臺南市公立麻豆區培文國民小學 113 學年度第一學期五年級彈性學習 培風馭文 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱 (中系統)	用愛擁抱真實情感	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程 四類規範	資優類:□創造力□領 其他類:□藝術才能班 4.■其他類課程]社會技巧□學習策 [導才能□情意發展 E及體育班專門課程	〖略□職業教育□ 〖□獨立發展 〖		_	力能性動作訓練□輔助: □學生自主學習□領域	
設計理念	關係與表現:透過文本與 確抉擇與行動。	·討論,讓學生覺察	「性別刻板與自己」	家庭生活的關々	係,並從中認識自	目己的情感和情緒,讓	學生思考如何正
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	Al 身心素養與自我精進						
課程目標	1. 了解何謂性別刻板印。2. 能發現自身的情緒狀態				<u>f</u> •		
配合融入之領域或議題]英語文融入參考指]自然科學 □藝術 課程 □科技 □		□生命教育 □安全教育	育 □人權教育 □環均 □法治教育 □科 □防災教育 □閲言 電 ■家庭教育 □原作	支教育 □資訊教育 □能 賣素養 □多元文化教育	德教育 源教育 際教育
表現任務	1. 能表達出自己的身體界 2. 從生活察覺性別刻板印 3. 找出家庭衝突的原因,	象,並發表打破性 發表解決問題的方	E別刻板印象的作》 「法。	去。			
	課程架構脈絲	各(單元請依據學生	. 應習得的素養或學	学習目標進行	显分)(単兀脈絡自	行增刪)	

你我的身體 (3)

- 1. 能認識與辨識身體界限的意涵。
- 2. 能以正確的態度和言語 表達對他人身體界限的尊 重。



跳脫刻板印象-擁抱真 實情感

1. 了解性别刻板印象的定義,並進行生活中的反思。



爱在家人你我他 (3)

1. 藉由適當的言詞與態度, 表達對家人的愛與關懷。

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
		開班會	綜 2b-III-1 參	1. 開班會	1. 能了解班級自治	1. 選舉班級幹部	1. 說出推	開班會影片
			與各項活動,適	影片	活動的意義	2. 制定斑規	舉同學為	https://www.youtube
			切表現自己在團	2. 開班會	2. 能遵守班級規範		幹部的理	
			體中的角色,協	流程	3. 能培養參與班級		由。	
第1週			同合作達成共同		自治活動的態度 4.		2. 選出班	
到	5		目標。		能提升班級自治活		級幹部	
第5週			綜 2c-III-1 分		動的能力		3. 制定出	
			析與判讀各類資				班規	
			源,規劃策略以					
			解決日常生活的					
			問題。					
第6週	5	班級輔導	綜 la-III-l	1. 自己	1. 能察覺自己與他	1. 能察覺自己與他	1. 能專心聆	無
到			欣賞並接納自己	與 他人	人的特質不同,尊重	人的特質。	聽同學的	
第 10 週			與他人。	特質。	與體諒他人。	2. 師生共同討論朋	意見。	
				2. 朋友之	2. 能關心與幫助他	友之間的相處之	2. 能回應同	

CO-1 冲性字首动	程計畫(新課綱版)					Г	
			間的 相處	人,建立正向的人際	道,並了解自己的	權學提出的問	
			之道	互動。	益,學習處理與同	儕 題。。	
					互動時的糾紛。		
					3. 學生彼此分享	網	
					心 別人的案例。		
第 11 週	3 你我的身體	性E4	「我的身	1. 能認識與辨識身	1. 透過解說,讓	學 1. 指出自	「我的身體界限密碼」
到		認識身體界限與	體界限密	體界限的意涵。	生覺察界限的	己的身體	學習單
第 13 週		尊重他人的身體	碼」簡報、	2. 能以正確的態度	定義。	界限	
		自主權。	「做自己	和言語表達對他	2. 播放簡報,讓	學 2. 完成「我	
			身體的主	人身體界限的尊	生分組討論自	的身體界	
			人」影片	重。	己的身體界	限密碼」學	
					限,並發表。	習單	
					3. 播放影片,從	影	
					片內容提問,	31	
					導學生思考,	並	
					討論日常生活		
					中該如何正確		
					的表達對他人	-	
					身體界限的尊		
					重。		
第 14 週	3 跳脫刻板印象-	性E3	繪本故	1. 了解性別刻板印	1. 共讀繪本故	討論並上	(無)
到	擁抱真實情感	覺察性別角色的	事、電影海	象的定義,並進	事,從中提問	, 台分享	
第 16 週	(輔導團課程)	刻板印象,了解	報、兒童短	行生活中的反	引導學生思考	觀察到的	
		家庭、學校與職	劇	思。	男主角與女主	3-5 個性別	
		業的分工,不應			角的不同。	刻板現象。	
		受性別的限制。			2. 討論電影海報		
					的拍攝內容,	分	
					組報告自己的	1	
					想法。		

