

# 文經「醫」略

教案設計者	陳美娟
單元名稱	文經「醫」略
教學設計理念	<p>學生快畢業了，師生們利用綜合課進行了一場「盍各言爾志？」的對話。有多位學生立志要當醫生，研發新冠肺炎的疫苗、特效藥，問他們為什麼選擇學西醫，而不是學中醫？你一言，我一語，好不熱鬧的說著：西醫比較科學、比較先進、治療方法多樣、功效比較好……等。真是如此嗎？</p> <p>中醫因為歷史悠久、文言文較艱深，所以帶著神秘色彩，連國父孫中山先生都不得其門而入，唾棄腐朽的中醫，矢志成為西醫生。然而，中醫和國語文的發展都是因人類生活需要，逐漸演變而成，是很生活化且有趣的。</p> <p>因此，教學者興起將兩者結合，設計了此課程，架構圖如下，期望學生能藉由觀看影片、習寫重點單、製作小書及中醫五行撲克牌、分組競賽與遊戲、整理資料製作簡報並進行口頭報告，輔以教師的解說、引導，能從不同觀點重新看待國語文、中醫，進而願意更深入學習其他相關知識內容，以開拓自己的視野、豐富自己的生活。</p> <pre> graph LR     A[文經「醫」略] --- B[歇後妙語(15分鐘)]     A --- C[「醫字」與「中醫」(25分鐘)]     A --- D[中醫概要(80分鐘)]     A --- E[語帶「醫」機(70分鐘)]     A --- F[以書會友(10分鐘)]     B --- B1[歇後語介紹]     B --- B2[揭示課程主題]     C --- C1[六書造字法則]     C --- C2[由「醫字」演變，看「中醫」來源]     D --- D1[五臟六腑報你知]     D --- D2[陰陽學說與中醫]     D --- D3[五行學說與中醫]     D --- D4[中醫五行撲克牌]     E --- E1[岐伯的異想世界]     E --- E2[讀成語學養生]     E2 --- E21[心：君主之官，神明出焉---心曠神怡]     E2 --- E22[肺：相傳之官，志節出焉---體無完膚]     E2 --- E23[肝：將軍之官，謀慮出焉---肝膽相照]     E2 --- E24[脾：倉廩之官，五味出焉---望梅止渴]     E2 --- E25[腎：作強之官，技巧出焉---不寒而慄]   </pre>

領域/ 科目	國語文-語文領域
實施 年級	國小 5-6 年級(三)
總節 數	5 節，200 分鐘
設計依據	
學習 表現	<p>Ab-Ⅲ-7 數位辭典的運用。</p> <p>Be-Ⅲ-3 在學習應用方面，以簡報、讀書報告、演講稿等格式與寫作方法為主。</p> <p>Cc-Ⅲ-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p>
學習 內容	<p>5-Ⅲ-12 運用圖書館(室)、科技與網路，進行資料蒐集、解讀與判斷，提升多元文本的閱讀和應用能力。</p> <p>2-Ⅲ-3 靈活運用詞句和說話技巧，豐富表達內容。</p> <p>2-Ⅲ-2 從聽聞內容進行判斷和提問，並做合理的應對。</p>
核心 素養	A1 身心素質與自我精進
與其他 領域/ 科目 的連 結	<p>基本設計-藝術領域</p> <p>基本設計-藝術領域</p> <p>健康與護理-健康與體育領域</p>
實施 年級	國小 5-6 年級(三)
學習 表現	<p>視 E-Ⅲ-3 設計思考與實作。</p> <p>視 A-Ⅲ-2 生活物品、藝術作品與流行文化的特質。</p> <p>Fb 健康促進與疾病預防</p>
學習 內容	1a 健康知識

核心素養	B3 藝術涵養與美感素養 A1 身心素質與自我精進
議題	閱讀素養教育
教材來源	自編
教學設備/資源	電腦及投影設備、教學簡報、每生白色壁報紙 1 張、每生重點單共 6 張(印成 B4 大小)、 每生白色西卡紙(A4 大小)5 張
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.瞭解說話時使用歇後語的用意。</li> <li>2.知悉歇後語的種類。</li> <li>3.和組員一起腦力激盪完成歇後語競賽。</li> <li>4.辨別六書造字法則。</li> <li>5.認識「醫」字的演變，進而瞭解「中醫」的起源。</li> <li>6.知道五臟六腑的位置及意義。</li> <li>7.瞭解臟與腑的區別。</li> <li>8.知悉中醫陰陽學說的內容及特色。</li> <li>9.知道五行學說發展的概念與意義。</li> <li>10.知悉木、火、土、金、水應用於中醫裡的意義。</li> <li>11.瞭解五行之間相生、相剋、相侮的關聯。</li> <li>12.知道五行理論在中醫學的應用。</li> <li>13.與同學分工合作完成一副中醫五行撲克牌。</li> <li>14.確實遵守遊戲規則，與同學一起進行排七(接龍)遊戲。</li> <li>15.透過遊戲，對五行對照表的內容能更加熟悉。</li> <li>16.知道古代醫生如何發現人體中的各類臟腑器官及相關的人體解剖圖。</li> <li>17.瞭解岐伯以官職來比喻各類臟腑及其功用。</li> <li>18.能上網查詢成語資料，並將其製作成簡報，向同學報告。</li> <li>19.知悉「心曠神怡」、「肝膽相照」、「體無完膚」、「望梅止渴」、「不寒而慄」的解釋、例句、典故及中醫學上的詮釋。</li> <li>20.說出各種有效維持身體強健的方法，並身體力行。</li> <li>21.認真聆聽同學的發言、老師的說明，並適時給予正向回應。</li> <li>22.專注觀看影片，並適度提出自己的問題、意見。</li> <li>23.習寫重點單，剪貼到小書，完成美編，做出一本小書。</li> </ol>

