

英語融入健康與體育領域教學之教案設計～主題一

主題名稱	1-1 菸害現形記	教學設計者	曾立邦
教學對象	七年級(國中一年級)學生	教學節次	__3_節課(45分鐘/每節)
能力指標	<p>1-3-2 蒐集生長、發展資料來提升個人體能與健康。</p> <p>5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。</p> <p>5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。</p> <p>7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。</p>		
學習目標	<p>一、了解菸品成分對人們心理、生理及社會造成的影響。</p> <p>二、認識菸品與媒體的關係，以及《菸害防制法》的訂定內容。</p> <p>三、能有拒絕吸菸及拒吸二手菸的態度。</p>		
設計理念	<p>以課本漫畫與教學影片介紹菸品歷史；帶領學生了解青少年吸菸原因及心理因素。</p> <p>藉由畫臉的活動，使學生了解吸菸對人體外觀的影響。認識菸的成分與危害，帶入菸對呼吸系統的影響，並說明菸對人體全身健康的危害，以及吸菸會導致金錢花費增加與容貌的改變。</p> <p>探討吸引消費者購買的菸品廣告手法，並說明健康團體的反擊行動；講解《菸害防制法》相關規定與法律意義，並帶領學生勇敢拒絕二手菸。</p>		
教學方法	講述法、視聽媒體、討論法、價值澄清法		
英語學習 Content Vocabulary Sentences Patterns	<p>單字： 漫畫(comic)、香菸(cigarette)、歷史(history)、害處(harm)、哥倫布(Columbus)、發現(discover)、當地(local)、原住民(aborigine)、菸草(tobacco)、宗教儀式(ritual)、醫學的(medical)、目的(purpose)、歐洲(Europe)、戰爭(war)、士兵(soldiers)、政府(government)、發行(issue)、世紀(century)、連結(link)、國際的(international)、貿易(trade)、文化(cultures)、時期(era)、統治(rule)、生產(produce)、數量(amount)、結果(result)、建築物(building)、百萬(million)、吸煙者(smoker)、世界(world)、瞭解(realize)、逐步地(gradually)、學習;得知(learn)、發動(launch)、反對(anti)、戰役(campaign)、保護(protect)、健康(health)</p> <p>指導語： 請思考以下問題(Please think about the following questions?) 請告訴我你的答案(Please give me your answer.) 讓我們看這段影片(Let' s watch the video.) 認真聽(Listen Carefully) 克制一下(Control yourself)</p> <p>鼓勵語： 做得好(Good job)、還不錯(Not bad)、這很好(That' s neat)、太棒了(Just wonderful)</p> <p>專門用語：</p>		

	尼古丁(nicotine)、菸焦油(tobacco tar)、一氧化碳(carbon monoxide)、二手菸(secondhand smoke)、骨質疏鬆(osteoporosis)、廣告行銷(advertising marketing)、菸害防制法(Tobacco Hazards Prevention Act)。
--	--

