

領域/科目	健體領域/健康	設計者	張銘倫
實施年級	五年級	教學節次	共 1 節，本次教學為第 1 節
單元名稱	視力保健		
設計依據			
學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 能在課堂中專注學習。 ● 能夠說出正確保護眼睛的行為。 	核心素養
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 認識眼睛構造。 ● 了解近視的成因。 ● 知道近視是不可逆的。 ● 能知道如何避免近視。 ● 能對視力保健有實際作為。 	
			<ul style="list-style-type: none"> ● -E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 ● E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。
教材來源	自編		
教學設備/資源	簡報與電子白板、陽光下保護眼睛之物品		
學習目標			
<ul style="list-style-type: none"> ● 學生能正確說出近視成因。 ● 學生能正確說出保護眼睛的知識。 ● 學生能將所學運用於實際生活之中。 			

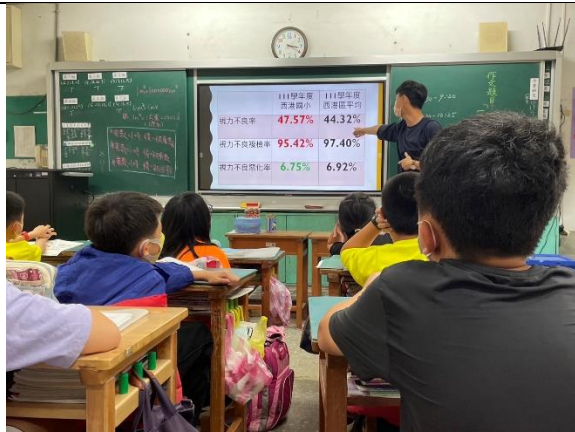
教學活動設計			
教學活動內容及實施方式		時間	備註
<ul style="list-style-type: none"> ● 引起動機 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問學生，記得昨天使用 3C 多少時間? -學生舉手回答。 2. 教師提問：那請問昨天戶外活動多少時間? -學生舉手回答。 3. 教師統整說明，3C 使用時間與戶外活動是否足夠。 ● 發展活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師出示 110 學年度西港區與西港國小視力平均表，並提問：小朋友們覺得為什麼我們會比同區平均還差，可能的問題在哪? -學生回答。 2. 進行眼睛構造介紹。 3. 進行近視宣導。 4. 以生活中常見情形，讓學生了解視力保健實際操作。 ● 綜合活動 體驗盲人活動，讓學生更了解視力的重要性。 		5 分鐘	口頭評量
		25 分鐘	口頭評量
		10 分鐘	實作評量
參考資料：（若有請列出） 中華民國眼科學會。			



視力保健課程



說明近視的危害與不可逆性



說明西港國小目前的視力狀況



盲人體驗