

# 基隆市暖江國小沉浸式英語教學教案設計（健康與體育領域）

## 健康一上 課程單元主題與週次

主題單元	名稱	教學週次
單元一	小一新鮮人	第 1-6 週
單元二	健康小達人	第 7-11 週
單元三	我長大了	第 12-16 週
單元四	活力加油站	第 17-20 週

# 基隆市暖江國小 109 學年度一年級第一學期 健體領域

## 健康課程 沉浸式英語教學 課程架構

週次	單元主題	核心素養	健康課程理念與設計	英語相關知識																								
1-6	主題一 小一新鮮人	<p>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-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>	透過不同的上學方式情境，能學習交通安全知識，自我覺察日常生活中的安全與危險行為，並養成遵守交通規則的習慣；在校園安全方面，教師指導學生認識及熟悉環境，遵守校園規範及遊戲安全，並讓學生了解健康中心的位置及功能。	<p><b>Classroom language:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Here. / Not here.</li> <li>2. Stand up. / Sit down.</li> <li>3. Hands up. / Hands down.</li> <li>4. Take out your book / pencil...</li> <li>5. Put away your book / pencil...</li> <li>6. Open / Close your book.</li> <li>7. Look at me.</li> <li>8. Listen to me.</li> <li>9. Who's turn? My turn.</li> <li>10. Line up.</li> <li>11. Good afternoon.</li> <li>12. See you.</li> </ol> <p><b>Key vocabulary:</b></p> <table> <tr> <td>1. school</td> <td>2. walk/ on foot</td> </tr> <tr> <td>3. scooter</td> <td>4. car</td> </tr> <tr> <td>5. safe</td> <td>6. red</td> </tr> <tr> <td>7. yellow</td> <td>8. green</td> </tr> <tr> <td>9. stop</td> <td>10. traffic light</td> </tr> <tr> <td>11. crosswalk</td> <td>12. yiled</td> </tr> <tr> <td>13. wave</td> <td>14. turn</td> </tr> <tr> <td>15. go</td> <td>16. helmet</td> </tr> <tr> <td>17. bus</td> <td>18. seat belt</td> </tr> <tr> <td>19. playground</td> <td>20. slide</td> </tr> <tr> <td>21. run</td> <td>22. hallway</td> </tr> <tr> <td>23. school nurse</td> <td>24. health center</td> </tr> </table>	1. school	2. walk/ on foot	3. scooter	4. car	5. safe	6. red	7. yellow	8. green	9. stop	10. traffic light	11. crosswalk	12. yiled	13. wave	14. turn	15. go	16. helmet	17. bus	18. seat belt	19. playground	20. slide	21. run	22. hallway	23. school nurse	24. health center
1. school	2. walk/ on foot																											
3. scooter	4. car																											
5. safe	6. red																											
7. yellow	8. green																											
9. stop	10. traffic light																											
11. crosswalk	12. yiled																											
13. wave	14. turn																											
15. go	16. helmet																											
17. bus	18. seat belt																											
19. playground	20. slide																											
21. run	22. hallway																											
23. school nurse	24. health center																											

				<p><b>Sentence:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Q:How do you go to school? A: I walk to school. / By car. / By bus. / By scooter.</li> <li>2. Hurry up!</li> <li>3. Watch out.</li> <li>4. Q:What color is it? A: It's _____.</li> <li>5. Q: Is it safe? A: Yes. / No.</li> <li>6. May I come in?</li> <li>7. Q: What is it? A: It's _____.</li> <li>8. Q: Are you OK? A: Yes. / No.</li> </ol>
7-11	主題二 健康小達人	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。	透過此單元，讓學生了解身體的部位名稱以及養成良好的衛生習慣，並學會如何清潔臉部及身體；此外，小一新生剛入學，最需要幫助學生立刻要解決的生理問題就是上廁所，但是由於學校的蹲式和家庭馬桶式的廁所不相同，又是公廁，致使新生不太習慣而有憋尿和上廁所沒對準的現象，所以在此特別安排學生最感興趣的動畫等教學媒體，搭配觀察討論、實際操作及遊戲的方式，讓學生能在使用廁所過程中體會各行為的意義，建	<p><b>Classroom language:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sit well.</li> <li>2. Are you ready?</li> <li>3. One, two, three, go.</li> <li>4. Follow me, please.</li> <li>5. Be quiet, please.</li> <li>6. Listen to me.</li> <li>7. Look at the picture.</li> <li>8. Who's turn? / My turn.</li> <li>9. Try it again.</li> <li>10. Good job. / Nice job. / Well done.</li> <li>11. Please come here.</li> <li>12. May I go to the restroom?</li> <li>13. Good afternoon.</li> <li>14. Goodbye.</li> </ol>

立正確使用廁所及保護自己和尊重他人身體的行為。

**Key vocabulary:**

- |                  |                    |
|------------------|--------------------|
| 1. head          | 2. face            |
| 3. eyes          | 4. nose            |
| 5. mouth         | 6. ears            |
| 7. neck          | 8. shoulders       |
| 9. chest         | 10. hand           |
| 11. finger       | 12. tummy          |
| 13. hips         | 14. knees          |
| 15. foot / feet  | 16. toes           |
| 17. touch        | 18. wash           |
| 19. wet          | 20. soap           |
| 21. rub          | 22. rinse          |
| 23. clean        | 24. dry            |
| 25. men's room   | 26. ladies' room   |
| 27. restroom     | 28. urinal         |
| 29. squat toilet | 30. sitting toilet |
| 31. germs        |                    |

**Sentence:**

1. This is my (head).
2. These are my (eyes).
3. Touch my ( nose).
4. I need to wash my hands.
5. Clean my face .
6. What is it? It's \_\_\_\_\_.

