

# 南投縣伊達邵國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

## 【第一學期】

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 課程名稱                           | 安全生活我最行                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            | 年級/班級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 三年級/竹班 |
| 彈性學習課程類別                       | <input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程<br><input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程<br><input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程<br><input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程                                                                                                                                                                                                                                    |            | 上課節數                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1 節    |
|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |            | 設計教師                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 林蕙萍    |
| 配合融入之領域及議題<br>(統整性課程必須 2 領域以上) | <input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級)<br><input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文<br><input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育<br><input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術<br><input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動<br><input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中) |            | <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育<br><input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育<br><input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育<br><b>※請將勾選議題於學習表現欄位填入議題實質內涵※</b><br><b>※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點，例如：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※</b> |        |
| 對應的學校願景<br>(統整性探究課程)           | Wisdom (喚醒智慧)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 與學校願景呼應之說明 | 期望透過此課程喚醒學生對於自身安全的意識，使學生具備防墜的基本行為技能，免避免一時不慎，造成遺憾與傷害。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |
| 設計理念                           | 透過校園安全地圖繪製，找出校園中容易發生墜落事故的地點，並經過實際演練來找出防墜的方法，使防墜教育與實際生活情境切合，也透過演練，使學生具備防墜的基本行為技能。經由案例討論，發現造成墜落事故的行為，可能從生活當中的小玩笑、惡作劇的行為，到不小心的推擠等，在這些生活中經常發生的事件，讓學生去認知到這些行為背後可能衍生的問題及危險，進而引導學生建立安全的互動行為，避免一時不慎，造成遺憾與傷害。                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |

|                   |                                                                                                                                                                                     |                   |                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>總綱核心素養具體內涵</p> | <p>E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。</p> <p>E-A2 具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。</p> <p>E-C2 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p> | <p>領綱核心素養具體內涵</p> | <p>綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。</p> |
| <p>課程目標</p>       | <p>透過校園巡禮標示安全地圖及各種可能發生墜落意外的案例討論，以理解墜落意外發生的可能性與避免意外墜落的方法。</p>                                                                                                                        |                   |                                                                                                                                                                            |

| 教學進度 |             | 學習表現                                                                                     | 學習內容                                                          | 學習目標               | 學習活動                                                                                                                                                                               | 評量方式                                                       | 教材學習資源                                                               |
|------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 週次   | 單元名稱<br>/節數 | 須選用正確學習階段之2以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」                                                      | 可由學校自訂若參考領綱，至少包含2領域以上                                         |                    |                                                                                                                                                                                    |                                                            | 自選/編教材須經課發會審查通過                                                      |
| 五    | 校園安全網/1     | 健體 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>綜 3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全 | 健體 Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。<br>綜 Ca-II-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。 | 能找出校園中容易發生墜落意外的地點。 | 一、準備活動<br>1. 教師播放新聞案例引導學生討論。<br>2. 教師提問校園內哪些地方是容易發生墜落意外事件呢？學生自由發表。<br>二、發展活動<br>1. 學生分組及持拿一張校園地圖，分配場域及說明觀察項目。<br>2. 分組進行任務活動，每組至分配的場域進行探查容易發生墜落的地方。<br>3. 分組進行報告，說明探查的結果—地點及注意的事項。 | 能說出校園可能發生墜落的意外事件<br><br>分組完成校園地圖標示。<br><br>能說出校園容易發生墜落的地點及 | 「逆轉！國三生跌倒變墜樓亡，真相竟因麻吉一句話出事」新聞片段<br><a href="#">1140423</a><br>課發會審查通過 |

| 教學進度 |             | 學習表現                                  | 學習內容                    | 學習目標 | 學習活動                                                                       | 評量方式       | 教材<br>學習資源      |
|------|-------------|---------------------------------------|-------------------------|------|----------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------|
| 週次   | 單元名稱<br>/節數 | 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | 可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上 |      |                                                                            |            | 自選/編教材須經課發會審查通過 |
|      |             |                                       |                         |      | 4. 教師補充其它地點或安全須知。<br>三、綜合活動<br>教師歸納總結校園安全須知並提醒學生位於高處或上下樓梯時應注意安全以防止墜落事故的發生。 | 預防墜落的注意事項。 |                 |

