

附件一：青山國小「專業學習成長」夥伴分組表

編號	教師姓名	預計授課領域/科目	預計授課日期	備註
1	張桂鳳	健體領域/健康	113.10.15	
2	楊麗卿	健體領域/健康	113.12.25	
3				

1. 授課人員：\_\_張桂鳳\_\_\_\_\_

預計觀課人員：\_\_楊麗卿\_\_\_\_\_（附件二～四，負責填寫人）

註記：

1. 每一學年期間，每一位夥伴至少要公開授課一次，請完成另一個夥伴的觀課紀錄表件（附件二～四）
2. 若分組表人員、授課科目、日期有更動，請記得知會夥伴老師與教學組。
3. 觀課前一週，必須登錄「公開授課資訊平台」以及繳交簡案到教學組備查。
4. 公開課後一個月內，繳交附件二～附件四、公開課當天影片(自行存查)。

## 彰化縣青山國小

### 公開授課備課紀錄表

授課教師：\_\_張桂鳳\_\_\_\_ 任教年級：\_\_四年級\_\_ 任教科目：健康教育

單元名稱：菸與煙的真相

觀課教師：\_\_楊麗卿\_\_\_\_ 公開課日期：\_\_113.10.15\_\_ 觀察節次：第六節

#### 觀察前會談紀錄

學習內容	學習表現
Bb-Ⅱ-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1b-Ⅱ-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。
教學目標	學生先備經驗/知識
1. 認識一手菸、二手菸、三手菸。 2. 注意吸菸對健康的危害。 3. 認識電子煙。 4. 運用生活技能「批判性思考」，破除電子煙的迷思。 5. 認識禁菸場所。	能明白吸菸對健康是有害無益的

#### 教學活動(預定流程與策略)

##### 《活動 1》認識一手菸、二手菸、三手菸

(一)教師帶領學生閱讀課本第 32~33 頁情境，並提問：什麼是一手菸、二手菸、三手菸呢？

1. 一手菸：菸品點燃後產生的煙霧，吸菸者直接吸入肺部。
2. 二手菸：吸菸時所吐出來的煙，或點燃的菸靜置時冒出的煙。
3. 三手菸：菸品熄滅後，在環境中殘留的汙染物。

(二)教師補充說明：

1. 因為燃燒不完全，二手菸所含的毒物與致癌物比一手菸的濃度更高，一根菸排放的毒物有 25% 是吸菸者吸入，但有 75% 是藉二手菸散布在環境中。
2. 二手煙已被國際癌症研究中心（IARC）歸類為一級致癌物；臺灣每年因二手菸患病者大約達 15 萬至 23 萬人。
3. 三手菸可能會附著在頭髮、衣物、牆壁、家具等物體表面，即使菸味散去，汙染物仍然存在環境中。長期接觸會增加罹癌風險。

(三)重點歸納：認識一手菸、二手菸、三手菸。

##### 《活動 2》菸的主要成分

(一)教師提問：你知道菸的主要成分有哪些嗎？它們對人體有哪些影響呢？

(二)教師配合課本第 34 頁說明：

1. 尼古丁：尼古丁具有興奮、提神的作用，長期使用會令人上癮，導致腦細胞麻痺，引致失憶、工作能力減低、心臟血管疾病、甚至中風。另外，還使皮膚缺乏水分，皺紋增加、氣色不佳。
2. 焦油：焦油是一種黃色黏性物質，會造成手指和牙齒變黃，也會阻塞、刺激氣管與肺部，導致慢性支氣管炎與肺疾病，以及各種癌症。
3. 一氧化碳：一氧化碳若融於血液中，會降低血液中血紅素運送氧氣的能力，讓人體缺氧，影響人的思維與判斷力，甚至誘發心血管疾病。
4. 其他化學物質：各種致癌物質會危害身體健康。

(三)重點歸納：了解菸的主要成分。

#### 《活動 3》菸對健康的危害

(一)教師提問：菸可能會對吸菸者和家人的健康造成哪些危害呢？

(二)教師配合影片說明吸菸對健康的危害，例如：眼睛發炎、中耳炎、心臟病、頭痛、記憶力退化、學習能力變差、喉痛、氣喘、支氣管炎、肺炎，還可能導致免疫力降低、罹患癌症。對孕婦來說，易影響胎兒發育，並可能造成胎兒早產或流產。

(三)教師配合課本第 35 頁比較健康的肺和吸菸者的肺，說明長期吸菸會讓肺部變黑，甚至失去功能，加深學生對於吸菸危害健康的印象。

(四)教師請學生完成「吸菸的危害」學習單。

(五)重點歸納：認識吸菸對健康的危害。

#### 《活動 4》電子煙是菸嗎？

(一)教師帶領學生閱讀課本第 36~37 頁情境，並提問：你看過電子煙嗎？你認為電子煙是菸的一種嗎？

(二)教師說明：當你不確定訊息的真實性，你可以運用生活技能「批判性思考」做出合理的判斷和選擇。對於鄰居姐姐說的話，琳琳可以怎麼進行批判性思考呢？

1. 懷疑一下。(根據過去的經驗，質疑不合理之處。)
2. 蒐集資料，檢視自己的想法是否正確。
3. 聽別人的想法，思考並討論他的意見。
4. 釐清真相，說出自己的主張。

