

設計者	五年級教師
教材內容	<p>一、 健康智慧行動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 使用 3C 好智慧</li> <li>2. 健康行動不卡關</li> </ol> <p>二、 親愛的家人</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 家庭劇場</li> <li>2. 同個屋簷下</li> </ol> <p>三、 拒絕毒害的人生</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 隱藏的魔鬼</li> <li>2. 媒體訊息背後的真相</li> <li>3. 拒絕成癮小尖兵</li> </ol>
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>培養健康使用 3C 的能力</b> 能覺察自己使用 3C 產品的習慣，理解過度使用對身心健康的影響，並學會訂定合宜的使用原則與自我管理策略。</li> <li>2. <b>建立主動解決健康問題的行動力</b> 能在生活中發現影響健康的問題，運用健康行動步驟進行思考、判斷與實踐，提升自我照顧與問題解決能力。</li> <li>3. <b>增進家庭互動與情感表達能力</b> 透過情境劇與生活經驗分享，理解家人角色與責任，學習以尊重、關懷與溝通促進良好的家庭關係。</li> <li>4. <b>學習在家庭中適當表達需求與尊重差異</b> 能覺察家庭成員間的不同想法與生活習慣，練習正向溝通與衝突解決方式，共同營造和諧的家庭生活。</li> </ol>

	<p><b>5. 提升對毒害與成癮行為的辨識能力</b></p> <p>能認識生活中潛藏的成癮與毒害風險，了解其對身心與生活的危害，培養自我保護與警覺意識。</p> <p><b>6. 培養批判思考與拒絕誘惑的能力</b></p> <p>能分析媒體訊息背後的意圖與手法，學會做出理性判斷，並在面對誘惑或不當邀請時，勇敢且適切地表達拒絕。</p>
教學方式	<p>1. 佈置輕鬆、愉快的學習情境。</p> <p>2. 利用問題、活動引入主題，鼓勵學生蒐集資料、發表意見。</p> <p>3. 透過分組報告、分享、呈現結果</p>
評量及成績計算方式	<p>1. 紙筆測與表單 2. 實作評量</p>
家長配合事項	<p>叮嚀孩子上課攜帶課本和所需物品</p>