

單元名稱：《慢性病遠離，從自己做起》

一、教學設計理念說明：

慢性病單元通常認知層面較重，若以講述方式進行教學並輔以紙筆測驗，雖然能夠達到背誦知識的效果，但缺乏了一些趣味性。因此本教案利用自主學習的概念，先由教師帶領學生摘錄重點，讓學生進行練習，不用單打獨鬥方式，採用團隊的合作，共同完成慢性病學習單。最後再利用小遊戲強化學生對於各個慢性病需要了解的重點，跳脫傳統講述方式，讓知識更生活化，也讓學生能夠體會積極從事健康行為對於預防慢性病是有效的，未來也能將知識轉化成行為，真正達到延緩慢性病或遠離慢性病之目標。

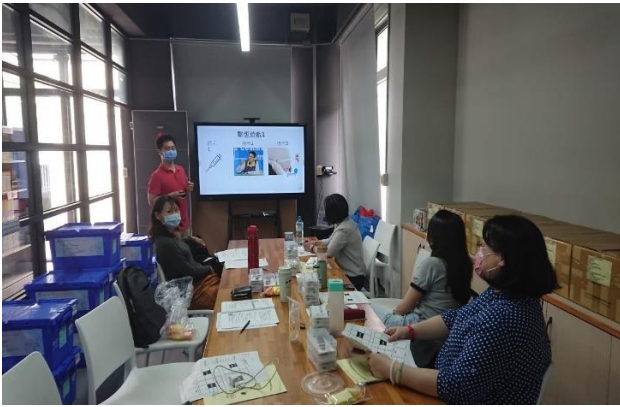
二、教學單元設計：

領域/科目		健康與體育領域/健康教育		設計者	劉志祥
實施年級		8 年級		總節數	4 (本節為第 1 節)
核 心 素 養	總綱核心素養	領綱/科目核心素養		呼應核心素養之教學重點	
	A1 身心素質 與自我精進	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。		透過先閱讀文本、自主歸納重點再進行檢核活動，整合慢性病認知層面能力。讓認知層面趣味化，使知識夠深刻，進而強化情意層面，進而積極實踐健康促進行動來預防慢性病。	
健康促進八大議題		<input type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input type="checkbox"/> 安全教育與急救 <input type="checkbox"/> 性教育含愛滋病防治		<input type="checkbox"/> 健康體位 <input type="checkbox"/> 菸癮防制 <input type="checkbox"/> 全民健保含正確用藥 <input checked="" type="checkbox"/> 慢性病學童健康管理	
生活技能融入		<input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 協商技巧 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 <input type="checkbox"/> 同理心 <input checked="" type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 倡導能力		<input type="checkbox"/> 做決定 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力	
(領綱)學習重點		(1)學習表現 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。			

<p>(2)學習內容</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>(3)學習目標</p> <p>1. 評估執行健康行為對於慢性病的保護或造成的長期衝擊與風險。</p> <p>2. 感受慢性累積後形成健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p>		
<p>議題融入</p>	<p>閱讀教育</p>		
<p>教具設備</p>	<p>見教案內容</p>		
<p>教學活動內容及實施方式</p>		<p>時間</p>	<p>備註</p>
<p>一、課前準備</p> <p>(一)學生：課本</p> <p>(二)教師：</p> <p>1.教學簡報</p> <p>2.慢性病九宮格學習單</p> <p>3.小白板、白板筆、板擦</p> <p>4.慢性病紙條</p> <p>二、引起動機</p> <p>(一) 教師依序給予三個線索，請學生猜出關鍵慢性病為何。</p> <p>三、主要內容 / 活動</p>		<p>03:00</p>	
<p>(一) 慢性病抽絲剝繭</p> <p>1. 教師說明今日第一階段學習任務為利用課本找到慢性病的相關線索：</p> <p>(1) 教師先以惡性腫瘤為例，說明危險與保護因子、早期徵兆、關鍵數字(「4」癌篩檢或全民練「5」功)等口號並補充治療的方式。</p> <p>(2) 給學生 10 分鐘，閱讀課文內容，並運用教師剛剛的提示找出本章各慢性病(高血壓、冠心病、腦中風)的 8 個重點。此時可以在黑板上放出計時時鐘，並建議學生妥善分配時間</p>		<p>17:00</p> <p>(08:00)</p> <p>(08:00)</p>	
<p>2.教師提醒學生，下個階段會發下學習單，因此要在課本上做筆記。</p>		<p>(01:00)</p>	

