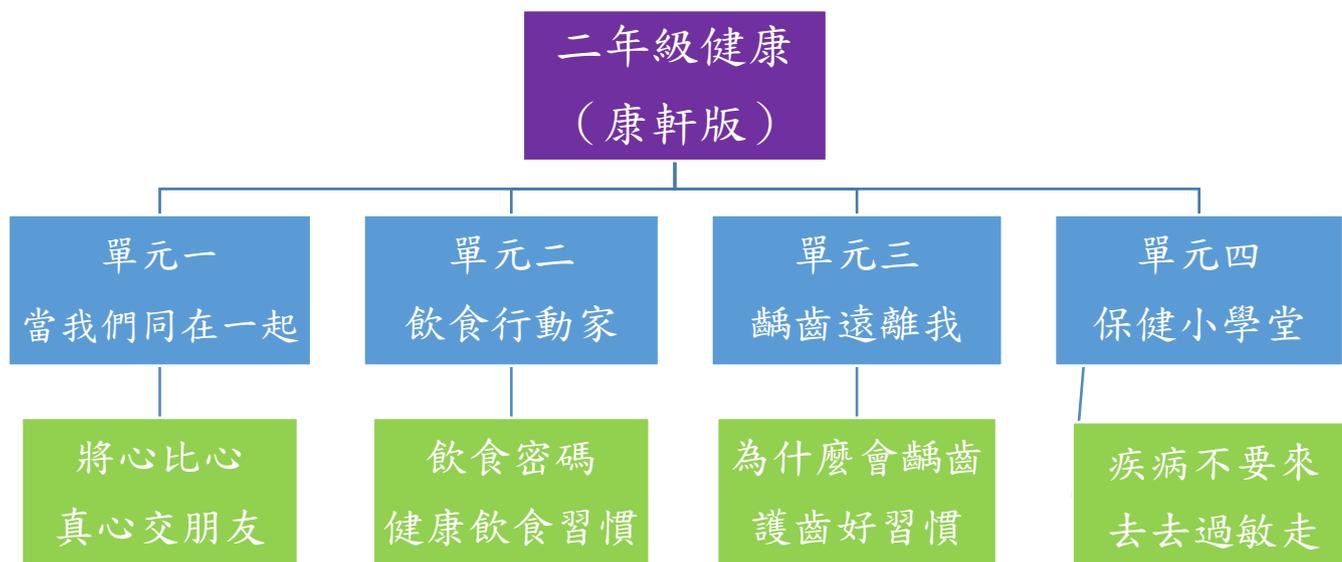


# 臺南市仁愛國小沉浸式英語教學教案設計（健康與體育領域）



## 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	單元一：當我們同在 一起	教學設計者	蕭孟旻、郭蔓萱、馬培如、鐘唯甄
適用年級	二年級	節數	每週1節，共6節
本教育階段 總綱核心素 養	健體-E-A2具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 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。		
學習表現	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。 3b- I -2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。		
學習內容	Fa- I -2 與家人及朋友和諧相處的方式。		
學習目標	1.學生能覺察影響人際相處的態度和行為。 2.學生能分析影響人際相處的態度和作為。 3.學生能運用同理心，推測對方可能的想法。 4.學生能運用人際溝通技能，思考避免衝突的溝通方式。 5.學生在生活情境中，演練同理心和人際溝通技能。 6.學生運用問題解決技巧，自省並修正個人不良人際互動的態度和行為。 7.學生了解維持良好人際關係的方法。 8.學生於生活中嘗試運用同理心和人際溝通技能，維持良好人際關係。 9.學生願意和朋友和諧相處。		
教學資源	1. 「倒帶~再看一次」學習單 2. 「用我的心看見你的心」學習單 3. 「如果能重來一次」學習單 4. 「我的人際加油站」學習單		
評量方式	口頭發表、上台分享、情境演練、完成學習單、小組合作		
Content language	<u>Vocabulary</u> fight, argument, kind, caring, gentle, patient, mad, sad, unkind, apologize, respect, empathy <u>Sentence</u> How do you feel? I feel_____ (mad/sad/unkind). Let's be kind/caring/gentle/patient to others. Don't fight! /Chill out! I'm sorry. Let's make up. Will you please forgive me? It's alright. /It's okay. /It's not a big deal. May I borrow this? Let's be friends! Put yourself in his/her shoes.		

Classroom language	<p>Take out your book.</p> <p>Come here.</p> <p>Eyes on me.</p> <p>Louder, please.</p> <p>Let's give him/her a big hand.</p> <p>Raise your hand.</p> <p>Put down your hand.</p> <p>Good job.</p> <p>Put your book away.</p> <p>Go back to your seat.</p> <p>You're right. / Bingo!</p> <p>Attention!</p> <p>I'm sorry. /That's O.K.</p> <p>Stand up.</p> <p>Sit down.</p> <p>Sit up.</p> <p>Repeat after me.</p> <p>Line up.</p> <p>Thanks a lot!</p> <p>Time for a break.</p> <p>Thumbs up.</p>
--------------------	--

