

臺南市公立東區勝利國民小學 114 學年度第一學期五年級彈性學習 自治活動 課程計畫 (■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱		其他類	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		3. ☐ 特殊需求領域課程 身障類: ☐ 生活管理 ☐ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☐ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類: ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類: ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☒ 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☒ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☒ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☒ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學						
設計理念		1. 自我探索：透過對週遭環境的探索，能認知自己與環境的關連，對團體產生認同。 2. 合作溝通：能進行表現與分享，並能尊重他人的想法，與人適切互動，良好溝通。 3. 遵守生活規範:覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。						
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的問題。 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		. 透過反霸凌、性別平等教育、家庭教育等法定重要議題的學習， 具備良好的生活習慣， 認識個人特質， 並能理解他人感受， 與團隊成員合作。 . 具備探索問題的思考能力，在與人互動中學會處理日常生活遇到的問題。						
配合融入之領域或議題		☒ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☒ 數學 ☒ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☒ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引				☒ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☒ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☒ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育		
表現任務		「我的未來不是夢」學習單、「飲食衛生小記者」學習單、「食品身分證」學習單、「我的理想國」學習單、班會紀錄表						
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
第一週	1	友善校園 安全教育	綜3a-II-1 覺察生活中潛藏 危機的情境，提出	綜Ca-II-3 生活周遭潛 藏危機的處 理與演。	1. 對自己遭 遇到的問 題，能以正 向的能度處	1. 由教育部反霸凌宣導 影片討論校園中遇到不合理 對待或危險，知道如何尋求救 助的資訊與管道	1. 口頭發表 如何尋求救 助的資訊與	1. 教育部反霸凌宣 導影片

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			並演練減低或避免危險的方法。 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則 和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。		理。		管道。 2. 角色扮演	
第二週	1	班級自治會議	綜2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。 綜2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。	綜Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。綜Bb-II-2 關懷團隊成員的行動。 綜Bb-II-3 團體活動的參與態度。	讓學生瞭解班級自治的功能與運作，實踐個人對班級、學校等團體生活所擁有之權利和義務，以瞭解團體生活的規律與應付的責任和擔任自治幹部應如何盡責。	1. 班會開始 2. 主席致詞 (1)介紹本次會議工作人員(主席、司儀、記錄) (2)介紹本次會議特別重點 (3)介紹本次會議所有預定討論事項 (4)通過本次會議議程 3. 各幹部工作報告	1. 學生可以共同討論班級事務。 2. 積極參加班級的自治活動，從中體會與人合作的方法。 3. 完成班會紀錄表。	1. 班會記錄表
第三週	1	性別平等教育--男生女生一樣好 性別平等教育	社 2b-II-1 體認人們對生活事物與環境有不同的感受，並	社 Aa-II-2 不同群體(可包括年齡、性別、	透過愛迪生、居禮夫人等科學家的生平，讓	(一)人格特質比一比 (二)男性女性都很好 (三)破解數字密碼 (四)男生女生一樣行	1. 蒐集資料 2. 口頭分享 3. 分組報告 4. 完成學習	1. 「我的未來不是夢」學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			加以尊重。 綜 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。 性 E3 覺察性別角色	族群、階層、職業、區域或身心特質等) 應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。	學生認識不同性別的人在相同的領域都可以有傑出的發展。再透過男性護士、女性黑手的介紹，讓學生了解到教育、工作等權利都是不受性別限制的。		單	
第四週	1	防震防災演練	健1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 防E8 參與學校的防災疏散演練。	健Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	辨別地震情境適用的逃生避難技巧，並參與學校的防災疏散演練。	1. 能牢記抗震保命 3 步驟「趴下、掩護、穩住」：地震發生的第一時間，應迅速趴下並且保護頭部和頸部，然後躲到穩固的桌子底下作為掩護，並握住桌腳。 2. 能在演練中主震結束時，用書包保護頭部，依疏散動線圖往操場疏散至安全集合點集結，做到不推、不語、不跑三大原則。	實際參與防震演練	無
第五週 第十週	6	性別平等教育-- 男生女生一樣好 <u>性別平等教育</u>	社 2b-II-1 體認人們對生活事物與環境有不	社 Aa-II-2 不同群體 (可包括年	透過愛迪生、居禮夫人等科學家	(一)人格特質比一比 (二)男性女性都很好 (三)破解數字密碼	1. 蒐集資料 2. 口頭分享 3. 分組報告	1. 「我的未來不是夢」學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			同的感受，並加以尊重。 綜 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。 性 E3 覺察性別角色	齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等)應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。	的生平，讓學生認識不同性別的人在相同的領域都可以有傑出的發展。再透過男性護士、女性黑手的介紹，讓學生了解到教育、工作等權利都是不受性別限制的。	(四)男生女生一樣行	4. 完成學習單	
第十一週	1	社區探索 戶外教育	戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 戶 E7 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。	A-I-2 事物變化現象的觀察。A-1-3 自我省思。B-I-3 環境的探索與愛護。	加深對校園周遭動植物的認識	走出校園戶外進行社區造訪、走讀	1. 蒐集資料 2. 分組報告	
第十二週	3	運動會練習	綜-E-C2	Bb-II-1	透過運動會	1. 運動會預演	1. 團隊合作	學校安排之運動

