

國立臺灣師範大學雙語課程單元教案

National Taiwan Normal University Bilingual Education Unit Lesson Plan

單元主題 Topic	對抗惡視力		科目名稱 Subject	健康領域
教材來源 Teaching Materials	翰林版		教案設計者 (學校名稱) Designer (School)	南投炎峰國小英語教學群
適用年級 Grade Level	三年級上學期		授課時間 Time	本單元共 5 節 (本教案為第__節)
教學設計理念 Design Concepts	眼睛使人類能看清楚整個世界,是人體重要的器官之一。本單元介紹近視的成因,近視對生活的影響,近視時的治療方式和護眼的方法。			
學科核心素養對應內容 Core-Competencies	總綱			
	領綱	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。		
學科學習重點 Subject Performance & Content	學習表現	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。		
	學習內容	Da-II-1 良好的衛生習慣。 Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。		
學生先備知識 Student's Prior Knowledge	1. 學科先備知識：A 知道眼睛的重要性 B 認識近視的治療方法			
	2. 英語先備知識：試試看 Give it a try. Try it. 專心 Pay attention, please. 坐下 Sit down 舉手 Raise your hand		認真聽 Listen carefully. 寫下 Write down... 起立 Stand up 放下手 Put down your hand	
本單元節次分配 Sequence of Lessons	活動一：眼睛視茫茫(1,2,3 節) 活動二：護眼小專家(4,5 節)			
本單元學習目標	1. 學科學習目標：活動一：眼睛視茫茫： ◎學生能知道眼睛的重要性			

<p>Learning Objectives</p>	<p>◎學生能覺察自己眼睛的狀況 ◎學生能認識近視的成因 ◎學生能認識近視的治療方法 ◎學生能遵守眼睛用藥規範 ◎認識促進保護眼睛的方法 ◎覺察近視對生活的影響</p> <p>活動二：護眼小專家： ◎覺察到錯誤用眼習慣對視力的影響 ◎覺察近視對生活的影響 ◎認識促進保護眼睛的方法 ◎發展保護視力的方法</p>
	<p>2. 英語學習目標： I use my eyes to _____. Can you see it/them clearly? Why or why not?</p> <p>T: Where are your eyes? Please point out your eyes. T: What do you use your eyes for? S: I use my eyes to _____.</p> <p>T: Raise your hands if you are nearsighted? Teacher counts how many of the students are nearsighted. Furthermore, teacher can ask the reasons for being nearsighted/wear glasses.</p> <p>T:What can you do at home/school to protect your eyes from getting nearsighted? S: I can _____. Can you do this? Is it good? Why or why not?</p>
<p>議題融入 (無則免填) Curriculum Integration</p>	<p><input type="checkbox"/>性別平等教育 <input type="checkbox"/>人權教育 <input type="checkbox"/>環境教育 <input type="checkbox"/>海洋教育 <input type="checkbox"/>品德教育 <input type="checkbox"/>生命教育 <input type="checkbox"/>法治教育 <input type="checkbox"/>科技教育 <input type="checkbox"/>資訊教育 <input type="checkbox"/>能源教育 <input type="checkbox"/>安全教育 <input type="checkbox"/>防災教育 <input type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>生涯規劃教育 <input type="checkbox"/>多元文化教育 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育 <input type="checkbox"/>原住民族教育</p>
<p>教學資源 Teaching Resources</p>	<p>Youtube 小白板 圖片 白紙 海報紙 簽字筆</p>
<p>第 <u>1</u> 節 1 Period</p>	
<p>學習目標 Learning Objectives</p>	<p>1. 學科學習目標： ◎學生能覺察自己眼睛的狀況 ◎學生能認識近視的成因</p> <p>2. 英語學習目標： 學生能說出 I use my eyes to _____. Can you see it/them clearly? Why or why not?</p>
<p>教學流程 Teaching Procedures</p>	

(1) Warm-up**活動一：眼睛視茫茫**

教師揭示今天的教學內容為 eye

T: Where are your eyes? Please point out your eyes.

T: What do you use your eyes for?

S: I use my eyes to _____.

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 □ 讀 □ 寫	5min	學生能知道眼睛的重要性	

(2) Presentation

教師撥放 youtube, how your eyes work

<https://www.youtube.com/watch?v=syaQgmb5i0>

教師揭示眼睛各部位的構造及其功能, for example, pupil, iris, eyelashes..

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 □ 寫	10min	學生能覺察自己眼睛的狀況	

(3) Practice & Application**分享眼睛看不清楚的經驗**

- 教師先在黑板上寫下字，請學生看，看不看得清楚。

T: Can you see it/them clearly? Why or why not?

- 請學生分享眼睛看不清楚的經驗。

S: I can't see it/them clearly because _____.

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	10min	發表：能分享眼睛看不清楚的經驗。	

(4) Review & Assessment

- 教師說明：什麼叫近視呢？就是眼睛看遠一點的物體看不清楚，看近的物體清楚。
- 教師說明：眼睛若是視力模糊時，就必須進一步就醫檢查。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	學生能認識近視的成因	

(5) Self-Evaluation

探討近視的成因：

T: What are the reasons to cause nearsighted?