教學活動	學習目標
<p><b>將心比心(1~4 週)</b></p> <p><b>第一節</b></p> <p>一、暖身活動</p> <p>1. 教師播放歌曲 Let's Be Kind (網址：<a href="https://youtu.be/2R65YATjflw">https://youtu.be/2R65YATjflw</a>)進而帶出單字： kind/caring/gentle/patient，以及句型：Let's be _____ (kind/caring/gentle/patient) to others.</p> <p>2. 教師引導學生觀察課本第 6 頁情境：上課寫學習單時，<u>凱凱</u>沒有經過<u>安安</u>同意，就<u>拿走安安</u>的橡皮擦來用，兩人因此發生爭吵。</p> <p>3. 教師提問：想一想，<u>凱凱</u>和<u>安安</u>為什麼會發生爭執呢？</p> <p>4. 教師引導學生共同討論：</p> <p>A. 你覺得<u>安安</u>為什麼生氣呢？看到<u>安安</u>生氣，<u>凱凱</u>應該怎麼說，才不容易發生爭執呢？</p> <p>B. 你覺得<u>凱凱</u>為什麼會沒有先詢問，就先<u>拿走安安</u>的橡皮擦？遇到這種情況，<u>安安</u>應該怎麼說，才不會破壞友誼，又能表達出心裡的不舒服呢？</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 教師帶領學生閱讀課本第 7 頁情境：老師發現<u>凱凱</u>和<u>安安</u>的爭執，請他們回想當時的情況，思考聽到對方說的話後心裡的感受。</p>	<p>學生能分析影響人際相處的態度和作為</p> <p>學生能覺察影響人際相處的態度和行為</p>

2. 教師引導學生分析和討論凱凱和安安吵架的原因，以及雙方的感受。
  - A. 發生時的情境：在座位上寫學習單時，凱凱未經安安同意，就拿走他的橡皮擦。
  - B. 發生的過程：包含雙方的對話內容，以及說話時的表情或動作。
  - C. 如果你是凱凱，你當時的心情可能會如何？
  - D. 如果你是安安，你當時的心情可能會如何？
3. 教師提問：你曾經和朋友發生爭執嗎？當時是什麼樣的情況呢？你的心裡有什麼感受？進而帶出單字：fight, argument, mad, sad, unkind，以及句型：How do you feel?  
I feel mad/sad/unkind.
4. 教師播放歌曲 May I Borrow Your Phone?  
(網址：<https://youtu.be/NVGMLMRuGs8>)進而帶出句型 May I borrow this?
5. 教師播放影片《Be Kind To other Really Nice Short Movie》  
(網址：<https://youtu.be/WXudxua0IKo>)，引導學生思考「與人相處的態度」。

學生能覺察影響人際相處的態度和行為

學生能分析影響人際相處的態度和作為

學生能運用同理心，推測對方可能的想法

### 三、統整活動

1. 複習歌曲 Let's Be Kind(網址：<https://youtu.be/2R65YATjflw>)。
2. 教師請學生完成「倒帶~再看一次」學習單，請學生依自己的經驗，和發生爭執的當事人，一起回想當時的情況，思考並分享彼此心裡的感受。

## 第二節

### 一、暖身活動

1. 複習歌曲 Let's Be Kind(網址：<https://youtu.be/2R65YATjflw>)。

### 二、發展活動

1. 教師帶領學生閱讀課本第 8~9 頁情境，以凱凱和安安的思考過程為例，說明同理心的步驟和人際溝通的技巧。並進一步帶出單字：apologize, respect, empathy，以及句型：Don't fight! /Chill out. /I'm sorry. Let's make up. /Will you please forgive me? /It's alright. /It's okay. /It's not a big deal.。
2. 教師發下「用我的心看見你的心」學習單，請學生以「倒帶~再看一次」學習單情境思考，根據當時的情況，運用發揮同理心的步驟和人際溝通的技能，完成「用我的心看見你的心」學習單。

學生能運用同理心，推測對方可能的想法

學生能運用人際溝通技能，思考避免衝突的溝通方式

### 三、統整活動

1. 教師播放 Life Vest Inside - Kindness Boomerang - One Day  
(網址：<https://youtu.be/519iNQaRkGA>)，引領學生思考「同理心與善待他人」。
2. 複習歌曲 Let's Be Kind(網址：<https://youtu.be/2R65YATjflw>)。

## 第三節

### 一、暖身活動

1. 複習歌曲 Let's Be Kind(網址：<https://youtu.be/2R65YATjflw>)。

### 二、發展活動

1. 教師發下「如果能重來一次」學習單，將發生狀況的當事人分為一組，請學生運用同理心和人際溝通技能，練習對彼此說出想法和感受，接著共同改寫，將新的過程寫在學習單上。
2. 教師隨機抽出兩組，請學生上台演出當時的情況，並說出心裡的感受，

學生在生活情境中，演練同理心和人際溝通技能。

接著再演出運用同理心和人際溝通技能改寫的版本。

### 三、統整活動

1. 教師詢問演出的學生對於改寫後的版本有什麼感受，與當時的情況有何不同？溝通方式有何差異？哪一種溝通方式讓人心情比較好？
2. 教師也向未上台的組別提問以上問題。

## 第四節

### 一、暖身活動

1. 複習歌曲 Let's Be Kind(網址：<https://youtu.be/2R65YATjflw>)。

### 二、發展活動

1. 教師帶領學生閱讀課本第 10~11 頁情境，請學生思考如何用同理心和人際溝通技能溝通。
2. 教師將全班分組，把準備好的情境題放入籤筒，請各組抽籤後討論。

### 三、統整活動

1. 教師請各組上台演出討論的結果。待各組演出結束後，請其他人發表回饋與建議。

## 真心交朋友(第5~6週)

### 第一節

#### 一、暖身活動

1. 教師播放歌曲 Let's Be Friends (網址:<https://youtu.be/79XG5qim7mc>)
2. 教師帶領學生閱讀課本第 12 頁情境。

