

健康教師教學檔案

個人簡歷

教師姓名：林玲仙

學歷：臺南大學師資班

經歷：

台南市南區省躬國小實習教師

臺南市南區省躬國小鐘點代課教師-經歷八年

現於省躬國小任教體育、健康

教學活動

教學活動名稱	生病真難過	學程	國小低年級
生命教育學習領域	人與自己	生命教育主題	生命的歷程
教學目標	1.了解生病時的痛苦。 2.體會生病時父母照顧我的辛苦。 3.能知道愛惜自己的身體。		
教學方式	體驗活動	使用教具	《學習單》生病經驗回憶單
適用年級	低年級	建議教學時間	40 分鐘
九年一貫 相關學習領域	社會 健康與體育	九年一貫 相關能力指標	社會 2-1-2 描述身心的變化與成長，並知道身心健康的重要。 健康與體育 1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並表現出整體的舒適感。
教學活動內容			
融入九年一貫課本實例：康軒健康與體育/一上/第四單元：生病了怎麼辦			
回憶生病的經驗，說一說：此班曾經因為腸病毒停課一周，以此當舊經驗揭開本單元序幕			
準備活動：(一) 腸病毒預防影片：教師詢問學生得過腸病毒的經驗。			
發展活動：(一) 回想從小到大，我生過哪些病？			
(二) 再回想生病時：			
(1) 你有什麼想做的事卻不能做？			
(2) 爸媽通常會怎樣照顧你？			
(三) 生病時不但自己受苦，家人也跟著操心，平常我應該注意哪些事，以避免一再生病。			
(四) 下次當你看到家人或朋友生病時，你會怎麼做呢？			

結語/綜合活動/
實踐引導

愛的叮嚀：

在生命的歷程中，生病是每個人都會碰到的，不需要太擔心。當然生病會難過，這時候多麼希望趕快好起來，更希望有人來安慰我、關懷我。其實，由於生病的痛苦能讓我學到平常要愛護身體，不要讓他生病。但因為自己的病苦，能體會到別人生病時的苦。所以，當你看到家人或同學生病時，請你要主動關懷他，照顧他，讓他趕快好起來。

追蹤活動：

填寫〈生病經驗回憶〉學習單。

生病經驗回憶單

_____國小 _____年_____班 座號：_____ 姓名：_____

一、小朋友，請回想一下從小到大的時候，你有過這些病痛的经验嗎？

有的請在() 裡打✓

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. () 頭痛 | 7. () 喉嚨痛 |
| 2. () 發燒 | 8. () 咳嗽 |
| 3. () 眼睛痛 | 9. () 嘔吐 |
| 4. () 鼻塞 | 10. () 肚子痛 |
| 5. () 牙齒痛 | 11. () 手腳受傷 |
| 6. () 嘴巴破皮 | 12. () 生病住院 |

二、再回想一下當你生病時，身體和心裡的感觉；以及家人和朋友的感覺如何呢？

1. 當你生病時候，你有什麼想做卻不能做的事？

2. 當你生病時候，爸媽通常會怎樣照顧你？

3. 生病的時候，不但自己受苦，家人也跟著操心，那麼平常我們應該注意哪些事情，以避免免一再生病？

4. 下次當你看到家人或朋友生病時，你會怎麼做呢？

我的老師：_____

家長簽名：_____

臺南市105學年度省躬國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	生病真難過		
日期	106年 5月 2日	實施班級	一年 三班
簡述課程內容	生病是每個人都會有的經歷，低年級學童由於抵抗力較低，各種病毒容易入侵，本堂課主要讓學生了解病痛來源與如何面對生病		
符合生活技能 項目(勾選)	<input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input checked="" type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input checked="" type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input checked="" type="checkbox"/> 同理心 <input type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：課堂一開始先讓學生觀看腸病毒預防影片		說明：教師請學生分享得過腸病毒的經驗	
			
說明：學生上台分享生病經歷		說明：學生踴躍舉手分享	