第一單元 迷霧叢林

|  |  |
| --- | --- |
| 單元名稱 | 迷霧叢林 |
| 教學者  | ○○○ | 教學時數 | 40分鐘 |
| 學習領域 | 健康與體育領域 | 教學對象 | 國小四年級學生 |
| 教材來源 | 國民健康局 |
| 學生背景分析 | 菸品於學童生活中隨處可見，但健康與體育課本中關於菸知識的介紹未盡完整，菸知識在四年級課本中僅有部分提到如下：1. 四上 綜合活動(翰林版)：

**第一單元 2我們都是好伙伴【出現禁止吸菸的標誌】**請小朋友回答各標誌是代表什麼意思，再設計自己的標誌(例如禁止吸菸、健保局、中華電信…等)。1. 四上 健體(仁林版)：

**主題二 活力少年 2-1健康大體檢【不吸菸是預防心血管疾病的好方法】**在「健康的心臟」裡「預防心血管疾病」中提到不吸菸、常運動、均衡飲食、保持心情愉快為預防心血管疾病的好方法。1. 四上 健體(南一版)：

**主題一奇妙的身體 (一 )健康的身心【健康的身心 —要拒絕吸菸、飲酒】**課本列出適當的運動、充足的睡眠、均衡的飲食、拒絕吸菸、飲酒…等等，要小朋友勾選做到哪幾項，哪些沒做到。1. 四下 健體(翰林版)：

**第一單元 活動3“珍愛自己 向菸說不”【說明吸菸的害處及如何向菸說不】**有完整的四頁。開頭先用爸爸吸菸的故事切入，再說明吸菸的害處（對口腔、咽喉、支氣管及肺的影響），經驗分享及拒菸技巧（說不的方法）。 |
| 教學資源 | 菸害防制宣導手冊、教學光碟 |
| 單元目標 | 具體目標 |
| 一、認知方面1.瞭解菸品對人體的危害。2.了解菸害防制法內容。二、情意方面3.察覺並同意吸菸行為是危害自己的健康。三、技能方面4.比較吸菸與不吸菸對健康的影響。 | 1-1能說出吸菸對人體不同的器官所造成的傷害。2-1 能知道菸害防制法的規定。3-1能接受吸菸行為是會造成個人的健康問題。4-1 能看手冊中的圖指出吸菸對健康的危害。4-2能看手冊中的圖指出吸菸對健康的危害。 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 教學目標 | 教學活動 | 時間 | 教學資源 |
|  | 1. 準備活動
	1. 教師準備

教學DVD、菸害防制宣導手冊。* 1. 學生準備

菸害防制宣導手冊 |  |  |
|  | 1. 發展活動

【引起動機】教師提問：1. 詢問小朋友有沒有聞到過菸味？請說出是什麼味道？有什麼感受？身體有沒有不舒服的感覺？
 | 5' |  |
| 1-1能說出吸菸對人體不同的器官所造成的傷害 | <活動一> 吸菸對身體有什麼傷害1.詢問小朋友吸菸對身體的影響。2.教師利用菸害防制宣導手冊(P.5~P.8)說明吸菸的立即傷害及長期傷害。 | 7' | 菸害防制宣導手冊 |
| 2-1能知道菸害防制法的規定 | <活動二> 菸害防制法的認識1.說明菸害防制法的相關規定2.告訴小朋友拒絕二手菸的權利，請小朋友比出NO的手勢，並大聲唸出菸害防制法的申訴電話。3.讓小朋友知道戒菸專線，並覆誦一次 | 15' |  |
| 3-1能接受吸菸行為是會造成個人的健康問題 | <活動三> 這不是我想要的1.播放吸菸小傻瓜實驗影片，讓小朋友知道吸菸對肺部的影響。https://www.youtube.com/watch?feature=player\_detailpage&v=mCGKUJSk7s8 2.利用手冊中肺癌圖，再次讓小朋友感受吸菸的後果。 | 10' | 影片 |
| 4-1能看圖指出吸菸對健康的危害4-2能看圖指出吸菸對健康的危害 | 參、綜合活動1.教師引導學生對本節課程做一個回顧、概念歸納統整。2.說明課後練習作業的內容。 | 3' |  |

第二單元 「不」要怎麼說出口

|  |  |
| --- | --- |
| 單元名稱 | 「不」要怎麼說出口 |
| 教學者  | ○○○ | 教學時數 | 40分鐘 |
| 學習領域 | 健康與體育領域 | 教學對象 | 國小四年級學生 |
| 教材來源 | 國民健康局 |
| 學生背景分析 | 學童已習得：1. 菸與菸害的知識
2. 懂得吸菸行為是危害自己的健康
 |
| 教學資源 |  |
| 單元目標 | 具體目標 |
| 一、認知方面1.知道吸菸的可能情境。二、情意方面2.表示拒菸的看法。三、技能方面3.知道拒菸/閃菸的技巧。 | 1-1能說出可能會吸菸的情境。1-2 能說出吸菸的動機或壓力的來源。2-1 能體察出拒菸的困難原因。3-1 能提出拒菸/閃菸的技巧。3-2 能執行拒菸/閃菸的方法。 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 教學目標 | 教學活動 | 時間 | 教學資源 |
|  | 壹、準備活動* 1. 教師準備
1. 菸害防制宣導手冊。
2. 教師協助同學進行分組，分成五~六組
	1. 學生準備

