

臺南市公立歸仁區歸仁國民小學 111 學年度第一學期五年級彈性學習活力歸仁課程計畫(■普通班□特教班)

學習主題名稱 (中系統)	活力歸仁	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(42)節			
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 3. <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. ■其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input checked="" type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	交互作用-各法定與教育議題的探討以有效處理及解決生活、生命問題；並透過親身參與活動，建立良好的人際互動及對文化藝術的鑑賞能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	透過學習單、分組討論、口頭回答問題、情境模仿…的形式，探討性別平等教育、家庭教育等法定重要議題，透過體驗、操作、實地踏察等參與體育會、戶外教育，培養健康的生活習慣、正向的生活態度及藝術美感的能力。							
配合融入之領域 或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <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 <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 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	成為健康、成長、感恩有品格之活力歸仁兒童							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1-8 週	8	性別平等教育 ～我的未來不是夢 (6 節) 國教輔導教案- 認識自我 (2 節)	(綜合) 1a-III-1 欣賞 並接納自己與他 人。 性 E3	(綜合) Aa-III-1 自己 與他人特質的 欣賞及接納。	1. 認識職責分工 與生涯選擇。 2. 能體認傑出人 物的能力特 質，肯定自己	1. 藉由繪本《朱家 故事》探討工作和 性別關係。 2. 搭配《超級偶 像》學習單探討成	1. 能說出兩性 先天的異同之 處。 2. 能完成學習 單內容並與他	1. 自編 ppt 教 材 2. 學習單 3. 國教輔導教案 -勇敢站出來

			覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。		的興趣。	功的特質和性別的關係。 3. 觀看影片--認識性霸凌與法律規定	人分享學習單內容。	https://ceag.tn.edu.tw/modules/ceag/resource.php?TeamID=23&NewsID=6574
8/30-9/24 第一週~ 第四週	4	認識自我與基礎舞蹈	藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧 健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作 健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領	表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	認識身體、舞蹈與基本律動	1. 認識身體、認識舞蹈 2. 基本律動練習 3. 動律組合及身體延展拉筋 4. 動作組合排練 5. 腰功練習	回答身體部位與舞蹈種類。	教師自編舞蹈
第 9-11 週	3	家庭教育 ~和家人做朋友	(綜合) 2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。 家 E6 關心及愛護家庭成員。	(綜合) Ba-III-1 多元性別的人際互動與情感表達。 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。	1. 能和家人做朋友，互相分享、關愛。 2. 了解良好的家庭溝通方式。 3. 學習關懷家人的具體作法。	1. 我的家庭：請兒童自由發表與平時與家人互動的情形；進行〈爸媽我愛您〉活動。 2. 愛家行動：情境模擬，和家人溝通技巧。 3. 〈珍愛家人〉學習單及發表。	1. 能踴躍參與課堂討論並進行活動。 2. 完成學習單。	1. 「甜蜜的家庭」歌詞 2. 〈珍愛家人〉學習單
9/25-10/29 第五週~ 第九週	5	聞歌起舞	藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧	表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用	肌耐力訓練	1. 彈性練習 2. 肌力及肌耐力訓練 3. 腿功練習 1：地	實作指定練習	教師自編舞蹈

