

五、實施方式

(一)課程設計

一、本課程根據教育部民國97年頒布國民中小學九年一貫課程綱要能力指標為基礎

二、本課程活動設計適用於國小中年級學生之健康與體育領域教學。

三、本課程內容共分三個單元，每單元設計 5 週 共 15 堂課，以課程單元主題方式呈現，因此教師可視實際教學需要，彈性調整活動課程的內容。

四、本教材之課程設計及內容：（一）課程設計以「生活教育」為健康教育的思考主軸，進而學生學習到日常生活所需的知識與技能。（二）以健康成長與生活樂趣為教學思考主軸，提升學童的自我信念，培養學童主動學習的意願。（三）從成長與生活的脈絡中，設計出符合學童之課程與教學環境，而達到健康科學知識的教學。（四）以單元為課程主軸，單元內容以培養認知、情意及技能等三面向的健康能力，並符合學生文化背景。

(二)教學執行

本課程共有三個單元，在這三個單元中，讓學生藉由情境討論與解決問題進行課程學習，第一單元「生命的旅程」讓大家能了解人或動物、植物的一生，都要經過生、老、病、死的歷程；第二單元「飲食大觀園」則是探討影響家庭飲食習慣的因素；第三單元「戲水安全」協助學生能了解救溺五步驟。

(三)學習成效評量

教學進行中，有助於學生學習之做法分享：

- 1.尋找網路相關英文影片補充健康資訊，必要時輔以中文說明讓學生了解。
- 2.老師提問或分組討論生活中的健康情境問題，讓學生增加健康方面的知識。
- 3.學生角色扮演遭遇生活問題情境，全班共同討論與分享良好的健康生活經驗。

英語融入健康領域課程理念與架構

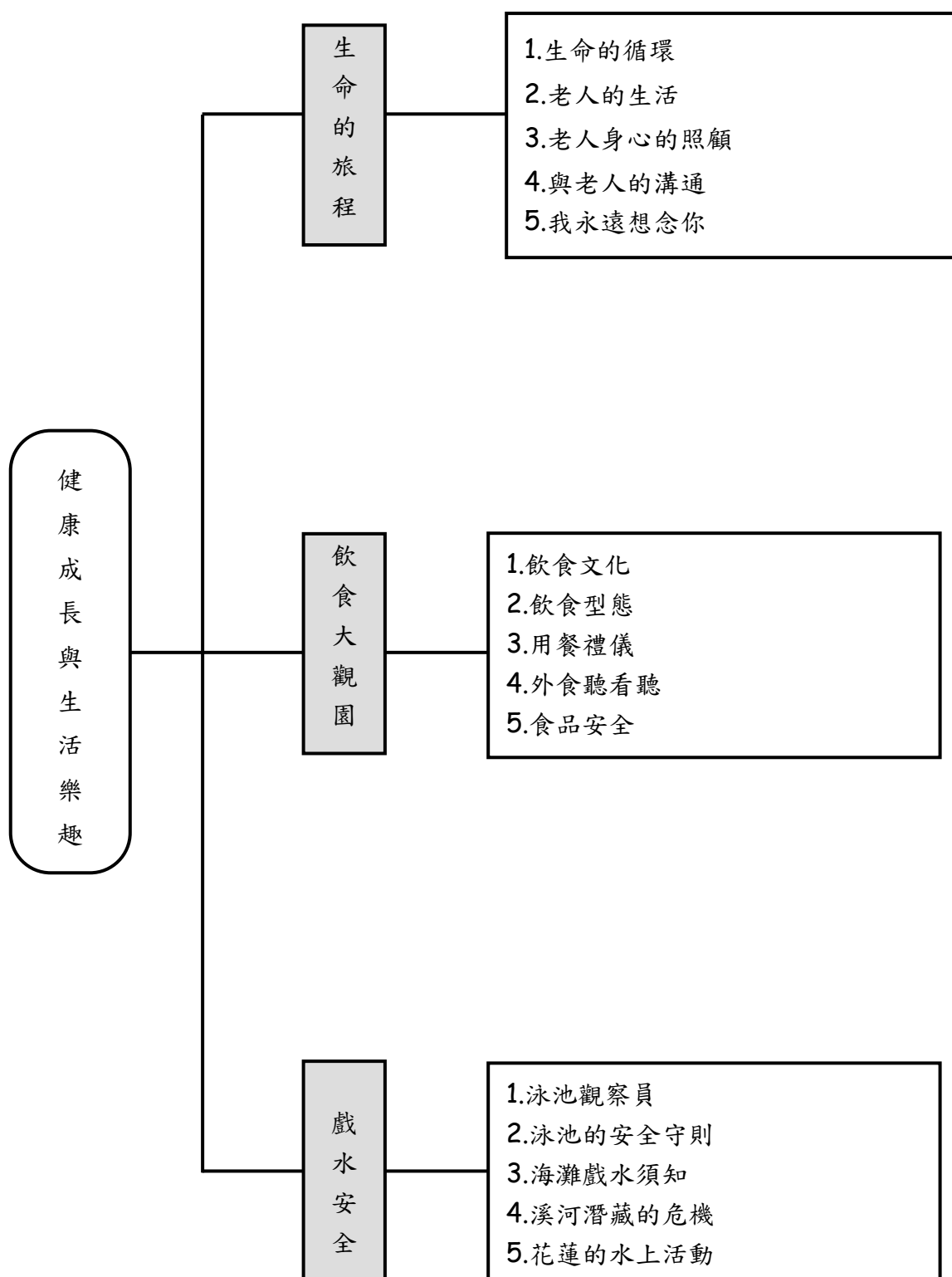
本校將國際教育與人文教育訂為重點發展課程內涵，實踐學生具備宏觀的思維與健康的生活，達成學校願景；學校多年前即開始推動國際校際交流活動，透過參訪老師分享寶貴國外學校軟體與硬體經驗，校內透過舉辦英語文競賽、英語成果展等，校外積極參與各項英語競賽，並積極設置校內英語教學環境等，為本校雙語教學環境奠定了穩定的基礎。

為了營造學生沉浸式的雙語學習情境，增加學生學習英語的機會，提升學生學習英語的興趣。本校申請計畫主題為英語融入健康課程，以三年級 3 個班級為實施對象，由英語科任教師授課。授課教師組成共備社群，以健康領域教科書為主要教材，課程教學內容加入健康相關英語字彙與句型，除了建立學生健康領域的學科知能，更要提升學生在生活應用課程中學到的英語能力。

透過課程設計，提供學生健康中英文學習情境，培養學生帶得走的雙語文能力，課前蒐集相關英語資訊，融入健康課程。健康課程計畫，每單元內容進度安排如下：

主題	名稱	教學週次
	開學準備週/新型冠狀病毒說明	第 1 週
	性平教育/性侵害防治宣導週	第 2~3 週
一	生命的旅程	第 4~8 週(5週)
二	飲食大觀園	第 9~13 週(5週)
三	戲水安全	第 14~18 週(5週)
	整學期總複習/期末考	第 19~20 週
	期末整理週	第 21 週

健康課程架構圖：



三年級英語融入健康領域教學之教案設計理念

下學期：健康成長與生活樂趣

週次	主題	健康領綱	健康課程理念與設計
1		開學準備週/新型冠狀病毒說明	
2~3		性平教育/性侵害防治宣導週	
4~8 (5週)	一、 生命 旅程	<p>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。</p> <p>1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同</p> <p>1-2-1 辨識影響個人成長與行為的因素。</p> <p>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。</p>	<p>「生長、發育、老化與死亡」主題關注人在不同階段的發展任務與潛能，理解生長、發展、老化、死亡的歷程，悅納個體間的差異，以發展積極、健康、正向的生命態度。其學習內涵包括生長與發育、老化與死亡、人生特殊階段照護、成長個別差異、促進生長發育等關鍵概念。</p>
9~13 (5週)	二、 飲食 大觀 園	<p>2-1-2 了解環境因素如何影響食物種類並探討影響飲食習慣的因素</p> <p>2-1-3 培養良好的飲食習慣</p> <p>2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點</p> <p>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。</p> <p>2-3-4 以營養、安全及經濟的觀點，評估家庭、學校、餐廳、商店所準備和販售餐點的合適性，並提出改善的方法。</p>	<p>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。</p>
14~18 (5週)	三、 戲水 安全	<p>5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。</p> <p>5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。</p> <p>5-1-5 說明並演練預防及處理運動傷害的方法。</p> <p>5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。</p> <p>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。</p>	<p>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。藥物教育則建構藥物使用的正確觀念，建立個人的社會支持系統，其內涵包含拒絕成癮物質的健康行動與生活型態等概念。</p>
19~20		整學期總複習/期末考	
21		期末整理週	

