

臺南市公立北區文元國民小學 114 學年度第一學期一年級彈性學習 文元健兒好素養 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	小一新生健康成長	實施年級 (班級組別)	一年級	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	關係及系統與模型：引領小一新生認識學校、公共場所應遵守的規範，建立良好生活習慣，融入校園生活。 關係與交互作用：1. 體察性別刻板印象意涵，並藉此涵養對自我的認同與對他人的尊重。 2. 體察家人的付出，藉此培養關懷家人、為家庭付出的心意。							
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	學生透過遵守學校規範、認識性別刻板印象、關懷家庭成員活動，培養良好生活習慣，認識自我並養成尊重他人的態度。							
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 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	遵守學校交通、用餐的規定，積極參與運動會的各項活動練習，展現學習成果；與人相處能尊重每個人，使用適當的言詞表達，也會協助班級或家裡面的各項事務。							
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 1-2 週	2	交通安全 快樂上學平安歸	交 1-1-1 說出自己常使用的交通方式	學校交通安全相關規定	了解並遵守學校交通安全相關規	1. 帶領學生認識文元國小進出的門，並讓學生了解上學、放學的交通規	1. 能說出學校進出的	學習單：快樂上學平安歸

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		戶外教育	交 4-1-1 了解交通安全的重要性，並知道事先預防的可貴 交 4-2-1 了解安全搭乘交通工具所應遵守的規則與禮節		定。	劃。 2. 指導學生找出自己上學、放學的方式與路線。 3. 教導學生應遵守的交通規則。	門。 2. 能說出自己的上學、放學方式與進出的門。	
第 3-4 週	2	食育 飲食好習慣	健體 1a- I -1 認識基本的健康常識。健體 Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。健體 Ea- I -2 基本的飲食習慣。	1. 公共場所的用餐禮儀。 2. 均衡飲食的原則。	1. 認識並遵守公共場所的用餐禮儀。 2. 養成均衡飲食的習慣。	1. 指導學生在校用餐的禮儀與應遵守的原則。 2. 引導學生認識食物的重要，均衡攝取六大類食物。	1. 能遵守用餐禮儀。 2. 不偏食，均衡攝取營養午餐。	1. 臺南市學校午餐教育資訊網：餐前五分鐘影片 (1) 餐桌禮儀習慣養成 (2) 改變習慣愛上餐桌 2. 營養 5 餐. 線上自學 (1) 好重要的食物 (2)認識六大類食物 3. 學習單：飲食好習慣
第 5-10 週	6	性別平等(性別刻板印象) 性侵害防治教育(性別平等教育) 獨一無二的我	國語 2- I -3 與他人交談時，能適當的提問合宜的回答，並分享想法。 生活 1- I -2 覺察每個人均	1. 人的特質。 2. 性別刻板印象	1. 認識「人」的特質，理解特質沒有性別之分。 2. 學習尊重、包容不同的想法。	1. 我的喜好(1) (1)藉由影片 男生和女生的戰爭 讓學生觀察男生、女生的特質和互動狀況。 (2)引導學生思考有什麼「個人特質」個人特質是專屬於男生或女生	1. 能專心觀賞影片。 2. 能專心聆聽。 3. 能踴躍發表意見。	1. 影片： 男生和女生的戰爭

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						和玩偶。 (4)教師以投影片展示愛畫畫的梵谷、世界麵包大賽冠軍吳寶春、小時候玩洋娃娃的吳季剛、拿槍的女性軍人、女籃國手魏于淳等人的照片，向學童介紹顛覆性別刻板印象的名人事蹟。 (5)教師引導歸納：不論男生或女生，都可以選擇自己喜歡的玩具或活動，這些選擇無關性別，只與興趣和喜好有關。 4. 我想要的禮物(2) (1)教師講述繪本〈威廉的洋娃娃〉。 (2)教師提問書籍相關問題，學生回答與討論。 (3)教師歸納統整：不一定男生就喜歡籃球或火車，男生也可以喜歡洋娃娃，或是其他有趣的東西。當我們有自己喜歡的東西時，可以努力表達自己的想法，盡力爭取。		4. 繪本：威廉的洋娃娃
第 11-17 週	7	生命教育 運動會	健體 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 健體 2c- I -1	1. 大會舞 2. 團體活動	1. 學會大會舞曲目動作。 2. 遵守團體規範。	活動:大會舞(7)	1. 能完整跳完大會舞。 2. 能配合團體活動。 3. 能遵守團	自選教材：大會舞曲

