106學年度菸害防治教學教案

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 教學科目 | 健康與體育 | 教學年級 | 七年級 | |
| 教學主題 | 菸害現形記 | 教材來源 | 康軒課本 | |
| 課程 | 健康與體育領域 | | | |
| 教學時間 | 1節課(45分) | | | |
| 教學目標 | 1. 了解菸、二手菸和三手菸對身體的危害 2. 知道菸害防制法的重要規定 3. 加強我家不吸菸的決心 | | | |
| 能力指標 | 1-2-3體認健康行為的重要性，並運用作決定的技巧來促進健康。  5-2-4評估菸、酒、檳榔及成癮藥物對個人及他人的影響並能拒絕其危害。 | | | |
| 教學目標 | 教學活動 | | | 教學時間 |
|  | 1. 準備活動： 2. 教師課前準備：   從youtube 下載吸菸的豬肺影片，並準備拒菸投影片   1. 學生課前準備：   詢問家長是否有戒菸的經驗   1. 發展活動：   1.詢問學生家中是否有人吸菸，對於菸味的感 覺，並帶出香菸燃燒後會產生的有害物質有好幾千種，介紹主要的有害物質，並搭配課本劃上重點。  2.介紹什麼是二手菸和三手菸，並介紹他們對身體的危害，並強調戒菸後對身體的好處有哪些。  3.接下來播放豬肺吸菸的影片，讓學生能親眼看到吸菸對肺臟的危害。  4.介紹菸害防制法的規定及罰款，讓學生能知道法律上的規定，未滿18歲吸菸是犯法的。  5.詢問學生，家中的吸菸長輩是否曾經想要戒菸，如果成功了，是用了哪些方法，如果失敗了又是什麼原因，並與同學分享。  6.最後老師介紹無菸家庭可以怎麼做的小撇  步，期望能加強全民健康的觀念。 | | | 10分  10分  10分  5分  5分  10分 |
| 評量方式 | 上課參與和分享 | | |  |
| 參考資料 | 1.https://www.youtube.com/watch?v=WV7cTIkAeBg  2.http://www.hkhs.kh.edu.tw/155/20110513094421.ppt | | |  |

106學年度檳榔防治教學教案

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 教學科目 | 健康與體育 | 教學年級 | 七年級 | |
| 教學主題 | 克癮致勝 | 教材來源 | 康軒課本 | |
| 課程 | 健康與體育領域 | | | |
| 教學時間 | 1節課(45分) | | | |
| 教學目標 | 1.認識檳榔的成分及致癌物  2.了解檳榔對身體的危害  3.學習拒絕檳榔的方法 | | | |
| 能力指標 | 1-2-3體認健康行為的重要性，並運用作決定的技巧來促進健康。  5-2-4評估菸、酒、檳榔及成癮藥物對個人及他人的影響並能拒絕其危害。 | | | |
| 教學目標 | 教學活動 | | | 教學時間 |
|  | 一、準備活動:  教師準備檳榔的類型，及相關簡報  二、主要活動:  1.教師先拿出準備的檳榔種類，並簡單介紹種類，然後澄清檳榔子本身就是致癌物，不是添加了石灰和荖花才致癌的。  2.教師播放口腔癌的影片，讓學生知道嚼食檳榔對身體的危害。  3.教師播放拒檳五招的歌曲，並請同學們互相練習拒絕的方法。  4.教師與同學討論如何幫助嚼食檳榔的家長們戒檳榔，可以採用哪些替代的方法。並上台與同學們分享。分享的同學給予獎勵卡鼓勵。 | | | 10分  10分  10分  15分 |
| 評量方式 | 上課參與及分享 | | |  |
| 參考資料 | https://www.youtube.com/watch?v=iwf05HDgyuE | | |  |

