教案設計-主題三

主題名稱	Food Grandview 飲食大觀園	教學設計者	陳妤涵、李英萍、任慧珍
教學對象	三年級	教學節次	1個單元 (4 節課/每週一節 40 分鐘)
能力指標	2-1-2了解環境因素如何影響食物的質與量，並探討影響飲食習慣的因素。 2-1-3培養良好的飲食習慣。 ◎環境教育 1-2-4覺知自己的生活方式對環境的影響。 ◎家政教育 1-2-1認識飲食對個人健康與生長發育的影響。 1-2-2察覺自己的飲食習慣與喜好。 1-2-3選用有益自己身體健康的食物。 1-2-6瞭解均衡的飲食並應用於生活中。		
學習目標	1.能比較不同家庭的飲食型態。 2.能探討影響家庭飲食習慣的因素。 3.能學會正確的用餐禮儀。 4.能說出西式速食、飲料和零食的優缺點。 5.能探討自己的飲食習慣並提出改善方法。 6.能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子。 7. 積極參與各種課堂練習活動。 8. 能妥善運用情境中的非語言訊息以幫助學習。		
設計理念	人的生活與飲食和各種消費選擇密不可分，「人與食物」主題著重理解食物對人的意義與重要性，探討影響飲食選擇的因素，製作或選擇符合個人的需求的飲食，培養對食農、食安的重視，以確保健康飲食習慣的落實。其學習內涵包括食物與營養、均衡飲食與選擇、食物產製與保存、飲食趨勢與文化、飲食運動與體型觀等關鍵概念。		
教學方法	合作學習法、實作教學、小組討論、角色扮演		
英語學習content vocabulary / sentences patterns	◎ 單字: salad/vegetable/fruit/diet/ seafood/share/habits/exercise/grow up/light meal/ vegetarian/processed food/fork/knife/plate/bowl/spoon/ clean up/clean/dirty/paper bowls/chopsticks/juice/green mark/choose/eat more/eat less/less sugar/less salt/ ◎ 目標句型: 1. Q : Is the _____ healthy or unhealthy?A : It's _____. 2. Q : What do you like to eat?A : I like to eat _____. 3. Q : Where do you and your family eat?A : We eat at the _____. ◎ 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。		

教學活動	教具	評量
<p style="text-align: center;">第一節-飲食習慣</p> <p>[教學準備] ppt 圖片 [引起動機]</p> <p>1. 飲食文化知多少?   濃濃TALK-10 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=35qnpYo6PnY">https://www.youtube.com/watch?v=35qnpYo6PnY</a></p> <p>2. 【味全TV】環遊世界四大料理圈 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=n6ubOLFbYu0">https://www.youtube.com/watch?v=n6ubOLFbYu0</a></p> <p>[發展活動]引導學生發表日常生活的飲食習慣</p> <p>1. 家庭成員有誰一起共進午晚餐?是家人自己煮或是外食居多呢? 家中最常吃的食物?或是喜歡的菜餚? What do you usually have/eat dring lunch/dinner time at home? I have/eat _____. What is your favarite food? My favorite food is _____.</p> <p>2. 發下小白板，請學生寫下-家中最常吃的食物或是喜歡的菜餚</p> <p>3. 請學生發表。</p> <p>4. 全班共同比較不同家庭的飲食型態，並請學生發表異同處。</p> <p>5. 【飲食心理測驗】<a href="https://www.facebook.com/hpagov/posts/596715883690521/">https://www.facebook.com/hpagov/posts/596715883690521/</a> 喜歡的食物代表你的性格? 以下有五種食物，請你(妳)挑選出自己最喜歡的食物。 A.牛肉麵(越辣越過癮) B.海陸大餐(好吃真好吃) C.披薩(越脆越香) D.炸雞塊(多汁多滋味) E.蛋糕(越吃越高興)</p> <p>-----答案線-----</p> <p>您選擇(A)：牛肉麵(越辣越過癮) 吃辛辣食物的人，本身也很「辣」，性情孤傲，憤世嫉俗，對社交活動、禮尚往來極端排斥，但對立大功、成大業，成為名流，永垂青史的英雄，卻意氣風發、不落人後。東北人泰半具有如此的「風格」。</p> <p>您選擇(B)：海陸大餐(好吃真好吃) 「山珍海味」，樂不思蜀的人，為海派，從不拖泥帶水，擁有堅忍不拔的性格。但是不夠冷靜、過度揮霍的結果，只怕會坐吃山空，不得不多加警惕。</p> <p>您選擇(C)：披薩(越脆越香) 喜歡吃「薄餅」的人，為人也比較刻薄小氣，在團體中屬於叛逆的角色，點自以為是。但是，傑出的藝術家、科學家都具有此種「風格」。</p> <p>您選擇(D)：炸雞塊(多汁多滋味) 這種人屬於不愛動的后現代主義者，感情「脆」弱、深怕寂寞，舉手投足像隻小綿羊一般溫馴，欠缺衝勁。</p> <p>您選擇(E)：蛋糕(越吃越高興) 喜歡吃「甜點」的人，性情謙和，樂於助人，非常容易與人相處。跟這種恬淡個性的人為友，有如倒吃甘蔗，越吃越「甜」，交往越久，感情越彌堅。</p> <p>[總結討論]日常飲食須注意哪些事項，才符合健康飲食的原則? 健康飲食<a href="https://www.youtube.com/watch?v=vhPtTAXwclS">https://www.youtube.com/watch?v=vhPtTAXwclS</a> 均衡飲食的重要性<a href="https://www.youtube.com/watch?v=uKq3o8SSzXY">https://www.youtube.com/watch?v=uKq3o8SSzXY</a> --日常飲食應均衡攝取各類食物，才能預防疾病、促進健康。</p>	<p>電腦 電子白板</p> <p>小白板 白板筆</p>	<p>課堂參與</p> <p>小組討論 口頭報告</p>

