

視力保健教學設計

單元名稱	視力保健	適用年級	一年級
教材來源	自編課程	教學時間	40 分鐘
設計者	張簡素貞	教學領域	健康與體育
學習表現	健 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 健 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 健 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。		
學習內容	1.眼睛疾病對生活造成的不便。 2.視力保健的方法。		
學習目標	1.認識眼睛疾病對生活造成的不便。 2.說出視力保健方法。 3.能操作眼睛體操，養成良好的用眼習慣。		
核心素養	總綱	A2 系統思考與解決問題	
	領綱	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。	
參考資料	1. 愛 eye 元氣護眼操 https://www.youtube.com/watch?v=si2yGJlgJ2M		
教學活動內容及實施方式		時間	教學評量
一、引起動機-乒乓球遊戲 1.選取 2 位學生進行乒乓球遊戲 1 分鐘。 2.請 2 位學生戴上特殊眼鏡再進行乒乓球遊戲 1 分鐘。 3.請學童發表觀察 2 位學生戴眼鏡和沒戴眼鏡時打球的表現有何不同。		5 分	能仔細觀察同學打乒乓球的表現
二、發展活動 1.小朋友輪流戴上特殊眼鏡，體驗視力不佳的感受。 2.請小朋友發表戴著特殊眼鏡看東西的感受。 3.師生共同討論曾聽過的眼睛疾病。 4.教師歸納視力保健的重要性。 5.師生共同討論保護眼睛的方法。 (1)規律用眼 3010 (2)天天戶外活動 120 (3)四電少於二 (4)養成良好閱讀習慣 (5)烈日下戴帽或太陽眼鏡		3 分 5 分 3 分 1 分 10 分	

<p>三、綜合活動</p> <p>1.教師帶領學童進行「愛 eye 元氣護眼操」。</p> <p>2.小小評量-跳跳 tempo：老師出題，學童從中間線往左右跳，回答問題。</p> <p>(1)快要考試了，我可以從早上讀書到晚上都不用休息</p> <p>(2)妹妹已經看電視 30 分鐘了，該起來動一動，讓眼睛休息</p> <p>(3)躺在床上看書是最舒服的</p> <p>(4)戶外的陽光很強，所以我都要躲在教室裡不出去</p> <p>(5)電視、電腦、電玩和電話每天用不可以超過 2 小時</p>	<p>8 分</p> <p>5 分</p>	<p>能認真進行護眼操</p> <p>能正確回答問題</p>
---	-----------------------	--------------------------------

教學過程記錄



照片 1:討論能保護眼睛的食物

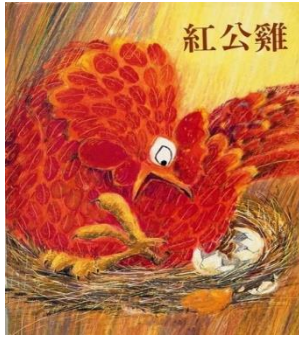


照片 2:一起做護眼操

性別平等教育--《紅公雞》繪本故事教學設計

單元名稱	性別調色盤	適用年級	二年級
教材來源	1.自編課程 2.繪本-紅公雞	教學時間	40 分鐘
設計者	楊曉潔	教學領域	健康與體育
學習表現	國 1-I-2 能學習聆聽不同媒材的基本能力，說出聆聽的內容 健 1a- I -1 認識基本的健康常識。 健 2b- I -1 接受健康的生活規範。		
學習內容	1. 日常生活中性別的角色 2. 男生女生都可以做很多事。		
學習目標	1. 聆聽不同媒材刺激兒童思考模式，以培養兒童思考能力，並提昇表達能力。 2. 能建立不分性別參與各項適合的家務工作之觀念，瞭解很多事男生女生都可以做。 3. 分享彼此的情緒、想法，培養兒童「男女平等」的觀念。		
核心素養	總綱	C2 人際關係與團隊合作	
	領綱	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。	
參考資料	1. 紅公雞繪本動畫 https://www.youtube.com/watch?v=FmK6dqCnZo8 2. 紅公雞繪本 ppt		
教學活動內容及實施方式		時間	教學評量
1、欣賞「紅公雞」動畫，並以繪本 ppt 重述故事內容 2、師生問答 (1) 你覺得故事中的紅公雞是怎麼的個性？從哪裡可以看出來？（讓孩子去思考，紅公雞為什麼要撿那顆蛋？為什麼他要繼續留著那顆蛋？並決定孵蛋？） (2) 紅公雞在孵蛋？你覺得怎麼樣？（老師利用題目引導孩子思考，並針對刻板印象-母雞才會孵蛋，讓孩子去討論並說出心中的想法。） (3) 為什麼紅公雞會成為母雞們心中第一號大英雄？ (4) 你的生活起居是誰在照顧呢？ (5) 家人中誰是你心中第一號大英雄？為什麼？ (教師可在此引導思考，讓孩子發現：只要用心去做，不管男女都會成為一個讓人敬佩的人。)		10 分 20 分	聆聽故事，並說出故事的內容 能積極參與討論 能說出並感謝為我們服務的人和項目
4、完成學習單		10 分	學生能完成學習單

性別調色盤



二甲 () 號

—參考資料:紅公雞繪本
(作者:王蘭、張哲銘)

姓名:()

1. 你覺得紅公雞是一隻什麼個性的雞?

沒耐心、愛玩

熱心腸, 很有愛心、同情心

2. 紅公雞決定自己孵蛋時,

母雞們的態度是:

看不起他

非常佩服他

很熱心幫助指導他

覺得他很奇怪

3. 有沒有規定

哪些家事一定要女生做?

哪些家事一定要男生做?

有

沒有



4. 如果你捡到那颗蛋的紅公雞,

你會願意像母雞一樣孵蛋嗎?

我願意

我不願意



因為:()

5. 看到紅公雞孵蛋, 我想對紅公雞說:

()

6. () 是我心中第一號大英雄,

我想對他說:

()

教學過程紀錄：



照片 1: 講解繪本內容