教學活動	教學時間	教具	評量
<p>【漫話菸歷史】</p> <p>一、教師拿出一根菸，詢問學生：「身邊有朋友或同學會吸菸的請舉手。好！看到許多人都舉手了，雖然大多數人是不吸菸的，但相信許多同學都曾在生活中，面對會吸菸的親友。究竟吸菸行為是如何開始的呢？」</p> <p>二、發給每位學生一張白紙，教師口頭說明：「現在是真心話大告白時間，請同學以二十~五十字寫下對吸菸或菸的感覺，討厭、喜歡或任何想法都可以寫下來。不需要很炫的文句，只要真心話。可以不具名，也可以用綽號或筆名，老師會將你的真心話放在這個箱子中，一個個抽出來幫你進行告白。」</p> <p>三、待所有同學將白紙放入箱子後，老師依序請每位學生上臺，抽出一張白紙，大聲念出學生寫的真心話，教師依照學生所寫的內容給予建議與肯定，活動結束後，謝謝學生的認真參與。</p> <p>四、教師以投影片介紹，從五百年前開始的吸菸行為演變，以及菸草傳播的歷史。</p> <p>【吸菸原因 Q&A】</p> <p>一、請學生討論吸菸的好處及壞處，並將它寫在黑板上。例如：</p> <p>(一)吸菸的好處：提神、消除煩惱和緊張、化解壓力、幫助減肥、增加國庫收入、飯後一根菸快樂似神仙、交際應酬。</p> <p>(二)吸菸的壞處：引發癌症、肺活量降低、影響性能力、導致心臟病及支氣管炎、老化、口臭、牙周病、手指變黃及發抖、造成空氣汙染、影響情緒、製造垃圾、引發火災、被校方記過等。</p> <p>二、請學生仔細思考，吸菸所帶來的好處與壞處，何者影響我們較為深遠？</p> <p>三、教師引導學生思考吸菸所帶來的好處，是否有其他物質或其他正向方式可以取代。</p> <p>四、教師歸納總結：菸是一種成癮物質，一旦上癮便很難戒除，人生若淪為物質的奴隸，將是一件相當悲慘的事。</p> <p>五、教師與學生共同研讀課文所列的各種身體病變，並請學生觀察身邊吸菸的親朋好友，是否有人已出現這些顯而易見的改變？請學生分享個人的經驗。</p> <p>六、教師播放自行蒐集到的相關影片，簡單介紹菸中的成分與內容。</p> <p>七、說明十八歲以下的青少年不能使用及購買菸、酒與檳榔，這不僅是愛護自己的身體，也是一種守法的行為。</p> <p>(第一節結束)</p>	15'	白紙、紙箱	課前準備觀察
	30'	教學影片	觀察實作及表現

教學活動	教學時間	教具	評量
------	------	----	----

<p>【引起動機——畫臉活動】</p> <p>一、教師準備空白面具，請三位學生出列並戴上面具，再另請三位學生擔任彩色筆化妝師，依照老師的指示在面具上作畫，讓學生了解長期吸菸對容貌的影響。</p> <p>二、教師指導語：1. 牙齒黑黑黃黃的；2. 兩眼畫上黑眼圈；3. 額頭上畫三條皺紋；4. 在眼尾部分畫魚尾紋；5. 兩頰畫上許多黑斑；6. 眼睛的眼白上有許多血絲；7. 兩頰削瘦的樣子（可以塗黑表示）。</p> <p>三、教師說明菸中含有大量的一氧化碳，吸入後會造成紅血球的攜氧量不足，對細胞造成影響。此外，亦會影響大腦的學習功能，並使臉部的微血管缺氧，減少維生素C的吸收，造成皮膚衰老、粗糙、鬆弛、灰暗、乾燥，出現皺紋及黑斑，成為美麗的大敵。</p>	5'	面具	實作及表現
<p>【菸草裡的祕密】</p> <p>一、教師引言：媒體的行銷使得菸品成為世界共同的商品，吸菸像是日常行為一樣普遍。但菸中隱瞞哪些事實？為什麼要禁菸，菸中含有哪些成分？</p> <p>二、教師播放自行蒐集到的相關影片，結束後以投影片介紹菸品中最常見的化學物質：尼古丁、焦油、一氧化碳。另外。說明尼古丁讓人成癮的過程，和上癮者不補充尼古丁所帶來的生理戒斷症狀。</p>	15'	教學影片	觀察
<p>【吸菸造成的健康危害】</p> <p>教師介紹長期吸菸容易導致的慢性疾病，說明菸中化學物質的危害不僅影響呼吸器官，亦可能造成全身性的病症，並針對身體的影響進行講解。</p> <p>(一)呼吸系統：支氣管炎、肺癌、肺氣腫。</p> <p>(二)心血管系統：高血壓、心絞痛、心臟病、中風。</p> <p>(三)消化系統：牙齦炎、口腔癌、食道咽喉癌、胃與十二指腸潰瘍、胰臟癌。</p> <p>(四)生殖系統：男生陽萎、女生月經失調，嚴重者甚至會導致不孕。</p> <p>(五)骨質流失：容易發生骨質疏鬆症、骨折及關節疾病。</p> <p>(六)皮膚老化：產生皺紋，眼部周圍及嘴角細紋會特別多。</p>	15'		觀察
<p>【吸菸的代價】</p> <p>一、計算不吸菸可省下多少金錢？</p> <p>例如：</p> <p>(一)一包菸 70 元×一個月吸 30 包＝一個月花費 2,100 元</p> <p>(二)一個月花費 2,100 元×十二個月＝一年花費 25,200 元</p> <p>二、說明這些省下來的錢可以如何利用？請學生自由發表。教師總結，除了這些費用之外，未來可能需要花費更多錢在戒菸、健康檢查與呼吸道疾病看診的醫療費用，甚至還會折損壽命與生活品質。</p> <p>三、總結：許多青少年在吸菸一段時間後，會出現呼吸道症狀(肺活量變差、容易喘)與體力減退的情形(打籃球或從事體育活動體能會變差，甚至跑不動)。</p> <p style="text-align: center;">(第二節結束)</p>	10'		實作及表現

