

國家教育研究院

國民中學健體領域教師手冊

主題：青春e世代-健康人際關係
(跨健康教育及資訊教育)

計畫主持人：國家教育研究院楊俊鴻助理研究員

教案設計者：

臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系郭鐘隆教授

新北市立積穗國民中學龍芝寧教師

臺中市立居仁國民中學黃 珍教師

臺中市立立人國民中學陳巧瑜教師

臺中市立居仁國民中學江佩芸教師

中華民國 107 年 12 月

健康與體育領域素養導向教材教學模組研發說明

國家教育研究院課程及教學研究中心助理研究員 楊俊鴻

一、前言

教育部於 103 年 11 月 28 日發布《十二年國民基本教育課程綱要總綱》(以下簡稱總綱)，以核心素養做為課程連貫與統整之主軸；依據總綱的理念，強調素養導向的課程及教材研發，國家教育研究院自 103 年起進行各領域的教材及教學模組研發計畫。基於十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要(國民中小學暨普通型高中)之研修成果，為能促進各界理解健康與體育領域課程綱要之重要內涵，以及支持學校、教師試行與實施新課綱之參考，配合新課綱教材編輯與相關配套進程規劃，展開十二年國民基本教育健康與體育領域教材與教學模組之研發計畫。「模組」(modules)係指由若干元件所組成的具特定功能之組件，教學者或學習者可選擇或調整該元件以符合其使用上的需求。健體領域教材與教學模組包含研發模式、原則、工具、教師手冊(含教案)與學生手冊(含教材)等元件。

二、研發組織與歷程

本計畫由一位計畫主持人、四位共同主持人、與 12 位國小、國中、高中現職教師以及一位專案助理組成工作團隊，工作團隊將每個月固定召開研究會議進行討論，確認研修進度、解決研修過程遇到的問題與困難，以及針對教學實驗的回饋修改與精緻化教材。

本研發以十二年國民基本教育健康與體育領域核心素養與學習重點為基礎，於國小、國中及高中教育階段各擇定 2-3 個重要的單元，據以研修健康與體育領域教學模組。之後，進行教學實驗，從試教的教學實踐過程中，逐步歸納與萃取出健體領域素養導向的教學模式。單元的選擇儘量涵蓋健康與體育領域的學習表現的四大類別，教學模組完成之後，同樣進行教學實驗來檢核、修正與精緻化健康與體育領域教學模組，並從教學實踐的過程中發展出多樣化的素養導向教學與評量模式。

教學模組完成之後，本計畫召開研究諮詢委員會，專家學者審視教學模組的內容給予工作團隊回饋與建議。在撰寫教師依據課堂教學研究結果修改教學模組之後，教學模組將反覆修訂，期能提供素養導向的教學的良好示例，引導後續的教學實務與研發。

三、研發模式

健體領域依各教育階段、高中必選修課程之差異，採取(一)單科；(二)領域內跨科；(三)跨領域之多元研發模式，教育人員可依其需求進行單科、領域內跨科或跨領域之素養導向教材編輯及教

學設計。健體領域各模組之名稱及研發模式，請參見下表 1。

表 1 健體領域各模組之名稱及研發模式

教育階段	模組名稱	模組研發模式
國小低年級	身體一級棒	領域內跨科
國小高年級	打擊惡視力	領域內跨科
國中健康	青春 e 世代-健康人際關係	跨領域 (健康、科技)
國中體育	經驗、驚豔、獵豔、體驗與饗宴	跨領域 (體育、藝術)
高中護理	時來孕轉·幸孕有你	單科
高中體育	跑跳人生·泳出生命-體現新自我	單科
高中選修	全體就位-健康動起來	領域內跨科

四、素養導向之教材編寫原則

健體領域素養導向教材之編寫，應注意以下五項原則 (國家教育研究院，2018)：

(一) 應關注學生的多元性與差異性

教材編寫內容應融入區域、環境、文化、族群、人權、性別間的多元觀點，教學與評量活動的安排，注重學生的多元性與差異性，並強調性別間合作學習與平等互動，引發學生自覺、思辨，以培養尊重多元、同理關懷、公平正義、永續發展的核心價值。

(二) 應符合學生動作技能與認知學習的邏輯

教材之編選應考量各學習階段學生的身心發展條件、體適能或運動基本能力。教材的編排應符合學生動作技能與認知學習的邏輯 (如：由易而難、由簡而繁、以舊經驗來學習新教材)。

(三) 能讓學生在健康或運動情境中培養問題解決能力

教材內容提供認知思考能力、健康與身體實踐之學習素材，讓學生於健康或運動情境中習得解決問題之能力，並獲得健康促進或運動參與的成就感。

(四) 能培養學生高層次思考並增加實作的機會

選用的教材應能引發學生的學習動機、促進學生思考、增加演練實作的機會，以提升學生學習。

(五) 應兼具多元化與專精化並強調學習的歷程

教材內容編選兼具多元化與專精化，強調學習歷程，使學生喜歡學習及學會如何學習；國民小學教育階段宜給予學生多元化的身體學習經驗，避免偏重單一運動項目，國民中學教育階段以後則逐步發展專精項目，進而奠定終身運動之基礎。

本模組的研發歷程，係依照上述五項健體領域素養導向教材編寫之要點，設計出「健體領域素養導向教學及教材模組發展之檢核表」(如附表)，以作為識別素養導向教材與教學設計之參考依據。

五、結語

健體領域素養導向教材教學模組之研發，係依據健體領綱的特色，掌握核心素養及學習重點之內涵，經歷研發小組不斷的討論、調整、試教、修正的循環所產出的成果。本研發計畫的主要目的在於建構多元的健體領域教材與教學研發模式，並研發健體領域素養導向的教學模組案例，以供教材編輯者及現場教師參考。感謝參與健體模組研發的教授及教師們，為落實十二年國教健體領域的課程轉化與教學實踐做出了實質地貢獻，竭誠歡迎教材編輯者與教學者依其教學脈絡予以轉化與應用。

參考文獻

國家教育研究院 (2018)。十二國民基本教育國民中小學暨普通型高級中等學校健康與體育領域課程手冊。新北市：作者。

附表：健體領域素養導向教學及教材模組發展之檢核表

資料出處：楊俊鴻(2018)。十二年國民基本教育健康與體育領域教材教學模式研發之研究報告。新北市：國家教育研究院。

內涵說明	課程設計的策略	模組設計情形 (討論、檢視)
1. 應關注學生的多元性與差異性	1-1 教材編寫內容應融入區域、環境、文化、族群、人權、性別間的多元觀點。 1-2 教學與評量活動的安排，注重學生的多元性與差異性。 1-3 強調性別間合作學習與平等互動。 1-4 能引發學生自覺、思辨，以培養尊重多元、同理關懷、公平正義、永續發展的核心價值。	

<p>2.應符合學生動作技能與認知學習的邏輯</p>	<p>2-1 教材之編選應考量各學習階段學生的身心發展條件、體適能或運動基本能力。</p> <p>2-2 教材的編排應符合學生動作技能與認知學習的邏輯 (如：由易而難、由簡而繁、以舊經驗來學習新教材)。</p>	
<p>3.能讓學生在健康或運動情境中培養問題解決能力</p>	<p>3-1 教材內容提供認知思考能力、健康與身體實踐之學習素材。</p> <p>3-2 讓學生於健康或運動情境中習得解決問題之能力。</p> <p>3-3 能獲得健康促進或運動參與的成就感。</p>	
<p>4.能培養學生高層次思考並增加實作的機會</p>	<p>4-1 選用的教材應能引發學生的學習動機、促進學生思考。</p> <p>4-2 選用的教材應能增加演練實作的機會。</p>	
<p>5.應兼具多元化與專精化並強調學習的歷程</p>	<p>5-1 教材內容編選兼具多元化與專精化，強調學習歷程，使學生喜歡學習及學會如何學習。</p> <p>5-2 國民小學教育階段宜給予學生多元化的身體學習經驗，避免偏重單一運動項目。</p> <p>5-3 國民中學教育階段以後則逐步發展專精項目。</p>	

目錄

一、課程設計原則與教學理念說明	1
(一) 呼應核心素養理念的課程發展	1
(二) 跨領域/科目及議題融入的課程協同	1
(三) 整合、轉化核心素養與學習重點之內涵擬定學習目標	1
(四) 掌握主題課程之素養導向教學原則	3
(五) 運用多元的教學策略引導核心素養之學習	3
(六) 架構主題課程單元教學內涵	4
二、主題說明總表	5
三、各單元教案設計	8
(一) 第一單元教學設計	8
(二) 第二單元教學設計 (資訊課)	14
(三) 第三單元教學設計	18
(四) 第四單元教學設計	21
四、教學評量	26