健康領域沉浸式英語教學教案設計

主題名稱	健康成長與生活樂趣	教學設計者	洪麗文、林慧琦、孔祥英
教學對象	三年級	教學節次	3個單元(15節課)
能力指標	<p>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。</p> <p>1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同</p> <p>1-2-1 辨識影響個人成長與行為的因素。</p> <p>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。</p> <p>2-1-2 了解環境因素如何影響食物種類並探討影響飲食習慣的因素</p> <p>2-1-3 培養良好的飲食習慣</p> <p>2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點</p> <p>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。</p> <p>2-3-4 以營養、安全及經濟的觀點，評估家庭、學校、餐廳、商店所準備和販售餐點的合適性，並提出改善的方法。</p> <p>5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。</p> <p>5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。</p> <p>5-1-5 說明並演練預防及處理運動傷害的方法。</p> <p>5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。</p> <p>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。</p>		
學習目標	<p>1.能了解人或動物、植物的一生，都要經過生、老、病、死的歷程。</p> <p>2.能分享與家中長輩相處的經驗。</p> <p>3.能了解人的老化是人生必經的過程。</p> <p>4.能認識老年人常見的疾病。</p> <p>5.能以健康的態度面對瀕死或已故的家人或其他動物。</p> <p>6.能比較不同家庭的飲食型態。</p> <p>7.能探討影響家庭飲食習慣的因素。</p> <p>8.能學會正確的用餐禮儀。</p> <p>9.能說出西式速食、飲料和零食的優缺點。</p> <p>10.能探討自己的飲食習慣並提出改善方法。</p> <p>11.能了解海灘戲水的安全須知。</p> <p>12.能了解救溺五步驟。</p> <p>13.能了解不同水域的危險因素。</p>		
設計理念	<p>希望透過本領域課程，以積極正向的觀念及作法促進身體健康，養成適應現在及未來生活的基本技能。此外，在課程中學會尊重不同的個體，培養群體及團隊合作的態度，建立健康的生活型態與社區合作的概念，並且在配合落實國家政策的推展與宣導之下，讓孩子擁有健康身體與健康觀念！</p>		
教學方法	<p>分組合作、口頭發表、小組討論、角色扮演</p>		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	<p>* 英語單字(彙整)：</p> <p>(一)<u>Journey of life</u> 生命的旅程: life cycle/aged/birth/grow up/ dead/the old/mental/physical/take care/stroke/smile/ hug/empathy/respect/care/accept/die/sad/miss/pray/ soul/</p> <p>(二)<u>Food grandview</u> 食物大觀園: 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/</p>		

教學活動	教具	評量
<p>(三)<u>Water safety</u>戲水安全: bathing suit/swimming trunks/swimsuit/swimming goggles/swimming cap/towel/hair dryer/ear plugs/adult pool/kids pool/clock/lifeguard/lifesaver/floating board/indoor/outdoor/pet/diving/run/pee/rough play/shower/stairs/be careful/food/drinks/shout/bombing/pushing/beach/drowned/adult/sunscreen/typhoon/earthquake/hurt/ocean/wave/yell/help/river/stream/hidden danger/swimming/river tracing/whale watching/water rafting/surfing/rock diving/river floating/swan paddle boat ride/</p> <p>*英語句子(彙整):</p> <p>(一)<u>Journey of life</u>生命的旅程:</p> <p>1. Q : When you were 5, what did you do? A : I went to kindergarten.(EX.)</p> <p>2. Q : What do you want to be when you grow up? A : I want to be a/an _____.</p> <p>3. Q : Do your grandparents live with you? A : Yes, they do./No, they don't. Because....</p> <p>4. Q : How do you take care your grandparents? A : I get along with them after school.(Ex.)</p> <p>5. When he is with me, he <u>smiles</u>.</p> <p>6. Could you speak louder / again ?</p> <p>7. Okay, I understand.</p> <p>8. Do you have someone you can talk to when you are feeling sad?</p> <p>9. What sort of things make you feel better?</p> <p>(二)<u>Food grandview</u>飲食大觀園:</p> <p>1. Q : What kind of yummy food do you tell foreigners to eat in Taiwan ?A : I tell them to eat _____.</p> <p>2. Q : Is the _____ healthy or unhealthy?A : It's _____.</p> <p>3. Q : What do you like to eat?A : I like to eat _____.</p> <p>4. Q : Do you like western food or eastern food? Why? A : I like _____ because it's_____.</p> <p>5. Q : Do you know how to set the table? A : Yes, like this. Let me show you.</p> <p>6. Q : What kind of people are popular? A : Polite people are popular.</p> <p>7. Q : Where do you and your family eat?A : We eat at the _____.</p> <p>8. Q : What do you think about using paper bowls and chopsticks?A : Not good because they can _____.</p> <p>9. Q : How do you choose food? A : I choose food if it's _____.</p> <p>10. Q : What kind of food you can eat more? A : I can eat _____ more because it's healthy.</p> <p>(三)<u>Water safety</u>戲水安全:</p> <p>1. Q : What do you need to bring when you go swimming?A : I will bring (a/an) _____ and (a/an) _____.</p> <p>2. Q : What will you see in a swimming pool?A : I will see (a/an) _____ and (a/an) _____.</p> <p>3. Q : Where can you go swimming?A : I/We can go to the _____.</p> <p>4. Q : What does the sign mean?A : It means " _____".</p> <p>5. Q : What rules we should follow in a swimming pool ?A : I/We should _____.</p> <p>6. Q : What other rules we should follow to avoid the danger?A : I/We should _____.</p>	簡報PPT	觀察檢核 行為檢核 口語評量 態度評量

7. Q : What rules we should follow at a beach ? A : I/We should ____.
8. Q : What other rules we should follow to avoid the danger? A : I/We should ____.
9. Q : How do you choose food? A : I choose this food because_____.
10. Q : What kind of food you can eat more? A : I can eat _____ more.

*教室用語：

- Pay attention, everybody.
- Open your books at page _____.
- Come out and write it on the board.
- Whose turn is it to read?
- Which question are you on?
- Who hasn't answered yet?
- What was the _____ like?
- What do you think?
- How can you tell?
- Let me explain what I want you to do next.
- Would you give us an example?
- Could you explain a little bit more about that?
- Would you pronounce the word " _____"?
- What do you mean?
- Are you with me?
- Do you get it?
- Let's check the answers.
- One more time, please.
- We have an extra five minutes.
- Sit quietly until the bell goes.
- There are still two minutes to go.
- I'm afraid it's time to finish now.
- We'll have to stop here
- We'll do the rest of this chapter next time.
- We'll finish this exercise next lesson.

慈大附中國小部 108 學年度第二學期健康領域沉浸式英語教學素養導向教學設計

主題/單元 名稱	第一單元 Journey of Life 生命的旅程		教材來源	南一版 三年級下學期	
實施年級	三年級		節數	共 5 節， 200 分鐘	
設計理念	三年級學生除了熟悉健康課本內容之外，在沉浸式課程中，應加強英語聽力、識字與口說能力。因此在本課程設計中建構健康知識、也希望能增加用英語表達健康課所學的能力。				
健康 核心 素養	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。		英語 核心 素養	A2系統思考與解決問題 英-E-A2 具備理解簡易英語文訊息的能力，能運用基本邏輯思考策略提升學習效能。	
健康 學習 重點	學習 表現	1a-I-1 認識健康的基本常識 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	英語 學習 重點	學習 表現	1. 1-II-2 能聽辨英語的子音、母音及其基本的組合。 2. 2-II-3 能說出課堂中所學的字詞。 3. 3-II-2 能辨識課堂中所學的字詞。
	學習 內容	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。 Aa-II-2 人生各階段發展的順序與感受。 Aa-III-3 面對老化現象與死亡的健康態度。 Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。		學習 內容	1. Ab-II-2 單音節、多音節，及重音音節 2. Ac-II-2 簡易的生活用語。 3. B-II-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。
學習目標	<p>健康</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解出生、成長、老化及死亡是人生必經的歷程。 2. 能了解不同人生階段需要不同的照顧。 3. 能觀察並描述老年人的外觀及活動力。 4. 能以健康的態度面對已故或瀕死的家人、同伴或其他生物。 5. 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。 <p>英語</p> <ol style="list-style-type: none"> 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，並妥善運用情境中的非語言訊息以幫助學習。 3. 能妥善運用情境中的非語言訊息以幫助學習。 				