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			表現尊重的團體互動行為。		3. 配合團體活動。		體規範。	
第 18-21 週	4	家庭教育 家庭暴力防治教育 我愛我的家	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。 生活 6-I-4 關懷生活中的人、事、物，願意提供協助與服務。	1. 關心家人。 2. 如何幫忙做家事	1. 理解家人的付出。 2. 練習表達對家人的關心。 3. 實踐幫忙做家事。 4. 練習做家事的技巧。	1. 我可以做到 (2) (1)教師說故事：米諾貓上街去買魚。 (2)教師提問書籍相關問題，學生討論與回答。 (3)教師引導歸納總結：每個人都是家庭的一分子，因此我們可以找到自己能力範圍內的事，來幫助家人，讓他們不用那麼累，也可以讓家人更開心。 2. 我愛我的家 (1) (1)教師提問：想一想，你可以幫忙你的家人做些什麼事。 (2)學生討論發表。 (3)教師指導進行學生實際演練，並提醒幫忙做事時，要把事情做好、認真去做，才是真的幫忙。 (4)歸納總結：愛家人不要只是嘴巴說說而已，要付諸行動。	1. 能專心聆聽。 2. 能踴躍發表。 3. 能認真練習。 4. 能對家人表達關心。 5. 能幫忙做家事。	1. 繪本：米諾貓上街去買魚 2. 兒童權利公約介紹 https://reurl.cc/vqglyo 3. 兒童守護超人 CRC https://reurl.cc/Y00W7n

◎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。

臺南市公立北區文元國民小學 114 學年度第二學期一年級彈性學習 文元健兒好素養 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	文元健兒快樂學習	實施年級 (班級組別)	一年級	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	關係及系統與模型：帶領小一新生了解參訪活動應注意的事項，建立正確行為觀念，加強社會化。 關係與交互作用：1. 體察身體界線意涵，並藉此培養愛護自己與尊重他人的觀念。 2. 體察母親與家人的對自己的付出與照顧，藉此涵養感恩並關愛家人的態度。							
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-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-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	學生透過戶外教育、認識身體界線、覺察家人對自己的照顧等活動，養成良好生活習慣，落實尊重並愛護自己與他人的態度。							
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	遵守公共場所的參訪規定，學會相關知識；主動關心家庭成員，並與家人保持良好的關係；能保護自己的身體隱私並尊重他人身體界線。							
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

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 1-7 週	7	戶外教育 ◎本戶外教育課程為 7 節課實施於第 3 週的「其他類課程」1 節，當天之其餘 6 節課表上課程補於第 1-5 週之「其他類課程」之上課時間。 安全教育	戶 E7 在環境中善用五官的感知，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。 戶 E5 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。	1. 團體活動的規範。 2. 動物習性與自然生態。	1. 了解戶外教育參觀活動應注意的事項。 2. 認識園區內的動物、植物。	1. 透過學習單「戶外教育大小事」指導學生應注意的事情與要遵守的規範。 2. 參觀動物園，認識園區內的動物、植物。	1. 能遵守參訪活動的注意事項。 2. 善用五官的感知參觀動物園。 3. 仔細聆聽解說並認識動物	學習單：戶外教育大小事
第 8-11 週	4	生命教育 母親節	生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。	1. 母親對孩子的付出與用心。 2. 現代社會不一樣的「母親」	1. 知道母親生育、教養孩子的辛苦與用心。 2. 認識現代社會，「母親」這個角色也可能是由其他人來擔任。 3. 學習用不同的方式表達對家人愛與感恩。	1. 碎碎念的愛(1) (1)老師導讀繪本「媽媽無所不在的嘮叨」。 (2)藉由繪本引導孩子理解媽媽嘮叨背後隱藏的用心良苦。 2. 我生日，祝媽媽快樂(1) (1)孩子喜歡過生日，因為大家會幫他慶祝、送禮物，但他出生的這天，對母親而言是個充滿希望與危險的日子，引導孩子理解母親懷孕過程與生產過程可能面臨的身體不適與風險。 (2)請孩子在自己生日那天，向母親表達愛與感謝。	1. 能專心聆聽。 2. 能回答教師問題，與教師互動。 3. 能理解現代社會有各種「母親」。 4. 能完成母親節禮物或卡片。	1. 台南市立圖書館電子書：媽媽無所不在的嘮叨 2. 可搭配繪本：媽媽生我好辛苦