一、課程設計原則與教學理念說明

(一) 呼應核心素養理念的課程發展

本模組課程、教學與評量依據十二年國民基本教育「核心素養」強調「學習不宜以學科知識及技能為限，而應關注學習與生活的結合，透過實踐力行而彰顯學習者的全人發展」的理念，關注目前學生使用網路所遭遇的身心健康問題與未來網路世代的挑戰。引導學生提升「B2 科技資訊與媒體素養」以對網路科技使用與互動的健康風險感知，與預防危害行為與其健康身心影響，並結合家長參與教育策略，營造學校、家庭的健康上網的支持性環境，學生應用與整合所學，因應解決日常使用網路的霸凌問題，以維護青少年身心健全發展，成為健康促進的「終身學習者」。

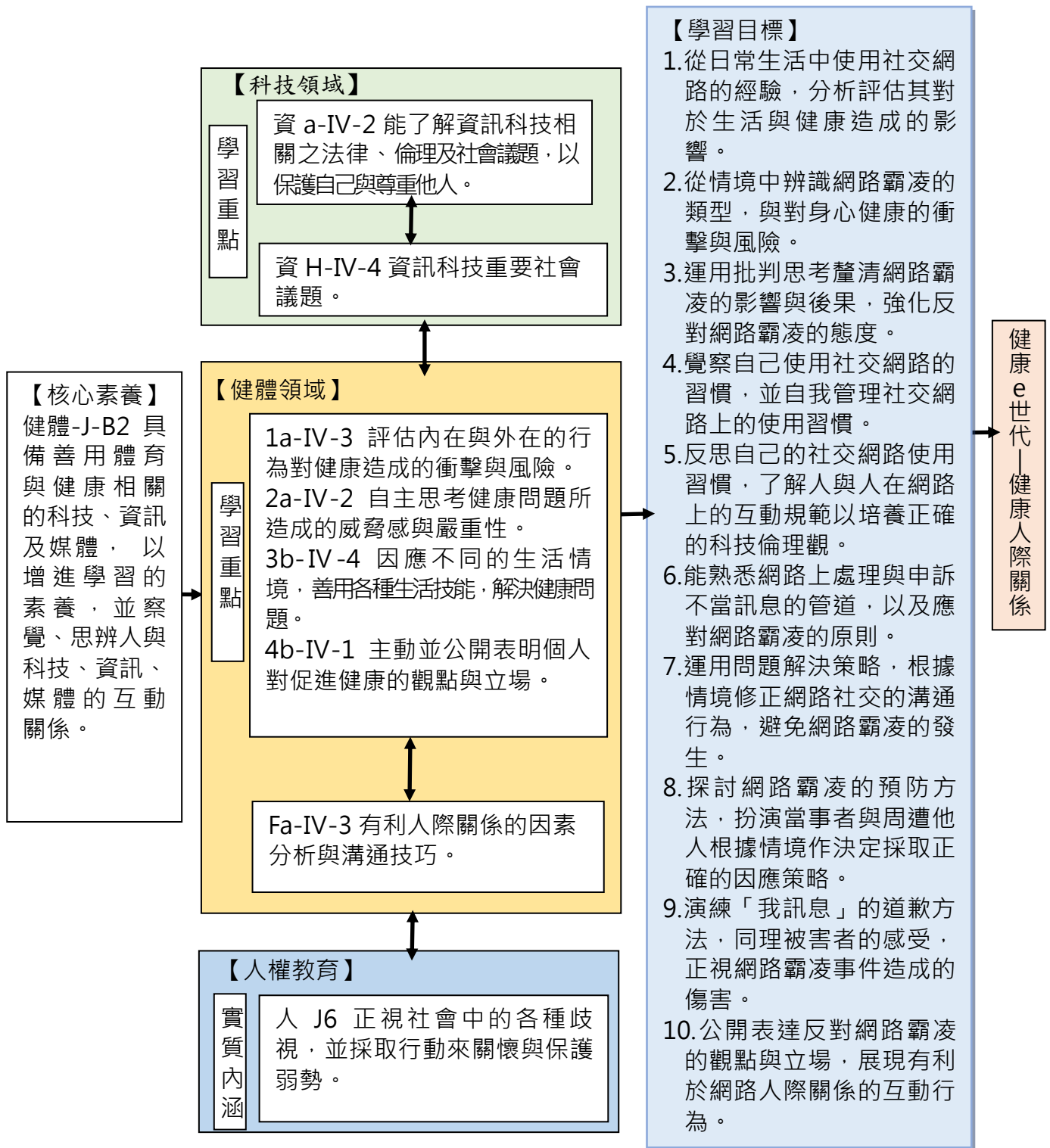
(二) 跨領域/科目及議題融入的課程協同

素養的學習具有跨領域/科目的性質，並不以單一領域為限，可進行學科間整合與適切議題之融入。本課程模組主題網路安全，其緊密關連之核心素養為「B2 科技資訊與媒體素養」，可透統整科技領域，了解資訊科技的法規、倫理與對人類生活的影響，學習保護自己與尊重他人；亦可融入人權教育議題，討論網路互動的歧視，關環保護弱勢。素養是透過各領域、各階段的課程及教學協同而習得，本課程共有四節課，採取「學科主輔式的課程協同」，以健康教育科的學習重點為主要課程內涵，資訊科扮演支援、輔助健康教育學科課程的功能，課程規劃與教學設計突顯的是健康教育網路人際關係的教學目標，共計三節課，至於資訊科相關教學則配置以一節課，但強調學科間雖有主輔關係，其是相輔相成，以提供學生更完整與學習與可以整合所學，靈活運用。考量各學科教學完整性，健康教育教師與資訊教師於課前共同備課，在課程規劃與教學、評量設計歷程中，有所討論商議與合作互動，以維持課程的循序性、銜接性、統整性、適量性等。

(三) 整合、轉化核心素養與學習重點之內涵擬定學習目標

依據本課程模組主題網路人際關係，引用國中學習階段核心素養「J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係」的為主軸，體現於健體領域核心素養「健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係」與對應的學習內容「Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧」、涵蓋認知、情意、技能、行為類別的學習表現「1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險」、「2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性」、「3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題」、「4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場」，並結合科技領域學習內容「資 H-IV-4 資訊科技重要社會議題」、學習表現「資 a-IV-2 能了解資訊科技相關之法律、倫理及社會議題，以保護自己與尊重他人」跨

領域整合，與融入人權教育議題實質內涵「人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢」，以轉化為素養導向、跨學科統整之學習目標(如下表說明)，作為本課程模組發展之引導。



▲整合、轉化核心素養與學習重點擬定「青春 e 世代-健康人際關係」課程學習目標之歷程

(四) 掌握主題課程之素養導向教學原則

本課程模組以「素養導向」為發展方向，進而研發課程教材、設計教學活動、實施學習評量等，引領學生將網路安全教育之知識、技能、態度與其生活情境緊密結合，並能實踐力行反制網路霸凌行動，希冀各單元教學活動能呼應下列健康教育素養導向的教學原則：

1. 整合網路安全健康知識、技能、態度，強調學習是完整的，呈現有組織、有系統的網路霸凌防制教材，並能適時歸納、總結教材內容，協助學生統整**健康**相關的學習。
2. 強化與學生網路交友情境化、脈絡化的學習，能引發學生覺察及省思將自我的網路安全健康意識與其經驗、事件、情境、脈絡做適切結合，以協助學生改善網路霸凌問題與重新建健康生活型態與經驗。
3. 強調學生在網路安全防制霸凌的學習歷程，引導學生以「主題探究」自主參與網路交友健康議題的相關學習，獲得問題覺知、知識理解、價值重建、技能習得、行動實踐等多元層次的學習歷程。
4. 提供學生實踐網路安全行為表現的空間，協助學生靈活運用健康與資訊所學知能，並遷移與應用以持續精進預防網路霸凌的素養。

(五) 運用多元的教學策略引導核心素養之學習

素養的學習並非靜態的、單向性的接收，更重要的是「透過力行實踐」的學以致用。換言之，它是「做中學 / 學中做」的靈活運用、整全表現與反思辯證。課程模組根據素養導向的教學原則，運用多元教學方法、設計適切的學習情境，以學生為主體，引發健康問題覺知、知識理解、價值重建、技能習得、行動實踐等多元層次的學習歷程：