#### 二、發展活動

1. 教師以凱凱的例子，說明問題解決技能的概念和步驟：遇到什麼問題？想一想造成問題的原因；解決問題的方法；試著做做看。
2. 教師播放影片《心靈環保兒童生活教育動畫》-看見你的好(網址：<https://youtu.be/kWcapWzFWtc>)並說明：與人互動的過程，能讓你更加了解自己；每個人都有優缺點，學習看見別人的優點，試著站在別人的立場思考，朋友間的感情才會越來越好。接著帶出句型：Let's be friends! /Put yourself in his/her shoes.
3. 教師播放影片《當我們童在一起—我是人氣王》(網址：<https://youtu.be/71ro8c-toJg>)。請學生思考，如何做才能擁有好人緣？最後歸納重點：可以運用問題解決的技巧，改善人際相處問題；與人相處時，發揮同理心並懂得善待別人，自然能交到朋友。

#### 三、統整活動

1. 教師發下「我的人際加油站」學習單，請學生依序完成。完成後，教師請學生分享自己的人際相處問題和改善方法，並鼓勵學生發揮同理心互相鼓勵。
2. 複習 Let's Be Friends (網址:<https://youtu.be/79XG5qim7mc>)

學生在生活情境中，演練同理心和人際溝通技能。

學生運用問題解決技巧，自省並修正個人不良人際互動的態度和行為

學生了解維持良好人際關係的方法

## 第二節

### 一、暖身活動

1. 教師播放歌曲 Let's Be Friends (網址:<https://youtu.be/79XG5qim7mc>)
2. 教師播放影片《唐朝小栗子-友情考驗》(網址:[https://youtu.be/veHo\\_f0y6Uc](https://youtu.be/veHo_f0y6Uc))，並說明：友情是要靠自己努力經營。

### 二、發展活動

1. 教師帶領學生閱讀課本第 14 頁情境，請學生依自己的經驗或生活中的觀察，分享交朋友的好處。
2. 教師提問：你為朋友做過最棒的事情是什麼？你和對方有何感受？
3. 教師統整並說明適當表達在乎友誼的方法。
4. 教師帶領學生閱讀第 15 頁情境並提問：你的朋友曾經做過讓你不開心的事嗎？你當時怎麼回應？如果朋友讓你不開心的狀況能重來，你會怎麼做呢？

### 三、統整活動

1. 教師播放影片《當我們童在一起—相親相愛感情好》(網址：<https://youtu.be/jVcln94kEBs>)，請學生思考：友誼出現裂痕，該如何好好表達與處理？
2. 教師請學生完成課本第 16~17 頁「現學現用」。
3. 複習歌曲 Let's Be Friends (網址:<https://youtu.be/79XG5qim7mc>)

學生於生活中嘗試運用同理心和人際溝通技能，維持良好人際關係

學生願意和朋友和諧相處

# 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	單元二：飲食行動家	教學設計者	蕭孟旻、郭蔓萱、馬培如、鐘唯甄
適用年級	二年級	節數	每週 1 節，共 5 節
本教育階段 總綱核心素養	<p>健體-E-A2 具備探索身體活動與檢康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生或中運動與健康的問題。</p>		
學習表現	<p>1a- I -1 認識基本的健康常識。 1b- I -2 認識健康的生活習慣。 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p>		
學習內容	<p>Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea- I -2 基本的飲食習慣。 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p>		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識六大類食物，並舉例說明。</li> <li>2. 區分日常生活中的食物，屬於六大類食物中的哪一類。</li> <li>3. 養成每天均衡攝取六大類食物的習慣。</li> <li>4. 養成每天吃早餐的觀念與習慣。</li> <li>5. 覺察飲食過量對身體的影響。</li> <li>6. 能與引導下，於生活當中落實健康飲食習慣，實踐健康飲食原則。</li> </ol>		
教學資源	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我的一日三餐學習單</li> <li>2. 健康飲食習慣學習單</li> </ol>		
評量方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能正確說出六大類食物名稱。</li> <li>2. 能正確說出對應六大類食物的食物名稱。</li> <li>3. 能分辨個食物分屬的六大類食物類別。</li> <li>4. 能組合包含六大類食物的一餐。</li> <li>5. 能說出自己需改進的飲食習慣。</li> <li>6. 能說出飲食過量的壞處。</li> <li>7. 能說出健康飲食習慣原則。</li> </ol>		
Content language	<p><u>Vocabulary</u> breakfast, lunch, dinner, meats and protein, fruits, vegetables, whole grains, dairy products, oils, fats, nuts and seeds</p> <p><u>Sentence</u> Q: What types of food are they? A: They're (meats and protein, fruits, vegetables, whole grains, dairy products, oils, fats, nuts and seeds). Q: What do you have for (breakfast/lunch/dinner)? Q: Do you want more? A: Yes, I am hungry. /No. I am full. Don't be picky.</p>		
Classroom language	<p>Take out your book. Come here. Eyes on me. Louder, please. Let's give him/her a big hand. Raise your hand.</p>		

	Put down your hand. Good job. Put your book away. Go back to your seat. You're right. / Bingo! Attention! I'm sorry. /That's O.K. Stand up. Sit down. Sit up. Repeat after me. Line up. Thanks a lot! Time for a break. Thumbs up.
--	--

