

臺南市 112 年度「ChatGPT 教學模組」課程設計			
設計者	李國生、王盈霖	教學時間	200 分鐘
領域名稱	健康與體育	適用年級	五年級
單元名稱	事故傷害知多少	關鍵字	校園安全、生活周遭暗藏的危險、冒險行為、促進安全
資源檔案	1. https://techpro.tn.edu.tw/modules/kw_class/web/gpt.php (AI 引導) 2. https://chat.openai.com/ (ChatGPT) 3. https://openai.com/dall-e-3 (DALL-E3) 4. https://www.bing.com/search?q=Bing+AI&showconv=1&FORM=hpcodx (Copilot) 5. https://www.bing.com/images/create?FORM=GENILP (Microsoft Bing 影像生成工具) 6.南一版健康與體育課本五上電子教科書 7.創課坊電子書		
設計理念	1.利用「AI 聊天工具」提供互動學習體驗，激發學生對健體領域的興趣。 2.結合多媒體資源，引導學生覺察生活周遭潛藏的危險，並能提出預防方法，使課程生動有趣。 3.鼓勵學生提問、思考，並以「AI 聊天工具」回答疑問、提供反饋。 4.同時，融入人際互動元素，豐富課堂內容，幫助學生更深入理解性別的多元面貌。 5.結合現代科技的互動式健體教學將激發學生學習動力，以促進學生的身心健康。		
教學目標	一、認知 (一)能了解危險情況可能造成的傷害。 (二)能了解生活中常見的冒險行為及可能會造成的危險。 (三)能認識簡易止血方式及運動傷害防護技巧。 二、情意 (一)能認同預防校園與休閒活動傷害的安全須知。 (二)能了解具備健康安全生活技巧的重要性。 三、技能 (一)能判讀校園安全地圖,並能理解其對健康維護的重要性。 (二)能設計校園安全地圖及安全須知。		

	<p>(三)能制定改善危險行為的計畫。</p> <p>(四)能演練拒絕冒險行為的情境。</p> <p>四、行為</p> <p>(一)能在不同休閒環境中覺察潛在危機,並培養解決問題的能力。</p> <p>(二)能自我反省與修正冒險行為,展現促進健康的行動。</p> <p>(三)能檢視自我行為,在日常生活中落實健康安全生活的行動。</p>	
課程設計與內容		時間
<p>【活動 1：校園安全地圖探索】</p> <p>一、重點：校園是學童生活的場域，應對於自己所處的空間有所認識，確切的知道哪些地方有危險或需要多加注意。</p> <p>二、活動（建議節次：第一節）</p> <p>（一）認識「校園安全地圖」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.引導學童探索校園，發現校園死角並標記於校園地圖上，以激發其安全意識，並確切掌握校園的安全性。 2.教師可在過程中解說每個危險角落或空間，提醒學童注意，避免不必要的傷害發生。 <p>（二）教師引導學童討論校園裡有哪些地方容易造成受傷的情況，並寫下可能受傷的原因和預防的方法。(AI 引導 1)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.校園裡常發生意外的地點 <ol style="list-style-type: none"> (1)走廊：轉角是視線死角，若在走廊奔跑，容易和轉角處的人對撞。 (2)教室：教室裡桌椅、櫃子多，容易碰撞到硬物銳角而受傷、瘀青。 (3)遊戲器材區：學童經常錯誤使用遊戲器材，造成受傷的情況。 (4)運動場：如跑步跌倒擦傷、打籃球手指挫傷等。 2.我們都知道，若能加強環境安全和教育，能夠降低許多意外的發生。要預防這些校園裡的意外傷害，我們可以做哪些事？ <ol style="list-style-type: none"> (1)提供安全的環境與器材。 (2)事先熟悉學校環境。 (3)加強生活與安全教育。 		<p>10 分</p>
<p>（三）教師引導學童為學校畫一張校園安全地圖。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師提問：「我們如何讓同學們清楚的知道校園裡有哪些地方存在危險？提醒大家來注意自己的安全呢？」 2.學童自由回答，教師統整並帶入繪製校園安全地圖的概念。 3.教師指導學童閱讀相關的資料，了解「校園安全地圖」繪製程序及方法。(AI 引導 2) 4.依校園平面圖將校園分成數個區域，各組就其分配區域進行調查。 		<p>15 分</p>