菸害防制宣導手冊 |  |  |
| 2-1 | 貳、發展活動【引起動機】教師提問： 「當你覺得無聊、好奇、壓力大，或是受到挫折時，有人請你吸菸，你會吸菸嗎？如果不想，又該怎麼拒絕？」 引導同學思考拒菸的情境與心理的感受。  | 1' |  |
| 1-11-2 | **<活動一> 菸雲的誘惑**1.請同學念出三種情境內容後，教師說明實際拒菸時可能遇到的困難，引出學習說「不」的重要性。2.教師協助同學分成五組，每組分配一種邀菸情境，於稍後做演練。 | 4’2’ |  |
| 2-13-1 | **<活動二> 拒菸你我他**1.教師說明四種拒菸的技巧，並示範實際情況的說詞。2.請各組同學討論至少三種以上的拒菸技巧，稍後結合情 境演練。 | 3’4’ |  |
| 2-13-2 | <活動三> 勇敢說「不」1.請每組同學準備情境內如中各角色的台詞，並運用拒菸技巧於情境中。2.請各組同學上台演是拒菸情形與技巧(每組各三分鐘)。3.請教師綜合說明拒菸時應有的態度與原則 | 3'17’4’ |  |
|  | 參、綜合活動1.教師總結本單元內容。2.預告下一單元。 | 1’1’ |  |

第三、四單元 演技大考驗

|  |  |
| --- | --- |
| 單元名稱 | 演技大考驗 |
| 教學者  | ○○○ | 教學時數 | 80分鐘 (兩堂課) |
| 學習領域 | 健康與體育領域 | 教學對象 | 國小四年級學生 |
| 教材來源 | 國民健康局 |
| 學生背景分析 | 落實拒吸二手菸技巧在國小學童生活日常是相當重要的，健康與體育課本內容中拒吸二手菸行動相關內容與活動較少。 |
| 教學資源 | 教學DVD |
| 單元目標 | 具體目標 |
| 一、認知方面1.了解二手菸對健康的危害。2.知道拒吸二手菸的方法。二、情意方面3.體認拒吸二手菸應有的態度。三、技能方面4.培養各種拒菸二手菸技巧。5.培養多種拒二手菸的能力 | 1-1能說出二手菸的組成及危害。2-1能說出拒吸二手菸的技巧。3-1 能表現六種拒二手菸的態度。3-2能表達對於吸菸的感受。4-1能以角色扮演練習拒吸二手菸技巧。4-2能將拒吸二手菸技巧落實在生活中。5-1能展現不同情境中拒吸二手菸的應變方法。 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 教學目標 | 教學活動 | 時間 | 教學資源 |
|  | 壹、準備活動一、教師準備：電腦、單槍投影機(或電視等)播放媒體教學DVD 二、學生準備： 學生手冊。 |  |  |
| 1-12-1 | 貳、發展活動【引起動機】教師簡要說明二手菸在生活中隨處可見，喚起同學對於二手菸危害的知識，並應用拒絕的技巧來排除二手菸的危害。  | 2' |  |
| 3-21-1 | <活動一> 察”菸”觀色1.教師詢問同學對他人吸菸的感受。2.教師協助同學是否記得二手菸的組成？吸入二手菸對人體的危害有哪些？ | 3’ |  |
| 2-13-15-13-12-1 | <活動二> 能量補給區1.教師詢問同學面對各種二手菸的環境，應表現的態度和拒絕的技巧。2.播放拒吸二手菸情境的模擬影片。影片一：吸菸的老爸要我去買菸。這時我該怎麼辦？影片二：叔叔來家裡玩，我真開心，但是叔叔卻吸起菸來了。這時我該怎麼辦？影片三：在公共場所中，我發現一個不認識的大人正在吸菸。所有的人都覺得菸味很臭。這時我該怎麼辦？3.說明拒吸二手菸該有的態度。4.教導拒吸二手菸常用的方法。 | 8’’ |  |
| 4-14-25-1 | <活動三> 拒菸小勇士1.老師先講述各組角色的是演內容。2.將同學分成五組，每組安排一個情境演練，並給予指導。拒二手煙情境：情境一、自己家中拒吸二手菸情境二、他人家中拒吸二手菸及拒菸情境三、學校警衛室拒吸二手菸情境四、公車站拒吸二手菸情境五、電梯裡拒吸二手菸3.各組輪流上台表演，老師同時在黑板上紀錄同學演練所用到的拒絕技巧。4.老師針對各組角色扮演的內容，進行拒吸二手菸技巧之綜合討論。 | 25’ |  |
|  | 參、綜合活動1.教師引導學生對本節課程做一個回饋、概念規內統整。 | 2’’ |  |