

彰化縣縣立湖南國民小學 110 學年度 各年級 彈性學習 課程/節數 規劃總表

類別	年級	一年級		二年級		三年級		四年級		五年級		六年級	
	課程名稱	上學期	下學期										
		節數											
統整性 主題/專 題/議題 探究	楊炭傳承-湖南閱讀情	21	20	21	20	21	20	21	20	21	20	21	18
	花樣年華-湖南運動情	21	20	21	20	21	20	21	20	21	20	21	18
	法定議題教育課程	16	16	20	20	14	14	6	6	15	15	13	13
社團活 動與技 藝課程	游泳									12	12		
其他類 課程	國語補救教學					14	14	18	18	21	20	21	18
	數學補救教學					13	13	17	17	21	20	21	18
	戶外教育									4	4	4	4
	班級輔導	5	5	1						2	1	2	
	班際交流											2	1
	合計	63	60	63	60	84	80	84	80	105	100	105	90

彰化縣湖南國民小學 110 學年度第一學期一年級彈性學習課程(校訂課程)

課程名稱	楊炭傳承-湖南閱讀情	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	1. <input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (特殊需求課程計畫請統一上傳至第 12 項) 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立研究或專長領域 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班專門課程 <input type="checkbox"/> 體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學				
設計理念	營造豐富多元的閱讀環境，培養學生閱讀的習慣與興趣。				
本教育階段 總綱核心素 養 或校訂素養	1. 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。 2. E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 3. 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	透過閱讀教學活動，經由發表、對話而達到與人溝通的能力。 1. 將選取後的該教育階段「總綱核心素養」與「設計理念」結合，敘寫課程目標。 2. 目標基本形式：(副詞+) 動詞+名詞。 3. 運用各核心素養內動作性質的字詞做為參考「動詞」，結合主題內容(名詞)，以完整句子串連敘寫。				
配合融入之 領域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技				<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 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 口語發表、測驗練習

參考可刪

1. 扣緊課程目標，怎樣讓學生表現出對所學內容的理解和運用（總結性作品或行動）？提出哪些引導基準以讓學生為自己的學習負責？（扣緊目標+總結性作品或行動+引導基準……）
 2. 例如，報告、發表、導覽介紹、寫作、評論、報導、圖表或模型製作、媒體製作、概念圖、方案設計、實驗操作、展演、活動策辦、參與活動、各式創作等。

課程架構

教學期程	節數	教學單元名稱	學習表現 (校訂或相關領域)	學習目標	學習內容 (校訂)	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選 教材 /學習單
第 1 週	1	交通工具真有趣 【兒歌欣賞 1】火車快飛	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。 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 3-I-4 利用注音讀物，學習閱讀，享受閱讀樂趣。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Aa-I-1 聲符、韻符、介符的正確發音和寫法。	1. 塑造故事情境以吸引學生注意。 2. 讀課文。 3. 透過教師設計問題，幫助學生理解課文。 4. 兒歌教唱 5. 統整活動(火車快飛教唱、火車快飛兒歌遊戲)	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 2 週	1	交通工具真有趣 【兒歌欣賞 2】造飛機	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。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Aa-I-1 聲符、韻符、介符的正確發音和寫法。	1. 塑造故事情境以吸引學生注意。 2. 讀課文。 3. 透過教師設計問題，幫助學生理解課文。 4. 兒歌教唱 5. 統整活動(造飛機兒歌教唱、紙飛機勞作)	口語發表、測驗練習	閱讀小行家

