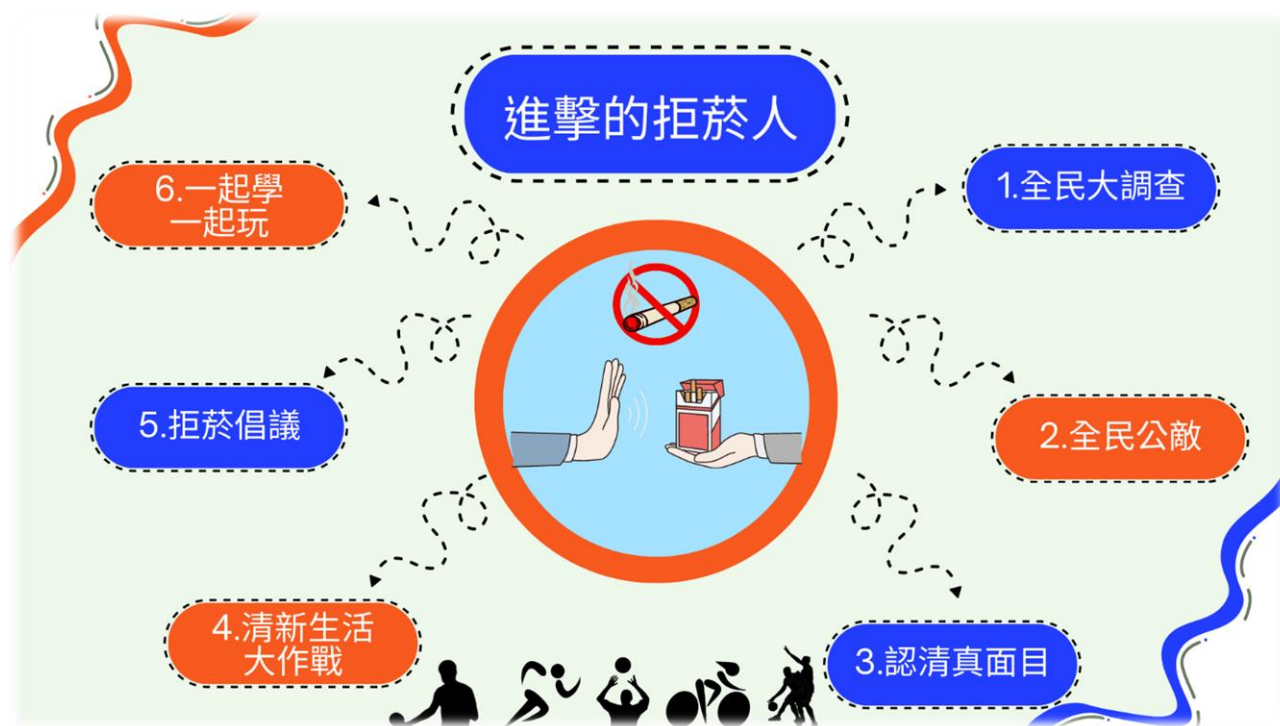


單元名稱：《進擊的拒菸人》

一、教學設計理念說明：

當近代大家意識到菸品對人體健康造成的重大傷害後，菸害防治成為一種全球運動，各式各樣的防制法規、加重菸稅、抬高菸價等抵制措施逐漸在每個國家中被賦權施行，於是似乎產生了顯著成效，各國吸菸人口數逐年以緩慢成長曲線增加，不復以往幾近倍數般攀升。在經過人口學資料的統計分析後，另一個沉重的事實迎面襲來：青少年吸菸人口數不減反增(郭政婷,2015)。但新興菸品在減害的旗幟下，已在世界的傳統菸品市場上攻城掠地，加上其外型酷炫及品味多元，容易得到年輕族群的認同。況且日常生活中吸菸的父母是青少年的活榜樣，青少年容易在家裡拿到香菸，而青少年長期吸二手菸，也會對吸菸喪失排斥力。WHO推論，未來至2030年將有一千萬人死於菸害，占全球死亡人數12%，將比因結核病、愛滋病、發生意外、自殺和他殺等因素加總的死亡人數還高(WHO, 2000)。因此面對即將邁入青春期的五年級學生，期望藉由此次的學習課程，可以透過家人抽菸狀況調查，研讀新聞事件、醫學研究，正視新興菸品的危害，更期待學生能內化、轉化所學，運用Canva—免費的線上平面設計工具製作倡議海報，公開提倡拒絕菸品、促進健康的行為，擴大拒菸效益，最後以Kahoot!遊戲融入教學與生活，學習更有趣。




