

國立南科國際實驗高級中學國小部 114 學年度(第一學期)一年級彈性學習品格走讀課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱 (中系統)		啟蒙南科 認識自己	實施年級 (班級組 別)	一年級	教學節數	每週 1 節，本學期共 21 節			
彈性學習課程 四類規範		1 ☒ 統整性探究課程 (☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)							
設計理念		互動與關聯：透過認識自己，覺察自己的生理及心理成長，悅納自己。							
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-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，能以同理心應用在生活與人際溝通。 - E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，。							
課程目標		透過認識自己、覺察自己的生理及心理成長，進而悅納自己。並透過基本語文素養探索表達日常生活所遇到問題，綜合是非判斷能力來處理思考問題。							
配合融入之領域或議題 有勾選的務必出現在學習表現		☒ 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 須說明引導基準：學生要完成的細節說明		1. 運用目標句型說出自己的身體特點。 2. 大方和同學表演 2-4 種的情緒表情。 3. 運用目標句型說出自己的事件，及事件當下的情緒與感受。							
課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)									
可愛的我(3) 探索並分享自己的外在特徵 ➡ 感官大體驗(3) 覺察自己不同的情緒，會表現出不同的表情。 ➡ 特別的我(3) 覺察自己的優點 ➡ 心情紅綠燈(3) 覺察自己不同的情緒，並接受它。 ➡ 我會關心別人(3) 學習欣賞自己，主動關懷親近家人 ➡ 不可思議的你(6) 認識自己，喜歡自己									
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	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動 請依據其「學習表現」之動詞具體規畫設計 相關學習活動之內容與教學流程		學習評量	自編自選 教材 或學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			參考指引或 議題實質內 涵					
第 1-3 週	3	可愛的我	(語) 1-I-1 養成專心聆 聽的習慣， 尊重對方的 發言。 (生) 1-I-1 探索並分享 對自己及相 關人、事、 物的感受與 想法。	•繪本「這 就是我的身 體」 •歌曲「頭 和肩膀、 膝、腳指」	1. 探索並分享 自己的外在特 徵	1. 帶學生認識自己的身體的五官位置。 2. 透過健康檢查認識自己的身高體重和視力。運用目標句型介紹自己的身體。 3. 教唱頭和肩膀歌曲，進行手腳大考驗。 4. 講述繪本 PPT: 這就是我的身體。 5. 完成並分享學習單。	1. 能說出身體五官位置、外在特徵。 2. 能完成並分享學習單。	學習單： 認識我真好
第 4-6 週	3	感官大體驗	(語) 1-I-3 能理解話 語、詩歌、 故事的訊息，有適切的表情跟肢體語言。 (生) 6-I-1 覺察自己可能對生活中的人、事、物產生影響，學習調整情緒與行為。	•表情及情緒	1. 覺察自己不同的情緒，會表現出不同的表情。 2. 能認識自己臉部的表情，並覺察不同表情的意義。	1. 準備酸、甜、苦、鹹等不同食物讓學生品嚐，以目標句型並說出吃完的感覺。 2. 學生拿鏡子觀察自己的臉部及表情(例如：拿鏡子觀察自己的喜、怒、哀、樂)。 3. 分組表演快樂、生氣、難過、擔心的臉，並分享感覺。 4. 完成並分享學習單。	1. 能形容出自己及他人的表情變化。 2. 能表演出 2-4 種情緒的表情。 3. 能完成並分享學習單。	學習單： 我的表情變變變
第 7-9 週	3	特別的我	(生) 1-I-2 覺察每個人均有其獨特性與長處，	•繪本「你很特別」 •優點大轟炸活動	1. 覺察自己的優點。 2. 知道自己是	1. 老師請每位同學分享，班上任一個同學的一個優點。 2. 老師講述繪本: 你很特別。	1. 能說出身體五官位置。 2. 能說	學習單： 你很特別 影片連結：繪本

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			進而欣賞自己的優點、喜歡自己。		世界上獨一無二的個體。 3. 能欣賞自己與他人的優點。	3. 老師請學生分組討論與分享： (1) 分享自己的兩個優點？ (2) 說出聽完繪本故事的感覺或想法。 4. 進行「優點大轟炸」活動。 5. 完成並分享學習單。	出自己的身高、體重、視力。 3. 能完成並分享學習單。	<u>你很特別</u> https://www.youtube.com/watch?v=o9X0RoQkRvU
第 10-12 週	3	心情紅綠燈	(生) 6-I-1 覺察自己可能對生活中的人、事、物產生影響，學習調整情緒與行為。	•繪本「我變成一隻噴火龍了」	1. 覺察自己不同的情緒，並接受它。 2. 學習用適當的方法處理自己的情緒。 3. 提出自己解決負面的方法。	1. 老師請全班討論並分享：自己有沒有遇過高興、生氣、難過或傷心的事情？並說出自己當時感覺。 2. 老師講述繪本：我變成一隻噴火龍了。 3. 完成並分享學習單。	1. 能說出自己發生的事情及當時的情緒與感受。	學習單：我變成一隻噴火龍了
第 13-15 週	3	關懷人&環境 (內含家庭教育)	1-I-2 覺察每個人均有其獨特性與長處，進而欣賞自己的優點、喜歡自己。 2-I-1 以感官和知覺探索生活中的人、事、物，覺察事	•自我與他人關係 •環境的探索與愛護。	學習欣賞自己，主動關懷親近家人。 探索校園內各個場所，並正確使用並珍惜愛護。	透過繪本故事討論並思考可以為家人和自己做些什麼事讓家人感受到關懷與愛。 運用遊戲，引導學生觀察教室及校園環境，進而思考對環境的珍惜與愛護。	能說出家人對自己的關懷 能說出校園中的場所名稱。	繪本：『我會關心別人』 繪本：『一個不能沒有禮物的日子』