教學策略	<p>Section 1 Life Cycle 第一節 生命的循環 Word bank : life cycle/aged/birth/grow up/dead Sentence patterns : 1. Q : When you were 5, what did you do? A : I went to kindergarten.(EX.) 2. Q : What do you want to be when you grow up? A : I want to be a/an _____.</p>			
	學習活動	預期學生經驗	時間	評量方式
	<p>(一) Story Reading 繪本閱讀： The Lifecycle of a Butterfly Butterflies go through a life cycle. There are four stages. The first stage is the eggs. This is where a girl butterfly lays eggs. She lays them on a leaf. The second stage is the caterpillar. This is where the eggs hatch. It takes about five days for the eggs to hatch. A caterpillar then comes out. The third stage is the chrysalis. The caterpillar makes a chrysalis. The caterpillar is inside the chrysalis. Inside the chrysalis, it starts to change. It soon changes into a butterfly. the fourth stage is the last stage in the life cycle. A butterfly comes out of the chrysalis. It can now learn to fly. It can also find a mate. When it finds a mate, it lays eggs. Then the lifecycle process starts all over again.</p> <p>老師播放蝴蝶生命循環 PPT，學生從中討論人的一身與生老病死。</p>		10	課堂參與
	<p>(二) Group Discussion 小組討論： Students discuss the life of butterflies and understand that human beings also have a cycle of life. 老師和學生討論蝴蝶的一生，了解人類也有生命的循環。</p> <p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納： The process of human life cycle and aging - from prenatal, infancy, childhood, adolescence, adulthood to old age, from optimal conditions to gradual change, growth, maturation, reaching peaks, to beginning to weaken. The process of life cycle aging, from the pregnancy phase at the beginning of life, to the energetic life and then into old age. 人類生命循環與老化的過程－從產前時期、嬰兒期、兒童期、青春期、青少年期、成人期到老年期，不同時期的人體狀況－從最佳狀況到逐漸發生變化、成長、成熟、抵達顛峰，到開始衰弱。生命週期老化的過程，從生命開始的懷孕階段，到充滿活力過一生然後進入老年。 ~第一節結束~</p>	舉手分享與表達	20	小組討論 課堂參與 口頭發表
			10	課堂參與

教學策略	<p>Section 2 Life Of The Old 第二節 老人的生活 Word bank : the old/mental/physical/take care Sentence patterns: 1. Q : Do your grandparents live with you? A : Yes, they do./ No, they don't. Because.... 2. Q : How do you take care your grandparents? A : I get along with them after school.(Ex.)</p>			
	學習活動	預期學生經驗	時間	評量方式
	<p>(一) 引起動機: 繪本閱讀:My grandpa storybook https://www.youtube.com/watch?v=EEMOIqD7PwI</p> <p>(二) Group Discussion 小組討論： 1. Do you have old people in your family now? What's the difference in their appearance and actions? 現在你家有老人嗎?他們的外觀、行動有甚麼不一樣? 2. Have you ever heard grandparents share their stories and life experiences from their youth? 是否聽過爺爺奶奶跟家人分享他們過去年輕時的故事與生活經驗? 3. What activities older people are most likely to engage in? 平日觀察到老年人最常從事哪些活動? 4. What have you ever done with your grandparents? How do you feel about your performance? 你曾經陪伴爺爺奶奶做過哪些事? 覺得自己的表現如何?</p> <p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納： 1. The human body is like a machine, over time will gradually age, function will gradually degrade, this is a normal phenomenon. 人的身體就像一部機器，時間久了就會漸漸老化，功能也會逐漸退化，這是正常的現象。 2. "Home has an old, if there is a treasure", grandparents' life experience is richer than ours, can provide us with many valuable experience. 「家有一老，如有一寶」，爺爺奶奶的人生歷練比我們豐富，可以提供我們許多寶貴的經驗。 3. Spend more time with the elderly, listen to their conversations, care about their needs, and let them spend a pleasant old age. 多陪伴老人家，聽他們談話，關心他們的需要，讓他們度過愉快的晚年。 ~第二節結束~</p>	<p>積極參與小組討論舉手分享與表達</p>	<p>10 20 10</p>	<p>課堂參與 小組討論 口頭發表 課堂參與</p>

參考資料:老年人的生理變化

「視茫茫髮蒼蒼」常是描寫老年人的代名詞。然而，有一些老年人頭髮仍舊烏黑，也沒有老花眼，因此年齡與老化並不一定相符合，亦即生理年齡並不等於實際年齡。但是隨著年齡的增加，身體也會隨著改變，小至細胞，大至器官、個體都會老化，只是每個人老化的速度不一樣。依器官的不同，老人的生理狀況會有下列的變化：

1. 感官系統：

視覺方面，近距離的視力變差，對黑暗的適應能力降低，水晶體會變黃且變不透明，眼睛對深淺的感覺會減退，對比色的敏感度下降，所以老人的生活環境應有充足的照明；聽覺方面，兩側高頻率聽力喪失，且分辨聲音的來源有困難；嗅覺方面，其功能約降低 50%；味覺方面，舌頭上的味蕾只剩約 20%，所以老人常食之無味。

2. 免疫系統：

免疫細胞媒介的免疫力降低，抗體產生減少，對疫苗的反應較差。

3. 消化系統：

由於口腔粘膜萎縮、唾液分泌減少，及牙齒缺損，造成老年人容易營養不良；藥物在肝臟的清除能力變差，胃酸分泌輕度降低，大腸收縮變緩，鈣質吸收降低。

4. 心臟血管系統：

收縮血壓上升，舒張血壓不變，最大心臟排出量降低，周邊血管阻力增加，休息時心律不變，但最大心率會降低。

5. 內分泌系統：

血糖耐受力不足，飯前血糖每十年增加一毫克/分公升，飯後血糖上升十毫克/分公升；卵巢賀爾蒙減少，基礎代謝率減少。

6. 腎臟系統：

大多數的藥物需經由腎臟排泄，由於老人的腎功能減低，因此用藥需由低劑量開始。

7. 關節骨頭系統：

骨折復原緩慢，骨頭密度減少，關節基質異常，肌肉組織明顯減少。

8. 神經組織系統：

大腦組織輕度減少，反應時間延長；睡眠方面，時間減少，熟睡的比率也減少，因此老人常抱怨失眠。

9. 呼吸系統：

肺功能降低，以及咳嗽效率降低，使得老人在呼吸時必須用更大的力氣，也容易發生肺部感染。

老化是一個正常的過程，要減緩老化的速度，或使生理年齡小於實際年齡，平常必須保持身體和心理的健康。飲食均衡，定時適量，營養超量並不能獲得額外之好處，反而稍微減少一些會延緩代謝，因而緩和老化的進行。充足睡眠，規律運動，不抽菸、飲酒，減少感染的機會，定期健康檢查及相關預防保健，如打疫苗等，即為「抗老防衰」的基本原則。

教學策略	<p>Section 3 Physical And Mmental Care Of The Elder 第三節 老人身心的照顧 Word bank : stroke 中風/smile 微笑/hug 擁抱/ Sentence patterns : When he is with me, he <u>smiles</u>.</p>			
	<p style="text-align: center;">學習活動</p> <p>(一) 引起動機: 教師敘說主角威力爺爺生病的故事(課本 50-51)</p> <p>(二) Group Discussion 小組討論: 1. What kind of disease do the old usually have? 老年人有那些常見疾病? 2. Why do the old often get sick? 為甚麼老人會容易生病? 3. How do we take care for the old? 有照顧老人的經驗嗎?要注意什麼事? 4. What can we do for the old? 我們可以為長輩做些什麼,讓他們能安享晚年?</p> <p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納: 1. The elderly should pay special attention to diet, exercise more, maintain physical and mental health, in order to live happily in old age 老年人要特別注意飲食,多運動,保持身心健康,才能快樂度過晚年生活。 2. The most important thing for the elderly is the companionship of the family, we can accompany the elders in the family walking, chatting or sports 老年人最需要的就是家人的陪伴,我們可以多陪陪家中的長輩散步、聊天或運動。 3. If the elders in the family are ill, they need to pay more patience and love to make them feel the care of their families. 如果家中的長輩生病了,需要付出更多的耐心和愛心,讓他們感受家人的關懷。 ~第三節結束~</p>	<p>預期學生經驗</p> <p>小組討論</p> <p>舉手分享與表達</p>	<p>時間</p> <p>7</p> <p>20</p> <p>13</p>	<p>評量方式</p> <p>課堂參與</p> <p>小組討論</p> <p>口頭發表</p> <p>課堂參與</p>
教學設備/ 資源	<p>1. 視聽設備: 電腦, 螢幕、投影機。 2. 教具: 教學 PPT、影片、 3. 延伸教材及網站:</p>			
評量方式	<p>口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度</p>			