教學活動	學習目標
<p><u>飲食密碼(第7週)</u></p> <p>一、暖身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>教師帶領學生回顧上學年所教授的「飲食紅綠燈」教學內容及活動。</li> <li>教師播放《我的餐盤均衡飲食口訣》，並詢問學生食物劃分成幾個種類。 (網址: <a href="https://youtu.be/metPfk4qfzo">https://youtu.be/metPfk4qfzo</a>)</li> </ol> <p>二、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>教師帶領學生觀察課本第 18 頁，並詢問學生圖中主角<u>小艾</u>的早餐食材大致可被分為幾個種類。</li> <li>教師播放影片《營養 5 餐》介紹六大類食物。 (網址: <a href="https://www.youtube.com/playlist?list=PLXpQ8l8p1OEnfTA6-NNhi7kMN76ccDX42">https://www.youtube.com/playlist?list=PLXpQ8l8p1OEnfTA6-NNhi7kMN76ccDX42</a>)</li> <li>教師說明各類食物及其功能，進而帶出單字：meats and protein, fruits, vegetables, whole grains, dairy products, oils, fats, nuts and seeds</li> <li>教師請學生發表日常生活中常見的食物，並嘗試將其依六大類食物分類。</li> <li>教師說明：食物依其所含的主要成分不同，區分成六大類，分別為豆魚蛋肉類、水果類、蔬菜類、全穀雜糧類、乳品類、油脂與堅果種子類。</li> </ol> <p>三、統整活動</p> <p><u>食物支援前線</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>教師利用投影片展示出各種食物圖卡。</li> <li>教師將全班分組，進行「食物支援前線」活動，規則如下：           <ol style="list-style-type: none"> <li>全班問：What types of food are they?</li> <li>教師答：They're <u>(meats and protein, fruits, vegetables, whole grains, dairy products, oils, fats, nuts and seeds)</u>.</li> <li>各組第一人須到台前，指認出教師指定類別的食物。</li> </ol> </li> <li>教師請學生回顧單元頁故事內容，並提問下列問題：           <ol style="list-style-type: none"> <li>小艾六大類食物都吃到了嗎?</li> <li>如果有沒吃到的，可以用冰箱哪個食物補足呢?</li> </ol> </li> <li>教師重點歸納：六大食物為維持生命所需，應均衡攝取。</li> </ol>	<p>能說出六大類食物名稱</p> <p>能正確說出對應六大類食物的食物名稱。</p> <p>熟記六大類食物名稱與各類的常見食物。</p>

## 飲食密碼(第 8~9 週)

### 一、暖身活動

1. 教師請學生試著回想昨天三餐分別吃了哪些食物，並與全班分享。
2. 教師複習六大類食物，並詢問學生是否每天都有均衡攝取六大類食物。

### 二、發展活動

1. 教師說明：一道料理中，可能包含不只一個種類食物。例如：牛肉麵裡有牛肉和麵條，牛肉是豆魚蛋肉類，麵條是全穀雜糧類。
2. 教師請學生閱讀課本第 22~23 頁情境並提問：
  - (1) 小康六大類食物都有吃到嗎？
  - (2) 每一類分別包含哪些食物呢？
3. 教師播放影片《均衡王國金國王的故事》，並提問下列問題：  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=FV2pWLO8uEw>)
  - (1) 金國王的均衡王國一共有幾個村落？分別有哪些？  
答：六個村落。  
五穀根莖、蔬菜村、水果村、蛋豆魚肉村、牛奶村、油鹽糖村。
  - (2) 哪一村的食物吃了會讓人覺得充滿能量？答：五穀根莖村
  - (3) 五穀根莖村的活力小子是？答：碳水化合物
  - (4) 蔬菜村有哪個營養小子能幫助我們在黑暗中看得清楚？答：維生素 A
  - (5) 金國王他想長得高，就要吃哪一個村落的食物呢？答：牛奶村
  - (6) 吃哪個村落的食物，一定多運動，才可以長出肌肉呢？答：蛋豆魚肉村

### 三、統整活動

#### 我的一日三餐

1. 教師發下「我的一日三餐」學習單，請學生寫下昨天吃的食物，並標示出每樣食物包含哪些六大類的食物。
2. 教師詢問學生：What do you have for (breakfast/lunch/dinner)?
3. 教師請學生上台分享，並帶領學生檢視自己三餐各自包含哪些六大類食物，以及昨天的一日三餐是否攝取了每一類食物。

## 飲食密碼(第 10 週)

### 一、暖身活動

1. 教師詢問學生：
  - (1) 你每天都會吃早餐嗎？
  - (2) 早餐都吃哪些食物呢？
2. 教師播放影片《What Does the World Eat for Breakfast?》  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=ry1E1uzPSU0>)

### 二、發展活動

1. 教師引道學生觀察課本第 24 頁，並提出下列問題請學生思考：
  - (1) 哪一個組合包含的食物類別比較多？
  - (2) 選哪個組合較佳
2. 教師說明：早上起床時，通盛距離前一天最後進食時間已超過 10 小時，所以早餐一定要吃，而且要吃的健康，才會精神飽滿。
3. 教師發下事先準備好的早餐店菜單，請學生分組討論，怎麼從套餐的組合中，選擇可以攝取較食物種類的早餐組合。

能正確說出食物內包含的六大類食物種類。

能寫下自己的一日三餐內容。

能分辨個食物分屬的六大類食物類別。

能說出每天要吃早餐的原因，並選擇健康的早餐組合。

將六大類食物的攝取在一天滿足。

4. 教師再次複習飲食紅綠燈的主要分類概念。
5. 教師請各組派代表上台分享並說明各組選擇的組合。

### 三、統整活動

1. 教師請學生完成課本第 25 頁的午餐連連看，並提問：
  - (1) 小希午餐吃了哪些類別的食物？
  - (2) 六大類食物都有吃到嗎？
2. 教師將學生分組，討論第 25 頁晚餐應該如何搭配，才能六大類食物都吃的到。
3. 教師歸納重點：知道常見食物所屬的六大類食物的分類，組合包含六大類食物的餐點內容。

## 健康飲食習慣(第 11 週)

### 一、暖身活動

1. 教師詢問學生有沒有吃得太飽的經驗？當時有什麼感覺？
2. 教師播放歌曲《Healthy Eating Song》複習健康飲食的好習慣。  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=YZ11C-U7S8I>)