<p>12-16</p>	<p>主題三 我長大了</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，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>	<p>讓學生藉由自己學習完成許多事，培養成就感並喜歡自己；另外學習如何交朋友，並由共同的嗜好找到學習的好伙伴。</p> <p>知道遇到不同的事情會產生各種情緒，並能分辨別人的心情，能用言語或表情表達自己的感受，並能選擇喜歡做的事來轉換心情。</p>	<p><b>Classroom English:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Look at the picture.</li> <li>2. Pick up your pencil.</li> <li>3. Pass the ( ball).</li> <li>4. Hands up. / Hands down.</li> <li>5. Make a circle.</li> <li>6. Great. / Good job.</li> <li>7. Line up, please.</li> <li>8. Good afternoon.</li> <li>9. Try it.</li> <li>10. Take out your (pencil).</li> <li>11. See you.</li> </ol> <p><b>Key vocabulary:</b></p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">1. feel</td> <td style="width: 50%;">2. happy</td> </tr> <tr> <td>3. angry</td> <td>4. scared</td> </tr> <tr> <td>5. sad</td> <td>6. sing</td> </tr> <tr> <td>7. dance</td> <td>8. draw</td> </tr> </table> <p><b>Sentence:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. I can _____.</li> <li>2. What happened?</li> <li>3. Q: How do you feel? A: I feel (happy).</li> <li>4. Q: Are you OK? A: Yes. / No.</li> <li>5. Q: What can you do? A: I can _____.</li> </ol>	1. feel	2. happy	3. angry	4. scared	5. sad	6. sing	7. dance	8. draw
1. feel	2. happy											
3. angry	4. scared											
5. sad	6. sing											
7. dance	8. draw											

17-20	<p>主題四 活力加油站</p>	<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>讓學生了解吃早餐的重要性並學會選對早餐食物，另外認識食物對身體的重要性，進而養成吃好食物的習慣。</p>	<p><b>Classroom English:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Take out your book.</li> <li>2. Look at the picture.</li> <li>3. Hands up. / Hands down.</li> <li>4. Speak loudly, please.</li> <li>5. Listen carefully.</li> <li>6. Be quiet, please.</li> <li>7. It's your turn.</li> <li>8. Try it.</li> <li>9. Excellent. / Ausome.</li> <li>10. Pick up ypur pencil.</li> <li>11. Check the pictures.</li> <li>12. Circle the pictures.</li> <li>13. Time's up.</li> <li>14. Good afternoon.</li> <li>15. See you.</li> <li>16. Are you ready?</li> </ol> <p><b>Key vocabulary:</b></p> <table border="0"> <tr> <td>1. breakfast</td> <td>2. porridge</td> </tr> <tr> <td>3. hamburger</td> <td>4. sandwich</td> </tr> <tr> <td>5. rice</td> <td>6. bread</td> </tr> <tr> <td>7. milk</td> <td>8. juice</td> </tr> <tr> <td>9. soybean milk</td> <td>10. yogurt</td> </tr> <tr> <td>11. water</td> <td>12. fried chicken</td> </tr> <tr> <td>13. drink</td> <td>14. egg</td> </tr> <tr> <td>15. eat</td> <td>16. thirsty</td> </tr> <tr> <td>17. hungry</td> <td>18.vegetables</td> </tr> <tr> <td>19. fruit</td> <td>20. healthy</td> </tr> <tr> <td>21. unhealthy</td> <td>22. tired</td> </tr> <tr> <td>23. energy</td> <td></td> </tr> </table>	1. breakfast	2. porridge	3. hamburger	4. sandwich	5. rice	6. bread	7. milk	8. juice	9. soybean milk	10. yogurt	11. water	12. fried chicken	13. drink	14. egg	15. eat	16. thirsty	17. hungry	18.vegetables	19. fruit	20. healthy	21. unhealthy	22. tired	23. energy	
1. breakfast	2. porridge																											
3. hamburger	4. sandwich																											
5. rice	6. bread																											
7. milk	8. juice																											
9. soybean milk	10. yogurt																											
11. water	12. fried chicken																											
13. drink	14. egg																											
15. eat	16. thirsty																											
17. hungry	18.vegetables																											
19. fruit	20. healthy																											
21. unhealthy	22. tired																											
23. energy																												

				<p><b>Sentence:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. It's healthy / unhealthy.</li><li>2. Q: What do you like? A: I like _____.</li><li>3. Q: What did you eat? A: I ate _____.</li><li>4. Q: Do you like _____? A: Yes, I do. / No, I don't.</li></ol>
--	--	--	--	---

## 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	第一單元 小一新鮮人	教材來源	南一版課本 1 上
年 級	一年級	教學節數	6 節（1 節 40 分鐘）
教學教師	王怡文		
本教育階段總綱核心素養	<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-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>		
學習表現	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣</p>		
學習內容	<p>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 於走路上學情境中，了解交通安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。</li> <li>2. 能體會走路安全的重要性，並願意遵守過馬路的注意事項。</li> <li>3. 於上學情境中，了解交通安全是健康生活的一環，並認識搭乘汽機車或公車的安全常識。</li> <li>4. 體會乘車安全的重要性，於生活中嘗試自我覺察乘車行為的安全性，並練習搭乘汽機車和公車的注意事項。</li> <li>5. 養成遵守乘車注意事項的好習慣。</li> <li>6. 列舉校園內適合遊戲的地方，並且認識遊戲的安全常識。</li> <li>7. 能體會遊戲安全的重要性，且願意遵守遊戲安全事項。</li> <li>8. 學生能認識健康中心的功能與設備。</li> <li>9. 學生能在師長的引導下，了解學校的健康服務。</li> <li>10. 學生能發覺在上下學途中可能產生的危險。</li> <li>11. 學生能認識在上下學途中須注意的安全事項。</li> </ol>		