\$\frac{\pi}{2} \frac{\pi}{2}	CO-1 押性字音的	八五山	旦(/// 10// 10// 10// 10// 10// 10// 10// 						
第17 週 3							3. 覺察日常生活		
第 17 週 到 第 19 週 第 22 週 第 26 页							中有哪些性別		
第17 週 到							刻板的現象,並		
主動與家人分 技巧」影 與態度,表達對 中常見的衝突 分享家庭 衝突的線 京 E6 關心及愛護家庭 成員。							發表。		
第19 週	第17週	3	爱在家人你我他	家E5	「溝通的	1. 藉由適當的言詞	1. 舉例說明家庭	1. 討論並	「家庭溝通」學習單
家 E6	到			主動與家人分	技巧」影	與態度,表達對	中常見的衝突	分享家庭	
關心及愛護家庭 成員。 第20週 3 班級輔導 編1a-III-I 欣賞並接納自己與 他人 特質 完 與體諒他人。 第22週 6 中的衝突狀況 是如何產生。 3. 播放影片,進行 提問,並覺察正確的溝通方式。 4. 落實在生活中,透過記錄表 省思實施成效,並分享。 4. 能察覺自己與他人的特質不同,尊重 例 表 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	第 19 週			享。	片、有效的	家人的愛與關	狀況。	衝突的緣	
成員。 成員。 是如何產生。 3. 播放影片,進行 提問,並覺察正 確的溝通方式。 4. 落實在生活 中,透過記錄表 省思實施成 效,並分享。 第 20 週 3 班級輔導 綜 1a-III-1 欣 實並接納自己與 他人人特 實並接納自己與 他人。 第 22 週 第 22 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 第 20 週 8 月 8 日 8 日 8 日 8 日 8 日 8 日 8 日 8 日 8 日 8 日				家 E6	溝通流程	懷。	2. 分組討論家庭	由。	
3. 播放影片,進行 習單 20 週 3 班級輔導 綜 1a-III-1 欣				關心及愛護家庭			中的衝突狀況	2. 完成「家	
第 20 週 3 班級輔導 綜 1a-III-1 欣 賞並接納自己與 他人 特 質 與體諒他人。				成員。			是如何產生。	庭溝通」學	
第 20 週 3 班級輔導 綜 1a-III-1 欣 賞立接納自己與 他人 特 質 1. 能察覺自己與他 人的特質。 與體諒他人。 例 方之間 的 相處之 的 相處之 道,並了解自己的權 益,學習處理。 3. 與同價互動時的							3. 播放影片,進行	習單	
第 20 週 3 班級輔導 综 1a-III-1 欣 賞並接納自己與 他 人 特 質。							提問,並覺察正		
第 20 週 3 班級輔導							確的溝通方式。		
第 20 週 3 班級輔導 綜 1a-III-1 欣 賞 立接納自己與 例							4. 落實在生活		
第 20 週 3 班級輔導							中,透過記錄表		
第 20 週 3 班級輔導 綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他賞並接納自己與他人、特質。 1. 能察覺自己與他人的特質。 1. 能察覺自己與他人的特質。 1. 能專心聆聽同學的意見。 第 22 週 他人。 與體諒他人。 2. 能關心與幫助他的相處之的相處之的的相處之的的相處之的的相處之的的相處之的的的。 2. 能國應同學提出的問意,並了解自己的權的。 2. 能國應同學問意,就可能自己的權的。 2. 能國應同學問意,就可能自己的權的。 2. 能國應同學問意,就可能自己的權的。 2. 能國應同學問意,可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能							省思實施成		
到							效,並分享。		
第 22 週	第 20 週	3	班級輔導	綜 la-III-l 欣	自己與	1. 能察覺自己與他	1. 能察覺自己與他	1. 能專心聆	無
朋友之間 2. 能關心與幫助他 友之間的相處之 2. 能回應同的 相處之 人,建立正向的人際 道,並了解自己的權 學提出的問 益,學習處理。 3. 與同儕互動時的 題。	到			賞並接納自己與	他人特	人的特質不同,尊重	人的特質。	聽同學的	
的 相處之 人,建立正向的人際 道,並了解自己的權 學提出的問 道,	第 22 週			他人。	質。	與體諒他人。	2. 師生共同討論朋	意見。	
道 互動。 益,學習處理。 題。 3. 與同儕互動時的					朋友之間	2. 能關心與幫助他	友之間的相處之	2. 能回應同	
3. 與同儕互動時的					的 相處之	人,建立正向的人際	道,並了解自己的權	學提出的問	
					道	互動。	益,學習處理。	題。	
4140							3. 與同儕互動時的		
							糾紛。		
4. 學生彼此分享關							4. 學生彼此分享關		
心 别人的案例。							心 別人的案例。		

