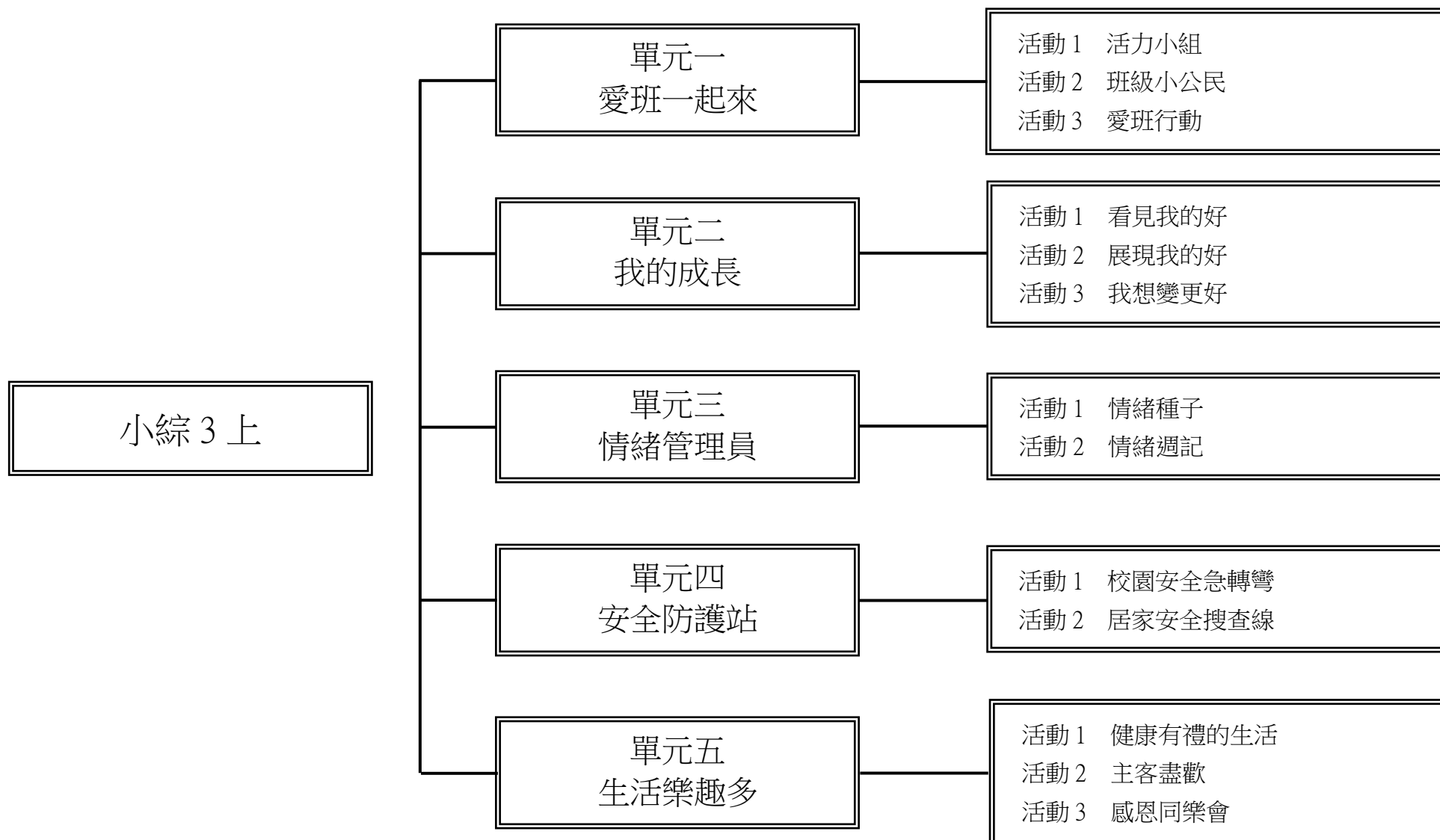


南投縣 一〇九 學年度 第 一 學期 清水國民小學 三 年級 綜合活動 領域教學計畫表 設計者：三年級團隊

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.兒童已能介紹自己的興趣與曾經擔任過的幹部；樂於參與班級事務。本冊將引導兒童參與自治活動，並能遵守規範、完成分內的工作。
- 2.兒童已能貢獻自己的能力，和他人分工合作。本冊將引導兒童欣賞並展現自己的長處；覺察並接納自己的短處。
- 3.兒童已認識各種情緒。本冊將引導兒童能覺察事件與情緒的關係；能適當處理自己的情緒。
- 4.兒童已能覺察在校園或居家環境中發生過的危險狀況。本冊將引導兒童了解校園與居家環境潛藏的危險並避免危險發生。
- 5.兒童已有拜訪他人或被拜訪的經驗。本冊將引導兒童了解招待客人的禮儀與方式並加以實踐；提升生活技能和生活習慣。

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。
- 2.參與自治活動並養成自律的態度。
- 3.欣賞與展現自己的長處並接納自己的短處。
- 4.了解與人相處時自己的情緒，學會適當的表達並處理情緒問題。
- 5.了解居家及校園中潛藏的危機，提出減低或避免危險發生的方法。
- 6.實踐生活禮儀並表現生活技能。

