

## 3-1-3 中年級

## 臺南市後壁區後壁國小 111 學年度視力保健教學設計

活動名稱	愛護靈魂之眼	活動對象	三年級
活動地點	三年級教室	活動時間	四十分鐘
設計者	老師：陳怡如、許惠貞		

教學目標：

- 1、能說出眼睛的重要性。
- 2、能說出如何愛護眼睛。
- 3、能做出正確護眼動作和姿勢(看書、寫字等坐姿)。

單元目標	教學過程	教學資源	教學時間	教學評量
1-1 可以說出眼睛有哪些功能。	一、引起動機 藉由每學期的視力檢查及播放視力保健影片，引導學生發表討論眼睛的重要性。	視力保健影片	10 分鐘	90%學生能舉手發表。
2-1 能說出戴眼鏡有哪些不方便。	二、發展活動 1.請班上戴眼鏡的小朋友，分享說說看戴眼鏡在日常生活中有哪些不方便之處。		3 分鐘	能說出戴眼鏡不方便的地方。
2-2 可以試著說出戴眼鏡與否的不同感覺。	2.請戴眼鏡的小朋友將眼鏡脫下，分享所看到的景物與戴上眼鏡時不同的感受。		3 分鐘	說出戴與不戴眼鏡看到的事物有何不同。
2-3 會說出保護眼睛的方法。	3.全班討論如何保護視力，應該注意哪些事情。		10 分鐘	90%學生能舉手發表。
3-1 會做出正確的護眼動作和姿勢。	4.請小朋友示範看書、寫字的姿勢。 5.小朋友討論發表保護眼睛的正確動作和姿勢。		3 分鐘 5 分鐘	
	三、綜合活動 教師總結所討論分享的結果，並提醒學生將視力保健落實於日常生活。		6 分鐘	學生可以做出正確護眼姿勢。

教學過程記錄(照片)



護眼營養素，可由食物補充獲得



眼睛要適當的休息