

苗栗縣新港國民中小學 七年級 健康與體育領域 雙語教學教案設計

主題/單元名稱		3-2 安全運動沒煩惱 How to protect yourself when you exercise	設計者	國中部劉昕靈老師 Junior High Department Tom Liu
實施年級		七上 Seven grade	節數	2 節課 (45分鐘/節) 2 classes, 90 mins
總綱核心素養		<p>A. 自主行動。A2. Think clearly and make decision.</p> <p>B. 溝通互動。B1. Learn how to express oneself and communication.</p> <p>C. 社會參與。C1. Join the group, obey the rules.</p> <p>D. To qualified the goal of achieving fully bilingual education surrounding.</p>		
領域學習重點	核心素養	<p>健體-J-A2： 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1： 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C1： 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</p>	學習主題	<p>1. 永續發展。</p> <p>2. 災害防救。</p>
	學習表現	<p>1c-IV-2： 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>2c-IV-2：表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>4c-IV-1：分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>To learn how to use simple English in communication while exercise.</p>	實質內涵	<p>環 J4： 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。</p> <p>環 J12： 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。</p>

	學習內容	<p>B 安全生活與運動防護 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>C 群體健康與運動參與 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p>		
學習目標	<p>一、能了解運動設施的分類。</p> <p>二、能了解運動場地的特色與使用注意事項，並能遵守各項場地的使用規範。</p> <p>三、能透過觀察記錄的方式，了解環境可能潛藏的危險，並能提出改善策略。</p>			
教學資源	校園運動地圖、校園潛在的危險資料。			
學習活動設計				
學習活動內容及實施方式			時間	備註
<p>●安全意識再升級</p> <p>一、課前準備</p> <p>(一)教師：準備校園地圖，熟悉活動設計操作，並蒐集整理欲補充說明之內容。</p> <p>(二)學生：紙筆、運動服裝、運動鞋。</p> <p>二、引起動機</p> <p>詢問學生，是否曾在校園內運動？校園裡有哪些運動設施？</p> <p>三、主要活動</p> <p>(一)由教師帶領學生進行校園巡禮活動，參觀各運動場地時，適時說明運動設施的特性及使用規範。</p> <p>(二)學生進行分組討論，就校園巡禮活動中老師講解的部分，進行歸納整理，並發表各組對於運動設施的特性及使用規範的看法。</p> <p>四、綜合活動</p> <p>教師強調，除了各項場地設備外，自身的裝備也是運動安全中很重要的一環。將學生分為若干組，請其檢視並統計組內同學上體育課時所穿著的運動服裝、運動鞋之材質及種類。可藉此統計全班運動鞋種類，並說明各類運動鞋的特性，以及如何正確選擇運動鞋(詳見課本第 95 頁)。</p> <p style="text-align: center;">(第一節結束)</p>			45 分鐘	

<p>●安全意識再升級</p> <p>一、課前準備 教師準備校園地圖，熟悉活動設計操作，並蒐集整理欲補充說明之內容。</p> <p>二、引起動機 教師說明課本 p.96 運動設施安全檢核表的使用方法，並與學生討論第 14 個項目可以填上什麼內容。</p> <p>三、主要活動 讓學生進行分組，並規畫各組檢核的對象，說明注意事項，讓學生開始進行探查。</p> <p>四、綜合活動 請各組學生分享探查的結果與心得。</p> <p>五、建議事項 若仍有時間，教師可介紹常見的運動傷害種類及發生運動傷害時的緊急處理原則。因七年級階段尚未具備 CPR 技術與能力，所以重點放在發現需要緊急救護時，如何請求協助，進行通報。緊急通報時可撥打 110(警察局)、112(手機無信號時)、118(海岸巡防署緊急服務專線)、119(消防局)等。請求支援報案時須向勤務中心人員告知人、事、時、地、物，在勤務中心人員沒有其他問題時再掛電話，報案資料說明清楚，才能協助救援人員在最短的時間內攜帶正確的救援物品前往救援。</p> <p>(一)人：詳細描述需要救援的人員狀況，例如：有幾個人，男生或女生，大約年齡等。</p> <p>(二)事：詳細說明發生什麼事，是溺水、車禍、火災、山區迷路或是何種傷害等。</p> <p>(三)時：說明事件發生的時間，以免勤務中心重複派遣救護車或人員。</p> <p>(四)地：具體說明發生地點，如地址、附近的大招牌(速食店、大賣場、銀行等)或附近電線桿上的定位編號。</p> <p>(五)物：詳細說明事故發生地點需要哪些物品支援。</p> <p style="text-align: center;">(第二節結束)</p>	45 分鐘	
---	-------	--