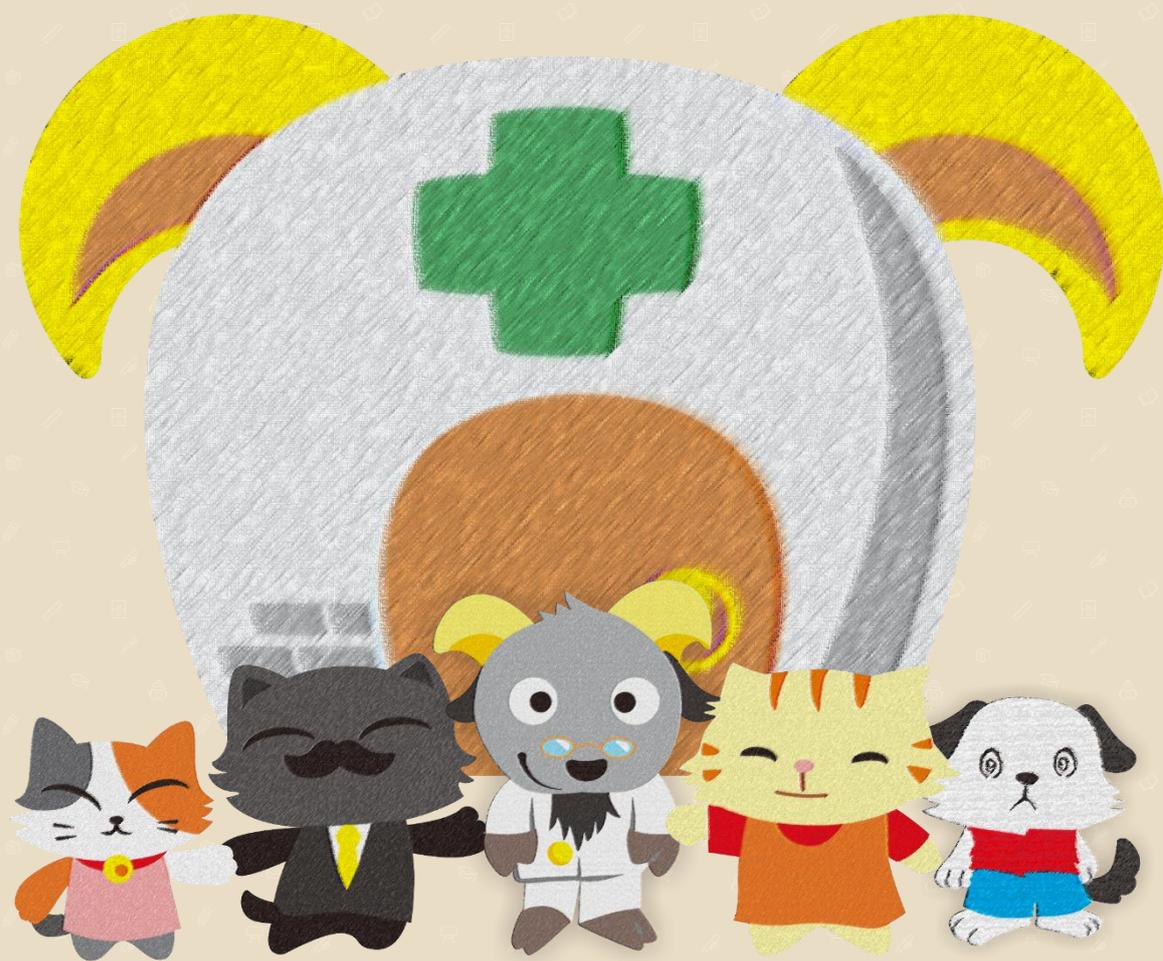


全民健保永續經營創意教材 國小 1-3 年級

暖羊羊診所

教 學 科 簿



主編：董貞吟
策劃：張宗臻 陳麗珠
編輯：巫偉鈴 莊紘珍
陳惠雯 簡彰蔚
洪筱彤

教育部國民及學前教育署 衛生福利部 發行
國立臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系 出版
聯絡電話：(02)7734-1730 全民健保永續經營團隊
電子信箱：NHIprojectntnu@gmail.com

