|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PILOT 生活技能訓練國小版教案設計 | | | | | | | | | |
| 領域 | 綜合活動領域/健康與體育領域 | 設計者 | | | 蔡佩真 | | | | |
| 實施年級教學對象 | 五、六年級 | 總節次 | | | 3節課 | | | | |
| 單元名稱 | 菸害資訊 | | | | | | | | |
| 課程架構圖 | 第三節  「菸菸」一「熄」  提出防治菸害的方法  第二節  「菸」火燎原  第一節  香菸不香  結合實際生活經驗，對於菸害防制立法進行思辨  分析菸對於身心的危害  知道菸成癮的成分，比較紙菸與電子菸的不同  理解菸害  認識香菸成分  節次  學習活動與重點  對應之學習目標  菸害資訊 | | | | | | | | |
| 設計依據 | | | | | | | | | |
| 領域 | | 綜合活動領域 | | | | 健康與體育領域 | | | |
| 核心素養 | 總綱核心素養 | 面向：B溝通互動  項目：B2科技資訊與媒體素養 | | | | 面向：C社會參與  項目：C1道德實踐與公民意識 | | | |
| 領域核心素養  具體內涵 | 綜-E-B2  蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。 | | | | 健體-E-A2  具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 | | | |
| 主題 | 主題軸 | 3.社會與環境關懷 | | | | 安全生活與運動防護 | | | |
| 主題項目 | a.危機辨識與處理 | | | | 藥物教育 | | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 3a-III-1 辨識周遭環境的潛  藏危機，運用各項資源或策略化解危機。 | | | | 2b-Ⅲ-1 認同健康的生活規範、態度及價值觀 | | | |
| 學習內容 | Ca-III-1環境潛藏的危機。  Ca-III-2辨識環境潛藏危機的方法。  Ca-III-3化解危機的資源或策略。 | | | | Bb-Ⅲ-4 拒絕成癮物質的健康行動策略 | | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | 人權教育--人權違反與救濟  人E7認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 | | | | | | | |
| 所融入之學習重點 | 培養尊重人權的行為及參與實踐人權的行動。 | | | | | | | |
| 與其他領域/科目的連結 | | 社會領域：公民行動課程 | | | | | | | |
| 教材來源 | | 改編自國小版LST生活技能訓練翻譯版+自編  董氏基金會菸害防制中心、衛生福利部國民健康署、全國法規資料庫 | | | | | | | |
| 教學設備/資源 | 器材、教學簡報、書籍   1. 學生手冊 2. 教學簡報 3. 香菸與電子菸圖片 4. 投影設備 | | 教具   1. 計時器 2. 彩色筆 3. 海綿 4. 氣球 | | | | 教材包 | | |
| 學習目標 | | | | | | | | | |
| 1. 了解菸品中的有害成分及其造成的影響。 2. 參與體驗對菸害感受的活動。 3. 練習規勸他人以保護自己免於菸害。 4. 認識並思辨菸害防制的相關法規。 | | | | | | | | | |