▲課程架構圖

二、教學單元設計：

領域/科目	健康與體育	設計者 學校/姓名	林惠如
實施年級	五年級	總節數	2 節

	總綱核心素養	領綱/科目核心素養	呼應核心素養之教學重點
核心素養	A1 身心素質與自我精進 B2 科技資訊與媒體素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。	1. 培養學生具備身心健全發展的素質，養成健康的生活習慣。透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 2. 引導學生善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養媒體識讀的素養，進而製作倡議海報，公開提倡拒絕菸品、促進健康的行為。
健康促進九大議題		<input type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input type="checkbox"/> 安全教育與急救 <input type="checkbox"/> 性教育含愛滋病防治 <input type="checkbox"/> 正向心理健康	<input type="checkbox"/> 健康體位 <input checked="" type="checkbox"/> 菸癮防制 <input type="checkbox"/> 全民健保含正確用藥 <input type="checkbox"/> 慢性病學童健康管理
生活技能融入		<input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 協商技巧 <input checked="" type="checkbox"/> 拒絕技能 <input type="checkbox"/> 同理心 <input checked="" type="checkbox"/> 合作與團隊作業倡導能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力	<input checked="" type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力
(領綱)學習重點		(1)學習表現 1a-III-3 理解促進健康生活的方 法、資源與規範。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	
(2)學習內容 健康與體育領域 Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。		(3)學習目標 1. 透過閱讀新聞報導，說出菸品對健康問題所造成的威脅與嚴重性。 2. 透過影片介紹，覺知電子煙的特性和危害，表現拒絕菸品的決策與批判技能。 3. 透過探究式對話，啟動紓壓良方的討論，建立正確紓壓方式。 4. 引導學生運用 Canva—免費的線上平面設計工具製作倡議海報，公開提倡拒絕菸品、促進健康的行為。 5. 透過一起學、一起玩「進擊的拒菸人」 Kahoot 快問快答，進行即時檢測。	
議題融入	生命教育-E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 SDGs-3 健康與福祉：確保及促進各年齡層健康生活與福祉。		
教具設備	一、影片 1. Jolin 「我拒菸我驕傲」 2. 「不讓菸滅你，就從滅菸起」 3. 「加熱式菸品？電子煙？傻傻分不清楚」		

	<p>4. 國民健康署 x 小學課本的逆襲影片「菸害 OUT 戒菸 IN，無菸的家好處多」</p> <p>5. 國民健康署 X 小學課本的逆襲「拒絕二手菸從戒菸開始」</p> <p>二、新聞</p> <p>1. 22 歲男大生抽電子煙 1 年後狂咳血！照 X 光已肺浸潤/東森新聞 2021 年 12 月 14 日</p> <p>2. 菸害看法迥異！菸槍立委妥協願修法/奇摩新聞網 2022 年 6 月 22 日</p> <p>三、教學設備</p> <p>1. 電腦設備、平板。</p> <p>2. 「進擊的拒菸人」 Kahoot 快問快答。</p> <p>四、參考文獻</p> <p>1. 詹少嫻(2004)。如何預防青少年吸菸。國家衛生研究院電子報第 73 期 2004。台北市：國家衛生研究院。</p> <p>2. 郭玟婷(2015)。淺談菸害防制推動及未來展望。防癆雜誌 2015 年春季號。台北市：中華民國防癆協會。</p> <p>3. World Health Organization (2000). <i>Tobacco or Health: A Global Status Report</i>. Geneva: World Health Organization .</p> <p>4. 余孟軒(2019)。2019 年國際菸害議題第 9 期報導。基隆市：衛生局。</p>		
教學活動內容及實施方式		時間	備註
<p style="text-align: center;">第一、二節：《進擊的拒菸人》</p> <p>一、課前準備</p> <p>(一)學生：觀察家人有沒有吸菸習慣，電視中有無菸品的廣告。</p> <p>(二)教師：蒐集影片、新聞報導，製作 Kahoot! 即時檢測題組。</p> <p>二、引起動機</p> <p>(一)教師播放衛福部國民健康署製作的 Jolin「我拒菸我驕傲」校園宣導影片，溫習已知的紙菸危害問題，帶出新興菸品的危機。</p> <p>三、主要內容／活動</p> <p>(一)「全民大調查」：教師調查學生的家人有沒有吸菸習慣，依照不同身分分別進行調查。</p> <p>(二)「全民公敵」：</p> <p>1. 教師播放新聞報導—「22 歲男大生抽電子煙 1 年後狂咳血！照 X 光已肺浸潤」，請學生依照「我看見……我覺得……」發表看法。</p> <p>2. 教師播放新聞報導—「菸害看法迥異！菸槍立委妥協願修法」，請學生依照「我看見……我覺得……」發表看法。</p> <p>(三)「認清真面目」</p> <p>1. 教師播放影片—「不讓菸滅你，就從滅菸起」，教師提問：菸品對健康造成哪些危害？請學生自由回答。</p> <p>2. 教師播放影片—「加熱式菸品？電子煙？傻傻分不清楚」，聚焦加熱式菸品&電子煙，教師提問：加熱式菸品&電子煙比較不會造成身體的傷害嗎？請學生自由回答。</p>		<p>3'</p> <p>7'</p> <p>15'</p>	