<p>3.乘坐汽車時 (fasten your seat belt, check before opening the door)</p> <p>(1)正確：小朋友要坐在後座，並繫上安全帶，要注意頭手不可以伸出窗外；從右側車門下車，下車前先看後方沒有車才開門。</p> <p>(2)錯誤：沒有繫上汽車安全帶，當發生車禍時，可能因為強力撞擊造成身體嚴重傷害；下車時，不確認後方來車直接打開車門，可能會被後方的車子撞上。</p> <p>◇ 影片欣賞：<a href="https://www.youtube.com/watch?v=mcSCh1H5110">https://www.youtube.com/watch?v=mcSCh1H5110</a></p> <p><b>綜合活動</b></p> <p>◇ 進行「○×大考驗」遊戲 請全班學童起立，教師以圖片情境，認為正確者雙手高舉過頭合成○並說 Yes，認為錯誤者雙手於胸前打×並說 No。答錯者坐下並喪失繼續比賽的資格。</p> <p>◇ 歸納上學須注意的安全事項。</p>	<p>專心聆聽 口頭評量</p> <p>實作評量</p>	<p>自製簡報</p>
<p style="text-align: center;"><b>安全校園 (第 3.4 節)</b></p> <p><b>暖身活動：</b></p> <p>◇ 教師播放事先拍攝校園環境設施的影片快速瀏覽校園，引起學生學習興趣，並與生活經驗相結合。 (Where is it?)</p> <p>◇ 教師提問並請學童自由發表：剛才下課時，你去哪裡玩呢？玩些什麼呢？( Where did you play?)(What did you do?)</p> <p><b>發展活動：</b></p> <p>◇ 教師展示情境圖，以做決定的技巧（步驟概念）討論校園內適合遊戲的地方。</p> <p>1.下課時，同學們在校園內玩遊戲：</p> <p>(1)有人在空地跳格子。(Hopscotch)</p> <p>(2)有人在操場玩紅綠燈(Red Light)</p> <p>(3)有人在空地玩呼拉圈。(hola hola)</p> <p>(4)有人在操場上拍球。(ball game)</p> <p>(5)有人在走廊上聊天、散步。(chat and take a walk around school)</p> <p>2.你會決定選擇哪個地方？( court yard, playground, hallway…)</p>	<p>專心聆聽 口頭評量</p> <p>討論 專心聆聽 口頭評量</p>	<p>自製簡報</p> <p>自製簡報</p>

<p>3.想想看，你為什麼會選擇這個地方？</p> <p>4.你覺得這是好的決定嗎？</p> <p>◇ 教師帶學生依序介紹校園適合遊戲的地方：操場、空地，並說明適合的遊戲活動。</p> <p>◇ 過程中，教師可詢問校園中不適合遊戲的地方，指導學生要小心，如走廊、樓梯、廁所。</p> <p><b>綜合活動</b></p> <p>◇ 教師自製安全校園學習單，詢問學生哪些地方危險?哪些地方需要老師許可或是陪伴?那些地方安全?</p> <p>◇ 教師歸納：學校是學習的場所，有各種不同功能的場地，要視使用需求選擇適合的地方，確保個人與他人的安全。</p>	<p>實作評量 專心聆聽</p>	<p>學習單</p>
<p style="text-align: center;"><b>認識健康中心（第5節）</b></p> <p><b>暖身活動：</b></p> <p>◇ 播放影片：<a href="https://www.youtube.com/watch?v=sAHAzfMWMo0">https://www.youtube.com/watch?v=sAHAzfMWMo0</a></p> <p>T: What happened to the man? S: 他在樓梯上奔跑跌倒了。 T: Is it dangerous? S: Yes. T: Where can he go? S: 健康中心( health center) T: Who can help him? S: 護士阿姨。(school nurse) T: Good job.</p> <p><b>發展活動：</b></p> <p>◇ 教師展示出校園地圖，詢問學生學校的健康中心在哪裡，請指出來。</p> <p>◇ T: Please turn to P.42~43. What situation you will go to the health center? S: 跌倒流血、頭暈、肚子痛、發燒… T: Yes. When you are sick, remember to tell the teacher and go to the health center. The school nurse will help you.</p> <p>T: And what else? You can turn to P.44~45. S: 量身高體重、量視力、拿漱口水… T: Excellent.</p>	<p>專心觀看 口頭評量</p> <p>口頭評量</p>	<p>影片</p> <p>圖片 電子書</p>

<p>◇ 拜訪健康中心： 帶學生前往參觀健康中心之前，教師先教導禮儀： May I come in? Good afternoon, Miss Lin. Thank you, Miss Lin. Don' t touch anything. Say goodbye.</p> <p>◇ 教師自製學習單，讓學生判斷哪種物品會在健康中心出現?那些活動會在健康中心?</p> <p><b>綜合活動</b></p> <p>◇ Q&amp;A 搶答： 1. When you are sick, where can you go? 2. Where is the health center? 3. Who is our school nurse? 4. What can you do in the health center? 5. What' s your manner in the health center?</p>	<p>實地參觀</p> <p>實作評量</p> <p>口頭評量</p>	<p>學習單</p> <p>自製簡報</p>
<b>放學平安回家(第 6 節)</b>		
<p><b>暖身活動：</b> T: Where do you go after school? S: 回家、去安親班。 T: Who will pick you up after school? S: 爸爸、媽媽、奶奶、安親班老師、自己走路。 T: Nice job.</p> <p><b>發展活動：</b></p> <p>◇ 教師播放已錄製好的影片，告知學生家長接送區在哪裡，如何排路隊到安親班或回家。</p> <p>◇ T: Please turn to P.16~17. Pick up your pencil. Look at the pictures. If it is a safe behavior, mark a circle; if it is an unsafe behavior, mark a cross.</p> <p>◇ T: Please hands up, tell me what is safe? S: 站在家長接送區等家長、不邊走邊玩、不靠近施工的地方、遵照志工媽媽的指揮小心過馬路… T: Well done.</p>	<p>口頭評量</p> <p>專心觀看 專心聆聽 口頭評量 實作評量</p>	<p>影片 電子書 課本</p>

### 綜合活動

◇ 進行「○×大考驗」遊戲

請全班學童起立，教師以圖片情境，認為正確者雙手高舉過頭合成○並說 Yes，認為錯誤者雙手於胸前打×並說 No。答錯者坐下並喪失繼續比賽的資格。

◇ 歸納放學須注意的安全事項。

實作評量

自製簡報

## 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	第二單元 健康小達人	教材來源	南一版課本 1 上
年 級	一年級	教學節數	5 節（1 節 40 分鐘）
教學教師	王怡文		
本教育階段總綱核心素養	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。		
學習表現	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>		
學習內容	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p> <p>Db-I-1 日常生活中的性別角色。</p>		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能認識身體部位名稱，並知道清潔身體的方法。</li> <li>2. 能知道洗手五步驟。</li> <li>3. 能知道上廁所的注意事項。</li> <li>4. 發覺健康的生活態度與行為，並願意養成個人健康習慣。</li> <li>5. 能正確利用洗手五步驟清潔雙手。</li> <li>6. 能正確做到清潔身體的步驟，並養成良好的衛生習慣。</li> <li>7. 能正確使用廁所。</li> <li>8. 能勤洗手，保持雙手乾淨。</li> <li>9. 能每天清潔身體，換穿乾淨衣物。</li> <li>10. 能正確上廁所。</li> </ol>		
教學流程		評量方式	教學資源

## 我的身體 (第1~2節)

### 暖身活動:

◇ 觀賞並唱歌: Parts of the body song.

