

慈濟學校財團法人慈濟大學附屬高級中學附設國小部  
110 學年度第一學期沉浸式英語教學特色學校四年級健康領域教學設計

一、實施方法

(一)課程設計

- 1、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。
- 2、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。
- 3、本課程內容共分四個單元，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。
- 4、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)以健康成長與快樂學習為教學思考主軸，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「飲食面面觀」希望了解各種營養素的來源及功能，也要學習合適的飲食正確控制體重。第二單元「寶貝牙齒」希望每個人維護基本健康最重要的能力，選擇適合的飲食及注重牙齒要能落實在日常生活中。第三單元「我真的不錯」希望能讓學童學習了解自我、接納自我到發展健全的自我，培養健康的人生觀。

(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。

## 二、英語融入健康領域課程理念與架構

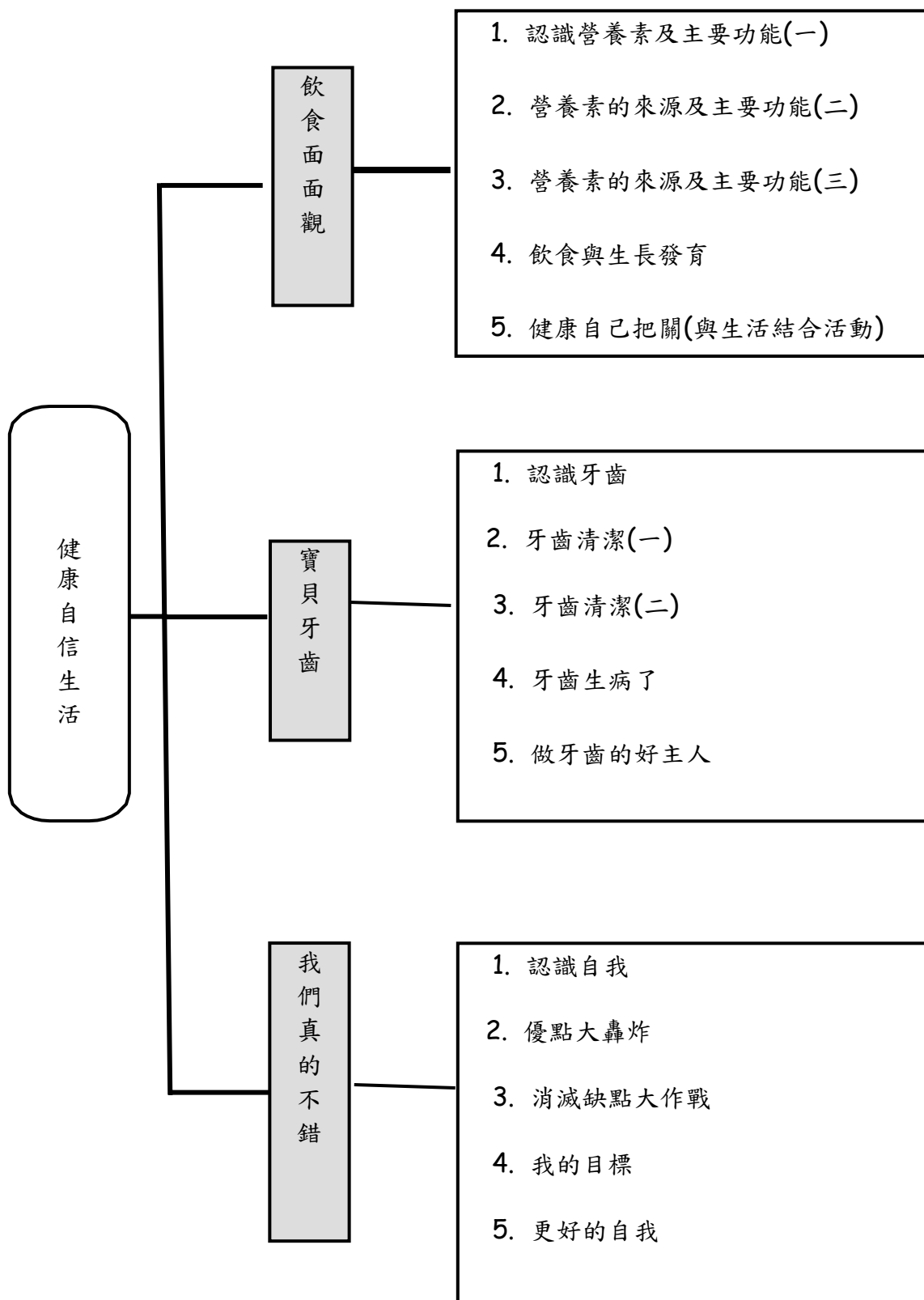
本校將國際教育與人文教育訂為重點發展課程內涵，實踐學生具備宏觀的思維與健康的生活，達成學校願景；學校多年前即開始推動國際校際交流活動，透過參訪老師分享寶貴國外學校軟體與硬體經驗，校內透過舉辦英語文競賽、英語成果展等，校外積極參與各項英語競賽，並積極設置校內英語教學環境等，為本校雙語教學環境奠定了穩定的基礎。

