

南投縣 111 學年度 第一 學期 信義鄉 希娜巴嵐國民小學 五 年級 綜合活動 領域教學計畫表 設計者：松佳恩

一、課程架構圖：



二、課程理念：

1. 課程編輯的目的考量社會文化、學校教育活動、學習領域知識、教師教學與學生學習經驗等之需要。
2. 課程領域之內涵架構結合以四大主題軸和十二項核心素養之「橫向統整」及「縱向連貫」的完整系統，幫助兒童具備生活實踐的能力。
3. 在課程範圍的安排上兼顧新舊課程內容的融合，豐富課程內涵。
4. 本課程設計的前提是以兒童發展為主體，以生活教育、生命教育、生態教育為課程內涵，發展兒童全人教育為願景。

三、先備經驗或知識簡述：

1. 兒童已覺察新環境與以往生活經驗的不同；具備面對新環境的經驗。本冊將引導兒童覺察個人面對新環境的適應策略與想法；省思並修正自己面對新環境的適應策略。
2. 兒童已在團體中能適當的表達意見並與人溝通。本冊將引導兒童尊重不同特質的人；運用合宜的態度與人相處，處理人際問題。
3. 兒童已曾參與學校或社區服務活動。本冊將引導兒童以尊重的態度了解不同族群的生活方式與特色；關懷與接納不同族群。
4. 兒童已觀察社區環境、了解汙染原因，提出解決的方法並實踐；了解環境的改變對人的影響。本冊將引導兒童了解自然環境與人類生活互相依存的關係；參與節能的環境保護行動。
5. 兒童已從生活經驗中，了解各項環境危機可能帶來的災害與影響。本冊將引導兒童針對各項環境危機，學習防範與應變做法，並靈活運用資源與策略。

四、課程目標：

1. 透過知、情、意、行四者合一的內化取向教材，培養兒童帶得走的能力。
2. 思考適應新環境的策略，依據個人狀況執行並修正。
3. 了解與人相處的合宜態度，解決人際相處問題。
4. 理解不同族群的文化內涵，尊重、關懷不同族群。
5. 覺察環境改變對地球帶來的傷害，珍惜、保護自然生態與資源。
6. 探究颱風、地震、火災、一氧化碳中毒的所帶來的危險，運用各項社會資源化解危機。

五、教學策略建議：

以「教人」的角度切入，則每位學生都有獲得完整人格，擁有豐富生命的機會，於是以達成「全人教育」的目標作為設計綜合活動課程要實現的願景。教師在活動進行中扮演著引導者、協助者的角色，隨時觀察兒童、鼓勵兒童，並適時提供協助；活動結束後，再回饋與統整該活動的重點，以達活動反思之目的。

六、參考資料：

1. 杜律、簡宛（民 88）。如何教養負責任的孩子。臺北市：遠流。
2. Howard Gardner（民 89）。再建多元智慧（李心瑩譯）。臺北市：遠流。
3. 威廉·葛拉瑟（民 91）。每個學生都能成功（劉小菁譯）。臺北市：張老師文化。
4. 鄭繼超（民 92）。孩子就該這樣教。臺北市：婦女與生活社。
5. 張秋雯（民 95）。國小學童生活適應及相關因素之研究。國立中山大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
6. 隆·克拉克（民 96）。人格特質最重要（譚攸文、侯秀琴譯）。臺北市：雅言。
7. 楊思偉總策劃、魏麗敏主編（民 99）。綜合活動教材教法。臺北市：五南。
8. 李坤珊（民 100）。讓孩子安心做自己。臺北市：天下雜誌。
9. 山本直美（民 101）。共讀繪本，教出全人格的孩子（王華懋譯）。臺北市：時報。
10. 約瑟夫·柯內爾（民 94）。與孩子分享自然：20 週年紀念版（王家祥、張美惠譯）。臺北市：張老師文化。

七、課程計畫：

學習總目標：

1. 覺察個人在團體中的角色和表現；認識各種角色在團體中的意義與價值；了解個人與他人在團體中角色的異同；適當扮演個人在團體中的角色。
2. 覺察個人面對的壓力來源；發現個人在面對壓力時的生理反應與心理狀態；發現個人面對壓力來源的想法與感受；解讀壓力來源及其與情緒間的關係。
3. 了解戶外活動的意義與價值；能分工合作，規畫並舉辦戶外活動；體會戶外活動的樂趣；產生尊重自然與人文環境的情懷。
4. 發現並尊重不同性別的特質差異；調整與不同性別者的互動方式；以合宜的態度和行為對待不同性別者。
5. 發現每個人擁有不同的特質和優點；以真誠且適當的方式欣賞他人；接納他人不同的特質與意見，並在生活中實踐。

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
一	8/29 9/2	新生活進行式	新想法新嘗試	2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.分享生活中面對新環境的經驗，以及曾經遇到的適應問題。 2.說出剛升上高年級面對新生活的想法。 3.考適應新環境遭遇問題時的方法。 4.討論各種適應新環境的策略。	【活動 1】新想法新嘗試 1.教師引導兒童思考：在生活中，你曾因為搬家、住親友家、參加戶外活動等經驗，經歷過哪些適應上的問題呢？ 2.教師請兒童攜帶聯絡簿，帶領兒童到校園安靜的一角，請兒童各自選擇一張自己喜歡的色紙，把選擇相同色紙的兒童分成一組。 3.兒童分組討論自己曾面對搬家、住親友家、參加戶外活動等事件而產生適應方面的問題。 4.兒童分享當時的處理方式，教師提問：發生這些狀況時，你如何克服呢？ 5.兒童記錄組員分享和討論的結果，運用關鍵詞將重點記在紙的正面，回家後將關鍵詞串寫成一個完整的事件。 6.全班重新分組，教師將持有相同色紙的兒童分開，同一組內包含持有各種顏色色紙的兒童，人員組成完全不重複。 7.請兒童整理自己記錄的小故事，分享印象深刻的 1~2 則故事。	3	1.教師：依班級組數準備 4~5 種顏色的 A4 書面紙、聯絡簿。	1.討論發表 2.學習紀錄 3.口頭發表 4.自我省思	【性別平等教育】 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
二	9/5 9/9	新生活進行式	新想法新嘗試	2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.分享生活中面對新環境的經驗，以及曾經遇到的適應問題。 2.說出剛升上高年級面對新生活的想法。 3.考適應新環境遭遇問題時的方法。 4.討論各種適應新環境的策略。	【活動 1】新想法新嘗試 1.教師請兒童分享：開學了，面對高年級的新生活，你有哪些新的經驗？又有哪些適應上的問題呢？ 2.兒童記錄組員分享與討論的結果，運用關鍵詞將重點記在紙上。 3.教師張貼兒童的紀錄紙。 4.教師預告兒童將於課堂上分享升上高年級後適應的問題，以及個人的做法，請兒童利用課餘時間思考。 5.教師引導兒童討論：面對這些適應的問題，你會怎麼積極的解決呢？ 6.教師請兒童思考：有哪些同學的經驗和自己相同？哪些同學的經驗是你從未經歷過的呢？ 7.教師引導兒童思考方向： (1)同學面對新環境的感受與經驗是我曾經經歷過的，可以運用哪些方式讓同學和自己減輕壓力和緊張呢？ (2)同學面對新環境的感受與經驗，是我未曾經歷過的，我能想出什麼方法安慰他呢？ (3)經由同學的經驗分享，省思當我面對新環境的困境時，可以運用哪些策略來調適呢？ 8.教師將兒童面對新環境的困境與解決策略歸納統整，並鼓勵兒童：請試著做做看吧！再想一想，還有其他的做法嗎？	3	1.教師：依班級組數準備 4~5 種顏色的 A4 書面紙、聯絡簿。 1.討論發表 2.學習紀錄 3.口頭發表 4.自我省思	【性別平等教育】 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。	二、欣賞、表現與創新	

