

學習主題名稱 (中系統)	健康好公民	實施年級 (班級組別)	四年級	教學節數	本學期共(26)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	使學生了解性別刻板印象並學會尊重他人不加以歧視。 能了解「家事是全家人的事」							
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	從家庭與學校的角度切入透過繪本方式說明, 令學生認識個人特質，並透過體驗與實踐處理日常生活問題, 學習樂於與人互動。							
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	口頭回答 上課參與度 學習單 上台發表							
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	學習評量	自編自選教材 或學習單

			參考指引或 議題實質內涵					
第 1-2，4-6 週 (第三週為戶外 教育)	5	性別平等--奧 利 佛是娘娘 腔 勇敢逐夢--龍 阿蠻	【社會】 2b-II-1 體認人們對生活事物與環境有不同的感受，並加以尊重。 3d-II-1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。 【綜合】 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。 3c-II-1 參與文化活動，體會文化與生活的關係，並認同與肯定自己的文化。 【健體】 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家	【社會】 Aa-II-2 不同群體（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。 Bc-II-2 家庭有不同的成員組成方式；每個家庭所重視的價值有其異同。 【綜合】 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 Cb-II-2 服務行動的參與	1. 能說明家事分工合作才能有和諧的家庭 2. 使學生了解透過男女混合分組後男女生想法的差異 3. 體會興趣並不因性別有所差異我們都要學習尊重別人	1. 教師提問：請小朋友說明父母的職業及特點並透過性別平等廣告說明家庭分工合作的重要性 2. 男生女生配 將學生男女混合兩人分成一組，各自寫下心中認為男生和女生應該有的特質。 3. 將學生分成四組，請他們仔細閱讀奧立佛是個娘娘腔繪本內容並分享討論心得		

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。	與分享。 【健體】 Db-II-2 性別角色 刻板現象 並與不同 性別者之 良好互動。				
第3週	7	戶外教育：家鄉的故事~十鼓文化村	【綜合】 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。 【社會】 3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 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	【綜合】 Aa-II-2 自己感興趣的人、事、物。 Aa-II-3 自我探索的想法與感受。 【社會】 Ba-II-1 人們對社會事物的認識、感受與意見有相同之處，亦有	1. 認識糖廠的歷史。 2. 了解打鼓文化。	1. 運用 GOOGLE MAP 先行查詢戶外教學的地點，進行初步認識。 2. 先了解戶外教育應遵行之規範，並研讀應注意事項。 3. 老師於行前課堂上，讓小朋友發表十鼓文化園區最有興趣的區域，訓練學生的表達能力。	討論、發表	戶外教育行程通知單
第7週	1	勇敢逐夢--龍阿蠻	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	1. 性別刻板印象 2. 尊重個別差異 3. 性別角色	一、瞭解自我特質，尊重不同的個體 二、適當表達	一、引起動機 以故事封面及末頁圖片讓學生討論推測故事內容 二、發展活動 1. 觀賞龍阿蠻繪本 ppt 2. 分組討論與報告 ※ 最喜歡的一	發表預測之故事內容 完成分組討論海報並上台	國教輔導團教案(學習主題： 2. 性別角色的突破與性別歧視的