<https://www.youtube.com/watch?v=BwHMMZQGf0M>

1. 教師播放影片，學生隨著音樂，全身動起來。
2. 教師提問：我們的身體真奇妙，可以讓我們做許多事，說一說，你知道身體各部位的名稱嗎？

( We can do many things with our amazing body. Let's talk about our body parts.)

### 發展活動:

◇ 認識身體部位名稱:

1. 教師揭示「身體部位名稱」情境圖。(Teacher shows the picture of body parts.

2. 教師提問：你知道這些身體部位的名稱嗎？(Do you know the name of body parts?)

3. 教師一邊提示身體部位名稱並以中英文教導帶唸，一邊請學生碰觸自己身體的部位。

This is my head.

These are my eyes.

Touch your ears.

◇ 來玩「老師說」的遊戲：按照老師說的部位名稱，指出身體部位的位置，答錯的就出局，看看誰是認識身體部位小達人。(中英文)

Teacher says: Touch your nose.

◇ 繪本: From Head to Toe

I can clap my hands.

### 綜合活動

◇ 教師展現生活圖片(例如:坐在椅子上)，會使用到哪個身體部位功能？

◇ 教師歸納：身體的每個部位都很重要，我們一定要好好愛護他們。

口頭評量

影片

口頭評量

自製簡報

專心聆聽  
口頭評量

影片

口頭評量  
專心聆聽

自製簡報

身體清潔嚕啦啦 (一)(第3節)

暖身活動:

◇ Move your body

教師帶領學生站起來動動身體，複習上一節課的身體部位。

T: Touch your head. Ss: Touch my head.

T: Touch your shoulders. Ss: Touch my shoulders.

T: Touch your belly. Ss: Touch my belly.

T: Touch your hips. Ss: Touch my hips.

T: Touch your knees. Ss: Touch my knees.

T: Touch your feet. Ss: Touch my feet.

T: Clap your hands. Ss: Clap my hands.

T: Stomp your feet. Ss: Stomp my feet.

T: Say hi or hello to your friends. Ss: Hi.

◇ 介紹巧虎來上課:

1. 教師向學生介紹一位同學要來一起上課-巧虎，並用巧虎的口吻自我介紹。

2. 教師(巧虎的口吻)隨機找一位同學問What' s your name? 學生回答正確後跟學生說Let' s give me five.

3. T:Wait. You can' t high-five. 現在是防疫期間，要盡量少碰別人的手喔，只要互相地揮手說hello就好。另外，Did you wash your hands?

發展活動:

◇ 我會洗手

1. 教師請學生檢查自己的雙手乾淨嗎? 有時看起來好像很乾淨，其實可能充滿了細菌。

2. 教師拿出濕紙巾，請學生仔細擦拭自己的雙手後，觀察紙巾的狀況並分享。

3. 教師說明若在沒有水龍頭的地方，我們可以使用酒精乾洗手液或是酒精濕紙巾清潔雙手，但如果在有水龍頭的地方，我們還是最好採取用肥皂洗手。

4. 教師問學生: When do you wash your hands? Why?

請學生自由分享答案後，教師說明洗手時機和原因。

洗手時機:

(1) 吃飯前: 避免把細菌病毒吃下肚。

(2) 遊戲前後:

a. 遊戲前洗手，避免把病菌帶給其他人及玩具上。

b. 遊戲後洗手，碰觸到別人的身上或玩具上的病菌。

(3) 看病前後:

a. 無論是病患或陪同家屬，進入醫院前應洗手，避免將病菌帶入醫院，保護醫院內其他抵抗力弱的病患

b. 在醫院的就診環境中(桌椅、門把等)，容易直接或間接接觸到病菌，故看病後、離開醫院前也要洗

口頭評量

實作評量

巧虎手偶

口頭評量

實作評量

專心聆聽

濕紙巾  
自製簡報

口頭評量

專心聆聽



<p>手，洗掉手上看不見的病菌，保護自己，也避免把病菌帶回家中。</p> <p>(4) 如廁後：如廁過程中，雙手難免會接觸到尿液或糞便，甚至在翻馬桶蓋、開關門、沖水等動作時也可能沾染到病菌，因此上廁所後應洗手。</p> <p>(5) 擤鼻涕後：平時應避免用手碰觸口鼻，以避免吃進病菌，特別是出現呼吸道症狀時(如：流鼻涕)，鼻腔分泌物含有大量病菌，即使用手帕、衛生紙等擤鼻涕，雙手仍可能沾染分泌物或病菌，一定要洗手，避免病菌傳播。</p> <p>5. 教師播放洗手影片:洗手歌  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=sni0Viy-ud4">https://www.youtube.com/watch?v=sni0Viy-ud4</a>      洗手五步驟「溼、搓、沖、捧、擦」。(以中英文詳細說明各步驟代表意思)      溼(wet)：雙手沖溼，抹上肥皂或洗手乳。      搓(rub)：內 ( palm to palm)                外 ( back of the hands)                夾 ( between the fingers)                弓 ( back of the fingers)                大 ( thumbs)                立 ( fingernails)                腕 ( wrists)      沖(rinse)：打開水龍頭，一邊沖水一邊搓洗雙手，直到手上完全沒有泡沫。      捧(clean)：用手捧水將水龍頭上的泡沫沖乾淨，再關上水龍頭。      擦(dry)：用乾淨的毛巾或手帕將手擦乾，不要亂甩手，噴到別人是不禮貌的行為。</p> <p>6. 教師播放巧虎搓搓七字訣，再複習一次內容。  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iK7Qf1Ck2qg">https://www.youtube.com/watch?v=iK7Qf1Ck2qg</a></p> <p>7. 洗手大挑戰：教師將學生分成5人一組，共5組。一次一組到洗手台進行洗手實際操作，其餘的學生留在教室寫學習單，若學習單完成後則由協同教師播放洗手歌和搓搓七字訣複習洗手步驟。</p>	<p>口頭評量 實作評量 專心聆聽</p>	<p>自製簡報</p> <p>學習單</p>
--	-------------------------------	------------------------

