

臺南市公立北區文元國民小學 115 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 ☒ 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	安 E2 了解危機與安全。	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	1. 能說出學校進出的門。 2. 能說出自己的上	學習單:快樂上學平安歸

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					定。	的交通規劃。 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。	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。	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 兒童及少年性剝削防制教育 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 覺察每個人均有其獨特性與長處，進而欣賞自己的優點、喜歡自己。 生活 7- I -1 以對方能理解的語彙或方	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。 3. 覺察生活中的性別刻板印象。 4. 培養表達意見的能力。	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嗎？ (3)教師引導歸納：個人特質、用語、行為沒有性別之分。 2. 男生女生配(2)	1. 能專心觀賞影片。 2. 能專心聆聽。 3. 能踴躍發表意見。 4. 能用心完成學習單。	1. 影片： 男生和女生的戰爭 2. 學習單：最佳造型(附件一)

式，表達對人、事、物的觀察與意見。

- (1)指導學生完成「最佳造型」學習單。
 - (2)學生發表學習單成果。
 - (3)教師引導學生統整，看大家的設計是否有共通點(性別刻板印象)，例如：男生是短髮、穿褲子、拿球棒、藍色、黑色；女生是長髮、穿裙子、拿娃娃、粉紅色、紫色……。
 - (4)教師統整，每個人都不同的特質和長相，喜歡的東西也不同，我們應該學習尊重與包容別人的不同想法。
3. 送禮大考驗(1)
- (1)請學生選擇附件二中的禮物，選擇一樣送給男孩、一樣送給女孩。(剪下貼到學習單上)
 - (2)學生發表學習單

3. 學習單:最佳造型(附件二)

					成果。 (3)教師統整學生回答，看大家的選擇是否有性別刻板印象存在，例如：送男孩的玩具大多選擇小汽車或球類，要送女孩的玩具則選擇洋娃娃和玩偶。 (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。		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 表現尊重的團體互動行為。	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。 3. 配合團體活動。	活動:大會舞	1. 能完整跳完大會舞。 2. 能配合團體活動。 3. 能遵守團體規範。	自選教材：大會舞曲
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	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	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。	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

			關懷生活中的人、事、物，願意提供協助與服務。		做家事。 4. 練習做家务的技巧。	(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，才是真正的幫忙。 (4)歸納總結：愛家人不要只是嘴巴說說而已，要付諸行動。	https://reurl.cc/Y00W7n (5)
--	--	--	------------------------	--	---------------------------------	--	---

臺南市公立北區文元國民小學 115 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
第 1-7 週	7	戶外教育 ◎本戶外教育課程為 7 節課實施	戶 E7 在環境中善用五官的感知，分別培養	1. 團體活動的規範。 2. 動物習性	1. 了解戶外教育參觀活動應注意的	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。	1. 能遵守參訪活動的注意事項。	學習單：戶外教育大小事

		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 1-7 週之「其他類課程」之上課時間。 安全教育	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。	與自然生態。	事項。 2. 認識園區內的動物、植物。	2. 參觀動物園，認識園區內的動物、植物。	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	
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的愛與感恩。	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，	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

						向母親表達愛與感謝。 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。 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 兒童及少年性剝削防制教育 我是身體的主人	性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。	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	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」。	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

					遭遇緊急情況時，如何自我保護並尋求協助。 二、情意：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方法。 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。	(3)運用學習單進行討論、發表。 (4)教師引導歸納：要保護自己的隱私處，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在網路上搜尋、看到。	3. 影片：<u>(1)熱情的蹦蹦、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)

						(2)進一步引導，若公開的影像是私密照片，會有什麼感受。 (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	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 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

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			的特性。					
--	--	--	------	--	--	--	--	--