	<p>(二)慢性偵察隊</p> <p>1. 教師利用引起動機之概念，發下學習單：</p> <p>(1) 教師提醒已經讓同學們先在課本上找了線索，接著要進行第二項任務，並發下學習單。</p> <p>(2) 學習單上有 4 個本節提到慢性病(惡性腫瘤、高血壓、冠心病、腦中風)九宮格：教師讓學生使用剛剛閱讀的筆記，將線索先填入其中一個格子中。並說明每個同學須在一分鐘內分別在四個九宮格空白處，寫下四個答案，待老師說傳遞，才能交給下一位同學。</p> <p>2. 傳給下一位同學後，亦請在一分鐘內在空格寫下線索，且線索不能跟上一位同學重複，以此類推，直到 8 個空格都完成。</p> <p>(三)慢性病間諜現形記</p> <p>1. 教師說明本階段教學活動流程：</p> <p>(1) 抽籤選出 6 位同學，並給予慢性病紙條，紙條中僅有一位和別人不同。</p> <p>(2) 6 位同學須拿白板寫下符合該慢性病的提示。</p> <p>(3) 待老師統一發號施令再將白板轉向大家</p> <p>(4) 教師再抽 1 位同學，請同學猜猜哪一個同學拿到的紙條跟別人不同，並詢問猜的原因。</p> <p>(5) 若該名同學猜中正解，出題 6 人需要全員起立蹲下 10 次；若該名同學未猜出正解，則臺下所有同學含猜題同學皆要做起立蹲下 10 次。</p> <p>2. 每次活動結束，教師可說明同學寫的內容是否符合事實，重複上列步驟，視時間多寡，約可進行 3 個循環。</p> <p>四、總結活動/評量</p> <p>(一) 邀請同學依照引起動機的模式，設計題目及答案，當作回家作業，寫在學習單上，下一節課會給同學猜謎。</p> <p>(二) 教師總結慢性病其實可以透過從事健康促進行為而達到延遲發生或是獲得良好控制。</p> <p>(三) 教師提醒學生下週要將學習單繳回。</p>	<p>15:00</p> <p>(01:00)</p> <p>(04:00)</p> <p>(10:00)</p> <p>08:00</p> <p>(02:00)</p> <p>(06:00)</p> <p>02:00</p>	
<p>評 量</p>	<p>1.能在翻課本找線索期間，專心畫線，找出關鍵詞。</p> <p>2.能完成學習單中的慢性病九宮格。</p> <p>3.於遊戲中判斷慢性病的相關認知概念。</p>		

劉志祥 公開授課成果照片



說課—介紹引起動機小活動



教師帶領腦力激盪活動



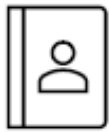
學生認真參與教學活動-寫學習單



課堂活動：慢性病現形記

議課回饋

- 1.課程設計可以調整成四節課:第一節為慢性病及惡性腫瘤的基本概念，第二節透過學習單學習其他慢性病，不侷限在心血管疾病而已。第三節花時間讓學生針對前一節完成學習單進行同儕互評及除錯並設計線索猜出慢性病。最後一節課，教師設計數個情境融入慢性病的預防及照護，讓學生能從情境中覺察危險(保護)因子或是身體訊息，展現慢性病照護的能力，以符合素養導向之學習。
2. 填寫慢性病調查筆記學習單，可以減低認知負載，不會讓課堂淪為教師單向講述。在九宮格的填寫上，本次是用既有框架讓學生自由書寫，或許下次能運用曼陀羅思考法或一半使用限定條件，另外一半維持自己自由尋找重點，避免學生在不同疾病項目寫出相同答案或是未寫到本章節所需了解的核心知識。
- 3.慢性病主題或許也能設計成跑關的模式增加趣味性。



慢性病調查筆記

班級：

座號：

姓名：

	惡性 腫瘤	

	心血管 疾病	

	腎臟病	

	糖尿病	

線索 1

線索 2

線索 3

<p>慢性病遠離， 從自己做起</p> 	<p>聯想遊戲1</p> <p>提示 1 </p> <p>提示 2 </p> <p>提示 3 </p>
<p>腦力激盪</p> 	<p>計時八分鐘 換你做做看</p>  <p>腦中風 </p> <p>冠心病 </p> <p>高血壓 </p>
<p>慢性偵查隊 活動須知</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1.合力完成剩下的空格，不能重複 2.每一個慢性病，都要寫一個線索 3.每回合1分鐘，計時8分鐘 4.老師說交換才能交換 	<p>間諜現形記 活動須知</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.請六位同學上臺拿提示，只有一人不同 2.臺上同學寫下線索 3.全班猜誰跟別人不一樣，多數決 <p>臺下答對 臺下答錯</p> <p>6人起立蹲下 X 10 臺下人起立蹲下 X 10</p>