



孔雀班

05/23

05/27

學習任務



目次(1)

停課停看聽

- ☐ 任務一：思考與記錄3個問題
- ☐ 任務二：認識防疫台語詞彙
- ☐ 任務三：防疫歌編動作
- ☐ 任務四：回顧班級防疫規範
- ☐ 任務五：整理家裡環境
- ☐ 任務六：自我監測身體狀況
- ☐ 任務七：整理書包及物品

目次 (2)

增強抵抗力大家一起來

- ☐ 任務八：飲食習慣與免疫系統的關係
資訊蒐集
- ☐ 任務九：我的飲食習慣大解析
- ☐ 任務十：我的飲食習慣記錄

每日小任務

- ☐ 任務十一：歌唱-感謝
- ☐ 任務十二：律動-一起加油
- ☐ 任務十三：製作畢業桂冠

任務一

1. 材料準備：八開圖畫紙或A4紙、繪畫工具、多元素材、黏著工具。

2. 請孩子們思考兩個問題，並圖、文記錄下來。

(1) 為什麼會突然停課？

(2) 停課讓你有什麼樣的心情及感受？

(3) 如何避免再次停課？

3. 孩子們可以影印下一頁記錄，也可拿圖畫紙或空白紙畫下上述三個問題。

4. 完成後，請將作品拍照下來，寄至 yokafuyo2020@gmail.com，或是帶至學校跟全班分享。



主題課程 – 記錄停課原因及心情



班級：孔雀班

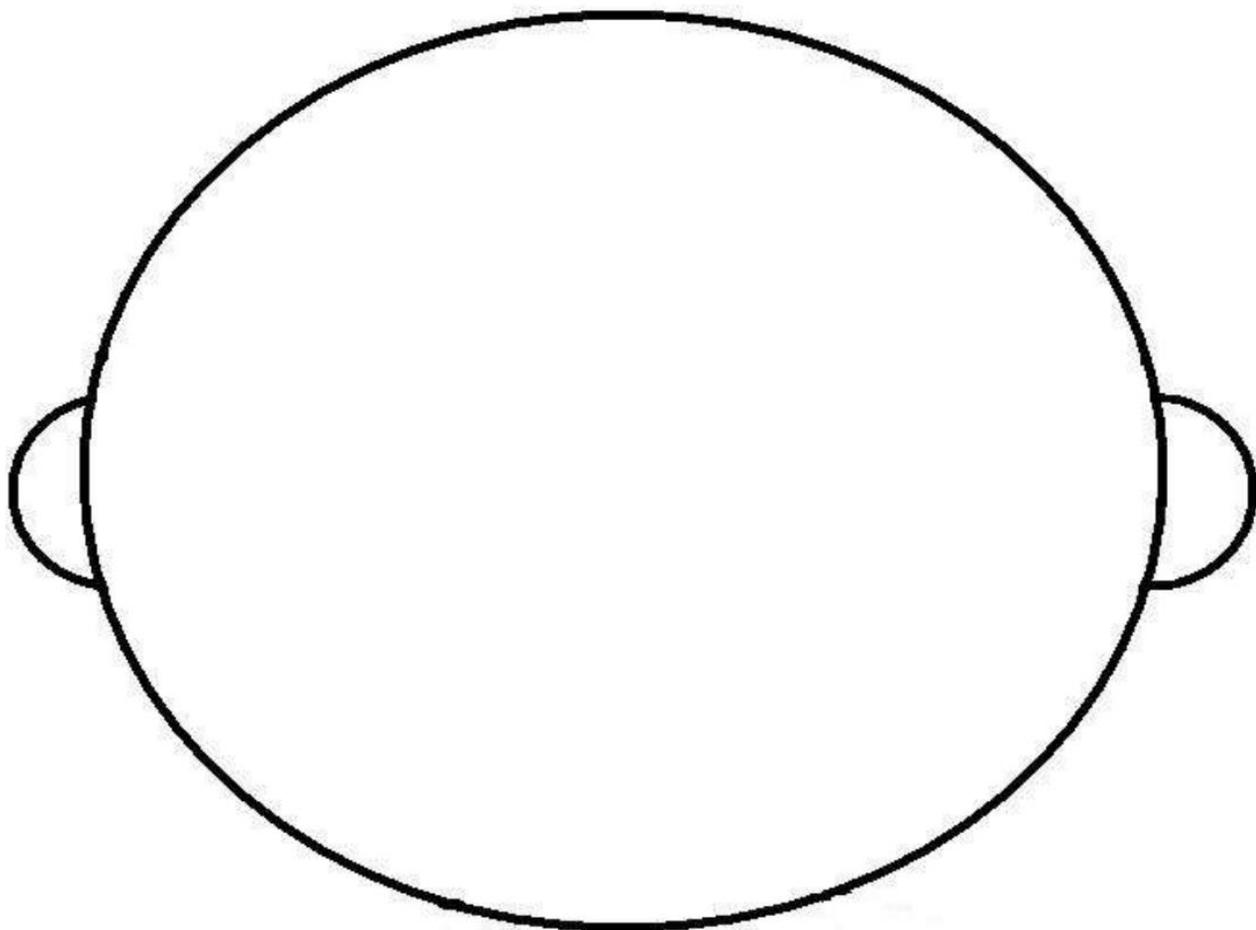
日期：_____

姓名：_____

✍️ 會突然停課是因為_____。

✍️ 停課讓我的心情感到_____，因為_____。

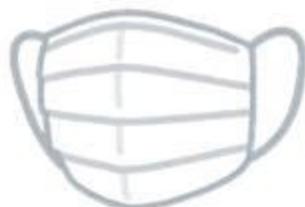
(請孩子們畫下自己的心情，除了以繪畫方式，也可以用各式素材呈現五官、頭髮，例如吸管、毛球、撕長條紙、毛線、色紙拼貼、棉花棒點畫……等等以各式素材展現不同的創作方式。)



✍️ 為了不再停課，我們要_____。

任務二

1. 材料準備：詞卡（下一頁）。
2. 可以請家人教你用台語唸唸看，認識跟防疫相關的詞彙意義。
3. 認識後，可以與你的兄弟姊妹分享喔！



喙罨 (口罩)

tshuì-am



酒精 (酒精)

tsiú -tsing



洗手 (洗手)

sé-tshiú



雪文 (肥皂)

sap-bûn



體溫 (體溫)

thé-un



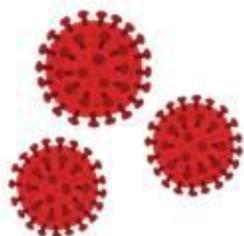