|  |
| --- |
| 健康促進教學成果-菸害防制、拒絶檳榔影片觀賞 |
|  |

|  |
| --- |
| 健康促進教學成果-說明電子煙的構造圖 |
|  |

|  |
| --- |
| 健康促進教學成果-嚼食檳榔對口腔的影響 |
|  |

|  |
| --- |
| 健康促進教學成果-嚼食檳榔對身體的危害 |
|  |

|  |
| --- |
| 健康促進教學成果-菸害檳榔防制有獎徵答 |
|  |

**橋頭國民小學106學年度菸害檳害防制教育課程教案設計**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 單元  名稱 | 拒菸檳，小尖兵！ | | | | 教案設計者 | | 王春鳳 | |
| 教材  來源 | 自編 | 實施年級 | 全年級 | | 教學時間 | | 1節 | |
| 能力  指標 | 1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康 。  5-1-1 分辨日常生活情境的安全與不安全。  5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。  5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。  5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。  5-2-4認識菸、酒、檳榔及成癮藥物對個人及他人的影響並能拒絕其危害。  5-3-4了解吃檳榔對健康的危害。  5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。  7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。 | | | | | | | |
| 教學目標 | 1.瞭解抽菸對身心的影響與危害。  2.瞭解嚼食檳榔對身心的影響與危害。  3.能夠將拒菸拒檳的概念落實到生活中。 | | | | | | | |
| 教材分析 | 由於吸菸的青少年都有尼古丁成癮的問題，越小接觸菸品，無法成功戒菸的比率越高，致癌率也越高。我們期待透過教育，透過讓孩子的思辯過程，讓學童從簡單的菸檳害知識著手，對拒菸拒檳的活動有更深一層的認識與學習，並能養成拒絕誘惑的好習慣。 | | | | | | | |
| 教學  資源 | 依據衛生福利部國民健康署(http://tobacco.hpa.gov.tw/)宣導菸害防治,拒絶檳榔促進國民健康。 | | | | | | | |
| 教 學 流 程 | | | | | | | | |
| 能力指標 | 教 學 活 動 | | | 教學資源 | | 時 間 | | 評量方式 |
| 1-1  能說出吸菸對人體不同的器官所造成的傷害 | 壹、引起動機  1. 請孩子分享家中是否有人抽菸？在日常生活中  有沒有聞到過菸味？請說出是什麼味道？自己  的感受如何？吸入二手菸對人體的危害有哪  些？  貳、發展活動  活動一：吸菸危害知多少？   1. 教師提問：   (1)詢問小朋友對吸菸者有什麼看法？  (2)教師利用圖片說明你知道吸菸對身體造成哪些立即傷害及長期危害？  2.介紹香菸中的成分  (1)菸草含有超過7000種化學物，包括刺激性物  質及70多種已知的致癌物質。  3.由老師講解吸菸的危害：  (1)美國藥物濫用研究所（National Institute  of Drug Abuse, NIDA）2014年研究指出  尼古丁暴露可能讓大腦更容易對其他物質成  癮，青少年使用菸品將造成大腦永久傷害，導  致成癮及持續吸菸。  (2)世界衛生組織指出二手菸無安全劑量值，二手  菸是「A 級致癌原」，暴露二手菸易罹患肺癌、  心臟病等疾病，並造成氣喘惡化等。  (3)播放吸菸的影片，讓小朋友知道吸菸對肺部的  影響。  4.由老師講解電子煙對兒童及青少年之危害：  (1)以青少年為行銷對象，青少年比成年人更易  受廣告與影片的影響，讓青少年成為吸菸新  的入門物質。  (2)電子煙亦曾被驗出含安非他命、大麻等[毒品成](file:///C:\Users\user\Desktop\(3)戒菸變吸毒.mp4)  分。  (3)[電子煙有爆炸的危險](file:///C:\Users\user\Desktop\(5)%20電子煙煙嘴掉入喉嚨.mp4)。 | | | 圖片  影片 | | 15’ | | 能認真聆聽，並提出自己的意見與想法  能專心觀賞影片。 |
| 2-1  能了解嚼食檳榔行為是會造成個人健康的問題 | 活動二：嚼食檳榔危害知多少？   1. 教師提問：   (1)你對嚼食檳榔者有什麼看法？  (2)你知道嚼食檳榔對身體造成哪些危害？  2.介紹檳榔中的成分  3.嚼檳榔對牙齒的影響  (1)牙齒染色  (2)牙齒咬耗  (3)牙齒敏感  (4)牙髓病變  (5)牙周病  4.老師展示因嚼食檳榔導致口腔癌的圖片給學生  看。  5.嚼食檳榔的危害：  (1)國際癌症研究中心指出「嚼食含菸草的檳榔」  或「具吸菸及嚼檳榔習慣」會產生致癌性，致  癌部位主要發生在口腔、咽及食道。  (2)嚼食檳榔可能造成口腔黏膜下纖維化、口腔黏膜白斑症、口腔癌、牙齒之傷害等。  活動三、拒絕菸檳榔的誘惑  1.教師提問：  (1)對於抽菸、嚼食檳榔的人，我們應該怎麼做？  (2)如果家人或親戚朋友有人抽菸、嚼食檳榔，我們要怎麼做？  2.教師講解：  (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)戒菸、不嚼食檳榔的方法。  活動四、問題大考驗    1.老師出題，學生分組搶答  参、綜合活動  老師給予回饋和鼓勵，並鼓勵孩子為了身體的健康，最的方式就是拒絕誘惑，不輕易嘗試抽菸、嚼食檳榔，也要好好勸導家人戒菸酒檳榔。 | | | 圖片  影片  圖片  影片  圖片  題庫 | | 15’  10’ | | 能認真聆聽，並提出自己的意見與想法  能專心觀賞影片。  能熱烈參與討論  能熱烈參與討論 |