Section 4 Communication With The Elder 第四節 與老人的溝通 Word bank : empathy/respect/care/accept Sentence patterns : 1. Could you speak louder / again ? 2. Okay, I understand.				
學習活動		預期學生經驗	時間	評量方式
教學策略	(一) 老師給予學生三種情境，讓小組先抽其中一種情境，分別討論如何處理與老人溝通問題： 衝突情境1 ：好說歹說奶奶就是不願出門 爸爸一直想帶從未出國的奶奶到國外走走，但奶奶髖骨骨折開刀後，雖已康復，但擔心再摔倒骨折，不要說出國了，連到住家附近公園走走，她都不願意。看著奶奶日漸變成白髮蒼蒼的宅女，讓想盡孝心的爸爸傷透腦筋，幾次溝通無效，還爆發了口角爭執。		10	課堂參與
	衝突情境2 ：外公排斥看病 病情越拖越嚴重 外公有高血壓，常常胸悶、頭暈，寧可躺在床上休息，就是不願意去看醫生。媽媽不解外公為何明明不舒服，卻整天窩在家，每次叮嚀外公不舒服要去醫院檢查一下，外公總是一臉絕望又生氣的說：「反正我老了，沒用了，看病只是浪費錢……」		10	課堂參與
	衝突情境3 ：看什麼都不順眼 爺爺就愛嫌東嫌西 大雄的爺爺過去是參與戰爭的士官長，脾氣很拗，對生活瑣事一律高標準看待。追求完美的性格，讓大雄爺爺說話總愛嫌東嫌西，最愛挑剔大碩的服裝儀容，酸言酸語讓同住的大碩，常不知道該如何跟爺爺溝通。		10	課堂參與
	(二) Group Discussion 小組討論與發表 (三) Summary of the Lesson 老師歸納： 與老人家的互動原則 老年人由於面臨心理退化狀態的轉變，所以打從退休開始後，可能就會陸續的感受到「失落」、「寂寞及孤獨」「無能或無助」、「死亡焦慮」、「希望被尊重」等感覺，所以在與老人互動與溝通時宜注意下列原則： 1、同理心： empathy 老人家最需要的就是我們可以了解他，所以進入老人家最深厚的感情、思維與世界觀中，然後在思想與感情上深摯地與老人家合為一體，如此才有可能貼近並了解老人家的內心世界。 2、尊重： respect 最基本的尊重老人家之道，縱使不喜歡老人家的某些行為，也要充分的信任他、尊重他，因為受尊重本身，即可引發老人家的內在成長潛能。 3、關懷與接納： care and accept 真誠的在身心兩方面表現出對老人家的關注，就算是難纏的老人，我們也須表示出與他互動的真誠之心。 ~第四節結束~		10	小組討論
教學設備/ 資源	1. 視聽設備: 電腦, 螢幕、投影機。 2. 教具: 教學 PPT、影片、 3. 延伸教材及網站:			
評量方式	口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度			

教學策略	<p>Section 5 I Miss You 第五節 我永遠想念您 Word bank : die/sad/miss/pray/soul Sentence patterns : 1. Do you have someone you can talk to when you are feeling sad? 2. What sort of things make you feel better?</p>			
	<p style="text-align: center;">學習活動</p> <p>(一) 引起動機: Share your experience that you have lost your loved ones or other animals. 經驗分享, 發表曾失去心愛物品或其他動物。</p> <p>(二) Group Discussion 小組討論: 閱讀爺爺寫給威力的信後討論(課本 P.53)</p> <p>1. How do you feel about your family when you are on the verge of death? 面對家人瀕臨死亡時, 自己心裡會有什麼感受?</p> <p>2. How to express the sadness of the family when the family is on the verge of death and the death of the beloved pet? 面對家人瀕臨死亡錯心愛的寵物死亡時, 如何抒發心中悲傷的情緒?</p> <p>3. If you are Willy, how will you accompany Grandpa on the final journey of his life? 如果你是威力, 會如何陪伴爺爺走完人生最後的旅程?</p> <p>4. Discuss how to express grief 討論如何抒發悲傷情緒</p> <p>I Miss You: A first look at death by Pat Thomas https://www.youtube.com/watch?v=EyM97X4lhEo</p> <p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納: 1. Death is the process of life, we have to spend a good time with his family in his lifetime, so that his life is very full, very happy, when he is on the verge of death, can bravely accompany him to face. 生老病死是人生必經的過程, 我們要在家人有生之年好好地陪伴他, 讓他的人生很充實、很幸福, 當他瀕臨死亡時, 能夠勇敢地陪他一起面對。</p> <p>2. Beautiful leaves will fade, beloved pets will die, life is precious. We should cherish the friends and relatives around us, cherish the beauty of living together, and cultivate the idea of respecting life. 美麗的樹葉會凋謝, 心愛的寵物會死亡, 生命是可貴的。要愛惜身邊的親友, 珍惜共同生活的美意天, 培養尊重生命的意念。</p> <p>3. In the face of family members on the verge of death or the death of their beloved pets, to face with a healthy attitude, and learn to express the feelings of sadness. 面對家人瀕臨死亡或心愛的寵物死亡時, 要以健康的態度面對, 並學習抒發心中悲傷的情緒。</p> <p style="text-align: center;">~第五節結束~</p>	<p style="text-align: center;">預期學生經驗</p> <p>積極回應 舉手分享與表達</p> <p>小組討論</p>	<p style="text-align: center;">時間</p> <p>7</p> <p>5</p> <p>15</p> <p>10</p> <p>1</p> <p>2</p>	<p style="text-align: center;">評量方式</p> <p>課堂參與</p> <p>課堂參與</p> <p>口頭發表</p> <p>小組討論</p> <p>課堂參與</p>

第4節 補充資料

誰說老人家難相處？專家教你與長輩輕鬆應對

「媽媽越老越愛碎念，動不動就嫌東嫌西」、「爸爸血壓居高不下，要帶他出門看醫生，他一直不肯！」隨著家中長輩年紀漸長，不少子女受限於相處時間不足，導致溝通出現摩擦。

若爸媽衰老後衍生生理退化、心理憂鬱等問題，精神科醫師提醒，與憂鬱老人溝通，必須具有耐心、同理心與關心的「3心」特質，再加上一些正向對話技巧，才能打破老人「歹逗陣」迷思，進一步營造和諧互動氣氛。

解析狀況題 讓你更自在與憂鬱長輩應對

雖然臺灣已進入高齡化社會，但銀髮族的心理衛生問題，重要性始終不如三高、癌症等老人常見疾病；衛生福利部八里療養院副院長、臺灣精神醫學會祕書長黃敏偉更指出，老年憂鬱症常與失智症等疾病混淆，不易在第一時間被診斷發現，無形間增加許多家庭與社會負擔。

臺北榮民總醫院老年精神科主治醫師蔡佳芬提醒，老化是一種漸進式失去的過程，不論你我，當身心因老化逐漸喪失自我控制能力，這種感覺任誰都不好受。

面對老化帶來的失落，不少個性敏感、自尊心較高的老人家，會出現較多情緒問題。子女應多感受、體諒父母乍聽尖銳、情緒化字眼背後的心情，多點包容與正向回應，才能化解衝突，為父母營造和樂的老年生活。面對不同的老人憂鬱個案應調整應對方法，以下是常見的衝突情境，請醫師建議如何更輕鬆的與爸媽溝通。