	24.欣賞他人製作的小書，並給予正向回饋。		
授權方式	創用 CC-姓名標示 4.0		
教學活動設計			
教學活動方式及實施方式		時間	學習評量
<p>壹、引起動機---歇後妙語</p> <p>一、發下重點單 1-1：</p> <p>請學生先瀏覽一下內容，待會課程中有出現答案時，再一一填入。</p> <p>二、歇後語的介紹(文字內容擷取自嬉笑怒罵歇後語)</p> <p>國語課有提到： 周瑜與黃蓋為了取信於曹操，聯手上演了一齣苦肉計。後人因而衍生出一句歇後語，請大家來猜一猜。</p> <p>歇後語是由兩個部分，組成一句話。 前面一部分是形象的比喻，有點像謎題、謎面；後面一部分是解釋說明，有點像謎底，所以歇後語要表達的意思，是在後面這一部份。</p> <p>歇後語的用意： 在語言表達中，先讓人產生了「隱晦」和「暫停」的感覺，然後等你突然有了「恍悟」與「豁然」的效果。</p> <p>歇後語分三類： 2.與「喻意」有關的歇後語： 前半部是比喻，後半部是對前半部的解釋。</p> <p>歇後語分三類： 3.與「人物典故」有關的歇後語： 用通俗小說或歷史人物為主角，與文學名著息息相關。</p> <p>瞭解了歇後語的相關概念後，我們來分組比賽，猜一猜跟我們這次課程主題有關的歇後語。 計時3分鐘。</p>		40分鐘	<p>1.瞭解說話時使用歇後語的用意。</p> <p>2.知悉歇後語的種類。</p> <p>3.和組員一起腦力激盪完成歇後語競賽。</p> <p>4.辨別六書造字法則。</p> <p>5.認識「醫」字的演變，進而瞭解「中醫」的起源。</p> <p>6.認真聆聽同學的發言、老師的說明，並適時給予正向回應。</p> <p>7.專注觀看影片，並適度提出自己的問題、意見。</p> <p>8.習寫重點單，剪貼到小書的封面及封底，並完成美</p>

四、藉由上述歇後語的聯想，引導出本課程主題---文經「醫」略，並說明老師對學生上完這門課後的期許。



貳、發展活動---「醫字」與「中醫」

一、發下重點單 1-2：

請學生先瀏覽一下內容，待會課程中有出現答案時，再一一填入。

二、由「醫」字的演變，瞭解「中醫」的來源：

1.播放影片: 六書介紹，介紹六書造字法則。

(影片、文字內容擷取自說文解字談六書)

2.師生共同討論、歸納重點：



3.引導學生藉由了解「醫」字的演變，進而認識「中醫」的來源：



編。



大家覺得「醫」字是使用六書中的哪一種造字法則呢？為什麼？

「醫」，從毌、從酉，是會意兼形聲字。

由「醫」字的演變，瞭解「中醫」的來源：

商、周是屬於醫、巫並存的時期，所以下面放著「巫」，當時，醫便是巫，巫便是醫。

由「醫」字的演變，瞭解「中醫」的來源：

古人把疾病看得可怕而神秘，認為疾病災禍皆由鬼神控制，所以「醫」便受到「巫術說」的影響，至今仍有「巫術」的痕跡，不少偏遠落後地區仍相信巫術可以醫治百病。

由「醫」字的演變，瞭解「中醫」的來源：

後來在周朝，醫事制度逐漸完整，巫、醫開始分家，所以下面改成「酉」。

由「醫」字的演變，瞭解「中醫」的來源：

「酉」的圖像像是個瓶子，由於醫療經常要用到酒（酒可以讓藥效快點發揮，或是消毒患處），所以「酉」是酒的意思。

由「醫」字的演變，瞭解「中醫」的來源：

據說在商代，我們的祖先就已經把酒和中華相結合，將中藥加入酒裡便成了藥酒，正所謂「無酒不成醫」，古人很早就已經知道酒有活血及輔助治療疾病之功效。

影片：醫巫分源的確立（擷取自中醫基礎理論 中醫發展史）

中醫，相對於西醫，是中國自古代相傳的一門學問。

中醫是很生活化的！中醫的發展過程與人類發展史，從4000年以前便開始進行了！

自盤古開天以來，先人們在為生活打拼的過程中，不斷地受到傷害，像是外在的洪水猛獸，內心的恐懼煎熬，想吃卻害怕錯過毒物的掙扎……

然而，有智慧的先人體會到：人是大自然的一份子，學會從大自然中觀察並學習，將大自然的法則應用在人體上，在生活中實踐，這就是中醫最重要的基本觀念---

天人合一

## 參、綜合活動

- 一、請學生拿出自己在課前用一張壁報紙摺好的八格書，並指導學生將 2 張重點單，分別剪貼到小書的封面、封底。（參考影片：一張紙摺麼玩一八格書）
- 二、請學生利用課餘時間，將封面、封底畫上插畫，並上色。

## 壹、引起動機---五臟六腑報你知

- 一、教師揭示題目，小組討論並發表。
- 二、發下重點單 2-1：  
請學生先瀏覽一下內容，待會影片中有出現答案時，再一一填入。
- 三、播放影片：（擷取自中醫基礎理論 整體觀與藏象）
  - 1.五臟非指單一器官
  - 2.臟與腑的區別
- 四、師生共同討論、歸納重點：

一、五臟六腑不是指單一的臟器。

1.中醫所謂的五臟，還包括器官整體的運作以及活動特性。

2.中醫的五臟六腑理論，主要是一種功能定位的說法：腎並不是單指獨立的腎臟，而是泛指整個泌尿系統，包括膀胱等；脾也不是單指脾臟，而是泛指整個消化系統，包括胃功能在內。

二、「臟」與「腑」有何不同？

1.「臟」是指實心的臟器，包含：肝、心、脾、肺、腎。

2.「腑」是指空心的容器，包含：小腸、膽、胃、大腸、膀胱、三焦。

二、「臟」與「腑」有何不同？

3.五臟相應的五腑：

五臟	五腑
心	胃
肺	膽
脾	小腸
肝	大腸
腎	膀胱

20分鐘

1. 知道五臟六腑的位置及意義。
2. 瞭解臟與腑的區別。
3. 知悉中醫陰陽學說的內容及特色。
4. 認真聆聽同學的提問、老師的說明，並適時給予正向回應。

二、「臟」與「腑」有何不同？  
4. 將人體的**胸腔**和**腹腔**分為「**上焦**、**中焦**、**下焦**」，合稱「**三焦**」，是第六個腑。



## 貳、發展活動

### 一、陰陽學說與中醫

#### 1. 發下重點單 2-2：

請學生先瀏覽一下內容，待會影片中有出現答案時，再一一填入。

#### 2. 播放影片：陰陽學說與中醫

(擷取自中醫基礎理論 陰陽五行)

#### 3. 師生共同討論、歸納重點：

一、什麼是中醫的陰陽學說呢？  
1. 中醫學理論最重要的思維是：**「整體觀」**。

2. 中醫認為宇宙萬物都是由「**氣**」所構成的。  
「**氣**」在不斷運動變化的過程中，**輕盈的清氣上升為「陽」**，**沉重的濁氣下降為「陰」**。

二、「陰」與「陽」代表什麼意義，又該如何區別呢？

1. 「陰」與「陽」的意義並非絕對，而是相對比較而來，用於表示**事物的相對性**。

二、「陰」與「陽」代表什麼意義，又該如何區別呢？

2. 透過「**陰陽之推移**」，造成一年四季周而復始，使萬物不斷發生變化：  
春季萬物生發，陽氣萌動，夏季炎熱，陽氣亢盛，秋季涼爽，陽極轉陰，冬季寒冷，是陰氣極盛的表現。