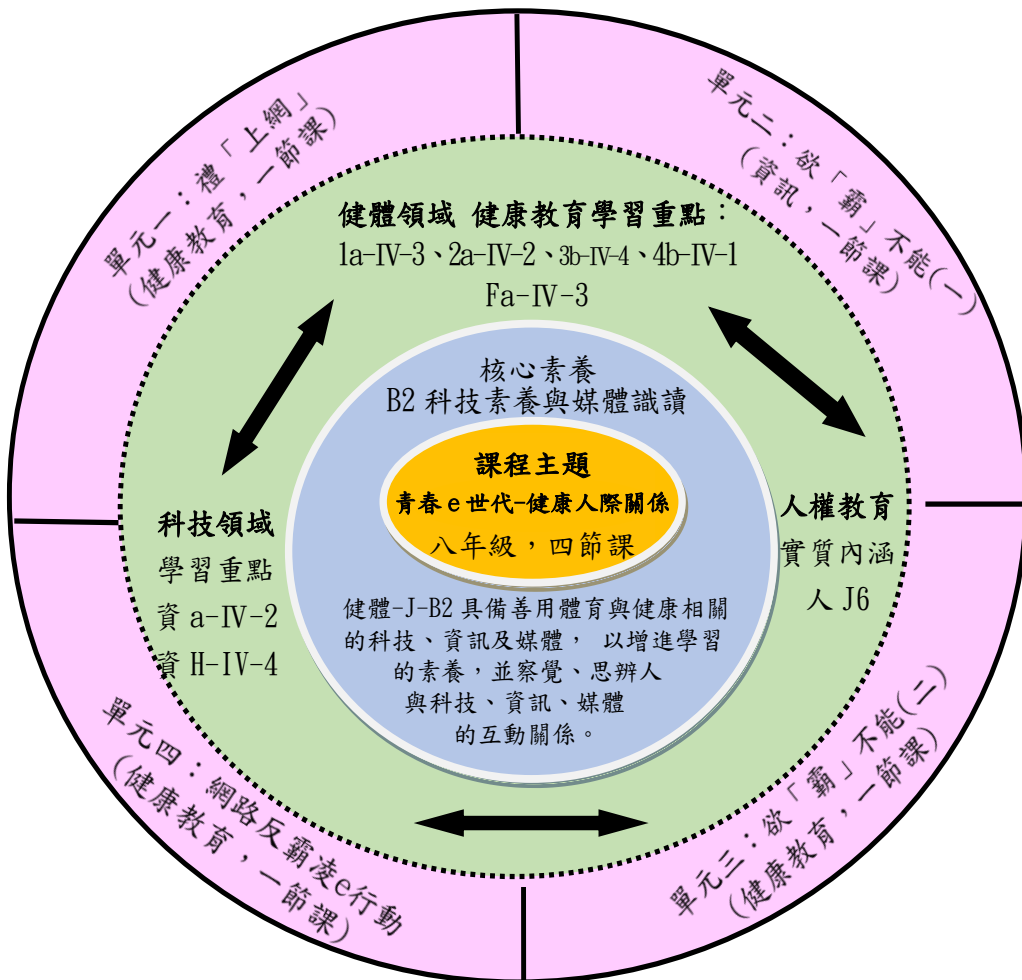
1. 結合學生人際互動的經驗，設計**網路交友的模擬情境**並呈現**網路霸凌的身心健康問題**，運用**問題本位(PBL)學習策略**，引導學生把網路安全知識、技能、態度整合在一起，靈活運用於反制網路霸凌的因應行動，以深化與陶養學生擁有自學能力的終身學習者。
2. 採取**分組討論教學法**，並以有層次、邏輯性的提問引導提供學生察覺、發現、思辨、探究**網路科技對人際互動關係的影響**，並透過小組發表、分享與回饋，進而朝向對網路交友議題真正理解 (understanding) 的學習、意義感知 (making sense) 的學習。
3. 透過**網路霸凌案例**之文本，運用**示範、練習教學法**引導學生「做中學、學中做」，**精熟網路安全的科技能力**，演練**做決定、自我監督管理、批判性思考、問題解決、倡議宣導**的生活技能，增加學生因應處理網路霸凌情境的自我效能，提升學生願意嘗試與實踐的動機，提升行動健康(mHealth)的素養，使學生獲得能力去搜尋、發現、瞭解與評價電子資源上的健康資訊，並運用健康資訊去解決健康問題與增進健康。

4.重視家長參與 (Parent Engagement in schools) , 強化「學校 - 家庭 - 社區」夥伴關係 , 在網路安全課程中 , 增加家長在教育參與的角色 , 設計**相關學習單與活動** , 連結(connect)與支持(sustain)家長透過陪伴、傾聽、 互動、討論、 監督、獎/鼓勵等策略 , 將有助於學生健康行為的落實 , 及健康生活型態的建立。

5.兼顧總結性與形成性評量,設計**個人與團體的網路安全、防範網路霸凌的學習單與開放性問答** , 透過**活動觀察、記錄分析、實作測驗**等策略 , 強調實踐力行的空間與機會 , 讓學生可以整合所學活用於實際生活中 , 並能**後設反制**網路霸凌的表現 , 對其所知、所行進行覺察反思 , 而有再持續**精進與遷移**的學習。

(六) 架構主題課程單元教學內涵

本課程八年級學生為實施教學對象 , 連結有關健康心理人際、溝通、交往關係的學習經驗。 , 使用網路社交的先備資訊知能 , 並課前了解學生網路交友的實際經驗 , 由健康教育教師與資訊教師共同規劃課程與配置四個單元教學 , 其架構內涵如下圖所示 , 作為各單元教案設計的依據 :



「青春 e 世代-健康人際關係」課程單元教學內涵架構圖

二、主題說明總表

領域/科目	健康與體育領域 - 健康教育		總節數	共 4 節 · 180 分鐘。
實施年級	八年級上學期			說明：3 節健康，1 節科技領域-資訊。
主題名稱	青春 e 世代-健康人際關係			
設計依據				
學習重點	學習表現	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	核心素養	J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。
	學習內容	Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。		
議題融入	實質內涵	人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。		
	所融入之單元	1.單元二、欲「霸」不能(一)； 2.單元三、欲「霸」不能(二)； 3.單元四、網路反霸凌 e 行動。		
與其他領域/科目的連結	1.科技領域學習重點： (1) 學習表現：運a-IV-2能了解資訊科技相關之法律、倫理及社會議題，以保護自己與尊重他人。 (2) 學習內容：八年級資 H-IV-4 媒體與資訊科技相關社會議題。 2.科技領域核心素養：科-J-B2 理解資訊與科技的基本原理，具備媒體識讀的能力，並能了解人與科技、資訊、媒體的互動關係。			
教材來源	自編教材。			
教學設備/資源	電腦、投影機、網路、簡報。			

單元學習重點與學習目標

單元名稱	學習重點		核心素養	學習目標
單元一 禮「上網」來	學習表現	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	1-1 從日常生活中使用社交網路的經驗中，分析評估其對於生活與健康造成的影響。 1-2 從情境中辨識網路霸凌的行為，與對身心健康的衝擊與風險。 1-3 運用批判思考釐清網路霸凌的影響與後果，強化反對網路霸凌的態度。 1-4 覺察自己使用社交網路的習慣，並自我管理社交網路上的使用習慣。
	學習內容	Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。		
單元二 欲「霸」不能 (一)	學習表現	運 a-IV-2 能了解資訊科技相關之法律、倫理及社會議題，以保護自己與尊重他人。	科-J-B2 理解資訊與科技的基本原理，具備媒體識讀的能力，並能了解人與科技、資訊、媒體的互動關係。	2-1 反思自己的社交網路使用習慣，了解人與人在網路上的互動規範以培養正確的科技倫理觀。 2-2 能熟悉網路上處理與申訴不當訊息的管道，以及應對網路霸凌的原則。
	學習內容	八年級資 H-IV-4 媒體與資訊科技相關社會議題。		
單元三 欲「霸」不能 (二)	學習表現	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應不同的生活情	健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及	3-1 運用問題解決策略，根據情境修正網路社交的溝通行為，避免網路霸