第十五週			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。 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。	團隊合作的意義與重要性。 Bb-II-2 關懷團隊成員的行動。 Bb-II-3 團體活動的參與態度。	前準備與練習，了解團隊合作的意義與重要性，並訓練各比賽單項運動技巧。	2. 比賽項目練習	精神展現 2. 活動參與度	會項目
第十六週 第十九週	4	家庭教育-- 健康好食在 家庭教育	健1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 健1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 綜2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。 家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。	健 Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 健Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 綜Bb-II-3 團體活動的參與態度。	1. 認識飲食對個人生長發育的影響。 2. 了解自我健康狀態與均衡的飲食息息相關，並能藉由活動熟悉家務技巧。 3. 遵守團體活動的紀律，並展現負責的參與態度。	1. 健康飲食調色盤 2. 病從口入 3. 標章大觀園 4. 黑心 STOP	1. 蒐集資料 2. 口頭分享 3. 分組報告 4. 完成學習單	1. 「飲食衛生小記者」學習單 2. 「食品身分證」學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第廿週	1	兒童權利公約-- 世界大不同 兒童權利公約	人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 J1 認識基本人權的意涵，並了解憲法對人權保障的意義。 人 U1 理解普世人權意涵的時代性及聯合國人權公約對人權保障的意義。	3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞多元文化。 3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。 生 4a-V-1 具備對道德、個人行為及公共議題進行價值思辨的素養。	1. 讓學生瞭解世界各國人權不同特色。 2. 瞭解人權與民主的關係。 3. 讓學生能以團體合作的方式進行比賽。 4. 讓學生能依照所習得的資料，發揮創意，設計出自己的理想國。	1. 世界大不同 2. 繞著地球跑 3. 我的理想國	1. 蒐集資料 2. 口頭分享 3. 分組報告 4. 完成學習單	1. 「我的理想國」學習單
第廿一週	1	寒假生活指導	海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。	Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。 Ca-III-3 化解危機的資源或策略。	教育學童寒假期間注意水域安全及生活周遭危險事物。	1. 水域安全宣導 2. 寒假生活注意事項	無	學校寒假生活須知

臺南市公立東區勝利國民小學 114 學年度第二學期五年級彈性學習 自治活動 課程計畫 (☒ 普通班 / ☐ 藝才班 / ☐ 體育班 / ☐ 特教班)

學習主題名稱		其他類	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		3. ☐ 特殊需求領域課程 身障類: ☐ 生活管理 ☐ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☐ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類: ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類: ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☒ 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☒ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☒ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☒ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學						
設計理念		1. 自我探索：透過對週遭環境的探索，能認知自己與環境的關連，對團體產生認同。 2. 合作溝通：能進行表現與分享，並能尊重他人的想法，與人適切互動，良好溝通。 3. 遵守生活規範:覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。						
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的問題。 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		. 透過反霸凌、性別平等教育、家庭教育等法定重要議題的學習， 具備良好的生活習慣， 認識個人特質， 並能理解他人感受， 與團隊成員合作。 . 具備探索問題的思考能力，在與人互動中學會處理日常生活遇到的問題。						
配合融入之領域或議題		☒ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☒ 數學 ☒ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☒ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引				☒ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☒ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☒ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育		
表現任務		「我的身體真奇妙」學習單、「我是溝通高手」學習單、「打造兒童理想國」學習單、「STOP！性侵害」學習單、班會紀錄表						
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
第一週	1	友善校園 安全教育	綜3a-II-1 覺察生活中潛藏 危機的情境，提出	綜Ca-II-3 生活周遭潛 藏危機的處 理與演。	1. 對自己遭 遇到的問 題，能以正 向的能度處	1. 由教育部反霸凌宣導 影片討論校園中遇到不合理 對待或危險，知道如何尋求救 助的資訊與管道	1. 口頭發表 如何尋求救 助的資訊與	1. 教育部反霸凌宣 導影片