二、「陰」與「陽」代表什麼意義，又該如何區別呢？

3. 存於事物中的「陰與陽」分別：

陰	屬性	陽	屬性	陰	陽
上	空	下	實	運動的	靜止的
左	陽性	右	陰性	外向的	內向的
寒	收斂	熱	膨脹	下降的	上升的
冬季	收藏	夏季	生長	寒冷的	炎熱的
乾燥	清涼	濕潤	潮濕	無形的	有形的
輕	重量	重	輕	抑壓的	伸張的
清	混濁	濁	清	衰退的	昌旺的
晦暗	明亮	明	暗	成形的	散形的

三、陰陽的五大特性：

##### 1. 對立制約：

陰陽對立制約，形成陰陽消長，進而維持了陰陽之間的動態平衡。如果陰陽平衡遭到破壞，形成陰陽失調，就會產生疾病：  
① 制約太過：陽氣盛則陰病、陰氣盛則陽病；  
② 制約不及：陽虛則陰盛、陰虛則陽盛。

三、陰陽的五大特性：

##### 2. 互根互用：

① 陰陽互根：不能脫離對方而單獨存在。  
② 陰陽互用：陰陽相互依靠、相互協助。  
③ 陰陽互根互用的關係受到破壞，會產生陰陽互損、陰陽離絕兩種狀況。

三、陰陽的五大特性：

##### 3. 交感與互藏：

① 陰陽交感：陰中有陽，陽中有陰，正如我們常見的陰陽圖形。  
② 陰陽互藏：陰陽雙方交感和合的動力根源，陰陽交互潛藏作用，萬物才能產生變化。

三、陰陽的五大特性：

##### 4. 消長平衡：

陰陽雙方並非固定不變，而是處於不斷增長和削減的變化當中。陰陽在此消彼長的運動過程中，保持著動態平衡。

三、陰陽的五大特性：

##### 5. 相互轉化：

當陰或陽有一方走向極端，會轉變方向並轉化為另一方的性質，即「**物極必反**」的現象。

四、陰陽學說與中醫學的關聯與應用：

##### 1. 陰陽具有無限可分性：

2. 陰陽學說用於中醫學，就是致力於**維持人身氣血臟腑的陰陽平衡之道**。陰陽平衡，表現於人體，便是五臟六腑氣血津液都各司其職，健康無病，稱為「**平人**」。

##### 3. 治療根本是恢復人體的陰陽平衡：

虛則補之，實則瀉之，以針灸或藥物，對症給藥，醫治病入。

### 二、五行學說與中醫

#### 1. 發下重點單 2-3：

請學生先瀏覽一下內容，待會影片中有出現答案時，再一一填入。

#### 2. 播放影片：五行學說與中醫

(擷取自中醫基礎理論 陰陽五行)

#### 3. 師生共同討論、歸納重點：

60分鐘

5. 專注觀看影片，並適度提出自己的問題、意見。

6. 習寫重點單。

1. 知道五行學說發展的概念與意義。

2. 知悉木、火、土、金、水應用於中醫裡的意義。

3. 瞭解五行之

五行學說是研究「木、火、土、金、水」五行的概念、特性、生剋制化、乘侮規律，並用以解釋萬物的發生、發展、變化和相互關係的一種學說。

一、五行是什麼呢？  
從字面上的意思來看，「五」指五種具體物質，「行」是五種物質的運動變化，「五行」就是木、火、土、金、水這五種物質和它們的運動變化。

二、五行有什麼不同的特性？  
1.木的特性：  
從草木生長、柔和、屈屈能伸的特性，引申為具有生長、升發、條達、舒暢等性質。

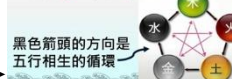
二、五行有什麼不同的特性？  
2.火的特性：  
火的特性是炎熱、升騰、光明，凡具有溫熱、上升、騰達作用或性質的事物都屬火。火是屬於氣化感。

二、五行有什麼不同的特性？  
3.土的特性：  
土能種植萬物，從種植和收穫的特性，引申為生化、受納、承載的性質。凡具有養育、承載、受納、變化性質或作用的事物，屬土。土屬於綜合感。

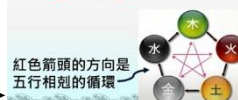
二、五行有什麼不同的特性？  
4.金的特性：  
金的特性是形堅態固，因熔煉而形成變異，能夠變革，金屬有沉降、殺戮、收斂的性質。凡具有肅降肅潔、肅陽肅潔、收斂肅潔性質或作用，屬金。金屬於穩固感。

二、五行有什麼不同的特性？  
5.水的特性：  
水的特性是滋潤、下行、流動、寒涼、閉藏，凡具有寒涼、滋潤、向下、流動性質或作用的事物，屬水。

三、五行的關聯性：  
1.相生：有順序的遞相滋生關係。五行相生的循環，依序為：木生火，火生土，土生金，金生水，水生木。



三、五行的關聯性：  
2.相剋的依序為：木剋土，土剋水，水剋火，火剋金，金剋木。



四、五行的「相侮」關係：  
1.也稱為「反侮」或「反剋」。  
2.導致反侮的原因有兩種：  
①太過：  
原本被克制的一方太強大，原先克制的一方便會被反控制，即稱為反剋或反侮。例如：木原本剋土，但若土行過於強大，反過來剋制木行，即為「土反侮木」。

四、五行的「相侮」關係：  
1.也稱為「反侮」或「反剋」。  
2.導致反侮的原因有兩種：  
②不及：  
五行中某一行過於虛弱，不僅不能制約其所盛的一行，反而受到其所盛行的「反剋」。例如：木太過於虛弱，無力克制土行，便導致土行反侮也稱為「土反侮木」。

四、五行的「相侮」關係：  
3.侮行相侮的順序分別是：土侮木、木侮金、金侮火、火侮水、水侮土。



五、五行的「母子相及」關係：  
1.我生者為「子」，生我者為「母」。  
以木與火的關係為例，「木生火」，所以木為母、火為子。

五、五行的「母子相及」關係：  
2.「相及關係」有兩種：  
①「母病及子」：  
五行中的某一行失常，影響到其子行，導致母子兩行皆異常的變化。又可分為下列兩種：  
A.母行虛弱  
B.母行過亢

五、五行的「母子相及」關係：  
2.「相及關係」有兩種：  
②「子病及母」：  
五行中的某一行失常，影響到其母行，導致子母兩行皆異常的變化。又可分為下列兩種：  
A.子病犯母  
B.子盜母氣