**綜合活動：**

◇ 有獎徵答：

Q1: 洗手的時機有哪些？

Q2: 沒有水龍頭時，我們該如何清潔雙手？

Q3: 洗手五步驟

Q4: 搓搓七字訣

答對的同學可抽獎卡一張。

◇ 教師總結：

雙手每天會接觸到許多看不見得細菌，這些細菌會讓我們生病，尤其現在冬天到了，更多病毒都出現了，大家一定要確實做好洗手的動作。

口頭評量

專心聆聽

## 身體清潔嚕啦啦 (二)(第4節)

### 暖身活動:

- ◇ 播放一段洗澡水聲的音檔，請學生猜猜是音檔裡的人在做什麼？
- ◇ 播放影片：<https://www.youtube.com/watch?v=qu5TjcBuSUw>
- ◇ T: What is 巧虎 doing?  
Do you like to take a bath?

### 發展活動:

- ◇ 我會洗臉  
請每位學生準備一面小鏡子、毛巾，教師準備臉的部位名稱圖卡。
  - 1.照一照：請學生拿著鏡子看自己的臉，跟著老師說一說自己臉部各部位的名稱。(中英文詳細介紹)
  - 2.說一說：老師在黑板上畫臉譜，請學生上台說指出臉上哪些部位容易髒？洗臉時要特別洗乾淨。
  - 3.教師示範：教師以娃娃示範，將毛巾弄溼後擰乾，輕輕擦拭臉部，將額頭、眼角、耳朵和耳後、鼻孔、鼻翼、下巴依序擦乾淨。
  - 4.讓學生用小毛巾對著鏡子練習洗臉並口說 (Dry my face, wipe my forehead /around my eyes /my ears/my nose/my chin)

- ◇ 我會洗澡
  - 1.長大了，自己會洗澡。從頭到腳，每個身體部位都要洗乾淨。洗手是常常要洗，洗澡是每天至少洗一次。多數人是淋浴(take a shower)，如果是坐在浴缸(bathtub)洗時，要注意水溫及坐穩。
  - 2.教師提問：  
Q:身體的什麼地方/ 部位也要記得洗澡時要洗乾淨？  
(From head to toe)  
A: 1. neck 2. arm pit 3. back 4 behind your knee  
5 between your toes 6. the bottom of you feet  
小組討論並發表，可從生活中或課本上找到解答。
  2. 請學生上台示範自己如何洗澡，在師生一起共同討論是否正確。

### 綜合活動

- ◇ 教師發下自製學習單，請學生把洗臉和洗澡時要注意的地方圈起來。
- ◇ 教師歸納：
  - 1.每天要將身體清洗乾淨，換上乾淨的衣物。
  - 2.保持身體乾淨，養成良好的衛生習慣，當個健康小達人。

專心聆聽  
專心觀看  
口頭評量

影片

口頭評量  
實作評量

電子書  
鏡子  
毛巾  
玩偶

實作評量

學習單

## 我會上廁所(第5節)

### 暖身活動:

- ◇ T shows the picture:  
Look! What's wrong with the girl?  
What will she do next?

### 發展活動:

- ◇ 教師播放自製簡報
- T: Let's look at the restroom sign.  
Which way do boys / girls go?  
Today we're going to learn how to using this kind of the toilet.  
Remember, the direction of standing is forward.  
There are six steps of going to the restroom.
1. Knock the door.
  2. Lock the door.
  3. Wipe from front to back.
  4. Pull up your pants.
  5. Flush.
  6. Wash your hands.

- ◇ 小組比賽:  
接下來,讓我們進行小組比賽。看看哪一個小組最先完成上廁所的六個步驟。當最後一個學生完成之後,同組的學生一起說出“Finished!”(“完成”)。

### 綜合活動

- ◇ 教師發下自製學習單
1. 讓學生先自行判斷,圖中的學生是否使用了正確的上廁所步驟。
  2. 學生回顧正確的上廁所步驟,並將步驟依序標上號碼並塗色。
- ◇ 教師歸納:  
今天學習了上廁所的正確步驟,希望各位同學能回家和家人分享。並在日常生活中依照正確步驟,一起改善日常生活環境哦。

口頭評量

圖片

專心聆聽

自製簡報

專心觀看

口頭評量

實作評量

實作評量

學習單

專心聆聽

## 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	第三單元 我長大了	教材來源	南一版課本 1 上
年 級	一年級	教學節數	5 節（1 節 40 分鐘）
教學教師	王怡文		
本教育階段總綱核心素養	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，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
學習表現	<p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p>		
學習內容	<p>Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。</p> <p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p> <p>Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。</p>		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可以從觀察他人動作與表情猜測對方的情緒狀態，並察覺同一件事，每個人的感受可能不同。</li> <li>2. 從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。</li> <li>3. 能表達自己的感受，在情緒發洩後也能緩和感受或改善狀況。</li> <li>4. 觀察事件與他人動作及表情猜測對方的情緒狀態。</li> <li>5. 能用言語或表情表達自己的感受，讓其他人知道。</li> <li>6. 能和同儕一起玩、一起學習，喜歡共好的感受。</li> </ol>		

