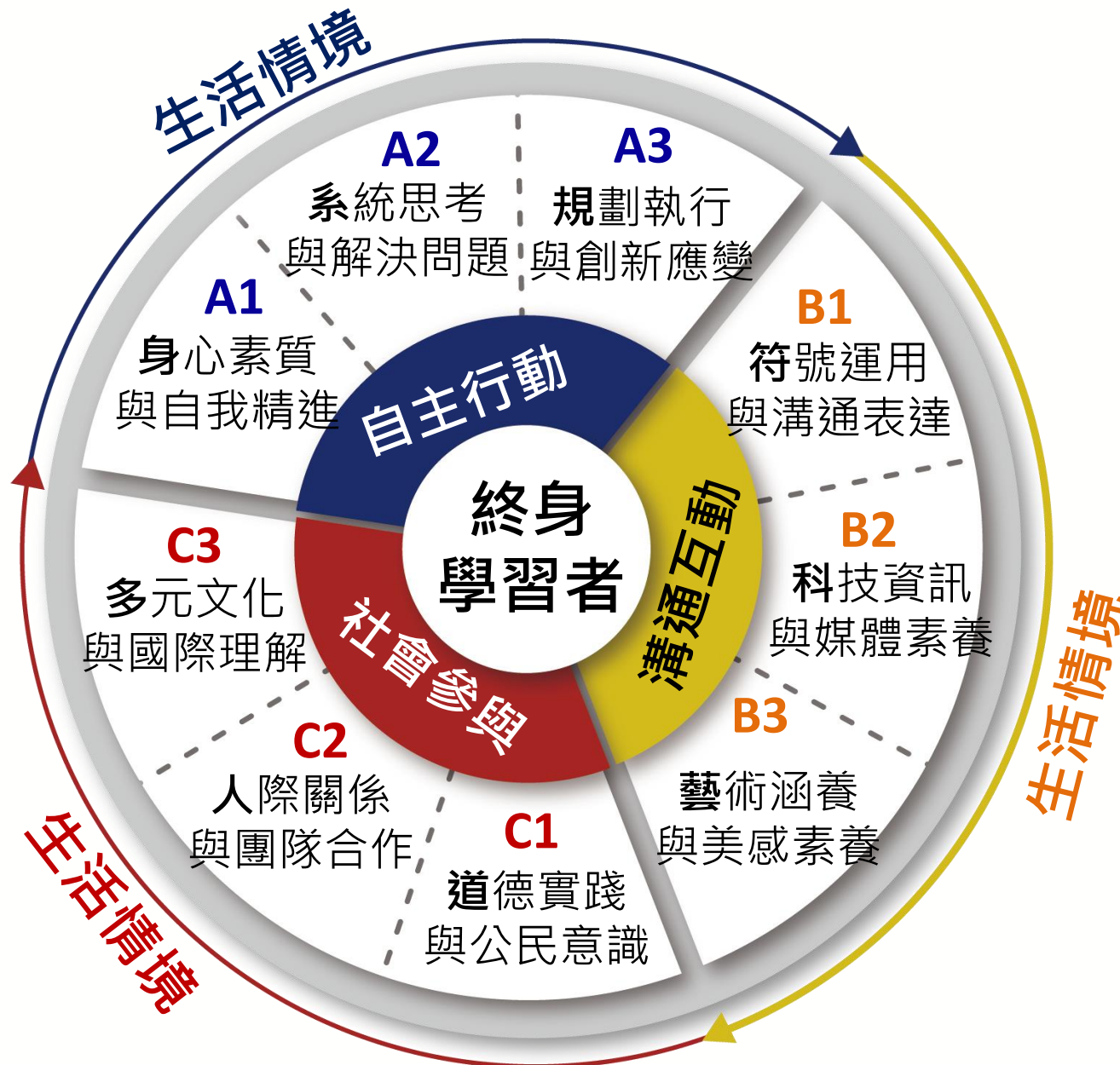


108課綱核心素養懶人包