| 單元主題介紹 | | | | | | | | | |
| 兒童使用菸草的年齡日益降低，甚至某些社會和媒體都造成兒童對吸菸一事躍躍欲試，他們看見別人吸菸，也看到電視電影中的演員吸菸，自然很想知道自己是不是錯過了什麼新鮮事。兒童接觸菸草的原因之一在於好奇，或因為覺得吸菸是令人嚮往的事。研究表示，越早進行有關於菸害的教育，可以使得學習者免於菸草成癮，本單元課程內容會幫助學生認識使用菸草所涉及的一些風險，藉此去除香菸的神祕感；學生也將有機會討論關於菸草的法律，設計自己的菸草法規。 | | | | | | | | | |
| 教學活動設計 | | | | | | | | | |
| 教學活動內容及實施方式 | | | | 時間 | 學習評量 | | | 教具 | 備註 |
| **第一節 香菸不香**  **從體驗吸菸心率的活動進而討論香菸中的有害物質尼古丁，了解引發心臟病、高血壓與上癮的風險，並進一步比較紙菸與電子菸的差異。**  【準備活動】   1. 引起動機   1. 請學生在座位上試著輕摸手腕處，由教師統一計時10秒鐘，測量脈搏數，再將脈搏數×6後寫在「靜止心率」。  2. 請學生起立並將椅子靠上，教師確認學生可活動空間足夠後，由教師統一計時，要求學生進行原地快速小跑步1分鐘後停止，再次測量10秒脈搏數，且將測量到的脈搏數×6後即是吸菸心率，請學生登記吸菸心率。 | | | | 5 | 實作評量：能配合活動體驗尼古丁對人心率的影響。 | | | 計時器 |  |
| 【發展活動】  ◎**教學活動：香菸不香**   1. 教師請學生坐下休息後，說明普通人的一分鐘心跳就是「靜止心率」，而吸菸的人即使不運動，坐著休息的心跳是「吸菸心率」。 2. 給學生五分鐘寫下個人學習單中的ORID(焦點討論法)，再讓學生三到四人一組輪流說說自己的ORID回答：   **O (Objective)客觀、事實**：自己的吸菸心率和靜止心率相差多少？  **R (Reflective)感受、反應**：吸菸者的心跳每一天24小時都這麼快，喜歡這種感覺嗎？為什麼？  **I (Interpretive)意義、價值、經驗**：一整天無論做什麼事都心跳快，會有什麼影響？  **D (Decisional)決定、行動**：如果親友在吸菸時心臟不舒服，你會跟他說什麼？   1. 教師抽點學生報告小組分享的ORID，並進一步~~地~~介紹引發吸菸者心率快的因素，是菸品中的「尼古丁」成分，同時將尼古丁圖卡展示在黑板上，解說「尼古丁是一種興奮劑，會以人為方法加速心率，所以吸菸的人得到心臟病和高血壓的風險會提高」。請學生將尼古丁的壞處筆記在「I」的地方。 2. 教師展示手上的電子菸和香菸圖片，提問學生:這是什麼？在哪裡見過？聞過別人抽菸的味道嗎？覺得如何？發下每組兩張香菸和電子菸的圖解，請學生觀察、閱讀香菸是由哪些東西組成？有什麼異同的成份？猜猜看哪種菸的傷害性比較大？請小組學生討論異同後，將比較的結果寫在學習單的方格表中。 3. 教師點問學生說出觀察到的香菸成分，教師將學生說的成分圖卡展示在黑板上，也讓學生舉手示意對兩種菸品傷害評估，解說「紙菸的傷害長而深遠，電子菸種類和選擇多，菸商甚至鎖定兒童推出各種水果口味，致癌速度更快!」 | | | | 15  10 | 紙筆評量：能將體驗心得寫入香菸不香學習單。  紙筆評量：能與成員分享發現 | | | 尼古丁圖卡  電子菸、紙菸圖卡 | 學生小組討論請參考MAPS或小組合作學習  香菸及電子菸圖片請見教材附件\_附註1 |
