

12 年國教素養導向教學方案格式

領域/科目	健體		設計者	林揚智
實施年級	五年級		總節數	共____3____節，_120____分鐘
單元名稱	第 2 課 全力反毒			
設計依據				
學習重點	學習表現	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	核心素養	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-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。
	學習內容	Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。 Bb-III-4 拒絕成癮物質的健康行動策略。		
SDGs 議題融入	實質內涵	資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題		
	所融入之學習重點	. 運用「批判性思考」技能，辨別新興毒品。		
與其他領域/科目的連結				
教材來源		康軒健康與體育領域第九冊(5 上)單元二		
教學設備/資源		1. 教師準備辨別新興毒品的相關影片。 2. 教師準備第 202 頁「使用成癮物質的影響」學習單。 3. 教師請學生課前蒐集毒品的相關資料。 4. 教師準備毒品成癮的相關影片。 5. 教師請學生課前蒐集有關毒品使用的新聞報導。 6. 教師準備第 203~205 頁「澄清毒品迷思」系列學習單。		
學習目標				
1. 運用「批判性思考」技能，辨別新興毒品。 2. 認識毒品的特性與危害。 3. 覺察並描述吸食毒品產生的問題對個人、家庭與社會的影響。 4. 運用「天龍八不」拒絕技巧，拒絕使用毒品。				

5. 對照不同的情境需求，尋求適用的生活技能。
6. 辨識日常生活中可能接觸毒品的危險，澄清毒品相關迷思。
7. 主動表現遠離毒品的行動。
8. 認同拒絕毒品的行為。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	備註
-------------	----	----

時間	備註
----	----

備註

20'

- 20'

10'

- 10'

發作時會樂在其中。但一旦毒品失去作用，就會出現煩躁、焦慮、痛苦的感覺。你會想再次使用毒品，以擺脫痛苦。最後重複使用毒品，終至無法控制。 (四)教師提醒：毒品使用的方式可分為注射、煙吸、飲用與鼻吸等。若發現可疑針筒、吸食器等工具，要特別小心。 (五)重點歸納：了解毒品的特性與危害。 《活動3》使用毒品的影響 (一)教師帶領學生閱讀課本第55頁情境，並說明使用毒品的影響： 1. 個人層面：昏睡、眼神呆滯、眼圈發黑、體重變輕、常跑廁所、流鼻水、心臟衰竭、產生幻覺或幻聽、語無倫次等。如果使用毒品「愷他命」，膀胱會逐漸萎縮，導致尿失禁等無法恢復的健康傷害。 2. 家庭與人際層面：容易與家人、朋友產生衝突。 3. 社會層面：使用毒品後，容易因為毒癮發作而產生失去理智、判斷力下降等身心狀況，導致事故傷害；或是因為投入大量金錢買毒品，導致生活困頓而犯罪。另外，使用毒品還可能衍生許多治安問題，例如：暴力脅迫、槍枝犯罪等。 (二)教師請學生分組討論：吸菸、喝酒、嚼檳榔可能造成哪些個人、家庭與社會層面的影響呢？請學生記錄在「使用成癮物質的影響」學習單上。 (三)重點歸納：覺察毒品產生的問題對個人、家庭與社會的影響。 《活動4》毒品危害實際案例分析 (一)教師引導學生分組討論所蒐集到的毒品成癮新聞案例，以毒品的危害為主題上臺報告。 (二)教師帶領學生閱讀課本第56~57頁情境，並提問：報導中的「搖頭丸」、「喵喵」分別是幾級毒品？ (三)教師說明：「搖頭丸」屬於二級毒品，「喵喵」屬於三級毒品，且參雜各種成分，使用後可能造成幻覺甚至死亡。無論是幾級的毒品，絕對不要接觸。依《毒品危害防制條例》毒品分為四級，不論是使用、引誘、運送毒品都犯法。 (四)教師引導學生分組討論： 1. 雅雅為什麼使用毒品？使用毒品後對她造成什麼影響？ 2. 當祖父母知道雅雅使用毒品的時候，他們的心情如何？當雅雅因毒癮導致工作不穩定，和朋友、家人的關係破裂，她的心情可能如何？ 3. 如果朋友邀請你吸毒，你會做出什麼決定呢？ (五)重點歸納：堅定拒毒的信念。	10' 25'	
---	-----------------------	--

