

教學單元設計：

領域/科目		健康與體育—拒絕二手菸	設計者	楊婕妤
實施年級		二年級	總節數	一節
核 心 素 養	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	
	A1 身心素質與自我精進	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-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。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	認識二手菸，並理解其危害身體，為了健康應避免接觸，懂得判斷且拒絕迴避，使自己或家人的健康得以保健。	
	A2 系統思考與解決問題			
	C1 道德實踐與公民意識			
健康促進八大議題		☐ 視力保健 ☐ 口腔衛生 ☐ 健康體位 ☒ 菸癮防制 ☐ 安全教育與急救 ☐ 正向心理健康 ☐ 全民健保含正確用藥 ☐ 性教育含愛滋病防治 ☐ 慢性病學童健康管理		
生活技能融入		☐ 人際溝通能力 ☐ 做決定 ☐ 自我覺察 ☒ 協商技巧 ☐ 解決問題 ☐ 目標設定 ☐ 拒絕技能 ☐ 批判思考 ☐ 自我監控 ☐ 同理心 ☐ 情緒調適 ☒ 合作與團隊作業倡導能力 ☐ 抗壓能力 ☐ 倡導能力		
(領綱)學習重點		(1)學習表現 a-Ⅲ-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-Ⅲ-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-Ⅲ-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-Ⅲ-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素 的交互作用之影響。 2a-Ⅲ-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2a-Ⅲ-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 3b-Ⅲ-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-Ⅲ-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。 4a-Ⅲ-3 主動地表現促進健康的行動。		

(2)學習內容 Bb-Ⅲ-2 成癮性物質的特性及其危害。 Fa-Ⅲ-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。 Fb-Ⅲ-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。		(3)學習目標 1. 認知：能夠了解二手菸是有礙健康，於自己與他人皆不利 2. 情意：能學習關愛家人的健康 3. 技能：能夠運用適當的方法拒絕吸入二手菸	
議題融入	【家庭教育】 人際互動與親密關係發展 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。		
教具設備	1. 康軒 健康與體育課本第三冊 2. 影片 3. 學習單		
教學活動內容及實施方式		時間	備 註
一、課前準備 (一)學生：準備一般上課用品 (二)教師：準備教學影片、學習單			
二、引起動機 (一)詢問學生「上一堂健康課上了什麼內容？」 →開放學生回答，並統整、開啟今日課程		4min	
三、主要內容／活動 (一)播放影片《二手菸的危害》 (二)提出問題， 1. 「你吸入過二手菸嗎？在哪一些地點呢？」 2. 「吸入二手菸之後，你有什麼感覺？」 (三)說明二手菸的危害 當下：頭痛、噁心、刺激眼睛、咳嗽、喉嚨痛、流鼻水 長期：氣喘、肺炎、支氣管炎、身體活動力變差 →二手菸對人體的危害很大。 (四)如何拒絕家人所帶來的二手菸(學生可參照課本 17 頁之內容) 1. 真愛無敵：表達對家人的關愛，委婉並堅定的請家人不要吸菸。 2. 撒嬌力量大：用溫情撒嬌攻勢，訴求自己拒絕二手菸的立場。 3. 耐心溝通：用理性的角度說明，為了彼此健康著想，適當拒絕二手菸。 (五)發下學習單，請學生撰寫學習單第一部分，每人至少寫出一項		10min <	

	具體作法，並請同學分享。 ● 如果家人吸菸，你會怎麼樣向家人表達拒絕二手菸的立場？ 四、總結活動/評量 二手菸對人體只有百害而無一利，為了我們自己/家人的健康，我們應該要勇敢向它說不！	1min	
評 量	(一)書寫評量 1. 學習單應完成內容的精緻度 (二)口頭評量 1. 能說出二手菸的危害，至少兩項 2. 能說出拒絕二手菸的方法，至少一項 (三)課堂參與度 1. 是否積極回答課堂問題 2. 課堂專注度		

單元 1 喜歡自己 珍愛家人

學習單

拒絕二手菸大作戰

年	班	號	姓名：
---	---	---	-----

一、如果家人吸菸，你會怎麼向家人表達拒絕二手菸的立場？請寫出三個方式，並試著向家人表達。

1	
2	
3	

二、和家人等公車時，如果旁邊有人正在吸菸，你會怎麼做來拒絕二手菸呢？