壹、教學活動

教學主題	暖羊羊診所
教學時間	一節(40 分鐘)
教學目標	<p>【認知】 知道家庭醫師的角色</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤知道從居家附近診所，尋找適合的醫師作為家庭醫師。 ➤知道家庭醫師是提供固定就醫途徑的健康照護守門員。 ➤知道家庭醫師是提供醫療轉診服務的健康協調好朋友。 <p>【情意】 體會家庭醫師對個人與家庭健康的價值。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤體會個人與家庭擁有家庭醫師的好處。 <p>【生活技能】 獲得適合的家庭醫師資源</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤善用正確管道，尋找適合的家庭醫師。
教學準備	<p>【課程】</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、請先閱讀本說明書「貳、故事範例與教學討論」(p.5-p.9)，熟悉故事劇情，了解各劇情所隱含或關聯之教學目標，視各班學習狀況調整用詞與長度。 二、先行演練說書，過程中導入教學內容或提問，讓學生能專注聽故事之外，也能適度引發思考與學習能力。 <p>【器材】</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、大頁圖說書者，建議先找畫架或海報架掛好立起。 二、電子簡報檔者，建議先測試電腦、投影機與簡報筆功能正常。 三、準備一顆大骰子，建議充氣骰子或由 6 塊巧拼地墊組湊，為教學活動「大富翁」所需。 <p>【施測】</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、影印本秘笈後面的附錄，依學生人數印製學生前測、後測，以及家長問卷。 二、國小 1-3 年級學生閱讀速度較慢，亦容易分心，建議由教師帶領全班一起完成，逐題唸題目讓學生一一填答，每題約停頓 10-15 秒後進行下一題。 三、「前測」建議於課程前找一節早自習時間施測，較能避免造成課程時間緊湊的狀況。 四、「後測」則安排於課程後段進行施測。 五、為配對每位學生前、後測問卷，請務必確認填寫無漏答。
教學流程	<p>【說故事】(20 分鐘)</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、前導語：生活中，難免會遇到身體不舒服甚至生病等問題。那麼，誰可以在最短時間內幫助我們呢？今天就來講一個快樂的動物社區故事，等一下的故事會有很多圖片，大家一起發揮你的觀察力跟想像力，一起從圖片中找線索，來看看動物們生病會先找誰？想想看為什麼會先找他吧！[封面] 二、老師進行故事人物及背景介紹。[地圖頁] 三、可先指派幾位學生當小演員，如果遇到教學重點情節，在老師的旁白描述時，就請小演員演或說出來。(鼓勵小演員在表

演看病過程時，善用表情和動作，讓演出更精采。）

四、老師擔任主要說書人（旁白），並控制故事節奏。[故事開始]

五、導讀期間，利用圖片細節引導學生對故事主角或情節的想像，請學生發表大白與花花劇情與自身生活情境的聯想，或是暖羊羊（家庭醫師）的好處、功能與重要性。

六、倘若學生無法接續完成故事時，再由老師適時的提點與介入。部分劇情並非正面教育（如：直奔醫院掛錯科），可讓小朋友釐清概念後，提出自己的想法或建議，培養覺察能力。

【大富翁】(10 分鐘)



一、前導語：聽完《暖羊羊診所》的故事，大家對暖羊羊醫師代表的「家庭醫師」是不是有一些印象了？我們來玩一個大富翁的遊戲，一起複習和討論故事內容吧！

二、全班分 2 組（奇數、偶數座號），輪流擲骰子依箭頭指向前進/後退（藍格前進；紅格後退；綠格 A 組答題 B 組前進），由學生唸出地圖格字樣，教師再依據下表詳述該格回憶故事內容，玩法如：

