

健康與體育領域沉浸式英語教學教案設計【主題 1】

主題名稱	寶貝我的家	教學設計者	陳欣民、黃宏仁、洪綺鳳 黃榆真、陳怡蓓、林佩瑩
教學對象	五年級	教學節次	2 個主題，共 3 節
核心素養	<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> <p>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>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p>		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運用正確、有效的溝通原則，增進家庭和諧氣氛。 2. 了解何種情況或行為屬於家庭暴力的範圍。 3. 學習遭遇家庭暴力事件時的處理方法和態度。 		
設計理念	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供學生家庭衝突情境的範例，透過小組討論思考解決問題的方法，並且在實際演練中練習有效溝通的原則。 2. 運用事先蒐集的家庭暴力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」。 3. 引導學生了解多元的家庭型態，小組討論不同型態家庭會遭遇的問題，以及促進家庭關係的方法。 		
教學方法	講述法、小組討論、合作學習法。		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	<p>英語單字 (Vocabulary) : 家庭 (家人) family、溝通 communication、衝突 argument、 家庭暴力 domestic violence、法律 law、單親家庭 single-parent family</p> <p>教室用語 (Classroom English) : 試試看 Try it. You can make it./Let's try this. Give it a try. You can do it. 認真聽 Listen carefully. 專心 Pay attention./Be quiet! 發表 Speak louder./Can you say it again?/ Raise your hands. Hands down. 小組討論 Group discussion./Good job!/Thanks for sharing. 翻閱課本 Take out your textbooks. Please turn to page ____.</p> <p>主題句 (Topic sentences) : I love my _____, because he/she is _____. I don't like my _____ when he/she is _____.</p>		

教學活動	教具	評量
<p>【主題 1-1 溝通的藝術】</p> <p style="text-align: center;">第一節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生以下問題，並請學生分享： <ol style="list-style-type: none"> (1) 你是否曾與家人發生爭執？Have you ever argued with your family? (2) 爭執的原因是什麼？What is the reasons of the argument? (3) 採取何種方式處理？What are the ways to solve the argument? 2. 教師依據學生的回答歸納說明：發生爭執時應反省並檢討自己，而解決衝突的方法很多，但良好的溝通才是最佳的解學方法。 <ul style="list-style-type: none"> ● 發展活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 依據課本中的家庭衝突情境，讓學生分組討論正確溝通的方法。Please discuss these situations in each group and share your answers. <ol style="list-style-type: none"> (1) 情境 1：莎莎不小心踩壞弟弟新買的羽球。 (2) 情境 2；練習羽球對打時，弟弟發球老是發不好。 2. 請各組上台以動態表演的方式模擬情境，分享正確溝通的技巧。 <ul style="list-style-type: none"> ● 統整活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師歸納課本「有效溝通的原則」，讓學生體會「運用正確的溝通技巧，能讓事情產生不同的結果」。 <p style="text-align: center;">第一節 結束</p>	<p>情境簡報</p>	<p>口說分享</p> <p>小組討論：學生能思考正確的溝通方法，並且以動態表演的方式實際演練。</p>
<p>【主題 1-2 家庭危機】</p> <p style="text-align: center;">第二節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師帶領學生閱讀課本 P39「家庭暴力」新聞。Let's read the news on page 39. And then, having a group discussion. <ul style="list-style-type: none"> ● 發展活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 分析「哪些情況或行為屬於家庭暴力的範圍」。 <p>教師提問：新聞中，男童的母親和繼父對他做了什麼事？請各小組將答案記錄在小白板。In the news, What did the boy's mother and stepfather do to him?</p> 2. 小組上台發表。 	<p>新聞簡報 小白板</p>	<p>口說分享</p> <p>小組討論：學生能找出新聞中的家庭暴力行為。</p>