[◎]教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。

[◎]依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程,僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版) ◎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。
臺南市公立麻豆區培文國民小學 113 學年度第二學期五年級彈性學習	<u>培風馭文</u> 課程計畫(■普通班/ <mark>□藝才班/□體育班</mark> /□特教班)

學習主題名稱 (中系統)	用愛擁抱真實情感	實施年級 (班級組別)	五年級	教學 節數	本學期共(21)節
彈性學習課程 四類規範	資優類:□創造力□ 其他類:□藝術才能理 4.□其他類課程	□社會技巧□學習策 領導才能□情意發展[班及體育班專門課程	咯□職業教育□溝遠 □獨立發展	- · · · -	□點字□定向行動□功能性動作訓練□輔助科技運用 □■目記記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記書記
設計理念	關係與表現:透過文本與	與討論,讓學生覺察	身體上的變化,與美	其變化對	對日常生活的影響,進而表現出合宜的態度。
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A1 身心素養與自我精進				
課程目標	1. 以合宜的態度面對青2. 覺察為家人付出與表				
配合融入之領域或議題		」英語文融入參考指」自然科學 □藝術課程 □科技 □	引 □本土語 ■綜合活動 科技融入參考指引	□生命教□安全教	
表現任務	1. 發現自己身體的變化 2. 分享觀察到的性別刻 3. 了解家庭成員的需求與	板現象,透過討論發 與願望,完成家庭圓	表合宜的應對方式 夢清單	. •	
	課程架構脈	絡(單元請依據學生)	惩習得的素養或學習	引目標進行	建行區分)(單元脈絡自行增刪)

成長的喜悅 (3)

- 1. 能覺察自己身體外觀的改變
- 2. 能以正確的態度和言語表達對他人的尊重。



跳脫刻板印象-擁抱真實情感 (3)

1. 能破除性別刻板印象的 迷思,達到自我認同。



爱在家人你我他 (3)

1. 藉由適當的言詞與態度, 表達對家人的愛與關懷。

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
		開班會	綜 2b-III-1 參與	開班會影	1. 能了解班	1. 選舉班級幹部	1. 說出推	開班會影片
			各項活動,適 切表	片	級自治活動	2. 開班會	舉同學為	https://www.youtube
			現自己在團體中的	開班會流	的意義	3. 檢討班會中的表現	幹部的理	.com/watch?v=XoyMNcJn2eo
			角色,協同合作達	程	2. 能遵守班		由。	
第1週			成共同目標。		級規範		2. 選出班	
到 到	3		綜 2c-III-1 分析		3. 能培養參		級幹部	
第3週	J		與判讀各類資		與班級自治			
かり週			源,規劃策略以解		活動的態度			
			決日常生活的問		4. 能提升班			
			題。		級自治活動			
					的能			
					カ			
第4週	3	班級輔導	綜 la-III-l	1. 自己	1. 能察覺自	1. 能察覺自己與他人的	1. 能專心	無
到			欣賞並接納自己與	與 他人	己與他人的	特質。	聆聽同學	
第6週			他人。	特質。	特質不同,尊	2. 師生共同討論朋友	的意見。	
				2. 朋友之	重與體諒他	之間的相處之道,並了解	2. 能回應	

