

教育部 106 年度〈上網，不迷網〉線上研習操作步驟簡說

壹、 登入教師 e 學院(原教育部數位學習平台)及教育雲帳號統整操作說明(感謝本市霧峰區四德國小資訊組周世忠老師製作，以及北勢國中網站提供資料，下載網址為

<http://w3.bs.jh.tc.edu.tw/modules/tadnews/index.php?nsn=543>)。

貳、 課前預習可參閱教育部所提供〈上網，不迷網〉課程教材電子檔(下載網址為

https://drive.google.com/open?id=0BzoqpX_gQGBFVGNEZi1RU291Q0E)，或參閱網友提供〈上網，不迷

網〉課程內容分頁圖檔(下載網址為 <https://goo.gl/photos/r9CovupmG4dcZ4WU6>)。

參、 通過認證測驗，〈上網，不迷網〉線上研習課後測驗參考答案如下：

題號	題目	選項A	選項B	選項C	選項D	答案
1	依據本課程，沉迷於網路者，可能會造成以下哪種影響？	(A)高親和性	(B)高嚴謹性	(C)邊緣性格偏差	(D)因放鬆而降低神經質	C

題號	題目	選項A	選項B	選項C	選項D	答案
2	依據本課程，關於網路沉迷之敘述，下列何者正確？	(A)現今社會科技發達，網路取得容易，大部分的人，都有網路沉迷的現象	(B)學生利用假日時間上網為正當休閒活動，不需有時間限制	(C)網路上有太多好資訊，應該要全部看完，才能增長知識	(D)網路沉迷屬於不當的網路使用行為，有可能會嚴重影響日常生活功能	D
3	依據本課程，關於網路沉迷類型，下列何者敘述正確？	(A)網路沉迷類型包含性沉迷與關係沉迷	(B)網路沉迷類型包含網路零件購置沉迷	(C)資訊蒐集超載不屬於網路沉迷的類型	(D)網路之強迫行為指的是在網路上強迫他人的行為	A
4	依據本課程，網路沉迷所造成的影響，下列何者為非？	(A)長期經營社群網站，人際關係變好	(B)網路沉迷行為耽誤睡眠習慣	(C)網路沉迷行為使得情緒易緊張、焦慮	(D)網路沉迷行為使得視力加速惡化	A
5	身為學校老師，如果班上有網路沉迷傾向學生，我們可以怎麼做？	(A)與家長合作，完全禁止孩子使用網路	(B)與家長合作，找到孩子沉迷可能成因，並予以協助	(C)增加作業量，使孩子專注於課業	(D)網路沉迷行為是家長的責任，老師不需插手	B
6	對於學生網路沉迷的介入輔導，下列何者為非？	(A)師長以關心、同理、陪伴的態度引導孩子	(B)發展替代性的正向活動	(C)直接替孩子作時間規劃，訓練發展適當行為	(D)培養孩子自我負責的行為	C
7	依據本課程，下列何者為有效預防網路沉迷之策略？	(A)鼓勵家長將家中電腦放在公共空間	(B)了解孩子需求並發展其優勢能力	(C)教孩子正確使用數位資訊與服務，同時滿足學習與娛樂之雙項需求	(D)完全禁止孩子使用網路	ABC

題號	題目	選項A	選項B	選項C	選項D	答案
8	班上同學小華期中考後，成績退步許多，上課也常提不起勁、打瞌睡，與同學互動時也經常談論最新網路遊戲。與家長聯繫後發現小華經常一回家就上網，常常一玩遊戲就到半夜。老師擔心小華有網路沉迷的現象，因此前來請教您，您會建議老師從哪些方面幫助小華呢？（可複選）	(A)課程上發展孩子多元能力	(B)與家長合作，分享網路沉迷相關知識	(C)培養孩子正確使用網路的概念	(D)教導孩子時間管理的重要性	ABCD
9	國中二年級的多多，與父母約定好假日使用一小時的時間，使用電腦與朋友一起進行線上遊戲，幾個禮拜後，多多急於破關，也喜歡和戰友一起進行任務的感覺，開始希望上網時間能延長，若父母不答應就大發脾氣，就連與家人相聚的晚餐時間也都停留在「光氩戰記」裡，作業更是開始拖延。請問，文中多多的行為呈現哪些網路沉迷現象？	(A)耐受性：所需上網時間越來越長	(B)戒斷性：上網行為被打斷時，會感到憤怒	(C)強迫性：過度的網路使用行為	(D)高自律性：做什麼事情都把自己的行為規範的很好	ABC

題號	題目	選項A	選項B	選項C	選項D	答案
10	升上國小五年級的阿哲很想要交朋友，但卻不知道怎麼和同學互動，於是阿哲使用社群網站大量加入好友，每天晚上在網路上找朋友聊天，並擔心失去線上的朋友而想辦法滿足朋友所有的要求，努力玩遊戲賺取金幣。回到班上，阿哲仍然沒有朋友，只有在社群網站上，阿哲才能藉著金幣維繫友誼。對於阿哲的處境，下列敘述何者正確？（可複選）	(A)商業媒體的影響，對網路沉迷行為沒有影響	(B)在人際互動上易感受到挫折者，網路沉迷行為機率較高	(C)阿哲用自己的方式建立友誼，是網路新世代的趨勢，沒什麼不好	(D)可教導阿哲交朋友的方法，讓阿哲在班上能有歸屬感並建立平等互惠的友誼關係	B、D