

嘉義縣南興國小 113 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*是否融入 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <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	健康 快樂 感恩 卓越		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、快樂學習，培養將觀念實踐於生活中，以達到護眼養眼的好習慣。 三、藉由課程學習，了解身體的由來及可貴，並感謝父母，感恩身邊的人。 四、使用數位媒體輔助教學，讓學生學以致用，追求卓越，成為護眼的力行者。			
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	跟著	生活 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。 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。	1. 說出眼睛可以看見周遭的人、事與物。 2. 聆聽及瞭解繪本故事內容。 3. 從他人的缺陷去瞭解眼睛的障礙在生活上的不便。 4. 體驗眼睛看不見造成行動的限制問題。	1. 以眼睛觀察事物，覺察眼睛在生活中的功能。 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。 3. 養成專心學習，聆聽保護眼睛的可行方法。 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。 5. 學習用適當的語言表達，尊重不同方式的引導。	1. 根據圖畫中的事物，能說出每一個景物。 2. 會觀察及指出眼睛的功能及位置。 3. 能仔細聆聽故事內容，並說出故事的主角及狀況。 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。 5. 會分享眼睛看不見的心情與感覺。	活動一 眼睛看得清 1. 教師展示一張圖畫。 2. 學生說一說畫中的事物。 3. 教師說明為什麼學生們看得到畫中景物。 4. 教師請學生找找眼睛在哪? 5. 教師說明眼睛的功能。 活動二 繪本【海倫·凱勒心視界】 1. 教師說繪本故事【海倫·凱勒心視界】 2. 師生討論故事內容 活動三 體驗活動【你是我的眼】 1. 教師說明活動規則。	圖畫 繪本【海倫·凱勒心視界】 乾淨毛巾	4 節

- 第(4)週	眼睛去旅行	語文 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。	5. 經由適當的口令、引導傳達意思。		6. 能清楚知道自己的視力好壞及保護眼睛要注意的事項。	2. 學生一人矇眼，另一人在旁引導至正確的位置。 3. 學生分享眼睛看不見的感覺。 4. 檢討開學時學生自己視力檢查的良劣。 5. 保護眼睛應注意事項的說明。		
第(5)週 - 第(9)週	坐姿有學問	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。 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 1a-I-2 認識健康的生活習慣。	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。	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。	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. 能正確利用五根手指拿筆及筆桿停放的位置。 5. 完成學習單。	活動一 執筆坐姿聽一聽 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。 活動二 執筆坐姿練一練 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。 活動三 執筆坐姿寫一寫 1. 複習握筆寫字姿勢 教師指導學生利用正確執筆坐姿寫學習單。	https://www.youtube.com/watch?v=zjEftS1tB8 鉛筆 桌椅 35 公分的繩子 學習單	5 節
第(10)週 - 第(15)週	愛眼動一動	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。 生活 7-I-4 能為共同的目標訂定規則或方法，一起工作並完成任務。	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。	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。	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。	活動一 戶外活動 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。 活動二 戶外運球 1. 說明遊戲規則。 2. 學生每人運球至指定點。 3. 運球大挑戰 規則：中間為中心點，分別向前後左右運球，再回到中心點。 活動三 戶外傳球 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。 規則：坐在地板上傳球給對方 活動四 投球入箱 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。	三角錐 排球數顆 紙箱	6 節

第(16)週 - 第(20)週	怎看怎吃眼不癡	<p>語文 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。</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 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>2. 計時器設定時間。</p> <p>3. 腳步數數測長度。</p> <p>4. 射飛標。</p> <p>5. 前一天的晚餐菜單。</p> <p>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。</p> <p>2. 利用腳步行走的步數，理解2-3公尺大概的長度。</p> <p>3. 參與護眼的學習，表現行為於日常生活中。</p> <p>4. 珍視自己的眼睛，學習用正確的方法保護眼睛。</p> <p>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。</p> <p>2. 閱讀時達到30分鐘，休息10分鐘。</p> <p>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。</p> <p>4. 能計算走路的步數。</p> <p>5. 能參與遊戲，遵守遊戲的規則並注意遊戲安全。</p> <p>6. 能正確說出前一天的晚餐食物內容。</p> <p>7. 對於食物的喜好，能以數字表達個人的感覺。</p> <p>8. 能瞭解哪些食物是可以顧眼。</p> <p>9. 完成學習單。</p>	<p>活動一 閱讀姿勢、時間要正確</p> <p>1. 觀看護眼影片。</p> <p>2. 師生共同討論影片內容。</p> <p>3. 設定時間(30分鐘內)看一本書。</p> <p>活動二 影片距離不忽視</p> <p>1. 看電視影片的距離說明。</p> <p>2. 教師量2-3公尺的距離，學生以腳步走走數數。</p> <p>3. 遊戲-射飛標。</p> <p>4. 觀看影片【唐朝小栗子-靈魂之窗】。</p> <p>5. 師生共同討論影片內容。</p> <p>活動三 愛眼食物不可少</p> <p>1. 學生說一說昨天的晚餐食物有哪些。</p> <p>2. 這些食物的喜歡程度(給1-10分說說看)。</p> <p>3. 觀看護眼影片。</p> <p>4. 師生共同討論影片內容。</p> <p>5. 護眼食物找一找。</p> <p>3. 寫護眼食物學習單</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=f70bRsNnqYE</p> <p>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>	5節
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 () <input type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)							
本主題是否融入資訊科技教學內容	<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)							
特教需求學生課程調整	<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)</p> <p>※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)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫):</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師姓名:</p> <p style="text-align: right;">普教老師姓名: 翁志妙</p>							

填表說明:

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週3節，共開社區文化課程1節、社團1節、世界好好玩1節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫3份。