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
三	9/12 9/16	新生活進行式	走出自己的路	2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.選擇適合個人的適應策略並實際執行。 2.檢視個人運用並執行策略的狀況。 3.分享運用策略適應環境的感受及樂趣。 4.檢視執行策略的狀況並修正。	【活動 2】走出自己的路 1.教師引導兒童思考：適應新環境可以有許多不同的方法，和同學一起討論你們想解決的問題，找出各種可行的方法再做做看。 2.教師請兒童思考活動 1 歸納的問題，或參考學生手冊第 12～13 頁所提供的情境，例如：融入新環境、課業學習、自我管理、人際相處等，針對問題分組討論解決方法。 3.教師發下書面紙後，請同組的兒童將面對新環境的困境當成主題，小組討論解決困境的方法後，將方法以文字、圖像或心智圖等方式呈現在書面紙上。 4.教師將各組完成的書面紙以方便兒童閱讀的高度與間隔，分散張貼在教室四周，並發下每人 3～4 張空白小卡，引導兒童閱讀其他各組海報，在小卡寫下讚美或其他解決方法回饋給該組，並將卡紙黏貼在海報下方。 5.教師鼓勵兒童：你想解決哪方面的適應問題呢？選擇適合你的方法開始執行吧！ 6.教師說明在執行方法時若仍有困難，可以與同學、家人、教師討論，或參考海報上其他的方法做適度的調整。	3	1.教師： (1)對開書面紙 6～8 張、A4 回收紙、空白小卡、膠帶。 (2)準備與全班人數相同數量的「新環境適應策略檢核表」學習單。 2.學生：彩色筆。	1.實作評量 2.活動參與 3.態度評量 4.自我省思	【性別平等教育】 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
四	9/19 9/23	新生活進行式	走出自己的路	2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.選擇適合個人的適應策略並實際執行。 2.檢視個人運用並執行策略的狀況。 3.分享運用策略適應環境的感受及樂趣。 4.檢視執行策略的狀況並修正。	【活動 2】走出自己的路 1.教師鼓勵兒童運用方法執行一段時間。 2.教師提問：選擇適合的方法並具體實踐後，請運用檢核表檢視你的實際執行情況。 3.教師發下每人一份「新環境適應方法檢核表」學習單（詳見教師手冊第 30 頁），請兒童檢核方法執行的情形，並將執行狀況和行動後的省思記錄下來。 4.教師可請兒童先與同組同學分享執行狀況，再讓兒童換組分享，並進一步引導兒童思考：在執行的過程中，有哪些想法、感受或樂趣呢？請和同學分享你面對新環境的適應狀況。 5.教師鼓勵兒童繼續運用學得的方法，勇敢面對困境並做適度的調整。 6.教師提問：在執行的過程中，你有什麼發現與想法？對你適應新環境有什麼幫助？ 7.教師引導兒童思考：適應新生活的方法在執行中遇到困難時，你有什麼解決的方法或修正的策略呢？ 8.請兒童運用檢核表，分享自己遇到困難時的解決方法，並說明修正的方向。 9.教師鼓勵兒童分享自己的想法，並適時給予回饋。 10.教師鼓勵兒童進一步嘗試：你還想嘗試執行哪些新方法或策略？請運用適合自己的方式適應新環境，盡量參與各項活動。	3	1.教師： (1)對開書面紙 6～8 張、A4 回收紙、空白小卡、膠帶。 (2)準備與全班人數相同數量的「新環境適應策略檢核表」學習單。 2.學生：彩色筆。	1.實作評量 2.活動參與 3.態度評量 4.自我省思	【性別平等教育】 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
五	9/26 9/30	人際跑跳碰	人格特質大不同	3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效處理人際互動的問題。	1.覺察每個人特質的異同。 2.分享和不同特質的人相處的經驗。 3.探討相處不愉快的原因，並嘗試改善。	【活動1】人格特質大不同 1.教師於課前製作大型「人格特質標籤」(可參考教師手冊第44頁附件)。 2.請兒童思考什麼是人格特質，並配合兒童的發表，將大型人格特質標籤張貼在黑板上。 3.教師可針對各項特質進行說明，引導兒童覺察自己擁有的特質。 4.教師提問：每個人都有不同的個性與特質，請簡單介紹你的個性與特質吧！ 5.選擇小組中的一個同學為目標，其他人輪流說出他的個性與人格特質，再想想看，同學和你的觀察一樣嗎？另外，同學是怎麼形容你的？和你所認知的自己相同嗎？ (1)別人眼中同學的特質和自己認識的一樣嗎？哪些部分大家的看法相同？哪些部分的差異較大？你認為原因是什麼？ (2)你喜歡同學的哪些特質呢？ (3)你知道自己的特質嗎？ (4)同學認為你有哪些特質呢？這些特質中，哪些是你本來就知道的？哪些你從來沒發現過？ (5)你覺得自己身上哪個特質對你來說是最重要的？為什麼？ 6.教師發下每人一張「人格拼圖」學習單(詳見教師手冊第45頁)，請兒童完成。 7.教師提問：當同學對你的形容和你認知的自己不同時，你有什麼感受？ 8.兒童分別上臺發表。	3	1.教師：大型人格特質標籤、人格拼圖學習單。	1.活動參與 2.討論發表 3.自我省思	【性別平等教育】 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 【家政教育】 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。 【人權教育】 1-3-2 理解規則之制定並實踐民主法治的精神。 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。	四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
六	10/3 10/7	人際跑跳碰	人格特質大不同	3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效處理人際互動的問題。	1.覺察每個人特質的異同。 2.分享和不同特質的人相處的經驗。 3.探討相處不愉快的原因，並嘗試改善。	【活動1】人格特質大不同 1.教師將兒童分組，請兒童在組內分享和不同人格特質的人相處不愉快的經驗，教師說明分享流程，先說出不愉快的經驗，再說出不愉快的原因，最後說出當時處理的方法。 (1)每個人都具備很多特質，有些特質和別人一樣，有些不一樣，你和特質不同的人相處時，可能有愉快融洽的氣氛，但也可能有不愉快的經驗，想一想，你曾有哪些不愉快的經驗？ (2)你認為造成不愉快的原因是什麼？ (3)當時如何處理呢？ 2.教師提問：你認為你的處理方法適當嗎？為什麼？ 3.教師請兒童反思：你是否已經了解自己和同學們的特質？ 4.教師鼓勵兒童多嘗試與不同特質的同學相處，了解彼此的優點，也包容不同特質的同學，增加人際相處的和諧能力。 5.教師請兒童分享：除了不愉快的經驗之外，也和同學分享一些你與人相處愉快的經驗吧！ 6.教師總結：在成長過程中，每個人會受到不同的因素影響，而形成不同的特質，使得每個人都是獨一無二的；應當用尊重、包容的態度，相互交流和學習。	3	1.教師：大型人格特質標籤、人格拼圖學習單。	1.活動參與 2.討論發表 3.自我省思	【性別平等教育】 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 【家政教育】 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。 【人權教育】 1-3-2 理解規則之制定並實踐民主法治的精神。 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。	四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
七	10/10 10/14	人際跑跳碰	相處有策略	3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效處理人際互動的問題。	1.透過角色扮演，了解造成人際互動問題的原因。 2.考量多方的建議，運用同理心，了解他人的想法及感受。 3.執行策略解決人際互動中遇到的困難。	【活動 2】相處有策略 1.教師引導兒童思考： (1)在學校你常和同學互動，還是常一個人單獨行動呢？ (2)你比較喜歡怎樣的互動方式？為什麼？ (3)你和同學互動的過程順利嗎？ 2.想一想，目前你最想解決的人際互動問題有哪些？為什麼會產生這些問題呢？ 3.請試著站在雙方的立場，考量雙方的想法後，提出解決的策略並執行。 4.兒童以角色扮演的方法呈現解決的策略。 5.教師小結：你也可能和同學相處融洽，沒有人際互動的問題，請善用你的互動技巧，協助其他同學解決相關問題吧！ 6.教師請兒童根據生活經驗，提出與同學、團體或家人相處時，需要解決的人際問題。教師提問：除了在學校之外，你還曾經在其他團體中發生人際互動的問題嗎？透過下面的情境進行角色扮演，分享你的處理方法，也聽聽同學的建議。 7.引導兒童根據個人特質與經驗，分享對這些問題的看法與做法。 8.教師請各組針對問題討論原因，模擬人際問題的解決策略，體驗解決人際互動的過程與感受。 9.教師引導兒童將人際相處的情形，擴展到家庭，教師提問：和家人相處也是人際互動中重要的一環，想一想，當你和家人的互動產生問題時，能以什麼策略解決呢？請和同學討論並分享。 10.引導兒童在各組的角色扮演之後，盡量提出各種解決策略。	3	1.教師：人際互動情境題。 1.角色扮演 2.活動參與 3.討論發表 4.自我省思 5.態度評量	【性別平等教育】 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 【家政教育】 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。 【人權教育】 1-3-2 理解規則之制定並實踐民主法治的精神。 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。	四、表達、溝通與分享	