<p>(四)教師引導學童了解，學校為了預防事故傷害，訂定了許多安全須知。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.不過早到校或過晚離校，不獨自到校園偏僻角落。 2.上下課、上廁所時與同學一起行動。 3.切勿聽信陌生人的要求，遇陌生人搭訕、跟蹤或緊急狀況，應大聲求救吸引他人注意。 4.過馬路時，應配合導護老師或志工的指揮，並走在行人穿越道上。 5.在走廊上及樓梯輕聲慢步，勿奔跑嬉戲。 6.不攀爬欄杆、扶手或校內植物，也不擅自到建築物頂樓。 7.與同學之間的玩耍應避免身體的不當碰觸。 8.使用校園遊戲器材應遵守使用方式。 9.不在校內停車場逗留或嬉戲。 	5 分
<p style="text-align: center;">(AI 引導 3)</p> <p>(五)教師引導學童分組討論，為學校訂定一個最符合需求的校園安全規範須知，完成後請學童上臺分享，並請不同組別之間給予回饋。</p> <p style="text-align: center;">~ 第一節結束/共 5 節 ~</p>	10 分
<p>【活動 2：危險大偵蒐】</p> <p>一、重點：發現生活周遭暗藏的危險及可能帶來的傷害，並避免危險情況發生。</p> <p>二、活動（建議節次：第二至三節）</p> <p>(一)教師播放電子書，引導學童討論公園運動器材暗藏的危險。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.器材：兒童的手腳細小，容易伸入器材縫隙被卡住。另外兒童力氣小，不易控制器材活動範圍，容易被砸傷。 2.服裝：應穿透氣、吸汗的衣服，並搭配合適的運動鞋，切勿穿涼鞋或拖鞋。 3.身體狀況：運動時應評估身體狀況，出現不適的狀況時應休息。 	10 分
<p style="text-align: center;">(AI 引導 4)</p> <p>(二)教師引導學童討論曾經在哪些場域遭遇過危險，並記錄下來與同學分享。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.運動場 <ol style="list-style-type: none"> (1)常見的危險：熱身不足，而造成骨骼、肌肉、肌腱或韌帶的傷害。 (2)運動傷害之處置：受傷部位不宜繼續活動，可冰敷減少肌肉抽筋，使疼痛減輕。 2.交通 <ol style="list-style-type: none"> (1)常見的危險：沒有走行人穿越道、天橋或地下道而發生車禍。 (2)交通事故之處置：盡速設法脫離險境，防止事故擴大。 3.游泳池 <ol style="list-style-type: none"> (1)常見的危險：在池邊追逐嬉戲或隨意跳水，造成跌傷或骨折。 (2)游泳池傷害之處置：應儘快移置安全處進行消毒並包紮。 	10 分
<p style="text-align: center;">(AI 引導 5)</p>	40 分

(三)戶外休閒活動的潛在危險和改善措施

1.騎自行車

- (1)選擇適當的騎乘路線，確實遵守交通規則及行車號誌，行進時靠右側或慢車道，轉彎時注意與大車的距離，遠離死角。
- (2)視線不良的天候（下雨天、濃霧）騎車應特別注意路況。
- (3)不與人競速、騎快、並排騎車，應保持適當的速度與距離，以縱隊方式前進，保持健康休閒的目的。
- (4)變換車道前，注意後方來車，並以信號手勢告知其他駕駛人注意。
- (5)適時補充水分，注意身體狀況，做好防晒，避免中暑或晒傷。

2.登山活動

- (1)事前制定登山計畫，確保了解登山路線。實際行走時，應注意路況，遠離危險邊坡。
- (2)山區氣候變化快速，應攜帶足夠保暖及防水衣物、飲用水、乾糧、過夜裝備，並穿著登山鞋。
- (3)避免單獨登山，應有嚮導帶領或體能相近的同伴同行，並準備具備定位及通訊功能的器材，如指北針及衛星電話。
- (4)出發前確認氣象及山區狀況，若已發布警報，應取消活動。
- (5)登山時應避免對山林動、植物的干擾或破壞。

3.野溪戲水

- (1)臺灣河流湍急，遇到暴雨容易造成溪水暴漲，應避免到偏遠、沒有設置救生員的水域戲水。
- (2)戲水時，若發現天氣驟變或溪水變色等現象，應立即離開溪邊，往高處避難。
- (3)溪邊設有「禁止游泳」或「水深危險」等標示，就不可在此處戲水，因水域可能有未知的水流及地勢落差，容易導致溺水的悲劇。
- (4)若到水庫下游戲水，要特別注意洩洪資訊。
- (5)不隨意跳水，避免受傷。
- (6)戲水時應穿著泳衣。
- (7)遇到他人溺水情況時，應冷靜求救並尋找救生物品，不可貿然下水。

(AI 引導 6)