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			應受性別的限制。	的突破	自己的意見和感受 三、堅持自己的理想，不受他人眼光歧視與批評之影響	條龍 ※ 香香公主和其他公主不同的地方 ※ 騎士應該做什麼 三、綜合活動：1. 思考延伸問題並分享：你是否已經找到你未來努力的方向或目標了？是什麼？	報告完成「我有一個夢」小卡	消除)
第 8，12 週	2	安全教育(交通安全)-馬路小英雄	【綜合】 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。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	【綜合】 Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 【健體】 Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛	能認識交通指揮手勢意義。 能遵守交通規則。	【交通標誌的意義】教學活動： 1. 超級比一比：準備交通安全相關題目（如交通警察），分組輪流比一比 2. 說明交通警察指揮手勢及意義。如：車輛全部停止。（填寫學習單） 3. 說出對他們的感謝。	能比出正確手勢	馬路英雄學習單
第 9~11 週	3	家庭教育~做個聰明消費小贏家	【健體】 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 【綜合】 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。 家 E9 參與家庭消費行動，澄	【健體】 Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 【綜合】 Aa-II-1 自己能做的事。 Bc-II-2 個人日常生活問題所需的資	1. 能說出學生喜歡零食的理由。 2. 找出食品標誌並寫出學習單。 3. 討論買到過期的食物處理方式	1 請學生自由發表對於零食的看法：為什麼會喜歡這樣的零食呢？零食從何處購買。 2 指導學生學習單內容，找出家中食品並記錄該食品標示，進行討論。 3. 教師提問，請學生自由發表遇到的食品已經過期的處理方式	1. 能參與討論對於零食看法 2. 能完成學習單 3. 能口頭發表過期的食物處理方式	聰明消費學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			清金錢與 物品的價值。	源。				
第 13-14 週	2	環境教育-垃圾知多少	自然科學 pa-II-2 能從得到的資訊或數據，形成解釋、得到解答、解決問題。並能將自己的探究結果和他人的結果（例如：來自老師）相比較，檢查是否相近。社會 3d-II-1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。綜合活動 3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物	自然科學 INg II -3 可利用垃圾減量、資源回收、節約能源等方法來保護環境。社會 Ab-II 1 居民的生活方式與空間利用，和其居住地方的自然、人文環境相互影響。綜合活動 Cd II -1 生活中環境問題的覺察。綜合活動 Cd II-2 環境友善的行動與分享。	1. 知道垃圾與環境的關係。 2. 認識臺灣地區的垃圾現況。 3. 了解垃圾分類的重要性及做法。 4. 了解資源回收方式，並實際處理生活中製造的垃圾。	教師引導說明生活中難免會製造出垃圾，因此垃圾的處理顯得相當重要，尤其塑膠袋問題更是現在垃圾處理的一大難題，解決塑膠垃圾問題最好的方法就是減少使用，出門購物自備購物袋，做好綠色消費。而且臺灣地區面積狹小，資源有限，如果能做好資源回收，可以達到垃圾減量目的，延長垃圾場的使用壽命，也可以將垃圾再生利用，創造新的資源，因此平時大家要做好垃圾分類，資源回收，養成良好習慣，將垃圾創造出更多的價值，並維護環境整潔，不要讓垃圾淹沒了我們生活的地球。	能完成「垃圾 OUT」學習單	「垃圾 OUT」學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 17 週	1	運動會	綜 2b-II-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。	Bb-II-1 團隊合作的意義。 Bb-II-3 團體活動的參與態度。	遵守約定的規範，與他人一起進行活動與分工合作。	培養自信心以及與他人合作完成目標。表現運動家的精神。	能肯定自我、樂於與人合作，並能表現運動家精神。	1.開幕活動展演 2.田賽競技 3.徑賽競技 4.健康促進大考驗 5.閉幕頒獎
第 15. 16. 18. 20. 21 週	5	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。法 E4 參與規則的制定並遵守之。	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。	1.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。 2.藉開班會討論，明白班級自治與學校自治的組織與職責，進而認知自治活動的本質，認清團體中應盡的	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.各股工作報告 4.討論提案 5.臨時動議 6.選舉下次主席 記錄司儀 7.老師講評散會	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。	班會記錄表

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					義務與可享的權利。			
--	--	--	--	--	-----------	--	--	--

◎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。

臺南市公(私)立永康區大灣國民小學 114 學年度(第二學期)四年級彈性學習課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱 (中系統)	健康好公民	實施年級 (班級組別)	四年級	教學節數	本學期共(20)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	希望藉由活動的進行，讓學生知道，兩性能相互合作完成一件事並了解行業不受性別的限制。透過課程，讓學生認識各種性別歧見，並透過溝通，去表達與接納不同的想法。				
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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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。 性 A2 覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。				
課程目標	希望藉由活動的進行讓學生具備探索問題的思考能力，並因應日常生活情境及學會與團隊成員合作。 性別角色的突破與性別歧視的消除。				
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				