<p style="text-align: center;">第二節 - 用餐禮儀Table manner</p> <p>[教學準備] 學習單、影片、ppt [引起動機] 1. 鮑思高動畫教室之 家庭篇 - 關係, 飲食習慣 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=oPq7hBx2lYI">https://www.youtube.com/watch?v=oPq7hBx2lYI</a> [發展活動] 1. 老師事前將用餐前(before)、用餐時(during)、用餐後(after)的禮儀, 分組讓學生討論並分類。 A. <b>用餐前</b>: (1)主動協助各項準備工作。(2)招呼人員一起用餐, 不可以只顧自己先吃。 B. <b>用餐時</b>: (1)應在餐桌上一同用餐, 不可以在客廳或其他地方用餐。(2)尊重長輩, 讓長輩先開動, 不可以搶著夾菜。(3)應以食物就口, 咀嚼食物或喝湯時不發出聲音, 才是有禮貌的行為。(4)手肘不宜張太開, 以免影響他人用餐。(5)當別人夾菜時, 不可以轉動桌面。(6)用餐時不可以看電視、看書或玩樂, 並保持愉快的心情, 才能享受飲食的美味與樂趣。 C. <b>用餐後</b>: (1)協助收拾餐具和廚餘。(2)真誠的讚美菜肴豐盛與美味, 並向準備菜肴的人員表達謝意。 2. 請學生共同討論, 是否還有其他用餐要注意的事項, 小組討論並發表。 3. 世界各地用餐禮儀, 尊重各國文化。 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ggrbl6zmv7E">https://www.youtube.com/watch?v=Ggrbl6zmv7E</a> [總結討論] 1. 透過發表及討論, 學會正確的用餐禮儀, 正確的運用於日常生活中。</p>	<p>電腦 電子白板</p> <p>小白板 白板筆</p>	<p>課堂參與</p> <p>小組討論 情境模擬</p>
<p style="text-align: center;">第三節-飲食型態</p> <p>[教學準備] 影片、ppt、家人飲食型態學習單 [引起動機] 1. 老師請學生回想家庭成員(包含自己)平日的飲食習慣並寫在學習單上。 What does Dad /Mom/.....like to eat? He likes to eat _____ and _____.</p> <p>2. 請學生發表所記錄下來的內容。 3. 請學生共同討論, 可能影響飲食型態的因素。 A.活動量 B.成長發育期 C.不同年齡層 D.宗教信仰 E.特殊疾病 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=kJcqVWP9KEI">https://www.youtube.com/watch?v=kJcqVWP9KEI</a> [總結討論] 1. 疾病與飲食關係: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5jYp9vOW4yU">https://www.youtube.com/watch?v=5jYp9vOW4yU</a> 太多疾病與飲食不當有關! <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q_onaH0jJJA">https://www.youtube.com/watch?v=Q_onaH0jJJA</a> 盡量避免食用非天然食物並把握均衡飲食的原則, 可避免許多疾病。</p>	<p>影片 情境 ppt 學習單</p>	<p>課堂參與</p> <p>小組討論</p>
<p style="text-align: center;">第四節-健康飲食Healthy diet</p> <p>[教學準備] ppt、影片 [引起動機] 1. 【速食餐點篇】 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=WmEQINGO2v4">https://www.youtube.com/watch?v=WmEQINGO2v4</a> 2. 每天吃速食是否安全呢? <a href="https://www.youtube.com/watch?v=sVsNinprAro">https://www.youtube.com/watch?v=sVsNinprAro</a> [發展活動] (一)分組討論與分享 1. 學童發表平日經常食用的零食、飲料與速食的種類。 2. 購買的零食、飲料與速食是做為點心? 還是正餐? 3. 購買時會考慮哪些因素? 如: 營養成分? 是否符合營養與均衡的原則? 4. 是否經常購買, 或是偶爾購買?</p>	<p>電腦 電子白板</p> <p>小白板 白板筆</p>	<p>課堂參與</p> <p>小組討論</p>