教學活動	教具	評量
<p>3. 教師歸納「家庭暴力」的定義：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，還會讓家庭功能喪失。</p> <p>4. 討論「遇到家庭暴力的處理方法」。</p> <p>遭遇到家庭暴力狀況時，我們可以怎麼做？請各組將答案記錄在小白板。What can we do when we encounter domestic violence?</p> <p>5. 小組上台發表。</p> <p>6. 教師歸納課本 P41 的家庭暴力事件處理方法。</p> <p>● 統整活動</p> <p>教師重點歸納：家中不能有暴力行為，當發生家庭暴力時應如何處理及調適自己的情緒。希望學生能理解家庭暴力發生時應該如何保護自己，也希望學生以後在處理自己情緒時，能有正當的宣洩管道。</p> <p style="text-align: center;">第二節 結束</p> <p style="text-align: center;">第三節 開始</p> <p>● 準備活動</p> <p>1. 請學生分享家裡成員。Teacher lives with her husband, son and daughter. Who do you live with?</p> <p>2. 引導學生了解目前社會上的家庭型態很多元。例如：小家庭、折衷家庭、隔代教養家庭、單親家庭 single-parent family。</p> <p>● 發展活動</p> <p>1. 各組上台抽一個家庭型態，並且討論會遇到什麼問題。You have already learned these types of family. Each group has to choose a type of family to discuss: what will you meet the difficulties in these types?</p> <p>2. 小組上台發表。</p> <p>3. 引導學生思考並說出促進家庭關係的方法、化解爭執或家庭問題的方法。</p> <p>● 統整活動</p> <p>教師重點歸納：不管是哪一種家庭型態，良好的家庭關係需要全家人共同努力經營，只要互相尊重、體諒、感謝，彼此珍惜，互相關心做好分工，就可以讓家庭關係更和諧融洽。</p> <p style="text-align: center;">第三節 結束</p>	<p>家庭型態簡報、小白板</p>	<p>小組討論：學生能思考遭遇家庭暴力的處理方法。</p> <p>口說分享</p> <p>小組討論：學生能思考各種家庭型態會遭遇的問題。</p> <p>小組討論：學生能思考解決家庭問題的方法。</p>

健康與體育領域沉浸式英語教學教案設計【主題2】

主題名稱	主題 2-1 美麗人生 生長你我他	教學設計者	陳欣民、黃宏仁、洪綺鳳 黃榆真、陳怡蓓、林佩瑩
教學對象	五年級	教學節次	2 個主題，共 6 節
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-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</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>		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 說出人生各階段的生理及動作發展特徵。 2. 能列舉影響生長發育的因素。 3. 能辨識影響個人成長與行為的因素。 4. 能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。 5. 能以積極的態度面對成長階段的各種變化。 		
設計理念	<ol style="list-style-type: none"> 1. 引導學生觀察處於不同人生階段的家人，並揣摩其生理特徵與身體活動特色。 2. 鼓勵學生運用教育部體育署體適能網站(http://www.fitness.org.tw)中的「體適能常模」，依年齡查詢自己的身高、體重位於哪個百分等級。 3. 鼓勵學生以積極的態度面對成長階段的各種變化。 		
教學方法	講述法、多媒體輔助教學、小組討論、合作學習法。		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	<p>英語單字 (Vocabulary) :</p> <p>人生 life 階段 stage 生活軌跡 life trajectory</p> <p>出生前階段(母親懷孕期) : Stage 1: Pre-birth</p> <p>嬰兒期 : Stage 2: infancy(Ages 0-3)</p> <p>幼兒期與兒童期 : Stage 3: childhood (Ages 3-11)</p> <p>青少年期和青年期 : Stage 4: adolescence (Ages 12-20)</p> <p>壯年期 : Stage 5: early adulthood (Ages 20-35) Stage 6: middle Adulthood (Ages 35-50) Stage 7: mature Adulthood (Ages 50-80)</p> <p>老年期 : Stage 8: late Adulthood(Ages 80-100)</p> <p>過世 : Stage 9: death</p> <p>稱謂</p> <p>uncle 叔叔、伯伯 aunt 姑姑、阿姨</p> <p>cousin 堂、表兄妹 grandpa 祖父</p> <p>grandma 祖母 brother 兄弟</p> <p>sister 姊妹</p> <p>教室用語 (Classroom English) :</p> <p>試試看 Have a try.</p>		
	<p>The diagram is a family tree titled "Family Tree". At the top, there are two boxes for "Grandparents" (祖父母 and 外祖父母). Below them are two boxes for "Parents" (Father 爸爸 and Mother 媽媽). Under the Father box are three boxes: "Uncle" (姑姑), "Aunt" (伯母/嬸), and "Uncle" (伯/叔). Under the Mother box are three boxes: "Aunt" (阿姨), "Uncle" (姨丈), and "Uncle" (舅舅). Below these are boxes for "Cousin" (堂姊妹), "Me" (我), "Brother/Sister" (兄弟姊妹), "Cousin" (表姊妹), and "Cousin" (表兄弟).</p>		

請專心看影片 Please pay attention to watch this film.

主題句(Topic sentences) :

I am _____ years old. I'm in _____ (階段). I am _____. (形容詞)

My _____ (親戚) is _____ years old. He / She is in _____. He / She is _____. (形容詞)

例句(Example)

I am eleven years old. I'm in childhood. I am short.