衝突情境1：好說歹說媽媽就是不願出門

出社會多年，怡秀一直想帶從未出國的媽媽到國外走走，但媽媽髌骨骨折開刀後，雖已康復，但擔心再摔倒骨折，不要說出國了，連到住家附近公園走走，她都不願意。

看著媽媽日漸變成白髮蒼蒼的宅女，讓想盡孝心的怡秀傷透腦筋，幾次溝通無效，還爆發了口角爭執。

破解關鍵

面對回應與自己相左的長者，黃敏偉醫師提醒，老人家雖然各方面功能都退化，身為晚輩，最忌諱用命令、激將的口吻「建議」長輩執行你希望的事。

蔡佳芬醫師建議，遇到這類僵局，可試著找長輩最信任、疼愛的人，以邀約或自嘲幽默的口吻，站在長輩角度，向其提出建議，且不要因一次拒絕就氣餒。

透過一次次邀約，找出長輩不願出門的真正原因；並善用節日，多給幾個外出的理由，都有助引導長輩出門。

NG 說法

★命令口吻

反正旅費我出，你給我去玩就對了！

★數落口吻

不想去玩就算了，之後不要怪我沒帶你出國！

OK 說法

★自嘲策略

前陣子跟同事聊天，同事講到日本人氣人偶熊本熊，我還以為真有那種熊，鬧了笑話好糗哦！熊本熊是日本福岡的吉祥物，我們沒去過，搭飛機也不會很遠，我們一起去看看？

★信任邀約策略

找孫子、孫女或長輩信任的人，「邀請」長輩一起出去走走。例如：現在日幣貶值，出去玩很划算，少一個人旅行團開不成，你跟我們一起去啦！

★多元選擇策略

出國如果太遠，不然我們在臺灣玩？看是要去高雄吃美食，還是要去花東看自然景觀？

衝突情境 2：爸爸排斥看病 病情越拖越嚴重

志維的爸爸有高血壓，常常胸悶、頭暈，寧可躺在床上休息，就是不願意去看醫生。

志維不解爸爸為何明明不舒服，卻整天窩在家，每次叮嚀爸爸不舒服要去醫院檢查一下，爸爸總是一臉絕望又生氣的說：「反正我老了，沒用了，看病只是浪費錢……」。

破解關鍵

黃敏偉醫師觀察，長輩們不愛看病，多數原因與害怕的鴛鴦心態、擔心拖累晚輩的罪惡感，以及就醫環境不友善，覺得看病很麻煩等因素有關。

對於寧可硬撐，也不願「有病治病」的長輩，釐清不想看病的原因，是解決問題的關鍵。

蔡佳芬醫師也提醒，長輩畢竟是長輩，為人子女者，應對長者多一點耐心與包容，不要因為老人家一次拒絕就氣餒，或是「見笑轉生氣」，以免問題沒解決，反而兩敗俱傷。

NG 說法

★強勢口吻

生病就是要看醫生，明天我帶你去。

★激將口吻

是你說不去看病的，以後不要喊不舒服！

OK 說法

★他人經驗策略

我朋友才 30 歲就得到高血壓，聽說有胸悶、頭暈這些症狀，爸爸你也有嗎？要不要這周找個時間，我陪你看醫生？

★自當誘餌策略

我最近健檢被檢查出高血壓，爸爸你陪我去看醫生，好嗎？我們兩個一起去比較有伴，你也可順便問醫師，有什麼方法能改善胸悶、頭暈？

★降低恐懼策略

最近新聞說，現在治療高血壓藥物很好，吃了沒什麼副作用，也不會讓病情惡化到爆血管。爸爸，我們要不要一起去做一下檢查，搞不好簡單吃個藥，就能控制了。

衝突情境 3：看什麼都不順眼 爺爺就愛嫌東嫌西

大碩的爺爺過去是參與戰爭的士官長，脾氣很拗，對生活瑣事一律高標準看待。追求完美的性格，讓大碩爺爺說話總愛嫌東嫌西，最愛挑剔大碩的服裝儀容，酸言酸語讓同住的大碩，常不知道該如何跟爺爺溝通。

破解關鍵

老人家愛碎念、嫌東嫌西，常讓很多晚輩受不了。黃敏偉醫師表示，長輩看什麼都不順眼，除了與本身性格、後天生活環境，或世代間的「代溝」有關之外；部分愛嫌東嫌西的長輩，其實是沒有安全感、渴望被關心，才容易以嫌棄、抱怨的口吻，吸引晚輩關注。

蔡佳芬醫師建議，對於這類長者，必須付出多一點耐心與同理心，可找出屬於長輩正面的價值，使其得以發揮，如此有助化解衝突，也能讓長輩情緒得到抒發。

NG 說法

★質疑口吻

穿衣服自在最重要，現在不流行以前那種穿衣服的方法了！

★不耐煩口吻

都什麼年代了，還在講抗戰故事。

OK 說法

★認錯口吻

我的服裝儀容跟爺爺比，真的不夠整齊，我會好好檢討。

★虛心受教

爺爺以前當士官長，服裝儀容都是怎麼快速打理整齊的呢？快點教我！

★轉移焦點

謝謝爺爺指導，我等下會把衣服穿好的，我快遲到了，先出門了，晚上再幫你帶點心回來喔！

慈大附中國小部 108 學年度健康領域沉浸式英語教學素養導向教學設計

主題/單元 名稱	第二單元 Food Grandview 飲食大觀園		教材來源	南一版 三年級下學期	
實施年級	三年級		節數	共 5 節， 200 分鐘	
設計理念	三年級學生除了熟悉健康課本內容之外，在沉浸式課程中，應加強英語聽力、識字與口說能力。因此在本課程設計中建構健康知識、也希望能增加用英語表達健康課所學的能力。				
健康 核心 素養	A1身心素質與自我精進 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潛能。		英語 核心 素養	A2系統思考與解決問題 英-E-A2 具備理解簡易英語文訊息的能力，能運用基本邏輯思考策略提升學習效能。	
健康 學習 重點	學習 表現	1. 1a-I-1 認識健康的基本常識 2. 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與 社區等因素的交互作用之影響。 3. 3c-I-2 表現安全的身體活動行為 4. 4a- I -1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。		英語 學習 表現	1. 1-II-2 能聽辨英語的子音、母音及其基本的組合。 2. 2-II-3 能說出課堂中所學的字詞。 3. 3-II-2 能辨識課堂中所學的字詞。
	學習 內容	1. Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。 2. Ea- I -2 基本的飲食習慣。 3. Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。 4. Eb- I -1 健康安全消費的原則。		英語 學習 內容	1. Ab- II -2 單音節、多音節，及重音音節 2. Ac- II -2 簡易的生活用語。 3. B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。
學習目標	健康 1. 瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食特色。 2. 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點。 3. 瞭解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。 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。				

Section 1 Diet Culture

第一節 飲食文化

Word bank : salad/vegetable/fruit/diet/seafood/share

Sentence patterns : 1. Q : What kind of yummy food do you tell foreigners to eat in Taiwan?

A : I tell them to eat _____.

2. Q : Is the _____ healthy or unhealthy?

A : It's _____.

教學策略

學習活動	預期學生經驗	時間	評量方式
<p>(一) Group Discussion 小組討論：</p> <p>T: If foreigners come to Taiwan, what are you going to introduce them to eat?</p> <p>S: I tell them _____ is good.</p> <p>老師詢問學生，如果有外國人來，會介紹那些台灣美食給他們吃呢？</p>	積極討論與提供想法	10	小組討論
<p>(二) Play Video 播放影片：</p> <p>1. T: What Taiwanese food is popular?</p> <p>S: The _____ is popular.</p> <p>老師播放台灣食物飲食影片，讓學生從影片中了解台灣美食。</p>	專注觀看影片	13	課堂參與
<p>2. T: what group of food is it?</p> <p>S: It is _____.</p> <p>The teacher explained that Taiwan is basically divided into four groups: southern Fujian, Hakka, indigenous people, new residents.</p> <p>老師詢問學生一些食物圖片是屬於哪一個族群的。老師說明台灣基本分四大群：閩南、客家、原住民、新住民。(例如問學生滷肉飯：閩南，酸菜炒大腸：客家，山蘇、山豬肉：原住民，河粉：越南，酸辣口味：泰國。東大門原住民一條街有那些食物等等…)</p>	認真思考並熱烈回應	7	口頭發表
<p>3.T: What kind of food do you usually eat with your family? Is the _____ healthy or unhealthy?</p> <p>S: We eat _____. It's _____.</p> <p>老師問學生知道自己是哪個族群並分享自己和家人常吃的食物。老師詢問學生這些食物那些是健康或不健康。</p>	舉手分享與表達積極回應	5	口頭發表
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納：</p> <p>1. We should eat the healthy food and get nutrition.</p> <p>飲食要注重健康和營養。</p>		1	
<p>2. Students sang food song, this period is over.</p> <p>學生唱食物歌曲，在歌聲中結束這課。</p> <p>~第一節課結束~</p>		4	課堂參與

Section 2 Eating Habits

第二節 飲食型態

Word bank : habits/exercise/grow up/light meal/vegetarian/processed food

Sentence patterns : 1. Q : What do you like to eat?

A : I like to eat _____.

2. Q : Do you like western food or eastern food? Why?

A : I like _____ because it's _____.