### 二、發展活動

1. 教師帶領學生閱讀課本第 26 頁，說明健康飲食的好習慣。
  - (1) 儘管健康食物對身體有益也必須適量攝取，避免造成身體的負擔。
  - (2) 攝取過量的食物會使身體不舒服，同時也對健康有不良的影響。
2. 教師進而帶出單字：及句型 Do you want more? Yes, I am hungry. / No, I am full.
3. 教師說明健康飲食習慣的原則：
  - (1) 每天吃早餐。
  - (2) 均衡飲食不偏食，六大類食物都吃到。Don't be picky.  
教師提問：Are you a picky eater?
  - (3) 食物只拿取吃得完的分量。
4. 教師補充衛生福利部公布「國民飲食指標」中的正確飲食習慣：
  - (1) 三餐應以全穀雜糧為主食。
  - (2) 多蔬食少紅肉，多粗食少精製。
  - (3) 飲食多樣化，選擇當季在地食材。
  - (4) 盡量少吃油炸和其他高脂高糖食物，避免含糖飲料。
  - (5) 口味清淡、不吃太鹹、少吃醃漬品、沾醬酌量。
5. 學生完成課本第 28、29 頁的現學現用。

### 三、統整活動

1. 教師請學生完成「健康飲食習慣」學習單，請學生檢視自己做到那些健康飲食習慣，並思考沒有做到的原因，與同學討論如何改善。
2. 教師請自願學生上臺分享自己沒有做到的飲食習慣，以及討論出來的解決方式。
3. 教師歸納要時常反思自己的行為，思考落實健康飲食的方式。

能正確組合包含六大類食物的一餐。

能說出飲食過量的壞處。

能說出健康飲食習慣原則。

能說出自己需改進的飲食習慣，並嘗試改變。

## 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	單元三：齲齒遠離我	教學設計者	蕭孟旻、郭蔓萱、馬培如、鐘唯甄
適用年級	二年級	節數	每週1節，共4節
本教育階段 總綱核心素 養	<p>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>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p>		
學習表現	<p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a- I -1 嘗試練習簡易的健康相關技能。</p> <p>3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>4a- I -1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。</p>		
學習內容	<p>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Ea- I -2 基本的飲食習慣。</p> <p>Eb- I -1 健康安全消費的原則。</p>		
學習目標	<p>1.認識齲齒的症狀與原因。</p> <p>2.覺察生活習慣對牙齒的影響。</p> <p>3.認識正確選購牙刷的方法。</p> <p>4.能於引導下，運用作決定的步驟，正確選購牙刷。</p> <p>5.認識正確選擇含氟牙膏和含氟漱口水的方法。</p> <p>6.認識含氟漱口水的使用方法和時機。</p> <p>7.嘗試練習正確的刷牙技巧。</p> <p>8.能於引導下，養成潔牙與護齒的習慣，並使用口腔預防保健服務。</p> <p>9.能於引導下，運用自我健康管理的步驟，改變自己的護齒習慣。</p>		
教學資源	<p>5. Youtube 影片。</p> <p>6. 《不愛刷牙的東東》繪本動畫。</p> <p>7. 課本小潔和小同的牙齒圖片擷取。</p> <p>8. 跟校護借牙齒模型。</p> <p>9. 《我的護齒習慣》學習單。</p>		
評量方式	<p>1. 能說出齲齒的成因。</p> <p>2. 能說出挑選潔牙用具的標準或原則。</p> <p>3. 能正確使用貝氏刷牙法潔牙。</p>		
Content language	<p><b>Vocabulary</b> teeth, toothbrush, toothpaste, mouthwash, tooth decay, food, bacteria, time, good habit, dentist, small, soft, ppm, c.c.</p> <p><b>Sentence</b> How to protect your teeth? I can use <u>(toothbrush/ toothpaste/ mouthwash)</u>. How do you protect your teeth? When do you brush your teeth? I brush my teeth <u>(in the morning/ at night/ after meals)</u>. How to choose a toothbrush?</p>		

	<p>Going to the dentist.</p> <p>Do you afraid of going to the dentist?</p> <p>You should go to the dentist every six months.</p>
Classroom language	<p>Take out your book.</p> <p>Eyes on me.</p> <p>Louder, please.</p> <p>Let's give him/her a big hand.</p> <p>Raise your hand.</p> <p>Put down your hand.</p> <p>Good job.</p> <p>Put your book away.</p> <p>Go back to your seat.</p> <p>You're right. / Bingo!</p> <p>Stand up.</p> <p>Sit down.</p> <p>Sit up.</p> <p>Time for a break.</p> <p>Thumbs up.</p> <p>Let's watch the video.</p> <p>Pay attention.</p> <p>Sing with the song.</p> <p>Put your toothbrush/toothpaste on the desk.</p> <p>Discuss and find out the best one.</p> <p>Make your own plan.</p>

教學活動	學習目標
<p style="text-align: center;"><u>為什麼會齲齒 (第 12 週)</u></p> <p>一、暖身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師播放影片《心靈環保兒童生活教育動畫》10--細菌大戰 (網址: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=d6OGubi0jn8">https://www.youtube.com/watch?v=d6OGubi0jn8</a>)</li> <li>2. 播放《不愛刷牙的東東》繪本動畫 (網址: <a href="https://storybook.nipi.edu.tw/book-single.aspx?BookNO=106#">https://storybook.nipi.edu.tw/book-single.aspx?BookNO=106#</a>)</li> <li>3. 教師詢問學生要如何保護牙齒? 如果蛀牙了會有什麼症狀?</li> </ol> <p>二、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請學生觀察課本 p. 30. 31 的漫畫並分享看見了什麼?</li> <li>2. 教師根據學生的回答帶出單字 teeth, toothbrush, toothpaste, mouthwash</li> <li>3. 教師提問: How to protect your teeth? 引導學生回答: I can use (<u>toothbrush/ toothpaste/ mouthwash</u>).</li> <li>4. 教師將課本 p. 32 小潔和小同的牙齒圖片擷取下來並請學生觀察兩個學童的牙齒有何不同? What's the differences between their teeth? 並請學生思考其原因。</li> <li>5. 教師詢問學生為什麼會蛀牙?</li> <li>6. 播放影-什麼導致蛀牙(tooth decay)? (網址: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zGoBFU1q4g0">https://www.youtube.com/watch?v=zGoBFU1q4g0</a>)</li> </ol>	<p>認識齲齒的症狀與原因。</p>