My grandpa is eighty-two years old. He is in late adulthood. He is tall.

影響個體生長因素(Individual growth factors) :

heredity 遺傳 sex 性別 disease 疾病 endocrine 內分泌 nutrition 營養

sport/exercise 運動 pituitary gland 腦下垂體 thyroid 甲狀腺 thymus 胸腺

pancreas 胰臟 height 身高 weight 體重 bone 骨骼 muscle 肌肉

organ 器官 rest 休息 sleep 睡眠 drink water 喝水

go to the restroom 上廁所 positive 樂觀的 respect 尊重 care 關懷

interpersonal relation 人際關係 group life 群體生活

The factor of _____ (因素) has a good influence on human's growth.

教學活動	教具	評量
<p>【主題 2-1 生長你我他】</p> <p>第一節 開始</p> <p>● 引起動機</p> <p>1.教師撥放影片一(人的一生) https://www.youtube.com/watch?v=g9u-0LJmjHs</p> <p>2 教師撥放影片二(家庭樹) (網址： https://www.youtube.com/watch?v=d_WQEw13TCo&list=RDFHaObkHEkHQ&start_radio=1</p> <p>3.詢問學生以下問題，並請學生分享：</p> <p>(4) 人從年輕到年老有哪些的變化嗎？ Are there any changes of people from young to old?</p> <p>(5) 請畫出你的家庭樹 Please draw your family tree.</p> <p>教師依據學生的回答歸納說明：</p> <p>1. 隨著年紀增長，身體產生變化</p> <p>2. 家庭裡分別有處於嬰兒期、幼兒期、兒童期、青少年期、青年期、壯年期、老年期等階段的人員 There are many life stages such as the infancy, childhood, adolescence, adulthood.</p> <p>● 發展活動</p> <p>3. 將班上學生分組討論與紀錄組員的身體外形和身體能力。 Please discuss and record the looks and physical abilities of your group members.</p> <p>(3) 身體外形：有高矮胖瘦。</p> <p>(4) 身體能力：有人跑得快、有人跳得高、有人身體結實、有人身體柔軟度高。</p> <p>4. 請各組人員上台分享個人的觀察與分組的紀錄內容。</p> <p>● 統整活動</p> <p>2. 教師統整說明每個人的身體外形和身體能力都有其獨特性 (Everyone is unique.)，並且會隨著時間的變化而改變。此即為生活軌跡(life trajectory)。</p> <p>第一節 結束</p> <p>第二節 開始</p> <p>● 準備活動</p> <p>3. 請學生課前運用教育部體育署體適能網站 (https://www.fitness.org.tw/model01.php) 中的「體適能常模」，依年齡查詢自己的身高、體重位於哪個百分等級。</p>	<p>YouTube 影片</p> <p>教育部網頁 課文簡報</p>	<p>口說評量</p> <p>小組討論：學生能觀察班上同學、家人們的身體外形和身體能力，並能上台完成報告。</p> <p>口說評量</p>

<p>Please surf to the internet and make good use of the “physical fitness norm” of the Sports Administration of Ministry of Education.</p> <p>4. 除了身高(height)和體重(weight)的變化外，骨骼(bone)、肌肉(muscle)、身體的器官(organ)等的變化亦會影響個人的生長發育。</p> <p>5. 瞭解有些影響生長發育的因素是不可改變的，而有些因素是可採積極作為加以改善的(例如攝取足夠營養、運動刺激骨骼和肌肉生長等因素)。</p> <p>Some growth factors are unchangeable. Some growth factors are changeable.</p> <p>● 發展活動</p> <p>4. 各組上台抽一個影響生長發育的因素(例如遺傳、性別、疾病、內分泌、營養、運動)，並且討論此因素對個人的生長發育會有哪些影響。There are many factors which can have influences on personal development. Each group has to choose one factor to discuss.</p> <p>5. 小組上台發表。Time for the presentation on stage.</p> <p>6. 引導學生思考並說出促進個體身長發育的方法，以及如何積極正向地去面對各種成長階段的變化。</p> <p>We should be positive to face the changes of each life stage.</p> <p>● 統整活動</p> <p>教師重點歸納：個體的生長發育受到很多因素的影響，雖然有些是先天決定的，但靠著後天的注重營養、運動和睡眠習慣建立，也能幫助個體的生長發育朝向良好的情形發展。</p> <p>The growth of individuals is influenced by many factors. Although some factors are determined by nature, we can improve by concentrating on the nutrition, exercise and good sleep habit.</p>		
<p style="text-align: center;">第一節 結束</p>		
<p style="text-align: center;">第三節 開始</p> <p>● 引起動機</p> <p>2. 教師帶領學生閱讀課本 P74「養成健康的生活習慣」、課本 P75「擁有健康的心理狀態」、「建立良好的群己關係」。Let's read the news on page 74 and page 75.</p>	<p>課文簡報</p>	
<p>3. 發展活動</p> <p>教師引導學生分組討論以下問題：</p> <p>7. 養成哪些健康的生活習慣可以幫助自己？</p> <p>8. 擁有哪些健康的心理狀態可以幫助自己？</p> <p>9. 建立哪些良好的群己關係可以幫助自己？</p>	<p>小白板</p>	<p>小組討論：學生能找出能幫助自己健康快樂成長的方法。</p>

