

宜蘭縣壯圍國小健康促進單元活動設計

教學單元		勿吃檳榔		
教材來源		自編		
教學年級		五年級		
教學者		五忠吳建興老師		
單元目標		具體目標		
(一) 體認健康行為的重要性，並宣導勿吃檳榔促進健康。 (二) 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。		(一) 了解嚼食檳榔習慣養成的原因。 (二) 了解檳榔對健康的危險。 (三) 落實定期的口檢查，預防口腔癌。		
具體目標	教學活動	教學資源	時間	效果評量
了解嚼食檳榔習慣的養成原因。	活動一：討論嚼食檳榔習慣的養成 1. 教師講解內容。 2. 分享家人親友嚼食檳榔的習慣及行為養成的原因。 3. 分享對嚼食檳榔行為的看法，並討論贊同與否。	電腦簡報 p. p. t. 單槍投影機	10分	發表家人或親友吃檳榔的相關經驗。
了解檳榔對健康的危害。	活動二：認識檳榔對健康的影響 1. 教師以檳榔食物，介紹檳榔的成分及作用。 2. 介紹嚼食檳榔對口腔健康的影響。		10分	能正確說出檳榔對健康的危害。
落實定期的口腔檢查預防口腔癌。	活動三：討論預防口腔癌的方法 1. 嚼食檳榔所引起口腔癌的機率即對國人健康的影響。 2. 提問如何降低自己得到口腔癌的機會。 3. 定期健康檢查；發現異狀立即就醫等原則，是避免疾病的重要方法。		20分	能回答所提問的問題。

宜蘭縣壯圍國小活動紀錄（拒絕檳榔宣導）



檳榔對身體
危害介紹



認識檳榔—
檳榔的生長
環境



我的手舉了
好久。



相互討論如何預防口腔癌



拒絕檳榔表演



拒檳海報