

## 二年級 健康與體育領域 教學活動

設計人：黃惠梅



教學節數：共 2 節

單元名稱	2-2 安全百分百	教材來源	康軒	人數	25 人
能力指標	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。				
教學準備					
一、教師：準備學習單與上課所需使用的急救工具；蒐集國內救難組織相關報導。 二、學生：準備繃帶及三角巾；分組蒐集國內的救難組織單位資料。					
教學重點					
1. 說明急救的定義、目的和原則，並知道在急救的過程當中，如何保護自己及傷患的安全。介紹止血法。					
2. 介紹包紮法中的環狀、螺旋狀及網狀包紮法、懸臂吊帶法及踝關節三角巾包紮法、徒手搬運法。					
學習目標					
一、建立正確的急救觀念，並認識簡單的原則及急救方法。 二、學會各種急救方式。 三、靈活運用不同的急救法於不同情境之中。 四、了解不同的救難機構，並建立正確的人生觀。					

教學指導要點	教學時間	教學資源	評量方式
<b>急救救急</b> 一、以學生還記憶猶新的國內外事件，例如：911、921、納莉及莫拉克風災等作為引子，和學生討論如果沒有急救人員的協助，這些需要幫助的人下場可能會如何？讓學生思考急救的重要性。教師並轉換想法，急救並不一定要在重大事件時才派的上用場，因為我們身邊隨時都可能發生事故傷害，有急救的技能便能隨時應戰。 二、教師說明急救的定義、目的及原則。 三、將急救安全分為環境和法律安全來思考，環境安全偏重於不讓傷患受到二度傷害。 四、法律安全則是希望學生在急救過程中，如果環境能夠尋求適合的協助，不要孤單一個人，以免造成誤會。可以找他人作為見證人，如果傷患發生死亡或重傷，自己也可以得到法律上的清白。 五、請學生演練尋求協助時的過程： (一)發生事故的地點、地址、街道名稱，或顯而易見的指標。 (二)打電話地點的電話號碼。 (三)發生什麼事—心臟病發作、車禍、摔傷等。 (四)多少人需要幫助、患者情況。 (五)做過什麼處置。	25'		觀察實作及表現紀錄

教學指導要點	教學時間	教學資源	評量方式
<p>六、教師可以給予情境演練並給予回饋。</p> <p>七、和學生討論，要成為一個急救員，應該具備哪些條件？</p> <p><b>急救寶典一</b></p> <p>一、止血法</p> <p>(一)詢問學生下列的問題：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 有沒有特別嚴重或印象深刻的受傷經驗？</li> <li>2. 如何處理這種受傷的情形？</li> <li>3. 當時的心態如何？</li> </ol> <p>(二)教師歸納學生的意見，並讓學生了解受傷時的緊張是無濟於事，必須了解一些簡單的急救方法才能自救互救，有些學生會害怕受傷時流血的情況，也讓他們了解受傷流血是一件自然正常的事情，不要過度懼怕，養成正確面對受傷時的心態。</p> <p>(三)抬高傷肢止血法：教師說明抬高傷肢止血法適用哪些情況。</p> <p>(四)直接加壓止血法：教師說明實施直接加壓止血法的注意事項。</p> <p>(五)止血點止血法</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請學生找一找自己身上的哪些部位是止血點，並由教師確認。</li> <li>2. 請教師特別加強肱動脈與股動脈的位置，因為這是常使用的止血點。</li> <li>3. 教師說明止血法是一種初步的急救方法，當成功止血之後，還可以合併之前所學會的各種包紮法進行。</li> <li>4. 教師做出包紮及止血法的結論。</li> </ol> <div data-bbox="312 1016 874 1435" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: center;">指導正確的包紮方法</p> <p style="text-align: center;">(第一節結束)</p>	20'		觀察 實作及表現
<p><b>急救寶典二</b></p> <p>一、包紮法</p> <p>(一)藉下列問題讓學生複習運動傷害的處理原則：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 小明打籃球時，手指不慎吃蘿蔔乾，請問該如何處理？答：應立即冰敷，暫時不再運動。</li> <li>2. 阿香長期打網球導致手腕產生網球肘的症狀，請問該如何處理？答：應該到醫療院所做進一步的檢查，接受物理治療，並暫時停止網球運動。</li> <li>3. 打籃球該如何保護自己的關節？答：平時打球可以穿上護膝，而運動結束後可以冰敷該處。</li> </ol> <p>(二)環狀包紮法</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 先請學生上臺示範自己心中所認為的包紮方法，可以讓學生任意選擇網狀繃帶、彈性繃帶或是三角巾，再由教師給予回饋。</li> <li>2. 由教師講解說明包紮法的好處，並示範環狀包紮法動作要領。</li> <li>3. 請學生兩人一組，每組給予一定的時間練習。</li> </ol>	45'		觀察 實作及表現