(四)師生共同歸納

- 1.依學童發生事故傷亡率，我們大概可知道學童最容易遭受的危險可區分為交通安全、水域安全、防墜安全、防災安全、食藥安全等五個面向。
- 2.無論是進行何種戶外休閒活動，都應準備急救包，以備不時之需。
- 3.意外事件容易導致生命財產的損害，我們應增加安全知識的儲備，擁有正確的認知，搭配安全、健康的活動環境，就能減少危險情況發生。

(五)我的安全宣言：教師引導學童依照課本情境討論相對應的改善措施，寫下自己想要改善的危險行為，並訂定計畫加以實踐。（答案僅供參考）(AI 引導 7)

20 分

【活動 3：危機四伏的行為】

一、重點：能了解冒險行為可能造成的危險，並自我反省與修正，展現促進健康的行動。

10 分

二、活動（建議節次：第四節）

(一)教師播放電子書情境，說明冒險行為的定義及做出冒險行為的可能原因。

1.可能做出的冒險行為及其原因（原因僅供參考，教師可開放學童討論）

(1)爬圍牆進入校園：不想走到大門。

(2)和同學比賽從高處跳下：錯誤的勇氣展現，想得到同學讚美。

(3)喝未知的混合飲料：對自行混合的飲料口味感到新奇。

(4)馬路上比賽騎腳踏車：想與同學比較騎車的速度及能力。

(二)教師說明

1.從事冒險行為會使自己處於危險的狀況，也會對周圍的人帶來不良影響。

(1)造成身體不適或受傷，嚴重的傷害可能導致死亡。

(2)影響他人安全。

(3)造成物品或財產的損失。

2.課本情境可能後果（僅供參考）

(1)爬圍牆進入校園：可能會摔傷。

(2)和同學比賽從高處跳下：可能會摔傷或骨折。

(3)喝未知的混合飲料：可能會造成腸胃不適或中毒。

(4)馬路上比賽騎腳踏車：與車輛、行人擦撞受傷。

(AI 引導 8)

(三)教師歸納

1.學童常無法意識冒險行為中所蘊含的危險及可能帶來的負面影響，因此有時會依據自己的感受，而不考量正確安全性來做決定。

2.嘗試新鮮事物非壞事，適當且經過規劃、限制的「冒險」可以視為一種學習途徑，開放學童擁有自主決定的能力，同時幫助學童建立負責的心態，為自己的決定承擔責任，建立自信，也顯現師長對學童的信任。

3.利用同理心引導學童找出自己容易產生危險的冒險行動，適度引導學童擬定策略，進而在生活中實踐。

(四)除了課本提供的情境，教師也可舉校園中常發生的學童冒險行為為例，並請學童討論這些冒險行為可能引發的後果。

1.站在高處擦拭窗戶。

2.將樓梯扶手當作溜滑梯。

3.拿掃把當玩具打鬧。

4.翹兩腳椅。

5.走樓梯用跳的。

10 分

<p>2.簡易止血法</p> <p>(1)如果傷口不乾淨，應先使用生理食鹽水沖洗傷口。</p> <p>(2)用乾淨的布或無菌紗布覆蓋出血點（敷料的尺寸應大於傷口），並持續用雙手加壓，直到止血。</p> <p>(3)如果加壓的過程中持續大量出血或無法有效止血，應盡快撥打 119，並遵從救護人員指示。</p> <p>(三)運動傷害防護</p> <p>1.英國運動醫學雜誌於 2019 年提出急性運動傷害處理方式的新觀念「PEACE and LOVE」，與過去最大不同之處在於不再強調受傷後需要冰敷（ICE）。</p> <p>2.冰敷的功能為減輕疼痛與抑制發炎，但同時也會影響傷處組織修復的時間長度。</p> <p>3.PEACE and LOVE</p> <p>(1)保護（Protect）：加強受傷部位的保護，避免二度傷害。但不需要保持完全休息的狀態，應適度活動，幫助傷口恢復。</p> <p>(2)抬高受傷部位（Elevation）：將受傷的部位抬高至高於心臟的位置，可以避免傷口腫脹。</p> <p>(3)避免消炎止痛藥物（Avoid anti-inflammatory modalities）：發炎是身體修復傷口的過程，若服用消炎藥抑制，會影響傷口修復的速度。</p> <p>(4)壓迫（Compression）：利用彈性繃帶等方式壓迫加壓受傷部位，避免傷處腫脹的情形更嚴重。</p> <p>(5)衛教（Education）：藉由正確的衛教資訊，在傷口復原的過程中適度、合理的進行保護及活動，幫助受傷部位達到最佳的恢復效果。</p> <p>(6)負重（Load）：受傷後，應給予受傷部位適當的負重，在無痛狀態下活動，能幫助傷口修復及功能重建。</p> <p>(7)樂觀（Optimism）：過程中保持樂觀的態度，減少壓力與負面情緒。</p> <p>(8)有氧循環（Vascularisation）：進行適度的有氧活動幫助血液循環，可以緩和傷口疼痛感並促進修復。</p> <p>(9)運動（Exercise）：受傷後，在傷口不會感到疼痛的前提下開始運動，可以幫助受傷部位功能的恢復。</p> <p>(四)教師歸納：運動傷害防護是遠離運動傷害的重要工作，包含預防、評估、急救處理以及後續復健等原則，具備運動傷害防護的觀念，就能安全的運動。</p> <p>(五)教師指導學童完成活力存摺</p> <p>1.說出 3 個學校內最容易有事故傷害的地方。</p> <p>2.完成下列表格，檢視自己是否有遵守校園安全規範，有做到請打菁。</p> <p>(1)正確使用體育器材，使用完畢後放回原本指定位置。</p> <p>(2)走廊行走靠邊走，不奔跑嬉戲、不趕時間。</p> <p>(3)使用遊戲器材請遵守排隊秩序。</p> <p>(4)嚴禁從攀爬器材最高處跳下及推擠、嬉戲。</p>	<p>10 分</p>
	<p>15 分</p>