1. A 組於起點擲 3 點前進至 ③，A 組一起唸「生病去哪？」，教師則依據下表提問「想想看，你都去哪看病？」後，請 A 組 2-3 位學生發表見並討論。
2. 輪到 B 組從 ③ 繼續前進，擲 2 點前進至 ⑤，B 組一起唸「掛錯科別」，教師則依據下表 ⑤ 代表之「大白去醫院掛號掛錯科」，詳述情節摘要幫助學生回想。
3. 輪到 A 組從 ⑤ 擲 4 點後退至 ①，A 組一起唸「固定家醫」，教師則依據下表 ① 代表之「花花一家人有固定的家庭醫師」，詳述情節摘要幫助學生回想。
4. 輪到 B 組...[以此類推]

序	大富翁地圖格摘要
①	花花一家人有固定的家庭醫師
②	花花知道附近診所在哪裡
③	想想看，你都去哪看病？
④	大白生病直接跑到醫院看病
⑤	大白去醫院掛號掛錯科
⑥	說出直奔醫院有哪些缺點？
⑦	小病去醫院，看診費比較貴
⑧	花花生病時，首先想到找暖羊羊醫師
⑨	說說看，診所和醫院有哪些不同？
⑩	花花一家人和暖羊羊醫師是好朋友
⑪	挑食不運動，花爸爸常便秘
⑫	暖羊羊醫師，專業又親切
⑬	花花病危時，暖羊羊醫師幫忙轉診到醫院
⑭	想想你家附近有哪些診所呢？
⑮	大白迷信醫院的藥比較有效
⑯	暖羊羊醫師提供好多健康知識
⑰	大白曾經要求醫師多開藥，以為會好得快
⑱	想想看，固定的看診醫師，有甚麼好處？
⑲	大白以前總是同一種病看好多家診所
⑳	暖羊羊醫師熟知病史，對症下藥
㉑	想想看，在家附近診所看病，有甚麼優點？

三、本大富翁遊戲順應圖說書情節，旨在強化對故事的記憶、理解，及對家庭醫師的認識。

四、預設以再次通過起點作結束。

五、機率遊戲不一定能完整走完每一格，有可能很快走完一圈，也可能走不完一圈，可視教學時間斟酌再一圈或點到為止。

六、在遊戲過程中，請適時拍照記錄小朋友積極討論和互動的情境，以利過程評價。

【後測與親子共學說明】(10 分鐘)

一、教學後立即進行後測問卷的填答，並回收問卷。

- 1.建議由教師帶領全班一起完成，逐題唸題目讓學生一一填答，每題約停頓 10-15 秒後進行下一題。
- 2.填答完，教師盡速抽空檢查有無漏答，漏者補填。

二、老師發下親子共學之《小小圖說書》與家長問卷。

- 1.回家後由學生利用《小小圖說書》講故事給家長聽，親子一同認識自己生活中的基層醫療資源。
- 2.聽故事前請家長先寫問卷上每題之「**過去**」欄位。
- 3.聽完故事後，請家長填寫問卷上每題之「**現在**」欄位。
- 4.《小小圖說書》末頁為學生學習單，請學生於親子共學後完成撕下，連同家長問卷，於一週內交回給教師。
- 5.請教師檢查家長問卷有無漏答，有漏者請聯絡家長補齊。