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
八	10/17 10/21	人際跑跳碰	互動有妙招	3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效處理人際互動的問題。	1.分享解決人際互動問題的經驗。 2.檢討人際互動策略失敗的原因。 3.透過省思、修正、再執行的循環解決人際互動的問題。	【活動3】互動有妙招 1.教師分享自己解決人際互動問題的經驗。 2.教師依據兒童在活動2執行的成果提問：你最想解決的人際互動問題圓滿的解決了嗎？請利用「改善人際互動問題紀錄表」將你解決問題的經過記錄下來。 3.教師發下每人一張「改善人際互動問題紀錄表」學習單（詳見教師手冊第57頁），請兒童利用實踐日誌的方式，將進行解決策略的過程和結果，用文字或圖畫記錄下來並分享。 4.教師請兒童分享準備實施解決策略時的感受，以及自己做了哪些準備。 5.教師請解決策略達成目的的同學，分享對方的反應，以及自己的感受。 6.教師提問：如果你的改善人際互動問題的策略失敗了，你會怎麼辦？ (1)請沒達成目標的兒童，說一說實踐的過程。 (2)請各小組透過討論，找出失敗的可能原因，並提出改善方案。 7.教師引導兒童參考同學提供的建議，轉化成自己適合進行的實踐方法，並進行演練。 8.請兒童再次執行修正過的方法，以解決人際互動的問題。 9.教師引導兒童透過討論，統整出解決人際互動問題的過程，包括：事件或問題、分析原因、提出策略、執行行動、檢討修正。 10.可以邀請同學或家人集思廣益，整理出解決人際相處問題的步驟，探索執行策略失敗的原因，尋找更適合的做法後，再嘗試繼續執行。 11.處理人際相處的問題時，必須根據對方的個性以及當時的情況，彈性選擇適當的做法呵！	3	1.教師：「改善人際互動問題紀錄表」學習單。	1.討論發表 2.實作評量 3.態度評量 4.自我省思	【性別平等教育】 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 【家政教育】 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。 【人權教育】 1-3-2 理解規則之制定並實踐民主法治的精神。 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。	四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
九	10/24 10/28	尊重心關懷情	美食無國界	3-3-3 尊重與關懷不同的族群。	1.分享嘗試各族群特色飲食的感受。 2.發現各族群飲食與文化相互間的關係。 3.接納不同族群的特色飲食文化。	【活動1】美食無國界 1.教師展示各地區的美食圖片，或播放各地的美食節、美食博覽會等族群美食活動影片。 2.兒童展示自己和家人參加過的各地區美食活動照片或影片，教師引導兒童分享：你曾經吃過哪些不同地區或不同族群的料理？這些料理有什麼特色呢？你還對哪些地區或族群的料理文化印象深刻？為什麼？ 3.教師請兒童課前查詢網路或圖書館資料，蒐集各地區、族群飲食特色，了解其飲食特色與文化的關係。教師請兒童分享：你知道各地區、族群的飲食特色如何形成嗎？跟各地區、族群的文化有什麼關係呢？想一想，你能理解飲食和文化間的關聯嗎？ 4.教師將兒童分組，並請每組執行：請帶一道具有地區與族群特色的料理到班上，向同學介紹這道料理的特色和它所代表的文化背景，進行分享與交流！聽了同學的介紹後，再尝尝這些料理，你有什麼感受？ 5.教師介紹新聞曾報導過的幾種外國人無法接受的 <u>臺灣</u> 食物，例如：皮蛋、臭豆腐、豬血糕等。 6.教師請兒童分享：新聞報導有些外國人無法接受下列幾種 <u>臺灣</u> 食物，你有什麼看法呢？ 7.教師請兒童想一想：當別人喜歡你難以接受的食物時，你有什麼感受？ 8.教師介紹一些特殊的食物，例如：鴨仔蛋、榴槤、生魚片、拜拜的供品等。 9.教師提問：你對下面這些食物有什麼看法？你了解他們的文化背景嗎？如果有機會品嘗，你會試試看嗎？為什麼？	3	1.教師： (1)各地區的美食圖片；各地美食節、美食博覽會等族群美食活動影片。 (2)蒐集各地區、族群飲食特色資料，及其與文化的關係。 2.學生： (1)課前蒐集自己和家人參加過的各地美食活動照片或影片。 (2)課前查詢網路或圖書館資料，蒐集各地區、族群飲食特色，及其與文化的關係。 (3)分組準備一道不同地區或族群的料理，並了解其文化背景。	1.口頭發表 2.活動參與 3.態度評量 4.討論發表	【性別平等教育】 3-3-4 檢視不同族群文化中的性別關係。 3-3-5 體認社會和歷史演變過程中所造成的性別文化差異。 【人權教育】 1-3-4 瞭解世界上不同的群體、文化和國家，能尊重欣賞其差異。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 【海洋教育】 3-3-3 說明臺灣不同時期的海洋文化，並能尊重不同族群。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十	10/31 11/4	尊重心關懷情	文化你我他	3-3-3 尊重與關懷不同的族群。	1.理解不同族群的文化特色與習俗。 2.探索不同族群文化特色與習俗的差異。 3.尊重與包容各族群的文化特色。	【活動 2】文化你我他 1.教師播放各地文化活動的影片，例如：客家文化節、阿美族豐年祭等，請兒童思考各地辦理活動的目的、過程與影響，引導兒童看見不同文化的特色，進而引發族群文化的討論。 2.兒童展示自己和家人曾參與各族群文化的活動照片或影片，教師請兒童分享：你曾和家人一起參加過哪些地區或族群的文化活動呢？參加這些活動帶給你什麼感受？ 3.教師鼓勵兒童和家人多參加不同族群的文化活動，可以更了解並欣賞不同族群的文化內涵。 4.教師張貼各地區特殊的飲食、服飾、住屋等圖片或播放相關影片，讓兒童比較其異同，再請兒童分組討論：你還知道哪些特殊的習俗或文化？對這些習俗或文化你有什麼看法？ 5.聽完同學的分享後，你有哪些想要體驗看看的習俗或文化呢？	3	1.教師： (1)蒐集客家文化節、阿美族豐年祭等族群文化活動影片。 (2)蒐集各地區特殊的飲食、服飾、住屋等圖片或影片。 2.學生：課前蒐集自己和家人曾參與各族群文化活動的照片或影片。	1.口頭發表 2.活動參與 3.態度評量 4.討論發表	【性別平等教育】 3-3-4 檢視不同族群文化中的性別關係。 3-3-5 體認社會和歷史演變過程所造成的性別文化差異。 【人權教育】 1-3-4 瞭解世界上不同的群體、文化和國家，能尊重欣賞其差異。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 【海洋教育】 3-3-3 說明臺灣不同時期的海洋文化，並能尊重不同族群。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十一	11/7 11/11	尊重心關懷情	文化你我他	3-3-3 尊重與關懷不同的族群。	1.理解不同族群的文化特色與習俗。 2.探索不同族群文化特色與習俗的差異。 3.尊重與包容各族群的文化特色。	【活動 2】文化你我他 1.教師請兒童回想聽過的習俗，並和同學討論：在生活周遭會面對各種不同的風俗習慣或文化，你能接納哪些呢？為什麼有些你難以接納呢？ 2.你會如何面對各地區與族群的生活文化與風俗習慣？對於需要關懷的不同族群，你會如何對待他們呢？ 3.看到這些地區或族群的文化或風俗習慣，你會怎麼想或怎麼做呢？ 4.在日常生活中，試著用不同的角度看待不同族群的生活和文化，你會看到更寬闊的世界呵！ 5.教師請兒童分組討論：臺灣有許多不同的族群，包括原住民、新移民、客家鄉親等，我們要如何認識並接納他們的風俗習慣和文化活動？如何對他們付出關懷與協助？ 6.教師鼓勵兒童：利用假日和家人拜訪原鄉，或是參加不同族群的文化活動，培養以尊重的態度看待不同族群的文化。	3	1.教師： (1)蒐集客家文化節、阿美族豐年祭等族群文化活動影片。 (2)蒐集各地區特殊的飲食、服飾、住屋等圖片或影片。 2.學生：課前蒐集自己和家人曾參與各族群文化活動的照片或影片。	1.口頭發表 2.活動參與 3.態度評量 4.討論發表	【性別平等教育】 3-3-4 檢視不同族群文化中的性別關係。 3-3-5 體認社會和歷史演變過程中所造成的性別文化差異。 【人權教育】 1-3-4 瞭解世界上不同的群體、文化和國家，能尊重欣賞其差異。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 【海洋教育】 3-3-3 說明臺灣不同時期的海洋文化，並能尊重不同族群。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十二	11/14 11/18	尊重心關懷情	讓愛傳出去	3-3-3 尊重與關懷不同的族群。	1.體會不同族群的心情與感受，以同理心對待他們。 2.探索生活周遭需付出關懷的族群。 3.規畫並執行關懷族群行動。 4.持續關懷與服務各種族群，培養尊重與包容不同族群的思維和態度。	【活動3】讓愛傳出去 1.教師請兒童展示自己曾和家人一起參加的關懷族群活動照片或影片，請兒童分享：你曾經參加過哪些關懷不同族群的活動？這些活動帶給你什麼感受？ 2.教師引導兒童分組透過對話、討論、分析，分享活動後的感受，從中認識了解不同族群的困境，學習關懷與尊重不同族群。 3.教師說明政府機關提供不同族群的協助措施，包括：經濟扶助、急難災害救助、醫療照護、就學與就業保障等，並介紹 <u>伊甸社會福利基金會</u> 、 <u>陽光社會福利基金會</u> 、 <u>心路社會福利基金會</u> 、 <u>喜憨兒社會福利基金會</u> 、 <u>羅慧夫顱顏基金會</u> 等社福機構針對不同族群的關懷與協助，接著，請各組兒童分享蒐集社會上關懷不同族群措施的資料並分享。 4.教師請兒童思考：你知道社會上對不同族群有哪些關懷與協助的措施嗎？他們為什麼要做這些事呢？ 5.在生活周遭你還有哪些想關懷或了解的族群呢？對於他們你有什麼想法呢？	3	1.教師： (1)蒐集伊甸社會福利基金會、陽光社會福利基金會、心路社會福利基金會、喜憨兒社會福利基金會、羅慧夫顱顏基金會等社福機構關懷協助的報導。 (2)飢餓三十、五味屋、喜憨兒義賣、待用餐報導等關懷活動影片。 2.學生：蒐集自己曾和家人一起參加的關懷族群活動照片或影片。	1.口頭發表 2.活動參與 3.態度評量 4.討論發表	【性別平等教育】 3-3-4 檢視不同族群文化中的性別關係。 3-3-5 體認社會和歷史演變過程中所造成的性別文化差異。 【人權教育】 1-3-4 瞭解世界上不同的群體、文化和國家，能尊重欣賞其差異。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 【海洋教育】 3-3-3 說明臺灣不同時期的海洋文化，並能尊重不同族群。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十三	11/21 11/25	尊重心關懷情	讓愛傳出去	3-3-3 尊重與關懷不同的族群。	1.體會不同族群的心情與感受，以同理心對待他們。 2.探索生活周遭需付出關懷的族群。 3.規畫並執行關懷族群行動。 4.持續關懷與服務各種族群，培養尊重與包容不同族群的思維和態度。	【活動3】讓愛傳出去 1.教師請兒童分組討論：你會如何用行動來了解各個族群並付出關懷呢？利用課餘時間分組規畫，再執行服務關懷活動吧！ 2.請兒童利用課餘時間完成族群關懷行動。 3.各組分享參加服務關懷體驗活動後，你有什麼新的發現？ 4.教師結語：針對不同族群的需要，付出我們的關懷與協助，才能給予真正的幫助。 5.教師說明族群的關懷與協助活動應持續進行，並引導兒童思考後分組討論：想想看，如果要持續進行服務關懷活動，你會怎麼做呢？ 6.教師總結：在一個進步的社會中，各個族群都應該要受到大家的關懷與協助，我們要包容、接納彼此的差異，並持續的關懷他人呵！	3	1.教師： (1)蒐集伊甸社會福利基金會、陽光社會福利基金會、心路社會福利基金會、喜憨兒社會福利基金會、羅慧夫顱顏基金會等社福機構關懷協助的報導。 (2)飢餓三十、五味屋、喜憨兒義賣、待用餐報導等關懷活動影片。 2.學生：蒐集自己曾和家人一起參加的關懷族群活動照片或影片。	1.口頭發表 2.活動參與 3.態度評量 4.討論發表	【性別平等教育】 3-3-4 檢視不同族群文化中的性別關係。 3-3-5 體認社會和歷史演變過程所造成的性別文化差異。 【人權教育】 1-3-4 瞭解世界上不同的群體、文化和國家，能尊重欣賞其差異。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 【海洋教育】 3-3-3 說明臺灣不同時期的海洋文化，並能尊重不同族群。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十四	11/28 12/2	環境守護者	大自然受傷了	4-3-3 覺察環境的改變與破壞可能帶來的危險，並珍惜生態環境與資源。	1.覺察生活周遭環境的改變，發現目前的環境問題。 2.了解環境異常變化對生活造成的影響。 3.繪製心智圖分析環境變化的原因。 4.探究個人能為生活環境的改善而做的努力。	【活動1】大自然受傷了 1.透過真實的新聞事件引發兒童討論，例如：林肯大郡的不當開發，造成山坡滑落、居民傷亡。 2.教師請兒童思考：地球環境隨時都在變化，有的變化是自然的演變，有的是人類的行為所造成的。人類經年累月的過度開發與利用，使環境惡化，並導致許多不尋常的環境變遷。請蒐集有關環境異常的資料，帶來班上和同學分享並討論。 3.教師說明查詢資料的管道，例如：新聞報導、雜誌、網路、書籍、電影、政府機構、民間環保團體等。 4.教師請各組上臺報告討論的結果，並於各組報告之後，請其他同學根據報告的內容提出問題，再請報告的兒童進行說明，或由教師補充說明。 5.教師提醒：各組報告後，將整理好的資料張貼在教室中，提供同學課餘時間詳細閱覽。	3	1.教師：準備臺灣環境汙染的照片、影片，以及相關新聞事件。 2.學生： (1)蒐集環境異常資料。 (2)彩色筆及繪圖工具。	1.口頭發表 2.態度評量 3.學習紀錄 4.討論發表	【環境教育】 3-3-1 關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 【家政教育】 3-3-2 運用環境保護與資源回收並於生活中實踐。 【海洋教育】 5-3-6 蒐集海洋環境議題之相關新聞事件(如海洋汙染、海岸線後退、海洋生態的破壞)，瞭解海洋遭受的危機與人類生存的關係。 5-3-7 探討河流或海洋生態保育與生活的關係。	十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十五	12/5 12/9	環境守護者	大自然受傷了	4-3-3 覺察環境的改變與破壞可能帶來的危險，並珍惜生態環境與資源。	1.覺察生活周遭環境的改變，發現目前的環境問題。 2.了解環境異常變化對生活造成的影響。 3.繪製心智圖分析環境變化的原因。 4.探究個人能為生活環境的改善而做的努力。	【活動1】大自然受傷了 1.這些地球上的變異對我們的生活會造成什麼影響？請和同學一起思考。 2.教師引導兒童討論環境異常現象的形成因素、造成的影響及因應策略等內容。 3.教師引導兒童分組合作，討論環境異常的原因、影響和策略，將思考的過程做成心智圖，學習將資料進行分析與判斷的技能。 4.各組展示心智圖作品並說明。 5.教師引導兒童思考： (1)在蒐集環境異常變化的過程中，有哪些新發現？ (2)當你了解全球環境異常變化的因素之後，你有什麼想法？ (3)我們要如何珍惜美好的自然環境？受到破壞的環境可以如何改善呢？ 6.教師統整歸納並提問：經過前面深入的分析與探討，可以發現大自然是一個生態圈，所有物種的生存都息息相關，想一想，你能為自己生存的環境做哪些努力呢？請提出具體的做法。 (1)教師可根據兒童所提出的建議和做法，適時加入無痕山林的七大守則、節能減碳、不過度捕撈海洋資源和減少各種汙染等環保概念。 (2)教師可延伸環保概念，請兒童分辨在減緩地球環境惡化的做法中，哪些是我們在生活中可以進行或改善的？哪些是需要政府機關支持或主導的？ 7.教師統整兒童的想法，作為活動2執行環保計畫的準備。	3	1.教師：準備臺灣環境汙染的照片、影片，以及相關新聞事件。 2.學生： (1)蒐集環境異常資料。 (2)彩色筆及繪圖工具。	1.口頭發表 2.態度評量 3.學習紀錄 4.討論發表	【環境教育】 3-3-1 關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 【家政教育】 3-3-2 運用環境保護與資源回收並於生活中實踐。 【海洋教育】 5-3-6 蒐集海洋環境議題之相關新聞事件(如海洋汙染、海岸線後退、海洋生態的破壞)，瞭解海洋遭受的危機與人類生存的關係。 5-3-7 探討河流或海洋生態保育與生活的關係。	十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十六	12/12 12/16	環境守護者	綠色生活達人	4-3-3 覺察環境的改變與破壞可能帶來的危險，並珍惜生態環境與資源。	1.認識並嘗試社會團體所推動的環保節能行動。 2.落實環保觀念，提出減緩地球環境惡化的具體做法。 3.規畫綠色生活行動，在家庭和學校執行。 4.修正綠色生活行動計畫，持續實踐環境保護行動。	【活動 2】綠色生活達人 1.教師請兒童分享調查結果，說出社會團體推動的環保節能活動。分享的方向為： (1)你利用哪些方法蒐集到這些活動資料？ (2)目前有哪些機關團體，在環保節能方面付出實際的行動？ (3)這些機關團體為了保護生活環境，推行哪些活動和措施？ 2.你還找到哪些資料，可以當作實行環保行動的參考呢？ 3.教師補充說明，除了進行節能減碳行動外，也可以配合機關團體所舉辦的活動，一起保護地球環境。 4.教師鼓勵兒童，邀請家人共同參與各團體舉辦的環保節能活動，一起保護地球環境，並記錄參加的過程和收穫，到班上和同學分享。 5.教師請兒童在課餘時間，和家人統計食、衣、住、行、育、樂等行為所使用的能源，進行排碳數據的計算，了解自己生活中所產生的碳足跡。 6.教師可查詢「清淨家園顧厝邊綠色生活網」，引導兒童依據自己每日從家裡到學校採用的交通方式，填寫碳足跡試算表，和全班進行討論分享。 7.教師可參考「新北市低碳生活網」，引導兒童填寫食物排碳量統計表，檢視自己的飲食習慣是否達到低碳的目標，和全班討論分享。 8.教師可利用「教育部校園節能減碳資訊平臺」，引導兒童記錄在家中使用電器的情形，例如：電腦、電視、日光燈與吹風機等，逐一檢視排碳量。 9.教師在碳足跡計算活動中，請排碳量較低的兒童分享自己和家人有效的減碳方法。	3	1.教師：蒐集各機關團體的節能保育資料，例如：摺頁、海報、宣傳單、新聞報導等。 2.學生： (1)蒐集各機關團體的節能保育資料，例如：摺頁、海報、宣傳單、新聞報導等。 (2)綠色生活行動項目表。	1.態度評量 2.口頭發表 3.活動參與 4.討論發表	【環境教育】 3-3-1 關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 【家政教育】 3-3-2 運用環境保護與資源回收並於生活中實踐。 【海洋教育】 5-3-6 蒐集海洋環境議題之相關新聞事件(如海洋汙染、海岸線後退、海洋生態的破壞)，瞭解海洋遭受的危機與人類生存的關係。 5-3-7 探討河流或海洋生態保育與生活的關係。	十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十七	12/19 12/23	環境守護者	綠色生活達人	4-3-3 覺察環境的改變與破壞可能帶來的危險，並珍惜生態環境與資源。	1.認識並嘗試社會團體所推動的環保節能行動。 2.落實環保觀念，提出減緩地球環境惡化的具體做法。 3.規畫綠色生活行動，在家庭和學校執行。 4.修正綠色生活行動計畫，持續實踐環境保護行動。	【活動2】綠色生活達人 1.請兒童依據自己、家庭和學校的狀況，設計個人版、家用版和學校版的「綠色生活行動項目」：聽了同學的分享後，選擇適合你的策略，整合成個人和家庭可以執行的「綠色生活行動項目」，張貼在家中顯眼處，時時提醒自己和家人，在生活中落實節能減碳。另外，再和同學討論學校版的「綠色生活行動項目」，在學校互相提醒並隨時實踐。 2.綠色生活實施一週後，教師請兒童將「綠色生活行動項目」帶來和大家分享。 3.教師引導兒童延伸思考：你做到了多少？你還有哪些環保的妙招呢？ 4.除了個人和家庭以外，學校推動了哪些節能減碳綠色生活行動？ 5.教師請兒童反思：執行個人、家庭、學校與社區的綠色生活行動以後，你的感受如何？你的生活習慣有了什麼改變？ 6.兒童分享執行狀況後，教師提問：想一想，你的綠色生活行動還有哪些可以調整的地方呢？ 7.教師鼓勵兒童：如果你做的環保行動對你產生了很好的影響，也可以把這些行動推薦給周遭的人，大家一起做環保呵！	3	1.教師：蒐集各機關團體的節能保育資料，例如：摺頁、海報、宣傳單、新聞報導等。 2.學生： (1)蒐集各機關團體的節能保育資料，例如：摺頁、海報、宣傳單、新聞報導等。 (2)綠色生活行動項目表。	1.態度評量 2.口頭發表 3.活動參與 4.討論發表	【環境教育】 3-3-1 關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 【家政教育】 3-3-2 運用環境保護與資源回收並於生活中實踐。 【海洋教育】 5-3-6 蒐集海洋環境議題之相關新聞事件(如海洋汙染、海岸線後退、海洋生態的破壞)，瞭解海洋遭受的危機與人類生存的關係。 5-3-7 探討河流或海洋生態保育與生活的關係。	十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十八	12/26 12/30	化解環境危機	颱風地震應變通	4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.了解不同的居住地區和環境，防颱準備也有所不同。 2.規畫適合自己家的防颱檢核表。 3.了解在不同的環境中，應有不同的防震反應。 4.面對颱風和地震時做好準備並尋求可運用的資源。 5.演練遇到災害時的應變與逃生技巧，思考防止災害擴大的做法。	【活動1】颱風地震應變通 1.教師展示颱風來襲時的照片或播放相關影片，說明颱風可能帶來的災害。 2.教師引導兒童思考：想想看，颱風來襲前，居住在不同地區的人，事前的防颱準備措施有哪些不同？ 3.兒童報告的內容若不適切，教師可以立即釐清更正，並帶領全班討論。 4.了解居住在不同的地區有不同的防颱準備措施後，請規畫一份屬於你家的「防颱措施檢核表」。 5.教師引導兒童根據自己居住的地區，規畫適合自己居住區域的「防颱檢核表」。 6.教師可引導兒童思考其他地區的防颱方法，例如：如果居住在鄉下或海邊，應該還需要檢核哪些項目呢？ 7.當颱風來襲時，有哪些資源可以運用？有哪些應變的策略呢？ 8.教師說明並提問：颱風過境後，若輕忽颱風對環境造成的影響，也容易導致不必要的意外發生。你知道颱風過後，需要處理哪些災後事項嗎？ 9.教師請兒童參考學生手冊第 69 頁範例，反思颱風過後實踐的情況：你做到了哪些災後處理？還需要改善什麼？請完成「颱風災後處理紀錄表」。	3	1.教師： (1)蒐集颱風來襲時的相關照片或影片。 (2)準備與全班人數相同數量的白紙。	1.態度評量 2.口頭發表 3.蒐集整理 4 操作演練 5.討論發表	【性別平等教育】 2-3-9 瞭解人人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。 2-3-10 瞭解性別權益受侵犯時，可求助的管道與程序。 【人權教育】 2-3-1 瞭解人身自由權並具有自我保護的知能。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 2-3-5 理解戰爭、和平對人類生活的影響。 【海洋教育】 4-3-2 瞭解海嘯形成的原因、影響及應變方法。	九、主動探索與研究

