

健康教育教材教法研究

國中教師組應用科學科第二名

花蓮縣光復國民中學

作 者：李佳樺

一、研究動機

希望健康教育達到「寓教於樂」、「教育即生活」的目的。

二、研究目的

一般上課氣氛與方式是嚴謹、權威、少變化的，長久以來，埋沒了學生創作的潛能及活潑的性情，希望藉此研究過程，能培養自由、民主、輕鬆的氣氛，鼓勵學生踴躍發表意見，所以只要運用得當，此乃具有創造性與挑戰性的教學。對健康教育之發展，助益非淺。

第一單元 純布板

一、研究設備器材：純布、三合板

二、研究過程：將純布黏在木板上，可以做成各種形式，如人體形狀，手提式等。教材的揭示是在教材背面釘上子母帶，再將獨立的小圖片逐一示出。

三、實驗於(一)第一篇第二章：身體的生長發育與形態。

(二)第一篇第三章：運動器官的保健。

(三)第一篇第四章：消化器官的保健。

(四)第一篇第五章：呼吸器官的保健。

(五)第一篇第十章：神經系統的保健。

四、討論：

(一)優點： 1.能集中學生的注意力。

2.使用簡便、節省教學時間。

3.具有電影的活動效果，圖形是活動連續出現，使學生印象深刻。

- (二)缺點：1.不易表達抽象概念。
2.表演時間不宜過長，以免枯燥。

第二單元 投影機

- 一、研究設備器材：自製影幕、投影機、透明片 300 張、油性筆。
- 二、研究過程：買透明片用油性筆或水性筆自繪，凡課程大綱的介紹，或以某一主題的教材發展出一系列生動的連環圖畫。
- 三、實驗於：(一)第四篇安全的生活，第二、三、四、五章。
(二)第五篇疾病的預防，第一～九章。
(三)第六篇健康的家庭，第一、二、三、四、六章。

四、討論：

- (一)優點：1.可將活潑、生動的畫面或簡捷的文字、內容、投影放大。
2.不需遮光設備，使用方便，可免除粉筆灰，節省上課時間，可充份配合其他教材教法使用。
3.以說故事方式授課或由學生依圖畫解說、舉例，可建立學生整體的概念。
4.老師面對學生，可維持教室內的秩序。
- (二)缺點：1.時間以 25 分鐘為宜，最好再配合另一種教法。
2.透明片貴了些，且上課前須花很多時間準備。但好教材，可一再使用。
3.利用重疊效果，可評鑑學生。

第三單元 示範法

- 一、研究設備器材：(一)五大類食物。
(二)自製夾板長短六片、三角巾、絲襪、繩子、哨子、急救箱、竹子二根、制服四件。
(三)學生自製吸煙裝置。
- 二、研究過程：係利用實物實驗來輔助教學，或是示範急救技術的操作。
- 三、實驗於：(一)第三篇營養的食物，第二、三、四章。
(二)第四篇安全的生活，第四章：意外災害的急救。
(三)第一篇第十三章：吸煙和健康。

四、討論：

- (一) 優點：1. 將傳達的概念，透過實物示範來教學。
2. 激發學生的多重感官，幫助學生建立健康行為的取向。
3. 提供實際參與學習活動的機會。
4. 可由學生的重覆示範中，做自我教學的改進及學生學習的評鑑。
- (二) 缺點：1. 示範所須的設備，應力求完善，最好有資源教室或特科教室，可充份使用「模擬情境教學法」。
2. 易受外在因素影響而導致失敗，例如：學生人數過多，坐位安排不易。
- (三) 改善教法：抽象的概念，可經由教師的舉例講解，以增進學生對本單元的了解與認識。

第四單元 遊戲法

- 一、研究設備器材：心臟圖形的構造、團體遊戲。
- 二、研究過程：由圖形的講解，使學生認識循環器官的構造，再由走圖形的遊戲，使學生明瞭並熟悉大小循環的途徑。
- 三、實驗於：(一)第一篇第七章血液的運輸—循環。
- 四、討論：