		境，善用各種生活技能，解決健康問題。	媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	凌的發生。
	學習內容	健體 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。		3-2 探討網路霸凌的預防方法，以及身為當事者與周遭他人根據情境作決定採取正確的因應策略。
單元四 網路反霸凌 e 行動	學習表現	3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。		4-1 演練「我訊息」的道歉方法，同理被害者的感受，正視網路霸凌事件造成的傷害
	學習內容	Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。		4-2 公開的表達反對網路霸凌的觀點與立場，展現有利於網路人際關係的互動行為。

三、各單元教案設計

(一) 第一單元教學設計

教學單元活動設計			
單元名稱		禮「上網」來	時間 共 1 節，45 分鐘
學習 重點	學習 表現	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	核心 素養 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。
	學習 內容	Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	
核心素養呼應 說明		從學生使用社交網路的生活經驗中感知正向與負向的人際互動，並藉由情境故事的脈絡思辨網路霸凌的嚴重性，引導學生檢視社交網路的使用習慣、發現網路中人際互動的問題以及造成的傷害，重新省思網路科技對於自己人際關係的影響。	
學習目標			
1-1 從日常生活中使用社交網路的經驗中，分析評估其對於生活與健康造成的影響。			
1-2 從情境中辨識網路霸凌的行為，與對身心健康的衝擊與風險。			
1-3 運用批判思考釐清網路霸凌的影響與後果，強化反對網路霸凌的態度。			
1-4 覺察自己使用社交網路的習慣，並自我管理社交網路上的使用習慣。			
教學活動內容及實施方式		學習手冊	教學媒材
【引起動機】10 分鐘 一、教師說明學習主題與目標，並詢問學生上網經驗，常使用的「社群網路」有哪些？以 Facebook 為例詢問學生使用的目的與頻率。 二、教師運用簡報與學生手冊呈現常見的交友網頁與軟體，以及相關的使用數據，請學生檢視自己的社群網路使用情況與數據的關聯。教師配合說明可以拓展視野、開展人際關係以及對自己的影響，但是錯誤的使用將會造成永久性的傷害。		「網路社群時代」p.6	「禮上網來」簡報 p.2~p.3
【發展活動】			

<p>過」、「生氣」、「被羞辱」...等等的感受。因此無論是「無自覺卻傷人的玩笑」、還是「擅自揭露他人隱私」,或是有「蓄意傷人有犯法」之虞的行為,只要利用網路讓人感到身心受傷的行為皆是屬於網路霸凌。</p> <p>(四) 教師配合簡報與學生手冊,詢問學生玉玲、鎮恩、崑力、當當與丸嫻的行為若構成了網路霸凌,可能會觸犯那些法律呢?請學生在學生手冊中正確配對。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.玉玲/當當:在照片下方留言取笑/傳送走光照片。 <ul style="list-style-type: none"> →傳送帶有憤怒、粗俗、侮辱、恐怖、色情的圖文。 →公然侮辱罪。 2.丸嫻:未經查證事實就下貶抑的結論。 <ul style="list-style-type: none"> →散佈破壞他人名譽的消息。 →誹謗罪。 3.崑力:未經他人同意使用他人帳號,洩漏秘密。 <ul style="list-style-type: none"> →騙取或洩漏他人的秘密或尷尬的事。 →觸犯個人資料保護法、或無故入侵電腦罪。 4.鎮恩:參與關係排擠的網路票選。 <ul style="list-style-type: none"> →在群體中排擠某人。 →公然侮辱、一般侵權行為或侵害人格權之非財產上損害賠償。 5.丸嫻:發動人肉搜索,造成當事者恐慌。 <ul style="list-style-type: none"> →意圖威脅他人或自己的人身安全。 →恐嚇危害安全罪。 <p>(五) 教師播放「網路毀謗篇」影片,利用完整的網路霸凌事件引導學生解構網路霸凌的發生與影響、判斷影片中的行為是否屬於網路霸凌,以及網路霸凌造成的影響與後果,並觀察分析處理方式的適當性。並請小組進行討論後,配合簡報與學生手冊「網路毀謗偵探社」回答以下問題:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.我們的想法: <ol style="list-style-type: none"> (1) 此事件是否構成網路霸凌?為什麼呢? (2) 小鵲的在網路上的發言,可能會觸犯那些法律? 2.澄清迷思「質疑與省思」: <ol style="list-style-type: none"> (1) 小鵲認為「網路是虛擬的,何必那麼認真!」,你贊同嗎? 	<p>「網路酸語事件簿 2」 p.10</p> <p>「網路毀謗偵探社」 p.11-p.12</p>	<p>「禮上網來」簡報 p.12</p> <p>「禮上網來」簡報 p.13-18、 「網路霸凌毀謗篇」短片</p>
---	--	---

<p>為什麼？</p> <p>(2) 此事件對小夏造成的影響是什麼？</p> <p>(3) 小夏和老師若利用網路直接反駁回罵，會發生什麼事？</p> <p>3.正確認知「解構與建構」：老師是如何處理網路霸凌事件的？</p> <p>(六) 教師提醒學生不可以輕忽網路上的互相攻擊事件的嚴重性，播放「新時代精神病」短片呈現網路霸凌的影響，口頭提問學生看到哪些網路霸凌造成的影響？根據影片中的網路受害者、張老師基金會與記者的整理，可能會讓受害者會出現低自尊、高沮喪、焦慮、孤單感、脾氣暴躁、敏感多疑、自殺的意念，和身心症狀如頭痛、睡眠障礙症、害怕人群與網路等，而且被霸凌的人若缺乏幫助極有可能成為下一個霸凌者。</p> <p>(七) 教師進而詢問學生是否發生、或看過網路上類似酸語事件簿中令人不悅的事情呢？引導學生匿名寫在學生手冊的「秘密箱」中，依照自己或朋友的經驗、或從小夏的遭遇，或曾經在新聞事件中看到的例子，寫下網路霸凌事件的情況，以及當時的感受。教師抽出 1-2 張的秘密唸出來，以瞭解學生對網路霸凌行為的判斷力，教師須說明發生網路霸凌事件「不是你的錯」（不是被霸凌者的錯），被霸凌者不要自責，而是霸凌者的責任。</p> <p>(八) 從學生的經驗中，教師以簡報帶領學生歸納，網路霸凌事件造成的身心傷害是持續的(只要上網就會發生)、跨越時空的(傷害事件會永遠被保留下來)、如影隨形的 (加害者可能匿名卻在自己身邊)，因此網路霸凌會比傳統霸凌是更為嚴重，也更容易發生。</p> <p>(九) 教師帶領學生檢視學生手冊中的兩個「新聞事件」，強調霸凌事件雖然是發生在虛擬的網路世界裡，但在現實生活中霸凌者是需要面臨切切實實的後果。指導學生於課後自行填答兩篇新聞報導的解析，用以檢視學生對於網路霸凌行為的辨識，以及對身心衝擊的理解。</p> <p>二、活動二《網路天使養成班》10 分鐘 (1-4)</p> <p>(一) 教師請學生檢視自己的使用網路社交安全行為，根據學生自己的網路使用表現，填寫「網路安全指數」家長參與學習單 (學</p>	<p>「新時代精神病」 p.13</p> <p>「秘密箱」 p.15</p> <p>「新聞事件」 p.17-p.18</p> <p>「網路天使養成班」 p.19-p.20</p>	<p>「禮上網來」簡報 p.19-p.20、</p> <p>「新時代精神病」短片</p> <p>「禮上網來」簡報 p.21-23</p> <p>「禮上網來」簡報 p.24</p>
---	---	---