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			<p>健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作</p> <p>健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領</p>	<p>表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現</p> <p>健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係</p>		<p>板前腿、旁腿、後腿</p> <p>4. 腿功練習 2：中間前腿、旁腿、後腿</p> <p>5. 腿功練習 3：流動前腿、旁腿、後腿</p>		
第 12-14 週	3	校內體育會	<p>(健康與體育領域)</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神</p>	<p>(健康與體育領域)</p> <p>Cb- II-2 學校運動賽會</p>	<p>1. 了解各個競賽項目的規範與要求。</p> <p>2. 了解目前自身達到的競賽要求程度。</p> <p>3. 加強自身運動技能及團隊合作</p>	<p>1. 高年級樂樂球擲遠競賽</p> <p>2. 高年級跳遠競賽</p> <p>3. 一~六年級參加全班賽跑</p> <p>4. 四~六年級 100M 競賽</p> <p>5. 高年級 400M 接力賽</p>	<p>1. 能積極參與各項活動。</p> <p>2. 能表現運動家精神</p>	無
10/10-12/10 第十週~ 第十五週	6	舞王與舞后	<p>藝術 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作</p> <p>藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容</p> <p>健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力</p>	<p>表 P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃</p> <p>表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現</p> <p>健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係</p>	看 MV 學舞蹈	<p>1. MV 舞蹈教學 1</p> <p>2. MV 舞蹈教學 2</p> <p>3. MV 舞蹈教學 3</p> <p>4. MV 舞蹈教學 4</p> <p>5. 毯子功作翻滾技巧訓練：前滾、後滾</p> <p>6. 毯子功作翻滾技巧訓練：倒立、側翻</p>	運用基本舞步，進行創意編排	<p>1. MV 1</p> <p>2. MV 2</p>
12/11-1/19 第十六~ 第二十一週	6	搖擺我最型	藝術 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作	表 P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃	舞蹈編排與成果展演	<p>1. 創造性舞蹈引導</p> <p>2. 分組討論編排 1</p> <p>3. 分組討論編排 2</p> <p>4. 分組討論編排 3</p>	舞蹈編排、表演與欣賞	學生自編舞蹈

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			<p>藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容</p> <p>健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力</p>	<p>表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現</p> <p>健體 Ib-IV-1</p>		5. 期末呈現		
第 15-21 週	7	戶外教育	<p>(戶外教育) 戶 E2 參加學校校外教學活動，認識地方環境，如生態、環保、地質、文化等的戶外學習。</p> <p>(藝術-鑑賞) 2-III-5 能表達對生活物件及藝術作品的看法，並欣賞不同的藝術與文化。</p>	<p>(社會領域) Bc- II-1 族群或地區的文化特色，各有其產生的背景因素，因而形塑臺灣多元豐富的文化內涵。</p> <p>(藝術-鑑賞) 視 A- II-2 自然物與人造物、藝術作品與藝術家。</p>	<p>1. 認識臺灣的地理位置。</p> <p>2. 能熟悉地方特色，發展人和地方關係、地方情感。</p>	<p>1. 嘉義水上鄉北回歸線太陽館</p> <p>2. 檜意森活村</p> <p>3. 板陶窯交趾剪黏工藝園區</p>	<p>1. 能仔細聆聽解說</p> <p>2. 能積極參與實作課程</p>	戶外教育學習單

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

臺南市歸仁區歸仁國民小學 111 學年度第二學期五年級彈性學習活力歸仁課程計畫(■普通班□特教班)

學習主題名稱 (中系統)	活力歸仁	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(40)節			
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 3. <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. ■其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input checked="" type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	交互作用-各法定與教育議題的探討以有效處理及解決生活、生命問題；並透過親身參與活動，建立良好的人際互動及對環境友善的回饋。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	透過學習單、分組討論、口頭回答問題、情境模仿…的形式，探討性別平等教育、家庭教育等法定重要議題，透過體驗、操作等參與體育會、班級大掃除，建立健康的生活習慣、正向的生活態度及愛護環境的表現。							
配合融入之領域 或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引			<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <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 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育				
表現任務	成為健康、成長、感恩有品格之活力歸仁兒童							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校 訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1-8 週	8	校慶系列活動	(健康與體育領域) 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範	(健康與體育領域) Cb -II-2 學校運動賽會	培養團隊合作的態度，以及班級之認同感，凝聚班級向心力。	1. 高年級大會舞 2. 六年級趣味競賽 3. 六年級大隊接力	1. 能積極參與各項團隊展演及競賽。 2. 能與同儕正向溝通，欣	無

