竹門國小中年級視力保健教學教案

<table>
<tr><td colspan="2">教案名稱</td><td colspan="2">我的靈魂之窗</td><td>設計者</td><td colspan="2">竹門國小藩淑娟</td></tr>
<tr><td colspan="2">適合人數</td><td>15人</td><td>教學時間</td><td>40分鐘</td><td>學習領域</td><td>健康與體育</td></tr>
<tr><td colspan="2">適用年級</td><td colspan="5">國小中年級</td></tr>
<tr><td rowspan="3">教學研究</td><td>教學理念</td><td colspan="5">人體的每個器官各有不同的作用，每個器官都很重要，失去任何一個器官都會讓生活變得不方便。要如何讓學童感同身受呢？有時候光靠用說明的方式學童不容易去同理身障的不方便，傳統的學校教育常以教條規範的背誦作為教學的重心，以至於與日常生活情境脫節，學生不易將課堂所學於生活中實踐。是以利用影片將學生帶入日常情境，並由教師針對情境與學生進行討論，釐清學生的觀念，並在討論的過程中，引導學生瞭解視力不便帶來的困擾並想出實踐的方法。這種教學方式對於視力保健應是一可行且有效的教學策略。其最主要目標是建立學生對視力保健的概念，進而落實在生活中。

因此，針對視力保健的議題，透過「經驗式」、「互動式」、「參與式」的教學方法，設計了活動體驗、簡報欣賞與討論、分組報告、填寫學習單等教學活動，幫助同學們體會眼睛的重要性，並且為日常視力保健找出實踐的方法。藉由活動的過程中，學生能逐漸體會視力受損帶來的不便並自我檢視了解姿勢對生長的影響並表現出閱讀的正確姿勢，更能實踐愛護眼睛健康的好習慣。</td></tr>
<tr><td>教材重點</td><td colspan="5">教學目標：
1. 引導學童說出自己的靈魂之窗所看到的世界，了解眼睛的構造、功能及重要性，希望藉此能培養兒童的自我覺察及批判性思考的能力。
2. 讓學童從實際活動中體驗視力不良不僅造成生活上的不便，也影響將來參與社會活動的意願和能力。
3. 讓學童知道近視形成的原因和近視帶來的不便。
4. 希望學童養成正確的閱讀姿勢和用眼方式，並能養成不偏食的習慣以維護良好視力。
5. 能保持實踐愛護眼睛健康的好習慣， 並能自我檢視。</td></tr>
<tr><td>教案對應分段能力指標</td><td colspan="5">1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。
1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用作決定的技巧來促進健康。
6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。
7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。</td></tr>
</table>

		教學目標	具體目標
	認知領域	1. 瞭解眼睛的構造。 2. 瞭解近視是如何造成的。 3. 瞭解如何保養眼睛。 4. 瞭解視力不便帶來的困擾。	1-1 能說出眼睛各部位的構造。 2-1 能說出造成近視的原因。 3-1 能說出保養眼睛的方法。 4-1 能說出視力不良的後果。
	情意領域	5. 安靜的觀賞影片。 6. 尊重他人的想法。	5-1 能安靜的觀賞影片。 6-1 當別人發表時，可以安靜聆聽。
	技能領域	7. 知道生活中如何實踐視力保健。 8. 知道要培養不偏食的良好習慣。 9. 知道如何操作護眼操。	7-1 說出如何實踐視力保健，並能落實在日常生活中。 8-1 說出攝取種食物能達到保健眼睛的效果。 9-1 做出護眼操，並能落實在日常生活中。
	學生分析	台灣地區各級學校學生視力不良情形十分嚴重。根據調查統計，學生的近視罹患率，冠於世界各國。尤其值得注意的是，不僅學生近視的度數隨著年級遞增，且隨著近視的度數所造成的眼底變化，也逐漸進行，導致一些嚴重的眼睛病變，如視網膜剝離、失明等情況的發生率也越來越高。	
	教學法	(一)資訊融入教學： 教學者在教學的前中後期，依教學目標在適當的時機，有意義的引進資訊科技，協助學習者提升學習成效。 (二) 情境教學法： 情境教學法乃是教學者將教學之重點定位於一個鉅觀之情境，引導學生藉著情境中之各種資料去發覺問題、形成問題、解決問題。 （三）案例教學法： 藉由真實案例所提供的問題，幫助學習者將所學的內容與真實的生活連結，希望引發學生的內在學習動機，強化學習者主動參與的學習行為，增進學生自我引導的學習技巧，增強知識遷移（knowledge transference），使學生能學以致用。	
	教學資源	1. 網際網路、單槍投影機、電腦、投影布幕 2. 學習單 3. 課程所需道具實物 4. 教學自製 ppt	