請學生討論寫下答案於小白板上。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	學生能認識近視的成因	

(6) Extension

教師總結:長時間用眼、錯誤的用眼習慣都是造成近視的成因。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	學生能說出視力檢查的結果	

參考資料
References

第 2 節
2 Period

學習目標
Learning
Objectives

1. 學科學習目標：
◎ 認識近視的治療方式。
2. 英語學習目標：
學生能說出

教學流程
Teaching Procedures

(1) Warm-up**分享視力檢查結果**

- 請學生分享最近的視力檢查情況。
 - 1 教師詢問學生最近一次視力檢查的結果。
 - 2 請有到眼科診所做視力複檢的學生分享就醫狀況。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	<input type="radio"/> 中文 <input type="radio"/> 英文	<input type="radio"/> 聽 <input type="radio"/> 說 <input type="checkbox"/> 讀 <input type="checkbox"/> 寫	5min	學生能分享經驗	

(2) Presentation**體驗近視帶來的不便**

- 教師請學生戴上自製近視眼鏡，進行近視體驗活動：
 - 1 抬頭看黑板的字。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	<input type="radio"/> 中文 <input type="radio"/> 英文	<input type="radio"/> 聽 <input type="radio"/> 說 <input type="radio"/> 讀 <input type="checkbox"/> 寫	10min	學生能覺察自己眼睛的狀況	

(3) Practice & Application**◎體驗近視帶來的不便**

- 教師請學生戴上自製近視眼鏡，進行近視體驗活動：
 - 1 寫自己的名字一次。
 - 2 在教室走一走。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	<input type="radio"/> 中文 <input type="radio"/> 英文	<input type="radio"/> 聽 <input type="radio"/> 說 <input type="radio"/> 讀 <input type="radio"/> 寫	10min	學生能依指示完成活動並分享經驗	

(4) Review & Assessment

- 教師統整歸納：
 - 1 近視是不可回復的，一旦近視就會終生近視。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	<input type="radio"/> 中文	<input type="radio"/> 聽 <input type="radio"/> 說	5min	學生能認識近視的成因	

	◎ 英文	◎ 讀 ◎ 寫			
--	------	------------	--	--	--

(5) Self-Evaluation

越早近視，度數增加越快，變成高度近視的機會越大。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	學生能認識近視的成因	

(6) Extension

教師總結:長時間用眼、錯誤的用眼習慣都是造成近視的成因。

我們該如何保護自己的眼睛?

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	學生能認識近視的成因	

參考資料
References

第 3 節
3 Period

學習目標
Learning
Objectives

1. 學科學習目標：
 - ◎ 認識促進保護眼睛的方法。
 - ◎ 察覺近視對生活的影響。
2. 英語學習目標：
 - 學生能說出

教學流程
Teaching Procedures

(1) Warm-up

T: Raise your hands if you are nearsighted? Teacher counts how many of the students are nearsighted. Furthermore, teacher can ask the reasons for being nearsighted/wear glasses.

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 □ 讀 □ 寫	5min	學生能覺察自己眼睛的狀況	

(2) Presentation**近視的影響**

- 教師提醒學生近視了是不可回復的，所以近視後最重要的是阻止度數增加，遠離高度近視的危機。
 - 1 教師提問，有沒有人有近視度數增加的經驗。
 - 2 近視超過500 度就是高度近視，高度近視會引發眼睛併發症。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 □ 寫	10min	學生能覺察自己眼睛的狀況	

(3) Practice & Application

提醒學生高度近視易產生青光眼、視網膜病變、視網膜剝離、黃斑部出血及黃斑部退化、提早發生白內障，嚴重時可能導致失明。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	10min	學生能分享經驗	

(4) Review & Assessment**分享戴眼鏡對生活的影響**

- 請戴眼鏡的同學分享戴眼鏡帶來的不便感。
- 請沒戴眼鏡的同學分享聽後感。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	學生能分享經驗	

(5) Self-Evaluation

- 教師歸納：
 - 1 沒戴眼鏡看遠處，看不太清楚。
 - 2 在吃熱食時，眼睛鏡片遇到熱容易起霧。
 - 3 運動時流汗，眼鏡會滑落。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	<input type="radio"/> 中文 <input type="radio"/> 英文	<input type="radio"/> 聽 <input type="radio"/> 說 <input type="radio"/> 讀 <input type="radio"/> 寫	5min	學生能分享經驗	

(6) Extension

完成學習單

Complete the learning sheet

	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	<input type="radio"/> 中文 <input type="radio"/> 英文	<input type="radio"/> 聽 <input type="radio"/> 說 <input type="radio"/> 讀 <input type="radio"/> 寫	5min	學生能分享經驗	

參考資料
References

第 4 節
4 Period

學習目標
Learning
Objectives

1. 學科學習目標：
 - 覺察到錯誤用眼習慣對視力的影響。
 - 覺察近視對生活的影響。
2. 英語學習目標：

T: What can you do at home/school to protect your eyes from getting nearsighted?
S: I can _____.