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.賴建名（民85）。我變成一隻噴火龍了。臺北市：國語日報。
- 2.保羅·弗萊舒門文、凱文·霍克斯圖（民90）。威斯利王國（柯倩華譯）。新竹市：和英。
- 3.艾美·楊（民93）。大腳丫跳芭蕾舞。臺北市：台灣東方。
- 4.克勞蒂亞·米爾斯文、R.W.艾利圖（民94）。小奇的藍絲帶（錢欽昭譯）。臺北市：親子天下。
- 5.康娜莉雅·史貝蔓（民94）。喜歡我自己（黃維明譯）。臺北市：親子天下。
- 6.潔美李寇蒂斯文、蘿拉康乃爾圖（民96）。一定要比賽嗎？（陳柏伶譯）。臺北市：格林。
- 7.羅伯特·布魯克斯、薩姆·戈爾茲坦（民97）。培養自律的小孩（林志懋譯）。臺北市：親子天下。
- 8.艾美·楊（民98）。了不起的大腳丫（方素珍譯）。新北市：康軒。
- 9.大衛·卡利文、桑妮亞·波瓦圖（民99）。大鯨魚瑪莉蓮（李毓真譯）。臺北市：米奇巴克。
- 10.詹姆斯·豪文、蘭迪·塞西爾圖（民99）。愛跳舞的巴雷蕾（黃迺毓譯）。臺北市：上誼文化。

七、課程計畫：

學習總目標：

- 1.參與小組與班級的自治活動；訂定並執行愛班行動；參與討論、學習聆聽與發表意見；樂於承擔班級與小組的工作，養成自律、負責與遵守規範的態度。
- 2.覺察自己各方面的進步情形；欣賞並展現自己的長處；覺察並接納自己的短處。
- 3.覺察自己與他人相處時的情形；發現自己與他人相處時的情緒表現；適當處理自己與他人相處時的情緒。
- 4.覺察校園環境中潛藏的危險，並避免危險發生；覺察居家環境中潛藏的危險，並避免危險發生。
- 5.覺察個人的飲食、衣著、儀態及生活禮儀等日常行為；具備個人生活技能，並於日常生活中應用；了解與實踐招待客人的禮儀與行為；體會日常保健的重要性。

