

臺南市公立歸仁區歸仁國民小學 115 學年度第一學期六年級彈性學習 活力歸仁 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱		活力歸仁	實施年級 (班級組別)	六年級	教學節數	本學期共(42)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		交互作用-藉由法定議題及校內運動會、，增廣學童見聞、培養尊重家人、同儕的態度。						
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-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		經由繪本導讀、影片欣賞、競賽活動，了解尊重他人、團隊合作的重要，並藉以增進班級向心力。						
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								
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 週 ~ 第 6 週	6	性別平等教育~ 男生、女生一樣 行	綜合 1a-III-1 欣賞 並接納自己與他人。 健體 3b-III-3	綜合 A a-III-1 自己與他人 特質的欣賞 及接納。 健體	1. 能知道自 我生涯發 展的規劃 能突破性 別 的 限 制。	1. 藉由導讀繪本”小小其實 並不小”探討兩性經由適 當的練習與學習都能表現 的一樣好。 2. 搭配”夢想起飛”學習單 引導學童思索各行各業的	1. 能說出 兩性先 天的異 同之 處。 2. 能完成	1. 自編 ppt 2. 「夢想起飛」 學習單。 3. 性侵害宣導影 片(台南市家 暴暨性侵害防

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			能在引導下表現基本的決策與批判技能 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。	Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護	2. 能發現自己的興趣與專長並能持續發展。 3. 能了解社會上對性別的刻板印象。 4. 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。	性別區分、自己感興趣的職業、如何努力突破性別的限制。 3. 觀看影片學習判斷危險情境與練習拒絕及求救方式。	學習單內容並與他人分享學習單內容。	治中心出品 https://youtu.be/t1GCzyBMNGM 參考教案： 1. 教育部性別平等教育全球資訊網：高雄市龍華國小林玲慧老師 https://www.gender.edu.tw/web/index.php/m5/m5_05_02_index/3?k=&a=&c= 2. 國教輔導教案-身體自主與界線 https://ceag.tn.edu.tw/modules/ceag/resource.php?TeamID=23&NewsTag=%E6%80%A7%E5%88%A5%E5%B9%B3%E7%AD%89(%E5%9F%BA%E6%9C%AC%E6%95%99%E6%A1%88)
第一週 ~ 第四週	4	認識自我與進階舞蹈 (融入生命教育)	藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧 健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作 健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 生 E2 理解人的身體與心理面向。	表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	認識身體、舞蹈與基本律動	1. 認識身體、認識進階舞蹈 2. 進階律動練習 3. 動律組合及身體延展拉筋 4. 進階動作組合排練 5. 進階腰功練習 6. 進階彈性練習	提問身體部位與舞蹈種類	教師自編舞蹈
第 7 週 ~	3	家庭教育 ~聆聽真愛	綜合 2a-III-1 覺察	綜合 Ba-III-1	1. 能了解孝順要及時，	1. 藉由影片「唐朝小栗子—真孝順」探討生活中如何做	1. 能踴躍參與課堂討論	改編 101 學年家庭教育教案(特

