

單元名稱：《 拒絕檳榔入口 》

一、教學設計理念說明：

本課程設計旨在說明菸檳對於健康的危害很大，對環境也會造成問題，協助學生認識菸檳成癮對健康的傷害，利用價值澄清技巧，讓學生能夠辨別抽菸及嚼食檳榔的壞處以及教導學生拒絕同儕影響的能力，進一步達到反菸拒檳的宣導效果，提升學生反菸拒檳的認知，從小建立正確的知識與態度，降低未來菸檳成癮的行為，創造未來健康的人生。

二、教學單元設計：

領域/科目	健體領域-健康	設計者 學校/姓名	社頭國小 莊琇文
實施年級	五年級	總節數	共 1 節，40 分鐘
設計依據			
總綱核心素養	領綱/科目核心素養	學習表現	
A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	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。	1a-II-2 了解促進健康生活的方 法。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家 庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威 脅感與嚴重性。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的 人際溝通互動技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康 的立場。 Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健 康的危害與拒絕技巧。	
健康促進九大議題	<input type="checkbox"/> 視力保健 <input checked="" type="checkbox"/> 口腔衛生 <input type="checkbox"/> 健康體位 <input checked="" type="checkbox"/> 菸檳防制 <input type="checkbox"/> 安全教育與急救 <input type="checkbox"/> 全民健保含正確用藥 <input type="checkbox"/> 性教育含愛滋病防治 <input type="checkbox"/> 慢性病學童健康管理 <input type="checkbox"/> 正向心理健康		
議題融入及其實質內涵	人權教育： 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。 品德教育： 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。		

教具設備	1. 電子書及播放設備、素養評量單。 2. 教師準備：檳榔相關圖片。		
學習目標	1. 能認識檳榔對健康的危害。 2. 能覺察生活周遭檳榔對環境的影響。 3. 能演練拒絕檳榔入口的方式。 4. 能落實並倡導拒絕檳榔的行為。		
教學活動內容及實施方式		時間	備註
【引起動機】			
一、老師準備數張嚼食檳榔者的照片，請學童分享是否有看過吃檳榔的人及他們的嘴巴看起來如何。 二、請同學發表嚼檳榔成癮可能的原因。		5 分鐘	【評量重點】 能說出對嚼檳榔的看法。
【發展活動】			
一、老師以檳榔實物及海報，介紹檳榔的成分及作用。 二、教師引導學童思考發表，嚼食檳對健康可能有哪些影響？ 預期學生發表的答案：		10 分鐘	【評量重點】 能正確說出檳榔對健康的危害。
1. 牙齒磨損。 2. 牙齒長久咬硬的食物會歪掉。 3. 舌頭和嘴皮會磨破，一直嚼檳榔傷口不會好。 教師補充說明：嚼食檳榔時檳榔子及其他的添加物，可能會導致口腔細胞萎縮變薄，導致發炎反應，而紅灰、白灰會破壞口腔黏膜細胞造成病變。			
三、撥放口腔癌相關醫學報導及宣導影片 影片連結(1) https://www.youtube.com/watch?v=8VfwlcjyGxo 影片連結(2) https://www.youtube.com/watch?v=U-F2vrIpirI&t=17s		10 分鐘	
教師說明：			
1. 根據衛福部《戒檳教戰手冊》的統計數字，嚼檳榔者罹患口腔癌的機率是一般人的 28 倍，若同時吸菸及喝酒，罹患口腔癌的機率更是達到 123 倍。 2. 拒絕菸、酒、檳榔、定期健康檢查，發現異狀立即就醫等原則，是避免罹患口腔癌的重要方法。 3. 教師依據影片中病友的現身說法及病友治療時所留下的傷疤，引導學童發表觀看影片後的想法，適時做提問與回簽，使學童了解嚼食檳榔會讓口腔甚至身體器官產生各種病變以及罹患口腔癌治療後對外表的影響，同時引導學童建立「拒絕檳榔，就是執行口腔保健」的觀念。			

<p>【綜合活動】</p> <p>演練拒絕檳榔應對守則</p> <p>一、教師提問並引導學生發表，如果有人請你吃檳榔，你能堅定的拒絕嗎？</p> <p>二、動動腦時間-由各組討論有效拒絕檳榔可能的方法並請小組的學生實地演練討論的內容</p> <p>教師補充說明拒絕的方法包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> ★哀兵致勝法。 ★自我解嘲法。 ★走為上策法。 ★投桃報李法。 ★安身立命法。 ★直接拒絕法。 	<p>15 分鐘</p>	<p>【評量重點】</p> <p>小組能討論拒絕檳榔的策略並實地演練</p>
---	--------------	---