						3. 紅公雞(1) (1)老師導讀繪本「紅公雞」。 (2)因目前社會單親、隔代教養情況增加，藉由繪本引導孩子，讓孩子知道「母親」這個角色也可能是由其他人來擔任。 4. 給媽媽的禮物(1) (1)介紹母親節的由來。 (2)親手做小禮物或寫卡片送給媽媽。		3. 繪本：紅公雞(youtube 說故事) 4. 影片：母親節的由來
第 12-17 週	6	性別平等教育~性侵害防治教育(性別平等教育)~我是身體的主人	健體 Db- I -2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 健 1-I-4 珍視自己並學習照顧自己的方法，且能適切、安全的行動。	1. 身體界線 2. 如何保護自己 3. 尊重他人	一、認知 (一)能知道自己能接受和不能接受的身體碰觸部位。 (二)能知道身體隱私處的部位，並且不能讓別人碰觸。 (三)能知道遭受侵犯時，保護自己的方法。 (四)能知道遭遇緊急情況時，如何自我保護並尋求協助。 二、情意：	1. 身體碰碰碰(2) (1)藉由影片<u>身體界線(中文)</u>、<u>積木王國大冒險</u>(播放至 6' 45")加強學生對於「身體界線」的概念。 (2)引導學生保護自己的身體，當有人踰越你的身體界線時，可以拒絕他並說出你的感覺。 (3)尊重他人的身體界線 2. 身體紅綠燈(2). (1)繼續撥放影片<u>積木王國大冒險</u>(從 6' 45" 之後播放)。 (2)引導認識身體紅綠燈並完成學習單「身體紅綠燈」。 (3)運用學習單進行討論、發表。 (4)教師引導歸納：要保護自	1. 能專心觀賞影片、回答教師問題。 2. 能完成相關學習單	1. 影片：<u>身體界線(中文)</u>、<u>積木王國大冒險</u>(播放至 6' 45") 2. (1)影片：<u>積木王國大冒險</u>(從 6' 45" 之後播放) (2)學習單：身體紅綠燈

				能清楚描述身體碰觸帶給自己的感受。 三、技能 (一)能以自己和對方都能接受的方式打招呼。 (二)能演練遭遇緊急情況時尋求協助的法。 四、行為： 能分辨具威脅性的行為，並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。	己的隱私處，也要尊重他人的身體，不可以隨意碰觸他人的身體。 3. 住手！你不能隨便碰觸我 (1) (1) 播放影片<u>熱情的蹦蹦</u> (2) 藉由影片進行提問、討論 (3) 引導歸納：要尊重他人身體，就算不是隱私處也不可以隨意碰觸。 (4) 完成學習單「住手！你不能隨便碰觸我」讓學生知道如何求助。 (5) 播放<u>我是身體的主人</u>歌曲帶動跳影片，讓學生透過唱跳，熟記保護自己三步驟：拒絕、逃跑、求助。 4. 家庭相簿(1) (1)利用網路搜尋將孩子成長照片設定為公開的社群網站。引導學生思考是否願意自己的影像被人任意的網路上搜尋、看到。 (2)進一步引導，若公開的影像是私密照片，會友什麼感受。 (3)引導歸納：我們是身體的主人，別人不可隨意碰觸外，在未經我們的同意，別人也不應拍攝，隨意散播、公開影像。未來若自	3. 影片：(1)<u>熱情的蹦蹦</u>、<u>我是身體的主人</u> (2)學習單：「住手！你不能隨便碰觸我」、「我是身體的主人」 4. 影片：<u>未經同意散佈私密影像</u>
--	--	--	--	---	--	--

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						己開始使用社群媒體，也應謹慎管理自己的隱私 (4)播放影片：<u>未經同意散佈私密影像</u> (5)提問與引導歸納：若遇到有人(可能是親友、網路上的陌生人)用各種方法(威脅、利用、詐騙等)請你拍攝裸露照、私密照，或個人的影像外流或被公開，請謹記「不拍不傳要求助」。		
第 18-21 週	4	家庭教育~ 家庭暴力防治教育~ 可愛的家庭	家 E5 了解家庭中各種關係的互動(親子、手足、祖孫及其他親屬等)。 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。	1. 家庭成員 2. 家人的稱謂 3. 家人間的關係與互動。	1. 能熟悉家人的稱謂。 2. 能關心家庭成員。 3. 能與家人保持良好的關係。	1. 我的家庭真可愛 2. 家事小幫手	1. 能認真參與遊戲。 2. 能專心聆聽。 3. 能踴躍回答問題。	學習單： 可愛的家 教材： 兒童權利公約宣導影片

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。