<p>習單 1-2)。</p> <p>1.每一項目分為 5 級，越往外側者級數愈高。</p> <p>(1) 我不會在網路上發布未經證實的消息。</p> <p>(2) 我不會利用網路取笑、批評、謾罵別人。</p> <p>(3) 我不會轉寄帶有恐怖、色情意味或有病毒的信件。</p> <p>(4) 我不會下載或發送別人的私密照片或影片。</p> <p>(5) 我會在網路上三思而後行，做好言行管理。</p> <p>(6) 我拒絕上網觀看網路霸凌的言行，或上傳霸凌影片。</p> <p>(7) 我會擔任網路守門員，發現不當訊息時會舉報網站管理員。</p> <p>2.針對各項，在數線上標示出自己的指數，符合程度越高、安全的等級越高。</p> <p>3.將 7 項指數劃線連接起來，呈現出「網路安全指數」圖，並根據此圖分析自己哪幾項得分較高、表現較好，哪幾項得分較低？</p> <p>4.教師邀請幾位學生發表自己的填寫情況，確認完成度。</p> <p>(二) 教師，提醒學生在學習單中紀錄的網路使用習慣都可能導致不良後果，自我檢核如果有這些網路使用的習慣的同學應繼續保持，如果沒有此習慣的學生應加強預防措施與自我保護。</p>		<p>「禮上網來」簡報 p.25-27</p>
<p>【綜合活動】5 分鐘</p> <p>一、教師詢問今日學習重點：哪些行為算是網路霸凌呢？「網路安全指數」的得分高低是甚麼意思呢？</p> <p>二、教師帶領學生檢視「網路天使養成班」家長參與學習單(學習單 1-2)。</p> <p>(一) 想一想要如何加強表現較差的項目呢？要如何增進改善呢？寫下行動策略，並給自己一句鼓勵加油的話。</p> <p>(二) 一個月後，請學生再做檢視是否有進步、達成？課後亦請家長填寫看學生的表現時的回饋。</p> <p>(三) 請學生謹記家長是學生健康行動的最佳陪伴支持者，因此邀請家長一起討論提高網路安全指數的行動策略，再請家長簽名。</p> <p>三、教師提醒：</p> <p>(一) 作業有學生手冊中的「新聞透視鏡」，請下次上課前完成回答問題。</p> <p>(二) 網路霸凌的課程將會延續到資訊課中，並且在接下來的 2 節課程中我們會持續學習，幫助我們自我管理利於網路上人際關</p>	<p>「網路天使養成班」 p.21</p>	<p>「禮上網來」簡報 p.28</p> <p>「禮上網來」簡報 p.29-32</p>

<p>係的行為，期待同學們能夠有預防與處理網路霸凌的良好素養。</p>			
<p>試教成果或教學提醒</p>	<p>教學提醒</p> <p>一、本節課的重點在於覺察自我的網路社交習慣，以及分析自己的社交習慣是否有引發網路霸凌的風險，並從案例中習得網路霸凌的影響與嚴重性，並進行網路社交習慣的自我管理。</p> <p>二、在教學之前，教師應詢問導師班上是否曾經有發生網路霸凌的經驗，並了解班級內是否有人際關係受到排擠的情形。在舉例說明時，要避免學有生對號入座、感受到被影射的情況，勿發生二次傷害到受害者的情況。</p> <p>三、事先調查學生使用 Facebook 的情況，填寫學生手冊的「我需要準備的是」，並協助學生完成 Facebook 帳號申請。</p> <p>四、「酸言酸語事件簿」的情境，原本以教師為中心的問答進行討論，在試教過後建議由教師分配各組一個討論的情境，經由學生與學生組內的分享、觀察與討論過程，讓學生在討論與互動中分析出真實的想法，並統整歸納出屬於他們自己的一套良好的網路人際互動法則。再引導學生預測做出的回應對人際關係的影響，進而反思缺乏自我肯定做出的「想法」與「回應」不一致，對人際關係造成的長期影響。從中發現網路人際關係中較合宜的互動方式。</p> <p>五、「網路霸凌毀謗篇」短片是教育部出版的動畫，內容簡單平鋪直述，因此國中生對於其內容反應較平淡，需要討論的時間不長，討論結果也較無歧異。</p> <p>(一) 替代方案一：可考慮併入第三節課的「天啊！這不是我！」案例一起討論，從中分析霸凌行為、其影響以及遇到霸凌事件的處理策略。在第一節課空出來的時間，則足以充分討論「酸言酸語事件簿」的情境。</p> <p>(二) 替代方案二：用「青春網事」等中學生飾演的影片替代，形式與內容較能切合中學生的生活經驗與情境。影片連結如下： https://www.youtube.com/watch?v=zHeMJ-VU1Ps。</p>		
<p>參考資料</p>	<p>一、「網路霸凌毀謗篇」短片： https://www.youtube.com/watch?v=ZZYuqVWCYcA。</p> <p>二、「新時代精神疾病」短片： https://www.youtube.com/watch?v=3w_Bg_LsIqw。</p> <p>三、「網路社群時代」短片數據： https://www.youtube.com/watch?v=Ij3W47c8MIQ。</p> <p>四、刑事警察局 - 拒絕網路霸凌：http://bullying.cib.gov.tw/。</p>		
<p>附錄</p>	<p>學生手冊 p.5~p.21。</p>		

(二) 第二單元教學設計 (資訊課)

教學單元活動設計				
單元名稱		欲「霸」不能(一)	時間	共 1 節，45 分鐘
學習重點	學習表現	運 a-IV-2 能了解資訊科技相關之法律、倫理及社會議題，以保護自己與尊重他人。	核心素養	科-J-B2 理解資訊與科技的基本原理，具備媒體識讀的能力，並能了解人與科技、資訊、媒體的互動關係。
	學習內容	八年級資 H-IV-4 媒體與資訊科技相關社會議題。		
核心素養呼應說明		利用 Facebook 的紀錄功能，覺察自己使用社交網路的習慣，並分析按讚行為的意義與影響。並且能從新聞中的網路霸凌事件，感知設定隱私權的必要性，進而實際操作設定隱私權限的方法。		
議題融入	學習主題	能從網路霸凌的新聞事件的討論中，體察到網路霸凌事件中旁觀者有積極作為的重要性，以及積極作為的便利性。身為旁觀者也能對網路霸凌事件伸出援手，採取正確行動伸張正義。		
	實質內涵	無。		
學習目標				
2-1 反思自己的社交網路使用習慣，了解人與人在網路上的互動規範以培養正確的科技倫理觀。				
2-2 能熟悉網路上處理與申訴不當訊息的管道，以及應對網路霸凌的原則。				
教學活動內容及實施方式			學生手冊	教學媒材
【引起動機】 5 分鐘 一、詢問學生班上學生是否都有 Facebook 帳號呢？教師協助沒有 Facebook 帳號的學生與有帳號的學生分組。 二、教師詢問班上是否有成立 Facebook 的班級社團？若無，則協助班上同學建立。若有，則詢問是否全班都加入了呢？平常的使用頻率和功能是什麼？				
【發展活動】 一、活動一《FB 全紀錄》15 分鐘 (2-1) (一) 教師提問學生平時瀏覽或追蹤哪些內容或社團呢？ (二) 教師引導學生從 Facebook 的活動紀錄中，統計自己一個月內的按讚、發文、分享等紀錄，分門別類計算在學生手冊「自我			「自我掃描」	「Facebo

<p>掃描」中。再詢問學生記錄下來的內容是正面的還是負面的多呢？</p> <p>(三) 教師追問「按讚」代表的意義是甚麼？請學生分析自己按讚背後的想法是甚麼？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 表達「贊成」或「同意」：給予按讚的內容掌聲與歡呼的意思，那麼在按讚之前請想一想，自己贊同內容的哪個部份呢？ 2. 「我看過了」：基於禮貌給予發文者一個回應。但是，按讚之前請想一想，對方的發文和自己有甚麼關聯性呢？按讚之後，對方是否對「讚」有不一樣的解讀？ 3. 「幫你衝一下人氣」：無論是甚麼內容，只要「對的人」就幫忙按讚鼓勵一下。那麼按讚之前請想一想，按讚的行為也是自己選擇權的體現。 <p>(四) 教師說明，根據 2013 年的 ETNEWS 專題報導調查，只有 38.66% 受訪者認為按讚代表「認同」。「讚」衍伸出許多不同的含意，在按讚之前，除了需要考慮自己按讚代表的意思之外，也需要考慮按讚之後的後果。舉例說明：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 新聞透視鏡「臉書罵人他按讚 瑞士法院判誹謗」 https://udn.com/news/story/6809/2494306。 2. 新聞透視鏡「多貼文有事 沒事別貼文 10 名新生臉書發表不當言論 遭撤銷哈佛錄取資格」 https://www.cool3c.com/article/125276。 <p>(五) 教師配合學生手冊「Facebook 小幫手」引導學生設置 Facebook 的隱私權，並說明「朋友」、「朋友；除了...」、「特定朋友」和「只限本人」的差別。以及誰可以看到我的動態時報內容呢？協助學生釐清 Facebook 公開的對象「所有人」、「朋友的朋友」、「朋友」、「只限本人」與「自訂」可能發生的問題，藉以說明網路上的訊息流傳迅速，而半公開相當於全部公開，因此網路上的動向更需要慎重。</p> <p>二、活動二《080 網路 885》20 分鐘 (2-2)</p> <p>(一) 教師舉例 Facebook 留言糾紛的案例：<u>小花</u>在自己的 Facebook 發文「<u>小草</u>實在是太機車了！」說<u>小草</u>的壞話，<u>小花</u>和<u>小草</u>不是 Facebook 的朋友，但是<u>小花</u>和<u>小草</u>有共同的朋友。引導學生討論，<u>小草</u>在哪些情況下，還是會看到<u>小花</u>的發言呢？並追問<u>小草</u></p>	<p>ok 小幫手」 p.22-p.24</p> <p>「新聞透視鏡」 p.25</p> <p>「Facebook 小幫手」p.26</p> <p>「080 網路 885」 p.28-p.29</p>	<p>「新聞透視鏡」連結</p>
--	--	------------------