教學流程	評量方式	教學資源
<p style="text-align: center;"><u>我會自己做(第1~2節)</u></p> <p><u>暖身活動:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 教師呈現出三張不同時期的照片(baby/ toddler / kid)</li> <li>◇ 教師引導學生嘗試找出三張照片中女孩在三個階段裡的不同之處，例如體形的大小。</li> <li>◇ T: 1. The girl was a baby in this photo. Was the girl big or small? 2. How old was the girl in this photo? Can you guess? 3. The girl is a kid in this photo. Is the girl big or small? 4. How old is the girl in this photo? Can you guess? 5. Are you a baby, a toddler, or a kid now?</li> </ul> <p><u>發展活動:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 教師給學生們看三張小學生的圖片，分別是一個孩子在跳繩，一個孩子在跳舞， 和一個孩子在游泳。</li> <li>◇ 教師提問，讓學生分組討論。 <ul style="list-style-type: none"> <li>1. What can a kid do?</li> <li>2. Now, you are a kid, what can you do?</li> <li>3. Look at the pictures. What can they do?</li> <li>4. Can you jump/dance/swim?</li> </ul> </li> <li>◇ 教師準備一顆球，全班圍成一個圈圈，將球依序傳下去，拿到球的學童， <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 要說出自己獨立完成的事，直到每個人都說過了。 I can _____.</li> <li>2. 要說出自己現在想學會做什麼事。 I want to learn _____.</li> </ul> </li> <li>◇ 一起整理自己的置物櫃：教師教學生如何整理置物櫃，請學生一起動手做。</li> </ul> <p><u>綜合活動</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 教師歸納：</li> </ul> <p>學習自己完成一件事，也是成長中的重要階段。作為一年級的學生，現在你可以在學校和家裡 學著做一些簡單的事情了。</p>	<p>專心觀看 口頭回答</p> <p>專心觀看 專心聆聽 小組討論 口頭回答</p> <p>專心聆聽</p>	<p>圖片</p> <p>圖片 球</p>

### 我會交朋友(第3節)

#### 暖身活動:

- ◇ 教師請學童先試著說說自己喜歡的事，從分享活動中看看有沒有和其他同學的喜好相同。I like \_\_\_\_\_.

#### 發展活動:

- ◇ 喜好 Bingo

- 1.發給學生每人三張小卡，請學生寫下自己喜歡做的事後，交給教師。
- 2.發給學生每人一張九宮格學習單，再請學生在學習單上寫出九項自己平時喜歡做的事情。
- 3.教師隨機抽卡並念出內容(英文與肢體動作)，學生觀察內容是否與九宮格中的相同再畫記，先完成兩條線的學童喊「Bingo」。
- 4.活動結束後，請學生依據自己九宮格的喜好，找到同樣喜好的同學，請他在九宮格學習單上簽名。

- ◇ 老師分享繪本 "Should I share my Ice Cream?" 與學生討論故事中大家如何與朋友相處情形。

share, thank you, please

- ◇ 同學間相處注意事項：

- 分享：Share please!
- 有禮貌：Be polite.
- 對人友善：Be nice to your friend.
- 常說謝謝和請：Always say thank you and please.

#### 綜合活動

- ◇ 我是好朋友 跳跳樂

- 1.請學生站成一直線
- 2.老師出朋友間相處情形的情境題
- 3.請學生判斷對錯，對的跳右邊，錯的跳左邊。

口頭評量

實作評量

專心聆聽

專心聆聽

討論

專心聆聽

實作評量

小卡  
學習單

繪本

<u>我能分辨心情(第4節)</u>		
<p><b>暖身活動:</b></p> <p>◇ 教師展現三人的表情照片，並放出三段不同的音檔，讓學生猜猜看。(表情配對音檔)</p>	<p>專心聆聽 專心觀看 口頭回答</p>	<p>圖片 音檔</p>
<p><b>發展活動:</b></p> <p>◇ 教師分享故事 “My friend is sad”</p> <p>◇ T: 1. How does the elephant feel? 2. What happened to him? 3. If you were his frirnd, how to comfirt him?</p> <p>◇ 眉目傳情: 教師準備數張情形圖卡，請一位學生上來抽取卡片，再請學生利用表情和動作呈現此卡片內容。 Are you <u>sad</u>? Yes, I am. / No, I’ m not.</p> <p>◇ 教師給圖畫紙學習單，讓每位學生抽情緒字卡，請所有學生在紙上畫剛剛抽到的情緒臉譜臉譜。</p>	<p>專心聆聽 小組討論 口頭評量</p> <p>實作評量 口頭評量</p> <p>實作評量</p>	<p>繪本</p> <p>情緒圖卡</p> <p>學習單</p>
<p><b>綜合活動</b></p> <p>◇ 教師抽幾個學生，拿著自己畫的情緒臉譜上臺分享。(可分享自己想到了什麼事情，所以 I’ m <u>happy</u>.)</p>	<p>口頭評量</p>	



## 說出自己的感受(第5節)

### 暖身活動:

教師帶領學生活動身體，讓學生有精神的上課。

實作  
口語

### 發展活動:

#### ◇ Tic-Tac-Toe

- 將學生分成A、B兩組。
- 請A組某位學生在九宮格裡挑選一個號碼。  
T: Please choose a number.  
S: Number \_\_\_\_\_.  
若學生答對了，則畫上屬於他們的記號(O)。  
結束後則換B組選號並回答問題，答對後也畫上屬於他們的記號(X)。
- 最快連成一條線的組別為贏家。  
Q1: Look at the picture. How is the boy?  
Q2: 阿古力用了哪些方法要滅火?  
Q3: Look at the picture. How is the dog?  
Q4: 波泰最愛叮什麼人的血?  
Q5: 阿古力變成噴火龍後，他不能做那些事?  
Q6: Listen. How is she?  
Q7: 最後阿古力用了哪個方法把火滅掉?  
Q8: Listen. How is she?  
Q9: 阿古力被波泰叮了之後，發生什麼事?