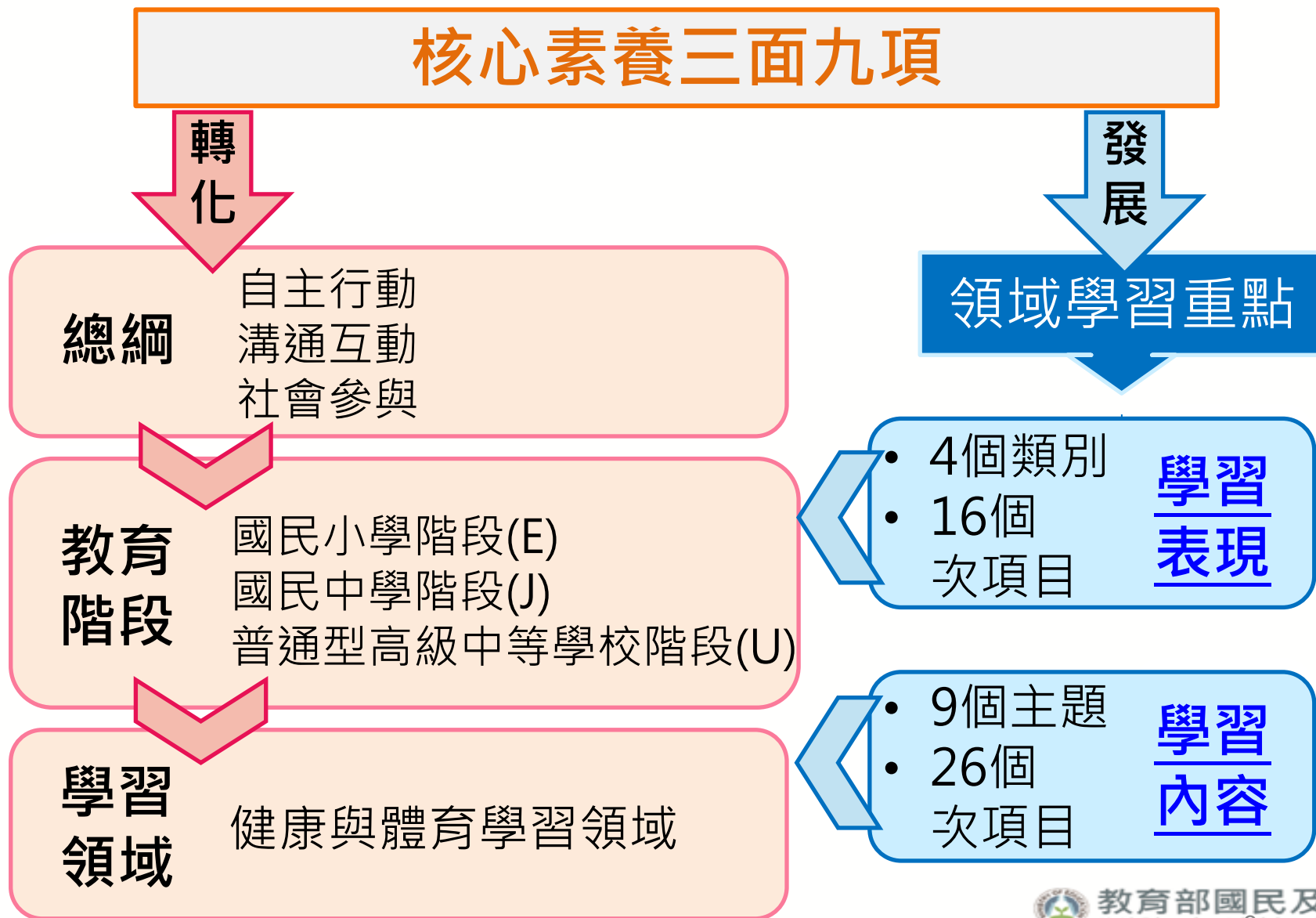
一個桌遊設計前你不能不知道的核心素養養養.....