7. 認識齶齒四要素：牙齒(teeth)、食物(food)、細菌(bacteria)、時間(time)。

### 三、統整活動

1. 詢問學生是否有好好保護自己的牙齒(teeth)? How do you protect your teeth? 有哪些好的習慣(good habit)?
2. 教師問學生一天刷幾次牙? When do you brush your teeth?  
學生回答 I brush my teeth (in the morning/ at night/ after meals).
3. 教師提醒學生每天最少刷兩次(in the morning, at night)。

### 護齒好習慣(第13~15週)

### 四、暖身活動

1. 教師播放《How to Brush Your Teeth Properly - For Kids》複習刷牙的時機點和需要注意的事項  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=hDZXSMU2IAk>)
2. 教師播放歌曲 Brush Your Teeth  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=rvguF5lQyVE>)  
第一次請學生 Pay attention, 第二次請學生 sing with it.
3. 老師請學生思考上學期是不是有牙醫生 dentist 來學校幫忙做窩溝封填? 為什麼要做窩溝封填呢?
4. 教師播放《牙齒窩溝封填是什麼?》  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=pwAxiqN0hjU&list=PLXpQ8l8p1OEIPXRD MU5PA6Kc3Gw6GXbyk&index=3>)

### 五、發展活動

#### 牙刷小達人

1. 教師請學生思考 How to choose a toothbrush? 教師統整學生的回饋。
2. 教師播放《如何選擇牙刷?》  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=rD3kVxrUDn8>)
3. 教師請學生歸納出牙刷 toothbrush 選購元素: 頭小和軟毛(small and soft)。
4. 教師詢問學生大概多久更換一次牙刷? 如果牙刷一個月就變形表示刷得太用力囉!
5. 教師請學生將自己的牙刷放置於桌上 put your toothbrush on the desk, 同組學生進行討論哪支牙刷最適當 discuss and find out the best one, 並提供建議給需要更換牙刷的同學。

#### 認識氟化物

1. 教師告訴學生氟化物可以保護我們的 teeth, 教師提問: 生活中有那些氟化物呢?
2. 教師問學生是否有去牙醫診所(going to the dentist)塗過氟?
3. 教師播放《定期塗氟, 讓蛀牙遠離你的寶貝》  
(網址: [https://www.youtube.com/watch?v=XL0ptmtYa\\_s&list=PLXpQ8l8p1OEIPXRD MU5PA6Kc3Gw6GXbyk&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=XL0ptmtYa_s&list=PLXpQ8l8p1OEIPXRD MU5PA6Kc3Gw6GXbyk&index=2))
4. 教師請學生猜猜牙膏 toothpaste 的含氟量要超過多少 ppm 才能有效預防蛀牙?
5. 教師播放《10款兒童牙膏評比: 兒童牙膏怎麼選?》  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=vCdDI0nA1LU>)
6. 教師請學生將自己的牙膏放置於桌上 put your toothpaste on the desk, 觀察

觀察生活習慣對牙齒的影響。

認識正確選購牙刷的方法。

能於引導下, 運用作決定的步驟, 正確選購牙刷。

認識正確選擇含氟牙膏和含氟漱口水的方法。

認識含氟漱口水的使用方法和時機。

其氟含量是否超過 1000ppm。

7. 老師請學生想想每個星期二中午所使用的含氟漱口水 mouthwash 有哪些要注意的事項? (10c.c. , 1 minute, 30 分鐘不能進食)

#### 請你跟我這樣做

1. 教師問學生刷牙時要注意什麼?
2. 教師播放《你的潔牙方式正確嗎?刷牙七字箴言讓你牙齒乾乾淨淨!》  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=s5u7docDlvM>)
3. 教室拿出跟校護借的牙齒模型先依據課本的描述在全班面前示範刷牙的動作。
4. 教師請學生拿著牙刷跟著影片《嘉義市貝氏刷牙法 3D 動畫教學》一起刷  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=Xc-85WX32b0>)
5. 教師提問還可以怎麼做來維護牙齒的健康呢?學生是否害怕去牙醫診所呢? Do you afraid of going to the dentist? Why?
6. 教師播放影片《熟悉牙科診所》  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=19IZTWuuQug&list=PLXpQ8I8p1OEIPXRD MU5PA6Kc3Gw6GXbyk&index=5>)
7. 教師提醒學童每半年就要檢查一次牙齒。You should go to the dentist every six months.

