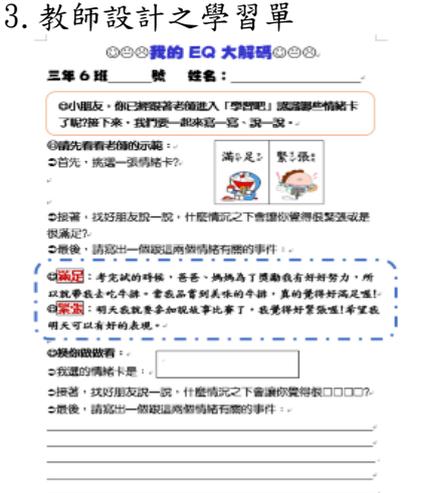


〈健康與體育~健康一把罩〉簡案

服務學校	新北市汐止區崇德國民小學	設計者	謝夷菱
領域/科目、版本	自編教材+康軒版第5冊	實施年級	三年級
單元名稱	第一單元健康一把罩 【教學活動一：我升上三年級了~認識我自己】	教學堂次	共兩節課
教學資源	平板、課本、情緒卡、學習單、繪本		
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	<p>【學習表現】</p> <p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Aa-II-2 人生各階段發展的順序與感受。 Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。</p>		
設計理念	<p>一、課程架構：從「認識自己」出發→透過繪本教學引導學生「欣賞自己」、「接納自己」→接著藉由認識各種情緒進行「自我覺察」→透過正向人際互動→最後讓學生能「自我負責」。</p> <p>二、將 SEL (Social and Emotional Learning) 社會情緒學習融入教學：讓學生從小學習如何自我覺察（自發）、人際互動（互動）、為自己負責（共好），達到十二年國教精神—自、動、好。</p>		
課程架構	<p style="text-align: center;"> 認識自己~ 生命的起源 欣賞自己 自我負責 自我覺察 人際互動 </p>		
教學計畫內容			

課程內容	時間	教學檢核	教學資源/教學成果
<p align="center">-----第一節課-----</p> <p>【引起動機】</p> <p>一、小小記者會：</p> <p>1. 教師課前提供「小小記者訪問單」：讓小朋友回家訪問媽咪或爸比，了解自己的生命的起源。</p> <p>2. 課堂分享：請小朋友把訪問內容錄音上傳到學習吧作業區。</p>	10	訪問單、錄音檔 (語音作業) 教師導學 學生自學	 <p>「小小記者訪問單」小朋友上傳錄音檔</p> <p>小小記者會</p> <p>作業類型 一般作業</p> <p>作業期限 2022/11/09 00:00 開始 ~ 2022/11/23 00:00 結束</p> <p>繳交次數 不限次數</p> <p>作業說明 1.請小朋友回家訪問媽咪或爸比，了解自己的生命的起源。 2.請小朋友把訪問內容錄音上傳到學習吧作業區。</p>
<p>【發展活動】</p> <p>二、認識自己成長的點點滴滴：</p> <p>1. 請小朋友先閱讀繪本—<u>我喜歡我自己</u>繪本內容。</p> <p>2. 請小朋友說一說看到了什麼?有什麼感想?</p> <p>3. 教師引導學生透過<u>我喜歡我自己</u>繪本，認識自己、了解自己進而接納自己。</p>	20	口頭發表 閱讀理解 (課間教材-影片欣賞) 組內互學 組間共學	 
<p>【總結活動】</p> <p>一、牛刀小試：透過即時回饋 Kahoot 測驗，增進學生學習成效。</p> <p>二、帶領學生回顧<u>我喜歡我自己</u>繪本內容及主旨。</p> <p>三、回饋：本節課所學內容。</p>	10	實作評量 學生自學	<p>牛刀小試</p>  

<p>課前引導</p>	<p>-----第二節課-----</p> <p>【引起動機】</p> <p>一、認識不同的情緒：</p> <p>1. 先讓學生說一說生活中會遇到哪些事、產生哪些情緒?</p> <p>2. 引導學生思考哪些是正向情緒，哪些是負向情緒?</p>	<p>12</p>	<p>教師導學</p>	
<p>課間活動</p>	<p>【發展活動】</p> <p>一、認識情緒卡：教師提供「情緒卡」進行課間教材活動，並帶領學生一一了解各種情緒的定義，並請學生發表是否有相關經驗。</p> <p>二、請學生到學習吧作業區實際認識情緒卡，並進行畫記。(劃記重點：自己曾經發生過、感受最深刻的情緒)</p> <p>三、利用情緒卡表情達意：</p> <p>1. 請小朋友選一張情緒卡表達自己的感受，或思考有什麼事情可以用情緒卡上的情緒來表示。</p> <p>2. 教師發下學習單，請小朋友寫下自己的情緒與事件。</p> <p>3. 請小朋友先進行組內相互分享。</p> <p>4. 組內邀請一位小朋友上台分享。</p>	<p>20</p>	<p>認讀情緒卡—課間教材、書籍素材、口頭發表、實作評量—學習單</p> <p>組內互學</p> <p>組間共學</p> <p>學生自學</p>	<p>1. 學習吧課間教材--情緒卡</p>    <p>2. 學習吧書籍作業~學生劃記</p>  <p>3. 教師設計之學習單</p> 

			<p>4. 學習吧學生作業~上傳學習單</p> <p>◎◎◎我的EQ大解碼◎◎◎</p> <p>三年6班 號 姓名:黃若森</p> <p>◎小朋友,你已經跟著老師進入「學習吧」認識那些情緒卡了呢?接下來,我們要一起來猜一猜、說一說。</p> <p>◎請先看看老師的示範:</p> <p>◎首先,挑選一張情緒卡?</p> <p>滿足 緊張</p> <p>◎接著,找好朋友說一說,什麼情況之下會讓你覺得很緊張或是很滿足?</p> <p>◎最後,請寫出一個跟這兩個情緒有關的事件:</p> <p>◎滿足:考完試的時候,爸爸、媽媽為了獎勵我有好好努力,所以就帶我去吃牛排,當我非常到美味的牛排,真的覺得好滿足囉!</p> <p>◎緊張:明天我就要參加說故事比賽了,我覺得好緊張囉!希望我明天可以有好的表現。</p> <p>◎換你做做看:</p> <p>◎我選的情緒卡是: 幸福 生氣</p> <p>◎接著,找好朋友說一說,什麼情況之下會讓你覺得很○○○○?</p> <p>◎最後,請寫出一個跟這兩個情緒有關的事件:</p> <p>幸福:和爸爸、媽媽一起去郊遊,爸爸、媽媽帶我去吃牛排,爸爸、媽媽還帶我去看電影。</p> <p>生氣:爸爸、媽媽為了我的成績,常常去罵我,但是爸爸、媽媽一直一直罵我,所以我生氣了。</p>
【總結活動】			
	四、 回饋:分享本節課學習重點與心得感想。	8	口頭發表
參考資料			
<p>1. 親子天下 no. 125 預備幸福的能力 SEL</p> <p>2. 康軒版第5冊第一單元健康一把罩</p>			