<p>教師提問：哪些有益健康的生活形態可以幫助自己健康、快樂的成長？請各小組將答案記錄在小白板。</p> <p>After reading the content of these two pages, what can help you to lead a healthy and happy life?</p> <p>10. 小組上台發表。</p> <p>11. 教師歸納「健康快樂成長」的定義：透過養成健康的生活習慣、擁有健康的心理狀態、建立良好的群己關係等具體行動，即可幫助自己健康快樂的成長。</p> <p>The key points of keeping the fitness are to cultivate the healthy life habits, to have a sound psychological state, and to build well interpersonal and intrapersonal relationship.</p> <p>● 統整活動</p> <p>教師重點歸納：教師引導學生針對養成健康的生活習慣、擁有健康的心理狀態、建立良好的群己關係等三面向檢視自己做到的程度，並思考哪些部分已做得很好？哪些部分需要改進？</p> <p style="text-align: center;">第三節 結束</p>		<p>口說評量</p>
---	--	-------------

健康與體育領域沉浸式英語教學教案設計【主題2】

主題名稱	主題 2-2 美麗人生 飲食小專家	教學設計者	陳欣民、黃宏仁、洪綺鳳 黃榆真、陳怡蓓、林佩瑩
教學對象	五年級學生	教學節次	2 個主題，共 6 節
核心素養	1a-III-3 理解促進健康生活的方 法、資源與規範。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。		
學習目標	以積極的態度面對成長階段的各種變化。 對食物營養有所了解，並選擇對身體健康的食物。		
設計理念	先由了解各年齡層的生理變化、食物金字塔、討論食材處理方式進而研究各國飲食文化。		
教學方法	講述法、小組討論、合作學習法。		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	<p>英語單字 (Vocabulary) :</p> <p>healthy eating pyramid, nutrition, fat, fabric, flavor, food safety, preserve, meat (pork, beef, chicken, fish), boy, man, girl, woman tall-->taller/short-->shorter/fat-->fatter/thin-->thinner/handsome -->more handsome/strong-->stronger/weak-->weaker, young/younger, old/older, clothes, pants shrunk, checkup, fetus, baby, young child, child, puberty, adult, speed, grow up, different appearance, different colors, speak different languages, come from different countries, eat different food, have different religions, have different cultures, race, genes, exercise, nutrition, high blood pressure, obesity</p> <p>教室用語 (Classroom English) :</p> <p>試試看 Try it. You can make it./Let's try this. Give it a try. You can do it. 認真聽 Listen carefully. 專心 Pay attention./Be quiet! 發表 Speak louder./Can you say it again?/ Raise your hands. Hands down. 小組討論 Group discussion./Good job!/Thanks for sharing. 翻閱課本 Take out your textbooks. Please turn to page ____.</p> <p>主題句 (Topic sentences) :</p> <p>What's your favorite food? My favorite food is_____ Which food is healthy/unhealthy?</p>		