教學策略

學習活動	預期學生經驗	時間	評量方式
<p>(一) Group Discussion 小組討論：</p> <p>1.T: What do you like to eat? Do your parents or grandparents eat the same as yours?</p> <p>S: I eat _____.They eat _____.</p> <p>No, we don't eat the same food.</p> <p>老師詢問學生你們喜歡吃甚麼，吃冰淇淋一大半都喜歡，大家都一樣嗎？老師詢問學生在飲食上和爸媽和阿公阿嬤吃有何不同？老師再詢問各位阿公阿嬤吃的有不同嗎，還是大致是一樣的？</p>	積極回應 熱烈討論並寫在小白板並分享發表	10	口頭發表 小組討論
<p>(二) Play Video 播放影片：</p> <p>1.The teacher plays the video 播放兒童、青年人和老年人飲食的影片。</p> <p>2.T: What kind of food you don't like to eat? Or other people can't eat?</p> <p>S : I don't like to eat _____.</p> <p>有那些東西是你不吃的或者不喜歡吃的，例如素食者吃蔬菜和回教不吃豬肉。蠶豆症不能吃蠶豆，乳糖不耐症不能吃糖等等。</p> <p>3. T : Do you like western food or eastern food? Why?</p> <p>S : I like _____ because it's _____..</p> <p>老師提供數張食物圖片讓學生說出是哪個國家的，接著播放西式與中式飲食影片，學生從影片中了解西式與中式飲食上差異。</p>	舉手分享與表達 認真思考並回答問題	15 5	課堂參與 口頭發表
<p>3. T : Do you like western food or eastern food? Why?</p> <p>S : I like _____ because it's _____..</p> <p>老師提供數張食物圖片讓學生說出是哪個國家的，接著播放西式與中式飲食影片，學生從影片中了解西式與中式飲食上差異。</p>	認真思考並熱烈回應	9	課堂參與
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納：</p> <p>Everyone needs a healthy diet and grow up happily.</p> <p>每個人要健康飲食，才能快樂成長。</p> <p>~第二節課結束~</p>		1	課堂參與

Section 3 Dining Manners

第三節 用餐禮儀

Word bank : fork/knife/plate/bowl/spoon/clean up

Sentence patterns : 1. Q : Do you know how to set the table?

A : Yes, like this. Let me show you.

2. Q : Who is popular?

A : Polite people are popular.

教學策略

學習活動	預期學生經驗	時間	評量方式
<p>(一) Role Play 角色扮演 :</p> <p>Students put the tableware and chopsticks and show how to eat properly for lunch. The whole class observe whether it's correct or not.</p> <p>小朋友示範如何午餐擺碗筷和正確的吃飯方式，全班觀察是否正確。</p>	積極回應	10	課堂參與
<p>(二) Group Discussion 小組討論 :</p> <p>1. Did you eat western food before? How do they set the dish? Please draw on the small white board.</p> <p>老師問學生是否吃過西餐？真正西餐的餐具擺法？請小組畫在小白板上。</p> <p>2. Teacher plays western and eastern dining manners videos.</p> <p>老師播放西式與中式用餐禮儀影片。</p> <p>3. T: What manners should you notice when you eat eastern /western food?</p> <p>S: We should _____.</p> <p>老師詢問中式與西式用餐禮儀，例如先上湯，沙拉、湯匙朝外舀，在日本拉麵要吃大聲一點，但在台灣這樣是不禮貌的。</p>	舉手分享與表達	8	小組討論
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納 :</p> <p>Regardless of eastern or western style, we need to pay attention to courtesy. You're popular everywhere if you are polite to people.</p> <p>無論中式或西式，還是有共同要注意的禮貌，有禮貌的人到那裡都受人歡迎。</p> <p>~第三節課結束~</p>	認真思考並積極回應	12	課堂參與
		8	口頭發表
		2	課堂參與

Section 4 Eating Out

第四節 外食聽看聽

Word bank : clean/dirty/paper bowls/chopsticks/juice

Sentence patterns : 1. Q : Where do you and your family eat?

A : We eat at the _____.

2. Q : What do you think about using paper bowls and chopsticks?

A : Not good because they can _____.

教學策略

學習活動	預期學生經驗	時間	評量方式
<p>(一) Warm Up 引起動機：</p> <p>T: Who eats outdoor? Why?</p> <p>S: <u>Because I need to go to cram school.</u></p> <p>老師提問那些同學外食，為什麼選擇外食？</p>	積極回應	7	口頭發表
<p>(二) Group Discussion 小組討論：</p> <p>1. T: Where do you and your family eat? Why do you choose it?</p> <p>S: We go to _____ because _____.</p> <p>老師詢問在哪裡外食？為什麼選擇它？</p> <p>老師播放花蓮美食影片，詢問學生是否吃過？</p> <p>2. T: How do you feel about fried chicken making in the film?</p> <p>S: I feel _____.</p> <p>老師播放香雞排的影片，並詢問學生的感想？</p>	<p>小組討論 舉手分享與表達</p> <p>認真思考並說出感想</p>	8	小組討論
<p>3. T: What do you think about paper bowls and chopsticks?</p> <p>S: They can _____.</p> <p>老師提問免洗碗筷的帶來方便性，但對環境造成那些危害？老師播放免洗碗筷帶來的污染影片。</p>	積極回應	15	口頭發表
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納：</p> <p>We can choose the right one according to the nutrition and health conditions. It's a clean and take-out place. Chopsticks, one-time use, causing earth burden. Bring your own set of cutlery with you and you can take care of the earth</p> <p>老師說明能依營養衛生條件，選擇適合的食物選擇清潔乾淨的外食餐廳，且因為免洗碗筷化，一次性使用，造成地球負擔能隨身帶一套自己的餐具，可以愛護地球。</p> <p>~第四節課結束~</p>		2	課堂參與

Section 5 Food Safety

第五節 食品安全

Word bank : green mark/choose/eat more/eat less/less sugar/less salt

Sentence patterns : 1. Q : How do you choose food?

A : I choose food if it's_____.

2. Q : What kind of food you can eat more?

A : I can eat _____ more.

教學策略

學習活動	預期學生經驗	時間	評量方式
(一) Play Video 播放影片： T: Do you know there is a cooking oil problem before? S: I know there is _____. 老師播放之前地溝油，塑化劑等影響食安事件的影片。	專注觀看影片並回答問題	7	課堂參與
(二) Group Discussion 小組討論： 1. T: Do you know the problem umhealthy food cause? S: I think they are _____. 學生從影片中了解不健康食物的影響。	舉手分享與表達	8	口頭發表
2. T: How do you choose the healthy food? We should know some facts. S: I know the sugar is little because _____. 老師說明如何選購食物，認識一些食物包裝內容標示。	積極參與	12	課堂參與
3. T: What kind of food we can eat more, eat less or don't eat? S: I can eat _____ more. 老師介紹哪一些食物可以多吃，哪一些食物可以少吃，哪一些食物儘量不要吃。	認真思考並回應	10	口頭發表
(三) Summary of the Lesson 老師歸納： Eating the right and healthy food is important to the body. 吃對正確和健康的食物對身體很重要。 ~第五節課結束~		3	課堂參與

教學設備/ 資源	<ol style="list-style-type: none"> 1. 視聽設備: 電腦, 螢幕、投影機。 2. 教具: 教學 PPT、圖/字卡、小白板 3. 延伸教材及網站: 網路歌曲、網路影片 <ul style="list-style-type: none"> ○ https://www.youtube.com/watch?v=6h4qkR8_dzM&t=25s ○ 15 TOP TAIPEI STREET FOODS TAIWAN FOOD GUIDE 1216 ○ https://www.youtube.com/watch?v=KD-FmeueFUo ○ Healthy Aging with Nutrition 543 ○ https://www.youtube.com/watch?v=5wDBopPKZhg ○ Healthy + Easy Recipes for Teens! 610 ○ https://www.youtube.com/watch?v=mMHVEFWNLMc ○ Healthy Eating: An introduction for children aged 5-11 203 ○ https://www.youtube.com/watch?v=oBFMxMSBMjg ○ East vs West Cuisine and Etiquette 255 ○ https://www.youtube.com/watch?v=NvnJrH1WW98 ○ Curing Our Plastic Problem 706 ○ https://www.youtube.com/watch?v=yIYOw04AAVk ○ Nutrition Facts Labels - How to Read - For Kids - Dr. Smarty 429
評量方式	口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度

慈大附中國小部 108 學年度健康領域沉浸式英語教學素養導向教學設計

主題/單元 名稱	第三單元 Water Safety 戲水安全		教材來源	南一版 三年級下學期	
實施年級	三年級		節數	共 5 節， 200 分鐘	
設計理念	三年級學生除了熟悉健康課本內容之外，在沉浸式課程中，應加強英語聽力、識字與口說能力。因此在本課程設計中建構健康知識、也希望能增加用英語表達健康課所學的能力。				
健康 核心 素養	A1身心素質與自我精進 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潛能。		英語 核心 素養	A2系統思考與解決問題 英-E-A2 具備理解簡易英語文訊息的能力，能運用基本邏輯思考策略提升學習效能。	
健康 學習 重點	學習 表現	1. 1a-I-1 認識健康的基本常識 2. 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅 3. 3c-I-2 表現安全的身體活動行為 4. 4c-I-1 認識與身體活動相關資源	英語 學習 重點	學習 表現	1. 1-II-2 能聽辨英語的子音、母音及其基本的組合。 2. 2-II-3 能說出課堂中所學的字詞。 3. 3-II-2 能辨識課堂中所學的字詞。
	學習 內容	1. Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 2. Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 3. Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。		學習 內容	1. Ab-II-2 單音節、多音節，及重音音節 2. Ac-II-2 簡易的生活用語。 3. B-II-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。
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。				