	<p>(四)「清新生活大作戰」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師播放影片—「菸害 OUT 戒菸 IN，無菸的家好處多」，請學生依照「我看見……我覺得……我要怎麼做……」發表看法。 2. 教師播放影片—「拒絕三手菸從戒菸開始」，請學生依照「我看見……我覺得……我要怎麼做……」發表看法。 3. 全班共同討論「紓解壓力的好方法」。 4. 教師提醒不僅是吸菸者要循正確管道舒壓，大家也都要做到。 <p>～第一節課結束～</p> <p>(五)「拒菸倡議」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 各組運用 Canva—免費的線上平面設計工具製作倡議海報。 2. 返家後和家人分享拒絕菸品、促進健康的行為。 <p>(六)「一起學、一起玩」:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師說明使用平板進行 Kahoot 快問快答的方法。 2. 教師利用投影螢幕公布遊戲網址，引導各組登入遊戲。 3. 各組開始進行「進擊的拒菸人」Kahoot 快問快答遊戲。 4. 老師分別針對 6 道問題釋疑。 <p>四、總結活動/評量</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)各組以「三明治法」針對其他組別進行回饋。 (二)教師提醒學生返家後要和家人分享拒絕菸品、促進健康的行為。 (三)教師再次提醒學生多運動，紓解壓力，身體更健康。 <p>～第二節課結束～</p>	<p>15'</p> <p>25'</p> <p>10'</p> <p>5'</p>	
<p>評 量</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 口頭問答。 2. 倡議海報。 3. Kahoot!即時測驗。 		
<p>教學紀錄</p>	  <p>全民大調查~以男性為主要抽菸者。</p> <p>認清真面目~傳統紙菸&電子菸的危害</p>		



認清真面目~電子菸的恐怖之處



拒菸倡議~運用 Canva 製作倡議海報



拒菸倡議~小組分工，查資料、做海報



拒菸倡議~小組分工，查資料、做海報



拒菸倡議~倡議海報完工，創意無限



拒菸倡議~倡議海報完工，創意無限



「進擊的拒菸人」 Kahoot 快問快答



「進擊的拒菸人」 Kahoot 快問快答



孩子利用下課時間揪團打桌球



孩子利用晨光時間揪團晨跑

教學省思

1. 透過直觀的影片，讓學生可以採用較有趣的方式來釐清菸害問題，學生也都能認真思考教師提問，進而言之有物。
2. 利用實際生活的民調、新聞，逐步引導學生思考、選擇，釐清自己的想要生活方式，繼而做出最佳選擇，雖然也有學生說爸爸抽菸抽很久了，應該很難戒掉。但老師再行舉例—老師的叔叔是 20 年的老菸槍，卻因女兒的一句話而戒菸成功，鼓勵學生應該也要向家人分享新知。
3. 結合生生用平板計畫，引導孩子善用載具完成學習任務，組內分工、共學，雖然仍屬基礎版型，卻隱藏最深的企盼。
4. 運用 Kahoot 進行線上即時檢測，驗收學生的學習成果，雖有小失誤，但整體而言，均能掌握此主題的學習重點。