<p>5.配合課文，請學童討論選擇營養餐點的方法。</p> <p>6.請學童反省個人的飲食習慣。良好的習慣應該繼續保持，並針對不良的習慣提出改善的方法。</p> <p>(二)師生共同歸納</p> <p>1.炸雞和薯條油脂高，將其當作正餐食用，容易造成肥胖，增加罹患心血管疾病的機會。</p> <p>2.速食餐點缺乏蔬菜和水果，經常食用，容易造成營養不良。</p> <p>3.可樂和汽水中的糖分高，不宜經常使用。</p> <p>4.加工零食、休閒飲料和西式速食雖然方便，長期食用有害身體健康。</p> <p>5.日常生活中，我們應將健康飲食的觀念落實在日常生活中，選擇健康營養的餐點。例如：</p> <p>(1)多吃天然蔬果，少吃加工過的食品。</p> <p>(2)減少調味料的使用量，例如：甜辣醬、蕃茄醬等沾醬，及胡椒鹽的調味料。</p> <p>(3)養成攜帶白開水的習慣，減少購買市售飲料，既省錢又環保，更重要的是能降低腎臟的負擔。</p> <p>(4)吃炸雞時，去除油炸皮與雞皮，以減少油脂與鹽分的攝取。</p> <p>(5)如果當天有一餐吃速食，另外兩餐要減少豆魚蛋肉類和油、糖、鹽的攝取，讓一天的飲食趨向營養與均衡</p> <p>3. 影片複習：如何打敗你的不健康飲食習慣？</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=mlJy5otTeLM">https://www.youtube.com/watch?v=mlJy5otTeLM</a></p> <p>4. 國民飲食指標12項原則(補充)</p>		
--	--	--

### 健康領域沉浸式英語教學教案設計-主題四

主題名稱	戲水安全	教學設計者	陳妤涵、李英萍、任慧珍
教學對象	三年級	教學節次	1個單元 (5 節課/每週一節 40 分鐘)
能力指標	5-1-1分辨日常生活情境的安全與不安全。 5-1-2說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-3思考並演練處理危險和緊急情況的方法。		
學習目標	健康 1.能了解游泳池的硬體設備和安全設施。 2.能了解不同水域的危險因素。 3.能了解預防游泳運動傷害的方法。 4. 能了解防溺與救溺的方法。 英語 1. 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子 2. 積極參與各種課堂練習活動。 3. 能妥善運用情境中的非語言訊息以幫助學習。 4. 學生能聽、說、及英語主要的單字及句型。 5. 學生能將簡易的英語融入日常的生活。		
設計理念	增進安全知識與態度，了解不同場域的潛在危險，熟悉各種急救技能與安全資源，具備緊急情境處理技能，以降低傷害的嚴重性並確保人們獲得最佳的保障。安全生活的內涵包括安全意識、安全守則、急救技術、緊急應變、安全促進等關鍵概念。		
教學方法	合作學習法、實作教學、小組討論、角色扮演		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	教室用語Classroom language： 試試看 Try it. You can make it. 認真聽 Listen carefully. 專心 Pay attention. Be quiet! 小組討論 Discuss in groups of 4(5) Good job! Excellent! Awesome! 舉手發問 Raise your hands if you have problems/ questions. 過來這裡Come here.  英語單字： Water safety , bathing suit/swimming trunks/swimsuit/swimming goggles/swimming cap/towel/hairdryer/earplugs/swimming pool/clock/lifeguard/ lifesaver/floating board/indoor/outdoor 句子： Can you swim? Yes, I can. No, I can't. What do you need when you go swimming? I need _____.		