(一) 核心素養的三大面向九大項目

規藝多
系科人
身符道
A B C

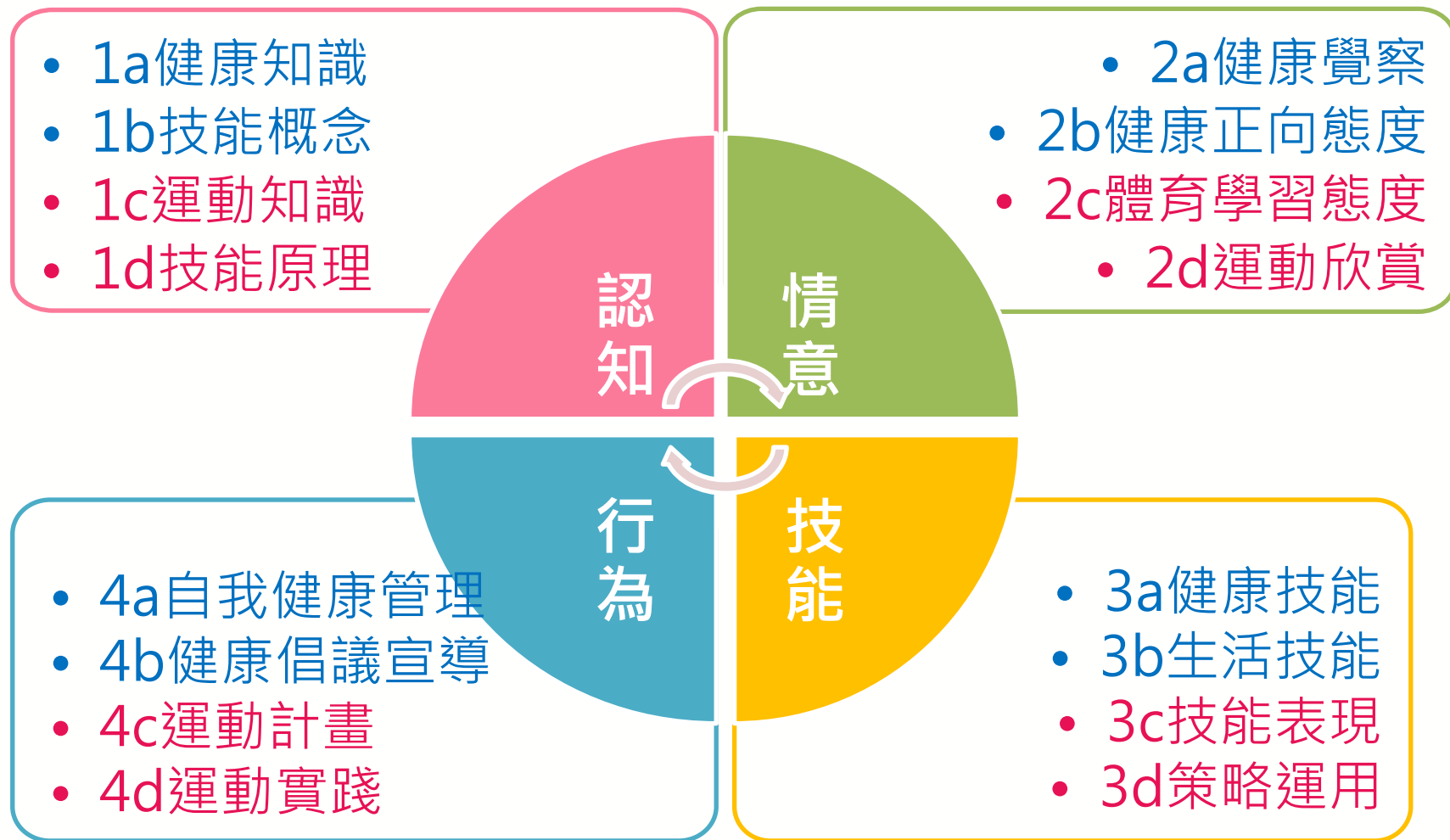


一、核心素養的轉化與發展



學習表現架構圖

4個類別及16個次項目



學習內容架構圖

→ 健康體育互相融合

Aa 生長、發展、老化與死亡
Ab 體適能

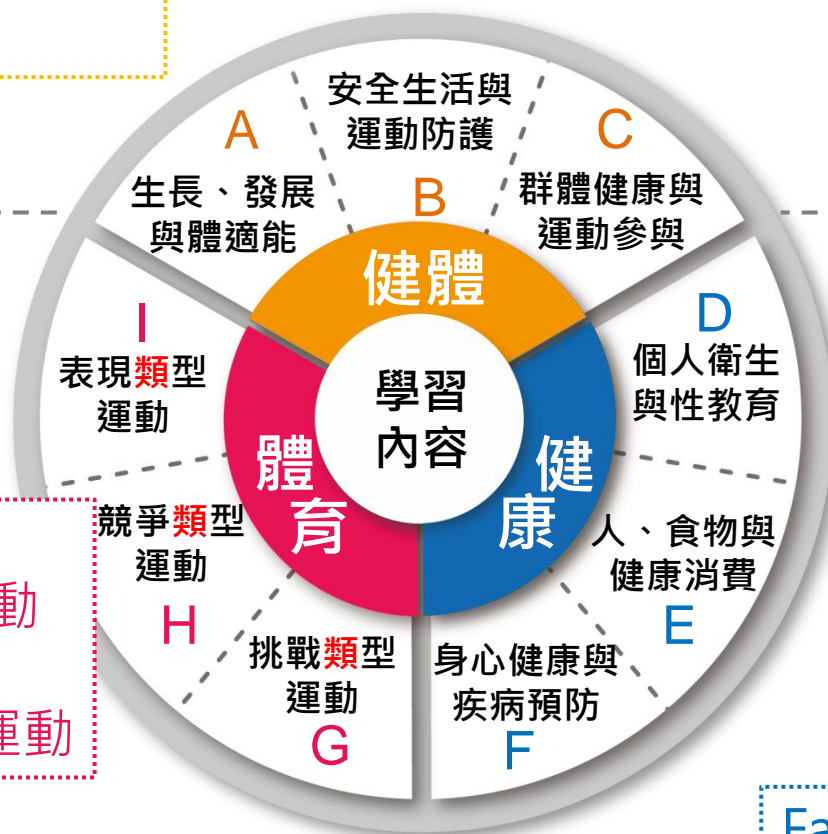
Ba 安全教育與急救
Bb 藥物教育
Bc 運動傷害與防護
Bd 防衛性運動

Ca 健康環境
Cb 運動知識
Cc 水域休閒運動
Cd 戶外休閒運動
Ce 其他休閒運動

Ia 體操
Ib 舞蹈
Ic 民俗運動

Ha 網/牆性球類運動
Hb 陣地攻守性球類運動
Hc 標的性球類運動
Hd 守備/跑分性球類運動

Ga 田徑
Gb 游泳



Da 個人衛生與保健
Db 性教育

Ea 人與食物
Eb 健康消費

Fa 健康心理
Fb 健康促進與疾病預防

桌遊融入教學

雙和分區輔導-自強國中

109.5.22

三重高中單文珍老師
新北市健體領域輔導員

1

- 桌遊類型介紹

2

- 如何融入教學

3

- 桌遊體驗大作戰