起訖週次	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
第一週	單元一 愛班一起來	活動1 活力小組	3-2-2 參與各類自治活動，並養成自律、遵守紀律與負責的態度。	1.能介紹自己、認識同學。 2.能透過小組自治活動，訂定小組守則，適當規畫小組分工。 3.能遵守小組守則，並完成個人在小組負責的工作。	【活動1】活力小組 1.教師說明：升上三年級了，班上有許多新同學，讓我們來介紹自己，認識新同學吧！ 2.教師協助兒童分組，每人發下一張「自我介紹」學習單（詳見教師手冊第22頁），進行「認識你真好」活動。 (1)教師在黑板示範「認識你真好」活動流程，先畫出一個手掌，再在掌心和手指上寫字，一邊寫一邊說明：掌心是「我參加過的學校活動」；大拇指是「我做過的班級服務」；食指是「我曾參與的班級活動」；中指是「我是x x高手」；無名指是「我擅長的整潔工作」；小指是「我當過的幹部」。 (2)請兒童完成「自我介紹」學習單，並在組內進行分享。 3.教師請兒童上臺分享、介紹自己的手掌圖。 4.教師每組發下一張海報紙並說明：同學間彼此了解，才能促進小組成員間的合作。為了讓小組內的工作順利進行，有哪些小組守則要遵守呢？ 5.兒童在小組中進行小組守則的討論，並將組員共同訂定的小組守則寫在海報紙上。 6.教師請各組上臺分享小組守則。 7.小組內有哪些工作需要完成？這些工作如何分配呢？分配後在組內實際做做看。 8.教師可請兒童回想學校生活，引導兒童從班級生活例行工作中來聯想小組工作。	3	1.教師：每組2張四開海報紙。 2.學生：彩色筆。	1.態度評量 2.活動參與 3.討論發表 4.實作評量	【性別平等教育】 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 3-2-2 檢視校園中資源運用與分配在性別上的差異。 【人權教育】 1-2-3 說出權利與個人責任的關係，並在日常生活中實踐。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	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
第二週	單元一 愛班一起來	活動1 活力小組	3-2-2 參與各類自治活動，並養成自律、遵守紀律與負責的態度。	1.能介紹自己、認識同學。 2.能透過小組自治活動，訂定小組守則，適當規畫小組分工。 3.能遵守小組守則，並完成個人在小組負責的工作。	【活動1】活力小組 1.教師說明：升上三年級了，班上有許多新同學，讓我們來介紹自己，認識新同學吧！ 2.教師協助兒童分組，每人發下一張「自我介紹」學習單（詳見教師手冊第22頁），進行「認識你真好」活動。 (1)教師在黑板示範「認識你真好」活動流程，先畫出一個手掌，再在掌心和手指上寫字，一邊寫一邊說明：掌心是「我參加過的學校活動」；大拇指是「我做過的班級服務」；食指是「我曾參與的班級活動」；中指是「我是x x高手」；無名指是「我擅長的整潔工作」；小指是「我當過的幹部」。 (2)請兒童完成「自我介紹」學習單，並在組內進行分享。 3.教師請兒童上臺分享、介紹自己的手掌圖。 4.教師每組發下一張海報紙並說明：同學間彼此了解，才能促進小組成員間的合作。為了讓小組內的工作順利進行，有哪些小組守則要遵守呢？ 5.兒童在小組中進行小組守則的討論，並將組員共同訂定的小組守則寫在海報紙上。 6.教師請各組上臺分享小組守則。 7.小組內有哪些工作需要完成？這些工作如何分配呢？分配後在組內實際做做看。 8.教師可請兒童回想學校生活，引導兒童從班級生活例行工作中來聯想小組工作。	3	1.教師：每組2張四開海報紙。 2.學生：彩色筆。	1.態度評量 2.活動參與 3.討論發表 4.實作評量	【性別平等教育】 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 3-2-2 檢視校園中資源運用與分配在性別上的差異。 【人權教育】 1-2-3 說出權利與個人責任的關係，並在日常生活中實踐。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	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
第三週	單元一 愛班一起來	活動1 活力小組	3-2-2 參與各類自治活動，並養成自律、遵守紀律與負責的態度。	1.能介紹自己、認識同學。 2.能透過小組自治活動，訂定小組守則，適當規畫小組分工。 3.能遵守小組守則，並完成個人在小組負責的工作。	【活動1】活力小組 1.教師請各小組實踐組內的工作，並確實遵守小組守則。 2.教師說明一週後會進行遵守小組守則及完成小組工作的討論，請兒童在聯絡簿上記錄實際執行小組工作的狀況。 3.教師引導兒童思考：遵守小組守則並完成組內工作後，你有哪些感受？還有哪些地方需要改進呢？ 4.兒童依自己的紀錄發表。 5.兒童針對執行小組工作的困擾進行討論，並統整解決的方法。 6.教師總結：無論在過程中遇到什麼困難，都可以提出並共同解決，這是一種對自己工作負責且參與班級自治的表現。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.討論發表 4.實作評量	【性別平等教育】 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 3-2-2 檢視校園中資源運用與分配在性別上的差異。 【人權教育】 1-2-3 說出權利與個人責任的關係，並在日常生活中實踐。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	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
第四週	單元一 愛班一起來	活動2 班級小公民	3-2-2 參與各類自治活動，並養成自律、遵守紀律與負責的態度。	1.分享心中的理想班級圖像。 2.透過班級自治活動訂定班級公約。 3.主動且樂於承擔班級工作。 4.遵守班級公約，並完成班級內個人負責的工作。	【活動2】班級小公民 1.教師引導兒童分組討論：想一想，你心目中理想的班級、小組和自己各是什麼樣子呢？先在組內和同學分享，再和全班討論。 2.教師延伸提問，引導兒童思考： (1)回想一、二年級的班級，有哪些事情讓你覺得很快樂？ (2)你心目中對自己有何期許呢？每天準時交作業？和同學和睦相處？還是…… (3)你心目中的小組是合作的？和樂的？還是其他的樣子？ 3.教師說明：討論理想班級的目的，是為了先凝聚全班的共識，凝聚全班的共識後，一起努力實踐吧！ 4.為了達成理想班級的目標，必須有一些共同的約定，這些共同的約定就是班級公約，班上需要訂定哪些班級公約呢？ 5.如果要讓我們的班級變成你希望的樣子，你認為可以怎麼做呢？ 6.班級事務很多，需要全班每個人協助執行，才能順利推展。你想負責什麼工作？為班級做些什麼事呢？ 7.教師可先依據班級兒童人數規畫具體工作項目，完成「我們一班都是長」分工表(詳見教師手冊第40頁補充資料)，請兒童依據自己的能力認領班級工作。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.學習紀錄	【性別平等教育】 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 3-2-2 檢視校園中資源運用與分配在性別上的差異。 【人權教育】 1-2-3 說出權利與個人責任的關係，並在日常生活中實踐。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	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
第五週	單元一 愛班一起來	活動2 班級小公民	3-2-2 參與各類自治活動，並養成自律、遵守紀律與負責的態度。	1.分享心中的理想班級圖像。 2.透過班級自治活動訂定班級公約。 3.主動且樂於承擔班級工作。 4.遵守班級公約，並完成班級內個人負責的工作。	【活動2】班級小公民 1.教師引導兒童思考：怎樣執行班級事務才是負責的表現呢？請實際做做看。例如：負責借體育器材的體育長，應該在什麼時候將體育器材準備好？每天的值日生要在下課時間完成哪些工作？ 2.教師請兒童開始力行班級公約，並執行分配到的班級事務工作。 3.教師發給每位兒童一張「班級小公民實踐檢核表」學習單（詳見教師手冊第31頁），引導兒童在遵守班級公約、完成班級工作的同時，檢核自己的實踐狀況：你有確實遵守班級公約嗎？執行班級事務的情況如何呢？請利用檢核表記錄。 4.教師說明：分享你的「班級小公民實踐檢核表」，你有哪些想改進的地方？你會怎麼做呢？請同學給你建議。 5.教師鼓勵兒童從討論中將對班級的期待和理想轉化成具體的行動，持續並盡力完成自己負責的工作。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.學習紀錄	【性別平等教育】 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 3-2-2 檢視校園中資源運用與分配在性別上的差異。 【人權教育】 1-2-3 說出權利與個人責任的關係，並在日常生活中實踐。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	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
第六週	單元一 愛班一起來	活動3 愛班行動	3-2-2 參與各類自治活動，並養成自律、遵守紀律與負責的態度。	1.樂於參與愛班行動的討論與計畫的擬定。 2.參與愛班行動後，提出自我省思與修正的意見。 3.能養成自律、負責與遵守規範的態度和行為。	【活動3】愛班行動 1.教師說明：共同參與活動是一種愛班表現，一起動動腦來計畫愛班行動，讓大家更融入自己的班級。 2.教師引導兒童提出「愛班行動」的方案再進行表決。 3.教師說明：初步討論後，請再針對愛班行動詳細規畫並執行呵！ 4.兒童分組討論，完成愛班行動計畫並上臺分享。 5.聽完各組的報告後，你有什麼不同的意見或想法嗎？ 6.請依照全班討論後的共識修正計畫，完成準備工作。 7.教師引導兒童依計畫實踐：一起來執行愛班行動計畫，讓班級更有向心力吧！ 8.請兒童參與行動後，將想法與建議寫在聯絡簿中。 9.進行愛班行動的過程中，你在參與活動和遵守共同約定方面，有哪些表現呢？ 10.兒童發表自己的表現及貢獻。 11.教師鼓勵兒童修正後繼續進行愛班行動。 12.教師引導兒童思考： (1)你心目中的理想班級實現了嗎？從開學到現在，自己、小組和班級有什麼改變呢？ (2)參與愛班行動可以促進班級團結、合作及增進自我的管理，從這次參與活動的經驗中，你有什麼感受或想法？ 13.教師總結：實際參與活動的過程中，無論遭遇的情境讓你感到開心或難過，都應該以正向的態度和想法面對，並將你的經驗和體會轉化成下一次努力的能量。	3		1.態度評量 2.實作評量 3.活動參與 4.討論發表	【性別平等教育】 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 3-2-2 檢視校園中資源運用與分配在性別上的差異。 【人權教育】 1-2-3 說出權利與個人責任的關係，並在日常生活中實踐。	五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	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
第七週	單元二 我的成長	活動1 看見我的好	1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己。	1.從參與活動中，覺察自己各方面的進步情形。 2.了解自己的長處，並有充分發揮的想法或計畫。	【活動1】看見我的好 1.教師播放臺灣之光的人物專訪或故事紀錄片，請兒童分享觀賞後的感想。 2.教師提問：升上三年級後，哪些事情你做得比以前更好？ 3.教師鼓勵兒童也可以回答在家庭、社區、休閒等生活中，自己能力進步的情形。 4.教師提問：會做許多事的心情如何？ 5.教師將全班分成3~4組，請兒童分享自己拿手的事情，展示自己曾參加過的學習活動照片、影片或獎盃、獎狀等。 6.想一想，你有哪些長處呢？ 7.教師延伸提問：你怎麼培養自己的長處？你的長處為生活帶來哪些樂趣呢？請和同學分享。 8.教師請各組推薦同學上臺和全班分享。 9.教師發給每位兒童一張四開圖畫紙並說明：你在同學眼中有哪些長處？先在紙上畫出自畫像，再請同學在空白處寫下他認為你具備的長處。 10.教師請兒童檢視圖畫紙上的留言並提問：同學認為你具備哪些長處？和你知道的有哪些異同？了解同學的想法後，你有什麼感受呢？ 11.教師請兒童思考：了解自己的長處後，你如何在家庭生活中充分展現呢？思考後再實際做做看。 12.教師提醒：你實踐的情況如何？如果遇到困難或需要協助，可以請家人幫忙呵！	3	1.教師：臺灣之光的人物專訪或紀錄片。 2.學生：個人參加過的學習活動照片、影片，或是得獎的獎盃、獎狀等紀錄。	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】 1-2-1 覺知身體意象對身心的影響。 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 【家政教育】 4-2-1 瞭解個人具有不同的特質。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	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
第八週	單元二 我的成長	活動2 展現我的好	1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己。	1.欣賞並增進自己的長處。 2.參與各式各類的活動，展現自己的長處。	【活動2】展現我的好 1.教師說明：從參與學校活動的過程中，也可以發揮所長。 2.教師提問：你的哪些長處可以應用在學校的活動中呢？ 3.引導兒童觀察教室四周：想一想，教室布置可以如何更新或調整？ 4.師生一起討論布置教室的構想與發揮長處的辦法。 5.教師亦可引導兒童討論運動會的構想：校慶運動會快到了，運動會時你能發揮自己的哪些長處？ 6.教師請兒童分組合作，完成共同討論的教室布置工作（或運動會準備工作）。 7.教師引導兒童思考：還有哪些活動可以展現你的長處呢？努力大展身手好好發揮吧！	3	1.教師：教室布置材料與工具、製作運動會海報的材料與工具。 2.學生：膠水、膠帶、剪刀、美工刀等布置與製作工具。	1.口頭發表 2.活動參與 3.態度評量 4.討論發表	【家政教育】 4-2-1 瞭解個人具有不同的特質。 【人權教育】 1-2-1 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 1-2-5 察覺並避免個人偏見與歧視態度或行為的產生。	二、欣賞、表現與創新
第九週	單元二 我的成長	活動2 展現我的好	1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己。	1.欣賞並增進自己的長處。 2.參與各式各類的活動，展現自己的長處。	【活動2】展現我的好 1.教師引導兒童省思：在各種活動展現長處後，你想提升哪些原來就具備的長處？還想增加哪些新的長處呢？你會怎麼做？ 2.教師可延伸提問，引導兒童思考方向： (1)在活動中你做了哪些事？ (2)你運用長處展現了哪些好表現？可以再表現得更好嗎？ (3)活動過程中，你有遇到困難嗎？是什麼困難？ (4)可以靠提升你的長處或增加新長處來避免未來再次遇到相同的困難嗎？ (5)可以如何提升長處或增加新長處呢？有哪些具體的做法？ 3.教師引導兒童規畫，並鼓勵兒童實踐。 4.教師針對兒童提升長處或增加新長處的實踐情況提問：實際做做看，你有什麼收穫呢？ 5.教師請兒童上臺發表。 6.教師說明長處需要長時間的培養，鼓勵兒童在生活中繼續實踐。	3		1.口頭發表 2.活動參與 3.態度評量 4.討論發表	【家政教育】 4-2-1 瞭解個人具有不同的特質。 【人權教育】 1-2-1 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 1-2-5 察覺並避免個人偏見與歧視態度或行為的產生。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	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
第十週	單元二 我的成長	活動3 我想變更好	1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己。	1.了解自身的短處。 2.改善或接納自身的短處。	【活動3】我想變更好 1.教師請兒童思考：想一想，你有哪些短處？經由持續的努力可以改善嗎？你會怎麼做呢？ 2.教師請兒童思考：想一想，你有哪些想要改善的短處？擬定一個成長計畫表，來幫助自己變得更好吧！ 3.教師請兒童省思自己的短處後，擬定成長目標及成長行動，並和同學分享自己的計畫表。 4.教師鼓勵兒童：按照成長計畫持續的努力，就能漸漸表現出更好的自己呵！ 5.教師引導並鼓勵兒童：每個人在個性上或興趣專長上都有多元的長處，想一想，你找到了嗎？ 6.教師引導並勉勵兒童：每個人都要接納自己的短處，努力去改善它，想一想，你做到了嗎？ 7.教師總結：每個人都具有不同的特質，除了欣賞和展現自己的長處外，也要省思自己的短處，並分析如何持續努力改善短處，以積極的態度看待自己的有限與不足。 8.教師鼓勵兒童：接納自己、展現自己並持之以恆的努力，你一定會越來越進步呵！	3		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】 1-2-1 覺知身體意象對身心的影響。 【人權教育】 1-2-1 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 1-2-5 察覺並避免個人偏見與歧視態度或行為的產生。	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	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
第十一週	單元三 情緒管理員	活動1 情緒種子	1-2-3 辨識與他人相處時自己的情緒。	1.覺察自己與他人相處時發生的事及其對個人情緒的影響。 2.覺察自己和他人在不同生活事件中所產生的情緒。 3.能了解自身情緒轉變的原因。	【活動1】情緒種子 1.教師請兒童分享：想一想，這幾天與家人、同學相處時，發生了哪些事？你有什麼感覺？ 2.兒童分享最近發生的事件和引發的想法及心情。 3.教師引導兒童針對學生手冊第42～43頁情境發表：說說看，發生下面這些事情時，情境中每個人的感覺分別是什麼呢？ 4.教師延伸提問：面對這些情境時，你通常是哪一個角色，有什麼感覺？你覺得從其他角色的角度來看，又會有什麼感覺？ 5.教師說明：在生活中，我們每天都和很多人相處並互動，互動過程中會產生很多不同的感覺，這些感覺就是情緒。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表 4.討論發表	【性別平等教育】 2-2-3 分辨性別刻板的情緒表達方式。	一、瞭解自我與發展潛能
第十二週	單元三 情緒管理員	活動1 情緒種子	1-2-3 辨識與他人相處時自己的情緒。	1.覺察自己與他人相處時發生的事及其對個人情緒的影響。 2.覺察自己和他人在不同生活事件中所產生的情緒。 3.能了解自身情緒轉變的原因。	【活動1】情緒種子 1.教師事先說明：前兩節課中我們討論的「感覺」其實就是情緒，一般來說，情緒不會只有「好」或「不好」兩種，因為面對事件的不同，好的情緒又可以細分成開心、感動、驚喜等情緒；不好的情緒也有其他更細膩的表達。 2.教師提問：你的情緒改變通常是因為發生了什麼事？想想看，為什麼你會產生這樣的情緒呢？ 3.發現自己的情緒和情緒的轉變後，你有什麼感受和想法呢？ 4.教師說明：學習觀察自己的情緒，是一種了解自己的方法呵！ 5.教師總結：情緒的產生除了是自發的之外，也會受到他人的影響，在與他人的互動過程之中，情緒會不斷轉變。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表 4.討論發表	【性別平等教育】 2-2-3 分辨性別刻板的情緒表達方式。	一、瞭解自我與發展潛能