呖呖嗽 (咳嗽)

khuh-khuh-sàu



消毒 (消毒)

siau-tòk



病毒 (病毒)

pēnn-tòk

任務三

1. 材料準備：防疫歌歌詞（下一頁）。
2. 可以請家人教你用台語唸唸看，討論歌詞意義。
3. 認識歌詞的意思後，想想看，可以搭配哪些適合的動作呢？
4. 請將動作以拍照或錄影方式，寄至 yokafuyo2020@gmail.com 與全班分享吧！



防疫狗仔兵



【台語】 耍迫迫物、食四秀仔，愛先洗手（愛先洗手），

【中文】 玩玩具、吃小點心，要先洗手，

【台語】 躡跤尾、疊椅子，水轉予開（愛細膩唷），

【中文】 墊腳尖，站椅子，水要轉開（要小心唷），

【台語】 用茶箍抹抹咧，黐黐咧、浞浞咧，

【中文】 用肥皂抹一抹，搓一搓，

【台語】 雪文泡規四界（雪文泡泡泡泡泡）。

【中文】 肥皂泡沫潑到四處。

【台語】 度體溫、加啉水，袂佻佻嗽，

【中文】 量體溫、加喝水，不會一直咳嗽，

【台語】 無消毒的物件，莫提來鬥（愛注意唷），

【中文】 沒有消毒的東西，不要拿過來放，

【台語】 用酒精噴噴咧，拭拭咧，等十秒，

【中文】 用酒精噴一噴，擦一擦，等十秒，

【台語】 莫予病毒鶻越（莫聳鬚）。

【中文】 不要讓病毒猖獗（不猖獗）。

【台語】 Do do loo do do do ，喙罨共你保護（愛掛予好），

【中文】 Do do loo do do do ，口罩來保護你（要掛好），

【台語】 Do do loo do do do ，來共逐家惜惜（手莫來喔），

【中文】 Do do loo do do do ，安撫大家（手不動喔），

【台語】 Do do loo do do do ，愛會記得笑，

【中文】 Do do loo do do do ，要記得笑，

【台語】 我上恰意你的笑容（閣唱一擺）。

【中文】 我最喜歡你的笑容（再唱一次）。

【台語】 我上蓋恰意、我上蓋恰意，我上蓋恰意你的笑容。

【中文】 我最喜歡、我最喜歡，我最喜歡你的笑容。

任務四

1. 材料準備：孔雀班防疫規範（下一頁）。
2. 回來上學前，做好心理建設。
 - (1) 和家人一起回顧班級防疫規範。
 - (2) 思考自己復課後要注意哪些事情？
3. 來上學後，看看大家是否都有記得遵守班級防疫規範喔！