4

- 大家一起動動腦

收穫滿滿回家啦..

桌遊類型介紹

- 桌上遊戲的簡稱(Table Game or Board Game)
- 大部分的桌上遊戲不需要電力，因此是一種在圖版或平台上進行的非電子遊戲。
- 主要分成：
 - **抽象棋/撲克類**：象棋、圍棋、撲克牌、麻將...等。
 - **主題情境類**：大富翁、生命之旅...等。
 - **歐洲桌遊類**：說書人、璀璨寶石...具有特定主題、彈性的玩家人數、遊戲機制、運用配件...變化很多。
 - **其他**：圈圈叉叉、賓果、九宮格、疊杯

如何融入教學

教學目標



1. **教學目標為中心**，尋找適合搭配的遊戲種類，從模仿、修正、創新的過程中，產生遊戲模式。

素材來源



2. 可試著從**現有遊戲**去更改情境、規則，以搭配課程需求。

遊戲結果



3. 事先設想**教學的目標或評量的方式**，遊戲的輸贏並非唯一的評量標準，主要目的為在遊戲中達到教學。

遊戲融入教學

撲克牌

- 愛滋心臟病
- 愛滋對對碰
- 六大類食物
- 壓力(崩潰邊緣)

主題情境

- 安全教育
- 全民健保

桌遊

- 健康體位
保衛戰(體重控制)
- 歡樂一家
醫(健保)