<p>教學延伸</p>	<p>在試教過程中我們發現到，學生們對於故事的接受度非常高，常常聽完一堂課都還嫌不夠，因此，我們調整部分教學策略，試著將故事改編成「對話模式」，從編劇、旁白、導演到演員皆由學生一手包辦（當然需經由老師從旁指導），讓學生運用課餘時間排演，於另外一堂課中用劇本演戲的方式再度「說故事」，意外地頗受學生好評，除了運用創意教材培養學生自主學習能力，將教材以不同演繹方式也能加強學習印象，未來甚至可供學校行動研究使用，本建議供您參考。</p>
<p>教學評量</p>	<p>【口頭評量】 本教學活動設計，有些觀念澄清的部份，需學生參與討論，提出自己的想法，並對於他人的分享給予肯定或釋疑，藉由問問題的方式，讓學生能夠腦力激盪，屬於形成性評量的一環。</p> <p>【實作評量】 藉由《暖羊羊診所大富翁》，結合學習與生活經驗，將知識轉化為生活技能。此外，學生回家後透過《小小圖說書》，讓親子共學家庭醫師對個人與家庭健康的協助功能，或回想求診的互動經驗，並藉由家長協助運用正確管道，尋找適合的家庭醫師。</p> <p>【問卷評量】 本教學說明本後之「肆、評價工具」即包含學生前後測，及家長前後測問卷，提供老師複印進行施測。藉由學生的前後測了解課堂學習狀況；透過《小小圖說書》學習單，將學習融入生活情境，並經由家長問卷評量親子共學策略之成效。</p>



貳、故事範例與教學討論

序	圖頁	故事範例與教學討論
1		<p>在一個和樂的森林社區中，住著很多小動物，故事的主角是一隻充滿活力的狗狗大白，和他的貓朋友花花。大白與花花彼此都是好鄰居，從小就常常玩在一起。社區比較遠一點的地方，有一間忙匆匆醫院。而社區的中心，有一間長著兩個金黃羊角的可愛診所，診所醫師叫作暖羊羊醫師。</p> <p>※本頁主要作制式的故事角色介紹外，用「社區地圖」的方式呈現，主要是想強調生活情境的連結，體會基層醫療診所的可近性。</p> <p>✎介紹時可以先從大白(狗)與花花(貓)住家，離住所遠一點的醫院，最後是版面中心的重點——診所(羊)。</p>
2		<p>平時，花花和大白最喜歡一起到社區公園，你追我跑地玩遊戲。</p> <p>但是這個星期都沒有看到大白的身影。</p> <p>花花喃喃自語：「咦？怎麼這幾天都沒有看到大白呢？他該不會是出了什麼事？」</p> <p>花花心想：「會不會是出車禍了？還是跌倒骨折了？還是感冒發燒了呢？我想我還是去看看他好了。」</p> <p>✎可嘗試激發學生「生活中有許多健康風險，是不是要找一個穩定的健康守護者比較好呢？」的想法。</p>
3		<p>花花跑到大白家門口，聽到一陣「窸窣窣窣窸窣窣」的擤鼻聲。</p> <p>「叮咚~」花花按下電鈴，大白家的門緩緩打開。一片片像蒲公英一樣的棉絮，從門縫中飄了出來。花花讚嘆著說：「哇~這些蒲公英好美麗啊！」</p> <p>✎滿屋子飛出的蒲公英，是想讓學生擁有一個雪花飛舞的想像場景，增加故事的畫面感。</p>
4		<p>突然間，「哈~啾！」好大一聲，原來是大白打了一個大大的噴嚏。</p> <p>花花急忙躲開，驚訝地說：「矮額~原來剛剛那些蒲公英，竟然都是你的鼻涕啊！還好我沒摸下去....」</p> <p>✎滿屋的蒲公英這種不尋常的現象，除了吸引學生注意力與發揮想像力，也能讓學生明白許多疾病的傳染源瀰漫在生活環境四周，進而重視個人健康與衛生。</p>