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			物及環境的特性。					
第 15~21 週	6	性平教育：不可思議的你	性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 安 E6 了解自己的身體。	• 生命成長現象的認識。 • 身體的部位與衛生保健的重要性。	• 認識身體各部位的名稱。 • 認識身體各部位的功用與重要性。 • 認識自己的身體隱私部位。 • 學生能清楚辨識自己的身體界限，認識不同人際親疏關係身體界限的差異，並適切表達身體界限受侵犯時的感受，學會保護自己身體的求助方法。	• 認識身體各部位的名稱。 • 認識身體各部位的功用與重要性。 • 身體自主權的尊重與維護。	• 能說出全身各部位的名稱。 • 能指出自己身體的隱私部位。	1. 學生或老師準備郊外踏青的照片 2. 「男生女生的身體掛圖」（請自行設計列印） 3. 「不可思議的你」繪本 4. 影片：身體歌 https://www.youtube.com/watch?v=0tgueNecof&list=RD0tgueNecof&sta

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

								rt_rad io=1 5. 「別再親來親去」繪本影片連結： https://children.moc.gov.tw/book/214844 0. 身體界線與身體自主權「不要就是不 要！影片連結： https://www.youtube.com/watch?v=FBSxc6dQA08&feature=share&fbclid=IwAR0jdX3gRe5Bi1whi1ZJHmOIsGPLF
--	--	--	--	--	--	--	--	---

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

								oimqcs UOFCs LG5vr9 QSuPL fgmPu TmQ
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎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(第一類)									
國立南科國際實驗高級中學國小部 114 學年度(第二學期)一年級彈性學習品格走讀課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)									
學習主題名稱 (中系統)	啟蒙南科 認識自己	實施年級 (班級組 別)	一年級			教學節數	每週 1 節，本學期共 21 節		
彈性學習課程 四類規範	1. ■統整性探究課程 (■主題□專題□議題)								
設計理念	互動與關聯：覺察學校的所在位置，了解自己是南科的學子，也是地球村的一份子，建立自主自信的學習態度。								
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-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，能以同理心應用在生活與人際溝通。 - E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。								
課程目標	1. 覺察自己的獨特性。 2. 建立自主自信的學習態度。								
配合融入之領 域或議題 有勾選的務必出 現在學習表現	☒ 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 須說明引導基 準：學生要完成 的細節說明	1. 用目標句型分享自己寶貝的名稱、玩法及喜歡的 1 個理由。 2. 聽完繪本後，能依據內容描述畫下 1 件擔心的事。 3. 舉例發表「做了」、「做完」和「做好」的不同 4. 討論、分享自己與他國孩子作息方法的異同處和樂趣。								
課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)									
勇敢的我(3) 探索並發現 上學的樂 趣。 ➡ 我的寶貝(3) 探索並分享自 己的興趣喜 好。 ➡ 我長大了(3) 察覺自己長 大，會做的 事變多了。 ➡ 地球的孩子(3) 認識世界上不 同文化的孩 子，過著和自 己相似的生 ➡ 環境與我(3) 學習欣賞環 境，主動關懷 親近家人 ➡ 男女大不 同？(6) 認識自己， 喜歡自己									
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	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動 請依據其「學習表現」之動詞具體規畫設計相關學		學習評量	自編自選 教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			參考指引或 議題實質內涵			習活動之內容與教學流程		或學習單
第 1-3 週	3	勇敢的我	(生) 2-I-1 以感官和知覺 探索生活中 的人、事、物， 覺察事物及環 境的特性。	•繪本「小 阿力的大學 校」	1. 探索並發 現上學的樂 趣。 2. 覺察學校 環境的特 性。	1. 分享自己在班級中興奮又擔心的生活經驗。 2. 教師講述繪本:小阿力的大學校。 3. 聽完繪本後，畫下小阿力擔心的事。 4. 比對自己的心情，說明自己的解決方式。 5. 完成並分享學習單。	能分享生活 經驗。 能說明解決 緊張心情的 方法。	學習單： 小阿力的 大學校
第 4-6 週	3	我的寶貝	(生) 1-I-1 探索並分享對 自己及相關 人、事、物的 感受與想法。	•學生喜歡 的玩具 •學生珍視 的物品	1. 探索並分 享自己的興 趣喜好。	1. 請學生帶一項自己的寶貝到學校。 2. 請同學們用目標句型分享自己寶貝的名稱、玩法及喜歡的理由。 3. 教師統整每個人對「寶貝」的重要意義並分享珍惜的概念。 4. 完成並分享學習單。	能說明寶貝 的名稱、玩 法及喜歡的 理由。	學習單： 我的寶貝
第 7-9 週	3	我長大了	(生) 1-I-3 省思自我成長 的歷程，體會 其意義並知道 自己進步的情 形與努力的方 向。 (生) 3-I-3 體會學習的樂 趣和成就感，	•學生會做 的家事 •寶果遊戲	1. 察覺自己 長大，會做 的事變多 了。 2. 覺察自己 長大後，會 自己做一件	1. 學生分享自己會做的事。 2. 玩寶果遊戲： (1)請學生在九宮格上寫上自己會做的事。 (2)教師念出事情:洗碗、掃地、擦桌子、排碗筷……等。	能分享自己 會做的事。 能參與寶果 遊戲。	學習單： 我長大了

