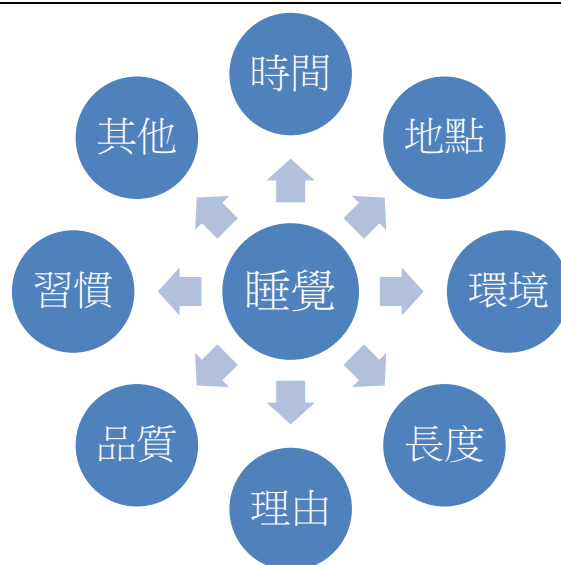


單元名稱	人為什麼要睡覺？		
適用年級	國小中高年級	活動人數	25~30 人
教學目標	1.以人為什麼要睡覺為例，了解閱讀科普繪本的趣味。 2.認識各種動物有趣的睡覺方式。		
教學資源	1.簡報 PPT。 2.繪本《人要睡覺動物要睡覺》(作者/井上昌次郎、繪者/橫山三七子、譯者/蔣家鋼，信誼出版) 3. https://www.youtube.com/watch?v=jb5qv7QVNK0 寶寶打瞌睡影片 4. https://www.bilibili.com/video/av32056026/ 動物睡覺姿勢影片 5. https://kknews.cc/news/5np2vl.html 動物睡覺姿勢文章		
時間	教學活動		教具
8 分鐘	<p style="text-align: center;">【暖身活動】</p> <p>先播放一部短片：寶寶想打瞌睡卻撐住不睡（片長約 1 分 35 秒，可只播放至 19 秒） https://www.youtube.com/watch?v=jb5qv7QVNK0</p> <p>看完後，教師針對「睡覺」的主題與小朋友討論。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 影片中的小嬰兒怎麼了呢？ ➤ 有沒有很想睡但卻硬撐住不睡的經驗呢？ ➤ 你們晚上大約幾點上床睡覺呢？(時間) ➤ 睡覺前需要做什麼準備嗎？(環境) ➤ 你們睡覺是關燈還是開著燈？(習慣) ➤ 每個人需要的睡覺時間都一樣嗎？(長度) ➤ 為什麼我們每天晚上都要睡覺呢？(理由) ➤ 如果不睡覺，會發生什麼事呢？(理由) ➤ 如果晚上睡不好，隔天早上起來會如何呢？(品質) <p>教師可自由針對主題延伸問題。</p>		簡報 PPT p.1 至 p.4



討論過後，就可以進行後續的導讀。

<p>17分 鐘</p>	<p style="text-align: center;">【繪本導讀】</p> <p>以繪本《人要睡覺動物要睡覺》中的主角打呼博士，藉由他的一連串疑問，與小朋友一起或分組討論，之後帶入書本中的答案。</p> <p>內容簡介</p> <p>「如果可以不要睡覺多好！這樣每天就多出好幾個小時，可以寫功課、玩遊戲……」每個小孩都這樣想過。「不要吵啦！讓我再多睡一會兒！」相信大家一定也這樣說過。這本書用適當的比喻、結合科學的道理，告訴你「睡覺」到底是怎麼一回事！</p> <p>為什麼一定要睡覺？什麼是生理時鐘？動物如何在睡眠時保持警戒？「打呼博士」來解惑！</p>	<p>簡報 PPT p.5 至 p.16、繪 本</p>
<p>10分 鐘</p>	<p style="text-align: center;">【延伸活動—動物怎麼睡覺？】</p> <p>以影片 https://www.bilibili.com/video/av32056026/ 為參考來源，請表演動物們睡覺的姿勢。之後請老師示範揭曉答案。</p>	<p>簡報 PPT p.17 至 p.26</p>
<p>5分 鐘</p>	<p style="text-align: center;">【總結】</p> <p>這一堂課我們知道了人為什麼要睡覺，動物們也需要睡覺，也看到一些動物的特別睡覺姿勢。以上的內容都摘錄自《人要睡覺動物要睡覺》，其實裡面還有更多有趣的內容，等待小朋友們自行去發現。</p> <p>知識性的繪本使我們更認識自己，希望小朋友除了閱讀故事之外，也可以多嘗試閱讀科學類的書籍。</p>	<p>簡報 PPT p.27 至 p.28</p>