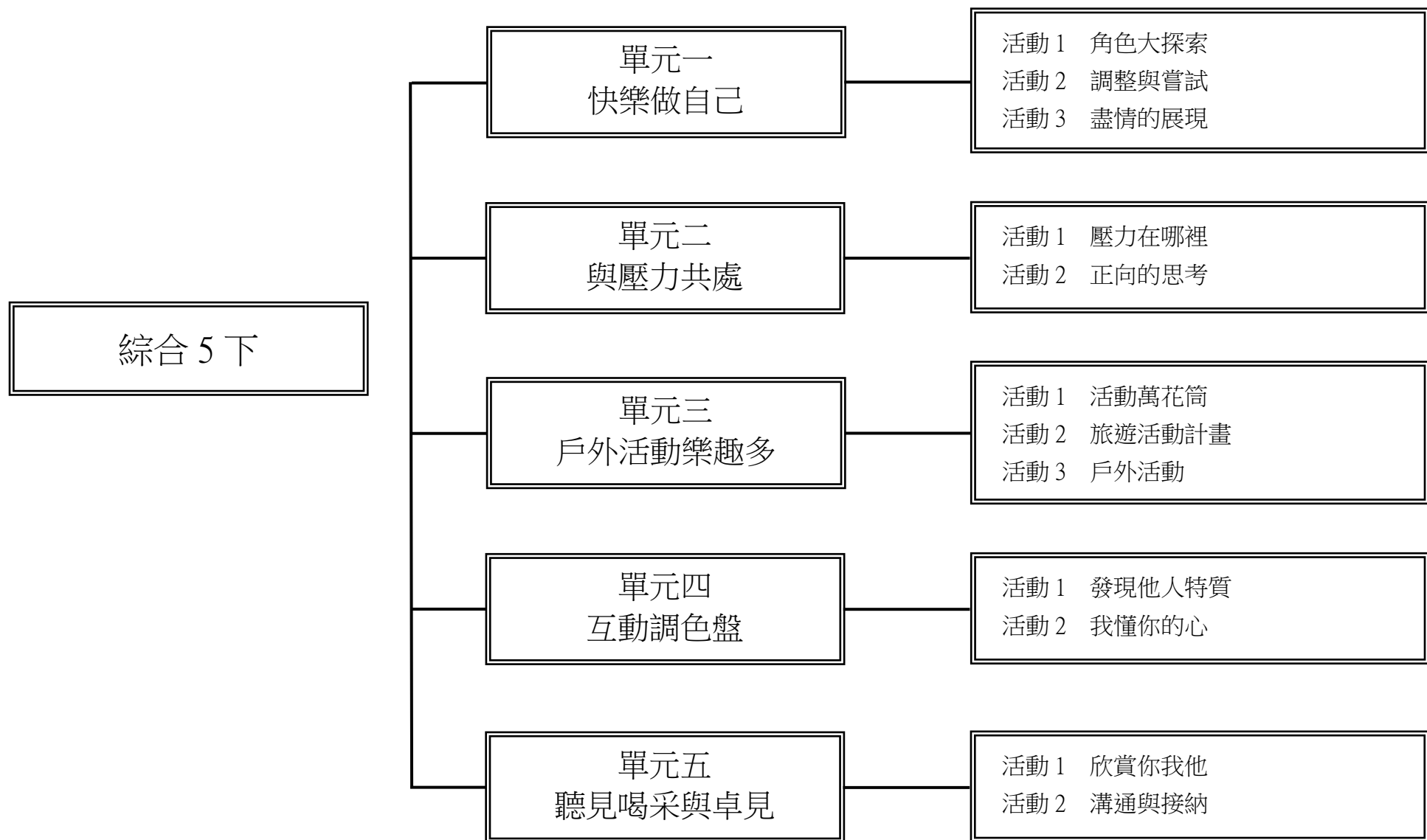
起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十九	1/2 1/6	化解環境危機	颱風地震應變通	4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.了解不同的居住地區和環境，防颱準備也有所不同。 2.規畫適合自己家的防颱檢核表。 3.了解在不同的環境中，應有不同的防震反應。 4.面對颱風和地震時做好準備並尋求可運用的資源。 5.演練遇到災害時的應變與逃生技巧，思考防止災害擴大的做法。	【活動1】颱風地震應變通 1.教師展示不同場景的照片，例如：室內、車上、室外、郊外、公共場所等，引導兒童思考：臺灣因為地理位置的關係，時常發生地震。說說看，在不同的場所遇到地震時，該如何應變呢？ 2.為了減少地震帶來的災害，平時可以做哪些防震準備呢？和同學一起蒐集資料，看看有哪些預防的做法和資源。 3.教師可視兒童的回答加以釐清與補充。 4.地震的來臨雖然無法預期，但事先做好應變策略，將有效降低災害。 5.教師引兒童依據不同的地點，實際演練地震的應變方法。全班分成3組，各組抽籤決定演練的主題，主題分別為：在家裡遇到地震時、在教室裡遇到地震時、在室外遇到地震時。兒童分組討論5分鐘後輪流演練操作。 6.想一想，地震過後，該加強注意哪些事情，以防止地震的災害擴大呢？和同學討論並分享。 7.教師統整後引導兒童思考：在日常生活中，你還能做到哪些防震準備，才能在地震發生時保護自己呢？ 8.教師依據兒童的回答，帶領全班釐清觀念。	3	1.教師： (1)準備室內、車上、室外、郊外、公共場所等不同場景的照片。 (2)籤筒與三張紙籤，紙籤上內容為：在家裡遇到地震時、在教室裡遇到地震時、在室外遇到地震時。	1.態度評量 2.口頭發表 3.蒐集整理 4.操作演練 5.討論發表	【性別平等教育】 2-3-9 瞭解人人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。 2-3-10 瞭解性別權益受侵犯時，可求助的管道與程序。 【人權教育】 2-3-1 瞭解人身自由權並具有自我保護的知能。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 2-3-5 理解戰爭、和平對人類生活的影響。 【海洋教育】 4-3-2 瞭解海嘯形成的原因、影響及應變方法。	九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
廿	1/9 1/13	化解環境危機	火災意外慎因應	4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.檢核居家防火安全事項。 2.掌握火災應變與脫困方法。 3.演練遇到火災時的應變與逃生避難步驟。 4.了解避免一氧化碳中毒的做法和緊急處理方法。 5.了解瓦斯漏氣的處理要點。	【活動 2】火災意外慎因應 1.地震發生時，若家中沒有即時關閉火源或瓦斯開關，可能會引發火災。想一想，居家防火安全要注意哪些事項呢？ 2.教師展示家庭簡易平面圖，說明居家防火診斷，可以自我檢視居家環境，了解家中火災危險因子，進而採取改善措施，以降低住宅火災的發生。引導全班分組蒐集資料並討論。 3.教師接著提問：如果不幸遇到火災，有哪些應變的做法呢？和同學蒐集資料，並歸納整理。 4.教師引導兒童上網蒐集相關資料，並鼓勵主動發表看法。 5.教師引導兒童思考：想想看，無法順利跑出房子逃生時，還可以利用哪些方法脫困呢？ 6.了解火災應變策略與可運用的資源後，試著找出居家的逃生避難步驟並演練。 7.教師帶領全班分成兩組，分別為演練組和回饋組，依序演練操作。一開始先描述火災發生時的情景，接著保留 5 分鐘供演練組討論，時間到後開始進行演練。 8.教師說明，演練組演練後可再思考與檢視修正。 9.此外，回饋組可思考並提供意見回饋，使其演練操作更熟練。完成之後，兩組角色對調再進行一次。 10.想一想，還有哪些防火安全需要加強？請提出來和大家一同討論並修正。 11.教師強調，面對火災時宜冷靜處理、善用逃生資源，可有效降低其他傷害的發生。	3	1.教師：家庭簡易平面圖。 2.學生：政府各機關團體防災宣導簡報。	1.態度評量 2.活動參與 3.蒐集整理 4.口頭發表 5.操作演練 6.討論發表	【性別平等教育】 2-3-9 瞭解人人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。 2-3-10 瞭解性別權益受侵犯時，可求助的管道與程序。 【人權教育】 2-3-1 瞭解人身自由權並具有自我保護的知能。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 2-3-5 理解戰爭、和平對人類生活的影響。 【海洋教育】 4-3-2 瞭解海嘯形成的原因、影響及應變方法。	九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
廿一	1/16 1/20	化解環境危機	火災意外慎因應	4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.檢核居家防火安全事項。 2.掌握火災應變與脫困方法。 3.演練遇到火災時的應變與逃生避難步驟。 4.了解避免一氧化碳中毒的做法和緊急處理方法。 5.了解瓦斯漏氣的處理要點。	【活動 2】火災意外慎因應 1.教師說明：火災發生時，常會釋放出各種有毒氣體，其中的一氧化碳因為無色、無味最容易被忽視，以至於一氧化碳中毒的意外事故頻傳。該如何有效防範一氧化碳中毒呢？請蒐集資料後分享。 2.教師提問：如果發現家人或朋友突然有頭昏、噁心、嗜睡等一氧化碳中毒的症狀時，該如何緊急處理呢？了解正確處理步驟後請實際演練操作。 3.全班分組，教師依據各組討論的結果，適時釐清觀念，參考學生手冊第 79 頁的演練步驟，指導各組依序演練操作。 4.教師提醒：碰到意外時要保持鎮定，才能有效的處理呵！ 5.教師說明：使用瓦斯時操作不當，造成瓦斯漏氣，也會引發火災或氣爆。如何檢查瓦斯是否漏氣呢？如果發現瓦斯漏氣，該怎麼辦呢？ 6.教師提問：經過學習後，你的危機應變能力是不是進步了呢？ 7 教師總結：我們對於周遭環境要隨時保持警戒心、小心提防，記得善用各種資源或策略，讓你的生活更安全呵！	3	1.教師：家庭簡易平面圖。 2.學生：政府各機關團體防災宣導簡報。	1.態度評量 2.活動參與 3.蒐集整理 4.口頭發表 5.操作演練 6.討論發表	【性別平等教育】 2-3-9 瞭解人人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。 2-3-10 瞭解性別權益受侵犯時，可求助的管道與程序。 【人權教育】 2-3-1 瞭解人身自由權並具有自我保護的知能。 2-3-4 理解貧窮、階級剝削的相互關係。 2-3-5 理解戰爭、和平對人類生活的影響。 【海洋教育】 4-3-2 瞭解海嘯形成的原因、影響及應變方法。	九、主動探索與研究