5		<p>花花看到平時活蹦亂跳的大白變得病恹恹的，一隻小白狗都快變成熊貓，兩個黑眼圈讓人差點認不出來。花花擔心地問大白：「你去看過醫生了嗎？」</p> <p>※提問學生：「小朋友，如果是你，身體不舒服的時候會去看醫生嗎？都去哪裡看呢？為什麼？」。</p> <p>✎在故事還沒揭曉大白就醫處前，學生會用自身生活經驗去想像大白的角色處境，可藉由此頁之過程評價，最真實地得知學生與其家庭的就醫習慣。</p>
6		<p>大白有氣無力的回答：「有啊！去忙匆匆醫院看過了。剛開始完全不知道要掛什麼科，浪費好多時間；醫院的病人也很多，排隊排很久才輪到我；而且醫院看病還花了我好多錢。」</p> <p>花花同情地說：「聽起來好辛苦啊....」</p> <p>大白接著說：「我還以為醫院比較貴，用的藥會比較好，根本也沒差，雖然醫師開藥給我了，但是吃了好多天了都沒好，也不知道是為什麼。」</p> <p>※主要是讓學生了解「生病直奔大醫院」的缺點。</p> <p>✎旨在強調「生病不要不經思索直奔醫院」，否則大醫院擠滿人，會影響真正需要住院、手術或急診的病患。小病就近找診所看病，不但能節省等候時間，也能得到較貼心的照護。。</p>
7		<p>花花好像突然想到了什麼，興奮地問大白：「大白大白，你都沒有固定優先找他看病的醫師嗎？」</p> <p>大白疑惑地說：「沒有耶，固定醫師有比較好嗎？」</p> <p>花花說：「像我家都是找暖羊羊醫師看病哦，不然我們一起去他的診所，就在你家附近而已，其他的路上再跟你說吧！」</p> <p>※讓學生想想「花花一家固定找暖羊羊醫師的原因是什麼呢？」。</p> <p>✎旨在強調「固定就醫是有好處的」這種正向增強概念，具體好處的內容後面故事將會舉例說明。</p>
8		<p>這時，大白又打了一個噴嚏：「哈哈....哈~啾！」。</p> <p>大白揉揉鼻子說：「唔....也好，不過羊醫師的診所會是什麼樣子的呢？」</p> <p>花花說：「是個讓人感到安心又溫暖的地方喔！」</p> <p>大白邊想像邊說：「是不是有像蜂蜜口味的藥水、糖果藥丸、巧克力藥粉、還有卡通電視、還有扭蛋機、溫柔的護士兔姐姐，嘿嘿....」</p> <p>✎天馬行空的想像情節，善用學生的期待心理，建立對基層醫療診所就醫的正向互動意願。</p>

9		<p>花花摸摸大白的額頭說：「唉呀！有發燒嗎？想太多了吧！」</p> <p>✎幽默情節，放鬆學生的學習氣氛。</p>
10		<p>一路上，花花向大白分享她們一家人找到暖羊羊醫師當家庭醫師的經驗。</p> <p>花花：「因為以前我們家都不知道找誰看病，常常跑好多家診所醫院，頭痛醫頭、腳痛醫腳，可是生病是很複雜的，不是跟醫師拿一堆藥就會比較快好。」</p> <p>大白疑惑地說：「那你們怎麼找到暖羊羊醫師的啊？」</p> <p>花花驕傲地說：「很簡單啊，因為暖羊羊診所離我們家很近！而且暖羊羊醫師不但專業又親切呢，甚至跟我們一家人都成為好朋友喔～」</p> <p>因為花花一家人固定找暖羊羊醫師看病，彼此熟悉就像好朋友一樣，獲得了不少幫助呢。</p> <p>※提問學生「跟醫師當好朋友會發生甚麼事呢？」。</p> <p>✎中性問題將可了解學生對「與醫師當朋友」的先決看法，或許是信任、依賴、權勢、疏冷，甚至畏懼感，善用「好朋友」一詞增強情意面的正能量，並鼓勵孩子信任基層醫療，進而像好朋友般的情誼與尊重。</p> <p>※花花說到的「跑好多家診所醫院」、「跟醫師拿一堆藥」皆是生活中常見的錯誤就醫與醫療浪費情形。</p>
11		<p>花花說：「像是上個月啊，我不知道甚麼原因吐得唏哩嘩啦，我苗條的身材都瘦了兩圈....」</p> <p>大白懷疑地說：「苗條？有嗎？」</p> <p>花花手插腰，說：「懷疑啊？我說有就是有！是說....當我身體不舒服時，第一個想到的就是去找暖羊羊醫師。」</p> <p>※一旦身體不舒服就先找暖羊羊醫師的故事實例。</p> <p>✎圖片中一隅，是大白與暖羊羊醫師的合照，作為後面大白也曾來此基層診所看診之伏筆，有些觀察入微的學生可能會注意到這個小細節。</p>
12		<p>花花接著說：「暖羊羊醫師跟我說，我是得了流行性感冒，平時要養成勤洗手的好習慣，可以趕走很多細菌和病毒。」</p> <p>花花神祕地說：「而且他還告訴我小秘方，每當流感爆發前，可以直接找他打疫苗，也可以預防流感哦。」</p> <p>※強調家庭醫師提供「預防醫學」的照護功能。</p> <p>✎家庭醫師可以提供最實用之個人保健技能（如：勤洗手）等相關建議，除此之外，家庭醫師還能提供施打疫苗的預防醫學照護功能。</p>