【孔雀班防疫規範內容】

- 1.進教室戴口罩。
- 2.早上進教室先洗手，再量體溫。
- 3.用餐裝隔板。
- 4.吃飯前先洗手。
- 5.吃飯時如果想打噴嚏，要用手臂摀口鼻。
- 6.用餐完，消毒桌子和隔板。
- 7.吃飯不說話。
- 8.午休起床量體溫。
- 9.玩玩具前先洗手，或用酒精消毒手部。
- 10.實聯制：一定要貼學習區插牌。
- 11.不群聚：每區人數**5**人。
- 12.玩具不放嘴巴。
- 13.保持社交距離。
- 14.上完廁所記得洗手。
- 15.不亂摸東西，尤其是地板和外面的東西。
- 16.食物不亂丟。
- 17.借閱措施：繪本先消毒再放書包，歸還時也要消毒繪本再放回書櫃。

任務五

1. 材料準備：酒精、手套、清潔用具。
2. 回來上學前，和家人一起整理家中環境吧！
 - (1) 用抹布、酒精擦拭家中用品、家具。
 - (2) 使用掃把、拖把把地板變乾淨。
3. 將你和家人整理環境的過程以拍照或錄影方式，寄至 yokafuyo2020@gmail.com 跟全班分享吧！

任務六

1. 材料準備：體溫計。

2. 每天都要量體溫，自我監測身體狀況，並將日期、溫度及身體狀況記錄於學習單。

3. 可以將自我監測身體狀況的過程(例如測量體溫)以拍照或錄影方式，寄至 yokafuyo2020@gmail.com 跟全班分享吧！

4. 若家人有幫你進行快篩，可將快篩結果以拍照寄至 yokafuyo2020@gmail.com。
(沒有一定要進行快篩喔！)

任務七

1.材料準備：個人用品、書包。

2.回來上學前，自己整理上學會用到的物品。

(1)書包、水壺、餐具。

(2)備用口罩、替換衣物、污衣袋。

(2)牙刷、牙杯、小毛巾。

(3)寢具。

任務八

1. 材料準備：學習單/多元查詢資料工具。

2. 請孩子們思考兩個問題，並圖、文記錄下來。

(1) 為什麼良好的飲食習慣可以增強抵抗力？

(2) 那良好的飲食習慣是什麼呢？

3. 孩子們請拿出資料夾中的學習單，將你查詢到資料紀錄在學習單，再來與我們分享唷。

4. 完成後，請將查詢過程拍照下來，寄至 yokafuyo2020@gmail.com，或是帶至學校跟全班分享。



主題課程—「飲食習慣與免疫系統的關係」資訊蒐集



班級：孔雀班

日期：11.05.16

姓名：

本週孩子們決定下一個增強抵抗力的目標是「**建立良好的飲食習慣**」，請孩子思考，並透過多元管道去查詢：**「為什麼良好的飲食習慣可以增強抵抗力？那良好的飲食習慣是什麼呢？」**，請孩子們將查詢到的資訊記錄下來，然後，請家人協助記錄文字在底線中。過程照片提供可寄至 yokafuyo2020@gmail.com，並記得將此學習單於 **05/16 (一)** 繳交至班上與大家分享囉！

1 思考與推測：我認為 _____

2 查詢管道： _____
(如：訪問家人、電腦或手機、書籍.....等等)

關鍵字彙

3 資料統整： _____

4 認真找資料的過程：

照片黏貼區

任務九

1. 材料準備：學習單/拍照用具。
2. 請孩子們檢視自己的飲食習慣，並圖、文記錄下來。(記錄一餐的飲食內容/吃飯樣貌/發現的飲食問題)
3. 孩子們請拿出資料夾中的學習單，將你查詢到資料紀錄在學習單，再來與我們分享唷。
4. 完成後，請將過程拍照下來，寄至 yokafuyo2020@gmail.com，或是帶至學校跟全班分享。



主題課程—「我的飲食習慣」大解析

班級：孔雀班

日期：11.05.17

姓名：

本週結合上週查詢「**為什麼良好的飲食習慣可以增強免疫力？那良好的飲食習慣是什麼呢？**」的最新資訊，請小朋友想想看良好的飲食習慣和自己的平時飲食習慣有什麼差別呢？找出其中的問題一起來檢視看看唄，請小朋友記錄自己飲食習慣的問題，透過多元的方式記錄下來，請家人協助記錄文字在底線中，加油，照片可寄至 yokafuyo2020@gmail.com 協助列印唄。

這是我在家用餐的樣子……(照月攝哈)

我這一餐吃了哪些食物：

我發現到我的飲食習慣有這些問題……(請小朋友記錄下來唄！)

任務十

1. 材料準備：良好飲食海報/學習單。

2. 請孩子們檢視自己的飲食習慣，並圖、文記錄下來。

(對照良好飲食海報，每天記錄飲食的習慣，發現問題進行改善。)