| 【綜合活動】   1. **問題討論**：   你在校外遇見拿著電子菸的社團朋友德玉，他開玩笑地抽了一口電子菸朝你臉上噴來，身為朋友你會怎麼運用學到的知識勸告他呢？小組討論後，學生回家完成本題，隔天再將學習單交給教師。 | | | | 10 | 紙筆評量：能討論並寫出勸告他人不抽電子菸的語句。 | | |  |  |
| **第二節 菸火燎原**  **承接上一節比較紙菸與電子菸的差異，以動畫介紹電子菸後，再以數個小活動體驗肺氣腫者呼吸的困難，最後進行ORID的討論歸納重點。**  【準備活動】  一、引起動機   1. 教師以大團體討論方式，提問學生：紙菸和電子菸都具有哪種成份會讓人感覺興奮、上癮？學生答題後，教師揭示答案為「尼古丁」。 2. 觀賞「51937國民健康署×泛科學動畫加熱式菸品？電子菸？傻傻分不清楚」<https://youtu.be/GtIli2AI0Q8>   提問尼古丁如何導致人們上癮？菸油的危害有哪些？戒菸專線電話是多少？(0800-636363) | | | | 5 | 口語評量：能說出令人上癮的香菸的成分 | | | 電腦  投影設備 |  |
| 【發展活動】  **◎教學活動：菸火燎原**   1. 教師請學生猜猜：香菸燃燒所產生的焦油會有什麼作用？學生口頭答題後，教師播放影片焦油實驗影片：你還要吸菸嗎？看看這個實驗   <https://reurl.cc/Ld2MLa>  請學生說一說，影片中看到什麼？   1. 教師在幫助學生理解影片後，展示兩塊海綿，一塊乾、一塊溼。並解釋健康的肺部如同溼海綿，有彈性；吸菸的肺會像乾海綿，如同影片中焦油燒乾後的硬塊，不但沒有彈性，更會撐破肺泡！這便是「肺氣腫」的疾病。教師提供氣球，讓學生吹吹看，感受一下當肺泡缺乏彈性而需要呼吸時，費力的感覺。吹完氣球後，請學生小組內互相分享感受：這樣的呼吸容易嗎？如果睡覺的時候也要這麼費力，怎麼辦？  * 肺氣腫(emphysema)：終末細支氣管遠端的肺組織，因殘氧量增多而造成持久性的擴張，使肺部彈性減弱。可延伸補充慢性阻塞性肺病 COPD。 * 原PILOT (P.60)翻譯為：患者肺泡「爆裂」導致呼吸日益困難。意思應該是焦油導致肺泡壁破裂，使小肺泡合併為大肺泡，影響氣體交換面積進而使換氣量下降，導致呼吸困難。     學生分享完感受後，教師以擠破包裝氣泡示範模擬撐破肺泡的情形，並讓幾位學生也試試、分享擠破肺泡還能呼吸嗎？可能的感受是什麼？   1. 教師發下學習單菸火燎原，請學生聆聽教師朗讀「菸害的立即影響和長期影響」，在學習單中為人體示意圖畫/寫下聽到的關鍵詞，如：雙眼變紅、降低嗅覺、臉上更快有皺紋、心臟病、肺部變黑、口腔癌。  |  |  | | --- | --- | | **立即影響**：  ˙雙眼─導致雙眼變紅  ˙口腔─使味蕾麻木，並造成口臭和口腔感染  ˙喉嚨─導致嚴重咳嗽  ˙鼻子─降低嗅覺的能力  ˙ 皮膚─促使臉部皺紋更快出現  ˙ 牙齒和手指─使牙齒和手指沾上黃褐色  ˙心臟─加速心跳  ˙肺部─使肺部因焦油而變黑 | **長期影響**：  ˙肺部─導致慢性支氣管炎、肺氣腫或肺癌  ˙心臟─導致心臟病  ˙腦部─導致中風  ˙口腔─導致口腔癌 | |  |  | | | | | 25 | 口語評量：能說出吸菸會將焦油吸進去，焦油會變成一絲絲乾硬的物質。  實作評量：能參與體驗吹氣球的活動，並說出感受  實作評量：能動手進行模擬肺泡撐破體驗  紙筆評量：能專注聆聽並畫下吸菸產生的影響，記錄5點或以上的香菸害處。 | | | 乾溼海綿  氣球(每人一個)  學習單\_菸火燎原 | 須事先沾滿濃稠的廣告顏料後，曬得乾乾硬硬的那種海綿 |