六、五行學說與中醫的關係：  
1.五行與五臟的關係：  
中醫用五行說明五臟的生理特點及相互關係，認為：  
肝屬木，具有升發、條達的特性；  
心屬火，具有燭照萬物的火熱性質；  
脾屬土，有生化、受納萬物的特性；  
肺屬金，具有肅降的特性；  
腎屬水，主藏一身之精。

六、五行學說與中醫的關係：  
2.依照五行生剋，制定治則治法：  
①依照五行相生關係：  
例如：「土生金」---當金氣不足時，可以「補土生金」，以「補脾土」來生養「肺金」。

六、五行學說與中醫的關係：  
2.依照五行生剋，制定治則治法：  
②依照五行相剋關係：  
例如：「木剋土」---「土虛木乘」，當金氣過盛，剋伐脾土，抑制木的氣，便能保全脾土。

六、五行學說與中醫的關係：  
2.依照五行生剋，制定治則治法：  
③依照五行反侮關係：  
例如：「木火刑金」，便可柔肝補肺，消除不正常的五行關係。

六、五行學說與中醫的關係：  
3.指導臟腑用藥：  
中藥的五味對應五行屬性，凡藥：「酸」屬「木」，「苦」屬「火」，「甘」屬「土」，「辛」屬「金」，「鹹」屬「水」，所以指導用藥的原則是：  
酸味屬木，入肝；苦味屬火，入心；甘味屬土，入脾；辛味屬金，入肺；鹹味屬水，入腎。

六、五行學說與中醫的關係：  
4.瞭解五臟的生剋關係，可預先控制疾病的傳變：  
「疾病的傳變」是指：人體受邪之後，疾病前進的路徑。

六、五行學說與中醫的關係：  
4.瞭解五臟的生剋關係，可預先控制疾病的傳變：  
疾病傳導的途徑，一般而言，由五行相剋的途徑發展，例如：病邪入肝，下一步可預知，將前進脾土，因此在病邪入脾之前，應先鞏固脾土，防止五臟次第淪陷，這便是中醫「截斷敵路」，「治未病」的境界。

間相生、相剋、相侮的關聯。

4.知道五行理論在中醫學的應用。

5.認真聆聽同學的提問、老師的說明，並適時給予正向回應。

6.專注觀看影片，並適度提出自己的問題、意見。

7.與同學分工合作完成一副中醫五行撲克牌。

8.確實遵守遊戲規則，與同學一起進行排七(接龍)遊戲。

9.透過遊戲，對五行對照表的內容能更加熟悉。

10.習寫重點單，剪貼到小書內頁第一~五頁，並完成美編。

三、指導學生將 3 張重點單，分別剪貼到小書的內頁第一~四面，並利用課餘時間，完成第一~四面的美編。

參、綜合活動---中醫五行撲克牌

一、師生共同檢視「五行對照表」並說明。

二、教師發下重點單 2-4，請學生將其剪貼至小書內頁



第五頁，並利用課餘時間，完成此頁面的美編。

三、教師說明「中醫五行撲克牌」的製作方法。

四、發下白色西卡紙(A4 大小)，請學生一人或五人一組，製作一副「中醫五行撲克牌」。

五、教師說明「排七(接龍)遊戲」的方法及計分方式。

六、學生分組進行遊戲。

七、請學生說說看，自己在製作中醫五行撲克牌及遊戲中學到了什麼？

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
1.方位	東	南	中	西	北

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
1.方位	東	南	中	西	北
2.季節	春	夏	長夏	秋	冬

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
1.方位	東	南	中	西	北
2.季節	春	夏	長夏	秋	冬
3.氣候	風	暑	溼	燥	寒

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
1.方位	東	南	中	西	北
2.季節	春	夏	長夏	秋	冬
3.氣候	風	暑	溼	燥	寒
4.生長發育	生	長	化	收	藏
5.五色	青	紅	黃	白	黑

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
1.方位	東	南	中	西	北
2.季節	春	夏	長夏	秋	冬
3.氣候	風	暑	溼	燥	寒
4.生長發育	生	長	化	收	藏
5.五色	青	紅	黃	白	黑
6.五味	酸	苦	甘	辛	鹹

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
7.臟	肝	心	脾	肺	腎

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
7.臟	肝	心	脾	肺	腎
8.腑	膽	小腸	胃	大腸	膀胱

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
7.臟	肝	心	脾	肺	腎
8.腑	膽	小腸	胃	大腸	膀胱
9.情志(情志)	怒	喜	思	悲	恐

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
7.臟	肝	心	脾	肺	腎
8.腑	膽	小腸	胃	大腸	膀胱
9.情志(情志)	怒	喜	思	悲	恐
10.五官	目	舌	口	鼻	耳

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
7.臟	肝	心	脾	肺	腎
8.腑	膽	小腸	胃	大腸	膀胱
9.情志(情志)	怒	喜	思	悲	恐
10.五官	目	舌	口	鼻	耳
11.五體	筋	脈	肉	皮	骨

◎五行對照表

	木	火	土	金	水
7.臟	肝	心	脾	肺	腎
8.腑	膽	小腸	胃	大腸	膀胱
9.情志(情志)	怒	喜	思	悲	恐
10.五官	目	舌	口	鼻	耳
11.五體	筋	脈	肉	皮	骨
12.五華	爪(指甲)	面	唇	毛	髮

◎中醫五行撲克牌

一、製作方法:

1.若單人製作一副撲克牌，則需準備5張A4大小同色西卡紙。

◎中醫五行撲克牌

一、製作方法:

2.將一張西卡紙橫放，於長邊每7.5公分畫一條直線，於寬邊每7公分畫一條直線，用美工刀將西卡紙裁成12張紙卡，其他4張西卡紙重複此步驟，最終將裁出60張紙卡。

◎中醫五行撲克牌

一、製作方法:

3.每12張紙卡一組，分別寫(畫)上五行所對應的12個項目，如下，即完成撲克牌。

1.木	2.火	3.土	4.金	5.水
春	風	生	青	酸
1	2	3	4	5

◎中醫五行撲克牌

一、製作方法:

3.每12張紙卡一組，分別寫(畫)上五行所對應的12個項目，如下，即完成撲克牌。

7.木	8.火	9.土	10.金	11.水
肝	心	脾	肺	腎
7	8	9	10	11

◎中醫五行撲克牌

一、製作方法:

4.若5人一組，則一人準備1張西卡紙(顏色相同)，分配誰負責哪一行，依上述步驟，便可一起完成一副撲克牌。

請大家找好5人一組，分組合作一副撲克牌！

◎中醫五行撲克牌

二、排七(接龍)遊戲:

1.方法:

每局參與人數:4人、5人或6人。將60張牌全部發完後，由手中有「木」的人先出牌，以順時間方向輪流出牌。下家開始依序出牌。其它玩家手上若有別種五行數字七的牌，不需馬上打出。

◎中醫五行撲克牌

二、排七(接龍)遊戲:

1.方法:

下家只要有「同一行」相鄰牌即可出牌。可依序往前(數字六)或往後(數字八)出牌。

◎中醫五行撲克牌

二、排七(接龍)遊戲:

1.方法:

假如玩家手中的牌無法打出去(桌面上的牌型中無法發出相鄰牌)則須「蓋牌」。蓋牌後再由下一家接續下去，當所有玩家將手中的牌出完後，即做勝負判定。

◎中醫五行撲克牌  
二、排七(接龍)遊戲：

2.計分：  
牌局結束時，  
統計每人「蓋牌」的點數。  
點數的計算「A」代表1分，  
「2」代表2分……以此類推至  
「Q」代表12分。

◎中醫五行撲克牌  
二、排七(接龍)遊戲：

2.計分：  
蓋牌點數越少者為贏家。  
如果蓋牌點數相同時，  
以蓋牌的張數少的人為勝利。

排七(接龍)遊戲  
開賽囉！

藉由製作中醫五行撲克牌、  
和組員玩排七(接龍)遊戲，  
你學到了什麼？

## 壹、引起動機---岐伯的異想世界

### 一、古代的醫生是如何知道人體中有各類臟腑器官呢？

◎古代的醫生如何知道  
人體中有各類臟腑器官？

1.在春秋戰國時代，醫生就會解剖，  
將器官一一取出研究，包括  
秤重、量長度、觀察其功能用途。  
如：量出食道到胃的長約一尺六寸  
觀察到胃的形狀彎彎曲曲的，  
拉長量是二尺六寸，直徑五寸  
容量最大可裝三斗五升……

◎古代的醫生如何知道  
人體中有各類臟腑器官？

2.北宋的《歐希範五藏圖》是全世界  
第一部工筆細描的人體解剖圖。  
誰是歐希範？  
他不是醫生或研究解剖的人，  
是帶頭廣西暴動的綠林叛黨領袖。

◎古代的醫生如何知道  
人體中有各類臟腑器官？

2.北宋的《歐希範五藏圖》是全世界  
第一部工筆細描的人體解剖圖。  
當時叛黨共56條漢子，被逮處行後  
州吏吳簡令醫生與繪工，  
將這些犯人開腸剖肚，  
手工繪成《歐希範五藏圖》，  
比達文西所繪製的人體解剖圖  
早了四百多年。

◎古代的醫生如何知道  
人體中有各類臟腑器官？

3.另一本解剖書是  
宋朝陽介整理的《存真圖》，  
為郡守李夷行吩咐醫生與畫工，  
依4名被處決犯人的內臟繪製而成。

### 二、聽故事囉！

「當愛問問題的黃帝，遇上很愛講話的臣子岐伯，  
會迸出什麼火花呢？」



器官	職務	掌管
心		掌管意識與理性思考 治理調節氣的進出、 輔助心治理調節氣、 體液與其他器官
肺		掌管策畫和邏輯思考 能力
肝		擅長作決斷、掌管直 覺思考能力

器官	職務	掌管
膽中 (心包)		助心肺運輸氣血，調 整陰陽，使精神愉快
脾胃		消化吸收天地間的各 種美味
大腸		暫存食物， 並將其變化成濁物， 傳導排出身體

器官	職務	掌管
小腸		將糧食去蕪存菁， 吸收營養物質， 並且留下廢物
腎		讓人能動作輕巧， 耐重勞

器官	職務	掌管
三焦		負責疏通水道， 以免水患橫流
膀胱		負責尿液儲集和洩洪 管理



黃帝龍心大悅：「說得太好了，  
我要把這些話秘藏起來！」  
於是，這個段文字記錄  
被珍藏在靈蘭之室，  
標題為「靈蘭秘典論」。  
聽了這個故事有何感想呢？

20  
分鐘

1.知道古代醫  
生如何發現人  
體中的各類臟  
腑器官及相關  
的人體解剖  
圖。  
2.瞭解岐伯以  
官職來比喻各  
類臟腑及其功  
用。  
3.專注聽講，  
並適度提出自  
己的問題、看  
法。  
4.習寫重點  
單。

## 貳、發展活動---讀成語學養生

### 一、課前師生準備事項：

- 教師選取 5 句成語：心曠神怡、體無完膚、肝膽相照、望梅止渴、不寒而慄，將每一句成語分派給 4~5

60  
分鐘

1.能上網查詢  
成語資料，並  
將其製作成簡  
報，向同學報

名學生。

- 2.請學生根據自己被指派的成語，上愛教學 電子辭典查詢該成語的解釋、例句、典故，製作成簡報 ppt，並將內容寫在重點單 3-1 上。

## 二、師生接力一起學成語：

- 1.依下列成語順序，師生共同報告、說明完一句成語後，再換下一句：心曠神怡→肝膽相照→體無完膚→望梅止渴→不寒而慄。

(1)每一句成語，教師視學生報告情形，請一或二名學生報告。

(2)教師從中醫學的觀點加以詮釋該成語，請學生摘要重點並寫在重點單上。

- (3)播放與該成語相關之臟器的影片，加深學生理解、記憶。(相關影片視時間是否足夠，選擇性播放。沒有播放的影片可告訴學生連結，請學生利用課餘時間自行觀看)

讀成語學養生---心曠神怡  
中醫認為五臟皆可藏神，故有「五神」之說，即：心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、腎藏志。只要把頭頭的「心」穩住就行了，否則心神躁動，就會五臟六腑皆動搖。所以，無論醫、道還是佛，都十分注重「修心」。

讀成語學養生---心曠神怡  
「修心」，關鍵在於一個「靜」字。「靜」的關鍵在於「清心」。只有思想安靜，神氣內持，邪氣才不能侵害人體，所以可以試著練習靜坐，閉目養神休息一會兒；只有丟掉所有負擔，別太在意生活小事，讓心「曠」起來，讓心境「開闊」起來，精神才會愉悅。

讀成語學養生---心曠神怡  
此外，多給自己「找樂子」。心在志為「喜」，所以讓自己快樂，「心」高興了，「心曠神怡」了，健康也就唾手可得了！

讀成語學養生---心曠神怡  
看影片囉！  
1. [中醫源流之五臟六腑一心](#)  
2. [認識臟腑---心](#)  
(擷取自[中醫基礎理論 整體觀與藏象](#))

