

二年級健康與體育領域下學期教學課程設計（第二單元）

主題/單元名稱	第2單元慢性病的世界 第1章健康人生，如何少癌	設計者	張素菁
實施年級	二年級下學期	節數	1節課（每節45分鐘）
總綱核心素養	A 自主行動 A1 身心素質與自我精進		
核心素養	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。		
學習表現	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。		
學習內容	Fb-IV-2 健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。		
學習目標	一、認識惡性腫瘤定義，了解惡性腫瘤可能對身體的影響及可能的身體警訊及症狀，並學習如何提早發現癌症警訊。		
教學資源	一、慢性病-癌症教學簡報、影片相關資料以及電腦設備。 二、癌症學習單、圖卡。		
相關的英文單字與句子	<p>癌症相關的單字</p> <p>螃蟹 crab、癌症 cancer、良性腫瘤 benign tumor、惡性腫瘤 malignant tumor、肺癌 Lung Cancer、大腸直腸癌 Colorectal Cancer、肝癌 Liver Cancer、淋巴癌 Lymphoma、血癌 Leukemia、腦癌 Brain Cancer、警訊 Warning Signs、呼吸急促 shortness of breath、體重下降 weight loss、疲勞 fatigue、黃疸 jaunice、糞便出血 bleeding in stool、腹瀉 Diarrhea、便秘 constipation、容易出血 easy bleeding、頭痛 headaches、頸部出現腫塊 swelling of lymph nodes in neck</p> <p>課室英文：</p> <p>Hello everyone 大家好、pay attention 專心專注、Listen up 注意聽、Be quiet 保持安靜、Today ,We're going to talk about "Cancer"、Please raise your hand if you don't understand、Pay attention everybody、please repeat after me、Now,please answer these the questions with your partner.</p>		

學習活動設計

學習活動內容及實施方式

時間

引起動機(教學 10 分鐘)

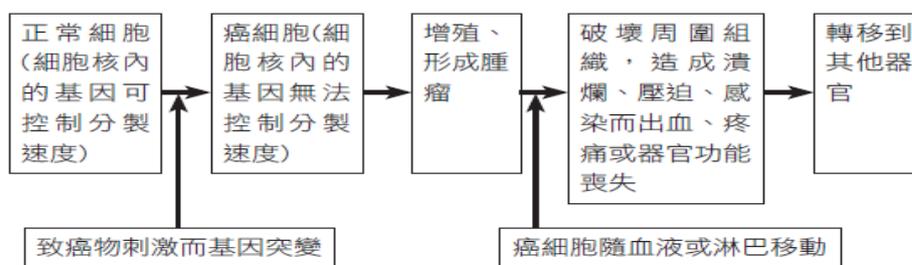
10 分鐘

- 一、教師先提到 What is cancer 來介紹癌症的英文為 cancer，先以一篇英文網站介紹 what is cancer(網址: <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/what-is-cancer>)來進入本節課程介紹癌症(英文字幕輔以中文說明)，我們的細胞不斷分裂、死亡和被替換。通常以受控制的方式發生，以確保我們體內每種類型的細胞數量正確。當細胞分裂時出現問題時，癌症就會發生。受損細胞可能開始過度生長和繁殖並形成腫瘤。
- 二、巨蟹座跟癌症有關嗎？老師開頭提到愛上巨蟹就像得了癌症一樣，不斷擴散，分佈到血脈肌膚，角角落落？輔以星座巨蟹座(Cancer)跟癌症(cancer)乃源自於古希臘文的 crab (螃蟹)，意味著癌細胞像螃蟹一樣橫行無阻、四處蔓延、破壞與危害人體。兩者來引起學生學習癌症動機，說明過程中也可詢問班上同學有沒有巨蟹座同學，了解癌症英文所代表的意涵。

惡性腫瘤（癌症）的介紹(學習目標一，教學 25 分鐘)

25 分鐘

- 一、教師透過圖表說明癌症的定義及不正常細胞增生為癌症，位居國人十大死因第一位。惡性腫瘤的發生是體內細胞不正常增生，侵犯周遭的正常組織，影響身體功能，甚至可能透過體內血液循環或淋巴系統轉移到身體其他部分。
- 二、教師說明透過圖片說明癌症發生的過程，以及癌細胞對身體的破壞情形及癌症擴散組織及器官。



- 三、老師說明腫瘤分為良性腫瘤 benign tumor 與惡性腫瘤 malignant tumor，相關差異如下表格說明。

	惡性腫瘤（癌症） malignant tumor	良性腫瘤 benign tumor
1、形狀	不規則狀	通常為圓、橢圓形
2、外包膜	無	通常有
3、生長速度	快	慢
4、擴散(轉移)	會(血液、淋巴)	不會
5、癒後	差	佳
6、治療	手術切除、化學治療	手術切除

四、老師說明根據衛生福利部統計，國人(成年人)常見的癌症死因如圖片肺癌 Lung Cancer、大腸直腸癌 Colorectal Cancer、肝癌 Liver Cancer 是近十年來癌症死因的前三名。透過新聞案例提到幾位藝人因肺癌、肝癌、大腸癌過世並簡單說明三大癌症的警訊及症狀。上課前先發常見癌症警訊及症狀(附件一)，讓學生填寫學習單。

案例一:知名節目主持人陳文茜在 2019 年確診肺腺癌，當時是因容易喘且呼吸困難，檢查後才發現肺部有腫瘤。事實上，肺癌初期症狀不明顯，不少人都是久咳不止才就醫，而等到會喘會咳，腫瘤已經在長大。