教學活動	教具	評量
<p>【主題 2-2 飲食小專家-1】2 節</p> <p>● 引起動機</p> <p>1. 教師呈現健康體位意義與影響、健康體型觀的Q&A。</p> <p>2. 教師依序提問，學生以O、X牌表示答案。</p> <p>①身體質量指數（BMI）的計算是體重（公斤）除以身高（公尺）的平方。（O）</p> <p>②BMI數值超過20就是屬於過重或肥胖體位。（X）</p> <p>③俗稱泡芙族的人是BMI正常，但體脂肪過多，這也是不健康的體位。（O）</p> <p>④「瘦就漂亮」、「瘦才會受人歡迎」，所以體型要越瘦越好。（X）</p> <p>⑤體位過胖或是過瘦都會對健康都有不好的影響，甚至造成疾病。（O）</p>	自製PPT	實作評量
<p>● 發展活動</p> <p>1. 教師呈現3個模擬人物-阿寶、曉莉、大偉的年齡、性別、體重、身高等數值。</p> <p>2. 各組選擇一位人物，配合「體型密碼追追追」學習單（一）引導，透過自我覺察歷程的三個提問，進行分組討論：</p> <p>（1）對於阿寶、曉莉、大偉的年齡、性別、體重、身高等數值，給了我什麼想法？</p> <p>（2）從以下這些資訊中，可以判斷阿寶、曉莉、大偉的體位是太胖、太瘦或剛剛好嗎？</p> <p>（3）經了解阿寶、曉莉、大偉的體位情形後，我有什麼想法？對健康的影響又是如何呢？</p> <p>3. 請各組報告討論結果。（派代表上台發表小組分析與歸納的內容，如果時間不足時，可依實際時間彈性調整上台發表的組別數，以阿寶、曉莉、大偉情形的各一組為原則）</p>	健康課本 教用版電子書	口頭評量 實作評量 觀察評量
<p>● 統整活動</p> <p>【教學叮嚀】一般人的體位可以依據身高、體重計算BMI判定，可以輔以其他評估向度，例如體脂肪等。</p> <p>1. 教師引導學生個別填寫「健康體位追追追」學習單（二）我的體位密碼，進行BMI計算（使用計算機）分析自己的體位是為何？確認學生能正確計算與辨識。</p> <p>2. 課後作業：請學生完成學習單中自我覺察的提問內容。</p> <p>（1）還沒有計算自己體位之前覺得自己的體重是太胖？太</p>	健康課本 教用版電子書	觀察評量

<p>瘦？還是剛剛好？</p> <p>(2) 檢視自己對個人體位的主觀認知（計算前）與客觀參考數據（計算後）是否相同？</p> <p>(3) 檢視之後，讓我產生什麼樣的感受？</p> <p>(4) 這樣情緒感受讓我在飲食與運動（身體活動）的方面，想要做什麼？</p> <p>3. 教師結語：從主觀與客觀等方面統整對自己體位的感受，進而產生均衡飲食與規律運動的意願。</p> <p>【主題 2-2 飲食小專家-2】2 節</p> <p>● 引起動機</p> <p>1. 教師詢問學童吃早餐的情形，並請學童說出早餐的內容？ What did you have for breakfast?(5’) I had _____.</p> <p>2. 問題討論(10’)</p> <p>(1) 沒有吃早餐對我們有什麼影響？</p> <p>(2) 分辨各國傳統早餐的內容有何差異性？為什麼會有不同？</p> <p>(3) 各國傳統早餐的內容有何相同的特性？</p> <p>(4) 對於不同國家的飲食文化，我們應以什麼態度來面對？ Countries: Taiwan, America, Japan, Korea, Vietnam (10’) What do people have for breakfast in _____? They have _____.</p> <p>3. 師生共同歸納(10’)</p> <p>(1) 不同國家的早餐，主食或者烹調方式雖有所不同，卻提供我們一天所需要的能量，是非常重要的三餐。</p> <p>(2) 根據統計，沒吃早餐的學童注意力較難集中，學習反應也較差。</p> <p>(3) 各國的傳統早餐內容不一定相同，例如台灣:豆漿、燒餅油條、饅頭、包子或者稀飯、小菜。日本:飯、納豆、味噌湯、烤魚等。歐美國家:以麵包為主，飲料大多是咖啡、牛奶或果汁，或是蛋、熱狗、火腿或培根。</p> <p>(4) 各國傳統早餐的內容會受當地氣候、農產品、文化等因素的影響，而有所差異</p> <p>(5) 均衡又營養的早餐，可以提供我們身體成長和活動的需要，所以我們要養成每天吃早餐的習慣。</p> <p>(6) 我們應以健康的態度，尊重、欣賞並接納不同國家的早餐文化。</p> <p>● 發展活動</p> <p>活動一：食物紅綠燈</p>	<p>健康課本 教用版電子書</p> <p>健康課本 教用版電子書</p>	<p>口頭評量</p> <p>口頭評量 觀察評量</p>
---	---	----------------------------------

