

素養導向教學方案

第一部分

單元名稱	毒殺--業績王之死		設計者	蘇尚達
實施年級	■7年級 ■8年級 ■9年級		教學節數	共 1節/45分鐘
設計理念	透過觀看教育部第四屆【我的未來我作主】防制毒品暨防制霸凌微電影競賽-防制毒品主題-國民中小學學生組《毒殺--業績王之死》的過程，教師說明呈現在自然界中所謂的壓力現象，讓學生看見壓力對物質的破壞影響，反思壓力對人身體的影響，進而瞭解毒品對身心的危害，最後知悉選擇正確排解壓力的方式，及具備能遠離誤觸毒品的能力。			
設計依據				
學習重點	學習表現	3a-V-1 探索多元創新的方法，展現促進個人及群體健康的技能。	核心素養	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。
	學習內容	Fa-V-2 身心失調的預防與處理方法。		
議題融入	適用議題	生命教育		
	學習主題	靈性修養		
	實質內涵	生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。		
與其他領域/科目的連結	社會領域/ 人文與社會			
教材來源	<p>一、教育部第四屆【我的未來我作主】防制毒品暨防制霸凌微電影競賽-防制毒品主題-國民中小學學生組《毒殺--業績王之死》 https://www.youtube.com/watch?v=Dw_2ok-Z1dQ</p> <p>二、「謝千鶴突破自我邁向全國紀錄」新聞。 https://www.youtube.com/watch?v=boiGta8DnSY</p> <p>三、壓力對人體的影響圖。 https://lifestyle.heho.com.tw/archives/1943</p>			
教學設備/資源	電腦、投影機(或數位大屏螢幕)、氣球、打氣筒及學習護照			
學習目標				
<p>一、能認識藥物對自己身體的影響，並學習如何正確因應藥物對生活的改變。</p> <p>二、能正確使用藥物，以避免藥物濫用對自己身體的傷害。</p> <p>三、能辨識不明來源的食品，正確食用健康之食物。</p> <p>四、能了解壓力對身體的影響，並能找到排解自己壓力的方法。</p>				

第二部分

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p>一、準備活動</p> <p>(一)課前準備：氣球、打氣筒及學習護照。</p> <p>(二)說明教學主題：壓力放大鏡-壓力是什麼。</p> <p>(三)引起動機：老師拿氣球，用打氣筒灌氣，請學生猜一猜氣球最後會怎麼樣？說明今日教學重點為認識壓力。</p>	10分鐘	
<p>二、微電影觀看及心得分享</p> <p>(一)微電影簡介</p> <p>某天晚上，警衛在工地發現了一個垂死的吸毒者，這位吸毒者原是一間大公司的業務經理，因業績十分傑出，而被同事們稱為「業績王」。他本來有大好的前途，但某次公司的會議上，他竟然漏尿，被對手揭發他吸食新興毒品的事實，原來他是因為壓力而受誘惑，開始吸毒。從此他失去上級的信任，加上新興毒品的副作用，讓他身心健康嚴重受創，工作與生活都一塌糊塗，慘遭公司免職。人生跌落谷底的他，最後躲在工地，用毒品麻痺自己，因吸食毒品過量，帶著悔恨離開人世。</p> <p>(二)微電影收視</p>  <p>影片來源： https://www.youtube.com/watch?v=Dw_2ok-Z1dQ</p> <p>(三)請學生分享影片中，業績王發生了甚麼事情，有那些不對的舉動？又有哪些對的舉動？哪些事情是我們看到後應該改進的？</p>	15分鐘	

三、學習活動：

壓力是什麼？

15分鐘

- (一)老師利用圖片說明何謂壓力，請學生觀察圖片中人物表情，說一說壓力影響有哪些？為什麼？



圖片來源：

<https://lifestyle.heho.com.tw/archives/1943>

- (二)討論各種職業均有壓力，壓力的來源為何？

1. 老師的壓力:不能體罰，要把學生教好等。
2. 學生的壓力:考試考好，找到好工作等。
3. 醫生的壓力:把病人醫好，醫不好恐怕會被家屬告。
4. 警察的壓力:在時間內抓到壞人。
5. 消防隊員的壓力:在時間滅火救人。
6. 父母的壓力:努力賺錢養小孩。
7. 服務生的壓力:服務好顧客。

- (三)抗壓榜樣

老師播放-「謝千鶴突破自我邁向全國紀錄」新聞。

<https://www.youtube.com/watch?v=boiGta8DnSY>

讓學生瞭解各行各業、各種角色都會有壓力。人生過程，有壓力是正常的，壓力有時會讓我們焦慮、緊張、哭泣等，但壓力的存在是使我們受到威脅時的正常反應，要我們採取保護措施，提高我們的應變能力，所以有壓力不見得是壞事，有時反而是助力。

四、課程總結

5分鐘

老師說明壓力會是使人成長，同時也會讓人做出失控的舉動，因而做出錯誤的決定，因此如何正確地面對壓力、拒絕毒品誘惑而做出正確決定，是人生重要的課題。

運用課程與影片來加深對壓力的認識，使學生能正視與面對壓力，進而排解壓力，讓自身在未來能有個美好的生活願景，遠離毒品誘惑。

參考資料：

一、「謝千鶴突破自我邁向全國紀錄」新聞。

<https://www.youtube.com/watch?v=boiGta8DnSY>

二、壓力對人體的影響圖。

<https://lifestyle.heho.com.tw/archives/1943>

『本文件除另有註明外,採用創用 CC「姓名標示-非商業性-相同方式分享」3.0 版台灣』