

龍騰第二屆素養探究成果大賞

【自主學習計劃書】

學習計劃名稱
「醉」不健康—酗酒防治及宣導

對應科目	<input type="checkbox"/> 國文 <input type="checkbox"/> 英文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 物理 <input type="checkbox"/> 化學 <input checked="" type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地科 <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民 <input type="checkbox"/> 跨領域 <input type="checkbox"/> 其他_____
對應龍騰教材章節（例：第一冊第一課）	選修生物三第三章
學習類別	<input type="checkbox"/> 學科專題製作／研究 <input type="checkbox"/> 科學實作實驗 <input checked="" type="checkbox"/> 閱讀心得、小論文報告 <input type="checkbox"/> 全球議題探索 <input type="checkbox"/> 技能實務 <input type="checkbox"/> 藝能創作 <input checked="" type="checkbox"/> 其他_社會公益服務_
內容概述 (限 100 字)	<p>在台灣酗酒人口不在少數，我們目標利用論文網站探討酗酒會對人體造成的影響，並找出最適合的飲酒之道給社會大眾。最後將所學轉為淺顯易懂的方式並增添衛教知識，對國小學童進行衛教宣導。</p>
學習動機和目標概述	<p>自古以來酒即是一個令人嚮往的飲品，然而貪杯及酒後駕駛的亂象使大眾對它的想法每況愈下。根據交通部道路交通安全督導委員會所提供資料，110 年 1-9 月酒駕造成的死傷案數高達 6154 件，雖然已較去年同期相比有降低的趨勢，但顯現出我國還是有部分國人對於不適當飲酒毫不在意或疏忽，甚至有酒精上癮的問題。加上近年來養生風氣的盛行，政府及許多民眾致力於降低對酒精的依賴，許多民間和政府機構皆提供了戒酒相關療程，但仍有國民無法擺脫酒癮的困擾之中，故我們想深入研究酒精成癮及酒精治療的作用機制，說明酒精成癮的機制及戒酒困難的原因。</p> <p>此外在查詢酒精駕駛的議題中，我們意外發現東亞人較其他地區的人民更不善於喝酒，常常幾杯黃湯下肚後便滿臉通紅、醉得不省人事，我們想探討為何東亞地區人民常出現此現象及它對於我們的影響，希望</p>

	<p>藉由這些統整可以使我國國民飲酒知識進步，使酒精不在社會中為非作歹。</p> <p>預期目標：</p> <p>(1)掌握研究主題相關論文，並與學校老師討論，並著手製作小論文</p> <p>(2)完成小論文</p> <p>(3)利用撰寫小論文所學知識結合衛教進行宣導</p> <p>(4)完成國小衛教並記錄自主學習心路歷程</p>
<p>學習方法和策略概述</p>	<p>(1)使用 PubMed、Frontier 等論文網站查詢相關論文、整理資料</p> <p>(2)大量閱覽歷屆得獎作品學習撰寫小論文策略</p> <p>(3)請教老師並修改小論文內容</p> <p>(4)運用整理知識並適度刪減成適合國小學生的演講內容</p>

自主學習規劃內容				
日期	實施內容與進度	執行方式	檢核目標(完成/未完成)	備註/待解決問題小記
10/21	<p>酒精在人體的代謝方式</p> <p>第一週將 ALDH1 及 ALDH2 在肝臟的基因表現方式，以紙本記錄。</p>	<p>網路搜索及紙本記錄</p>	<p>完成</p>	
10/28	<p>第二週利用上周蒐集的資訊畫出酒精在肝臟的代謝路徑圖。</p>	<p>小畫家 3D 畫出路徑圖</p>	<p>完成</p>	
11/4	<p>ALDH 基因異常表現和其對身體的影響</p> <p>基因變異造成 ALDH2 的改變，進而影響其作用效率。</p>	<p>使用論文搜尋引擎找尋相關資料</p>	<p>完成</p>	<p>ALDH1A1 與膠質母細胞瘤的增值有相關，可保留未來進行深入探討。</p>