<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師說明「綠燈食物」及「紅燈食物」的定義。 綠燈食物:新鮮、天然的食物,有豐富的營養,對身體好。 紅燈食物:沒什麼營養,太甜、太鹹、太油,吃多對健康有害。 2. 教師利用投影片同時呈現綠燈及紅燈食物之圖卡,讓全班一同進行判斷。 3. 教師將全班分組,發給每組一張海報紙,各組把所知道的健康食物(綠燈食物)寫在紙上,計時五分鐘。 4. 教師與學生共同討論並判定各組所寫的是否為綠燈食物,並進行小組競賽。 5. 教師提問:昨天吃了什麼? 哪些是紅燈食物? 哪些是綠燈食物? 6. 教師歸納:盡可能選擇綠燈食物,避免吃紅燈食物。 	<p>健康課本 教用版電 子</p>	<p>觀察評量</p>
<p>活動二：綠燈食物好處多</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問:為了身體健康,應選擇吃紅燈食物還是綠燈食物呢? 2. 教師進一步說明綠燈食物對身體的好處:吃了有活力、吃了會長高長壯、吃了會更健康且不容易生病。 3. 教師播放國健署「我的餐盤」均衡飲食短片,使學生認識六大類食物: 全穀雜糧類(grains)、乳品類(dairy products)、豆魚蛋肉類(meat, beans, fish, and nuts)、蔬菜類(vegetables)、水果(fruits)、油脂類(fats and oils)。 <p>https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=1622&pid=9514</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 教師歸納:不同食物提供不同營養,均衡攝取才能擁有健康的身體。 	<p>健康課本 教用版電 子書</p>	<p>實作評量</p>
<p>● 統整活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師呈現當日營養午餐的照片,讓全班分組討論並以紅綠燈號給予每道菜色評比。 2. 教師請各組繪製「我的餐盤」,為全校設計一餐美味健康的午餐。 3. 各小組輪流上台分享繪製的午餐,並簡單分享其設計理念。 		<p>口頭評量 實作評量 觀察評量</p>

健康與體育領域沉浸式英語教學教案設計【主題3】

主題名稱	搶救地球	教學設計者	陳欣民、黃宏仁、洪綺鳳 黃榆真、陳怡蓓、林佩瑩
教學對象	五年級	教學節次	2 個主題，共 5 節
核心素養	<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> <p>健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。</p>		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察生活中的環境汙染問題。 2. 了解環境汙染對人體生理及心理上的影響。 3. 運用資訊解決環境汙染的問題。 4. 能利用空氣品質監控相關資訊網站及媒材的查詢，並藉由資訊的獲得採取正確預防行為。 		
設計理念	<p>人類創造經濟奇蹟、享受物質文明的同時，對地球環境造成許多的破壞，例如：空氣汙染、水汙染、噪音汙染、垃圾汙染等，環境保護的行動刻不容緩，因此本單元藉由觀察社區中的環境汙染，引導學生關心生活周遭的環境問題。帶領學生分析各種環境汙染對健康與生活的影響，讓學生體認環保的重要性與急迫性，促使學生在日常生活中採取具體的環保行動，並期望透過學生的力量，影響並邀請家人或朋友一起參與社區的環保活動。</p>		
教學方法	講述法、小組討論、合作學習法。		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	<p>英語單字 (Vocabulary) : PM2.5, AQI, air pollution, smog, water pollution, noise pollution, earth, global warming, CO2, straws, plastics, trash.</p> <p>教室用語 (Classroom English) : 試試看 Try it. You can make it./Let's try this. Give it a try. You can do it. 認真聽 Listen carefully. 專心 Pay attention./Be quiet! 發表 Speak louder./Can you say it again?/ Raise your hands. Hands down. 小組討論 Group discussion./Good job!/Thanks for sharing. 翻閱課本 Take out your textbooks. Please turn to page ____.</p> <p>主題句 (Topic sentences) : How can we reduce _____ pollution? We can _____ to reduce _____ pollution.</p>		

教學活動	教具	評量
<p>【主題 3-1 生病的地球】</p> <p>第一節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 教師播放齊柏林《看見臺灣》的影片，並請學生記錄下印象深刻的片段。 T：I'll show you a video. Please write down the most impressive part. ● 發展活動 請小組討論，統整出各組觀察到的環境汙染。 T：In the video, which part makes you shocked? Please share it with your classmates. ● 統整活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 請各組派代表，分享組內觀察到的環境汙染。 T：Please share your group's opinion on the stage. 2. 教師帶領學生將各組分享的環境汙染做分類，如：空氣汙染、水汙染、噪音汙染等。 Let's sort different kinds of pollution. 3. 統整後，教師引導學生宜觀察周遭環境，應主動關心並珍惜生活環境。 	<p>影片－《看見臺灣》、便利貼</p> <p>便利貼</p> <p>便利貼</p>	<p>能記錄影片中印象深刻的片段。</p> <p>口頭分享</p> <p>口頭發表</p>
<p style="text-align: center;">第一節 結束</p> <p style="text-align: center;">第二節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 教師引導學生思考，上一節課統整到的環境汙染樣態會對自身的生活造成什麼影響？ T：How does environmental pollution affect our lives? ● 發展活動 教師徵求自願者上台發表生活周遭環境汙染的情況及感想，並詢問：「你喜歡這樣的環境嗎？為什麼？」，鼓勵學生自由發表。 T：Do you like the environment in your daily life? Why? ● 統整活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生：發現住家附近有環境汙染的情形時應該怎麼做才能解決問題，並維護我們的健康。 2. 教師說明環境汙染事件的解決方式： <ol style="list-style-type: none"> (1) 撥打 0800-066-666 公害陳情專線，向環保署或當地的環保局檢舉。 (2) 利用環保署「公害陳情網路受理系統」填寫汙染資訊進行通報。 	<p>簡報</p> <p>簡報</p>	<p>口頭發表</p> <p>口頭發表</p> <p>口頭發表</p>