南投縣 111 學年度 第 二 學期 信義鄉 希娜巴嵐國民小學 五 年級 綜合活動 領域教學計畫表 設計者：松佳恩

一、課程架構圖：



二、課程理念：

1. 課程編輯的目的考量社會文化、學校教育活動、學習領域知識、教師教學與學生學習經驗等之需要。
2. 課程領域之內涵架構結合以四大主題和十二項核心素養之「橫向統整」及「縱向連貫」的完整系統，幫助兒童具備生活實踐的能力。
3. 在課程範圍的安排上兼顧新舊課程內容的融合，豐富課程內涵。
4. 本課程設計的前提是以兒童發展為主體，以生活教育、生命教育、生態教育為課程內涵，發展兒童全人教育為願景。

三、先備經驗或知識簡述：

1. 兒童已能覺察自己的興趣與專長。本冊將引導兒童探索自己在團體中的角色與行為表現；在團體中展現長處，省思並接納自己；能調整心態與行為，扮演好自己的角色。
2. 兒童已能辨識與他人相處時自己的情緒。本冊將引導兒童覺察自己的壓力來源，以及面對壓力時的狀態；了解解讀壓力的方式與情緒變化的關係；覺察自己的壓力來源並修正。
3. 兒童已具備參與戶外活動的經驗；能運用簡易知能體驗自然。本冊將引導兒童能參與規畫並執行工作，從事戶外活動；能尊重並愛惜自然與人文環境，體會自然與人文環境的意義與價值。
4. 兒童已能尊重不同特質的人；能考量各方意見，客觀分析人際問題發生的原因；能傾聽他人的意見，表達自己的想法。本冊將引導兒童能學習尊重不同性別的特質差異；能了解不同性別者的想法與立場，並以合宜的態度待之。
5. 兒童已能展現自己的長處，省思並接納自己。本冊將引導兒童發現他人的特質和優點；以真誠的態度和適當的方式欣賞他人的優點和表現；學習接納他人不同的意見。

四、課程目標：

1. 透過知、情、意、行四者合一的內化取向教材，培養兒童帶得走的能力。
2. 探索並表現個人在團體中的角色。
3. 覺察自己的壓力，能正向面對並克服。
4. 從規畫並參與戶外活動中，學習尊重自然和人文環境。
5. 與不同性別者互動時，展現合宜的行為。
6. 以真誠的態度欣賞並接納他人。

五、教學策略建議：

以「教人」的角度切入，則每位學生都有獲得完整人格，擁有豐富生命的機會，於是以達成「全人教育」的目標作為設計綜合活動課程要實現的願景。教師在活動進行中扮演著引導者、協助者的角色，隨時觀察兒童、鼓勵兒童，並適時提供協助；活動結束後，再回饋與統整該活動的重點，以達活動反思之目的。

六、參考資料：

1. 李坤珊（民 100）。讓孩子安心做自己。臺北市：天下雜誌。
2. 鄭石岩（民 89）。發揮創意教孩子。臺北市：遠流。
3. 容曉歌（民 99）。把壓力變成前進的動力。新北市：普天。
4. 意達（民 100）。征服壓力 100 個心理法則。臺北市：非凡。
5. 黃福森、邢正康（民 101）。戶外裝備輕量化完全實戰 BOOK：健行、登山、露營、旅行非懂不可！。臺北市：遠足文化。
6. 方偉達（民 99）。生態旅遊。臺北市：五南。
7. 羅伯特繆斯克（民 90）。紙袋公主。臺北市：遠流。
8. 夏洛特·佐羅托（民 87）。威廉的洋娃娃（楊清芬譯）。臺北市：遠流。
9. Harriet Ziefert（民 95）。爸爸的 33 種用處（陳柏伶譯）。臺北市：格林文化。
10. Anthony Browne（民 99）。朱家故事。臺北市：英文漢聲。

七、課程計畫：

學習總目標：

1. 覺察個人在團體中的角色和表現；認識各種角色在團體中的意義與價值；了解個人與他人在團體中角色的異同；適當扮演個人在團體中的角色。
2. 覺察個人面對的壓力來源；發現個人在面對壓力時的生理反應與心理狀態；發現個人面對壓力來源的想法與感受；解讀壓力來源及其與情緒間的關係。
3. 了解戶外活動的意義與價值；能分工合作，規畫並舉辦戶外活動；體會戶外活動的樂趣；產生尊重自然與人文環境的情懷。
4. 發現並尊重不同性別的特質差異；調整與不同性別者的互動方式；以合宜的態度和行為對待不同性別者。
5. 發現每個人擁有不同的特質和優點；以真誠且適當的方式欣賞他人；接納他人不同的特質與意見，並在生活中實踐。