教學活動	教學時間	教具	評量
<p>【一包美麗的謊言】</p> <p>一、教師事先蒐集菸品平面廣告圖片，請學生分組討論：</p> <p>(一)這則廣告運用什麼手法吸引消費者注意？</p> <p>(二)你覺得這樣的方式對你具有吸引力嗎？</p> <p>(三)吸菸的青少年通常具有什麼形象？</p> <p>二、教師總結：媒體與社會價值觀塑造吸菸者的叛逆獨立形象，請學生試著想一想，吸菸者可能因染上相關病症而需要就醫甚至住院，或是一段時間就非得吸一根菸，被菸所制約的情況，真的具有獨立自主的形象嗎？</p> <p>【菸害防制法的勝利】</p> <p>一、教師說明《菸害防制法》制定的原因，限制青少年買菸與吸菸，並禁止菸商刊登廣告宣傳的法律，都是為了保障青少年不受吸菸廣告的影響。</p> <p>二、教師引導學生發表，哪些場所是《菸害防制法》明令禁止吸菸。</p> <p>三、菸害防制小測驗：</p> <p>(一)在大眾運輸工具上可以吸菸。(x)</p> <p>(二)在菸盒最大面積的地方應標明健康警語。(○)</p> <p>(三)菸商可以採販賣機的方式販賣菸。(x)</p> <p>(四)菸盒上應以中文標示尼古丁及菸焦油的含量。(○)</p> <p>(五)《菸害防制法》是民國 86 年實施。(○)</p> <p>(六)菸商可以拿菸來當作贈品。(x)</p> <p>(七)新修正的《菸害防制法》是民國 98 年實施。(○)</p> <p>【勇敢表達——拒吸二手菸】</p> <p>一、教師在教導拒菸課程之前，先請曾經面臨二手菸害的學生發表當時的感覺。</p> <p>二、在學生發表心得之後，教師說明每個人皆有拒吸二手菸的權利，並教導學生如何以委婉且堅定的態度，向吸菸者表明拒菸的立場。</p> <p>三、教導拒絕二手菸的小技巧之後，請學生示範演出。情境範例：在公車上或醫院內，你發現一個人正在吸菸，二手菸讓大家覺得不舒服，請問：你應該如何勸阻他不要吸菸呢？</p> <p>四、教師總結並提醒學生，既然不想成為二手菸的受害者，自己也不要成為製造菸害的人。</p> <p>(第三節結束)</p>			<p>分組討論</p> <p>觀察 實作及表現</p> <p>觀察 實作及表現</p>