| 【綜合活動】   1. 請學生先各自書寫學習單\_菸火燎原上的第二部分「認識菸害ORID」，再進行小組內的分享：   **O (Objective)客觀、事實**：今天體驗了哪些菸害活動？焦油對肺部的影響是什麼？  **R (Reflective)感受、反應**：如果每一口呼吸都像吹氣球，感覺如何？電子菸添加各種香精以生產許多口味引誘人們使用，你會喜歡嗎？吸菸對人體的影響中，你最在意哪一個？  **I (Interpretive)意義、價值、經驗**：當人們知道菸害對人體有很多傷害後，為什麼還會想吸菸呢？  **D (Decisional)決定、行動**：得知菸商添加香精來引誘人們吸菸，如果你是立法者，會制定怎樣的法律來保護人們？   1. 學生在小組內分享答案後，教師抽點小組代表報告其中一題答案，直至所有題目都被答完為止。容許學生在他人發表後，以不同顏色筆補充聽/學到的觀點或知識，最後將學習單收回給教師。 | | | | 10 | 紙筆評量：能完成「認識菸害ORID」的書寫並進行小組分享。 | | |  |  |
| **第三節 菸菸一熄**  **進一步介紹三手菸的害處，嘗試擬定菸害防制的法規，最後藉由情境來整合習得的菸害知識進行思辨。**  【準備活動】   1. 引起動機 2. 教師提問：還記得香菸的危害有哪些？學生答後，教師補充容易讓人忽略的三手菸害宣導影片:國民健康署X小學課本的逆襲拒絕三手菸從戒菸開始https://youtu.be/EeyhDbNr2iE 3. 請學生說說，動畫中說到什麼是三手菸？對我們有什麼影響？清潔打掃能去除嗎？該用什麼方法才能防止三手菸害？ | | | | 5 | 觀察評量：能專注欣賞菸害防制影片。 | | | 電腦  投影設備 |  |
| 【發展活動】  **◎教學活動：菸菸一熄**   1. 教師說明：雖然我們知道香菸帶來的危害不只是吸菸者本身的健康、上癮以及戒斷造成的心理問題；菸商也推出各種口味的電子菸來吸引兒童，甚至連吸菸者在我們周遭產生的三手菸也會帶來威脅。我們可以制定法規來減少或限制菸品的使用？請學生小組討論訂定3~5條法規來限制菸品，並寫在小海報上。 2. 請各組學生將法規海報貼在黑板上，並報告討論出來的法規後，教師提供菸害防制法節錄，供學生對照比較，看看自己所設計的法規是否比政府制訂的法規更好？或者能有創意可提供政府制定法規的建議？(如有值得提供政府建議的法規設計，可搭配社會領域課程的公民行動延續進行) | | | | 20 | 實作評量：能討論並設計保護自己免於菸害的法條規定。  紙筆評量：能依情境思考可能的選擇和結果，並書寫在學習單上。 | | | 學習單\_菸菸一熄  小海報紙  兒童少年福利與權益保障法節錄海報 | 節錄法條請參考附註2 |
| 【綜合活動】   1. 教師設計情境：「你是全國法規委員之一，大家正在進行『是否全面禁止販售菸品』的表決，而你剛好有事離席，回到會議時，得知半數委員支持全面禁用菸品，另一半則支持繼續販售菸品，而你正好要投下關鍵的一票，請以Stop-Think-Go評估後，做出你的決定！」讓學生以小組方式進行學習單上的Stop-Think-Go討論，尤其是「Think」中對兩種選擇的優缺點評估，小組討論完後，學生再進行個人書寫。 2. 教師堂間巡視後，挑選幾位答案較具代表性的學生發表他們的看法。 3. 教師歸納結論：社會上有許多誘惑會導致人們受傷，就像我們都知道菸品會傷害健康，政府卻仍無法全面禁止販售菸品，主要還是因為部分人民與廠商的需求，雖然這其中有各種複雜的因素，我們仍可以選擇不抽菸的人生以保護自己與家人的健康！容許學生在他人發表後，以不同顏色筆補充聽/學到的觀點或知識，最後將學習單收回給教師。 | | | | 10  5 | 課堂參與及回應 | | |  |  |