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
一	2/13 2/17	快樂做自己	角色大探索	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.分享寒假期間參與各項團體活動的經驗和感受。 2.透過訪談活動，了解個人在團體中的角色與表現。 3.省思個人在團體中的表現，接納個人與他人對角色見解的異同。	【活動1】角色大探索 1.教師引導兒童思考：在學校、家庭和社團中，你分別扮演怎樣的角色呢？ 2.教師發下「角色紀錄表」學習單（詳見教師手冊第22頁），並利用學生手冊第8~9頁範例說明： (1)先寫上自己在學校、家庭或社團中的角色。 (2)訪問學校、家庭與社團中的親友和師長，請他們寫下對你在團體中的表現的看法。 (3)下次上課時，再和同學一起填寫學習單的「自我省思」欄位。 3.教師請兒童利用「角色紀錄表」學習單進行訪問：請記錄你在不同團體中扮演的角色，並訪問別人對你的看法，了解自己的表現吧！	3	1.學生：攜帶寒假期間參加團體活動時的照片、影片等相關資料。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.訪談紀錄	【生涯發展教育】 1-2-1 培養自己的興趣、能力。 2-2-3 認識不同類型工作內容。	七、規劃、組織與實踐
二	2/20 2/24	快樂做自己	角色大探索	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.分享寒假期間參與各項團體活動的經驗和感受。 2.透過訪談活動，了解個人在團體中的角色與表現。 3.省思個人在團體中的表現，接納個人與他人對角色見解的異同。	【活動1】角色大探索 1.兒童進行訪問後，教師引導兒童省思並填寫學習單下方的「自我省思」欄位： (1)別人的看法與我認識的自己有哪些相同之處？ (2)別人的看法與我認識的自己有哪些不同之處？ (3)造成這些不同之處的可能原因有哪些？ 2.教師引導兒童發表「角色紀錄表」學習單：想一想，在不同環境的不同團體中，你是否適當的扮演自己的角色？別人眼中的你適任嗎？與你了解的自己有什麼不同？ 3.教師引導兒童反思：發覺他人對自己的看法後，你有哪些感受？ 4.教師總結：從他人的看法中，你可以更了解自己呵！平時可適時的請他人提供你意見，並虛心接納和檢討呵！	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.訪談紀錄	【生涯發展教育】 1-2-1 培養自己的興趣、能力。 2-2-3 認識不同類型工作內容。	七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
三	2/27 3/3	快樂做自己	調整與嘗試	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.觀察周遭他人的角色，了解角色之間互相影響的關係。 2.從他人扮演角色時的表現，反思個人在團體中需要學習或調整之處。 3.分析團體中的角色，找出扮演好角色的方法並在生活中實踐。	【活動2】調整與嘗試 1.教師說明：觀察團體中的夥伴或長輩，想一想，他們扮演的角色是什麼？他們的角色和你的角色有什麼關係呢？ 2.兒童實際觀察並發表。 3.教師提問：這些夥伴或長輩在團體中有哪些稱職的表現？從他們的表現中，你發現哪些值得學習的地方呢？ 4.教師發下「角色透視鏡」學習單（詳見教師手冊第30頁），並提問：了解他人對你的看法，並觀察過他人的表現後，你認為自己有扮演好各個角色嗎？如果沒有，你會怎麼調整呢？填寫個人的「角色透視鏡」，再想一想吧！ 5.教師引導兒童閱讀學生手冊第14～15頁「角色透視鏡」範例，了解填寫方式：先選擇你在團體中想改進的角色，再根據活動1的「角色紀錄表」，以及你觀察他人扮演角色的心得，來完成「角色透視鏡」。 6.教師引導兒童分組並在組內分享自己的「角色透視鏡」：和同學分享你的「角色透視鏡」，再想一想，大家所提出的調整策略有什麼共同點呢？ 7.教師協助兒童統整扮演好角色的共同點後提問：每種策略和方法都可以嘗試做做看，你想怎麼執行呢？ 8.兒童實踐的過程中，教師宜提醒：練習扮演好自己的角色時，有沒有發現哪些改變呢？先記下來，下次上課和同學分享。	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.學習紀錄	【生涯發展教育】 1-2-1 培養自己的興趣、能力。 2-2-3 認識不同類型工作內容。	七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
四	3/6 3/10	快樂做自己	盡情的展現	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.分享練習適當扮演各種角色的心得。 2.覺察個人表現對於團體成員關係的影響，修正個人表現。	【活動3】盡情的展現 1.教師提問：經過調整後，在生活中擔任各個角色時，你有什麼不同的感受？你和其他人的關係有哪些改變呢？ 2.教師可延伸提問： (1)你擬定的每個調整策略都有做到嗎？ (2)實踐時，印象最深刻的事情是什麼？團體中的其他人對你的表現有什麼看法呢？ (3)當你努力扮演好自己的角色時，你認為你的表現如何影響其他團體成員？對團體有哪些影響呢？ 3.教師提問：實踐的過程中，你遇到哪些困難或問題？有哪些需要修正後再行動的部分呢？你會怎麼做？ 4.在各種團體活動中，需要不同的角色互相配合、齊心協力，才能共創美好的團體生活。想一想，你還可以做哪些事，為你在團體中的角色加分呢？ 5.兒童先在組內分享自己計畫再修正之處，以及為角色再加分的想法，再請組員提供建議。 6.教師請兒童再次行動：想好改進的方式與為角色加分的方法了嗎？請再次實踐並分享你的收穫。 7.教師提問： (1)再次行動後，你有什麼想法或心得？ (2)當我們扮演不同的角色時，還可以如何調整自己的心態或行為呢？ 8.教師歸納兒童分享的內容，引導兒童體會扮演好角色重要性，並鼓勵兒童：勇於面對各種角色的挑戰，並持續在生活中調整和修正，相信你能將自己在各個團體中的角色扮演得更好呵！	3		1.活動參與 2.態度評量 3.實作評量 4.學習紀錄	【生涯發展教育】 2-2-1 培養良好的人際互動能力。 2-2-5 培養對不同類型工作的態度。	七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
五	3/13 3/17	與壓力共處	壓力在哪裡	1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。	1.覺察日常生活中個人的壓力來源。 2.發現個人在面對壓力時的生理反應和心理狀態，及其造成的影響。 3.了解壓力產生的過程。	【活動 1】壓力在哪裡 1.教師請兒童分組進行踩氣球遊戲，接著引發討論：進行踩氣球遊戲時，你會覺得緊張或有壓力嗎？為什麼？ 2.教師請兒童分享舊經驗：想一想，在生活中，哪些情況曾讓你覺得有壓力呢？ 3.教師說明壓力的概念：產生壓力是一種正常的反應，它警惕我們準備採取保護措施，提高我們的應變能力。 4.教師請兒童分組討論：產生這些壓力時，你在身體、行為或情緒上會有怎樣的表現或反應呢？ 5.教師引導兒童發現：面對壓力可能產生一種以上的反應，而不同的壓力也可能導致相同的反應呵！ 6.教師請兒童思考：你最近心情如何？是否表現出和平常不同的反應？這可能是因為壓力而產生的現象呵！請找出你的壓力來源和身體、行為或情緒上的反應。 7.兒童記錄近日壓力來源和表現反應，並可模仿學生手冊第 26 頁將壓力來源與其表現反應連線。 8.教師引導兒童思考：想一想，壓力和反應如何互相影響呢？ 9.教師請兒童省思：想一想，這些帶來壓力的事件，會對你造成哪些影響呢？	3	1.教師：氣球、橡皮筋、自製壓力來源字卡。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表	【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	一、瞭解自我與發展潛能

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
六	3/20 3/24	與壓力共處	壓力在哪裡	1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。	1.覺察日常生活中個人的壓力來源。 2.發現個人在面對壓力時的生理反應和心理狀態，及其造成的影響。 3.了解壓力產生的過程。	【活動1】壓力在哪裡 1.教師統整兒童前在課堂上提到的各種壓力來源，製成壓力來源字卡(例如：生病、和好朋友吵架、被家人罵、因為搬家而轉學、考試成績不理想、心愛的物品遺失、功課太多做不完、參加比賽等)，張貼字卡於黑板並提問：想一想，你認為最難承受的壓力來源是什麼？為什麼？ 2.兒童先在組內分享自己最難承受的壓力來源，並說明原因。 3.統計組內最多人認為最難承受的壓力來源及原因，並上臺和全班分享。 4.教師請兒童分享：以你最難承受的壓力為例，說說看，你如何發現壓力的到來？ 5.教師補充說明：壓力的產生可分為二個部分，一是造成壓力的原因或事件，另一是我們對於該事件的情緒、生理與行為反應。前者是當我們處於變動的生活環境，與個人預期的經驗、想法、態度、習慣有很大的差異時，或個人的動機、需要未能滿足；後者則是因為前述原因影響了自主神經與內分泌系統的衡定調節，並引發緊張、激動、煩躁、生病、疲勞等慢性反應的發生。 6.教師引導兒童統整與反思：生活中可能完全沒有壓力嗎？為什麼？壓力一定會產生不好的影響嗎？ 7.教師總結：壓力源就是會帶來壓力的事物和處境，它是我們遇上真正或自以為具威脅性的事件時，所激發出一種身心不安、緊張、焦慮、苦惱和逼迫的感受狀態。壓力不全然是有害的，適度的壓力可以促進注意力集中、引發正向的情緒、激發潛能和增加成功因應事件的成就感。認識壓力來源和反應，才能進一步面對壓力呵！	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表	【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	一、瞭解自我與發展潛能

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
七	3/27 3/31	與壓力共處	正向的思考	1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。	1.發現個人面對壓力時的想法。 2.辨識面對壓力時產生各種想法的合理性。 3.覺察正向或負向解讀壓力時，情緒與壓力的變化。 4.能在生活中改變思考與反應，調整面對壓力時的想法與做法。	【活動 2】正向的思考 1.教師利用學生手冊第 30～31 頁的壓力情境，安排兒童分組演練並發表：壓力來臨時，你有哪些想法或感受？通常你會以怎樣的態度面對呢？ 2.教師提問：想一想，每個人對壓力事件的想法有何不同？為什麼？ 3.教師引導兒童思考：不同的想法會改變你的情緒和感受嗎？不同的想法可能對事件的結果造成哪些影響呢？ 4.了解自己和他人對壓力的想法後，你有什麼感受或新發現呢？ 5.教師說明：壓力源會讓人產生壓力感，每個人的壓力感可能不太一樣。壓力感的大小取決於個人對壓力源的重視程度、對有關事物和處境的管理控制能力，以及對自己的期望。不同程度的壓力感，會引起不同的壓力反應，並在生理、心理、認知、情緒等方面表現出來。 6.教師說明並提問：壓力和情緒常常伴隨著想法而產生，你覺得下面這些想法合理嗎？為什麼？ (1)每件事都只有一個正確且完美的解答，沒有任何例外。 (2)我一定要受到每個人歡迎，這樣才算是個成功的人。 (3)我很怕交不到朋友，如果有人不跟我玩，就代表他不喜歡我…… 7.教師提問並引導兒童分組透過對話、討論與分析，分享自己的想法：你認為產生這些想法時的情緒如何？這些想法和情緒與壓力來源之間有什麼關係呢？ 8.教師引導兒童思考：產生不合理的想法時，要怎麼正向思考？如何找出突破困境的方法呢？	3	1.教師：蒐集紓壓小祕方、紓壓活動或影片。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表	【家政教育】 3-3-6 利用科技蒐集生活相關資訊。 【生涯發展教育】 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	一、瞭解自我與發展潛能

