

嘉義縣南興國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	一年級	年級課程 主題名稱	愛眼、護眼好習慣	課程 設計者	翁志妙	總節數/學期 (上/下)	20/上學期
符合 彈性課程 類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學						
學校 願景	打造健康成長多元學習的智慧學校	與學校願景 呼應之說明	一、透過視力保健的課程，學習保護眼睛的方法，提升身心健康發展。 二、經由多元的教學活動，增加課程的趣味性，培養將觀念實踐於生活中，以達到護眼養眼的好習慣。 三、使用數位媒體，讓學生擁有不同於正式課程的自主學習內容。				
總綱 核心素養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。	課程 目標	一、透過體驗活動，探索視力減弱造成日常生活中的困擾，進而建立正確的保護眼睛觀念。 二、透過具備童趣的護眼媒體內容，理解用眼時間、用眼距離及食物的營養素對眼睛的影響。 三、兩兩一組投球中，樂於與人互動；分組投入箱子，養成團體成員合作的素養，從中理解戶外活動有益健康。				

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	學習活動(教學活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(4)週	跟著眼睛去旅行	<p>生活</p> <p>2-I-1 以感官和知覺探索生活中的人、事、物，覺察事物及環境的特性。</p> <p>2-I-4 在發現及解決問題的歷程中，學習探索與探究人、事、物的方法。</p> <p>語文</p> <p>1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。</p> <p>5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。</p>	<p>1. 說出眼睛可以看見周遭的人、事與物。</p> <p>2. 聆聽及瞭解繪本故事內容。</p> <p>3. 從他人的缺陷去瞭解眼睛的障礙在生活上的不便。</p> <p>4. 體驗眼睛看不見造成行動的限制問題。</p> <p>5. 經由適當的口令、引導傳達意思。</p>	<p>1. 以眼睛觀察事物，覺察眼睛在生活中的功能。</p> <p>2. 利用體驗活動，探索眼睛在黑暗中如何行進，解決心中的不安。</p> <p>3. 養成專心學習，聆聽保護眼睛的可行方法。</p> <p>4. 透過繪本的導讀，了解眼睛對人們的好處，體會盲人的生活經歷。</p> <p>5. 學習用適當的語言表達，尊重不同方式的引導。</p>	<p>1. 根據圖畫中的事物，能說出每一個景物。</p> <p>2. 會觀察及指出眼睛的功能及位置。</p> <p>3. 能仔細聆聽故事內容，並說出故事的主角及狀況。</p> <p>4. 參與體驗活動，遵守活動規則，正確下指令及注意行進間的安全。</p> <p>5. 會分享眼睛看不見的心情與感覺。</p> <p>6. 能清楚知道自己的視力好壞及保護眼睛要注意的事項。</p>	<p>活動一 眼睛看得清</p> <p>1. 教師展示一張圖畫。</p> <p>2. 學生說一說畫中的事物。</p> <p>3. 教師說明為什麼學生們看得到畫中景物。</p> <p>4. 教師請學生找找眼睛在哪?</p> <p>5. 教師說明眼睛的功能。</p> <p>活動二 繪本【海倫·凱勒心視界】</p> <p>1. 教師說繪本故事【海倫·凱勒心視界】</p> <p>2. 師生討論故事內容</p> <p>活動三 體驗活動【你是我的眼】</p> <p>1. 教師說明活動規則。</p> <p>2. 學生一人矇眼，另一人在旁引導至正確的位置。</p> <p>3. 學生分享眼睛看不見的感覺。</p> <p>4. 檢討開學時學生自己視力檢查的良劣。</p> <p>5. 保護眼睛應注意事項的說明。</p>	<p>圖畫</p> <p>繪本【海倫·凱勒心視界】</p> <p>乾淨毛巾</p>	4節