教學策略	<p>Section 1 Observers In The Swimming Pool 第一節 泳池觀察員</p> <p>Word bank : bathing suit/swimming trunks/swimsuit/swimming goggles/swimming cap/towel/hair dryer/ear plugs/adult pool/kids pool/clock/lifeguard/lifesaver/floating board/indoor/outdoor</p> <p>Sentence patterns : 1. Q : What do you need to bring when you go swimming? A : I will bring (a/an) _____ and (a/an) _____.</p> <p>2. Q : What will you see in a swimming pool A : I will see (a/an) _____ and (a/an) _____.</p>				
	學習活動		教具	時間	評量方式
	<p>(一) Warm Up 引起動機 :</p> <p>T: What do you need to bring when you go swimming? S: I/We need to bring _____ and _____. 老師喚醒學生的舊經驗，訊問學生去游泳池需攜帶的東西? (學生可以中文或英文回答，一次需說兩樣)</p> <p>T: Why do you need that? S: 學生依個人想法回答。</p> <p>T: Why is your swimming suit different from your uniform? S: 學生依個人想法回答。(加分機制鼓勵)</p> <p>(二) Group Discussion 小組討論 :</p> <p>1. T: What will you see in a swimming pool? Please discuss with your group and write down your answers on the white board. You only have 5 minutes to discuss and write down your answers. 老師給分組學生 5 分鐘討論，並將答案寫在小白板上。</p> <p>S: I will see _____, _____, _____... and _____. 各組將白板拿出，分組依序將答案說出，每個合理的答案都可以計分。</p>		小白板 白板筆	15	口說評量
	<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納 :</p> <p>1. According to students' answers and explain why a pool needs certain equipment. 老師依據學生的答案給予適當的解釋。 Every swimming pool has some basic facilities. Each facility has its special usages 每個泳池都會有一些基本設備，每個基本設備都有其特定的功能。 ~第一節結束~</p>				10

	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;"> <p>Outdoor Swimming Pool</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Indoor Swimming Pool</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Signs</p>  </div> <div style="text-align: center;">  <p>USE SWIMSUIT USE CAP AND GOGGLES LIFE SAVER TOWEL</p>  <p>HAIR DRYER EAR PLUGS BAG</p> </div> </div>
<p>教學設備/ 資源</p>	<p>1. 視聽設備: 電腦, 螢幕, 投影機。 2. 教具: 教學 PPT、影片。</p>
<p>評量方式</p>	<p>口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度</p>

Section 2 Swimming Pool Safety Rules

第二節 泳池的安全守則

**Word bank : pet/diving/run/pee/rough play/shower/stairs/becareful/food/
drinks/shout/bombing/pushing**


Sentence patterns : 1. Q : Where can you go swimming?

A : I/We can go to the ____.

2. Q : What does the sign mean?

A : It means " ____ ".

學習活動	教具	時間	評量方式
<p>(一) Warm Up 引起動機 :</p> <p>1. T: Where can you go swimming? S: I/We can go to the ____. 老師喚醒學生的舊經驗，詢問學生可去哪游泳？(學生可以中文或英文回答)</p> <p>2. T: There are some signs we could see in a swimming pool. Can you guess what do they mean? 這兒有一些在泳池可以看到的標誌，請猜猜看他們的意思！</p> <p>S: 學生依個人想法回答。(加分機制鼓勵)</p>	電腦 投影機	15	口說評量
<p>(二) Group Discussion 小組討論 :</p> <p>T: What other rules we should follow? You will have 5 minute to discuss and put down your answers on the white board. 還有甚麼規則我們應該遵守?老師給分組學生 5 分鐘討論，並將答案寫在小白板上。</p> <p>S: I/We should _____, _____... and ____. 各組將白板拿出，分組依序將答案說出，每個合理的答案都可以計分。</p>	小白板 白板筆	15	小組討論 團隊統整 評量
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納 :</p> <p>1. According to students' answers and explain why a pool needs certain equipment. 老師依據學生的答案給予適當的解釋。</p> <p>2. Every swimming pool has its own rules. We should always follow those rules. There are some other rules we should obey all the times. 每個泳池都會有自己的規定，我們都必須遵守；此外，還有一些是我們隨時都該遵守的規則。</p> <p style="text-align: center;">~第二節結束~</p>		10	口說評量

	<ul style="list-style-type: none"> • Never swim alone-always with somebody. • Listen to the lifeguard or the coach. • Warm up before you swim. • Don't swim if there is a lightning. • If you are sick or have any wounds, do not swim. 
教學設備/ 資源	<ol style="list-style-type: none"> 1. 視聽設備: 電腦, 螢幕、投影機。 2. 教具: 教學 PPT、影片。
評量方式	口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度

Section 3 Beach Safety Rules

第三節 海灘戲水須知

Word bank : beach/drowned/adult/sunscreen/typhoon/earthquake/hurt/ocean/wave/yell/help

Sentence patterns : 1. Q : What rules we should follow in a swimming pool ?

A : I/We should ____.

2. Q : What other rules we should follow to avoid the danger?

A : I/We should ____.

學習活動	教具	時間	評量方式
<p>(一) Warm Up 引起動機 :</p> <p>T: What rules we should follow in a swimming pool ?</p> <p>S: I/We should ____.</p> <p>老師喚醒學生的舊經驗(上一課內容), 詢問學生可去哪游泳?(學生可以中文或英文回答)</p> <p>T: There is a long coast line along Hualien east side. Has anyone ever been to any beaches before?</p> <p>花蓮的東方有很長的海岸線! 有沒有人曾去過任何海灘玩過嗎?</p> <p>S: 學生分享個人的經驗。</p>	電腦 投影機	15	口說評量
<p>(二) Group Discussion 小組討論 :</p> <p>1. T: Can you guess how many people got drowned each year in Taiwan?</p> <p>你們猜猜看每年台灣有多少人溺水?</p> <p>S: (自由猜測)</p> <p>T: 展示 PPT 中的數據讓學生了解實情。</p> <p>2. T: What other rules we should follow to avoid the danger? You will have 5 minute to discuss and put down your answers on the white board.</p> <p>當我們在海灘玩時我們應該遵守什麼規則? 老師給分組學生 5 分鐘討論, 並將答案寫在小白板上。</p> <p>S: I/We should _____, _____... and ____.</p> <p>各組將白板拿出, 分組依序將答案說出, 每個合理的答案都可以計分。</p>	電腦 投影機 小白板 白板筆	15 10	小組討論 團隊統整 評量 口說評量
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納 :</p> <p>1. According to students' answers and explain why we should play safely at the beach. There are some other rules we should obey all the times.</p> <p>老師依據學生的答案給予適當的解釋。每個泳池都會有自己的規定, 我們都必須遵守; 此外, 還有一些是我們隨時都該遵守的規則。</p> <p>2. 統整 PPT 中的注意事項。</p> <p>~ 第三節結束 ~</p>	電腦 投影機		

	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p>The Number of People drowned recently</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Year</th> <th>Dead</th> <th>Saved</th> <th>Lost</th> <th>Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2013</td> <td>394</td> <td>260</td> <td>18</td> <td>672</td> </tr> <tr> <td>2014</td> <td>365</td> <td>286</td> <td>19</td> <td>670</td> </tr> <tr> <td>2015</td> <td>367</td> <td>213</td> <td>13</td> <td>593</td> </tr> <tr> <td>2016</td> <td>464</td> <td>249</td> <td>26</td> <td>739</td> </tr> <tr> <td>2017</td> <td>498</td> <td>318</td> <td>32</td> <td>848</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div style="width: 15%;"> <p>Beach Safety Rules</p> <ul style="list-style-type: none"> Always have an adult nearby. Even if you're a great swimmer, you never know when you might need help. If you see someone needs help, yell for help and throw a lifesaver to someone. Do not try to help them yourself. Call an adult at once. </div> <div style="width: 15%;"> <p>Beach Safety Rules</p> <ul style="list-style-type: none"> Always wear sunscreen. Never turn your back to the ocean. There might be a big wave coming. </div> <div style="width: 15%;"> <p>Beach Safety Rules</p> <ul style="list-style-type: none"> Don't swim near rocks because currents can be strong near them. Whenever there is a typhoon or an earthquake, don't go near the ocean. If you get hurt, don't get into the water. </div> <div style="width: 15%;"> <p>Beach Safety Rules</p> <ul style="list-style-type: none"> Wear any kind of shoes on the beach. You might get hurt by glass or shells. Be aware of jellyfish at the beach. </div> </div>	Year	Dead	Saved	Lost	Total	2013	394	260	18	672	2014	365	286	19	670	2015	367	213	13	593	2016	464	249	26	739	2017	498	318	32	848
Year	Dead	Saved	Lost	Total																											
2013	394	260	18	672																											
2014	365	286	19	670																											
2015	367	213	13	593																											
2016	464	249	26	739																											
2017	498	318	32	848																											
<p>教學設備/ 資源</p>	<p>1. 視聽設備: 電腦, 螢幕, 投影機。 2. 教具: 教學 PPT、影片。</p>																														
<p>評量方式</p>	<p>口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度</p>																														

Section 4 The Hidden Danger Around Rivers Aand Streams

第四節 溪河潛藏危機

Word bank : river/stream/hidden danger/

Sentence patterns : 1. Q : What rules we should follow at a beach ?