讀成語學養生---肝膽相照  
從中醫角度來看，肝與膽是一對不離不棄、榮辱與共的「鐵哥們兒」。

讀成語學養生---肝膽相照  
肝為「將軍之官，謀慮出焉」。將軍與莽夫不同，他得有謀略，做事要深謀遠慮。是故肝功能正常的人，做事不急不緩，處事十分周到。如果你的性子特別急躁，做事易衝動，事後往往後悔，就說明你肝氣生發的太過；反之，肝氣生發不足的人，做事總拿不定主意，易錯失機遇。

讀成語學養生---肝膽相照  
膽為「中正之官，決斷出焉」。膽氣足的人，說什麼就是什麼，給人「有魄力，膽識過人」的感覺；膽氣不足的人，愛多疑，做事猶豫再三，給人「膽小、畏首畏尾」的感覺。

讀成語學養生---肝膽相照  
「謀慮」與「決斷」是缺一不可的，只謀不斷，就是空想；不謀而斷，就是臆斷。拿生活中最常見的事---「喝酒」來說，喝酒之後，不愛說的愛說了，不敢做的敢做了，所謂「酒壯英雄膽」，就是因為酒精最先影響到肝，進而作用於膽，使人的性格發生了變化。

讀成語學養生---肝膽相照  
肝病和膽病常常相互影響。最常見的肝膽病是「頭痛」。中醫講「不通則痛」，頭的兩側經常疼痛，是膽經出了問題；頭頂痛，是肝經出了毛病。

讀成語學養生---肝膽相照  
此外，肝膽病也可從「眼睛」看出端倪，因為目為肝的外候。如果人的眼窩深陷，目光無神，表示他的肝氣不足。可用幾片黃耆泡水喝，以補肝氣。若人的眼球突出、眼袋大，脾氣又暴躁，就是肝陽過亢。可按摩足部的太衝穴、湧泉穴。

讀成語學養生---肝膽相照  
如果眼睛、皮膚、小便都發黃，即為黃疸，需及時就醫診治。

讀成語學養生---肝膽相照  
如何肝膽同養呢？  
1.不熬夜：最好做到晚上十點前上床，十一點準時入睡，使肝膽能充分自我修復。

讀成語學養生---肝膽相照  
如何肝膽同養呢？  
1.不熬夜；  
2.學會控制情緒：不要動不動就發火，因為你一動怒，就會傷到肝。

告。

- 2.認真聆聽同學的報告、老師的說明，並適時給予正向回應。

3.知悉「心曠神怡」的解釋、例句、典故及中醫學上的詮釋。

4.知悉「肝膽相照」的解釋、例句、典故及中醫學上的詮釋。

5.知悉「體無完膚」的解釋、例句、典故及中醫學上的詮釋。

6.知悉「望梅止渴」的解釋、例句、典故及中醫學上的詮釋。

7.知悉「不寒而慄」的解釋、例句、典故及中醫學上的詮釋。

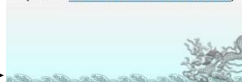
8.專注觀看影片，並適度提出自己的問



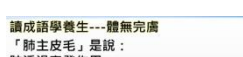
讀成語學養生---肝膽相照  
如何肝膽同養呢？  
1.不熬夜；  
2.學會控制情緒；  
3.多閉目；  
「久視傷血」，屏除心中雜念，多閉目養神，可保護肝臟。



讀成語學養生---肝膽相照  
看影片囉！  
1.中醫溫安堂之五臟六腑一肝  
2.認識臟腑---肝  
(擷取自中醫基礎理論 整體觀與藏象)



讀成語學養生---體無完膚  
中醫認為「皮膚」這個詞分成兩部分：  
「皮」是「表皮」，位於體表的最外層，沒有血管，只有神經末梢，可以幫我們感知外界事物。  
「膚」是「真皮」，有血管、肌肉、淋巴管等，受刺激不僅會有痛感，還會流血，所以我們會說「切膚之痛」，而非「切皮之痛」。



讀成語學養生---體無完膚  
皮膚覆蓋人體的整個表面，是最大器官。當邪氣侵犯人體，體表的皮膚首先抵擋，如果擋不住，人會出現怕冷、顫抖、毫毛豎起的症狀，也就是俗稱的「起雞皮疙瘩」。



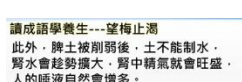
讀成語學養生---體無完膚  
此時，最好的緩解方法有：  
發汗、沐浴、覆被等。  
使內邪、寒邪由皮膚發散到體外，如果沒有及時調治，邪氣繼續入侵經絡，病情就會加劇。



讀成語學養生---體無完膚  
「肺主皮毛」是說：肺透過宣發作用，將氣血津液散布於「表皮」。肺氣充足，身體就不易受外邪侵襲。皮膚會因足夠的滋養而變得滋潤、光亮。若肺氣虛弱，外邪就容易乘虛而入，皮膚也易乾燥晦暗。



讀成語學養生---體無完膚  
我們可多喝銀耳雪梨湯、杏仁茶來潤肺，以滋養自己的皮膚。此外，表皮上還有許多毛孔，肺氣就是通過毛孔與外界相通。因此，古人發明「敷貼法」，就是將藥物研末，並與不同的液體調和製成糊狀物，敷貼於特定部位，這樣藥效便可透過皮膚直達患處，從而達到治療效果。



讀成語學養生---體無完膚  
看影片囉！  
1.中醫溫安堂之五臟六腑一肺  
2.認識臟腑---肺  
(擷取自中醫基礎理論 整體觀與藏象)



讀成語學養生---望梅止渴  
為何「望梅」即可「止渴」？  
中醫認為「酸入肝」，吃酸味的食物，實際上就是在補肝氣。肝氣強了，就會克制脾土。脾胃功能受限，涎液分泌過多，口舌得到滋潤，人就會感到解渴了。



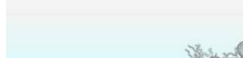
讀成語學養生---望梅止渴  
此外，脾土被削弱後，土不能制水，腎水會趁勢擴大，腎中精氣就會旺盛，人的涎液自然會增多。所以，即使不吃酸，一想到酸，一看到酸，基於條件反射，嘴裡的涎液(涎、唾)自然會增多。



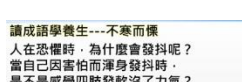
讀成語學養生---望梅止渴  
「活」這個字，就是「舌旁有水」，這水即是口中津液---涎、涎。涎是腎分泌的，是「先天之本」；涎是脾分泌的，是「後天之本」，兩者相結合，腎、脾胃正常，口舌才能滋潤，人才有生命，才能「活」。