<p>第(5)週 - 第(9)週</p>	<p>坐姿有學問</p>	<p>語文 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 4-I-4 養成良好的書寫姿勢，並保持整潔的書寫習慣。</p> <p>數學 n-I-7 理解長度及其常用單位，並做實測、估測與計算。</p> <p>健體 1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 坐正確的姿勢。 2. 調整與桌面的距離。 3. 量自己眼睛與桌面的長度。 4. 握筆練習。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 養成專心學習，聆聽正確的姿勢對身體的好處。 2. 養成食指與大拇指夾住筆，其他三指輔助的正確握筆方式。 3. 與桌上書本保持距離，雙手平放，養成良好的書寫姿勢及習慣。 4. 理解眼睛到桌面的大概長度是可以保護眼睛。 5. 認識寫字的正確坐姿是身體健康的方法之一。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認真觀看影片，了解眼睛和書本的距離不能過近。 2. 會拿 35 公分的繩子量身體與書桌的大概距離。 3. 能仔細觀察握筆的寫字姿勢是身正、筆正。 4. 能正確利用五指手根拿筆及筆桿停放的位置。 5. 完成學習單。 	<p>活動一 執筆坐姿聽一聽</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀賞影片【保護眼睛的原則】 2. 教師說明眼睛與桌面書本的距離。 3. 拿 35 公分的繩子量自己與桌面的距離 4. 學生到台上示範給大家看。 <p>活動二 執筆坐姿練一練</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 講解及觀看作業本封頁背面的握筆寫字姿勢圖。 2. 播放執筆歌。 3. 學生拿筆練習。 <p>活動三 執筆坐姿寫一寫</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 複習握筆寫字姿勢 2. 教師指導學生利用正確執筆坐姿寫學習單。 	<p>https://www.youtube.com/watch?v=zjEtfStB8tB8</p> <p>鉛筆 桌椅 35 公分的繩子 學習單</p>	<p>5 節</p>
<p>第(10)週 - 第(15)週</p>	<p>愛眼動一動</p>	<p>健體 1a-I-2 認識健康的生活習慣 3c-I-2 表現安全的身體活動行為 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>生活 7-I-4 能為共同的目标訂定規則或方法，一起工作並完成任務。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 戶外活動-玩遊戲。 2. 戶外運球。 3. 戶外傳球接球。 4. 看準投球。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識戶外活動對健康的幫助並養成習慣。 2. 從事遊戲活動時，能注意自己與他人的相對關係，表現安全的行為。 3. 參與活動時，能認真的將運球、傳球與投球的技巧學會。 4. 各組組員都能一起將球投入箱子，完成任務。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能仔細聆聽戶外活動對保護眼睛的好處。 2. 能參與遊戲，遵守遊戲的規則並注意遊戲安全。 3. 能控制球，仔細看，將球運到指定的地點。 4. 能依分組分配和同學練習傳球、接球活動，及遵守規定。 5. 能看準目標，將球依力道大小投進箱子裡。 6. 能互相尊重，贏的一組對輸的一組說鼓勵的話。 	<p>活動一 戶外活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師說明護眼戶外活動每天至少 2 小時 2. 戶外活動的項目說明 3. 玩遊戲-紅綠燈。 <p>活動二 戶外運球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明遊戲規則。 2. 學生每人運球至指定點。 3. 運球大挑戰 <p>規則：中間為中心點，分別向前後左右運球，再回到中心點。</p> <p>活動三 戶外傳球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明傳球規則。 2. 二二一組，互相傳球、接球。 3. 成功接住十顆的組別坐下。 4. 傳球換玩法。 <p>規則：坐在地板上傳球給對方</p> <p>活動四 投球入箱</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明遊戲規則。 2. 學生每人練習投球入箱子裡。 3. 分二組投球進入箱子裡。 4. 投進多顆者獲得勝利。 	<p>三角錐 排球數顆 紙箱</p>	<p>6 節</p>

<p>第(16)週 - 第(20)週</p>	<p>怎看怎吃眼不癢</p>	<p>語文 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 數學 n-I-7 理解長度及其常用單位，並做實測、估測與計算。 健體 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 生活 1-I-4 珍視自己並學習照顧自己的方法，且能適切、安全的行動。 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p>	<p>1. 說出「30分鐘」做的時間有哪些。 2. 計時器設定時間。 3. 腳步數數測長度。 4. 射飛標。 5. 前一天的晚餐菜單。 6. 護眼食物學習單。</p>	<p>1. 透過影片的播放，聆聽訊息，說出眼睛近距離長久使用的後果。 2. 利用腳步行走的步數，理解2-3公尺大概的長度。 3. 參與護眼的學習，表現行為於日常生活中。 4. 珍視自己的眼睛，學習用正確的方法保護眼睛。 5. 願意參與護眼方法的討論，表現出近距離用眼後要看遠，以及瞭解對眼睛有益的食物。</p>	<p>1. 能認真觀看影片，從影片中瞭解與書的距離是35公分，坐姿要端正。 2. 閱讀時達到30分鐘，休息10分鐘。 3. 能認真觀看影片，從影片中瞭解與螢幕的距離是2-3公尺。 4. 能計算走路的步數。 5. 能參與遊戲，遵守遊戲的規則並注意遊戲安全。 6. 能正確說出前一天的晚餐食物內容。 7. 對於食物的喜好，能以數字表達個人的感覺。 8. 能瞭解哪些食物是可以顧眼。 9. 完成學習單。</p>	<p>活動一 閱讀姿勢、時間要正確 1. 觀看護眼影片。 2. 師生共同討論影片內容。 3. 設定時間(30分鐘內)看一本書。 活動二 影片距離不忽視 1. 看電視影片的距離說明。 2. 教師量 2-3 公尺的距離，學生以腳步走走數數。 3. 遊戲-射飛標。 4. 觀看影片【唐朝小栗子-靈魂之窗】。 5. 師生共同討論影片內容。 活動三 愛眼食物不可少 1. 學生說一說昨天的晚餐食物有哪些。 2. 這些食物的喜歡程度(給 1-10 分說說看)。 3. 觀看護眼影片。 4. 師生共同討論影片內容。 5. 護眼食物找一找。 3. 寫護眼食物學習單</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=f70bRsNnqYE 繪本 1 公尺的紙尺 吸球 https://www.youtube.com/watch?v=eK3wAv8RTwM 蔬果圖片、零食圖片 https://www.youtube.com/watch?v=9g81AWH2810 搶救孩子惡視力，護眼營養素 學習單</p>	<p>5 節</p>
<p>教材來源</p>	<p><input type="checkbox"/>選用教材 () <input checked="" type="checkbox"/>自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)</p>							
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/>有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)</p>							
<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/人數) ※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人) ※課程調整建議(特教老師填寫)： 特教老師姓名： 普教老師姓名：翁志妙</p>							