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 9 週			多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。 家 E6 關心及愛護家庭成員。	多元性別的人際互動與情感表達。	不僅是物質的奉養，更重要的是出自內心的順從。	到孝順的行為。	並說出正確的孝順行為。	優)- 聆聽真愛
第五週 ~ 第九週	5	無影腳	藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧 健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作 健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領	表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	肌耐力訓練	1. 進階肌力及肌耐力訓練 2. 進階腿功練習 1：地板前腿、旁腿、後腿 3. 進階腿功練習 2：中間前腿、旁腿、後腿 4. 進階腿功練習 3：流動前腿、旁腿、後腿	實作指定練習	教師自編舞蹈
第 10 週 ~ 第 14 週	5	班級自治會議	綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。 綜合 2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮	綜合 Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。 綜合 Bb-II-2 關懷團隊成員的行動。	藉開班會討論，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	班會流程 1. 班會開始 2. 主席致詞 3. 各股長工作報告 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	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	班會記錄表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			譽感，並展現負責的態度。	綜合 Bb-II-3 團體活動的參與態度。	和義務。	8. 散會	法。 3. 完成班會紀錄表。	
第十週 ~ 第十五週	6	一起來尬舞	藝術 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作 藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容 健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力	表 P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	看 MV 學舞蹈	1. 進階 MV 舞蹈教學 1 2. 進階 MV 舞蹈教學 2 3. 進階 MV 舞蹈教學 3 4. 進階 MV 舞蹈教學 4 5. 毯子功作翻滾技巧訓練：前滾、後滾 6. 毯子功作翻滾技巧訓練：倒立、側翻	運用基本舞步，進行創意編排	1. MV 1 MV 2
第 15 週 ~ 第 17 週	3	青春不交易，隱私不傳佈！	健體 1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。 健體 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	健體 Db- III -1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。 健體 Db- III -3 性騷擾與性侵害的自我防護。	1. 能深化身體自主權的概念，勇於拒絕不合理的性別權力人際互動，學習性騷擾與性侵害的自我防護。 2. 能辨識網路兒少性剝削的樣態，	1. 引導學生認識兒少性剝削防制 2. 教師播放 iWIN 兒少私密照防治宣導影片 3. 共讀防制網路兒少性剝削宣導的短文 4. 針對以上內容作深入討論	1. 學生認知網路兒少性剝削的樣態及防制重要性。 2. 能完成學習單內容並與他人分享學	https://www.k12ea.gov.tw/files/common_unit_id/b615cf90-a3e0-45a7-b3d6-aeffcf87dad3/doc/03-%e6%80%a7%e5%89%9d%e5%89%8a%e9%98%b2%e5%88%b6%e6%a2%9d%e4%be%8b%e5%ae%a3%e5%b0%8e%e6%95%99%e6%a1%88(%e5%9c%8b%e5%b0%8f%e7%89%88).pdf https://www.youtube.com/watch?v=dEvgRAVu3Eo&t=286s 學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					培養自我保護的技巧及危機處理的策略。 3. 能運用網路資源，參與校園網路兒少性剝削防制短語宣導，並關懷被性剝削的受害者。		習單內容。 3. 製作宣傳海報。	
第 18 週 ~ 第 19 週	2	安全騎乘行	綜合 3a-III-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。	健體 Ba-III-2 校園及休閒活動事故傷害預防與安全須知。 綜合 Ca-III-1 環境潛藏的危機。 綜合 Ca-III-2 辨識環境潛藏危機的方法。 綜合 Ca-III-3 化解危機的資源或策略。	1. 正確操作自行車的基本檢查與維修。 2. 說出騎乘自行車的注意事項、通行路線及其相關交通規則。 3. 覺知騎乘自行車常見的危險，並提出解決危險情境的方法。	1. 自行車的基本檢查和維修 2. 騎乘自行車該注意什麼 3. 自行車肇事前三大原因 4. 遵守自行車交通規則 5. 安全駕駛-安全用路及騎乘觀念	能完成學習單內容並與他人分享學習單內容。	1. 自行車防禦駕駛篇。 https://www.youtube.com/watch?v=ZonL8PTlyRA 2. 正確選擇- 自行車挑選與檢查保養。 https://www.youtube.com/watch?v=7109qyZeGPs 3. 掉鏈條快速處理方式。 https://www.youtube.com/watch?v=PIUy1YIA9EI 4. 安全駕駛- 安全用路及騎乘觀念。 https://www.youtube.com/watch?v=YID7mT7aEuA 5. 避開危險- 危險預測及防禦駕駛。 https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=bxB6rarAUrw 學習單
第十六週	6	舞動奇蹟	藝術	表	1. 舞蹈編排	1. 創造性舞蹈引導	1. 舞蹈編	學生自編舞蹈

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

~ 第二十一 週			1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作 藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容 健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力	P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現	與成果展演	2. 分組討論編排一 3. 分組討論編排二 4. 分組討論編排三 5. 期末呈現	排、表演與欣賞	
第 20 週 ~ 第 21 週	2	戶外教育 (歸仁舊街巷弄)	自然科學 ai-III-1 透過科學探索了解現象發生的原因或機制，滿足好奇心。 (藝術-鑑賞) 2-III-5 能表達對生活物件及藝術作品的看法，並欣賞不同的藝術與文化。 戶 E5 善用教育外、戶外及校外教學，認識生活環境(自然或人為)	自然科學 INa-III-5 不同形式的能量可以相互轉換，但總量不變。 (藝術-鑑賞) 視 A-II-2 自然物與人造物、藝術作品與藝術家。	1. 透過社區街道的踏查，了解學校與周遭社區的環境，觀察並蒐集校園周遭舊街巷弄，讓學生思考如何與社區共好 2. 體會昔日熱鬧繁華	1. 學生收集行程相關資料。 2. 參與行程：歸仁國小附近的舊街巷弄	1. 能收集資料 2. 能仔細聆聽解說 1. 3. 能積極參與實作課程	戶外教育學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					的景象及 體驗古建 築、人文 之藝術美 感。			
--	--	--	--	--	------------------------------------	--	--	--

- ◎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。

臺南市公立歸仁區歸仁國民小學 115 學年度第二學期六年級彈性學習_活力歸仁_課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	活力歸仁	實施年級 (班級組別)	六年級	教學節數	本學期共(36)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	交互作用-藉由法定議題及學校校慶、畢業旅行、畢業週活動，培養學童探索問題的思考能與團隊合作的素養							
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-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	經由影片欣賞、競賽活動，了解尊重他人、團隊合作的重要，並藉以增進班級向心力。							
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								
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 週 ~ 第 4 週	4	家庭教育 ~幸福家庭 三顆心	綜合 2a-III-1 覺察 多元性別的互動 方式與情感表 達，並運用同理 心增進人際關	Ba-III-3 正向人際關 係與衝突解 決能力的建 立。	• 1. 培 養和 家人 相處 有良 好的	透過觀賞影片「無歌之頌，無字之書—因為我愛你」，探討如何以家庭的三顆基石”歡喜心、同理心、感恩心”來凝聚全家人的向心力。	1. 能踴躍參與課堂討論並說出能促進家人間良性互動的作法。	改編 101 學年家庭教育教案(特優)- 幸福家庭三顆心

