

健康領域沉浸式英語教學教案設計-三年級(主題一)

主題名稱	健康滿點 活動一 腸胃舒服沒煩惱 活動二 健康好厝邊	教學設計者	林伊珊、顏鈺庭、王慧雯	
教學對象	三年級	教材來源	翰林三上健康課本	
領綱核心素養	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。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。		
	學習內容	Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Fb-II-3 正確就醫習慣。 Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。		
英語學習 Content vocabulary/sentences patterns	英語單字： right / left / upper right / upper left bottom right / 教室用語： 1. stand up, please / sit down, please 2. It's time for class 3. Pay attention, please. /Eyes on me. 4. Louder, please 5. Listen carefully. 6. Good job. Well done. Thanks for sharing. Great! 7. Any questions? Are you done? 8. Please raise your hand. 9. Are you sure? 10. Repeat after me /One more time. 11. Do you get it? 12. Anyone wants to try?			
教學活動	第一單元(2-3週) 腸胃舒服沒煩惱	教具	評量	
活動一:分享討論肚子痛的經驗 ● 教師提問：有沒有過肚子痛的經驗？每一次肚子痛的感覺都一樣嗎？ T: Raise your hands if you had stomachache? ● 學生分享肚子痛的經驗和原因。 ● 老師提問：肚子痛會造成生命危險嗎？ ● 教師歸納：肚子痛的情況很常見，原因也很多。大部分的肚子痛不會造成生命危險，有些情況只要服藥就可以緩解，少數情況是由慢性病引發或急性發炎，那就必須就醫仔細檢查與治療了。		ppt 小白板 學生討論分享	口語評量	

活動二:判斷肚子疼痛部位

- 請學生說出肚子痛的感覺

老師展示消化道的主要器官圖

- 教師說明消化道的主要器官和功能，並請學生依照課本圖面觸摸自己腹部的對應位置。(Upper right/ Upper left/ bottom right/ bottom left)

- 教師說明：腹腔中有許多器官，肚子痛時感覺疼痛的位置並從腹腔外觸摸定位，可以幫助醫師判斷肚子痛的原因，做出更精確的判斷。

※請小朋友跟著練習念對應位置的英語

(Upper right/ Upper left/ bottom right/ bottom left)

活動三:判斷就醫時機

- 教師提問：如何用英語表達肚子痛？

Teacher: I have Stomachache.

Repeat after me: I have Stomachache.

每次肚子痛都有去看醫生嗎？除了肚子痛以外，還可能伴隨哪些症狀？學生自由分享討論。

- 老師提問：肚子痛去看醫生，掛號要掛哪一科？

小朋友討論發表後，老師總結：腸胃科或家庭醫師都可以

- 教師總結：肚子痛可能有生理及心理的因素，心理因素可能是緊張焦慮；生理因素可能是感染、消化道阻塞、慢性病或消化功能不良等，有些肚子痛的情況在排便或放鬆後可以緩解，若持續疼痛超過2小時以上且疼痛感加劇，就要立刻就醫。

活動四:了解飲食習慣與消化道健康

- 教師提問：大家每天都會排便嗎？正常的糞便應該是什麼樣子？學生自由發表分享。

- 教師提問：什麼是便秘？什麼原因會造成便秘？學生自由發表分享。

- 教師說明：良好的飲食習慣可以幫助正常排便，促進消化道健康，反之則容易使身體累積毒素引發疾病。

- 教師總結：人體的消化道就像廚房水槽的水管一樣，每天有各種食糜（食物消化後的粥狀物）經過，食糜中對人體有用的會被腸壁

- 吸收，有害的部分則會被腸壁上的免疫系統消滅，而消化道內部長存許多種類的細菌，有些可以幫助食物分解吸收，稱為**益菌**，有

- 些則會產生有毒的代謝物，稱為**壞菌**。良好的飲食習慣能改善腸道環境，有利益菌生長，提升身體的免疫力。

活動五:良好的生活習慣

- 老師請小朋友分組討論：什麼樣的生活習慣有益消化道健康

- 各組上台發表

- 教師說明飲食習慣和消化道健康的關係，強調每日飲食對人體免疫力的影響，鼓勵學生養成良好的飲食習慣。



口語評量

小組討論
口語評量

學生討論分享

口語評量

便秘自我檢測圖

腸菌病毒之圖片

小白板

- 老師總結，並介紹相關英語單字語詞
吃新鮮食物 / 營養均衡 / 多喝水 / 睡眠充足 / 規律運動
Fresh food / Eat well / Drink well / Sleep well / Exercise
- 請小朋友跟著練習念

提升消化道健康的好習慣

小組討論出來後老師總結：消化道的健康除了與消化道內的細菌生態有關，也與消化道的蠕動（消化道的自主運動）相關。

消化道的蠕動是自主的，不受大腦的控制，但情緒、睡眠及運動習慣會影響到消化道的正常蠕動，例如：緊張焦慮時會使消化道的蠕動變慢，使消化道肌肉收縮，降低排除糞便的能力；而運動則會加速消化道蠕動，加強排除廢物的能力。

因此，保持愉快的心情、規律的運動、良好的睡眠，這些好習慣可以強化消化道正常蠕動的功能，幫助人體排除廢物，提升免疫力。

*最後利用檢核表總結肚子痛的成因與後果以及有哪些生活習慣可以有益腸道健康作為第一單元的總結評量。

ppt

口語評量

單元檢核表

口語評量
總結評量

第二單元（4-6 週）健康好厝邊

活動一：「用藥五問」

- 教師展示藥品標示圖，提問這會在哪裡看到？看到了什麼內容？請小朋友發表
- 學生自由發表到藥局買藥及服藥的經驗。教師提問：同學買藥服藥之前是否有查看過藥品的外包裝？是否清楚所服的藥物對於身體的作用是什麼？購買藥品時應注意哪些事情？



ppt

口語評量

練習「用藥五問」原則

- 教師請學生自備一項家庭常備藥物，詳細閱讀包裝盒上的內容並加以背誦，學生兩人一組交換扮演消費者及藥師，練習「用藥五問」的原則。
- 教師請學生自由發表演示練習的感想與心得。
- 教師統整：選購藥物是一種醫療消費的習慣，在消費前若能詳細詢問藥師，充分理解藥品的相關資訊，就更能有效掌握藥物的療效。

角色扮演

學生討論分享

活動二：討論安全用藥原則

- 教師提問：服用藥物時要注意那些事情？學生自由發表分享。
- 老師揭示：用藥三不要/用藥五不 / 原則
- 教師說明：藥品對人體產生的作用比食品快速而強烈，相對危險性較高，因此要依照藥袋內的指示服藥，才不會因為錯誤用藥產生嚴重的副作用。
- 教師提問：是否有發生過藥物過敏的現象？藥物過敏對身體會產生什麼影響？學生自由發表。
- 教師說明：用藥的目的是為了治療疾病，改善健康，但同樣的

ppt