起訖週次	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
第十三週	單元三 情緒管理員	活動2 情緒週記	1-2-3 辨識與他人相處時自己的情緒。	1.說明不同事件引發自己不同情緒的原因。 2.了解自己的情緒表現對他人和生活造成的影響。 3.適當表現自己的情緒。 4.以適當的方式處理自己的情緒。	【活動2】情緒週記 1.教師引導兒童利用空白紙張製作情緒週記：從現在開始，請你把未來一週的事件和情緒記下來，完成個人的情緒週記。 2.兒童回憶這個星期中與家人互動時發生的事，利用情緒週記和同學進行分享，並思考當時自己產生何種情緒。 3.你從情緒週記中有哪些發現？ 4.記錄自己一週的情緒後，哪個事件讓你印象最深刻？為什麼？ 5.教師說明：透過記錄自己的情緒，可以知道與他人相處時，自己心裡的感覺與情緒的變化，這也是一種了解自己的方法呵！	3		1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表	【性別平等教育】 2-2-3 分辨性別刻板的情緒表達方式。	一、瞭解自我與發展潛能
第十四週	單元三 情緒管理員	活動2 情緒週記	1-2-3 辨識與他人相處時自己的情緒。	1.說明不同事件引發自己不同情緒的原因。 2.了解自己的情緒表現對他人和生活造成的影響。 3.適當表現自己的情緒。 4.以適當的方式處理自己的情緒。	【活動2】情緒週記 1.教師引導兒童分析情緒週記：想一想，情緒週記中的事件帶給別人哪些影響呢？這些情緒會怎樣影響你的生活？ 2.教師請兒童思考：當你產生情緒的時候，你會怎麼表現出來？想一想，有更好的表現方式嗎？ 3.兒童根據學生手冊第50～51頁的情境進行討論與演練。 4.教師引導兒童針對自己的情緒事件進行思考，找出更好的情緒表達方式，並在生活中實踐。 5.在處理自己的情緒時，讓你感到最滿意的是哪一件事？當時你怎麼做？ 6.經過整個單元的學習後，在生活中與人相處時，你會如何適當處理自己的情緒呢？ 7.教師總結：適當的處理並轉化自己的情緒，可以讓你的生活充滿更多正面的能量呵！ 8.每個人都可能因為不同的事件和不同的人接觸，而有不同的情緒反應。情緒是有連續性的、會累積的，學會適當的處理當時的情緒，就能不讓情緒影響到正常的生活。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表	【性別平等教育】 2-2-3 分辨性別刻板的情緒表達方式。	一、瞭解自我與發展潛能