讀成語學養生---望梅止渴  
中醫認為，津液喘而不吐，可以滋養脾胃。可以透過「搭橋補」這種功法，增加口中津液。



讀成語學養生---望梅止渴  
「搭橋補」功法，具體作法為：舌尖先在口腔內擺動，待有少許津液分泌後，從前面把舌尖反捲成90度，舌尖頂到上顎的位置，等到津液滿口時，分小口，用真氣緩緩將津液引入丹田中，完整吞下。此時的津液最易生成陽精，補脾胃的效果最佳。



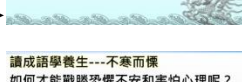
讀成語學養生---望梅止渴  
看影片囉！  
1.認識臟腑---脾  
(擷取自中醫基礎理論 整體觀與藏象)



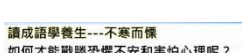
讀成語學養生---不寒而慄  
「不寒而慄」是內心在強大恐懼之下的外在體現。一個人的恐懼感和什麼有關呢？腎中精氣。如果能保證一身精氣十足，那麼在面臨重大事件甚至危險時，就能有一個鎮定自若的心態了。



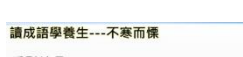
讀成語學養生---不寒而慄  
人在恐懼時，為什麼會發抖呢？當自己因害怕而渾身發抖時，是不是感覺四肢發軟沒了力氣？這是因為腎氣虛。腎中精氣生髓充養骨髓。恐懼腎，腎精不足，骨髓得不到充養，全身骨髓必會失去支持，正如我們所說「嚇得腿都發軟」。



讀成語學養生---不寒而慄  
肢體的發軟無力以及這個「抖」，與肝主筋有很大的關係。肝氣充盈時才能養筋。筋和肌肉能正常收縮弛弛，肢體和關節屈伸運動才靈活。如果肝之陰血不足，會有手足震顫、屈伸不利、肢體麻木，比如我們所熟知的抽筋，就是因為肝血不足，筋失所養，血虛風動導致的。



讀成語學養生---不寒而慄  
可是肝主筋和恐懼有什麼關係呢？中醫上有肝腎同源，精血互化的說法。腎精不足，肝血必然虧虛。肝血不足自會筋軟無力。從五行角度來講，腎為水臟，腎水生肝木，腎與肝是母子關係。如果腎因恐所傷，母病及子，肝能不出問題嗎？因此，在恐懼的刺激下，整個人也就不寒而慄了。



讀成語學養生---不寒而慄  
如何才能戰勝恐懼不安和害怕心理呢？1.多運動：運動鍛鍊人的肌肉，肌肉由脾來管，脾為後天，腎為先天，們進行體育鍛鍊，就是透過後來補先天。



讀成語學養生---不寒而慄  
如何才能戰勝恐懼不安和害怕心理呢？1.多運動；2.情志生剋法：中醫認為：思勝恐，思為脾土之志，能勝腎水之恐，用思考來戰勝恐懼。如古人所言：「深思遠慮，則見事源，故勝恐也。」



讀成語學養生---不寒而慄  
看影片囉！  
1.中醫溫安堂之五臟六腑一腎  
2.認識臟腑---腎  
(擷取自中醫基礎理論 整體觀與藏象)



## 2.師生共同歸納維持身體強健的方法：

學習完以上五句成語，我們該如何做，才能維持身體強健呢？  
1.規律的生活作息(早睡早起、睡眠足)  
2.均衡飲食(天天蔬果579、不偏食)  
3.適度運動(333運動法)  
4.保持愉快的情緒(紓解壓力、少生氣)  
5.少接觸3C產品，多親近大自然



題、意見。  
9.說出各種有效維持身體強健的方法，並身體力行。  
10.習寫重點單，剪貼到小書內頁第六頁，並完成美編。  
11.欣賞他人製作的小書，並給予正向回饋。



### 一、好書推薦：

(老師手邊都有，歡迎借閱)



## 評量工具

### 1.觀察學生上課學習表現的記錄表

座號	上課專注程度 (聽講、看影片)	發言情形 (次數、內容措詞)	與同學互動情形 (討論、合作)	任務完成度 (重點單、撲克牌 成語簡報、小書)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				

## 2.學生自評與互評表

填表人：	非常 滿意	滿意	可以 更好	普通	待有 加強
我對自己成語簡報製作的滿意度					
我對自己成語簡報發表的滿意度					
我對自己撲克牌製作的滿意度					
我對自己進行撲克牌遊戲的滿意度					
我對自己小書製作的滿意度					
我最欣賞( )製作的成語簡報，因為：					
我最欣賞( )的成語報告，因為：					
我最欣賞( )製作的撲克牌，因為：					
我最喜歡和( )進行撲克牌遊戲，因為：					

我最欣賞( )製作的小書，因為：

### 參考資料

李彩鳳(2010)。史上最簡單，白話中醫入門。新北市：智林文化。  
王鳳岐(2012)。成語中的養生智慧。台北市：八正文化。  
常宇、李蔓荻(2014)。中醫故事百科。台北市：八正文化。  
徐文兵(2017)。字裡藏醫：92 個漢字教你中醫養生祕訣。新北市：野人文化。  
嬉笑怒罵歇後語 <https://stv.naer.edu.tw/watch/236667#>  
說文解字談六書 <https://stv.naer.edu.tw/video.jsp?p=210045&t=s>  
中醫基礎理論-衛生福利部 <https://www.mohw.gov.tw/cp-44-45528-1.html>  
愛教學 電子辭典 <https://stv.naer.edu.tw/teaching/dictionary.jsp>  
中醫漲姿勢之五臟六腑一心 <https://www.youtube.com/watch?v=JNUUvW84Q-c>  
中醫漲姿勢之五臟六腑一肝 <https://www.youtube.com/watch?v=jKTZfFVusho>  
中醫漲姿勢之五臟六腑一肺 [https://www.youtube.com/watch?v=UDEcq-Qd\\_JI](https://www.youtube.com/watch?v=UDEcq-Qd_JI)  
中醫漲姿勢之五臟六腑一腎  
<https://www.youtube.com/watch?v=CwSNVmdCj2k&t=1s>  
一張紙摺麼玩—八格書 <https://www.youtube.com/watch?v=-3zul6V7SUs>  
Google 圖片搜尋 <https://www.google.com.tw/imghp?hl=zh-TW&tab=ri&ogbl>

### 教學省思

正所謂「計畫趕不上變化」，當我蒐集好資料及教材，釐清思緒完成教案，正著手進行課程時，居然傳來了全國停課的消息！當下，只好將已設計好的課程趕快轉變成線上教學，我的教學省思如下：