#### 六、統整活動

1. 教師帶學生看課本中小同的護齒計畫。
2. 教師印製 p. 152 《我的護齒習慣》學習單並發下。
3. 請學生立下「健康牙齒宣言」(make your own plan)並讓學生將學習單帶回家記錄一週行動成果。
4. 完成課本中現學現用
5. 複習歌曲 Brush Your Teeth  
(網址: <https://www.youtube.com/watch?v=rvguF5lQyVE>)

嘗試練習正確的刷牙技巧。

能於引導下，養成潔牙與護齒的習慣，並使用口腔預防保健服務。

能於引導下，運用自我健康管理的步驟，改變自己的護齒習慣。

## 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	單元四：保健小學堂	教學設計者	蕭孟旻、郭蔓萱、馬培如、鐘唯甄
適用年級	二年級	節數	每週1節，共 6 節
本教育階段 總綱核心 素養	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。		
學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。		
學習內容	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識登革熱的傳染途徑與症狀。</li> <li>2. 在生活中，採取適當的行動預防登革熱。</li> <li>3. 認識腸病毒的傳染途徑與症狀。</li> <li>4. 能於引導下，操作腸病毒的預防方法。</li> <li>5. 認識流行性結膜炎的傳染途徑與症狀。</li> <li>6. 能於引導下，操作流行性結膜炎的預防方法。</li> <li>7. 認識過敏性鼻炎、過敏性結膜炎、過敏性皮膚炎的症狀。</li> <li>8. 認識常見的過敏原。</li> <li>9. 認識過敏症狀的照護方法。</li> <li>10. 在生活中實踐過敏症狀的照護方法。</li> <li>11. 學習鼻噴劑的正確使用方法。</li> <li>12. 學習眼藥水的正確使用方法。</li> <li>13. 學習皮膚藥膏的正確使用方法。</li> </ol>		
教學資源	健康課本、Youtube影片、眼睛-結膜構造圖、學習單、搶答鈴、全開海報紙、著色用具、聯絡簿		
評量方式	口頭發表、肢體表演、完成學習單、分組競賽、小組合作、實作評量、上台分享、實際演練、親師生合作		
Content language	<p><b>Vocabulary</b> :</p> <p>No sickness : mosquito 蚊子, fever 發燒, bucket 水桶, toilet 馬桶, tire 輪胎, wash hands 洗手, eyes 眼睛, towel 毛巾</p> <p>No allergy : allergic 對...過敏的, egg 雞蛋, milk 牛奶, nuts 堅果, dust 灰塵, wear a mask 戴口罩, ointment 藥膏, eye drops 眼藥水</p> <p><b>Sentences</b> :</p> <p>No sickness : Remember to often wash your hands. Don't touch your eyes/mouth/nose with your hands.</p> <p>No allergy : I'm allergic to egg/milk/nuts/dust. It's time to wear a mask/apply skin ointment/apply eye drops.</p>		

Classroom language	<p>It's time for class. 上課了</p> <p>Raise you hand before you speak. 先舉手再發言</p> <p>Be quiet, please. 請安靜</p> <p>Take out your textbook. 拿出課本</p> <p>Everyone, take one worksheet. 每個人拿一份學習單</p> <p>Put everything away. 把所有東西收起來</p> <p>Pay attention. 專心聽講 Listen up. 注意聽</p> <p>Great , Amazing , Excellent , Terrific , Well done , Good job , Awesome , Brilliant , You got it , Fabulous , Fantastic , Bravo , Wonderful , Nice work , Perfect(稱讚的話)</p> <p>Try again. 再試一次 Your turn. 輪到你了</p> <p>Lower your voice. 小聲點</p> <p>Louder, please. 請大聲點</p> <p>Eyes to the front. 眼睛看前面</p> <p>Come to the front, please. 請到前面來</p> <p>Let's give him/her a big hand. 請給他/她掌聲鼓勵</p> <p>Stand up. 起立 Sit down. 坐下 Sit up. 坐好</p> <p>Hurry up. 快一點 Are you done? 完成了嗎?</p> <p>Line up. 排隊 Come over here. 過來這裡</p> <p>Go back to your seat, please. 請回到你的座位</p> <p>Let's write it together. 我們大家一起來寫</p> <p>Show your work to the class. 把你的作品拿給全班看</p>
--------------------	--

教學活動	學習目標
<p><u>疾病不要來(第16~18週)</u></p> <p>一、暖身活動</p> <p>教師播放第一首英語歌曲：Bye Bye Virus (網址：<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3IGC-dNzdzk">https://www.youtube.com/watch?v=3IGC-dNzdzk</a>)</p> <p>先讓學生靜靜聆聽一次。</p> <p>教師：Let's watch this video quietly. 接著試著一起跟唱。</p> <p>教師：Let's sing this song together.</p> <p>教師播放第二首英語歌曲：Healthy Habits while Social Distancing (網址：<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Wx2Q_8sSKXw">https://www.youtube.com/watch?v=Wx2Q_8sSKXw</a>)</p> <p>先讓學生靜靜聆聽一次。</p> <p>教師：Let's watch this video quietly. 接著試著一起跟唱。</p> <p>教師：Let's sing this song together.</p>	

## 二、發展活動

教師說明登革熱的傳染方式及症狀，並播放登革熱防治宣導影片。

(網址：<https://www.youtube.com/watch?v=n7noy5J2J9I>)

教師提問：登革熱是透過甚麼傳染的呢？

學生回答：是透過分布全台的白線斑蚊及分布南部的埃及斑蚊(mosquito)所傳染的。

教師提問：感染登革熱時，身體會有那些症狀呢？

學生回答：發燒( fever)、起紅疹、眼窩痛等。

教師提問：病媒蚊喜歡棲息在哪？

學生回答：病媒蚊喜歡棲息在室內的人工容器裡，如：花瓶、水桶(bucket)、花盆底盤、馬桶(toilet)等陰暗的地方以及戶外下雨時會積水的容器，如：樹洞、廢輪胎(tire)等。

教師提問：如何清除病媒蚊的蟲卵與幼蟲呢？

學生回答：可透過每週一次的「巡、倒、清、刷」清除。

教師說明腸病毒的傳染方式及症狀，並播放認識腸病毒影片。

(網址：<https://www.youtube.com/watch?v=VpxGSc05Lqc>)