起訖週次	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
第十五週	單元四 安全防護站	活動1 校園安全急轉彎	4-2-1 探討生活中潛藏的危機，並提出減低或避免危險的方法。	1.說明在校園中受傷的經驗，並了解發生原因。 2.辨識校園環境中潛藏的危險，並了解避免危險發生的方法。	【活動1】校園安全急轉彎 1.教師請兒童思考並分享：想一想，你或同學最近在校園中曾經受傷嗎？為什麼會受傷呢？ 2.兒童針對自身或同學受傷的經驗進行說明，並討論事發原因。 3.教師在黑板上，簡單勾勒校園平面圖，包括：教室、操場、活動中心、籃球場等。 4.請兒童記錄並發表：把在校園中潛藏危險的地點圈出來，想一想，大家常常在哪些地點受傷？ 5.教師圈出校園中可能使人受傷的地點，並說明可能的狀況。 6.教師針對圈出的校園地點帶領全班討論：想想看，這些地方的危險和傷害是如何造成的？	3		1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表 4.討論發表	【性別平等教育】 2-2-4 尊重自己與他人的身體自主權。 2-2-5 認識性騷擾與性侵害的類型。 【人權教育】 1-2-4 舉例說明生活上違反人權的事件，並討論發生的原因。	九、主動探索與研究