3. 孩子們請拿出資料夾中的學習單，將你查詢到資料紀錄在學習單，再來與我們分享唷。

4. 完成後，請將過程拍照下來，寄至 yokafuyo2020@gmail.com，或是帶至學校跟全班分享。

良好飲食習慣海報

良好的飲食習慣可以
增強身體抵抗力嗎？



良好的飲食習慣要





主題課程-「我的飲食習慣」紀錄

班級：孔雀班

日期：

姓名：

親愛的小朋友請你每天記錄飲食習慣(5/23-5/27)，並檢查看看是否有符合良好的飲食習慣，找出其中的問題並加以改善，讓我一起健康飲食增強身體抵抗力，加油(請小朋友寫日期、勾選、畫出問題及解決辦法並請家人協助文字紀錄)。

日期	良好的飲食習慣	我發現的飲食問題/改善方式	
	<input type="checkbox"/> 定時定量 <input type="checkbox"/> 飯前洗手 <input type="checkbox"/> 均衡飲食(蔬菜/水果/蛋/肉/魚/豆/飯-全穀雜糧) <input type="checkbox"/> 多喝水、牛奶 <input type="checkbox"/> 少鹽少油少糖 <input type="checkbox"/> 坐在餐桌認真慢慢吃 <input type="checkbox"/> 飯後刷牙		
	<input type="checkbox"/> 定時定量 <input type="checkbox"/> 飯前洗手 <input type="checkbox"/> 均衡飲食(蔬菜/水果/蛋/肉/魚/豆/飯-全穀雜糧) <input type="checkbox"/> 多喝水、牛奶 <input type="checkbox"/> 少鹽少油少糖 <input type="checkbox"/> 坐在餐桌認真慢慢吃 <input type="checkbox"/> 飯後刷牙		
	<input type="checkbox"/> 定時定量 <input type="checkbox"/> 飯前洗手 <input type="checkbox"/> 均衡飲食(蔬菜/水果/蛋/肉/魚/豆/飯-全穀雜糧) <input type="checkbox"/> 多喝水、牛奶 <input type="checkbox"/> 少鹽少油少糖 <input type="checkbox"/> 坐在餐桌認真慢慢吃 <input type="checkbox"/> 飯後刷牙		
	<input type="checkbox"/> 定時定量 <input type="checkbox"/> 飯前洗手 <input type="checkbox"/> 均衡飲食(蔬菜/水果/蛋/肉/魚/豆/飯-全穀雜糧) <input type="checkbox"/> 多喝水、牛奶 <input type="checkbox"/> 少鹽少油少糖 <input type="checkbox"/> 坐在餐桌認真慢慢吃 <input type="checkbox"/> 飯後刷牙		
	<input type="checkbox"/> 定時定量 <input type="checkbox"/> 飯前洗手 <input type="checkbox"/> 均衡飲食(蔬菜/水果/蛋/肉/魚/豆/飯-全穀雜糧) <input type="checkbox"/> 多喝水、牛奶 <input type="checkbox"/> 少鹽少油少糖 <input type="checkbox"/> 坐在餐桌認真慢慢吃 <input type="checkbox"/> 飯後刷牙		

任務十一

1. 材料準備：可以撥放音樂的工具。
2. 請家人協助孩子們搜尋「感謝」影片。
3. 孩子們請跟著影片中的音樂、歌詞及節奏一同練習歌唱，為畢業典禮預先做準備。
4. 完成後，請將過程拍照/錄影下來，寄至 yokafuyo2020@gmail.com，或是帶至學校跟全班分享。

歌唱-感謝



<https://www.youtube.com/watch?v=ehzIBzQs-r0>

任務十二

1. 材料準備：可以撥放影片的工具。
2. 請家人協助孩子們搜尋「一起加油」影片。
3. 孩子們請跟著影片中的動作、節奏一同練習律動，為畢業典禮預先做準備唷，一起動起來。
4. 完成後，請將過程拍照/錄影下來，寄至 yokafuyo2020@gmail.com，或是帶至學校跟全班分享。

律動-一起加油



<https://www.youtube.com/watch?v=gRkwIA94cjo>

任務十三(大班生限定)

- 1.材料準備：桂冠、繪畫工具、多元素材、黏土工具。
- 2.請大班的小朋友拿出畢業桂冠發揮你的想像力與家人共同創意製作。
- 3.孩子們想像力就是你的超能力，恭喜你們要畢業了，邁向新的里程，請記得在6/10之前完成你獨一無二的桂冠唷，等待畢業典禮的到來。
- 4.完成後，請將過程拍照/錄影下來，寄至 yokafuyo2020@gmail.com，或是帶至學校跟全班分享。

畢業桂冠-參考圖



圖片取自網路

老師的叮嚀

目前學齡前孩子還未接種疫苗，孔雀班孩子們一定要保護好自己，秉持良好生活習慣，從飲食、衛生、睡眠、運動、保持好心情……等等方面，繼續增強身體抵抗力吧！