一、課前整備：停課前，先讓學生利用白色壁報紙摺好八格小書，並請學生帶回停課期間會用到的重點單、西卡紙，也示範了如何使用 [愛教學 電子辭典](#)，還將「心曠神怡、肝膽相照、體無完膚、望梅止渴、不寒而慄」此五句成語分派給學生，預告學生在家空閒時可以著手製作簡報，準備口頭報告。

二、師生互動：遠距上課，學生無法面對面分組討論，個個當起個體戶，聚焦較難，所以不容易形成共識。課堂中，多為平日愛發言的同學不斷的露臉、發表意見，原本比較靜的同學或教室裡的「客人」，幾乎不開視訊鏡頭，就更少與大家互動了，除非老師特別點名，才會偶爾出個聲、露個臉，讓老師很難從學生的表情、言語、肢體反應……，掌握學生的學習效果。

課程結束後，我發現如果一開始懂得善用 Google meet 的互動白板

	<p>(Jamboard)，讓學生在上面透過便利貼的方式，應該也可以有效率的進行討論。此外，若能設計簡單的 Google 表單，讓學生於每節課結束前填寫，一方面能測試學生學習成效，一方面也能了解學生對自己學習情形的評價，於下一節課及時予以加強。</p> <p>三、在進行歇後語猜謎時，只有兩、三個學生能說出「啞巴吃黃蓮---有口說不出」，其他題目則須老師給予許多額外提示，才勉強答得出來。若能在課前，預告學生將有歇後語猜謎的活動，讓學生廣為涉略，效果或許會比較好。</p> <p>四、在「六書造字法則」部分，因為曾經於國語課統整活動簡單介紹過，所以學生並不陌生。此次透過影片，讓學生更深入了解國字的演變是因應人們生活需求，由「獨體的『文』」慢慢擴增得到「合體的『字』」，並大略知曉「多字一義(轉注)」、「一字多義(假借)」產生的原因。藉由知悉「造字法則」，學生也更能掌握國字結構、字音及字義。</p> <p>五、為了避免學生長時間盯著螢幕，注意力渙散，老師可先將下一節課需觀看的影片連結告知學生，請學生於課前自行安排時間看完影片後，習寫重點單並記錄有疑問的部分；師生上線上課時，利用教學簡報討論、說明影片內容及重點單，並完成小書進度即可。</p> <p>六、在「中醫概要」中，介紹陰陽、五行學說與中醫的關聯這部分，因為內容較多也較難，所以老師要試著將此二部分分割成數次教學，並用更淺顯、更生活化的方式(如：類比、譬喻)向學生詳細解說。</p> <p>七、學生最感興趣的是動手製作「中醫五行撲克牌」及「小書」，或許是沒有課堂時間限制的壓力，學生的創造力大爆發，製作出的成品都令老師刮目相看。只可惜，學生們無法面對面進行撲克牌遊戲，或實際翻閱同學的小書作品。</p> <p>八、在「成語報告」的部分，可以將 5 句成語分成 5 天，老師可以私下和負責報告該句成語的 4~5 名同學個別約時間，請學生先將做好的簡報檔上傳給老師檢視一下，並於課前先視訊演練一番；當天上線上課時，才抽籤決定由誰報告，不但可以督促每個學生都有準備，也可使學生報告時更有自信。</p> <p>九、學生報告完成語典故後，老師接著從中醫觀點詮釋該成語，配合前面的「中醫概要」內容，學生不禁讚嘆：中醫、語文與生活三者息息相關，古人的智慧前後相互呼應，具有整體性。</p>
學	1.雖然上歇後語時，我沒有一句猜對，但我覺得歇後語很有趣，我應該



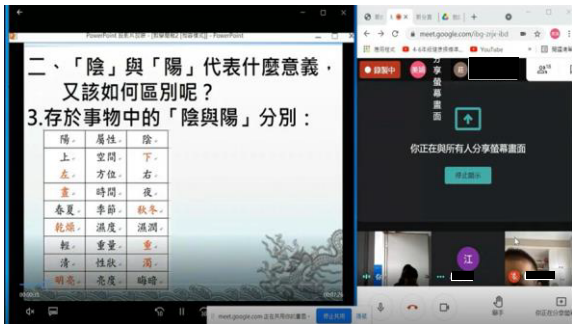
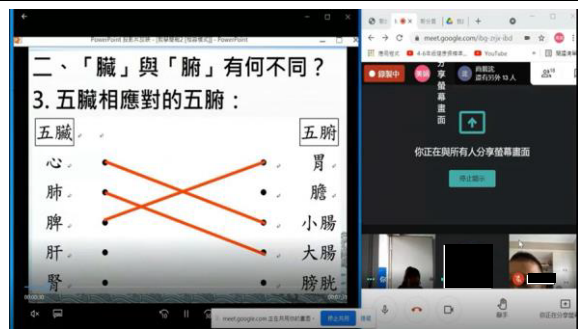
生  
回  
饋

- 會多上網查一些歇後語，以後和同學見面時，可以考考同學。
- 2.雖然文字不是倉頡一個人發明的，但我認為倉頡應該是發起人，之後的人們再因自己的需要，造出其他的文字，所以我覺得倉頡還是很厲害。
  - 3.陰陽學說、五行學說的內容有些偏多，看第一次影片時，概念很混亂，但在看第二次影片，並經由老師簡報講解後，就因熟悉而有一些了解了。
  - 4.製作中醫五行撲克牌很有趣，只是不能和同學玩接龍遊戲，令人覺得很可惜。
  - 5.第一次當直播主線上報告，有些小緊張，幸好事先有和老師視訊演練一下，讓我講起話來不會那麼卡。
  - 6.我覺得岐伯是個有智慧的人，不但能用既有的官職來比喻五臟六腑的功能，還能把話說得那麼圓滑，令黃帝開心，真是好棒棒！
  - 7.聽了老師從中醫的觀點解釋成語後，讓我對"古人怎麼這麼厲害"產生疑惑，是他們都有中醫知識，還是瞎矇矇到的！
  - 8.在停課期間，能成一本小書，令我覺得很有成就感。

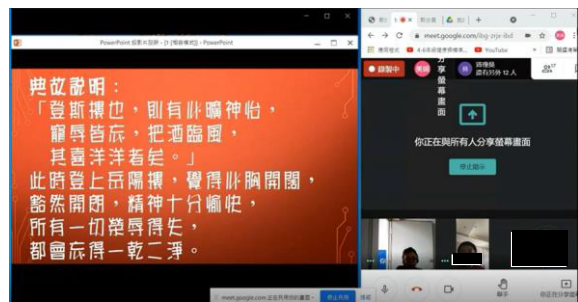
## 教學實錄及成果

### 線上教學實錄





## 學生線上報告



## 作品展示(一) 中醫五行撲克牌





## 作品展示(二) 我的小學