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
八	4/3 4/7	與壓力共處	正向的思考	1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。	1.發現個人面對壓力時的想法。 2.辨識面對壓力時產生各種想法的合理性。 3.覺察正向或負向解讀壓力時，情緒與壓力的變化。 4.能在生活中改變思考與反應，調整面對壓力時的想法與做法。	【活動2】正向的思考 1.教師提問：最近的生活中，哪些事件帶給你壓力？分組想一想，你可以如何思考或反應呢？ 2.兒童分組討論並上臺發表，由教師將各組的發表記錄在黑板上後提問：你認為怎樣的思考方式比較正向和合理？ 3.教師延伸提問：我們的思考與反應，是引起壓力的關鍵嗎？ 4.教師說明：請在日常生活中用正向的角度思考，並說出你的感受。 5.請兒童分享利用正向思考來面對壓力後的心得，並分組討論：哪些壓力事件是你比較不擅長面對的呢？請分享你的反應與想法，並和同學討論正向思考與面對事件的做法。 6.教師請各組上臺發表討論結果並反思：其他組還提供了哪些不錯的正向詮釋和調整做法的建議呢？ 7.教師請兒童思考：在生活中面對壓力時，除了正向思考外，還可以運用哪些方式減輕壓力呢？ 8.教師可視教學情況，適度向兒童介紹輔導專線或單位。 9.教師說明：有了共同討論的「正向迎壓力計畫」和各種減壓方式後，請在生活中實踐。 10.教師引導兒童思考：想一想，調整面對壓力的想法和做法後，你的壓力減輕了嗎？還有哪些可以再加強或改進的地方呢？ 11.教師請兒童分享：嘗試正向面對壓力後，你有哪些不一樣的感受或發現呢？在生活中，你還可以持續做哪些事讓自己減輕壓力，並保持好心情呢？ 12.教師總結：別忘了在生活中時時注意自己的身心狀態，發現壓力時，要以合理、正向的心態面對，並調整想法和做法呵！	3	1.教師：蒐集紓壓小祕方、紓壓活動或影片。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表	【家政教育】 3-3-6 利用科技蒐集生活相關資訊。 【生涯發展教育】 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	一、瞭解自我與發展潛能

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
九	4/10 4/14	戶外活動樂趣多	活動萬花筒	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然與人文環境。	1.分享曾參與過的戶外活動，並以多元方式發表。 2.描述喜愛的戶外活動，並樂於交流與發現活動的價值與意義。	【活動1】活動萬花筒 1.教師引導兒童思考與發表：回想一下，你參與過哪些戶外活動？參與戶外活動時，有哪些難忘的經驗呢？請用你擅長的方式和同學分享。 2.兒童上臺發表。 3.教師提問：同學發表的戶外活動經驗中，你覺得哪個最有趣？哪個最特別？為什麼？ 4.教師引導兒童思考：想想看，你喜歡什麼戶外活動？哪些同學喜歡的戶外活動和你相同？你們為什麼喜歡這項戶外活動呢？ 5.兒童與同好交流後，教師提問：從別人喜歡的原因中，你有什麼新發現？ 6.教師鼓勵兒童踴躍發表。 7.教師帶領兒童回顧與思考：參與各種戶外活動時，有哪些益處呢？ 8.教師強調：戶外活動能滿足我們的好奇心，對大家的身心發展也有很大的幫助。透過參與戶外活動能拓展視野，還能強健體魄、促進社會人際交往呵！	3	1.教師：圖畫紙。 2.學生：參與戶外活動的照片、紀念品或印章戳記等資料。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表	【資訊教育】 3-3-2 能利用簡報軟體編輯並播放簡報。	七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十	4/17 4/21	戶外活動樂趣多	旅遊活動計畫	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然與人文環境。	1.蒐集資料進行提案，並選出最想參與的戶外活動。 2.依分配到的角色與任務，做好相關規畫與準備。 3.喜歡並能勝任負責的工作，從中獲得樂趣與成就感。	【活動2】旅遊活動計畫 1.教師協助全班分組並請各組討論：你想和班上同學從事哪一項戶外活動呢？請先蒐集資料，了解當地的自然景觀和文化特色，並整理出你推薦這個地點的原因，再向同學提出。 2.針對兒童推薦的地點進行表決：你喜歡哪一個提議？全班共同選出戶外活動的地點吧！ 3.針對票選結果，教師帶領兒童思考：決定戶外活動的地點後，應該和同學一起做哪些規畫與準備呢？ 4.教師引導兒童思考：想一想，這些規畫和準備工作可以怎麼分工呢？你想負責哪些工作呢？ 5.教師請各組討論：想一想，每項工作如何才能確實完成？和同學一起討論，分工合作完成準備工作吧！ 6.教師引導兒童再次檢視：還有哪些事要規畫並進行呢？ 7.教師提醒：準備得如何了呢？如果在執行工作時遇到困難，可以尋求老師、家人或同學的協助呵！ 8.教師請各組報告準備成果，完成戶外活動準備工作。 9.教師提問：你在這次活動中負責什麼工作？你喜歡並能勝任這項工作嗎？負責這項工作讓你有哪些感受？請分享籌備活動過程中，你感受到的樂趣和收穫。 10.教師請兒童思考並發表：在這次的戶外活動中，你最想了解什麼？最想觀察什麼？你計畫如何欣賞並觀察自然與文化之美呢？ 11.教師統整兒童發表的內容，提醒兒童除了做好小組工作外，也要做好個人的行前準備。 12.教師總結：參與戶外活動前，做好分工與準備，並確實執行，將能獲得參與的樂趣與成就感呵！	3	1.教師：海報紙。 1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表 5.分工規畫	【資訊教育】 4-3-1 能應用網路的資訊解決問題。 4-3-5 能利用搜尋引擎及搜尋技巧尋找合適的網路資源。 【海洋教育】 1-3-5 瞭解漁村的生活環境，分享漁民生活特色。	七、規劃、組織與實踐	