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

表現任務		口頭回答 上課參與度 學習單 上台發表						
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 1~5 週	5	性別平等--職業對對碰	【綜合】 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。 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。 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。	【綜合】 Ba-II-1 自我表達的適切性。 Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。	1. 體驗活動後能明白兩性相互欣賞的目的 2. 了解彼此的不同專長與人格特質	1. 進行『兒童接力賽』的趣味活動，教師先說明遊戲規則，及分析過關的能力需求，發下學習單，請各組自行分配棒次人選。 2. 教師引導學生進行分組討論工作有男女之別嗎？為什麼？等議題	1. 活動參與後能寫出欣賞兩性的特質與優點 2. 能討論出正確的性別平等觀念	職業對對碰學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 6 週	1	相信自己，勇敢求助	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略	1. 了解熟人性侵害的可能性 20 勇敢說出與求助	1. 導師播放「身體我最大」影片後，請學生思考怎麼樣的人會侵犯我們的身體。 2. 透過討論了解要怎麼保護自己的身體，怎樣的行為就算侵犯身體，以及知道有哪些求助管道。	1. 透過學習單檢視是否建立安全求助管道。 2. 能否勇敢說出「不」與求助。	1. 臺南市綜合領域國教輔導團教案 2. 相信自己，勇敢求助單
第 7~9 週	3	環境教育-空氣汙染真可怕	自然科學 po-II -1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。社會 3d-II -1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。綜合活動 3d-II -1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。環 E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。	自然科學 INf-II -7 水與空氣汙染會對生物產生影響。社會 Ab-II -2 自然環境會影響經濟的發展，經濟的發展也會改變自然環境。綜合活動 Cd-II -1 生活中環境問題的覺察。	1. 了解空氣對人體的重要性。 2. 知道所處環境的空氣概況。 3. 了解空氣汙染的主要汙染源及其影響。 4. 認識空氣汙染防制的方法。 5. 了解空氣品質指標，以及空氣品質旗幟標示的內容。	師引導說明空氣品質跟我們有很大關係，空氣不好會影響人體，也會破壞環境。根據衛生署的調查顯示，近年來學童罹患氣喘比例大增，和空氣品質變差有直接的關係，因此空氣汙染是大家需要特別關心的環境議題。身為地球的一分子，空氣汙染的防制要從本身做起，我們可以多種植樹木、家中的汽機車做好定期排氣檢測、多搭乘公共運輸、不要抽煙、舉發亂排放廢氣的工廠…等，如果遇到空氣品質差的日子，要戴上口罩，避免到戶外劇烈活動，以維護自己的身體健康。	完成「打擊空汙」學習單	「打擊空汙」學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 10~12 週	3	家庭教育—吾愛吾家	【綜 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受 家 E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。	【綜合】 Aa-II-1 自己能做的事。 Aa-II-2 自己感興趣的人、事、物。 Aa-II-3 自我探索的想法與感受。	1. 能思考自己能為家庭做什麼？ 2. 能計算並列出減少家中不必要開銷的好方法	1 教師引導兒童想一想：在自己的家中，身為家庭的一分子，你可以為家庭做些什麼呢？ 2 教師取出家庭常用物品，讓兒童猜猜看這些物品各是多少錢？	1. 能參與討論活動內容。 2. 能經驗分享減少開銷方法	家事圖卡
13~15 週	3	家庭暴力防治教育-我能愛自己	社會 3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。	社會 Ac-II-1 兒童在生活中擁有許多權利（可包括生存權、學習權、表意權、隱私權、身體自主權及不受歧視的權利等）與責任（可包括遵守規範、尊重他人或維護公共利益等）。 社會 Ac-II-2 遇到違反人權的事	1. 能知道人人有生存權。 2. 對他人不妥行為能正面思考，並具有同理心。 3. 能了解只有自己會愛自己，別人才會更愛你。	（一）教師統整說明 1. 大部分人覺得後母都是不好的人，其實她們並不是壞人，只是有些後母她們還不能像愛自己親生的孩子一樣去愛其他的孩子。 2. 無論走到哪裡，我們都需要朋友，希望你們有很多很多的朋友。 3. 如果你覺得別人不夠愛你，你要加倍的愛自己；如果別人沒有給你機會，你應該加倍的給自己機會。 （二）完成學習單	完成「我能愛自己」學習單	「我能愛自己」學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

				件，可尋求適當的救助管道。				
第 18-19 週	2	安全教育（交通安全）- 交通安全一把罩	【綜合】 3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	【綜合】 Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。	一、 能理解交通指揮手勢的意義。	數張有關交通指揮手勢圖片一、引起動機 (一)教師提問，並請兒童自由發表：	上課參與度、口語表達	電腦、圖片
第 16、17、20 週	3	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。法 E4 參與規則的制定並遵守之。	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。	1. 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。2. 藉開班會討論，明白班級自治與學校自治的組織與職責，進而認知自治活動的本	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. 各股工作報告 4. 討論提案 5. 臨時動議 6. 選舉下次主席記錄司儀 7. 老師講評散會	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。	班會記錄表 兒童權利公約課程

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					質，認清團體中應盡的義務與可享的權利。		
--	--	--	--	--	---------------------	--	--

◎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。