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，以四年級 3 個班級為實施對象，由校內教師與英語科任教師協同教學。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：

單元	名稱	教學週次
一	飲食面面觀 Food & Nutrition	第 1~5 週(5 週)
二	寶貝牙齒 My Teeth	第 6~10 週(5 週)
性平教育/性侵害防治宣導週		第 11-12 週
三	我們真的不錯 We Are All Special	第 13~17 週(5 週)
總複習/期末考		第 18~19 週
期末整理		第 20 週

三、方案課程架構—健康與英語課程架構圖



四、四年級英語融入健康領域教學之教案設計理念

上學期：健康自信生活

週次	主題	健康領綱	健康課程理念與設計
1~5 (5 週)	一、 飲食 面面觀	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。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。	「飲食面面觀」主題著重理解食物對人的意義與重要性，現代人們的生活多元化，飲食的選擇也十分多元，美食當前如何兼顧健康是重要的議題，因此要擁有健康的人生，除了要了解各種營養素的來源及功能，也要學習合適的飲食正確控制體重，在此統整活動中，即是希望透過活動幫助學童培養正確的飲食觀念，並且幫助學童養成規律運動的習慣。
6~10 (5 週)	二、 寶貝 牙齒	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。 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。	健康是多層面的，唯有身體器官功能健全，才能擁有健康的身體。個人可以採取有效自我照顧的方法來增進健康，「寶貝牙齒」就是每個人維護基本健康最重要的能力，此統整活動希望引導學童選擇適合的飲食及注重牙齒保健外，更要能落實在日常生活中。
11~12	性平教育/性侵害防治宣導週		
13~17 (5 週)	三、 我們真的 不錯	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。 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。	身心健康是從個人內在的認同與悅納、情緒調適與壓力處理，到人際間的溝通與適應，以增進身心靈的安適與和諧。「我真的不錯」主題希望能讓學童學習了解自我、接納自我到發展健全的自我，培養健康的人生觀。
18~19	總複習/期末考		
20	期末整理週		

主題名稱	健康好生活	教學設計者	林慧琦、孔祥英、洪麗文、楊煒莉
教學對象	四年級	教學節次	3 個單元/ 15 節課
能力指標 (素養與學習表現)	<p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p>1a-II-2 了解促進健康生活的辦法。</p> <p>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。</p> <p>3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。</p> <p>3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>		
學習目標	<p>認知:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能認識各種營養素的名稱、來源及主要功能。</li> <li>2. 能分辨不同飲食習慣對生長發育的差異性。</li> <li>3. 認識BMI [ BMI = 體重 (kg) ÷ 身高<sup>2</sup> (m<sup>2</sup>) ]。</li> <li>4. 能認識牙齒的名稱和功能。</li> <li>5. 能知道牙齒保健的知識。</li> <li>6. 能了解正確飲食的益處。</li> <li>7. 能了解自己的優缺點。</li> </ol> <p>情意:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能提醒自己攝取優質食物，讓身體健康的成長。</li> <li>2. 日常生活中，提醒自己正確保健牙齒，不讓器官生病。技能:</li> <li>3. 用正確的方法保健牙齒。</li> <li>4. 藉由實踐活動，體驗消滅缺點的方法。</li> </ol>		
設計理念	<p>現代人們的生活樣態多元，往往因為貪圖方便或不忌口造成身體健康的危害，因此在「飲食面面觀」的單元中，希望建立學童正確的飲食觀，知道哪些食物對生長發育才是最佳的選擇，而要擁有健康的身體，更重要的是做到牙齒保健，「寶貝牙齒」不僅要讓學童認識牙齒的功能，還要培養學童基本的牙齒保健能力，另外，每個人天生就是獨立的個體，「我真的不錯」希望讓學童懂得認識自我，進而肯定自我，並且學習發展更好的自己，才能擁有健康的好生活。</p>		