其他

- 課程總覽
賓果
- 情竇初開
九宮格
- 耳耳相傳

幫助記憶的遊戲

- 目的：強化學生知識的記憶，增加課程的趣味性

營養素	六大類食物	愛滋的傳染途徑	健康的耳朵
對對碰(記憶遊戲)	摸鼻子	心臟病	快手搶杯
<u>愛滋對對碰</u> 1. 一次翻2張。 2. 翻開牌卡，兩張文字敘述為相同傳染途徑即配對成功，則玩家可把牌卡收回。	<u>摸鼻子</u> 1. 遊戲人數約8-10人。 2. 事先準備6大類食物12組，依人數抽組數。 3. 一開始每人4張，學生將手中不要的牌與他人交換。 4. 優先湊出同一類型的食物者，要摸鼻子。	<u>愛滋心臟病</u> 1. 將愛滋病各種相關生活情境，製作成牌卡。 2. 玩家依序出牌，出牌同時，口中依序喊出（性行為→血液→母子垂直），符合者須拍牌。 4. 將手上牌卡出完，出完牌後，仍需再參與拍牌2次，才算獲勝。	<u>耳耳相傳</u> 1. 於課堂中講述說明耳朵構造及功能。 2. 各組發下疊杯各三個，組內一人出題，由其他組員搶所屬外耳、中耳、內耳的杯子。 3. 各組熟悉後，並由每組輪流派人分組競賽。

體驗+學習技能的遊戲

- 目的：透過遊戲設計讓學生學習(或體驗)相關概念

體重控制	壓力
髒小豬	99
<u>健康體位保衛戰</u> 遊戲規則與髒小豬相似。 1. 透過飲食、運動、生活習慣等方式，如何維持健康體位。	<u>崩潰邊緣</u> 1. 學生透過打出牌卡上的增加壓力(加分)、減輕壓力(減分)，避免檯面上的數字總和超過99。 2. 藉此體驗增加壓力情境與紓壓。

提升互動、覺察的遊戲

- 目的：1.透過遊戲設計，提升學生覺察個人價值觀。
2.透過活動設計，增加學生之間的對話。

賓果遊戲	九宮格
健康課程總覽	青春心事
<ol style="list-style-type: none">請學生在4*4或5*5的方格中寫下課程重要標題(或是有興趣的主題)。(1)老師公布答案的同學進行賓果連線。 (2)可透過輪流報答案連線。優點：經由閱讀後，可透過連線瞭解課程重點等。	<ol style="list-style-type: none">請學生於A4白紙折成9格，並於中間寫上喜歡、愛。每組成員寫下自己對愛與喜歡的定義或行為。剩下2~3格請整組討論大家都可認同的喜歡與愛的定義或行為。優點:瞭解喜歡與愛的行為與差異及成員間討論對話價值觀的呈現。

提供情境，瞭解運作、制度的遊戲

- 目的：透過遊戲規則的設計，提供情境，讓學生瞭解制度的完整概念，或體驗概念的整體運作。

大富翁

說書人

全民健保大富翁、安全地圖大富翁

全民健保—歡樂一家醫

1. 提供完整概念情境，當學生走到某單一情境時，能透過遊戲體驗需要面對的問題，並在遊戲後帶出反思。
2. 優點：操作得體，能夠瞭解較整體性的概念。
3. 缺點：相對費時，製作上也需要和他人討論，較難獨力完成，以設計合宜的情境、機會與命運。

1. 學生先抽取一張地區卡，並且需要從檯面上的牌組中抽牌，以湊足符合地區卡上的人物、疾病、醫生數量，並且試圖以說故事的方式，將湊齊的牌卡進行合理描述後，即獲得該地區卡上的分數。

其他：

疊疊樂：健康行為與不健康行為對健康永久的影響



設計流程

選定遊戲

教學議題

規則道具

同儕試玩

修正除錯

設計流程

選定遊戲

- 從小玩到大的遊戲

- 象棋、麻將、跳棋、五子棋
- 圈圈叉叉
- 賓果
- 撲克牌
- 大富翁

- 新興桌遊

- 牌卡
- 策略遊戲
- 立體遊戲

完全採用相同的遊戲規則，
或是使用部分規則，
也可結合不同的遊戲規則
(例如：比大小、大老二)

設計流程

教學議題

均衡飲食

兩性交往

職業病

情緒管理

正確用藥

體重管理

環境議題

傳染病

休閒生活

安全議題

設計流程

遊戲如何分組進行？

- 分組(人數、組數、道具需求)
- 全班共同參與(黑板=桌子)

規則道具




需要那些材料

- 小白板、撲克牌、道具、代幣.....