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			並演練減低或避免危險的方法。 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則 和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。		理。		管道。 2. 角色扮演	
第二週	1	班級自治會議	綜2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。 綜2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。	綜Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。綜Bb-II-2 關懷團隊成員的行動。 綜Bb-II-3 團體活動的參與態度。	讓學生瞭解班級自治的功能與運作，實踐個人對班級、學校等團體生活所擁有之權利和義務，以瞭解團體生活的規律與應付的責任和擔任自治幹部應如何盡責。	1. 班會開始 2. 主席致詞 (1)介紹本次會議工作人員(主席、司儀、記錄) (2)介紹本次會議特別重點 (3)介紹本次會議所有預定討論事項 (4)通過本次會議議程 3. 各幹部工作報告	1. 學生可以共同討論班級事務。 2. 積極參加班級的自治活動，從中體會與人合作的方法。 3. 完成班會紀錄表。	1. 班會記錄表
第三週	1	測量身高、體重、視力						健康中心安排
第四週 	6	性別平等教育--令人欣喜的成長	社 2b-II-1 體認人們對生活	社 Aa-II-2 不同群體	1. 認識青春 期身體的變	(一)成長中的身體 (二)矮冬瓜與飛機場	1. 蒐集資料 2. 口頭分享	「我的身體真奇妙」學習單

第九週		性別平等教育	事物與環境有不同的感受，並加以尊重。 綜 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。 性 E3 覺察性別角色	(可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等)應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。	化。 2. 學會正確與異性互動的方法。 3. 尊重不同族群文化中的性別關係。	(三)哥哥爸爸真偉大？	3. 分組報告 4. 完成學習單	
第十週 第十二週	3	家暴防治教育— 可愛的家庭 家庭暴力防治教育	健 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。 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。法 E8 認識兒少保護。	綜 Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。綜 Ca-II-2 生活周遭危機情境的辨識方法。 綜 Ca-II-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。	1. 知道家庭暴力對身心發展的影響。 2. 學會正確的溝通方法。 3. 懂得求助的方法。	(一)象爸爸著火了 (二)我是溝通高手	1. 蒐集資料 2. 口頭分享 3. 分組報告 4. 完成學習單	「我是溝通高手」學習單
第十三週	1	班級自治會議 戶外教育	綜2b-II-1 體會團隊合作的	綜Bb-II-1 團隊合作的	讓學生瞭解班級自治的功能	1. 班會開始 2. 主席致詞	1. 學生可以 共同討論班	1. 班會記錄表

			意義，並能關懷團隊的成員。 綜2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。	意義與重要性。綜Bb-II-2 關懷團隊成員的行動。 綜Bb-II-3 團體活動的參與態度。	與運作，實踐個人對班級、學校等團體生活所擁有之權利和義務，以瞭解團體生活的規律與應付的責任和擔任自治幹部應如何盡責。	(1)介紹本次會議工作人員 (主席、司儀、記錄) (2)介紹本次會議特別重點 (3)介紹本次會議所有預定討論事項 (4)通過本次會議議程 3. 各幹部工作報告 4. 議題討論：戶外生活體驗安全知識	級事務。 2. 積極參加班級的自治活動，從中體會與人合作的方法。 3. 完成班會紀錄表。	
第十四週 第十七週	4	兒童權利公約-- 打造兒童理想國 兒童權利公約	人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 J1 認識基本人權的意涵，並了解憲法對人權保障的意義。 人 U1 理解普世人權意涵的時代性及聯合國人權公約對人權保障的意義。	3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞多元文化。 3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。 生 4a-V-1 具備對道德、個人行	1. 了解兒童在父母心中的重要及期望。 2. 認識兒童人權宣言和兒童權利公約。 3. 能知道自己所扮演的角色，並規劃自己的理想。	1. 咱的心肝寶貝 2. 我是世界小公民 3. 模擬聯合國 4. 畫話理想世界	1. 蒐集資料 2. 口頭分享 3. 分組報告 4. 完成學習單	1. 「打造兒童理想國」學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

				為及公共議題進行價值思辨的素養。				
第十八週 第二十一週	3	性侵害防治-- STOP！性侵害 <u>性侵害防治教育</u> <u>兒童及少年性剝削防制教育</u>	健1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 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。	健Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。	1. 了解男女生青春期的成長變化。 2. 認識校園性霸凌，並學習尊重包容兩性的觀念。 3. 知道遭受性侵害的應變方法。 4. 知道遭受性侵害的救助資訊與管道。 5. 學會幫助被性侵害者的方式，並願意幫助他們。	1. 女生成長的相關影片。 2. 性侵害防治教育宣導影片—高年級。 3. 南一書局“如何維護身體自主權”影片。 4. 兒童保護家暴暨性侵害防治宣導影片。 5. 布偶。 6. 兒童性侵害防治網~兒童繪本。 7. 內政部衛生福利部保戶服務司“小白的日記”宣導影片。	1. 蒐集資料 2. 口頭分享 3. 分組報告 4. 完成學習單	1. 「STOP！性侵害」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。

◎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。