起訖週次	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
第十六週	單元四 安全防護站	活動1 校園安全急轉彎	4-2-1 探討生活中潛藏的危機，並提出減低或避免危險的方法。	1.說明在校園中受傷的經驗，並了解發生原因。 2.辨識校園環境中潛藏的危險，並了解避免危險發生的方法。	【活動1】校園安全急轉彎 1.教師提問：知道校園中潛藏危險的地方和原因之後，該如何避免危險發生呢？ 2.教師說明校園中潛藏的危險如果放任不管，將可能讓許多人受傷，帶領兒童針對學生手冊第 60～61 頁案例進行探討，思考避免危險發生的方法。四則情境案例說明如下： (1)狀況一：有人在儲藏室逗留，儲藏室內堆放許多雜物且光線不足，物品容易倒下砸傷人或因視線不清絆到物品而受傷。 (2)狀況二：兒童走進剛清潔完畢的廁所時，沒注意到地板溼滑而跌了一跤。 (3)狀況三：校園裡樓梯間扶手掉漆、生鏽斷裂，走廊牆面磁磚脫落，磁磚砸到兒童身上。 (4)狀況四：學校停車場沒有設置警示，同學邊走邊聊天沒注意到出車狀況，即將與行進中的車輛碰撞。 3.除了以上情境與避免危險發生的方法之外，教師可鼓勵兒童發表其他事件與改善建議，引導全班辨識與討論。 4.教師強調：校園中潛藏的危險，不僅限於學生手冊中討論的部分，平日應多加觀察與留意，發現校園中潛藏的危險並加以避免，讓自己和同學的校園生活更安全。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表 4.討論發表	【性別平等教育】 2-2-5 認識性騷擾與性侵害的類型。 2-2-7 認識家庭暴力及其求助管道。 【人權教育】 1-2-4 舉例說明生活上違反人權的事件，並討論發生的原因。	九、主動探索與研究