<p>可以如何處理？邀請學生回答發言。</p> <p>(二) 教師舉例說明網路霸凌因應原則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.立刻離線：關機或下線。 2.不要回應保持冷靜：不要驚慌或發怒，暫時關掉頁面冷靜下來。 3.保留證據勇於回報：教師示範手機及電腦的截圖方式。 4.馬上處理終止流傳：教師示範如何在 Facebook 封鎖與刪除朋友。 <p>(三) 教師與說明與示範發現網路不實/冒充/不當資訊與霸凌事件時處理的管道與機制：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Facebook (社群網站) 舉報違反行為： https://www.facebook.com/help/reportabuse。 2. Youtube (影音網站) 安全中心： https://www.youtube.com/intl/zh-TW/yt/about/policies/#staying-safe。 3. 「iWIN 網路贏家單 e 窗口」專線：02-2577-5118。 網頁：https://i.win.org.tw/iWIN/report.php。 4. 兒福聯盟提供兒童傾訴情緒的專線：0800-003-123。 5. 教育部提供反霸凌 24 小時投訴專線：0800-200-885。 <p>(四) 教師提醒，所有的網路霸凌都不是能夠自己解決的問題，「不理他」或「不去看他」也無法真正終止網路霸凌，向家長、教師甚至是法律機構尋求幫助才能得到更有效的解決方案。並且應具備同理心與正義感，提出檢舉網路不當資訊的方法，降低網路霸凌的發生與傷害。</p> <p>(五) 教師播放「視而不見，也是一種霸凌」短片，提醒學生不要以為霸凌事件只會影響當事者，所有圍觀霸凌事件又無作為的旁觀者，也會變得愈來愈冷漠，間接影響自己的人際互動模式，因此，若發現網路霸凌事件，應該要積極採取正確的行動協助受害者。</p> <p>(六) 教師以新聞案例「製造楊又穎第二？」內的不當言論，引導全班從旁觀者的角度協助申訴，演練填寫學生手冊中的「iWIN 網路贏家單 e 窗口」網頁的申訴管道。</p>	<p>「新聞透視鏡」 p.30</p> <p>「新聞透視鏡」 p.30、「網路霸凌大追擊」 p.31</p>	<p>Facebook 舉報連結、Youtube 安全中心、iWIN 網路贏家首頁</p>
<p>【綜合活動】5 分鐘</p> <p>教師提醒學生 Facebook 上的班級社群，近幾週會常有老師要分享給大家的新資訊，有空的時間可以時常上去瀏覽，並發言與討論回</p>		

應。		
<p>試教成果或 教學提醒</p>	<p>教學提醒</p> <p>一、本節課的重點在於實際分析 Facebook 中的活動紀錄，覺察人際互動的正向與負向行為，並實際操作演練常用的社群媒體的舉報管道，引導學生重視霸凌事件旁觀者的重要性以及任務。</p> <p>二、Facebook 的隱私權設定會持續更新分類，在教學前須重新熟悉現有的操作方式及影響。</p> <p>三、部分學校的網域有管制，禁止學生在資訊課時使用部分網站，其中可能包括 Facebook。因此在教學前，需要與校內資訊組長確認並建立合作機制。</p> <p>四、Facebook 社團的建立與隱私權線的設定，有使用習慣的學生比老師更熟悉操作，而未曾使用過的同學則需要更久的時間，建議教師可給予學生互相指導的機會。</p> <p>五、建立 Facebook 社團讓全班加入在操作上有實際的困難，如家長不允許學生申請帳號、無學生擔任管理者，因此部分班級未實施。</p> <p>六、資訊教師認為在課堂中開放 Facebook 使用，會讓學生不專心，且多數學生都認為自己已經會「FB 隱私權設定」及「檢舉」，更顯得興趣缺缺，因此在課堂上，資訊教師都會省略不教。</p> <p>七、在跨領域備課的過程中，資訊教師對於資訊素養的解讀和詮釋與健康教師有很大的落差，普遍偏向「技術性」的操作，而缺乏引導情意向度討論的信心。但是資訊教師非常肯定此課程的價值與意義，認為應該要教但卻不知該如何教，建議在共備時，給予資訊教師學習重點以及學習目標即可，讓教師能更有彈性與自信去安排課程。</p>	
<p>參考資料</p>	<p>一、「視而不見，也是一種霸凌」短片 (0 : 46) https://www.youtube.com/watch?v=3HC3Qqit-cE</p> <p>二、製造楊又穎第二？失憶、跳樓「靠北音 game」追殺兩網友 新聞 http://www.ettoday.net/news/20161229/838992.htm?t=%E8%A3%BD%E9%80%A0%E6%A5%8A%E5%8F%88%E7%A9%8E%E7%AC%AC%E4%BA%8C%EF%BC%9F%E5%A4%B1%E6%86%B6%E3%80%81%E8%B7%B3%E6%A8%93%E3%80%8C%E9%9D%A0%E5%8C%97%E9%9F%B3game%E3%80%8D%E8%BF%BD%E6%AE%BA%E5%85%A9%E7%B6%B2%E5%8F%8B</p>	
<p>附錄</p>	<p>學生手冊 p.22~p.32</p>	

(三) 第三單元教學設計

教學單元活動設計			
單元名稱		欲「霸」不能(二)	時間 共 1 節，45 分鐘
學習主題	學習表現	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	核心素養
	學習內容	Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	
核心素養呼應說明		以角色扮演的的方式進入網路霸凌情境脈絡當中，批判思考加害者、受害者、旁觀者在網路霸凌中能啟動的防制機制，能妥善利用身邊的相關資源預防及處理網路霸凌事件。	
議題融入	學習主題	課程設計融入「人-J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢」，從情境中發現網路事件的受害者，並共同激盪討論出加害者、受害者及旁觀者在霸凌事件中能採取防止傷害擴大的策略，並保護與關懷受害者。	
	實質內涵	人-J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。	
學習目標			
3-1 運用問題解決策略，根據情境修正網路社交的溝通行為，避免網路霸凌的發生。			
3-2 探討網路霸凌的預防方法，以及身為當事者與周遭他人根據情境作決定採取正確的因應策略。			
教學活動內容及實施方式			學生手冊
【引起動機】5 分鐘 一、教師連結資訊課教學內容，詢問學生按讚的行為是否有改變？如何改變？和為什麼改變？引導學生重新思考資訊科技或社群網站在情感或友誼的建立上扮演的角色及重要性，再次提醒學生社交網路的公開性質。 二、教師詢問學生這一週是否有瀏覽 Facebook 的班級社團？教師把社團上的發文頁面截圖下來用簡報呈現，再與學生討論在社團上發文的回應情況。訪問按讚同學的動機，訪問無回應同學的感受，以及肯定出言糾正的同學能展現正義。			「自我掃描」p.33 「欲罷不能」簡報 p.2~p.4
			教學媒材