愛滋心臟病

教師將愛滋病各種相關生活情境，製作成牌卡，於講述完愛滋傳染途徑後，說明遊戲規則，帶領學生進行遊戲體驗。

愛滋病的傳染途徑

	性行為傳染	血液傳染	母子垂直傳染
途徑	與愛滋感染者進行口腔、肛門、陰道等方式之性交行為	輸血、器官移植、共用針頭、共用稀釋液	懷孕、分娩過程、哺餵母乳
圖示			

透過愛滋「心臟病」撲克牌遊戲活動，強化學生對愛滋病傳染途徑的認識。

牌卡分類

性行為傳染： 一夜情、口交、肛交、性行為(12)張

血液傳染： 輸血、刺青、穿耳洞、共用針頭、共用稀釋液
(12)張

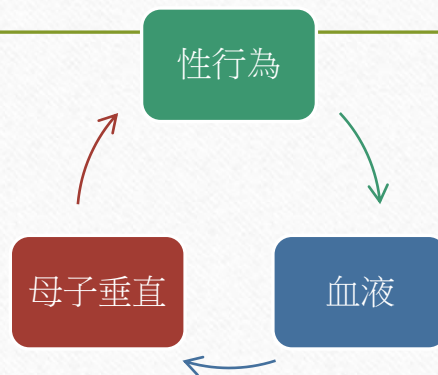
母子垂直： 分娩過程、哺餵母乳、懷孕(12)張

不傳染： 蚊蟲叮咬、共用桌椅、一起游泳...等(18)張



愛滋心臟病

- 玩家依序出牌，出牌同時，口中依序喊出
(性行為→血液→母子垂直)
- 遊戲最終為將手上牌卡出完，出完牌後，仍需再參與拍牌
2次，才算獲勝。



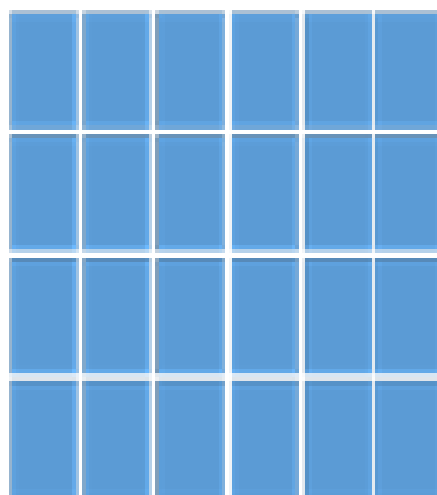
愛滋對對碰

教師發給各組一色牌卡，並請小組同學共同檢視牌卡內容，將牌面文字框內淺灰色牌挑出使用。將抽出的24張牌卡重新洗牌，牌背朝上，置於桌面中。

玩家依序輪流翻牌，每次任意翻兩張牌卡。若翻開牌卡，兩張文字敘述為相同傳染途徑，則玩家可把牌卡收回；若翻開牌卡，兩張文字敘述非屬相同傳染途徑，則蓋回原牌卡，輪至下一玩家。

遊戲勝利者為手中牌卡數最多的玩家。

愛滋對對碰



愛滋對對碰牌卡擺放



崩潰邊緣

學生透過打出牌卡上的增加壓力(加分)、減輕壓力(減分)，避免檯面上的數字總和超過99。藉此體驗各種情境的壓力指數。



安全教育

教學準備：製作環境中安全與不安全的圖卡(20張)、圖卡後有正負分、機會、命運圖卡、起點、休息圖卡、六組磁鐵、1-6籤

建立學生覺察安全與不安全的生活情境，
提升安全意識。



情境卡



機會命運卡



1-6籤卡

- 遊戲規則：排為單位，一排為一組，每排輪流上台抽出一支籤，抽到數字為前進的步數，前進到該圖卡需判斷出環境為安全或不安全並說出原因，正確者翻出牌卡。



機會：說出各種
安全與危險情境
命運：回答各種
傷害處理方式
(燒燙傷、運動
傷害、創傷出血
的處理)

健康體位保衛戰(體重控制)

1. 健康體位卡(54 張)卡面以三種顏色代表三大面向。
(紅色-飲食、藍色-運動、綠色-輔助生活習慣)
2. 學生 4-6 人一組,每人先發給三張人物卡,體位過重面朝上放在桌面上。
3. 健康體位卡充分洗牌,發給每位學生 5 張牌,大家依序出牌,每次出一張牌並再抽取一張,維持手上有 5 張手牌。
4. 牌卡共有五種,各有不同的功能:減重卡、增重卡、增重卡(全體)、保護卡、破壞卡
5. 率先把手上的三個人物卡全部恢復標準體位的學生就是贏家!