起訖週次	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
第十七週	單元四 安全防護站	活動2 居家安全搜查線	4-2-1 探討生活中潛藏的危機，並提出減低或避免危險的方法。	1.辨識居家環境潛藏的危險。 2.改善居家與校園環境中潛藏的危險。	【活動2】居家安全搜查線 1.教師請兒童思考：檢查校園中可能發生的危險後，回家和家人討論，家裡環境隱藏哪些危險？曾經發生哪些狀況？ 2.請兒童思考：家裡哪些地方潛藏危險？可以怎麼避免危險發生呢？和家人一起做做看。 3.鼓勵兒童踴躍發表；兒童發表的避免危險方法，若有不適切的地方，教師宜立即釐清並說明。 4.依據學生手冊第64～65頁四個情境狀況，教師逐一帶領兒童演練。 5.請兒童和家人一起討論、記錄家中危險改善的實踐狀況，以確保居家安全。 6.教師宜提醒兒童，改善家中潛藏的危險時，若發現自己能力不足、無法獨立完成，可邀請家人協助並參與。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.實作評量 4.討論發表	【性別平等教育】 2-2-4 尊重自己與他人的身體自主權。 2-2-5 認識性騷擾與性侵害的類型。 【人權教育】 1-2-4 舉例說明生活上違反人權的事件，並討論發生的原因。	九、主動探索與研究
第十八週	單元四 安全防護站	活動2 居家安全搜查線	4-2-1 探討生活中潛藏的危機，並提出減低或避免危險的方法。	1.辨識居家環境潛藏的危險。 2.改善居家與校園環境中潛藏的危險。	【活動2】居家安全搜查線 1.教師發下每人一張A4白紙，引導兒童參考學生手冊第66頁，將先前在學校和家裡發現的環境問題製成「校園安全檢核表」和「居家安全檢核表」，並說明：再把周遭環境檢查一遍，有沒有其他被忽略的危險呢？發現危險後你會怎麼處理，讓學校和家裡的環境更安全？ 2.進行學校和家裡環境的檢查與改善後，你生活周遭的環境有什麼變化？你有哪些心得呢？ 3.過程中，教師可引導兒童思考：有些意外不限於校園或家裡才會發生，以地面積水為例，不論是在校園、家中或任何其他場所都可能因為積水發生滑倒的意外。 4.兒童可能會發現避免危險的方法中，有些部分無法一個人完成，可提醒兒童尋求師長和父母的協助。 5.教師總結：每個人將維護環境安全的方法，在生活中徹底實踐，才能讓學校和家裡更安全。	3	1.教師：A4紙數張。	1.態度評量 2.活動參與 3.實作評量 4.討論發表	【性別平等教育】 2-2-4 尊重自己與他人的身體自主權。 2-2-7 認識家庭暴力及其求助管道。 【人權教育】 1-2-4 舉例說明生活上違反人權的事件，並討論發生的原因。	九、主動探索與研究

起訖週次	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
第十九週	單元五 生活樂趣多	活動1 健康有禮的生活	2-2-1 實踐個人生活所需的技能，提升生活樂趣。	1.了解健康飲食的原則，檢視自己的飲食習慣。 2.檢視自己的運動習慣，培養生活樂趣與運動保健。 3.養成良好的衛生習慣，並注意公共衛生。 4.了解生活禮儀並修正自己的行為。	【活動1】健康有禮的生活 1.教師提問：想一想，怎樣可以生活得開心又健康呢？ 2.教師提問：你知道什麼是「321 最佳黃金比例均衡健康飲食」嗎？ 3.教師發給每人一張飲食紀錄單，請兒童記錄自己一天的飲食後思考：想一想，你平時有遵守均衡飲食的原則嗎？可以怎麼改進呢？ 4.教師說明：除了飲食要均衡，還要多運動，身體才會健康呵！你平時會做哪些運動？做這些運動時要注意什麼呢？ 5.聽完同學的分享，你想要學習或參與什麼運動呢？ 6.教師引導兒童思考：養成良好的生活習慣，對於維護自己和他人健康很重要呵！你有哪些良好的生活習慣呢？ 7.指導兒童正確的洗手步驟與剪指甲方法，並請兒童實際操作。 8.教師引導兒童檢視：在各種場合中，你的表現如何？哪些是有禮貌的行為呢？ 9.教師宜利用學生手冊第74頁情境圖，引導兒童判斷圖中正確與不正確的行為，了解各種情況下應具備的禮儀。 10.教師提問：你想要改進哪些生活習慣和行為呢？ 11.教師發給兒童每人一張A4白紙，請兒童反思自己的表現，擬定自己要做到或改進的行為，以達到健康有禮的生活。 12.教師鼓勵兒童依照計畫在生活中實踐，並提問：做做看後想一想，良好的生活習慣和禮儀，對自己和其他人會帶來哪些影響呢？ 13.教師請兒童分享實踐成效與心得。	3	1.教師：A4紙數張。 2.學生：完成飲食紀錄。	1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表 4.討論發表	【家政教育】 1-2-3 選用有益自己身體健康的食物。 3-2-3 養成良好的生活習慣。 【人權教育】 2-2-2 認識休閒權與日常生活的關係。	三、生涯規劃與終身學習

起訖週次	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
第廿週	單元五 生活樂趣多	活動2 主客盡歡	2-2-1 實踐個人生活所需的技能，提升生活樂趣。	1.分享做客和待客的經驗與心情。 2.了解做客和待客應注意的禮儀。	【活動2】主客盡歡 1.教師引導兒童分享：你曾經到別人家裡做客嗎？當客人時，發生過哪些令你難忘的事情呢？ 2.教師提問：你有接待客人的經驗嗎？客人來家裡拜訪時，你的心情如何？你會怎樣當一個好主人呢？ 3.教師引導兒童比較做客與待客的異同。 4.教師提問：面對不同客人或不同場合時，你會怎麼變換衣著？為什麼？ 5.教師說明：要依照不同場合穿著適合的衣物，才不會失禮呵！ 6.教師提問：客人來之前要做哪些事？要怎樣布置家裡的环境，讓客人來訪時覺得舒服呢？ 7.教師引導兒童從先前的經驗分享中，歸納待客前應做的事情。 8.教師引導兒童討論接待客人當日應做的事情與禮儀：小主人當天進行活動和接待客人時，要注意哪些事情呢？ 9.教師說明：整潔舒適的待客空間能讓客人感受到你的尊重與重視，待客時的各種表現與禮貌則能讓客人感受到你的歡迎和熱情。 10.教師鼓勵兒童從參與整理、布置、準備茶點、與客人互動的過程中，磨練日常生活基本技能。 11.教師說明期末將舉辦感恩同樂會，引導兒童思考：如果要在教室接待客人，你會怎樣運用在家裡接待客人的經驗，來整理和布置教室呢？ 12.教師請兒童先思考舉辦感恩同樂會需要做的事情，下次上課再一同討論細節。	3		1.態度評量 2.活動參與 3.討論發表	【家政教育】 3-2-3 養成良好的生活習慣。 3-2-4 表現合宜的生活禮儀。 【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	三、生涯規劃與終身學習