教學活動	教具	評量
<p style="text-align: center;">第一節課</p> <p>[教學準備] 圖片PPT、</p> <p>[引起動機] 游泳前要準備什麼泳具?</p> <p>1. 請學生發表游泳或玩水的經驗。Can you swim? Do you like to swim?</p> <p>2. 老師簡單介紹白雲學生游泳課：A. 開始學習年級 B. 一學期堂數 C. 測驗通過標準</p> <p>[發展活動]</p> <p>1. 老師提問，游泳必備的裝備有哪些? 請學生回答，並寫在黑板上。 Please list the equipments of swimming. A. swimsuit B. goggles C. swimming cap D. swimming trunks E. swim ring F. towel G.</p> <p>2. 請學生觀察泳池環境，合格的泳池應該具備什麼設施? One qualified swimming pool needs _____.</p> <p>A. 合格的救生員。qualified lifeguard B. 完備的救生器材。sufficient life-saving equipment C. 清澈的水質，明確的水質、水溫公告。clear water quality and the bulletin of water quality and temperature D. 清楚的深度標示。the <b>depth</b> of the <b>swimming pool</b> E. 充足的照明亮度。sufficient brightness F. 張貼各項警語說明。warning signs</p> <p>[綜合活動]</p> <p>1. 游泳前除了必要裝備，觀察泳池環境也是很重要的一環。 教育部體育署學生水域安全運動網 <a href="http://www.sports.url.tw/">http://www.sports.url.tw/</a></p>	<p>圖片 PPT</p>	<p>課堂參與</p> <p>小組活動</p>
<p style="text-align: center;">第二節課 swimming rules</p> <p>[教學準備] 影片、ppt</p> <p>[引起動機] 播放游泳池相關新聞</p> <p>1. 請學生討論影片中游泳發生意外的原因? 如何避免?</p> <p>[發展活動]</p> <p>一、請學生針對游泳前的注意事項，小組討論並寫在小白板上</p> <p>(一) 游泳前注意事項：Before swimming</p> <p>1. 評估個人身體狀況- assess physical condition 2. 暖身和拉筋運動。warm up and stretching exercise 3. 暖身運動包括從頭到腳的各關節，都要前、後、左、右的轉一轉，最好能暖身十五分鐘後，再下水。From head to toes, at least 15 minutes. 4. 先行淋浴以適應水溫，也可排除在水中對水的陌生感。Take a shower. 5. 飽食或飢餓狀態下不可下水。Don't swim when you are too full or too hungry.</p> <p>(二) 游泳中的注意事項：During swimming</p> <p>(1) 初學游泳時，兩人一組練習，可以互相照應。 (2) 當池中泳者太多，要留意別被他人的動作擊中身體而受傷。 (3) 感覺有寒意時或將有抽筋現象時，應上岸休息。 (4) 當感到抽筋時，先吸一口氣後，站在水中用手按摩抽筋部位，盡量將抽筋的腳掌向上翹，讓症狀漸漸消失，如果感覺仍未改善，應大聲呼救。</p> <p>[綜合活動] 再次複習，游泳前和游泳中的注意事項，抽問學生並加分。</p>	<p>影片、ppt</p>	<p>課堂參與</p> <p>小組活動</p>