- (一) 優點：1. 由走圖形的遊戲使學生明瞭且熟記大小循環的途徑與功能。
2. 學生能夠從事逼真的學習。

- (二) 缺點：需有空地，由小老師事先繪圖，下雨天易受阻，故最好有特科教室。

第五單元 角色扮演法

- 一、研究設備器材：八頂消化系統的帽子、氣球、燒杯六個、漏斗、髮夾、紅藍墨汁、透明塑膠。
- 二、研究過程：以戲劇的方式，發揮學生的想像力，來探索某些衛生觀念或人際關係。
- 三、實驗於：(一)第三篇第六章消化和飲食習慣。
(二)第二篇第三章增進心理健康的途徑(一)(二)。

- 四、討論：

(一)優點：1.學生能了解食物在人體的消化過程。

2.使學習氣氛更加活潑有趣。

(二)缺點：1.可能使學生把重點放在演戲的技巧或台詞，而忽略了更重要的教學目的。

(三)改善教法：教師先就本單元的教學內容作講解，而後利用情境的設計及角色的扮演，評量學生了解的程度、澄清誤解，加深印象，及引發更濃厚的學習興趣。

第六單元 布偶戲

一研究設備器材：小影幕、三角架、布娃娃。

二研究過程：由布偶的表演使學生了解血液的各種成分及其特殊功能。三個布娃娃各代表白血球、紅血球、血小板。並先由小老師錄好內容。

三實驗於：第一篇第七章生命的泉源—血液。

四討論：

(一)優點：利用學生熟悉之物，使用戲劇效果，提供學生參與機會，引發特殊興趣，加深學生對教材的熟悉。

(二)缺點：需先分配學生熟讀對白，較費事，故可改善將對白錄成錄音帶。

(三)教法之改善：1.錄音帶的製作，可利用寒暑假間，人選不以學生為限。

2.布偶戲事先錄好，於課中播放。

(四)教具之改善：布偶戲三角架。

第七單元 腦力激盪法

一研究設備器材：壁報紙、白紙 50 份。

二研究過程：將所有學生對於特殊問題的主意累積起來，以解決問題，運用各人腦力，作創造性的思考，務使思潮澎湃激盪，如暴風雨之驟臨，以求問題之解決。

三實驗於：第六篇第一章健康家庭的重要。

四討論：

(一)優點：1.真正的討論前預先有暖熱的功夫，造成融洽氣氛和心理

上的激盪預備狀態。

- 2.問題的選擇，以大多數成員共有的問題或在生活上較會遇到的問題為準，題目範圍須窄些，免得主意產生過於迂闊不好歸納。
- 3.討論的題目應是開放性的，有多種可能性的答案。其過程不是批評，可提供學生自由表達的機會，達到學習與人溝通。
- 4.激發創造性思考。

(二)缺點：1.太大的團體易失去控制、思考分歧，尋不回主題，改善之道。課前先告之主題。

(三)教材之改善：先經輪流提案及投票表決後，取較重要的1~2個問題，再透過全班性腦力激盪之運用，尋求問題之解決。然後於單元教學結束前作綜合說明，由於活動的進行，極費時，教師在時間方面應做妥善控制。如：明言：「給大家5分鐘的時間儘量提出可行的解決方法」。