C6-1 彈性學習記	禾任 百□	重(和孫卿版)		1					
				間的 相處	人。	1	自己的權益,學習處理與	同學提出	
				之道	2. 能關心與	1	同儕互動時的糾紛。	的問題。。	
					幫助他人,	3	. 學生彼此分享關心		
					建立正向的	5	別人的案例。		
					人際互動。				
第7週	3	成長的喜悅	性E2	「身體的	1. 能覺察	1	. 透過解說,讓學生	1. 討論並	(無)
到			覺知身體意象對身	變化」簡	自己身		覺察即將進入青春	說出自己	
第9週			心的影響。	報、「我長	體外觀		期。	的身體變	
				大了」影片	的改變	2	. 播放簡報,讓學生	化	
					2. 能以正		分組討論自己身體		
					確的態		的變化,並發表。		
					度和言	3	. 播放影片,從影片		
					語表達		內容提問,引導學		
					對他人		生思考,並討論日		
					的尊		常生活中該如何正		
					重。		確的表達對他人身		
							體的尊重。		
第 10 週	3	跳脫刻板印	性E3	繪本故	1. 能破除	1	. 共讀大眾媒材,並	1. 分享觀	「男生女生配」學習單
到		象-擁抱真實	覺察性別角色的刻	事、兒童短	性別刻		了解大眾媒體所傳	察到的性	
第 12 週		情感	板印象,了解家	劇、舊廣告	板印象		遞的訊息並非永遠	別刻板現	
		(輔導團課程)	庭、學校與職業的	思維的省	的迷		正確,進而反思自	象,並討論	
			分工,不應受性別	思	思,達到]	己對性別角色的觀	出合宜的	
			的限制。		自我認		點是否合理。	方式應對。	
					同	2	. 書寫「男生女生配」	2. 完成「男	
							學習單,分組討論	生女生配」	
							自己的內容,並報	學習單	
							告自己的想法。		
						i.	. 覺察生活周遭性別		
							· 划板的現象,並思		
]			24.4V-44.20.5V TE 10.		

o-1 彈性學習記	₹1至日	畫 (和孫們似)				1			I
							考如何應對。		
						4.	分組模擬練習,並		
							給予他組回饋。		
第13週	3	爱在家人你	家E5	「天堂的	1. 藉由適	1.	進行影片內容的提	1. 討論並	「圓夢企劃」學習單
到		我他	主動與家人分享。	孩子」影片	當的言		問。	分享家庭	
第 15 週			家 E6		詞與態	2.	教師引導學童了解	成員的願	
			關心及愛護家庭成		度,表達		家庭是一個共同	望,與個人	
			員。		對家人		體,快樂的時候,	擬定的計	
					的愛與		一起分享;生氣的	畫。	
					關懷。		時候,各退讓一	2. 完成「圓	
							步;困難的時候,	夢企劃」學	
							一起解決;難過的	習單	
							時候,互相支持、		
							鼓勵…。所有的家		
							庭成員都應該一條		
							心,共同創造幸福		
							和樂的生活。		
						3.	學生分享家人想要		
							實現的願望,並提		
							出想法,擬定具體		
							可行的計畫。		
						4.	省思實施成效,並		
							分享。		
第 16 週	6	班級輔導	綜 1a-III-1	1. 自己	1. 能察覺自	1. 負		1. 能專心	無
到			欣賞並接納自己與	與 他人	己與他人的	特	質。	耹聽同學	
第 22 週			他人。	特質。	特質不同,尊	2. £	师生共同討論朋友	的意見。	
				2. 朋友之	重與體諒他		間的相處之道,並了解	2. 能回應	
				間的 相處	人。	自克	己的權益,學習處理與	同學提出	
				之道	2. 能關心與	同何	齊互動時的糾紛。	的問題。。	

		幫助他人,	3. 學生彼此分享關心	
		建立正向的	別人的案例。	
		人際互動。		

- ◎教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程,僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。
- ◎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。