<p style="text-align: center;">第二節 結束</p> <p>【主題 3-2 環境汙染面面觀】</p> <p style="text-align: center;">第三節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 教師播放影片—公共電視：我們的島—源水汙染地圖，說明水源因為人類活動而遭受破壞，請學生發表可能造成水汙染的原因。 T：Let's talk about the causes of water pollution. ● 發展活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師帶領學生擬定解決水汙染的計畫，請各組依據課本 125 頁，設計出「淨水計畫」。 T：Each group has to design a plan for water purification. 2. 師生共同討論「水汙染防制方法」、「節水妙招」。 T：How can we reduce water pollution? T：How can we conserve water? ● 統整活動 教師統整學生討論，讓學生體認到在日常生活中採取簡單的行動即能減少水汙染、節省水資源。 <p style="text-align: center;">第三節 結束</p> <p style="text-align: center;">第四節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師播放課前錄製的各種聲音，包含噪音及非噪音。 2. 請學生聆聽後，發表自己喜歡或不喜歡哪些聲音。 T：What kinds of sound make you feel comfortable? T：What kinds of sound make you feel uncomfortable? ● 發展活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識聲音的單位：分貝(dB)。 2. 了解各類活動的噪音值，以及可能引發的身心影響。 T：Do you know what's the effect of noise pollution? 3. 案例探討(Case Study)：觀察到的現象、可能造成的影響、改善方法。 ● 統整活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請各組依據同學提出的案例探討，思考具體可行的改善方案。 2. 教師向學生歸納說明改善噪音的方法。 <p style="text-align: center;">第四節 結束</p> <p style="text-align: center;">第五節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師介紹穹頂之下的新聞事件及大陸地區因「霾害」(smog)的空汙議題。 	<p>影片</p> <p>學習單</p> <p>預先錄製的音檔</p> <p>簡報</p> <p>學習單</p> <p>新聞素材 影片</p>	<p>口頭發表：至少說出三項水汙染的原因。</p> <p>小組能共同完成學習單。</p> <p>口頭發表：至少說出三項減少水汙染的行動；三項節省水資源的方式。</p> <p>能辨別噪音與非噪音。</p> <p>能理解噪音值。</p> <p>口頭發表</p> <p>小組能提出具體改善噪音汙染的方案。</p>
---	---	---

健康與體育領域沉浸式英語教學教案設計【主題4】

主題名稱	老化與健康	教學設計者	陳欣民、黃宏仁、洪綺鳳 黃榆真、陳怡蓓、林佩瑩
教學對象	五年級	教學節次	2 個主題，共 4 節
核心素養	<p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p> <p>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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>		
學習目標	<p>5. 學習照顧年邁的長輩。</p> <p>6. 了解老年期的飲食保健方法。</p> <p>7. 設計均衡飲食的老年人菜單。</p> <p>8. 養成健康的生活型態，預防疾病，以減少癌症發生的機會。</p>		
設計理念	<p>拜醫療科技發展之賜，現代人的壽命越來越長，臺灣已邁入高齡化社會，老年人口的比例越來越高。為了自己也為了家中的長輩，每個人都應該及早學習與老年人溝通、照顧老年人飲食與生活的方法，幫助他們擁有健康、快樂的老年生活。若能了解健康檢查的重要性，並養成健康的生活型態，就能夠幫助我們遠離癌症的威脅。</p>		
教學方法	<p>講述法、小組討論、合作學習法。</p>		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	<p>英語單字 (Vocabulary) :</p> <p>elders, aging society, healthy diet, age group, cancer</p> <p>教室用語 (Classroom English) :</p> <p>試試看 Try it. You can make it./Let's try this. Give it a try. You can do it. 認真聽 Listen carefully. 專心 Pay attention./Be quiet! 發表 Speak louder./Can you say it again?/ Raise your hands. Hands down. 小組討論 Group discussion./Good job!/Thanks for sharing. 翻閱課本 Take out your textbooks. Please turn to page ____.</p> <p>主題句 (Topic sentences) :</p> <p>How old is your grandpa/grandma? He's/She's _____ years old. How can you prevent cancers in your daily life?</p>		