<p style="text-align: center;">第三節課</p> <p>[教學準備]講解ppt、情境卡 [引起動機]新聞影片</p> <p>一、請學生針對游泳前的注意事項，小組討論並寫在小白板上</p> <p>(一)游泳後的注意事項：After swimming</p> <p>(1)兩人一組，應互相觀察對方的臉色及身體變化，如果發現異狀，立即告訴師長。</p> <p>(2)游泳後應澈底清洗全身，可減少池中的含氯消毒水對頭髮和皮膚的不良刺激，餘氯可能引發皮膚乾燥，甚至皮膚發炎。</p> <p>(3)上岸淋浴後要擦乾頭髮，以免著涼。</p> <p>(二)泳池安全守則防溺十招 10 Swimming safety rules</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.戲水地點要有救生設備與人員。</li> <li>2.避免危險動作，不要跳水。</li> <li>3.湖泊溪流落差變化大，要格外小心。</li> <li>4.不要落單，隨時注意同伴狀況位置。</li> <li>5.下水前暖身，不可穿著牛仔褲下水。</li> <li>6.不可於水中嬉鬧惡作劇。</li> <li>7.身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。</li> <li>8.不要長時間浸泡水中，小心失溫。</li> <li>9.注意氣象報告，氣候不佳不戲水。</li> <li>10.加強游泳漂浮技巧，落水須保持輕鬆。</li> </ol> <p>[綜合活動]利用plicker 活動，確認學生是否能正確辨別游泳時注意事項。</p>	<p>影片 Ppt 情境卡</p>	<p>課堂參與  小組活動</p>
<p style="text-align: center;">第四節課</p> <p>教學準備]講解ppt、情境卡 [引起動機]新聞影片</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.常見的游泳運動傷害是什麼?如何預防?</li> <li>2.若是游泳時發生抽筋，該如何應變?</li> </ol> <p>(1)感覺有寒意時或將有抽筋現象時，應上岸休息。</p> <p>(2)當感到抽筋時，先吸一口氣後，站在水中用手按摩抽筋部位，盡量將抽筋的腳掌向上翹，讓症狀漸漸消失，如果感覺仍未改善，應大聲呼救。</p> <p>[發展活動]救溺五步「叫叫伸拋划、救溺先自保」，避免貿然下水救人。</p> <p><b>5 steps to saving</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.叫，大聲呼救</li> <li>2.叫，呼叫110、118、110、112</li> <li>3.伸，利用延伸物(竹竿、樹枝等)</li> <li>4.拋，拋送漂浮物(球、繩、瓶子等)</li> <li>5.划，利用大型浮具划過去(蘆沐、救生圈等)</li> </ol> <p>[綜合活動]請學生上台示範，防溺五步正確做法。</p>	<p>影片 ppt  影片</p>	<p>課堂參與  小組活動</p>
<p style="text-align: center;">第五節課</p> <p>[教學準備] 影片、ppt、小白板 [引起動機]海灘戲水安全須知及溪河潛藏危險(beach, stream and river)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 台灣 108 年度溺水案件統計，根據年齡及發生時間做討論，請學生討論溺水最大比例原因為河? 溺水高峰期時間討論。</li> </ol> <p>[發展活動]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.說明海灘的水性及安全須知。</li> <li>2.合格的開放海水浴場應該具備哪些條件?</li> <li>3.播放溪河戲水相關新聞影片。</li> </ol> <p>問題討論：</p>	<p>影片 ppt  影片</p>	<p>課堂參與  小組活動</p>

<p>(1)為什麼溪河溺水事件頻傳，仍有許多民眾前往戲水？</p> <p>(2)在溪河戲水的民眾可能進行哪些危險行為？</p> <p>4.認識野溪常見的危險因素：</p> <p>(1)水底多為溼滑溪石，在水中行走，容易失足滑倒。</p> <p>(2)平緩水面下可能暗藏漩渦，易被捲入漩渦中。</p> <p>(3)在水庫下游，要注意水庫洩洪資訊，以免被困在沙洲或被水沖走。</p> <p>(4)採砂石後形成的深潭，水質不清，深度不明，容易使人受傷或陷入泥沼無法脫困而喪命。</p> <p>(5)山區氣候變化大，當發現溪流水面忽然上升，即是山洪爆發的前兆，應立即前往高處。</p>		
--	--	--

新北市白雲國小沉浸式健康英語教案設計  
各單元英語教室用語及學科專業英語彙整表

主題	名稱	英語用語彙整	
		課室用語	學科專業英語
一	生命的旅程		◎ 單字: life/birth/age/sickness/death/ ◎ 目標句型: 1. Q :How do you often do with your grandpa/grandma? I often_____。 2. Q : How do you feel when your family die? I feel_____。
二	大自然怎麼了	回答以下問題Answer the following question 試試看 Try it. You can make it. 認真聽 Listen carefully. 專心 Pay attention. 請安靜 Be quiet! 小組討論 Discuss in groups of 4(5) 做得好Good job! Excellent! Awesome! 舉手發問Raise your hands if you have problems/ questions. 過來這裡Come here. 寫在小白板上 Write down on the white board.	◎ 單字: Firefly/river pollution/harmful/helpful/environmental problem/3R's ◎ 目標句型: 1. Q : How can you protect the earth? I can reduce/reuse/recycle_____。
三	飲食大觀園		◎ 單字: salad/vegetable/fruit/diet/ seafood/share/habits/exercise/grow up/light meal/ vegetarian/processed food/fork/knife/plate/bowl/spoon/ clean up/clean/dirty/paper bowls/chopsticks/juice/green mark/choose/eat more/eat less/less sugar/less salt/ ◎ 目標句型: 1. Q : Is the _____ healthy or unhealthy?A : It's _____. 2. Q : What do you like to eat?A : I like to eat _____. 3. Q : Where do you and your family eat?A : We eat at the _____.
四	戲水安全	讀一讀連連看Read and match	Water safety , bathing suit/swimming trunks/swimsuit/swimming goggles/swimming cap/towel/hairdryer/earplugs/swimming pool/clock/lifeguard/lifesaver/floating board/indoor/outdoor 句子 : Can you swim? Yes, I can. No, I can't. What do you need when you go swimming? I need _____.