口語  
專心聆聽

自製簡報  
音檔  
圖片

#### ◇ 教師請學生拿出課本並翻開到第 32 頁。

- Please take out your student books.  
Open your book and turn to page 32.
- T: Look at the picture 1.  
How is the girl? Why?  
當你是圖片中的小女孩，你會有什麼感受?  
請用「因為…，所以 I' m \_\_\_\_\_。」說出來。
- T: Look at the picture 2.  
How is the girl? Why?  
當你是圖片中的小女孩，你會有什麼感受?  
請用「因為…，所以 I' m \_\_\_\_\_。」說出來。
- T: Look at the picture 3.  
當你是圖片中的小女孩，你會有什麼感受?  
請用「因為…，所以 I' m \_\_\_\_\_。」說出來。
- T: Look at the picture 4.  
How is the girl? why?  
當你是圖片中的小女孩，你會有什麼感受?  
請用「因為…，所以 I' m \_\_\_\_\_。」說出來

口語  
專心聆聽

課本  
自製簡報

<p>✧ 找學生角色扮演第32頁圖片。</p> <p>✧ Please look at page 33. 當你不開心不快樂的時候，你會做什麼讓自己心情變好呢？</p> <p>a. Look at the picture 1. 這個小女孩用了什麼方法讓自己心情變好？</p> <p>b. Look at the picture 2. 這個小女孩用了什麼方法讓自己心情變好？</p> <p>c. Look at the picture 3. 這個小女孩用了什麼方法讓自己心情變好？</p> <p>✧ 還有沒有其他讓自己心情變好的方法？</p> <p>a. 做運動。</p> <p>b. 遠離現場</p> <p>c. 深呼吸。</p> <p>d. 看魔法冷靜瓶。</p> <p>e. 喝水。</p> <p>f. 唱歌。</p> <p>g. 聽音樂。</p>	<p>實作 口語</p> <p>口語 專心聆聽</p>	<p>課本 自製簡報</p> <p>課本 自製簡報 冷靜瓶</p>
<p><b>綜合活動：</b></p> <p>✧ Emotion dice</p> <p>1. 教師在骰子的六面分分貼上 happy、sad、angry、scared、!、?的圖片。</p> <p>2. 教師抽一位學生出來骰骰子，若骰到：</p> <p>狀況一：sad、angry、happy、scared</p> <p>T: How are you? S: I' m <u>sad</u>.</p> <p>T: Why are you <u>sad</u>?</p> <p>S: 以中文回答。</p> <p>狀況二：!</p> <p>T: Sonia is <u>angry</u> now. Please tell me how to calm down.</p> <p>S: 以中文回答。</p> <p>狀況三：?</p> <p>T: Please show me a <u>happy</u> face.</p> <p>✧ 教師總結：願意把自己的感受說出來是一件很好的事情，若遇到不開心不快樂的事情，要學習找出讓自己放鬆的方法，剛剛上課我們有講到的方法，你都可以試試看喔。</p>	<p>實作 口語</p> <p>專心聆聽</p>	<p>骰子</p>

## 109 學年度沉浸式英語教學教案設計-健康與體育領域（健康）

單元名稱	第四單元 活力加油站	教材來源	南一版課本 1 上
年 級	一年級	教學節數	4節（1節40分鐘）
教學教師	王怡文		
本教育階段總綱核心素養	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。		
學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。		
學習內容	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。		
學習目標	1. 能從閱讀中認識早餐的重要性。 2. 能說出早餐常見食物。 3. 能認識食物對身體健康的重要性。 4. 能接納並嘗試不同的早餐食物。 5. 能覺察珍惜食物的重要性。 6. 能覺察良好的飲食習慣和衛生行為，可以讓身體更健康。 7. 能連結生活發覺早餐可以維持精神與活力。 8. 能選擇對身體健康有益的食物。 9. 能透過分享願意養成吃早餐的習慣。 10. 能養成良好的飲食習慣和衛生行為，以維護健康。		

教學流程	評量方式	教學資源
<p style="text-align: center;"><u>早餐真重要 (第1節)</u></p> <p><b>暖身活動:</b></p> <p>◇ 教師播放影片: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=plOUjgt3O-Q">https://www.youtube.com/watch?v=plOUjgt3O-Q</a></p> <p>◇ 教師提問: 1. 為何超人會被打敗? 2. 超人沒吃早餐, 身體感覺怎麼樣? 3. 吃早餐的好處有哪些?</p> <p><b>發展活動:</b></p> <p>◇ 教師準備情境圖張貼於黑板後, 教師請小朋友依圖片說明有吃早餐和沒吃早餐的差別:</p> <p>1. 沒有吃早餐: 小克因為時間來不及了, 所以沒有吃早餐就上學去了。升旗時, 小克的肚子咕嚕咕嚕的叫著, 連平常最擅長的跑步, 小克也追不上同學; 上課時, 肚子餓的小克一直想著什麼時候下課, 無法專心。</p> <p>2. 有吃早餐: 小君和家人一起吃完早餐才去上學, 不論是升旗、跑步或上課, 小君都精神奕奕的。</p> <p>◇ hungry, tired, sick, angry ◇ energy, healthy, happy</p> <p>◇ 教師引導學生討論並檢視:</p> <p>1. 有同學和小克一樣, 沒有吃早餐嗎?</p> <p>2. 沒有吃早餐的同學, 說說沒吃早餐的感覺與原因 (教師將各組沒吃早餐的原因彙整, 並寫在黑板上)。</p> <p>◇ 一起動動腦, 幫沒吃早餐的同學想想法子, 怎麼做才可以每天都吃早餐呢?</p> <p>1. 爸媽沒有時間煮早餐, 可以買麵包、牛奶……。</p> <p>2. 沒有時間在家裡吃, 可以帶到學校, 並在 8 點前吃完早餐。</p> <p>◇ 教師引導學生說一說, 早餐吃了哪些食物, 並將圖卡張貼於黑板, 或將食物名稱寫在黑板上。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● bread, egg pancake, sandwich, hamburger, milk, Chinese bun, soybean milk</li> <li>● I eat/drink <u>bread</u> for my breakfast.</li> </ul>	<p>專心觀看 專心聆聽 口頭回答</p> <p>口頭評量</p> <p>小組討論 口頭評量</p>	<p>影片</p> <p>課本</p>