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十一	4/24 4/28	戶外活動樂趣多	戶外活動跨步走	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然與人文環境。	1.參與戶外活動時，努力扮演好自己的角色。 2.用心觀察自然生態、探索人文景觀，並勇於發表所見所聞。 3.從活動中探索自然生命給人的啟示，感受人文景觀的價值與意義。	【活動3】戶外活動跨步走 1.教師帶領全班前往戶外活動目的地：讓我們到戶外走一走，欣賞自然美景與文化風情吧！請一邊執行你負責的工作，一邊探索自然的美好。 2.教師可事先走訪戶外活動地點並蒐集資料，參觀時補充相關資訊，或可請活動組再次發表之前準備的景點介紹海報，以加強兒童的認識與了解，並強調參觀時的規定。 3.到目的地後，教師引導兒童觀察與探索：在大自然中你看到什麼？聽到什麼？這些自然景觀帶給你什麼感受呢？ 4.教師提問：觀察周遭並想一想，除了大自然的美景之外，這個地區有哪些文化之美？地方文物和當地居民的生活之間有怎樣的關係呢？一起探索並分享你的感受。 5.教師於參訪過程中提醒兒童：行前準備時，你想觀察的生態或人文景觀現在是否都觀察到了？同學先前報告的特殊景色和觀察重點，你是否都已經仔細感受和體驗了？你確實的將觀察到的收穫記錄下來了嗎？	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表 5.實作評量	【環境教育】 1-3-1 能藉由觀察與體驗自然，以創作文章、美勞、音樂、戲劇表演等形式表現自然環境之美與對環境的關懷。 2-3-1 瞭解基本的生態原則，以及人類與自然和諧共生的關係。	七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十二	5/1 5/5	戶外活動樂趣多	戶外活動跨步走	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然與人文環境。	1.參與戶外活動時，努力扮演好自己的角色。 2.用心觀察自然生態、探索人文景觀，並勇於發表所見所聞。 3.從活動中探索自然生命給人的啟示，感受人文景觀的價值與意義。	【活動3】戶外活動跨步走 1.戶外活動結束後，教師提問：從探索自然與走訪人文景觀的過程中，你有什麼發現？有什麼啟示呢？請分享你對這趟旅程的感想與心得。 2.教師宜引導兒童從觀察與探索中，發覺自然環境與人文景觀的價值、意義與歷史故事，探索自然生命帶給人類的啟示，以及發現當地建築特色、風俗習慣等人與環境的互動，從中體悟人類與自然的關聯性。 3.教師宜先列出本次參訪的景點或參觀重點，例如：油桐花、老樹、老車站、古厝、廟宇等，再引導兒童針對不同的項目發表景色與生活文化的關聯，以及自己的發現和體悟。 4.教師鼓勵兒童踴躍發表。 5.教師總結：活動前的準備、活動中的感受與活動後的體悟，你都和同學分享了嗎？這趟旅程你所做的紀錄、得到的啟示或新發現，都是很寶貴的收穫。各地的自然美景和風俗文化都是經年累月才逐漸形成現在的模樣，得來不易，我們要更懂得尊重與珍惜。戶外的世界處處充滿驚奇，有機會再多到戶外體驗，並學習尊重自然與人文景觀吧！	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表 5.實作評量	【環境教育】 1-3-1 能藉由觀察與體驗自然，以創作文章、美勞、音樂、戲劇表演等形式表現自然環境之美與對環境的關懷。 2-3-1 瞭解基本的生態原則，以及人類與自然和諧共生的關係。	七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十三	5/8 5/12	互動調色盤	發現他人特質	3-3-2 覺察不同性別者的互動方式，展現合宜的行為。	1.分享和他人相處的經驗，覺察性別與特質的差異。 2.透過訪問活動，覺察與不同性別和特質的人相處的方式。 3.尊重不同性別和特質的人的態度。	【活動1】發現他人特質 1.教師提問： (1)團體生活中，你喜歡和同學互動嗎？為什麼？ (2)在人際互動的過程中，曾經發生哪些讓你印象深刻的事情呢？ 2.教師將事先準備的情境故事捲成籤條，引導兒童分組討論情境故事： (1)請各組派代表抽籤，並大聲念出抽到的故事。 (2)教師請兒童思考：聽完同學念的故事後想一想，你碰過類似的情境嗎？當時的詳細狀況如何呢？ (3)兒童分享自己的經驗。 (4)教師請各組討論並分析情境故事：同學朗讀的情境故事中有哪些人物？他們分別具備哪些特質？請說說你的觀點。 (5)教師請各組發表討論結果，並將結果記錄在黑板上。 3.你認為自己有哪些特質？同學中誰和你具備類似的特質？誰和你具備的特質較不相同呢？ 4.教師引導兒童省思：班上和你性別相同的人，特質都和你一模一樣嗎？你認為性別和特質之間有什麼關聯？	3	1.教師：情境故事數則。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表	【性別平等教育】 1-3-1 認知青春期的發展與保健。 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。	四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十四	5/15 5/19	互動調色盤	發現他人特質	3-3-2 覺察不同性別者的互動方式，展現合宜的行為。	1.分享和他人相處的經驗，覺察性別與特質的差異。 2.透過訪問活動，覺察與不同性別和特質的人相處的方式。 3.尊重不同性別和特質的人的態度。	【活動1】發現他人特質 1.教師提問：你平時如何與不同性別及特質的人相處呢？讓我們化身為小記者訪問同學吧！想一想，訪問時要注意哪些事情？ 2.教師引導兒童思考並了解訪問活動進行方式：想要訪問同學和不同性別或特質的人相處的情形，應該怎麼做呢？ (1)訪問前：如何組成訪問小組？如何決定訪問的對象？該選擇訪問哪些人？不同性別的人都要訪問嗎？訪問的題目有哪些？要準備哪些訪問器材或裝備呢？ (2)訪問時：誰負責提問？誰負責記錄？需要拍照、錄音或錄影嗎？ (3)訪問後：訪問的結果如何整理？可以運用哪種方式分享訪問的內容呢？ 3.教師引導兒童實際進行訪問：設計好訪問的題目了嗎？開始訪問同學吧！ 4.教師說明：實際訪問同學後，請整理並發表你們的訪問結果。 5.各組上臺發表訪問結果。 6.教師引導兒童思考並統整： (1)對於訪問的結果，你有什麼想法呢？ (2)了解大家的訪問結果與看法後，想一想，如何和不同性別及特質的人相處比較好呢？為什麼？ (3)現在，和不同性別人相處時，你會如何避免對方產生不舒服的感覺？當對方的行為和你期望的不同時，你會抱持怎樣的態度呢？為什麼？ 7.教師總結：在團體生活中，要學習包容不同性別者。 8.教師提醒兒童為下堂課做準備：請留心自己和不同性別的人相處時的態度和行為，並想一想，你們有哪些相處上的問題呢？下次上課和同學分享。	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表	【性別平等教育】 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 3-3-1 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板化。	四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十五	5/22 5/26	互動調色盤	我懂你的心	3-3-2 覺察不同性別者的互動方式，展現合宜的行為。	1.覺察和不同性別的人相處時不舒服的情形。 2.嘗試解決和不同性別的人相處的問題。 3.透過省思與修正的過程，調整解決策略並實踐。 4.以積極的態度和不同性別及特質的人相處。	【活動2】我懂你的心 1.教師發給每人一張 A4 白紙，請兒童將紙張均分成三份，逐一將教師的提問記錄下來： (1)和不同性別的人相處時，對方的哪些特質或行為讓你感到不舒服？ (2)你會因為對方的性別而有哪些不同的想法、態度或反應呢？ (3)你採取不同態度或反應的原因是什麼？ 2.教師協助兒童分組，並請兒童在組內分享記錄的內容和想法。 3.教師提問：想一想，這些你和不同性別的人相處時遇到的困擾，你可以怎麼解決？ 4.教師指導兒童規畫解決方式：請先想一想事情發生的原因，再規畫解決策略，並按照計畫做做看。 5.教師提醒兒童：請先在組內分享你的計畫，請組員給你建議。聽完建議後，可將自己認同並覺得可行的部分加入到計畫之中。 6.教師請兒童依照計畫實際做做看。	3	1.教師：準備每人一張 A4 白紙數張。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.實作評量 5.學習紀錄	【性別平等教育】 2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。	四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十六	5/29 6/2	互動調色盤	我懂你的心	3-3-2 覺察不同性別者的互動方式，展現合宜的行為。	1.覺察和不同性別的人相處時不舒服的情形。 2.嘗試解決和不同性別的人相處的問題。 3.透過省思與修正的過程，調整解決策略並實踐。 4.以積極的態度和不同性別及特質的人相處。	【活動 2】我懂你的心 1.嘗試解決策略後，教師引導兒童省思成果與感受：解決問題的成果如何？哪些策略達成你的期望？哪些策略還需要再次省思並修正？ 2.請各組集思廣益，協助問題尚未解決的組員修正解決策略，並繼續實踐、改善。 3.教師鼓勵兒童繼續實踐：不要害怕嘗試解決，無論遇到任何狀況，都可以和師長或同學討論呵！ 4.教師提問： (1)了解調整的方向並實際做做看後，問題解決了嗎？你有哪些心得呢？ (2)實際改善和不同性別的人的相處狀況後，你對不同性別的人有哪些新的看法？ (3)以後你會如何積極的與不同性別及特質的人相處呢？ 5.教師統整： (1)面對同一件事情，有時可以有不同的處理方式，不妨先冷靜下來想一想，或聽聽其他人的意見，避免因為一時衝動，造成無法控制的結果。 (2)不同性別和特質的人，面對同一事件在想法和行動上可能不大相同，但可以藉由相互的交流，了解不同立場的想法，突破個人生活經驗上的限制，進而產生多樣化的問題解決策略。平時可以多和不同性別及特質的人互相交流，找出適合彼此的相處方式呵！	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.實作評量 5.學習紀錄	【性別平等教育】 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。	四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十七	6/5 6/9	聽見喝采與卓見	欣賞你我他	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.從與他人相處的經驗中，發覺他們的優點和特質。 2.能舉出實例並以真誠的態度欣賞他人的優點和表現。	【活動 1】欣賞你我他 1.教師提問：在五年級的學校生活中，你參與了哪些活動？發生過哪些印象深刻的事呢？ 2.教師可請兒童配合蒐集到的學校各項活動照片和物品來和同學分享。 3.教師在黑板上記錄兒童提到的各項學校活動，請兒童觀察與發表：從各種活動中，你發現同學有哪些優點？班上誰的表現值得你學習呢？為什麼？ 4.教師補充說明：仔細觀察周遭的人，每個人身上一定具備其他人沒有的優點呵！ 5.除了同學之外，在你的生活周遭還有哪些人的表現令你欣賞呢？請和同學分享。 6.教師可利用以下提問引導兒童分享的方向： (1)你為什麼欣賞這位人物？他的優點或特質是什麼？ (2)他平常的生活作息或生活方式如何？ (3)他的工作、興趣或專長是什麼？ (4)你們平時如何互動？ (5)你們曾經一起做過哪些事情？請選擇印象最深刻的事情和同學分享。 7.教師引導兒童發表：你見過同學欣賞的對象嗎？請補充你對他的想法和感受。	3	1.學生：學校各項活動照片或相關物品。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表 5.實作評量	【人權教育】 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。 【生涯發展教育】 2-2-1 培養良好的人際互動能力。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十八	6/12 6/16	聽見喝采與卓見	欣賞你我他	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.從與他人相處的經驗中，發覺他們的優點和特質。 2.能舉出實例並以真誠的態度欣賞他人的優點和表現。	【活動1】欣賞你我他 1.教師引導兒童思考：發現他人值得欣賞的表現後，你會如何表達對他們的欣賞之意呢？分享你的計畫，並請同學提供建議。 2.教師延伸提問： (1)欣賞他人的具體方式有哪些？你覺得哪一種比較好？ (2)表達欣賞他人時應該是怎樣的態度？用不同的態度表達時，可能產生的影響是什麼？ (3)要怎麼做或怎麼說，才能完整的表達你的欣賞之意呢？ (4)你會在什麼時間點向對方表達你很欣賞他呢？ (5)還有哪些欣賞他人時該注意的事情呢？ 3.教師宜引導兒童先自己構思欣賞他人的方式，再和同學分享，並請同學給予建議或補充，以激發更多元的欣賞方式。 4.教師提問並鼓勵兒童實踐：同學提供的建議你採納了哪些？你決定如何向同學、家人或朋友表達欣賞之意呢？請實際做做看。 5.教師提醒兒童：向對方表達欣賞之意時，請觀察對方的反應，若自己正好也成為被同學欣賞的人，請在收到他人的讚美時，分享自己的感受。 6.教師請兒童發表：對方了解你的欣賞之意後，有哪些反應呢？勇敢表達出你對別人的欣賞後，你有哪些心得？ 7.教師總結：每個人都有不一樣的個性和特質，請珍愛自己的同學、親友和鄰居。日常生活中，只要發現別人的好表現或值得讚賞的地方，就可以適時讓對方知道呵！	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.口頭發表 5.實作評量	【人權教育】 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。 【生涯發展教育】 2-2-1 培養良好的人際互動能力。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十九	6/19 6/23	聽見喝采與卓見	溝通與接納	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.能運用同理心接納不同特質的人，表現合宜的行為。 2.以實際行動接納他人合理的想法與意見。	【活動 2】溝通與接納 1.教師請兒童發表：說說看，在學校或家裡的各種活動中，你和其他人曾經發生哪些衝突或令人感覺尷尬的小插曲呢？對方的表現是什麼？你當時的感受和反應又是如何呢？ 2.兒童在組內進行討論與發表。 3.教師針對兒童提出的衝突和尷尬情境，引導兒童反思：想一想，對方讓你感到不舒服的表現，一定要他改進嗎？ 4.教師延伸提問：如果你是對方，面對同樣的處境，你會有什麼想法呢？ 5.如果對方不容易改變，你可以如何看待他的表現？你會怎麼做？ 6.教師引導兒童實踐和省思：改變想法後，請以不同的相處方式實際和對方互動，說說看，你有什麼感受呢？	3		1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.規畫紀錄 5.實作評量	【人權教育】 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。 【生涯發展教育】 2-2-1 培養良好的人際互動能力。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	起訖日期	單元	活動名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
廿	6/26 6/30	聽見喝采與卓見	溝通與接納	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.能運用同理心接納不同特質的人，表現合宜的行為。 2.以實際行動接納他人合理的想法與意見。	【活動 2】溝通與接納 1.教師提問：除了比較不容易改變的特質和表現外，你認為有哪些是同學可以調整，或讓他表現更好的地方呢？ 2.教師引導兒童反思：想一想，用什麼方式表達自己的意見，對方比較能夠接受呢？給予他人建議時，應該注意哪些事？聽到他人給予的意見時，應該怎麼反應比較合宜呢？ 3.教師協助兒童分組，每人發下與小組人數相同的便條紙（或小卡片）並說明：請將想給組員的建議寫在便條紙上交給他。 4.每個人把你收到的便條紙收集起來，整理成一份紀錄。 5.教師在兒童整理好紀錄後提問：同學告訴你哪些想法和建議？看到這些建議時，你有什麼感受？你會怎麼做？ 6.教師鼓勵兒童接納他人的想法，從他人的建議中發想改進計畫或行動，記錄自己的感受並調整做法。 7.教師請兒童向組員分享自己的計畫，並請同學給予建議。 8.教師鼓勵兒童依照計畫實踐。 9.教師提問：實際做做看，在生活中調整自己後，你覺得自己和之前有什麼不同呢？ 10.教師總結：以開闊的心胸接納別人的意見與想法，並檢視自己的行為，你會成為更棒的人呵！	3	1.教師：小卡片或便條紙數張。	1.活動參與 2.態度評量 3.討論發表 4.規畫紀錄 5.實作評量	【人權教育】 1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。 【生涯發展教育】 2-2-1 培養良好的人際互動能力。	二、欣賞、表現與創新