<p>三、教師提醒學生透過網路訊息可以迅速傳播出去，讓人際溝通變得更多樣化，也有可能傳播的內容是不實言論、挑釁圖文，因此在回應網路人際互動的時候，更需要三思而後行。</p>		
<p>【發展活動】</p> <p>一、活動一《天啊！這不是我》20分鐘(3-1·3-2)</p> <p>(一) 教師在邀請全班共同觀賞「天啊！這不是我！」情境劇前，先說明4位主角：佳佳、大偉、小瑜、小音，並邀請四位同學進行角色扮演的旁白。</p> <p>(二) 教師把全班同學依據4個角色分為4組，分別觀察與紀錄分配角色的行為，並回答學生手冊「天啊！這不是我！」第一部份的問題：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 佳佳：我是霸凌事件的受害者/加害者/旁觀者，我遭遇到哪些霸凌行為呢？這些霸凌行為對我的影響是甚麼？我應該要如何處理霸凌行為？ 2. 大偉：我是霸凌事件的受害者/加害者/旁觀者，為什麼？看到佳佳被霸凌，我的感受是甚麼？我將會如何處理這次的霸凌事件？ 3. 小瑜：我是霸凌事件的受害者/加害者/旁觀者，為什麼？看到佳佳在網路上的爭議照片，我做了甚麼事？其實我可以怎麼做才能更接近事實真相和避免傷害？ 4. 小音：我是霸凌事件的受害者/加害者/旁觀者，為什麼？看到佳佳在網路上的爭議照片，我做了甚麼事？其實我可以怎麼做才能更接近事實真相和避免傷害？ <p>二、活動二《發聲時間》15分鐘(3-1·3-2)</p> <p>(一) 教師引導學生重新分組成每組內有4種不同的角色，依序就自己的角色進行組內發表，再共同完成學生手冊「發聲時間」的問題：並協助佳佳提出至少3種可行的解決方案，再分析各種應對方式的優點與缺點。</p> <p>(二) 各組派代表報告處理方法，教師針對內容進行回饋，並提醒學生「以暴制暴」不但不能解決問題反而會製造更多紛爭，並指出暴力再製的問題，並舉例被霸凌的人可能成為下一個霸凌他人的加害者。</p>	<p>「天啊！這不是我」 p.34-p.35</p> <p>「發聲時間」 p.36</p>	<p>「欲罷不能」簡報 p.5~p.8</p> <p>「欲罷不能」簡報 p.9~p.48</p> <p>「欲罷不能」簡報 p.49~p.51</p>

		「欲罷不能」簡報 p.52
<p>【綜合活動】5 分鐘</p> <p>一、教師播放「尊重他人 健康上網」短片，說明網路霸凌因應原則，並邀請學生檢視各組提出的解決方案是否有符合：立刻離線不要回應、保持冷靜不要驚慌或發怒、保留證據勇於回報、馬上處理終止流傳。</p> <p>二、教師提醒，所有的網路霸凌都不是能夠自己解決的問題，向家長、教師甚至是法律機構尋求幫助才能得到更有效的解決方案。並且應具備同理與正義感，提出檢舉網路不當資訊的方法，降低網路霸凌的發生與傷害。</p>		「欲罷不能」簡報 p.53-54 「尊重他人 健康上網」 短片
試教成果或 教學提醒	<p>教學提醒</p> <p>一、本節課的重點在延續資訊課的上課內容，檢視網路霸凌事件中的加害者、受害者以及旁觀者各自在防制工作上能扮演的角色任務，並提出預防或減緩傷害的對策。</p> <p>二、教師在資訊課結束後、本節上課之前，要在班級社群上發表一篇具有爭議的文章，例如：抱怨某位虛擬出來的學生個性機車、白目。但不要讓該班學生有對號入座的情況，目的在觀察學生看到這篇文章的反應，是否能夠正確做出回應。</p> <p>三、「天啊！這不是我！」情境劇討論分成兩個階段，第一個階段是相同觀察角色的學生成為小組進行討論 part1，第二個階段是觀察不同角色的學生組成小組進行討論 part2 的題目。兩個階段的討論都很重要，但是，第二階段的討論所需時間較長，宜妥善掌控討論時間。</p> <p>四、「天啊！這不是我！」情境劇討論的題目較多，在學生發表時建議依課程實際需求變化發表方式或挑選部分內容即可。</p> <p>五、原本安排在此節課的「告解箱」活動，由於學生討論的反應熱烈，因此在實際試教過後，將告解箱調整到第四節課再進行。</p>	
參考資料	<p>「尊重他人 健康上網」短片：</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=4i20j6dVYDE&list=PLxyTeQQmTGFIyQHul051eiwx8g-gYO4A5</p>	
附錄	學生手冊 p.33-p.37	

(四) 第四單元教學設計

教學單元活動設計				
單元名稱		網路反霸凌 e 行動	時間	共 1 節，45 分鐘
學習重點	學習表現	3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	核心素養	健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。
	學習內容	Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。		
核心素養呼應說明		分析對象群眾的特色以及自身生活情境，使用資訊、媒體以及人與人之間的互動管道進行反網路霸凌的倡議宣導活動，藉以建立自己與網路科技關聯的思辨能力，能善用網路科技為自己發聲，而不是被網路科技利用傷害了自己的人際關係。		
議題融入說明	學習主題	課程設計融入「人-J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢」，以倡議宣導的行動策略公開表達反對網路霸凌的立場，並且影響他人拒絕歧視及關懷網路霸凌受害的態度。		
	實質內涵	人-J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。		
學習目標				
4-1 演練「我訊息」的道歉方法，同理被害者的感受，正視網路霸凌事件造成的傷害。				
4-2 公開的表達反對網路霸凌的觀點與立場，展現有利於網路人際關係的互動行為。				
教學活動內容及實施方式			學生手冊	教學媒材
<p>【引起動機】5 分鐘</p> <p>一、教師帶領學生看第一節課完成學生手冊中的「網路安全指數」，請學生再次檢視自己的網路使用行為。教師口頭提問，經過三節課後自己的「網路安全指數」是否有改善？對於不容易改善的項目，是否有改善的方法？</p> <p>二、教師播放「實測網路霸凌的衝擊」短片前段，請學生分別寫下對這三位受試者的看法，並抽問一到兩位學生的答案。</p> <p>三、教師接著播放「實測網路霸凌的衝擊」短片後段，詢問學生這三位受試者看到他人評論時是什麼樣的反應？聽完了他們的自我介紹和反應之後，回頭看自己原本的看法是否恰當呢？</p>			「自我掃描」p.38 「網路告解室」p.39	「網路反霸凌 e 行動」簡報 p.2 「網路反霸凌 e 行動」簡報 p.3-4 「實測網路霸凌的衝

<p>四、再說明，這三位受試者不知道我們是誰，所以當我們發表評論的時候或許很隨意，沒有考慮他們的感受；若我們是在網路上發表評論、不用立即看到對方的反應，發言傷了人可能也不自知。大部分的人因為網路霸凌「匿名性」和「看不到對方立即的反應」等特性，而輕忽自己的行為影響力。</p>		<p>擊」短片(上)、「實測網路霸凌的衝擊」短片(下)</p>
<p>【發展活動】</p> <p>一、活動一《網路告解室》15分鐘(4-1)</p> <p>(一) 教師利用簡報與學生手冊呈現「我訊息」道歉的重點，並引導學生在學生手冊中寫下練習的道歉語句。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 語句的組成是「事件」、「同理感受」和「承諾」。 2. 以「實測網路霸凌的衝擊」短片的網路霸凌者舉例說明： <ul style="list-style-type: none"> →事件：對不起！我在未經查證就下定論。 →同理感受：讓妳感到非常難過。 →承諾：下一次不會在妄下定論了。 <p>(二) 教師請學生練習以自己曾經的網路霸凌經驗或「實測網路霸凌的衝擊」短片中的評論者練習造句，以加害者或旁觀者的角色，以「我訊息」反省並向當事者道歉，引導學生將道歉句子寫在「告解箱」學習單中。</p> <p>(三) 教師關於學生自己經驗的作品唸出來，引發學生理解霸凌者當覺察其行為所造成的傷害，其實在心裡會有一份歉意的。因此若能讓更多人正視網路霸凌問題，面對其造成的衝擊，才能漸漸終結網路霸凌的現象。</p> <p>(四) 教師配合「讓網路斷電」影片，網路霸凌者輕鬆地敲打幾個鍵盤就能折磨受害者，而受害者卻因此遭受極大的身心衝擊，除了告解之外在其他方面，也要能學習懂得保護自己與尊重他人的方法。</p> <p>(五) 帶領學生檢視學生手冊「反霸凌守則」提供幾個預防網路霸凌的方法：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 己所不欲勿施於人：同理被行為人的感受，但也不要將自己的感受推己及人。 2. 提醒自己網路的公開性：對造成傷害他人的訊息要能不看、不聽、不留言。 3. 事發後立即道歉：當發現自己的網路行為傷害到他人時，要能立 	<p>「告解箱填寫說明」p.41-p.42</p> <p>「告解箱」p.43-44</p> <p>「反霸凌守則」p.45</p>	<p>「網路反霸凌 e 行動」簡報 p.5-7</p> <p>「網路反霸凌 e 行動」簡報 p.8-9「讓網路霸凌斷電」短片</p>