教學方法	觀察法、示範教學法、討論法、問題教學法、合作學習教學法
教學策略	分組合作、口頭發表、小組討論、角色扮演
學習模組	自學、共學、共好
教室用語	<p><b>Classroom Language :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pay attention, please.</li> <li>▪ Open your books to page ____.</li> <li>▪ Come and write on the board.</li> <li>▪ Whose turn to read?</li> <li>▪ What question are you working on ?</li> <li>▪ Who hasn't answered?</li> <li>▪ What was the _____ like?</li> <li>▪ What do you think?</li> <li>▪ How can you tell?</li> <li>▪ Let me explain what I want you to do next.</li> <li>▪ Would you give us an example?</li> <li>▪ Could you explain a little bit more about it?</li> <li>▪ Would you please pronounce the word ____?</li> <li>▪ What do you mean?</li> <li>▪ Are you with me?</li> <li>▪ Do you get it?</li> <li>▪ Let's check the answers.</li> <li>▪ One more time, please.</li> <li>▪ We have an extra five minutes.</li> <li>▪ Two more minutes to go!</li> <li>▪ I'm afraid it's time to finish now.</li> <li>▪ We'll have to stop here.</li> <li>▪ We'll do the rest of this chapter next time.</li> </ul>

慈大附中國小部 110 學年度第一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 飲食面面觀 Food & Nutrition		教材 來源	南一版四年級上學期
實施 年級	四年級		節數	共 5 節，200 分鐘
設計 理念	四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	<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-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p>		英語 核心 素養	<p>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。</p>
健康 學習 重點	學習 表現	<p>1a-II-2 了解促進健康生活的辦法。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>	英語 學習 重點	<p>學習 表現</p> <p>1-II-2 能聽辨英語的子音、母音及其基本的組合。</p> <p>1-II-3 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>2-II-2 能辨識課堂中所學的字詞。</p>
	學習 內容	<p>Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。</p> <p>Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。</p> <p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法</p>		<p>學習 內容</p> <p>Ab-II-2 單音節、多音節，及重音音節</p> <p>Ac-II-2 簡易的生活用語。</p> <p>B-II-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p>
學習 目標	<p>健康</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.能認識各種營養素的名稱、來源及主要功能。</li> <li>2.能分辨不同飲食習慣對生長發育的差異性。</li> <li>3.能了解正確飲食的益處。</li> <li>4.能提醒自己攝取優質食物，讓身體健康的成長。</li> </ol> <p>英語</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5.能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子</li> <li>6.積極參與各種課堂練習活動。</li> <li>7.能妥善運用情境中的非語言訊息以幫助學習。</li> </ol>			

慈大附中國小部 110 學年度第一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		第二單元 寶貝牙齒 My Teeth	教材來源		南一版四年級上學期
實施 年級		四年級	節數		共 5 節， 200 分鐘
設計 理念		四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-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。	英語 核心 素養		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	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。	英語 學習 重點	學習 表現	II-2 能聽辨英語的子音、母音及其基本的 組合。 II-3 能說出課堂中所學的字詞。 2-II-2 能辨識課堂中所學的字詞。
	學習 內容	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方 法。 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	Ab-II-2 單音節、多音節，及重音音節 Ac-II-2 簡易的生活用語。 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"> <li>1. 能認識牙齒的名稱及主要功能。</li> <li>2. 能了解口腔保健的重要。</li> <li>3. 能養成口腔清潔的習慣。</li> </ol> <p>英語</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子</li> <li>5. 積極參與各種課堂練習活動。</li> <li>6. 能妥善運用情境中的非語言訊息以幫助學習。</li> </ol>			



主題/ 單元名稱	第三單元 我們真的不錯 <b>We Are All Special!</b>		教材來源	南一版四年級上學期	
實施 年級	四年級		節 數	共 5 節，200 分鐘	
設計 理念	四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-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。		英語 核心 素養	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 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	英語 學習 重點	學習 表現	II-2 能聽辨英語的子音、母音及其基本的組合。 1-II-3 能說出課堂中所學的字詞。 2-II-2 能辨識課堂中所學的字詞。
	學習 內容	Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。		學習 內容	Ab-II-2 單音節、多音節，及重音音節 Ac-II-2 簡易的生活用語。 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"> <li>讓學童探索自己，了解自己與他人，進而肯定自己與他人</li> </ol> <p>英語</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子</li> <li>積極參與各種課堂練習活動。</li> <li>能妥善運用情境中的非語言訊息以幫助學習。</li> </ol>				

**Classroom Language :**

- Pay attention, please.
- Open your books to page \_\_\_\_.
- Come and write on the board.
- Whose turn to read?
- What question are you working on ?
- Who hasn't answered?
- 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 it?
- Would you please 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.
- Two more 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.