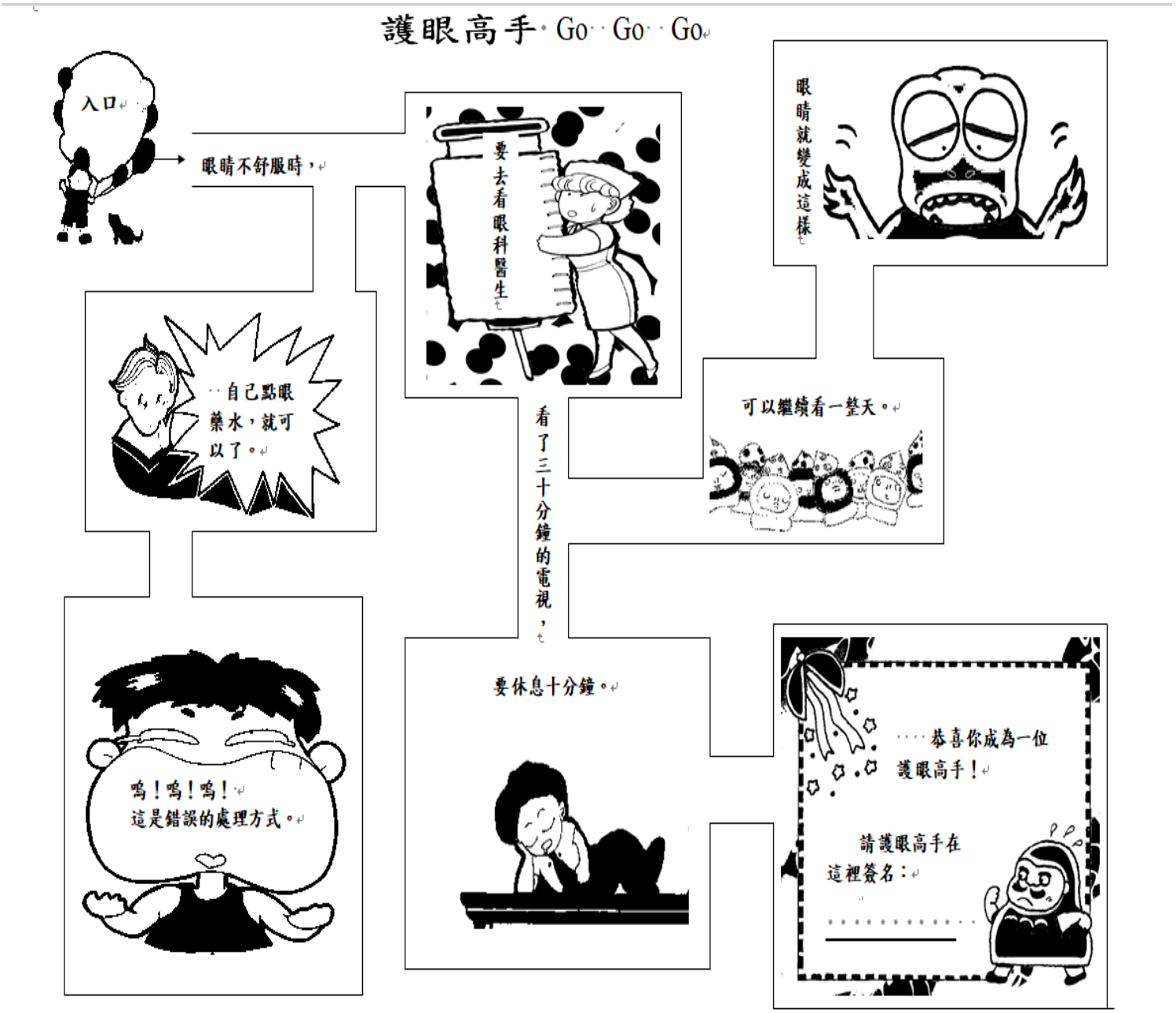
具體目標	教學流程及內容設計	時間	教學資源	評量方式
5-1 2-1 6-1	**活動一、我看得見** 1. 教師播放班上活動照片，討論回憶共同經驗，讓學生了解看得見的重要性。 2. 接著調查班上同學近視的比例，和學生討論如何近視的？ 3. 教師說出自己如何近視戴眼鏡的過程和經驗。	5	活動照片	觀察 口頭
5-1 1-1 6-1 5-1	**活動二、神奇「睛」靈** 1. 教師撥放介紹眼睛構造的的影片【老祖母的眼球解剖室】。 2. 教師拿出介紹眼睛構造的掛圖，並請學生上台拿正確的字卡配對出眼睛構造的正確名稱。 3. 播放視力保健宣導短片－照相機篇。 4. 播放視力保健宣導短片－3D 篇 5. 播放視力保健宣導短片－麻煩篇	10 5	介紹眼睛構造影片 眼睛圖卡 字卡 教育部製作視力宣導短片	觀察 口頭
7-1 8-1 6-1	**活動三、霧裡看花** 1. 教師把學生分成三組，分別體驗視力不良的不方便。。 ＊A 組：請學生帶上高度近視的眼鏡走路 ＊B 組：請學生帶上霧霧的眼鏡看書 ＊C 組：請學生帶上眼鏡做健身操 2.分組討論戴眼鏡的不便和如何作才能預防近視、　　保護眼睛。 3.分組上台報告	15	教學道具	觀察 口頭
5-1 9-1	**活動四、你是我的眼** 1.教師播放 ppt 介紹近視是如何形成的以及如何預防近視的方法 2.觀賞愛眼健康操影片，帶領學生做護眼操 ~本節課結束~	5	教師自製 ppt	觀察 口頭
指導要點及注意事項	一、教師可以針對學生的回答，適時的提出挑戰，讓學生將想法講的更清楚或發現自己想法中有不正確的地方。 二、學生討論時，教學者應適時的給予協助，並提供學生想法。			

參考資料
1. 老祖母的眼球解剖室影片 http://www.youtube.com/watch?v=FiOk3XWq5nI 2. 視力保健宣導短片－照相機篇 http://www.youtube.com/watch?v=LvQY2p49GCY 3. 視力保健宣導短片－3D 篇 http://www.youtube.com/watch?NR=1&v=ynQyAZYvZAM 4. 視力保健宣導短片－麻煩篇 http://www.youtube.com/watch?v=zew8oS46ZNg&feature=related 5.愛眼健康操 http://www.youtube.com/watch?v=W8JjJ337ifU&feature=related 6. 教育部印製： 『國民中小學九年一貫課程綱要 健康與體育學習領域』 7.教育部體育司 http://www2.edu.tw/physical/ 8.視力保健健康常識 http://www.eye-care.com.tw/index06.html

【護眼高手學習單】

小朋友，下面是一道迷宮，請你依正確的護眼觀念來完成這道對你眼睛有幫助的旅程吧！

班級：　　姓名：



藩淑娟 老師製作