13		<p>花花又想起花爸之前的經驗，說：「我爸爸常常便秘，有時候五、六天才大一次，每次上大號時，廁所都會傳出殺豬一樣的哀號聲。」</p> <p>大白傻眼說：「那怎麼辦啊？」</p> <p>花花說：「暖羊羊醫師告訴我爸，要多喝水，多運動，多吃蔬菜水果，促進營養均衡，才能讓胃腸蠕動，幫助排便哦。結果現在我家廁所安靜下來，我還有點不習慣呢！」</p> <p>※強調家庭醫師提供「醫療保健」的照護功能。</p> <p>✎在固定就醫的習慣下，家庭醫師甚至可以了解患者的生活習慣，提供最適合的醫療保健知識與建議，也能強化患者自身的健康管理技能。</p>
14		<p>花花又想起有一次深刻的住院經驗。</p> <p>花花說：「有一次我肚子好痛好痛，連續拉肚子好幾天，都拉出血了。」</p> <p>大白說：「好可怕啊，後來呢？」</p> <p>花花說：「後來我媽馬上帶我去找暖羊羊醫師，暖羊羊醫師知道我有咬指甲的壞習慣，可能是吃進壞細菌了，因為情況很嚴重，立刻安排我轉診到醫院做進一步治療。出院後，在暖羊羊醫師持續照護下，我很快恢復了健康。」</p> <p>※強調家庭醫師提供「協調轉診」的照護功能。</p> <p>✎家庭醫師擔任基層醫療守門員的角色之外，在病況嚴重時，能立即安排正確科別的轉診，在個人層面，不僅能初級治療、找對科別，轉診也能節省部分負擔之費用；在社會層面，轉診也能舒緩醫院壅塞的情形。</p>
15		<p>走著走著，大白和花花已經來到了暖羊羊診所，才掛號沒多久，很快就輪到大白看病了。</p> <p>一進診間見到羊醫師，大白聞到一股好熟悉的味道，牆上還有一張自己小時候的照片。</p> <p>大白：「咦？我是不是曾經來過這裡？」</p> <p>暖羊羊醫師笑瞇瞇地說：「對啊！你看，這裡還有你小時候來看診，我們留下的合影哦！」大白驚喜的說：「真的耶！我想起來了！」</p> <p>暖羊羊醫師露出了親切的微笑。</p> <p>※牆上的照片顯示大白曾經來暖羊羊診所看病過。</p> <p>✎請學生分享是否曾經到基層醫療診所看病，其經驗的感受為何？正向感觸予以強化，負向迷思予以澄清。</p>