健康體位保衛戰(體重控制)



輕鬆一下

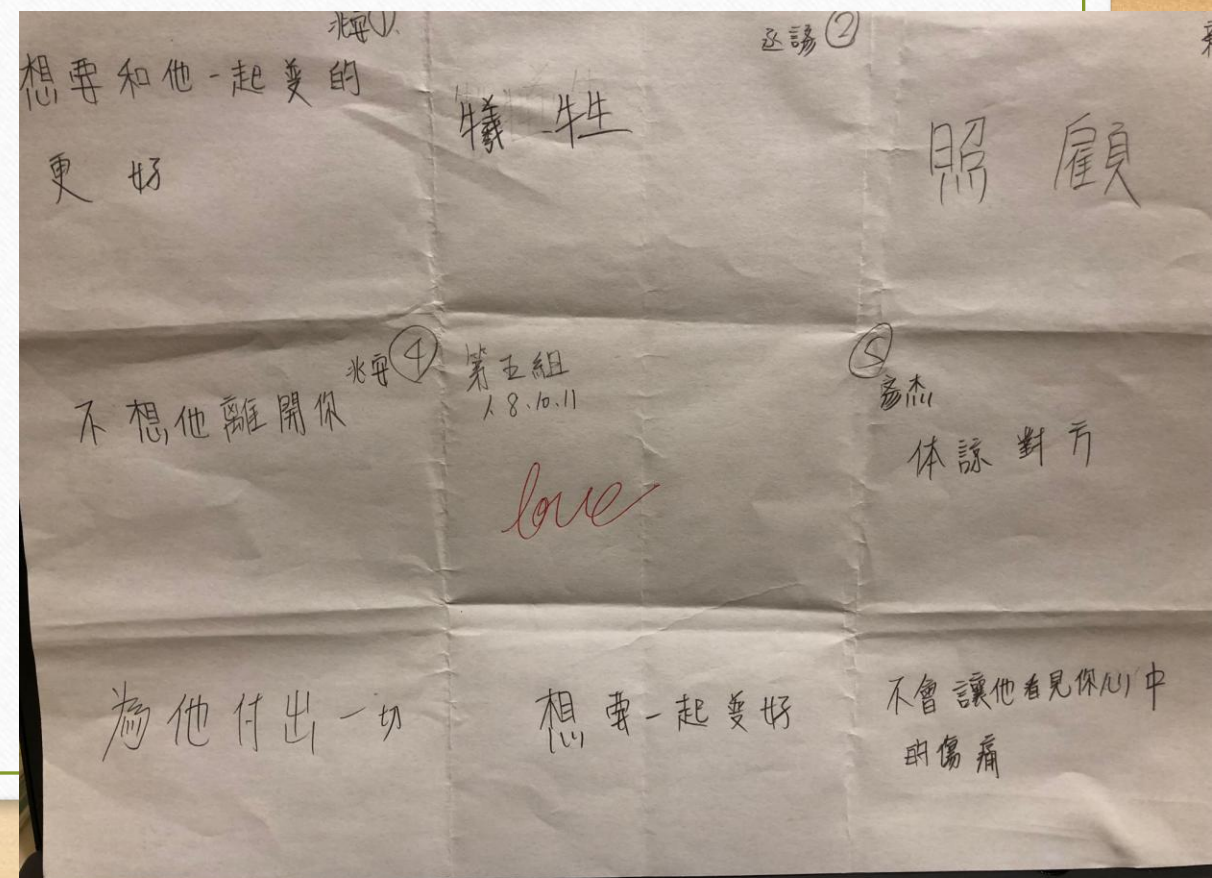
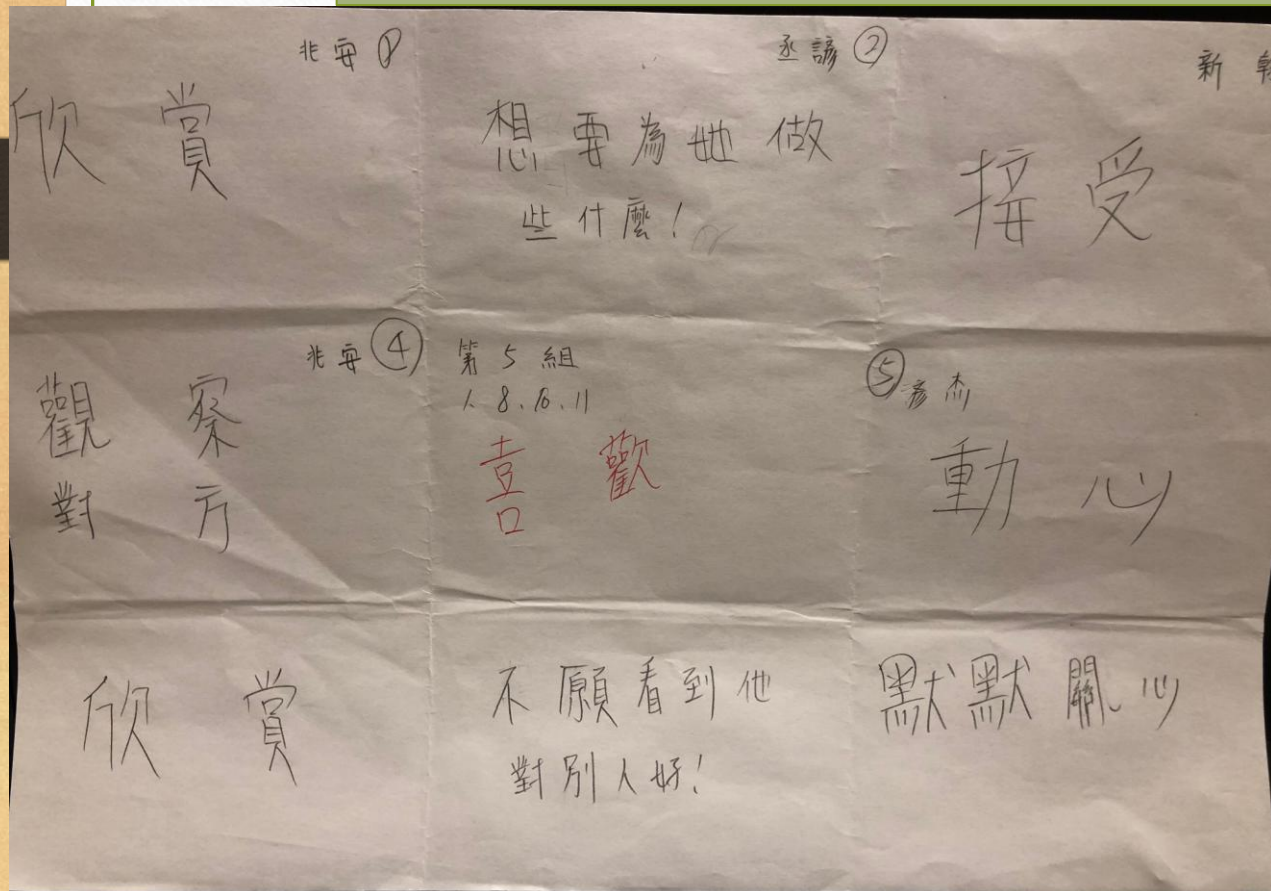
一個乞丐向一個肥胖的闊佬乞討，說：「先生，您給點吃的吧，我已經三天沒吃過一點東西了。」；肥胖闊佬以非常羨慕的口氣說：「真了不起，我要是有你這樣的毅力就好了。」

中年的肥胖婦人，在街上遇到久違不見的老朋友，朋友說：「最近你似乎很忙？」；婦人：「嗯，忙著減肥！」；朋友：「怎麼減法？」；婦人：「每天騎馬3個小時。」；朋友：「效果如何？有用嗎？」；婦人：「嗯！不錯，我瘦了1公斤，馬瘦了10公斤！」



情竇初開九宮格

我倆到底算不算一段戀人?請學生寫下並討論對喜歡與愛的界定及討論差異。



耳耳相傳