起訖週次	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
第廿一週	單元五 生活樂趣多	活動3 感恩同樂會	2-2-1 實踐個人生活所需的技能，提升生活樂趣。	1.與人合作，共同策畫班級感恩同樂會。 2.運用健康飲食的原則，決定感恩同樂會的餐點並實作。 3.從參與感恩同樂會活動中，展現並省思自己的能力。	【活動3】感恩同樂會 1.教師引導兒童舉辦感恩同樂會（時間約三節課）： (1)第一節課：兒童依照實作練習時的情況製作餐點。最後五分鐘時，教師以提問提醒兒童牢記工作：進行感恩同樂會時，還有哪些要注意的事呢？熱鬧的感恩同樂會結束了，要如何把教室環境恢復成原來的樣子呢？ (2)第二節課：教師宣布準備工作結束，感恩同樂會正式開始！ (3)第三節課最後 20 分鐘：教師引導兒童送客並進行善後工作，將教室恢復原狀並打掃乾淨。 2.教師鼓勵兒童活動時，除了做好自己的工作外，也要主動幫助其他人。 3.教師請兒童分享參與感恩同樂會的心情與感受：在活動中，你學會哪些事？有哪些快樂或難忘的經驗？ 4.你還想學習哪些生活技能，來增加生活的樂趣呢？ 5.教師指導兒童省思：活動過程中，你是否盡心盡力？有哪些地方可以改進？在感恩同樂會中學到的事，你會如何運用在日常生活中呢？ 6.教師可引導兒童將活動心得寫在聯絡簿上，或與語文課結合寫一篇作文。 7.教師針對兒童與同學分工合作的精神給予回饋。	3	1.教師：書面紙、打洞器、金蔥鐵絲、彩色鈴鐺等同樂會布置用品。 2.學生：彩色筆、剪刀、膠水、碗盤、叉子、茶杯等同樂會道具、器具與食材。	1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表 4.討論發表 5.實作評量	【家政教育】 1-2-6 瞭解均衡的飲食並應用於生活中。 3-2-4 表現合宜的生活禮儀。 【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	三、生涯規劃與終身學習

起訖週次	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
第廿二週	單元五 生活樂趣多	活動3 感恩同樂會	2-2-1 實踐個人生活所需的技能，提升生活樂趣。	1.與人合作，共同策畫班級感恩同樂會。 2.運用健康飲食的原則，決定感恩同樂會的餐點並實作。 3.從參與感恩同樂會活動中，展現並省思自己的能力。	【活動3】感恩同樂會 1.教師請全班腦力激盪：舉辦感恩同樂會要怎麼分工？哪些事可以先做好？哪些事必須當天做呢？ 2.依照兒童個人意願進行分組討論：各組要完成的工作應該如何進行？例如：邀請組、教室布置組、接待組、善後組。 3.教師和兒童討論：準備同樂會的餐點時，哪些食物可以自己動手做，又符合健康的原則呢？ 4.兒童先與家人討論各種同樂會可準備的餐點，上課時再和組員進行分享，共同討論感恩同樂會欲製作的餐點。 5.教師考量班級實際情形，指導兒童挑選其中2~3項作為感恩同樂會的餐點，並依餐點選項分組。 6.教師提問：要如何準備感恩同樂會的餐點呢？ 7.教師請兒童依照組別討論製作時需要準備的食材和道具。 8.各組依照討論的結果進行食材和道具準備的分工，填寫「感恩同樂會餐點製作清單」（詳見教師手冊）。 9.購買食物要注意哪些事？為什麼？ 10.教師補充說明：可以先在家裡試做呵！ 11.教師指導兒童將教室桌子合併並鋪上紙桌巾：大家一起動手做「感恩同樂會」的餐點吧！ 12.請兒童將食材及道具準備於桌上，自由發揮創意製作餐點。 13.教師請兒童品嚐其他組別的餐點後給予回饋，並檢討餐點製作過程，省思可改進之處。 14.教師引導兒童統整感恩同樂會舉辦前該做的事情、當天該注意的事項，以及會後場地復原工作，完成感恩同樂會的準備。	3	1.教師：書面紙、打洞器、金蔥鐵絲、彩色鈴鐺等同樂會布置用品。 2.學生：彩色筆、剪刀、膠水、碗盤、叉子、茶杯等同樂會道具、器具與食材。	1.態度評量 2.活動參與 3.口頭發表 4.討論發表 5.實作評量	【家政教育】 1-2-3 選用有益自己身體健康的食物。 1-2-5 製作簡易餐點。 【人權教育】 2-2-2 認識休閒權與日常生活的關係。	三、生涯規劃與終身學習