16		<p>沒多久，暖羊羊醫師找到了大白的看病紀錄，轉身對大白說：「你啊，從小就是過敏體質，尤其是對花粉特別敏感，看到你的黑眼圈和像蒲公英一樣的鼻涕，一定是聞了『哈啾花』的關係。」</p> <p>大白說：「原來如此！還好這裡有我的詳細看病紀錄，一下子就找到原因和治療方法，真的是太棒了！」</p> <p>在暖羊羊醫師的細心照護下，大白很快恢復了健康，又可以跟花花在公園追趕跑跳碰了。</p> <p>※強調家庭醫師「熟知病史」的優點（熟知病史→對症下藥→快速痊癒）。</p> <p>✎以大白的流鼻涕並非感冒，而是過敏的例子，因為固定就醫有詳細病史紀錄，個人層面能全面性判斷與診療病情，因熟知病史能避免延誤病情；社會層面則因固定就醫的熟知病史優點，能有效遏止消費性醫療 (Doctor Shopping) 的情形，呼籲民眾善用基層醫療，節省醫療資源。</p> <p>✎特意安排「哈啾花」與「蒲公英鼻涕」的劇情，也是希望強化學生對家庭醫師的專業形象有感，熟知病史後還能「對症下藥」的例子。</p>
17		<p>從此以後，大白深刻地體會到，擁有一個固定醫師的好處，不但又近又快又便宜，而且啊，家庭醫師不但是守護健康的守門員，也是幫忙轉診的好朋友呢！</p> <p>於是，大白開始跟身邊的人分享：「有病不能拖，先找家醫說！」各種好處多多，說的真是一點也沒錯！</p> <p>※呼籲「有病不能拖，先找家醫說」，希望學生能表達自身的支持立場，進而倡議影響他人。</p> <p>✎結論予以簡單標語，強化學習印象。</p>



參、給教師的話



新時代的醫療觀念是以健康為導向、以病人為中心，鼓勵民眾在住家附近找到值得信賴的家庭醫師，一般病症均固定由該醫師看診，為全家的健康把關。由於持續固定看診，家庭醫師會因為瞭解長期病史及病人家庭之身心理狀況，提供最貼心與適切的照護，讓民眾能節省候診時間與就醫費用，並大幅提升醫療品質，由此可知家庭醫師是民眾最直接、最快速的健康守護者。

相較於此，部分民眾存在著醫院較為有效的迷思，因而生病直接到醫院看診，造成比如：人潮壅塞、看診倉促、掛錯科別、不了解長期病史，而發生頭痛醫頭、腳痛醫腳的風險，此外，還有看病費用提高，甚至耽誤重症治療等諸多缺點，損人不利己。

推廣家庭醫師理念，強調的是「善用基層醫療」的概念，本節課的活動設計透過圖說書及遊戲活動，讓學生自發地認識家庭醫師的功能與重要性，並透過回家後由學生說書，與家長親子共學討論，更能深刻體認家庭醫師對於個人與家庭的健康價值。

一、以故事切入，引起學生的興趣

「聽故事」對 1-3 年級學生深具吸引力，以《暖羊羊診所》圖說書將生活化的情節，配合鮮明的動物主角圖片故事，引起學生了解家庭醫生的好處與重要性之動機。

二、結合遊戲互動，培養自主學習，體認家庭醫師的重要性

「互動遊戲」能培養學生自主學習能力，透過《暖羊羊診所大富翁》遊戲，將故事情節設計成地圖，強化學生學習印象，誘發學生將故事轉化成生活經驗的聯想能力，進而覺察家庭醫師與自身健康息息相關。

三、延伸教學，短劇表演展現對家庭醫師的正向積極態度

學生愛看戲也愛演戲，故事不只能聽更能演。醫師和病人是學生生活經驗中相當熟悉的角色，延伸教學部分建議可將故事情節設計成短戲劇本，由學生領銜演出既活潑又生動，讓學生主動參與、體驗與互動，藉由體認家庭醫師的重要性之後，展現對家庭醫師的正向積極態度。

四、課後親子共學，深化教學效果

課後人手一本《小小圖說書》，回家後親子共學討論，不但能有效結合家庭的生活經驗，也能增進家長善用基層醫療資源之意願與效能，體認家庭醫師對個人與家庭健康的價值，進而展現對於家庭醫師的信任感。

肆、評價工具（附錄自下頁起）