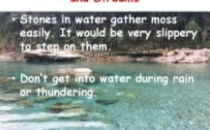
A : I/We should ____.

2. Q : What other rules we should follow to avoid the danger?

A : I/We should ____.

學習活動	教具	時間	評量方式
<p>(一) Warm Up 引起動機：</p> <p>1. T: What rules we should follow at a beach? S: I/We should ____.</p> <p>老師喚醒學生的舊經驗(上一課內容)，詢問學生海邊該注意事項?(學生可以中文或英文回答)</p> <p>2. T: Besides swimming pools and oceans, what other places you could play with water? 除了泳池跟海邊，還有那兒能玩水? S: 學生分享個人的經驗。</p>	電腦 投影機	15	口說評量
<p>(二) Group Discussion 小組討論：</p> <p>T: What other rules we should follow when we around a river or a stream? You will have 5 minute to discuss and put down your answers on the white board.</p> <p>當我們在溪河玩時我們應該遵守什麼規則?老師給分組學生 5 分鐘討論，並將答案寫在小白板上。</p> <p>S: I/We should _____, _____... and ____.</p> <p>各組將白板拿出，分組依序將答案說出，每個合理的答案都可以計分。</p>	小白板 白板筆	15	小組討論 團隊統整 評量
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納：</p> <p>1. According to students' answers and explain why we should play safely around rivers or streams. There are some hidden danger we should be aware at all the times.</p> <p>老師依據學生的答案給予適當的解釋。溪河潛藏的危機是我們隨時都該注意的，也該謹記必須遵守的規則。</p> <p>2. 統整 PPT 中的注意事項。 https://www.youtube.com/watch?v=WwWBR88xuOc ~第四節結束~</p>	電腦 投影機	10	口說評量

The Hidden Danger around Rivers and Streams



The Hidden Danger around Rivers and Streams



The Hidden Danger around Rivers and Streams



The Hidden Danger around Rivers and Streams



教學設備/ 資源	1. 視聽設備: 電腦, 螢幕, 投影機。 2. 教具: 教學 PPT、影片。
評量方式	口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度

<p>Lesson 5 Water Sport Around Hualien 第五節 花蓮的水上活動 Word bank : swimming/river tracing/whale watching/water rafting/surfing/rock diving/river floating/swan paddle boat ride Sentence patterns : 1. Q : When your friends come to Hualien, where will you take them to play water? A : I/We will take them to the ____. 2. Q : What water sports will you do over there? A : I/We will ____.</p>			
學習活動	教具	時間	評量方式
<p>(一) Warm Up 引起動機： T: When your friends come to Hualien, where will you take them to play water? S: I/We will take them to the ____. 老師詢問學生當朋友來訪時會帶他們去那兒玩水?(學生可以中文或英文回答)</p> <p>(二) Group Discussion 小組討論： 1. T: What water sports will you do over there? 你們會在哪做什麼呢? For Adults and for kids. You will have 5 minute to discuss and put down your answers on the white board. S: 各組將白板拿出，分組依序將答案說出，每個合理的答案都可以計分。</p> <p>2.老師展示花蓮有名的玩水活動。當我們在溪河玩時我們應該遵守什麼規則?老師給分組學生 5 分鐘討論，並將答案寫在小白板上。 S: Adults could _____, _____... and Kids can ____. 各組將白板拿出，分組依序將答案說出，每個合理的答案都可以計分。</p>	<p>電腦 投影機</p> <p>小白板 白板筆</p>	<p>15</p> <p>15</p>	<p>口說評量</p> <p>小組討論 團隊統整 評量</p>
<p>(三) Summary of the Lesson 老師歸納： 1. Teacher shows water sports around Hualien with PPTs and explains safety rules for each sports. There are some limitations and hidden danger we should be aware for each sport. 老師依據投影片介紹花蓮的水上活動及解釋相關的安全性。提醒學生每個活動都有限制及潛藏的危機是我們隨時都該注意的。 2. 學生可適時地回應相關經驗。 ~第五節結束~</p>	<p>電腦 投影機</p>	<p>10</p>	<p>口說評量</p>

	
<p>教學設備/ 資源</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 視聽設備: 電腦, 螢幕, 投影機。 2. 教具: 教學 PPT、影片。
<p>評量方式</p>	<p>口頭發表、小組討論、課堂參與、學習態度</p>

* 英語單字(彙整) :

(一)Journey of life 生命的旅程: life cycle/aged/birth/grow up/
dead/the old/mental/physical/take care/stroke/smile/
hug/empathy/respect/care/accept/die/sad/miss/pray/
soul/

(二)Food grandview 食物大觀園: 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/

(三)Water safety 戲水安全: bathing suit/swimming trunks/swimsuit/swimming
goggles/swimming cap/towel/hair dryer/ear plugs/adult pool/kids pool/
clock/lifeguard/lifesaver/floating board/indoor/outdoor/pet/diving/
run/pee/rough play/shower/stairs/be careful/food/drinks/shout/bombing/
pushing/beach/drowned/adult/sunscreen/typhoon/earthquake/hurt/ocean/
wave/yell/help/river/stream/hidden danger/swimming/river tracing/
whale watching/water rafting/surfing/rock diving/river floating/swan
paddle boat ride/

* 英語句子(彙整) :

(一)Journey of life 生命的旅程:

1. Q : When you were 5, what did you do? A : I went to kindergarten.(EX.)
2. Q : What do you want to be when you grow up? A : I want to be a/an _____.
3. Q : Do your grandparents live with you? A : Yes, they do./No, they don't.
Because....
4. Q : How do you take care your grandparents? A : I get along with them after
school.(Ex.)
5. When he is with me, he smiles.
6. Could you speak louder / again ?
7. Okay, I understand.
8. Do you have someone you can talk to when you are feeling sad?
9. What sort of things make you feel better?

(二)Food grandview 飲食大觀園:

1. Q : What kind of yummy food do you tell foreigners to eat in Taiwan ? A : I tell them to eat
_____.
2. Q : Is the _____ healthy or unhealthy? A : It's _____.
3. Q : What do you like to eat? A : I like to eat _____.
4. Q : Do you like western food or eastern food? Why? A : I like _____ because
it's _____.
5. Q : Do you know how to set the table? A : Yes, like this. Let me show you.
6. Q : What kind of people are popular? A : Polite people are popular.
7. Q : Where do you and your family eat? A : We eat at the _____.
8. Q : What do you think about using paper bowls and chopsticks? A : Not good
because they can _____.
9. Q : How do you choose food? A : I choose food if it's _____.
10. Q :
What kind of food you can eat more? A : I can eat _____ more because

it's healthy.

(三) Water safety 戲水安全:

1. Q : What do you need to bring when you go swimming? A : I will bring (a/an) _____ and (a/an) _____.
2. Q : What will you see in a swimming pool? A : I will see (a/an) _____ and (a/an) _____.
3. Q : Where can you go swimming? A : I/We can go to the _____.
4. Q : What does the sign mean? A : It means " _____".
5. Q : What rules we should follow in a swimming pool ? A : I/We should _____.
6. Q : What other rules we should follow to avoid the danger? A : I/We should _____.
7. Q : What rules we should follow at a beach ? A : I/We should _____.
8. Q : What other rules we should follow to avoid the danger? A : I/We should _____.
9. Q : How do you choose food? A : I choose this food because _____.
10. Q : What kind of food you can eat more? A : I can eat _____ more.

* 教室用語 :

- Pay attention, everybody.
- Open your books at page _____.
- Come out and write it on the board.
- Whose turn is it to read?
- Which question are you on?
- Who hasn't answered yet?
- What was the _____ like?
- What do you think?
- How can you tell?
- Let me explain what I want you to do next.
- Would you give us an example?
- Could you explain a little bit more about that?
- Would you pronounce the word " _____"?
- What do you mean?
- Are you with me?
- Do you get it?
- Let's check the answers.
- One more time, please.
- We have an extra five minutes.
- Sit quietly until the bell goes.
- There are still two minutes to go.
- I'm afraid it's time to finish now.
- We'll have to stop here
- We'll do the rest of this chapter next time.
- We'll finish this exercise next lesson.