- (5)洗完手後，在洗手臺上把水滴乾。
- 3.說出 3 個校園生活中最容易發生的危險事故傷害。
 - 4.完成戶外休閒活動安全宣言並找到 3 位同學簽署。
 - 5.說出你如何勸導有冒險行為的同學。
 - 6.冒險行為會造成什麼傷害？舉兩個例子說明。
 - 7.說出 5 個自我保護的小技巧。
 - 8.當運動扭到腳時該如何緊急處理？
 - 9.突然受傷大量出血時該如何處理？

~ 第五節結束/共 5 節 ~

AI 引導

前置輸入：請您扮演國小老師，您是教「健康與體育」科目的專家，這次教的單元名稱是「事故傷害知多」，對象是 10 歲到 11 歲的國小五年級小學生，請回答下列問題。

問句 1：校園裡經常發生意外的地點，除了走廊、教室、遊戲器材區、運動場，還有那些地點？請您用繁體中文及表格輸出的方式，欄位分別為「發生地點」、「發生意外的原因」、「避免發生意外的預方法」。

問句 2：校園裡常發生意外的地點有走廊、教室、遊戲器材區、運動場、停車場、樓梯間、廁所等地，為了防止在這些地點發生意外，請您說明製作「校園安全地圖」繪製程序及方法。

問句 3：學校為了預防事故傷害，訂定了許多安全須知，回答時請你用條列式列出安全預知，至少列出 10 條安全須知。

問句 4：我們周遭的環境也暗藏許多危險，可能對身體造成傷害，請問使用公園的運動器材時，暗藏了哪些的危險？

問句 5：除了上述公園場域外，還有哪些場域也暗藏危險，可能對身體造成傷害？請用表格的方式輸出，欄位有場域名稱、暗藏的危險、如何避免傷害。

問句 6：從事戶外休閒活動也暗藏了危險，也可能對身體造成傷害。當我們在從事戶外休閒活動時，可能暗藏了哪些危險？每一個休閒活動對應一個休閒活動名稱、數個暗藏的危險、數個避免傷害的措施，請用表格的方式輸出，欄位有戶外休閒活動名稱、暗藏的危險、如何避免傷害的改善措施。

問句 7：請幫我寫一個「我的安全宣言」，我的休閒活動是「直排輪」，請你幫我列出從事「直排輪」時會產生哪些暗藏危險及如何避免傷害的改善措施。

問句 8：從事冒險行為會使自己處於危險的狀況，例如有：(1)爬圍牆進入校園(2)和同學比賽從高處跳下(3)喝未知的混合飲料(4)馬路上比賽騎腳踏車。請分項說明上述 4 個冒險行為可能的潛在危險