【第二學期】

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 課程名稱                           | 安全生活我最行                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                | 年級/班級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 三年級/竹班 |
| 彈性學習課程類別                       | <input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程<br><input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程<br><input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程<br><input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程                                                                                                                                                                                                                                    |                | 上課節數                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1 節    |
|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                | 設計教師                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 林蕙萍    |
| 配合融入之領域及議題<br>(統整性課程必須 2 領域以上) | <input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級)<br><input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文<br><input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育<br><input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術<br><input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動<br><input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中) |                | <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育<br><input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育<br><input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育<br><b>※請將勾選議題之實質內涵填入學習表現欄位※</b> |        |
| 對應學校願景<br>(統整性探究課程)            | Wisdom (喚醒智慧)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 說明             | 希望透過此課程讓學生理解自身的情緒，覺察與自己與他人不同情緒的發生與表達。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |        |
| 設計理念                           | 藉由理解情緒的類型，運用基本的生活技能-「覺察自己與他人不同情緒的發生與表達」，以及相同的情境下觸發情緒的感受與表達是有個別差異，透過歸納發現在不同的情緒下，都有可能發生不慎墜落的情況，希望建立學生對安全行為的覺察和不安全行為的避免。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |
| 總綱核心素養<br>具體內涵                 | E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。<br>E-A2 具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考 素                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 領綱核心素養<br>具體內涵 | 綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。<br>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |        |

|      |                                                                                                      |  |                                                          |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------|
|      | <p>養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。</p> <p>E-C2 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p> |  | <p>綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。</p> |
| 課程目標 | 能知道情緒的類型表達方式，以表現合宜的人際溝通與相處的技巧。                                                                       |  |                                                          |

| 教學進度 |         | 學習表現                                                     | 學習內容                          | 學習目標      | 學習活動                                                                                                              | 評量方式 | 教材<br>學習資源<br>自選/編教材<br>須經課發會審<br>查通過 |
|------|---------|----------------------------------------------------------|-------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------|
| 週次   | 單元名稱/節數 | 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」                    | 可學校自訂<br>若參考領綱，必須至少 2 領域以上    |           |                                                                                                                   |      |                                       |
| 五    | 心情大不同/1 | <p>健體 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全</p> | <p>健體 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。</p> | 能了解不同的情緒。 | <p>一、準備活動</p> <p>1. 教師詢問學生，你們知道情緒大概可以分為幾大類別？</p> <p>2. 教師將（喜/怒/哀/懼）分類卡張貼在黑板上的四方格角落。</p> <p>3. 教師閃示情緒詞卡，詢問學生這情</p> |      | 情緒詞卡                                  |

| 教學進度 |         | 學習表現                                  | 學習內容                       | 學習目標 | 學習活動                                                                                                                                                                                            | 評量方式                                      | 教材<br>學習資源 |
|------|---------|---------------------------------------|----------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------|
| 週次   | 單元名稱/節數 | 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | 可學校自訂<br>若參考領綱，必須至少 2 領域以上 |      |                                                                                                                                                                                                 |                                           |            |
|      |         |                                       |                            |      | <p>緒單字要分在哪一格的情緒類別中？</p> <p>4. 發給每位學生情緒詞卡，引導學生將情緒詞卡，分別貼在黑板上「喜、怒、哀、懼及情緒（複合不同情緒面向）」的格子中。</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 教師播放情緒反應照片簡報（身體生理反應、動作行為表現）請學生觀察照片中的人物，並詢問下列問題：</p> <p>(1) 這張圖片的情緒反應像是哪個情緒單字？</p> | <p>將情緒詞卡貼在正確位置上。</p> <p>依情緒詞卡發表情緒的類型。</p> |            |

| 教學進度 |         | 學習表現                                  | 學習內容                       | 學習目標 | 學習活動                                                                                                                                                                            | 評量方式 | 教材<br>學習資源 |
|------|---------|---------------------------------------|----------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------|
| 週次   | 單元名稱/節數 | 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | 可學校自訂<br>若參考領綱，必須至少 2 領域以上 |      |                                                                                                                                                                                 |      |            |
|      |         |                                       |                            |      | (2) 這樣的情緒是從哪裡看出來的？（臉部表情／肢體動作／生理反應／行為表現）<br>(3) 這樣的情緒會在什麼時候出現？生活中有沒有類似的經驗發生過？<br>2. 教師歸納說明：觀察人的情緒可以從臉部表情，還有生理反應，肢體動作。如：跳躍、哭泣、退縮、怒吼、尖叫.....<br>3. 教師以簡報說明常見的情緒表達方式，詢問學生用這樣的方式來表達情 |      |            |

| 教學進度 |         | 學習表現                                  | 學習內容                       | 學習目標 | 學習活動                                                                                                                                                                                                      | 評量方式 | 教材<br>學習資源 |
|------|---------|---------------------------------------|----------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------|
| 週次   | 單元名稱/節數 | 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | 可學校自訂<br>若參考領綱，必須至少 2 領域以上 |      |                                                                                                                                                                                                           |      |            |
|      |         |                                       |                            |      | <p>緒適不適當？怎麼樣表達情緒才是適當的？</p> <p>三、綜合活動</p> <p>教師歸納和總結本堂課重點：人的情緒往往會因事件的感覺而引發，不過，即使面臨同一件事，每個人表現的情緒也會不同。不同的情緒下，都有可能發生不慎墜落或是危險的情況，希望大家能提高安全行為的覺察，避免不安全的行為。我們可以先透過觀察自己與他人的情緒，培養如何運用適度的情緒來表達，才有助於增進與他人互動的關係喔！</p> |      |            |