教學流程
Teaching Procedures

(1) Warm-up

活動二 護眼小專家

檢討用眼習慣

教師詢問學生是否有以下狀況：

- 1 離電視螢幕太近。Watch TV too close to the television
- 2 趴著看書，眼睛離書本的距離太近。Put your head on the desk and read
- 3 長時間看電腦。Use the computer for a long time
- 4 在光線不足的地方看書。Read in the dark

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 □讀 □寫	5min	學生能知道眼睛的重要性	

(2) Presentation

- 教師統整，說明錯誤用眼習慣容易造成近視。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 ◎讀 □寫	10min	學生能覺察自己眼睛的狀況	

(3) Practice & Application

實踐護眼妙招

- 教師說明：為了避免近視及減少度數加深，
- 就要從日常生活中，實踐護眼的好行為。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 ◎讀 ◎寫	10min	學生能分享經驗	

(4) Review & Assessment

- 教師提問：
 - 1 在家裡可以做到哪些護眼行為？
 - 2 在學校可以做到哪些護眼行為？
 - 3 假日時都做些什麼活動呢？
 - 4 食用哪些食物對眼睛有保護功效呢？

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 ◎讀 ◎寫	5min	討論：學生能共同討論出生活中的用眼習慣。	

(5) Self-Evaluation

- 教師提問：平時有做到護眼的行為嗎？

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	自評：能做到愛護眼睛的行為。	

(6) Extension

教師統整：平時要多吃對身體健康有益的食物。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	自評：能做到愛護眼睛的行為。	

參考資料
References

第 5 節
5 Period

學習目標
Learning Objectives

- 學科學習目標：
 - ◎ 認識促進保護眼睛的方法。
 - ◎ 展現保護視力的方法。
- 英語學習目標：

學生能說出 I use my eyes to _____.

Can you see it/them clearly? Why or why not?

教學流程
Teaching Procedures

(1) Warm-up**實踐護眼妙招**

- 教師提問，請小組討論：
 - 1 讀書、寫字時要注意什麼？
 - 2 在搖晃車上閱讀適合嗎？
 - 3 每天都會到戶外運動嗎？
 - 4 使用3C 產品時要注意什麼？

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
		◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 □讀 □寫	5min	討論：學生能共同討論出生活中的用眼習慣。

(2) Presentation

教師提醒：

- 1 要做好良好的用眼習慣。
- 2 要擬定自我保護眼睛的方法。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
		◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 ◎讀 □寫	10min	討論：學生能共同討論出生活中的用眼習慣。

(3) Practice & Application

- 教師提問，小組討論：
 - 1 在大太陽底下活動要注意什麼？
 - 2 用眼時燈光亮度要注意什麼？
 - 3 在學校時，下課10分鐘大家都在做什麼呢？
 - 4 還有哪些生活習慣有助保護視力呢？

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
		◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 ◎讀 ◎寫	10min	討論：學生能共同討論出生活中的用眼習慣。

(4) Review & Assessment

教師總結：

- 1 在環境光線、使用時間要注意，用眼30分鐘要休息10分鐘。
- 2 視力會受到營養、用眼習慣、環境影響。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
		◎中文 ◎英文	◎聽 ◎說 ◎讀 ◎寫	5min	自評：能做到愛護眼睛的行為。

(5) Self-Evaluation

檢視生活中的愛眼行為

- 請學生針對小試身手的六個項目檢視自己的視力
- 保健狀況。
 - 1 每日戶外活動2~3 小時以上。
 - 2 看電視、3C 產品每日不超過1 小時。
 - 3 用眼30 分鐘休息10 分鐘。
 - 4 讀書保持光線充足，坐姿正確，看書保持眼睛距離桌面30 公分以上。
 - 5 均衡飲食，天天五蔬果。
- 6 每半年定期檢查視力。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	自評：能做到愛護眼睛的行為。	

(6) Extension

擬定愛眼宣言

- 請學生根據小試身手檢視後的狀況，選擇一項自己最想改善的用眼習慣，並分析問題的成因。
- 擬定方法改善這項習慣。
- 訂定目標。
- 教師適時看看學生填寫的狀況，給予指導。
- 請同學簽名見證，給予彼此鼓勵與督促。
- 請學生分享自己最想改進的用眼習慣及原因。

請學生檢視紀錄表，分享達成的情況，說說看僅能達成部分或未能達成的原因為何。

備註	語言學習 Language Learning		時間 Time	形成性評量 Formative Assessment	差異化教學 Differentiation (無則免填)
	◎ 中文 ◎ 英文	◎ 聽 ◎ 說 ◎ 讀 ◎ 寫	5min	自評：能做到愛護眼睛的行為。	

參考資料
References