香菸不香

\_\_\_\_\_\_\_班 姓名\_\_\_\_\_\_\_\_ 座號\_\_\_\_\_

一、一分鐘心跳體驗

靜止心率：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_下 吸菸心率:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_下

心率體驗ORID

|  |  |
| --- | --- |
| **O (Objective)客觀、事實**：自己的吸菸心率和靜止心率相差多少?  答: | **R (Reflective)感受、反應：**吸菸者的心跳24小時都持續這麼快，喜歡這種感覺嗎?為什麼?  答: |
| **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?  答: | **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?  答: |

二、紙菸與電子菸比較

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 紙菸 | 品項 | 電子菸 |
|  | 相同成分 |  |
|  | 不同成分 |  |
|  | 特色 |  |
| ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ | 傷害評比 | ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ |

三、香菸不香

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？

答：

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 了解菸品中的有害成分及其造成的影響。 | | | | | 練習規勸他人以保護自己免於菸害。 | | | | |
| **A** | **B** | **C** | **D** | **E** | **A** | **B** | **C** | **D** | **E** |
| 敘寫清楚正確，完整度高。 | 敘寫清楚，錯(少)2個以內 | 部分合理，錯(少)3個以內 | 部分合理，錯(少)5個以內 | 未及D | 敘寫清楚正確，完整度高。 | 敘寫清楚，錯(少)2個以內 | 部分合理，錯(少)3個以內 | 敘寫部分合理，錯(少)5個以內 | 未及D |

菸火燎原

\_\_\_\_\_\_\_班 姓名\_\_\_\_\_\_\_\_ 座號\_\_\_\_\_

一、標示出香菸對人體的立即與長期影響

|  |
| --- |
| 1.jpg |

二、認識菸害ORID

|  |  |
| --- | --- |
| O:今天體驗了哪些菸害活動?  答:  焦油對肺部的影響是什麼？  答: | R:如果每一口呼吸都像吹氣球，感覺如何?  答:  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?  答:  吸菸對人體的影響中，你最在意哪一個?  答: |
| I: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?  答: | D: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?  答: |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 參與體驗對菸害感受的活動。 | | | | |
| **A** | **B** | **C** | **D** | **E** |
| 敘寫清楚正確，完整度高。 | 敘寫清楚，錯(少)2個以內 | 部分合理，錯(少)3個以內 | 部分合理，錯(少)5個以內 | 未及D |

菸菸一熄

\_\_\_\_\_\_\_班 姓名\_\_\_\_\_\_\_\_ 座號\_\_\_\_\_

一、回顧菸害

□尼古丁導致興奮和上癮 □焦油讓肺部發黑硬化、肺氣腫

□吸菸引發心臟病、肺炎 □吸菸導致口腔癌、中風

□吸菸傷害皮膚、口腔、喉嚨、眼睛、嗅覺、牙齒、手指等

□三手菸造成環境汙染傷害處在環境中的人們健康

二、設計防治菸害法規

|  |
| --- |
| 法規1:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  法規2:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  法規3:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  法規4:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  法規5:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

三、情境練習

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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！ | | |
| Stop：要決定的事情是? | Think：有哪些選擇?選擇帶來的結果是? | |
| 選擇1:全面禁止販賣菸品  優點:  缺點:  結果: | 選擇2:繼續販售菸品  優點:  缺點:  結果: |
| Go:做出最有利的選擇(將選擇打ˇ)  □支持全面禁止販售菸品  □支持繼續販售菸品  □(其他想法)請說明\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 認識並思辨菸害防制的相關法規。 | | | | |
| **A** | **B** | **C** | **D** | **E** |
| 敘寫清楚正確，完整度高。 | 敘寫清楚，錯(少)2個以內 | 部分合理，錯(少)3個以內 | 部分合理，錯(少)5個以內 | 未及D |