(三)教師配合影片介紹電子煙及其對健康的危害。

1. 電子煙的定義：用電加熱「煙油」產生煙霧。
2. 電子煙的健康危害

- (1)電子煙會產生二手煙、三手煙，對人體造成危害。
- (2)電子煙可能會爆炸，造成人體灼燙傷。

3. 關於電子煙的迷思

- (1)迷思一：電子煙不是菸，因為一般菸品都臭臭的，它的煙霧有甜甜的香味。(正解：電子煙的煙油裡有各種調味劑，加熱後會有香味，雖然有香味，但它是一種菸。)
- (2)迷思二：電子煙對健康的危害比一般菸品少，吸了也沒關係。(正解：電子煙和一般菸品都含多種有害物質，會對健康造成嚴重危害。)
- (3)迷思三：電子煙可以幫助戒菸。(正解：目前沒有證據證明電子煙是安全且能幫助戒菸的。)

(四)教師請學生分組演練運用生活技能「批判性思考」破除電子煙的迷思。

(五)教師說明：為了吸引人購買菸品，網路上充斥著聳動的宣傳手法，看到時要運用「批判性思考」

來判斷，才不會受騙上當。

(六)教師播放影片，延伸介紹加熱式菸品：加熱式菸品是將填裝之菸草柱進行加熱後產生菸霧，雖然原理構造和電子煙不同，但兩者都含有多種致癌和毒性物質，一樣會造成二手煙、三手煙的危害。

(七)教師補充說明：新興菸品（電子煙、加熱式菸品）無法幫助戒菸，如果需要戒菸，可撥打戒菸專線 0800-63-63-63 獲得相關資訊。

(八)教師請學生完成「電子煙的迷思」學習單，破除巴迪對於電子煙的迷思。

(九)重點歸納：運用生活技能「批判性思考」，破除電子煙的迷思。

#### 《活動 5》禁菸場所停看聽

(一)教師帶領學生閱讀課本第 38～39 頁情境，展示禁菸標誌，並提問：除了學校之外，還有哪些地方是禁菸場所呢？

(二)教師統整學生的回答，並說明：2023 年 2 月《菸害防制法》修法擴大禁菸場所，多數室內公共場所已全面禁止吸菸，違者最高可罰 1 萬元。

1. 教育場所，例如：各級學校、幼兒園、托嬰中心、居家式托育場所等等。

2. 醫療機構、老人福利機構。

3. 大眾運輸交通工具，例如：公車、捷運、高鐵、臺鐵、計程車、遊覽車、車站、旅客等候室等等。

4. 文化或休閒場所，例如：故宮博物院、美術館、社教館、國父紀念館、高爾夫球場、戶外籃球場、戶外網球場、戶外游泳池等等。

5. 各級機關指定場所，例如：國家公園、風景特定區、超商騎樓等等。

6. 製造儲存或販賣易燃易爆物品之場所，例如：煉油廠、加油站等等。

7. 公共消費場所，例如：飯店、百貨公司、餐廳等等。

(三)重點歸納：認識禁菸標誌，了解禁菸場所。

教學評量方式	其他記錄事項
能參與活動  能參與討論、發表	無

附件三：觀課記錄表

# 彰化縣青山國小 公開授課觀課表

授課教師：\_\_張桂鳳\_\_ 任教年級：\_\_四年級\_\_ 任教科目：\_\_健康教育\_\_

單元名稱：\_\_菸與煙的真相\_\_

觀課教師：\_\_楊麗卿\_\_ 公開課日期：\_\_113.10.15\_\_ 觀察節次：\_\_第六節\_\_

指標	內 容	達到程度 高 5 4 3 2 1 低	備 註 (事實摘要簡述)
A-2-1	有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	能了解一手菸、二手菸、三手菸的定義，並能明白吸菸對健康的危害。 能澄清對電子煙的迷思。 能了解禁菸標誌與禁菸場所。
A-2-2	清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-2-3	提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-2-4	完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-3-1	運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-3-2	教學活動中融入學習策略的指導。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-3-3	運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-4-1	運用多元評量方式，評估學生學習成效。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-4-2	分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
A-4-3	根據評量結果，調整教學。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
B-1-1	建立有助於學生學習的課堂規範。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
B-1-2	適切引導或回應學生的行為表現。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
B-2-1	安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
B-2-2	營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	

項	內 容	達到程度 高 5 4 3 2 1 低	備 註
1	設計有效「動機引起」來吸引學生注意力	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
2	能做適切的課程設計提供優質的教材	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
3	確認學生能「理解」所教授的原理原則或內容	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
4	安排及引導「小組討論」有效進行	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
5	確認學生達成「精熟學習」階段	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	

附件四：公開課後專業回饋：

## 彰化縣青山國小 公開課專業回饋記錄表

授課教師：張桂鳳 任教年級：四年級 任教科目：健康教育

單元名稱：空氣流動形成風

觀課教師：楊麗卿 公開課日期：113.10.15 觀察節次：第六節

### 觀察後回饋會談紀錄

#### 一、教學者的教學優點與特色有哪些：

學生發言踴躍上課氣氛良好。

#### 二、教師教學與學生學習待改變之處：

要守秩序，先舉手再發言

學生發言時要再鼓勵他們大聲一點

#### 三、這次觀課對我自己教學的啟發是：

鼓勵學生多思考多發表，並多予肯定可以增加學生自信

#### 四、其他：

無