案例二:蔡頭 71 歲肝癌病逝！肝癌 9 大症狀早警覺早救命，肝癌症狀:初期肝癌無痛無息，直到晚期才有症狀。說明有這些症狀:疲勞、黃疸、腹部腫大、體重下降、疲勞、食慾不振、噁心或嘔吐、右側肋骨下的肝臟變大、右肩與右上腹部疼痛、肌膚和眼睛變黃(黃疸)、發燒、胃腸道出血。

案例三:賀一航 豬哥亮病逝，醫：3 症狀是大腸癌重要警訊，資深藝人賀一航、豬哥亮近年相繼因大腸癌病逝，醫師表示，大腸癌可透過糞便潛血、大腸鏡等檢查及早發現，一旦出現糞便出血、糞便呈鉛筆狀及排便習慣改變等症狀，恐已相當嚴重。

五、老師再提到常見的癌症死因是青少年主要死因中的第三位，常見的青少年癌症有血癌 Leukemia、腦癌 Brain Cancer、淋巴瘤 Lymphoma 等，若能及早發現，及早治療，則治癒的可能性很高。任何年齡層都可能罹患癌症，我們應該隨時注意身體有沒有不尋常的變化。透過三個案例說明癌症常見症狀及警訊並搭配淋巴瘤動畫說明淋巴瘤。

案例四:國中生小凱因為莫名的反覆發燒而就醫檢查，經抽血診斷後發現得到血癌，全家人都相當震驚。小凱回憶自己經常貧血、臉色蒼白、容易瘀青，但因對生活影響不大，並未特別在意。目前小凱已辦理休學，準備接受治療。說明血癌 Leukemia 又稱白血病，是兒童及青少年常見的癌症，主因是骨髓中造血細胞異常、白血球惡化增生，導致正常血液細胞無法發揮功能。常見的症狀為發燒、貧血、蒼白、容易出血、瘀青、腹部(肝、脾)腫大。提早發現會有較高的治癒率。

案例五:南投一名 15 歲的國中生日前突然莫名頭痛長達 2 週，不但半夜痛到驚醒，還出現噁心、想吐症狀。就醫之後，醫生發現和一般兒少頭痛不同，立即安排核磁共振檢查，赫然在顱內發現一顆約 2 公分的腫瘤，確診為惡性生殖細胞瘤合併輕微水腦，經放射治療 1 個月後順利康復，已經重新返校唸書。

案例六台中一名 19 歲楊姓少年，2019 年剛從高職畢業，對未來充滿無限希望，但在 2019 年一月開始，短短兩個月內，體重莫名從 90 公斤爆瘦至 75 公斤，同時頸部出現腫塊、呼吸困難、雙腳水腫及皮膚癢，起初他並不以為意，被家人帶去看中醫，認為是作息不正常、胃發炎引起；中間又改看別家中醫，採食療及中藥仍未見改善，拖了將近七個月才到醫院就醫，當時狀況已惡化為連呼吸都會喘，雙腳腫了三倍大，嚴重到無法走路，必須由家人推著輪椅進來。

六、教師介紹常見癌症(六個癌症)的中英文對照

常見癌症的中文	常見癌症的英文
肺癌	Lung Cancer
大腸直腸癌	Colorectal Cancer
肝癌	Liver Cancer
淋巴瘤	Lymphoma
血癌	Leukemia
腦癌	Brain Cancer

七、進行分組動動腦、討論:設計五題跟癌症有關的問題,透過問答法請學生用英文念出回答下列問題?(各組進行搶答,答對並能念出常見英文癌症加 10 分,只回答正確答案加 5 分),答分最高組別給予小禮物鼓勵優勝組別, 10 分鐘

Q1:請問國人十大死因的第一位是什麼?(請用英文念出)

Q2:請問癌症又稱為什麼?(請用英文念出)

Q3:請問成人常見的癌症有哪三個?(請用英文念出)

Q4:請問青少年常見的癌症有哪三個?(請用英文念出)

Q5:『我肚子好痛,該不會是的癌症了吧!』,請問以下選項何者不是癌症警訊?

八、總結:老師透過學生討論後發現各種癌症的症狀,再說明任何年齡層都可能罹患癌症,我們應該隨時注意身體有沒有不尋常的變化。例如:傷口長久不癒合、身體出現不正常腫塊、痣或疣的顏色、形狀或大小發生改變、身體有不正常的出血或分泌物、大小便習慣改變.....等,都是常見的癌症危險警訊。

【第一節結束】

※常見癌症警訊(Warning Signs)and 症狀(Symptom)(附件一)

class: name: number:

說明:請於空格內填入英文，填答正確每一格可加2分。

一、**肺癌**(_____)常見警訊:咳嗽、咳血、胸痛、呼吸困難。

二、**肝癌**(_____)常見警訊:因內部沒有神經分布，早及中期不會有任何輕微症狀，若有以下症狀已可能是晚期症狀。類似感冒症狀:疲倦(_____)、食慾差、發燒、頭暈、黃疸(_____) :上眼瞼翻開、眼白發黃，其他症狀:噁心及嘔吐、腹脹、腹痛、拉肚子及體重減輕(_____)。

三、**大腸癌**:_____常見警訊:

1. 血便(_____)、貧血、疲勞、虛弱、臉色發白、腹部不適。
2. 排便習慣改變:便秘(_____)或腹瀉(_____)、大便型態改變(變細、變水)。
3. 有便意感，但感覺糞便無法排空。

四、**血癌**:_____常見警訊:臉色蒼白、不明瘀青出血、不明原因發燒、骨頭感到頭痛。

五、**腦癌**:_____常見警訊:頭痛(_____)、手腳無力、肌肉關節協調性較差、走路不穩、抽搐、頭暈及嘔吐、健忘、說話有困難、性格改變。

六、**淋巴癌**:_____常見警訊:不明原因發燒、淋巴結腫大、全身

發癢、夜間盜汗、持續咳嗽或喘、體重下降。