<p>即道歉。</p> <p>4.不確定就要先問：在不能夠瞭解被行為人感受時，避免發表網路言論。</p> <p>5.未經查證不評論：不能夠確實了解事件的全面性之前，不應該發表網路言論。</p>	<p>「網路好禮行動」 p.46</p>	
<p>二、活動二《網路好禮行動》20分鐘(4-2)</p>		
<p>(一)如何能讓更多人知道網路霸凌的問題呢？教師配合學生手冊「網路好禮行動」舉例說明，教師介紹兩個反網路霸凌的活動，讓學生知道已經有人關注到網路霸凌的問題，並且正在為改善現況做出努力。</p>	<p>「網路好禮行動」 p.46-p.50</p>	<p>「網路反霸凌 e 行動」簡報 p.10-p.14</p>
<p>1.「我青春反網霸」。</p> <p>2.「新鹹民運動」。</p>		<p>「網路反霸凌 e 行動」簡報</p>
<p>(二)教師接著播放兩首歌曲，並詢問學生的感受，哪一首歌讓你比較感動？哪一首歌會讓你想要挺身而出反霸凌？為什麼？</p>		<p>p.15、羅志祥歌曲「夠了 Let go」</p>
<p>1.羅志祥《夠了 Let go》反霸凌歌曲。</p> <p>2.Bars & Melody《Hope》霸凌心聲。</p>	<p>「網路好禮行動」 p.51</p>	<p>「夠了 Let go」、Bars & Melody 歌曲</p>
<p>(三)教師歸納學生答案，形成倡議中重要的元素：如何有力的影響觀眾群？要能配合呼應觀眾群的特質。</p>		<p>「Hope」</p>
<p>(四)教師引導學生思考，看到這些反網路霸凌的活動和方法之後，綜合自己這三堂反網路霸凌課程所學，你可以做些甚麼來影響別人，一起來反對網路霸凌呢？</p>		<p>「網路反霸凌 e 行動」簡報</p>
<p>(五)在進行倡議活動規劃之前，教師配合學生手冊「網路好禮行動」的一部分，讓學生接續完成其中的未完語句：「關於網路霸凌，我認為……」，再協助學生從句子中形成自己對於反對網路霸凌的立場。並提醒學生，再說服他人的時候必須引經據典，以具體的數據、故事來支持自己的立場與觀點，更能夠打動觀眾。</p>	<p>「網路好禮行動任務」 p.51-52</p>	<p>p.16-19</p>
<p>(六)教師發派任務：各組需在 Facebook 中的班級社團中進行反網路霸凌倡議活動。並說明，教師同時也會觀察每個人對於倡議活動的回饋，因此，每個人除了是倡議者，也是觀眾，在倡議活動的期間要將自己所學有利於網路人際關係的社交技巧，運用在回應別人的倡議當中。</p>		
<p>(七)教師引導學生進入小組討論，配合學生手冊中「網路好禮行動</p>		

	<p>任務」第二部分，先在課堂上完成共同規劃的倡議活動，再回家於一週內執行，並將倡議內容帶給家人，落實反網路霸凌的倡議行動，也記錄下家人對倡議活動的反應。</p>		
	<p>【綜合活動】5 分鐘</p> <p>一、教師播放《新鹼民 Song 啦！》歌曲第一個循環，響應「網路生活 5PEACE」，P-PO 文前先思考、E-E 定要釐清資訊、A-A 害的評論要查證、C-C 收多元觀點、E-E 起提升網路文化。</p> <p>二、提醒學並鼓勵學生做自己的主宰，留意自己在網路上的社交行為是否會造成其他人的不舒服、不愉快、受到傷害。有句話說「科技始於人性」，但事實上「科技也改變了人性」。蘋果公司 CEO 庫克在麻省理工學院的畢業典禮上的演說，提醒了大家「當科技走入黑暗角落時，人性是照亮黑暗的蠟燭」，科技再發達都不能拋棄人性—價值觀與同理心。在網路世界中，人與人的互動也可以很和平、很美好，要把這份美好的人性利用網路科技傳達出去。</p>	<p>「新鹼民 song 啦！」 p.53</p>	<p>「網路反霸凌 e 行動」簡報 p.20-21、蕭敬騰 X 獅子合唱團「新鹼民 Song 啦！」</p>
<p>試教成果或教學提醒</p>	<p>一、本節課的重點在於引導學生使用我訊息減緩網路霸凌給被害者的傷害，並從不同的倡議案例中尋思自己防制網路霸凌的主張，並規劃執行 Facebook 上的倡議活動。</p> <p>二、學生對於「實測網路霸凌的衝擊」短片的感受性強，乃因自己模擬參與了此實驗，也因為從中可以直接觀察到網路霸凌受害者的情緒反應。接著進行「告解箱」的活動，學習我訊息的道歉語句，學生也較能夠言之有物。</p> <p>三、「告解箱」活動的進行，不勉強學生匿名，僅告知學生可以匿名。讓學生可以根據自己曾經的網路霸凌經驗，有公開道歉的機會也是美事一樁。而實際的活動後，也真的有曾經被霸凌的學生感到過去的傷害稍微被治癒了。</p> <p>四、若「告解箱」中沒有實際的網路霸凌經驗，替代活動可以將告解單隨機發下讓全班以語句接龍的方式進行，由座位順序接龍完成數個我訊息的道歉。</p> <p>五、倡議活動的進行以 Facebook 社團中的 po 文與分享為主，請學生務必在社團中 po 文連結，以作為評量的依據。</p>		
<p>參考資料</p>	<p>一、「實測網路霸凌的衝擊」短片： https://www.youtube.com/watch?v=mFXqXIXkF3Y。</p> <p>二、「讓網路霸凌斷電」短片： https://www.youtube.com/watch?v=PMfOej4HUFQ。</p>		

三、「我青春反網霸」活動介紹：

<http://newsblog.chinatimes.com/dayang99/archive/57665>。

四、「新齡民運動」活動介紹：

<https://www.facebook.com/notes/%E7%B6%AD%E4%BB%96%E9%9C%B2%E5%9F%BA%E9%87%91%E6%9C%83/%E9%97%9C%E6%96%BC%E6%96%B0%E9%B9%BC%E6%B0%91%E9%81%8B%E5%8B%95/1534424643236667/>。

五、羅志祥「夠了 Let go」反霸凌歌曲：

https://www.youtube.com/watch?v=ExT-8Z6_iSc。

六、Bars & Melody「Hope」霸凌心聲 02:13~04:30

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

七、蕭敬騰 X 獅子合唱團「新齡民 Song 啦！」公益歌曲：

<https://www.youtube.com/watch?v=rN6fU9LxD84>。

四、教學評量

領域核心素養	學習目標	檢核方式	達成	
			是	否
健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	1-1 從日常生活中使用社交網路的經驗，分析評估其對於生活與健康造成的影響。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 家長參與 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單		
	1-2 從情境中辨識網路霸凌的行為，與對身心健康的衝擊與風險。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 小組發表		
	1-3 運用批判思考釐清網路霸凌的影響與後果，強化反對網路霸凌的態度。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 小組發表		
	1-4 覺察自己使用社交網路的習慣，並自我管理社交網路上的使用習慣。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 家長參與 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單		
	2-1 反思自己的社交網路使用習慣，了解人與人在網路上的互動規範以培養正確的科技倫理觀。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單		
	2-2 能熟悉網路上處理與申訴不當訊息的管道，以及應對網路霸凌的原則。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單		
	3-1 運用問題解決策略，根據情境修正網路社交的溝通行為，避免網路霸凌的發生。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單 <input type="checkbox"/> 小組發表		
	3-2 探討網路霸凌的預防方法，扮演當事者與周遭他人根據情境作決定採取正確的因應策略。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單 <input type="checkbox"/> 小組發表		
	3-3 演練「我訊息」的道歉方法，同理被害者的感受，正視網路霸凌事件造成的傷害。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 實作演練 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單		
	4-1 公開表達反對網路霸凌的觀點與立場，展現有利於網路人際關係的互動行為。	<input type="checkbox"/> 課室觀察 <input type="checkbox"/> 小組發表 <input type="checkbox"/> 實作演練 <input type="checkbox"/> 活動分析學習單		