問句 9：在校園中從事一些冒險行為可能造成危險及傷害，例如，爬圍牆進入校園

可能造成率傷，

為了減少這些危險及傷害的發生，上課時教導學生正確的預防方法。

請您就以下三個冒險行為，提供預防傷害的方法

- 1.站在高處擦拭窗戶
- 2.將樓梯扶當作滑梯
- 3.拿掃把當玩具打鬧

輸出的格式如下：

冒險行為=>預防方法

輸出範例

圍牆進入校園=>應該從學校大門進入，不要為了省時間，隨意攀越圍牆。

問句 10：一群學生在下課時玩遊戲，有一位甲生，提出我們來玩「真心話大冒險」，這是一個具冒險行為的遊戲，其他學生的反應如下：

乙：有危險的遊戲我都不參加。

丙：老師說可以玩遊戲，但不可以指定危險的冒險任務。

丁：我想去玩別的遊戲

請您分析上述的情境，您獲得的心得是什麼？

問句 11：課文重點多用以下格式來介紹給學生，格式如下：冒險行為=>造成危險或傷害=>改善或預防方法

下列情境在賣場所發生，說明如下：

賣場人員：你們家小孩在賣場玩，撞到貨物被物品砸傷了。(冒險行為)

媽媽：在賣場玩捉迷藏很危險，這次是小傷，下次就不知道怎麼樣了。(造成危險或傷害)

小孩：我下次會注意，不會在賣場和弟弟捉迷藏了。(改善或預防方法)

請您也舉出一個生活周遭的情境，這個情境有三個角色的對話，

輸出格式

甲：.....。(冒險行為)

乙：.....。(造成危險或傷害)

丙：.....。(改善或預防方法)

問句 12：在我們生活周遭情境中，冒險的行為可能引發事故傷害，應該提醒學童健康安全的生活必須從細節做起，知道危險在哪裡，並具備自我保護小技巧。

以下是促進安全的行動方式

- (1)遵守手扶梯使用規則。
- (2)不在危險水域戲水。
- (3)不穿越馬路，注意來車。
- (4)不隨便和陌生人攀談。
- (5)不在室內奔跑、追逐。

除了上述，還有哪些促進安全的行動？

教學評量	<p>1.形成性評量</p> <ul style="list-style-type: none"> (1).能說出校園安全地圖的用途及其對健康維護的重要性。 (2).能說出預防校園與休閒活動傷害的安全須知，及完成校園安全地圖及安全須知。 (3).能和同學分享、討論曾經遭遇過的危險及處理方式並記錄下來。 (4).能在休閒活動中落實預防危險狀況的行為。 (5).能完成並分享改善危險行為的計畫。 (6).能說出生活中常見的冒險行為及可能會造成的危險。 (7).能演練拒絕冒險行為的情境並分享感想。 (8).能自我反省或協助他人完成改善冒險行為的行動。 (9).能說出具備健康安全生活技巧的重要性 (10).能說出簡易止血方式與運動傷害防護技巧。 (11).能完成活力存摺。 <p>2.總結性評量</p> <ul style="list-style-type: none"> (1).完成學習單--安全守護者。 (2).完成學習單--傷害停看聽。
學習成果	<ul style="list-style-type: none"> 1. 透過 AI 的引導及使用，教師在備課、課中實施時能引發更廣、更深的想法。 2. 學生的學習不僅限於課本，詢問 AI 後能獲得意想不到的答案，也能帶動學生的思考 AI 的回答是否合宜，學生也得下足功課才能判斷或修正 AI 的回答。
課程回饋	<p>老師回饋：這堂結合 ChatGPT 的健體課程真是令人驚艷！透過與 ChatGPT 的對話，詳細補充說明「事故傷害」發生的原因及預防的方法，除了課文所列出的內容外，ChatGPT 更從不同角度的列出許多不同的見解，讓學生獲得不侷限於課文的知識內容，原來還有這麼多的看法。另外，ChatGPT 的即時反饋更是一大亮點，讓我們能立即得知對方的回應，引發更多問題與思考。</p> <p>這種互動式教學讓我們不僅學到了「事故傷害知多少」的相關知識，更培養豐富的創造力和問題的解決能力。提問的過程中我們能逐一獲得更廣更深的相關知識，輔以 ChatGPT 工具的運用，更是呈現了多元各種不同的訊息，進而擴展了我們的視野。</p> <p>這樣結合現代科技的健康課程，使知識的獲得不同以往，學生不僅要必須思考提問的策略模式，要如何具體的提問才能獲得最佳解，還要能過濾及審視資訊的正確性，在這樣的學習過程中，協助學生對問題的理解及吸收，內化成自己的知識。</p> <p>學生回饋：透過老師的引導，我們逐一了解課文「傷害知多少」所提及的傷害(意外)發生原因及預防方法。與 ChatGPT 的互動，我可以輸入我自己想要問的問題，獲得我自己想要解決問題的答案；提問及回答的過程激發了我的思考，不斷地獲得知識與提問，引發對健康課程的學習興趣。</p>

課程照片