11/11	<p>酒癮藥物的作用機制</p> <p>在上週我們已得知酒精依賴的誘因，在這周我們會整理數種酒癮藥物，探討其作用機制及他可能帶來的副作用。</p>	運用戒酒機構網站及論文網站找尋資料	完成	可將不同戒酒藥物的作用機制、不良反應、適應症等相關資訊一起比較。
11/18	<p>撰寫小論文，進行前期書面報告修改</p> <p>完成小論文的前言、文獻探討、研究方法，最後紀錄心路歷程；第二周完成研究分析與結果、研究結論與建議及參考文獻。</p>	電腦撰寫	完成	
11/25		電腦撰寫	完成	參考資料需使用 APA 格式，需進行更正
12/2	<p>完成最終版本小論文</p> <p>將報告交給指導老師批改，依老師的講評進行修正。此周為書面報告的終點，並在此周完成可以投稿下學期出小論文比賽的作品。</p>	電腦撰寫	完成	將老師給的回饋進行修正
12/9	<p>完成國小衛教的內容及宣導海報，並前往國小宣導</p> <p>將撰寫小論文所學結合衛教知識，運用大海報的形式去</p>	撰寫衛教宣導內容並製作海報	完成	

	國小（暫定瑞穗國小）進行宣導，並利用宣導後收到的回饋進行反思			
12/16	完成自主學習成果說明書 將這些時間所學及心路歷程轉為文字形成最終的自主學習成果說明書，並將完成作品投稿參加校內自主學習成果發表會。	電腦撰寫	完成	

（學習規劃內容可自行增減列數）

自我反思（遭遇困難、問題解決、成長收穫及自我省思）

林亮緯的心得：

此次為我初次設計自主學習，從搜尋主題、訂定企劃書和實際執行，都是由我們組員們依據生活經驗、見聞和興趣一點一滴構築而成，積極的著手實現以及組員間的討論是完成自主學習的關鍵！

舉凡擬定自主學習計畫時，主題的訂定是組員們翻閱不同資料後，決議為我提出的酒精危害的小論文和衛教宣導。在經過組員間大量討論、分享吸收知識和互相給予意見後，我們才能進一步的完成上述成果，其中，我完成的項目包含：學術資料的搜集吸收以及統整、科學寫作、接洽國小校方、制定衛教宣導的企劃書、向國小生分享酗酒指標和演三齣拒酒法的戲、製作自主學習成果之企劃書和海報。

張皓珽的心得：

這是我們長達 10 年多來投一遭以自身之力完成的研究，不管是題目的發想、資料的搜尋及整理及最後面的小論文撰寫及衛教宣導，皆為我們費盡了千辛萬苦突破重圍後的寶貴結晶，十分感謝組員間的鼎力相助及一路來所有師長含同儕間的指教！

在擬定自主學習計畫的同時，我們也各利用了自己的專長為這個團隊貢獻心力，在決定主題為酒精危害的小論文和衛教宣導後，我隨即利用我對生物相關領域的專長，進行了資料的彙整及解釋，並轉化為最簡單的方式闡述給國小的學弟妹，也謝謝大家的配合讓這個計畫可以圓滿落幕。

徐晨恩的心得：

剛開始接觸小論文的時候，主題設計就如同從泥淖中掏金般困難。但經過了好一段時

間的討論，並從生活中找題材以及和老師討論，漸漸的才淘選出合適的材料，再經過撰寫和反覆的修改，才能冶煉出如今的成品出來。最後，將小組所製作出的成品，分享給小朋友，不僅充實了自己，也為社會貢獻了一份綿薄的心力，望能減少社會悲劇。

培養以下核心能力：

理解酒精相關學術資料的「閱讀理解」

撰寫小論文所需的「寫作表達」

設計海報主題諧音的「文字創作」

查詢大量資料及做註解的「文書處理」

實踐自主學習計畫和的「組織能力」

向幼童宣導正確保健知識的「助人能力」和說服「推廣能力」

最後，非常感激合作的組員們以及給予建議的老師們，才能順利的探索學習！