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			係。 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。		互動。			
第一週 ~ 第五週	5	一起來動次動	藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧 健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作 健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領	表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	認識身體與基礎律動	1. 認識身體，進階動律複習 2. 進階身體素質訓練一 3. 進階身體素質訓練二 4. 進階流動踢腿單一練習	實作指定動作	教師自編舞蹈
第 5 週 - 第 10 週	6	校慶系列活動 (生命教育 1-活出美好)	(健康與體育領域) 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範 2c-III-2 表現表現同理心、正向溝通的團隊精神 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度	(健康與體育領域) Cb -II-2 學校運動賽會	培養團隊合作的態度，以及班級之認同感，凝聚班級向心力。	1. 高年級大會舞 2. 六年級趣味競賽 3. 六年級大隊接力	1. 能積極參與各項團隊展演及競賽。 2. 能與同儕正向溝通，欣賞、讚美同儕的優點。	無

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。					
第六週 ~ 第十週	5	一起舞翻滾吧！	藝術 1-III-4 能感知、探索與表現表演藝術的元素、技巧 健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作 健體 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領	表 E-III 聲音與肢體表達與動作元素之運用 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	踢腿與側翻訓練	1. 進階流動踢腿組合練習 2. 進階流動側翻訓練 3. 進階流動側翻內轉訓練一 4. 進階流動側翻內轉訓練二	實作指定側翻動作	教師自編舞蹈
第 11 週 ~ 第 16 週	6	性別平等教育 ~青春情事	綜合 2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。	1. 學習尊重自己與他人的性別角色。 2. 了解並辨別男女之間的喜歡與愛。 3. 學生能建立正確的性觀念與性態	1. 透過教學 ppt 探討與異性相處的合宜作法及學習保護自己，避開網路性陷阱 2. 「練功時間」學習單習寫。	1. 能說出在團體活動中認識異性的重要性。 2. 完成學習單內容。	1. 自編 ppt 教材 2. 「練功時間」學習單 參考教案教材 1. 性福 e 學園國小教材單元 3、4 2. 國教輔導教案-身體自主與界線 https://reurl.cc/nlb5xe

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十一週 ~ 第十五週	5	一起來尬舞	藝術 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作 藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容 健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力	表 P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係	度。 看 MV 學舞蹈	1. 進階 MV 舞蹈教學一 2. 進階 MV 舞蹈教學二 3. 進階 MV 舞蹈教學三 4. 進階 MV 舞蹈教學四	運用基本舞步，進行創意編排	1. MV 1 MV 2
第十六週 ~ 第十八週	3	一起來練舞功	藝術 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作 藝術 1-III-7 能構思表演的創作主題與內容 健體 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力	表 P-III-2 表演團隊執掌、表演內容、時程與空間規劃 表 E-III-3 動作素材、視覺圖像和聲音效果等整合呈現 健體 Ib-IV-1	舞蹈編排與成果展演	1. 進階毯子功魚躍前滾翻訓練 2. 進階毯子功腰功柔軟度訓練 1 3. 進階毯子功腰功柔軟度訓練 2 4. 進階創造性舞蹈教學引導 5. 進階創造性舞蹈分組排練 6. 期末呈現	舞蹈編排、表演與欣賞	學生自編舞蹈
第 17 週	2	行車危險大追擊	健體	健體	1. 能知道行	1. 酒後不開車	能完成學習	https://168.mot

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			Ba-III-2 校園及休閒活動事故傷害預防與安全須知。	Be-III-2 辨識生活中常見的安全危機情境，並能採取正確應變與求助行動。	車的危機情境，並採取正確行動。	2. 雨天行的安全 3. 夜間的行車安全 4. 安全的停車距離 5. 駕駛人的視線障礙 6. 十次車禍九次快	單內容並與他人分享學習單內容。	c. gov. tw/theme/teach_sch_2/post/1906121100640
第 18 週	1	班級大掃除 (融入環境環境教育)	(綜合) 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。 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理。	(綜合) Bb-III-3 團隊合作的技巧。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	1. 熟悉資源回收的分類方式及處理。 2. 能注意清掃的安全及認真、合作的進行掃除。 3. 熟悉消毒的步驟及安全事項。	1. 資源回收：進行個人簿本、物品…等可利用資源的回收。 2. 班級大掃除工作分配及進行清潔。 3. 進行掃具的淘汰、維修及歸還。 4. 進行環境消毒。	1. 正確進行資源回收。 2. 認真進行大掃除及消毒。	回收箱 清潔用具 消毒水

◎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。