教師提問：腸病毒是透過甚麼傳染的呢？

學生回答：透過口沫以及接觸傳染。

教師提問：感染腸病毒時，身體會有那些症狀呢？

學生回答：發燒( fever)、手足及口腔長水泡。

教師提問：如何預防感染腸病毒呢？

學生回答：勤洗手(wash hands)、使用公筷母匙，避免生食並注意個人衛生。

教師播放洗手歌：Wash Your Hands with Baby Shark

(網址：<https://www.youtube.com/watch?v=L89nN03pBzl>)

教導正確洗手步驟，接著播放跳舞版 Dance with Baby Shark，讓學生一起唱跳。

教師說明流行性結膜炎的傳染方式及症狀，並展示眼睛(eyes)構造圖-結膜的位置。

教師提問：流行性結膜炎是透過甚麼傳染的呢？

學生回答：透過接觸傳染。如：接觸到感染者的用品：毛巾(towel)或是碰觸過的物品：馬桶(toilet)沖水按鈕。

教師提問：感染流行性結膜炎時，眼睛會有那些症狀呢？

學生回答：紅、腫、癢、痛、怕光、容易流淚。

教師提問：如何預防感染流行性結膜炎呢？

學生回答：勤洗手 Remember to often wash your hands.

、注意不和他人共用個人物品以及不用手碰觸眼口鼻。

Don't touch your eyes/mouth/nose with your hands.

## 三、統整活動

教師發下「打擊登革熱」、「戰勝腸病毒」和「拒絕流行性結膜炎」學習單，請學生於課堂上完成學習單，並張貼優秀作品於黑板上供學生欣賞。

教師：Please share your work with your classmates.

「傳染病知多少」搶答活動，根據登革熱、腸病毒與結膜炎教學內容，

教師出題，各組派代表輪流上台搶答，最快按鈴搶答答對者得分。

1. 認識登革熱的傳染途徑與症狀。  
2. 在生活中，採取適當的行動預防登革熱。

3. 認識腸病毒的傳染途徑與症狀。  
4. 能於引導下，操作腸病毒的預防方法。

5. 認識流行性結膜炎的傳染途徑與症狀。  
6. 能於引導下，操作流行性結膜炎的預防方法。

## 去去過敏走(第 19~21 週)

### 一、暖身活動

教師播放影片：小栗子過敏了

(網址：[https://www.youtube.com/watch?v=U5\\_VTz0Kc](https://www.youtube.com/watch?v=U5_VTz0Kc))

教師請有過敏(allergic)的小朋友或是家人有過敏的小朋友舉手。

接著提問是對什麼過敏？

學生回答：雞蛋(egg)、牛奶(milk)、堅果(nuts)、灰塵(dust)、塵蟎、花粉等。

教師提問：請小朋友分享自己或家人如何預防過敏發作？

學生回答：保持環境乾淨通風、空氣不好時戴口罩(wear a mask)、盡量避開過敏原。

### 二、發展活動

教師說明常見的過敏原有哪些，過敏發作時，鼻炎、結膜炎、皮膚炎等過敏症狀可能會同時出現。

教師介紹過敏性鼻炎、過敏性結膜炎、過敏性皮膚炎的症狀。

教師分別針對皮膚、眼睛、鼻子過敏說明個別的預防方式和自我照護。

若真的過敏發作，皮膚可擦皮膚藥膏(ointment)，眼睛可點眼藥水(eye drops)，鼻子可噴鼻噴劑等使用藥物減少不適症狀。

教師播放鼻噴劑使用方法影片：正確使用鼻噴劑的三個步驟，不要再亂噴了！

(網址：<https://www.youtube.com/watch?v=N8xb3ZnfJsE>)

教師說明使用鼻噴劑的三個步驟。

教師播放眼藥水使用方法影片：如何點眼藥水眼藥膏

(網址：[https://www.youtube.com/watch?v=KK\\_HlSokkmo&t=29s](https://www.youtube.com/watch?v=KK_HlSokkmo&t=29s))

教師說明使用眼藥水的四個步驟。

教師說明使用皮膚藥膏的三個步驟，並與全班共同討論小凱在皮膚藥膏的使用方法上有哪些錯誤行為。

全班兩兩一組，輪流問答完成課本 P. 62-P. 63 現學現用的六個問題。

### 三、統整活動

將全班分組，分別依照過敏性鼻炎、過敏性結膜炎與過敏性皮膚炎三大類分三組。請學生自身或家人有該項過敏症狀者到該組別，共同討論，集思廣益，分享自己或家人的過敏原是什麼，平時是如何預防過敏發作以及自我照護的方法，並使用彩色筆記錄在海報上。若學生有剩餘時間，可將海報美編。

海報上可依照學生過敏原加上本單元的英語句型：I'm allergic to egg/milk/nuts/dust.

另外，過敏發作時，為了減緩不適，使用照護方法或藥物的時機可在海報加上句型：

It's time to wear a mask/apply skin ointment/apply eye drops.

海報完成後各組上台分享，分享後海報張貼佈告欄，美化教室。

若於本單元課程教學期間，有學生攜帶鼻噴劑、眼藥水(eye drops)或是皮膚藥膏(ointment)到校，可於醫囑時間請該名學生實際上台演練正確用藥行為，並說出本單元英語句型：It's time to wear a mask/apply skin ointment/apply eye drops.

演練完成後，教師於聯絡簿上稱讚該生，並告知家長若該生在家用藥行為也正確的話，請家長於聯絡簿上留下讚美的話語，藉此鼓勵學生，提升學習動力。

1. 認識常見的過敏原。
2. 認識過敏性鼻炎、過敏性結膜炎、過敏性皮膚炎的症狀。
3. 認識過敏症狀的照護方法。
4. 在生活中實踐過敏症狀的照護方法。
5. 學習鼻噴劑的正確使用方法。
6. 學習眼藥水的正確使用方法。
7. 學習皮膚藥膏的正確使用方法。