<p><b>綜合活動</b></p> <p>教師歸納：早餐是一天活力的來源，在對的時間吃對的早餐會讓你精神飽滿、注意力集中，小朋友要記得吃早餐喔。</p>	專心聆聽	
<p style="text-align: center;"><b>早餐DIY (第2節)</b></p>		
<p><b>暖身活動：</b></p> <p>◇ 教師複習上一節課早餐的重要概念。</p>	專心聆聽	課本
<p><b>發展活動</b></p> <p>◇ 動手做營養的早餐</p>		
<p>➤ 準備材料:toast, ham, egg, butter, cheese, milk/yougurt</p> <p>➤ 學生準備:wash hand, put on the mask</p> <p>➤ 過程：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 老師介紹食材</li> <li>■ 老師跟學生示範如何做火腿蛋三明治</li> <li>■ 請學生依序上前領取食材並製作(領取過程學生須以禮貌方式詢問)</li> <li>■ 享用美味的早餐</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">May I have <u>an egg</u> ,please?</p> <p style="padding-left: 40px;">Thank you.</p>	實作評量	吐司 火腿 沙拉 起司 雞蛋 牛奶 優酪乳
<p>◇ 早餐的食物分量足夠嗎？會不會太少或過多？</p> <p>1.太少會如何？（吃不飽、沒精神）</p> <p>2.過多會如何？（吃太飽、吃不完，浪費食物）</p> <p>3.結論：分量剛好才不會浪費食物。</p>	口頭評量	
<p><b>綜合活動</b></p> <p>◇ 教師歸納：</p>		
<p>1.要養成天天吃早餐的好習慣。</p> <p>2.要嘗試不同的食物，身體才會健康。</p> <p>3.養成吃多少拿多少的習慣，才不會浪費食物。</p>	專心聆聽	

### 如何選擇食物 (第3節)

#### 暖身活動:

- ◇ 教師請問學生今天早餐吃了哪些食物?  
把食物名稱寫在黑板上。  
教師和學生一起討論：  
It' s healthy. / It' s unhealthy.

#### 發展活動

- ◇ 教師將多樣不同的食物卡放置於黑板, 請學生選擇喜歡跟不喜歡的食物 (What do you like?)
  - soft drink, milk, fish, rice, french fries, fruit, water, vegetables, donuts, egg
  - I like\_\_\_\_\_.
  - I don' t like \_\_\_\_\_.
- ◇ 教師引導學童依照一個活動中選出的食物在分類哪些是對健康有幫助的食物 (It' s healthy. / It' s unhealthy.)
  - 1.口渴時：喝水比較健康、含糖飲料容易變胖。
  - 2.肚子餓時：水煮蛋比較健康、炸薯條是油炸的，不適宜吃太多。
  - 3.總結：選擇食物時，要盡量避免含糖和油炸的食物。
- ◇ 教師引導學生圈出少糖、不油炸的食物。如：五穀飯、清蒸魚……。
- ◇ 食物大風吹
  - 1.教師指導學生圍坐成一圈，每個學生挑一種自己喜歡的食物寫在白紙上，並貼在胸前。
  - 2.第一次由教師帶領示範。  
T:Big wind blow.  
S:Blow what.  
T:healthy food.

口頭評量

口頭評量  
實作評量

實作評量

口頭評量

食物圖卡

課本

<p>3.此時寫的食物是「healthy food」的人需要換位子，老師坐入位子。</p> <p>4.第二次開始由沒有位子坐的學生當帶領人。</p> <p><b><u>綜合活動</u></b></p> <p>◇ 教師歸納：</p> <p>1.食物可以提供我們活力。</p> <p>2.我們要選擇對身體健康有益的食物。</p> <p style="text-align: center;"><b><u>飲食好習慣（第4節）</u></b></p> <p><b><u>暖身活動：</u></b></p> <p>◇ 教師發下食物學習單，複習上一節課的內容。</p> <p>Is it healthy? Yes, it is. / No, it' s not.</p> <p><b><u>發展活動：</u></b></p> <p>◇ 教師請學生看課本上的圖，先自己看圖做做看，有做到的打√。</p> <p>①飯前洗手</p> <p>②每天吃早餐</p> <p>③多吃蔬菜、水果</p> <p>④一口一口慢慢吃</p> <p>⑤嘴裡有食物不說話</p> <p>⑥食物份量剛剛好</p> <p>⑦收拾餐具</p> <p>⑧飯後潔牙</p> <p>學生完成後，教師說明每張圖片的內容，並請有做到的學生舉手，若沒做到的學生請他繼續努力。</p>	<p>專心聆聽</p> <p>實作評量 口頭評量 專心聆聽</p> <p>實作評量 口頭評量 專心聆聽</p>	<p>學習單</p> <p>課本</p>
--	---	----------------------

<p>◇ 跟飲食好習慣說 YES</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.教師將學生分成 AB 兩隊，先把 A 隊學生帶到較寬敞區域，將空間分為二，並在黑板畫線區隔成兩區，一區為 YES 區，另一區為 NO 區，B 隊學生坐在原座位，不發出聲音。</li> <li>2.教師說明活動規則：當教師說出飲食行為時，學生需要分辨該習慣是否良好？如果「是」好的飲食習慣，學生就移至 YES 區域；如果「不是」好的飲食習慣，學生就移至 NO 區域。</li> <li>3.教師陸續說出各種飲食行為，由學生分辨這些行為是否良好。 <ul style="list-style-type: none"> <li>(1)飯前洗手。</li> <li>(2)偶爾吃早餐。</li> <li>(3)不吃蔬菜、水果。</li> <li>(4)一口一口慢慢吃。</li> <li>(5)嘴裡有食物不說話。</li> <li>(6)食物份量剛剛好。</li> <li>(7)收拾餐具。</li> <li>(8)飯後潔牙。</li> </ul> </li> <li>4. A隊完成測驗後，換B隊挑戰。</li> </ol> <p><b>綜合活動</b></p>	<p>實作評量</p> <p>專心聆聽</p>	
<p>◇ 教師歸納：養成良好的飲食習慣和衛生行為，才能讓我們身體健康。</p>	<p>專心聆聽</p>	