第八單元 欣賞教學法

一研究設備器材：書報雜誌有關「房子」的圖畫。

二研究過程：學生課前蒐集一份以上室內設計圖，房子設計或各地風景畫。課中活動：每位同學上台報告：所欣賞之處，不欣賞之處，以及其特色。

三實驗於：第六篇第二章家庭環境衛生，第1~4節。

四討論：(一)培養學生對生態環境的保護。

(二)建立欣賞的價值觀，可體驗生活真、善、美的事物。

第九單元 模擬情境教學法

註：查資料尚無此名詞，觀念源自大四安全教育課程。

一研究設備器材：急救箱、三角巾、襪子、手帕、紗布、繩子、木條、竹子、衣服、飲料。

二研究過程：係利用模擬情境示範法，使學生能充份了解各種急救方法，並能運用於日常生活。

三 實驗於：第四篇第四章：意外災害的急救（一）（附件八），教學活動設計八

四 討論：

(一) 優點：1.老師預先編好某種情境內容，上課前召集小老師將表演大綱說明一下即可。

2.學生有機會親身體驗各種發生的假想情況，有如演習。

3.老師可視班上個性，臨時編造許多故事，常引起異想不到的樂趣。

4.可隨意利用學校任何地域，甚或到近郊。

(二) 缺點：1.若各班進度不一，課堂召集小老師解說較費時，故可改善為先將內容大綱寫好，印九份發給小老師。

此外，教學法中，常用的尚有：(一)小組討論法。(二)利用視聽器材教學以及室外參觀教學。

五 討論：如何快速分組：

優點：1.學生上台報告容易緊張，改在台下，可省時間，避免緊張。

2.以排為輪流單位，分配組長較易，避免重複。

3.桌子合併較整齊，用於急救技術的演練較合適。

三、結論

健康教育是在增進人類健康。知識的傳授為其手段，故其價值在於“能”的應用，樂於實踐。教材、教法的選擇，會影響受教者在健康知識的吸收及應用的意願。何種教材應配合何種教法，才能獲得最好的教學成效是身為健康教育教師所不能不慎加考慮的。教學成果及尋求資源之過程展示於前，以為有志者之參考。

教學法不是僵化、冷硬的，而是活的，有熱的。一位老師，一種教材什麼樣的方法給學生呢？完全在於老師基於一份對教育事業的熱心，對青年學生的摯愛，而予以設計的，運用之妙，存乎一心，是教學法最好的詮釋。

四、參考資料

(一) 資料來源，原始於大學健康教育教材教法課程的筆記。

(二) 參考大學同學的專題報告及小組研究資料。

註：(1)同班同學各小組的教材製作(2) $\frac{1}{4}$ 來自台北中正國中方淑敏
、尤銘香、黃惠玲等人之資料(3) $\frac{1}{4}$ 是自己繪製(4) $\frac{1}{4}$ 來自系館。

(三) 參考資料過於繁多，無法全部影印，僅以照片二張代表，並影印
最相關參考資料（如有需要他日另補）。

(四) 如下圖所示資料是：團體發展與研究、社區組織發展、健康教育
文獻選讀等課程及資料的蒐集影響我至深，許多構想、動力、態度及資源利用皆源自於上述課程。

其他：我喜歡資源一辭，包括「儲存資源」、「利用資源」、「爭取資源」。在大學中，喜歡彙集個人專題報告及小組的研究資料或是團體研究協製的作品。此期即是「儲存資源」階段。

任教東部學校，一年級九班，僅一位健教老師。生性喜歡像「使用自來水」般利用資源，因此便開始了解社區環境，尋找資源。首先意外發現投影機及錄影機，異常興奮。第一個月便著手繪製「透明片」。其中所需用具，是請事假親赴台北購買。然後邊教邊製作。第一篇資料取自「掛圖」、「生理學」不虞匱乏。但第二篇已預料難行，於是第二個月再赴北系圖書館，將所需資料手抄一份，便開始進入「爭取資源」階段。此期人際關係及意見溝通十分重要。剛開始或許是常親赴台北購買教材且抱著「開源節流」的態度，慢慢使用經費，引起教務主任、組長的興趣與支持。得到「有求必應」的安全感後，便陸續購買教具。如此順利許多靈感便來到。此時又發現另一可貴的資源：人力資源。如果一個學生助我一臂之力，三個學生豈不就是三頭六臂。因此我善用學生的才能與參與熱忱，展開一連串的教學計畫。人力資源的尋求也是我一大困難，幸自己處事抱著：心中無難事，處之以“誠”，再難也可迎刃而解的原則，並採用自己「臨事作事」的態度，預先策畫，再加上一開始先培育每班兩名健康小老師，協助我教具的製作，課前活動的準備，搬運教具，課堂的紀錄資料等教學活動

，一切幾近所願。

任教東部，交通往返費時，常遭遇到不易獲得健康資訊、視聽器材，尤其是軟性媒體的借用及拷貝，需一番策畫，才能源源不斷。

一年半來，一直想爭取特科教室而不得，並希望成立健康中心進而發揮其功能。這些都和主管單位的意見溝通有著密切關係，抱著一份自我的期許，希望達成下述目標：(一)如果在東部地區獲得最新資訊；並建立聯絡網，以充實教材教法，輔助教學目標的達成。(二)溝通學校健康教育委員們的意見，促進其意願，使健康教育得以充份發揮其功能。

評 語

(一)科學教育之能否見效與落實，端賴教具之製作與運用。

(二)本作品作者，經較長期的努力，自製教具多種，頗著績效。

(三)在教學過程中，經由教具的輔助，學生獲較具體親切的經驗與知識。

(四)健康教育，除有關“生理衛生”外，還有“心理衛生”部份，尚望作者繼續研究，增製有關後者的教具，使健康教育的教學，更臻完美。