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			主動學習新的事物。		事。 3. 養成負責任的做事態度。	(3)最先連成一線者獲勝。 3. 教師講述繪本:我會做任何事。 4. 全班討論並發表「做了」、「做完」和「做好」的不同。教師鼓勵學生要「做好」每一件事，才是負責任的人。 5. 完成並分享學習單。		
第 10-12 週	3	地球的孩子	(生) 6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。	•繪本「世界的孩子，不一樣的生活」 •不同國家兒童的生活作息	1. 察覺自己和他國孩子的異同處，並發現生活中的樂趣。 2. 認識世界上不同文化的孩子，過著和自己相似的生活。	1. 請學生分享自己知道的國家。 2. 教師簡介繪本「世界的孩子，不一樣的生活」中的 7 個國家。 3. 教師講述繪本:世界的孩子，不一樣的生活。 4. 全班討論、分享自己與他國孩子作息方法的異同處和樂趣。 5. 完成學習單。	能分享自己知道的國家。 能分享不同國家的作息方式。	學習單：不一樣的生活
第 13~15 週	3	關懷環境&動植物(含家庭教育)	2-I-1 以感官和知覺探索生活中的人、事、物，覺察事物及環境的特性。 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。	•人為環境特徵。 •自然環境特徵。 •垃圾分類(垃圾再利用)。 •椿象是昆蟲的特徵。	1. 認識人為環境特徵。 2. 認識自然環境特徵。 3. 愛護環境，主動撿拾垃圾。 4. 做好垃圾分類。	1. 走入校園實際觀察，藉由九宮格遊戲加深人為與自然物的區分。 2. 分享愛護環境方法。由"校園淨灘"活動實際身體力行。 3. 進行"校園淨灘"的垃圾分類。 4. 到校園認識椿象，了解昆蟲的特徵。 5. 利用圖畫畫出"椿象的生活"。	- 能區分人為環境和自然環境的特徵。 - 能主動撿拾垃圾。 - 能正確做好垃圾分類。	1. 九宮格(泥土地上畫 3*3 格子)小組比賽。 2. 3 個大回收桶。 3. 一人一張圖畫紙和繪畫用具。

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			5-I-4 對生活周遭人、事、物的美有所感動，願意主動關心與親近。 6-I-4 關懷生活中的人、事、物，願意提供協助與服務		5. 認識椿象，了解昆蟲的特徵。 6. 尊重生命，尊重大自然。		- 能說出椿象的特徵。 - 畫出椿象喜愛的環境特徵。	
第16~21週	6	性平教育：男女大不同？	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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	- 男女身心特質。 - 身體自主權的尊重與保護方法。	1. 學生能清楚認識自己的身體及界限。 2. 學會保護自己身體的方法。 3. 了解男女受人歡迎的特質沒有性別界線。 4. 了解男女在團體中同樣扮演重要的角色。 5. 了解家庭及社會的角色分工，不受性別的限制。	1. 透過觀賞影片，認識自己的身體及界限。 2. 透過影片欣賞，學會保護自己的身體，並擁勇說不。 3. 全班一起討論受歡迎的特質。 4. 透過有片欣賞和角色扮演知道在團體中男女一樣重要。 5. 從影片欣賞中知道兩性的角色分工，不應有刻板印象來界定。	能說出保護自己的方法。 能說出身體不能被碰觸的地方。 能說出男女生受歡迎的特質。 能說出兩個男女生在團體中扮演的重要角色。 能說出兩個在家庭或社會的角色分工中，不受性別的限制。	影片

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

◎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。