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			2c-III-2 表現表現同理心、正向溝通的團隊精神 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度				賞、讚美同儕的優點。	
2/12-3/18 第一週~ 第五週	5	舞蹈基礎	藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧 健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作 健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領	表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	認識身體與基礎律動	1. 認識身體，律動複習 2. 身體素質訓練 1 3. 身體素質訓練 2 4. 流動踢腿單一練習	實作指定動作	教師自編舞蹈
第 9-15 週	7	性別平等教育 ~「媒」有性別 (5 節) 國教輔導教案-情感教育-是「喜歡」還是「愛」? (2 節)	(健康與體育領域) 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 (性別平等教育)性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。	(健康與體育領域) Da-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。 (綜合) Ba-III-1 多元性別的人際互動與情感表達。	1. 能接納青春期的身心的變化。 2. 培養對媒體性別刻板印象的批判思考能力。	1. 有什麼不同：認識青春期男女身體的改變。 2. 「媒」有性別：介紹何謂刻板印象。 3. 觀看影片--學習面對性霸凌如何勇敢站出來	1. 能正確說出兩性青春期的外型異同處、相互尊重的方法。 2. 能清楚表達對影片的觀後感，及聆聽同學的發表。 3. 完成學習單內容。	1. 認識青春期的 ppt 2. 廣告 運動飲料 、 防曬乳 、 醬油 ... 3. 學習單 4. 國教輔導教案-身體我最大 https://ceag.tn.edu.tw/modules/ceag/resource.php?TeamID=23&NewsID=6574

3/19-4/22 第六週~ 第十週	5	翻滾吧!孩子	<p>藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧</p> <p>健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作</p> <p>健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領</p>	<p>表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用</p> <p>表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現</p> <p>健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係</p>	踢腿與側翻訓練	<ol style="list-style-type: none"> 1. 流動踢腿組合練習 2. 流動側翻訓練 3. 流動側翻內轉訓練 1 4. 流動側翻內轉訓練 2 	實作指定側翻動作	教師自編舞蹈
第 16-18 週	3	家庭教育 ~傳家寶被	<p>(綜合)</p> <p>2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。</p> <p>家 E3 家人的多元角色與責任。</p>	<p>(綜合)</p> <p>Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能欣賞及接納班上每位同學的生活經驗。 2. 培養和家人相處有良好的互動。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹〈我家的傳家珍寶〉。 2. 〈傳家寶被〉故事講述及討論。 3. 〈傳家寶被〉學習單書寫及分享。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能專心聆聽同學的發表。 2. 能了解故事內容，正確完成學習單。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 〈傳家寶被〉ppt 2. 學習單
4/23-5/27 第十一週~ 第十五週	5	流行熱舞大比拚	<p>藝術 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作</p> <p>藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容</p> <p>健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力</p>	<p>表 P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃</p> <p>表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現</p> <p>健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係</p>	看 MV 學舞蹈	<ol style="list-style-type: none"> 1. MV 舞蹈教學 1 2. MV 舞蹈教學 2 3. MV 舞蹈教學 3 4. MV 舞蹈教學 4 	運用基本舞步，進行創意編排	<ol style="list-style-type: none"> 1. MV 1 2. MV 2

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第 19-20 週	2	班級大掃除	(綜合) 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理。	關係 (綜合) Bb-III-3 團隊合作的技巧。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	1. 熟悉資源回收的分類方式及處理。 2. 能注意清掃的安全及認真、合作的進行掃除。 3. 熟悉消毒的步驟及安全事項。	1. 資源回收：進行個人簿本、物品…等可利用資源的回收。 2. 班級大掃除工作分配及進行清潔。 3. 進行掃具的淘汰、維修及歸還。 4. 進行環境消毒。	1. 正確進行資源回收。 2. 認真進行大掃除及消毒。	回收箱 清潔用具 消毒水
5/28-6/30 第十六週~ 第二十週	5	武林高手	藝術 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作 藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容 健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力	表 P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1b-IV-1	舞蹈編排與成果展演	1. 毯子功魚躍前滾翻訓練 2. 毯子功腰功柔軟度訓練 1 3. 毯子功腰功柔軟度訓練 2 4. 創造性舞蹈教學引導 5. 創造性舞蹈分組排練 6. 期末呈現	舞蹈編排、表演與欣賞	學生自編舞蹈

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。