《活動 5》向毒品 SAY NO (一)教師配合課本第 58 頁，帶領學生複習拒絕的技巧「天龍八不」： 1. 堅持拒絕法。(不！我不做違法的事情！) 2. 告知理由法。(毒品對身體有害，最好一次都不要碰，而且我很愛我的家人，不想讓他們失望！) 3. 友誼勸服法。(我們是好朋友，我擔心使用毒品會影響你的健康，你也不要使用啦！) 4. 遠離現場法。(時間來不及了，我要趕緊回家，否則家人會擔心。) 5. 自我解嘲法。(我是真的很膽小，不敢嘗試啦！) 6. 轉移話題法。(明天有考試，我要去念書了，你要一起用功嗎？) 7. 反說服法。(使用毒品是違法的，而且還很容易上癮，使用後可能再也戒不了，我們一起拒毒吧！) 8. 反激將法。(如果因為你說我沒膽量我就嘗試，那我也太沒主見了！) (二)老師將學生分為 2 人一組，演練拒絕的技巧。 (三)教師提醒：拒絕他人時，要視情況與對象選擇適合的方式。另須注意，使用「反激將法」若拿捏不當，有可能造成人際衝突，並非適用於每個人。 (四)教師說明：如果身邊有人使用毒品，必須告知師長，由他們出面處理，不要讓朋友淪陷毒癮中。 (五)重點歸納：演練拒絕的技巧。	15'	
《活動 6》向毒品 SAY NO (一)教師將全班分為三組，分別負責課本第 59~61 頁的一個情境，並引導學生思考面臨這些情境的處理方式，澄清有關毒品的迷思： 1. 情境一：未成年使用毒品免責。 正解：根據《兒童及少年福利與權益保障法》，兒童如果吸毒不但要接受戒治，監護人也會連帶受罰。 2. 情境二：毒品只用一次不會成癮，對身體也沒有危害。 正解：毒品最可怕的就是會使人上癮，而且很容易因為被慫恿就意志薄弱的一用再用，甚至連行為與經濟都被操控，所以最好連一次都不要碰。 3. 情境三：毒品有提神效果，而且混合很多成分，即使被抓到，驗尿也驗不出來。 正解：除了驗尿之外，還可以透過毛髮或血液的檢驗，來檢測人體中毒品的成分。 (二)教師請各組將討論結果記錄在「澄清毒品迷思」系列學習單，並演練拒絕的方法。 (三)重點歸納：覺察日常生活中可能接觸毒品的情境，澄清毒品相關的迷思。	30'	

《活動 7》遠離毒品的健康行動 (一)教師說明：不論是毒品或是其他成癮物質，對健康都會有所傷害，也會影響個人、家庭與社會等。因此，一定要好好保護自己，遠離高危險情境，避免接觸成癮物質。 (二)教師帶領學生閱讀課本第 62～63 頁，並說明遠離毒品的方法： 1. 進行休閒活動時，遠離出入人員複雜的場所。 2. 查證來自網路、社群軟體的訊息，不輕易相信。 3. 隨時提高警覺，不接受陌生人提供的飲料或食物；飲料若離開視線，則不再飲用。 4. 不嘗試來路不明的物品，以及包裝特殊的糖果和咖啡包，對任何人都不能掉以輕心。 5. 運用多元管道求助，幫助自己不受毒品威脅。例如：找父母、朋友聊聊，或向老師求助。 (三)重點歸納：認識遠離毒品的方法。	10'	
試教成果：（非必要項目） 試教成果不是必要的項目，可視需要再列出。可包括學習歷程案例、教師教學心得、觀課者心得、學習者心得等。		
參考資料：（若有請列出） 若有參考資料請列出。		
附錄： 列出與此示案有關之補充說明。		