教學指導要點	教學時間	教學資源	評量方式
<p>4. 可同時請幾組學生示範包紮，並由全班學生給予回饋。</p> <p>5. 可以請自願者上臺參加包紮比賽，再由教師確認學生是否包紮正確。</p> <p>(三)螺旋狀包紮法</p> <p>1. 教師示範螺旋狀包紮動作要領。</p> <p>2. 請學生分組練習，再由教師確認是否包紮正確。</p> <p>(四)網狀繃帶包紮法</p> <p>1. 教師請一位學生上前，利用繃帶在頭上纏繞，但是繃帶纏繞頭部的包紮方式並不牢靠。再請一位學生，以繃帶包紮關節的位置，讓這位學生說說自己的感受。</p> <p>2. 教師說明通常繃帶包紮法在人體許多部位並未能收到良好的包紮效果，所以彈性繃帶可以克服這些不必要的缺點。</p> <p>3. 教師於之前示範的學生身上再重新包紮一次，讓學生說一說自己的感受。</p> <p>4. 教師講解彈性繃帶的好處及優點。</p> <p>(五)懸臂吊帶法</p> <p>1. 教師介紹三角巾的規格(約一平方公尺的棉質布料對摺後則是三角巾)，並建議學生能在自己的書包中置放一條三角巾，以備不時之需。如果真的沒有三角巾，緊急時刻也可以大手帕或衣物來代替三角巾的功能。</p> <p>2. 先詢問學生是否曾經看過三角巾的使用方法？在哪些狀況下使用？</p> <p>3. 教師解釋三角巾看似是塊狀的，除了可以塊狀的方式來使用之外，也可以摺成條狀來使用。</p> <p>4. 教師先示範懸臂吊帶法動作要領。</p> <p>5. 請學生分組練習，再由教師確認是否包紮正確。</p> <p>(六)踝關節三角巾包紮法</p> <p>1. 教師先示範踝關節三角巾包紮法動作要領。</p> <p>2. 請學生分組練習，再由教師確認是否包紮正確。</p> <p>二、徒手搬運法</p> <p>(一)全班分為五~六組，每組約六人，練習教師所教的搬運方式。</p> <p>(二)教師說明每一種搬運法的使用時機及注意事項：</p> <p>1. 單人攙扶法</p> <p>(1)適用於意識清醒而能在協助下行走的傷患，但若傷患上肢受傷則不適合使用。</p> <p>(2)運用此法時，病人常需要承擔部分自己的體重，當病患身體虛弱(有行走能力)或受到較輕的傷害，施救者只要從旁做協助或使用較少之力量，病患就可以走動或移動。此搬運法可運用於緊急及非緊急時。</p> <p>2. 單人背負法</p> <p>(1)使用於傷患意識清醒，體型較輕，有力氣抓住施救者的肩膀。</p> <p>(2)背負法就是將病患背在施救者的背上(不管是從地面、床上或沙發上將患者拉起)，要特別注意病患須無上肢骨折，且病患的腋下必須要高於施救者的肩膀，重心才會落在施救者的身上而不會滑落，此法通常用於較長的搬運距離時。</p> <p>3. 兩人徒手搬運法</p> <p>(1)兩人四手搬運法使用於搬動意識清醒之病患，患者要有能力以單手或雙手抱住搬運者的肩上。</p> <p>(2)兩人座抬搬運法的搬運者，雙手必須扶住病患的背部。</p>			

教學指導要點	教學時間	教學資源	評量方式
<p>(3)任何形式之兩人徒手搬運法，都需要注意病患的意識清醒程度，否則極易有翻落的危險。</p> <p>4. 兩人扶持行走法 運用此法時，施救者必須加快患者移動的速度及減輕患者的疼痛，但是患者的行動可能不便，所以施救者二人與病患須有協調的行進動向，以防止意外跌倒。</p> <p>5. 三人搬運法 (1)操作時，三位施救者分別站在病人的頭部(雙手放在病患的頸下及肩胛骨下緣)、腹部(雙手分別放在病患的臀部上緣及下緣)、腿部(雙手放在病患的大腿及小腿下)。 (2)三位施救者由指揮者(位於頭部之施救者)喊口令，一起將病患抬起。 (3)三位施救者一起先採高跪姿，由指揮者喊第一次口令，將病患抬起放在大腿上。 (4)指揮者喊第二次口令，三位施救者一起將病患翻身向自己。 (5)指揮者喊第三次口令，三位施救者同時起身站起將患者抬起搬運。 (三)如果時間允許，建議教師可以多介紹幾種搬運方式，詳細內容見參考資料。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="119 936 576 1279">  <p data-bbox="172 1279 435 1317">練習螺旋狀包紮法</p> </div> <div data-bbox="576 936 1034 1279">  <p data-bbox="639 1279 935 1317">教師指導單人攙扶法</p> </div> </div> <p data-bbox="507 1361 703 1395" style="text-align: center;">(第二節結束)</p>			