<b>U1 飲食面面觀</b>	
1-1 word bank : sentence patterns :	fats 脂肪 /protein 蛋白質/ water 水 / nutrient 營養素 Q : What nutrients can we get from eggs? A : We can get protein and fat from eggs?
1-2 word bank : sentence patterns :	carbohydrate 醣類/ minerals 礦物質 / nutrient 營養素 Q : Tell me one of six nutrients? A : Water.
1-3 word bank : sentence patterns :	diet 飲食 / balanced 均衡 /healthy 健康 Stick to a healthy diet. Maintain a balanced diet.
1-4 word bank : sentence patterns :	baby 嬰兒/ teenager 青少年/ adult 成人 /the elderly 年長者 Q: What nutrients help teenagers grow? A : They need proteins and carbohydrates.
1-5 word bank : sentence patterns :	overweight 體重過重 / underweight 體重過輕 /less 少 Q: How to maintain a healthy diet? A : We can eat less sugar.
<b>U2 寶貝牙齒</b>	
2-1 word bank : sentence patterns :	tooth/teeth 牙齒/ toothache 牙痛/ baby tooth 乳齒 adult tooth 恆齒 Q: How many teeth do you have? A: I have_____.
2-2 word bank : sentence patterns :	brush 刷 /cavities 齲齒/ bacterial 細菌 Q: How do you brush your teeth? A: This is the way I brush my teeth.
2-3 word bank : sentence patterns :	up and down 上上下下 / round and round 旋轉 from left to right 從左到右 / from side to side 從這邊到另一邊 Q: How do you brush your teeth? A: I brush my teeth up and down.
2-4 word bank : sentence patterns :	dental floss 牙線/ mouth wash 漱口水 / dental check up 牙齒檢查 Flossing teeth after eating. Rinse your mouth.
2-5 word bank : sentence patterns :	dental floss 牙線/ mouth wash 漱口水 / dental check up 牙齒檢查 Flossing teeth after eating. Rinse your mouth.
<b>U3 我真的不錯</b>	

<p>3-1</p> <p>word bank :</p> <p>sentence</p> <p>patterns :</p>	<p>special 特別 / unique 獨特</p> <p>T: Who is the most special/unique person in your life?</p> <p>S: I think _____ is special/unique because he/she is _____.</p> <p>I agree./ I disagree. Because _____.</p> <p>I think I am special/unique because I _____.</p>
<p>3-2</p> <p>word bank :</p> <p>sentence</p> <p>patterns :</p>	<p>pieces 片/張 / toilet paper 廁紙/ strong points 優點</p> <p>weak points 缺點    positive 正向</p> <p>T: How many pieces of toilet paper do you have?</p> <p>S: I have _____ pieces of toilet paper.</p> <p>T: What are you good at?</p> <p>S: I am good at _____.</p>
<p>3-3</p> <p>word bank :</p> <p>sentence</p> <p>patterns :</p>	<p>problem 問題 / solve 解決/ thought 想法 / negative 負面</p> <p>goal 目標 / personal 私人的</p> <p>T: How did she handle the problem and why?</p> <p>S: She _____ because she thought _____.</p> <p>S: My goals are _____, _____, and _____.</p>
<p>3-4</p> <p>word bank :</p> <p>sentence</p> <p>patterns :</p>	<p>reach 達到/ suggestion 建議</p> <p>T: Tell us your goals.</p> <p>S: My goals are _____, _____, and _____.</p> <p>T: Did you reach your goals?</p> <p>S: I reached my goals by doing _____.</p>
<p>3-5</p> <p>word bank :</p> <p>sentence</p> <p>patterns :</p>	<p>check 檢查/ suggestion 建議</p> <p>T: Does anyone notice any changes since we set our class goals?</p> <p>S: We haven't _____</p> <p>T: We haven't reached some of the goals. What can we do?</p> <p>S: We can _____.</p>