教學活動	教具	評量
<p>【主題 4-1 關懷老年人】</p> <p style="text-align: center;">第一節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師播放影片：《小心，歧視》台人口老化嚴重 老年生活處處難 2. 請學生討論： <ol style="list-style-type: none"> (1) 從影片中，可以看到那些歧視老年人的問題？ T：In the video, what's problem with the elders? (2) 當你變老後，你希望給人什麼樣的印象？ T：If you were an elder, what kinds of impression would you like to be? ● 發展活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師以 PPT 介紹長者對於社會的貢獻。 2. 教師發下回憶小卡，讓學生思考並寫下與家中長輩的互動經驗。 T：Please write down your communicative experiences with the elders. 3. 請學生分享回憶小卡中紀錄的內容。 T：Please share your experiences with your group members. ● 統整活動 教師帶領學生歸納並討論出與家中長輩溝通的注意事項及關懷技巧。 <p style="text-align: center;">第一節 結束 第二節 開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 教師引導，請學生思考並在各組海報上寫下家中長輩的飲食習慣。 T：How's the elders' diet? ● 發展活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師說明老年人的飲食注意事項。 2. 教師請學生依據課本 141 頁，小組檢核是否符合老年人健康飲食原則後，再設計一份適合老年人的健康飲食菜單。 T：Please check and design a healthy menu for the elders. ● 統整活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 請各組派代表，上台分享小組設計的菜單。 2. 教師總結說明，應運用均衡飲食的觀念，關懷家中老年人的飲食。 	<p>影片</p> <p>簡報、名片卡</p> <p>海報、彩色筆</p> <p>簡報</p> <p>小組海報</p>	<p>能參與討論。 能積極回答。</p> <p>能寫下與家中長輩互動的經驗。</p> <p>口頭分享。</p> <p>各組能寫下至少三項家中長輩的飲食習慣。</p> <p>能檢核老年人的健康飲食原則。 能設計出老年人的健康飲食菜單。</p> <p>口頭發表。</p>

第二節 結束

【主題 4-2 健康檢查】

第三節 開始

● 引起動機

1. 教師引導，請學生說出家中長輩的日常作息。
T：How's the elders' daily life?
2. 教師詢問學生曾在學校做過的健康檢查項目有哪些？
家中長輩需要做哪些健康檢查項目呢？
T：What kinds of health check have you done at school?
T：What kinds of health check do the elders need?

● 發展活動

1. 教師說明：不同人生階段會進行不同的健康檢查項目，定期的接受健康檢查可以及時發現疾病，以利及早治療。
2. 教師請學生依據課本 147、148 頁，各組討論出一個健康檢查結果不佳的狀況，並寫下：可能產生的健康問題、原因及改善方法。
T：When you find out your health check is not ok, what's your solution?

● 統整活動

1. 小組發表分享。
2. 教師歸納說明：健康檢查可以幫助我們及早發現身體所發出的警訊，並協助及時矯正及改善不良的生活習慣。

第三節 結束

第四節 開始

● 引起動機

教師呈現國人十大死因及癌症死因排行榜，並請學生發表感想。

● 發展活動

1. 搭配課本 149、150 頁，教師說明致癌的可能原因：遺傳基因、致癌因子、其他危險因子。
T：What is cancer?
T：What are the risk factors of cancers?
2. 教師請小組討論「如何預防癌症的發生」，並派代表上台發表討論結果。
T：How can you prevent cancers in your daily life?

● 統整活動

1. 請學生完成課本 151 頁「致癌因子自我檢核表」，並分享檢視的結果。

簡報

口頭發表。

學習單

能專心聆聽。

小組能確實完成學習單。

學習單

口頭發表。

簡報

口頭發表。

電子書

能專注聆聽。

積極參與小組討論。

課本學習單

能確實完成「致癌因子自我檢核表」。

- | | | |
|---|--|--|
| <p>2. 教師統整說明預防癌症的方法，倡導學生養成健康的生活型態並提醒、關懷家人，定期接受健康檢查，可以有效降低癌症發生的機率。</p> | | |
|---|--|--|

第四節 結束