			<p>言。</p> <p>2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。</p> <p>3-I-4 利用注音讀物，學習閱讀，享受閱讀樂趣。</p>	<p>題和發表意見。</p>				
第 3 週	1	<p>有趣的世界【有趣大挑戰】猜一猜</p>	<p>1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。</p> <p>2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。</p> <p>3-I-4 利用注音讀物，學習閱讀，享受閱讀樂趣</p> <p>5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。</p>	<p>1. 能完整閱讀並理解文本。</p> <p>2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。</p>	<p>Aa-I-1 聲符、韻符、介符的正確發音和寫法。</p> <p>Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。</p>	<p>1. 塑造猴子與貓頭鷹比賽猜謎的故事情境以吸引學生注意。</p> <p>2. 讀課文。</p> <p>3. 課文理解。</p> <p>4. 猜謎大賽：全班分成四組，搶答謎語，按照排名獲得禮物。</p>	<p>口語發表、測驗練習</p>	<p>閱讀小行家</p>
第 4 週	1	<p>有趣的世界【動物放大鏡】小毛驢</p>	<p>1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。</p> <p>2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。</p> <p>3-I-4 利用注音讀物，學習閱讀，享受閱讀樂趣</p>	<p>1. 能完整閱讀並理解文本。</p> <p>2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。</p>	<p>Aa-I-1 聲符、韻符、介符的正確發音和寫法。</p> <p>Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。</p>	<p>1. 我有一隻小毛驢兒歌播放。</p> <p>2. 讀課文</p> <p>3. 課文理解—學習何謂「心血來潮」、「趕集」</p> <p>4. 兒歌教唱</p> <p>5. 統整活動：我有一隻小毛驢兒歌舞蹈教學(參考影片：https://www.youtube.com/watch?v=9DhMrmtXk3I)</p>	<p>口語發表、測驗練習</p>	<p>閱讀小行家</p>

			5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。					
第 5 週	1	奇妙大自然 【奇妙大自然】小星星	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。 4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 播放小星星的歌曲。 2. 讀課文。 3. 課文理解。 4. 兒歌教唱。 5. 認識自然景觀：教師準備各種天空中自然現象的圖片，讓學生由觀察圖片認識自然現象。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 6 週	1	奇妙大自然 【詩詞歌謠】春神來了	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。 4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 介紹「黃鶯」，再以森林動物期待春天到來設計故事情境吸引孩子注意。 2. 讀課文(聽一次春神來了的音樂) 3. 課文理解：辨別春天的關鍵有梅花(花開)、黃鶯(鳥鳴)等等 4. 兒歌「春神來了」教唱。 5. 統整活動—認識四季，教師準備各種能代表四季的圖片(如雪、楓葉、花朵、衝浪、豔陽)等等，讓學生辨別春夏秋冬並說出特色。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 7 週	1	正確的態度 【知足常樂】母獅和狐狸	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。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常	1. 引起動機：播放獅子和狐狸的圖片，讓學生認認看能不能說出這是什麼動物。 2. 讀課文 3. 課文理解—釐清品質和數量的關係，總結於其實品質和數量不一定重要，但是狐狸驕傲的態度是不可取的。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家

			言。 4-I-1 認識常用國字至少1,000字，使用700字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。	和發表意見。	生活相關的文化內涵。	4. 統整活動： 教師準備多種不同森林動物的圖片，讓學生認識，並配合遊戲讓學生熟練動物名稱。		
第8週	1	正確的態度 【想一想】主人和他的狗	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。 4-I-1 認識常用國字至少1,000字，使用700字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 看一小段有關小狗的影片，引起學生動機。 2. 讀課文 3. 課文理解：帶著學生從文本分析出「自己做錯不懂反省，還怪別人」是不可取的結論。 4. 統整活動：「小小戲精就是你」，讓學生分組討論，在小狗說完話後，演出主人可能有的反應，根據主人的反應，其他小朋友要判斷主人是否知道自己錯了，還是不知悔改。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第9週	1	想一想 【做事的方法】北風與太陽	1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 4-I-1 認識常用國字至少1,000字，使用700字 5-I-7 運用簡單的預測、推論等策略，找出句子和段落明示的因果關係，	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 引起動機：教師在投影片上播放「北風先生」和「太陽先生」的圖片，讓學生說說看這兩位先生有什麼特質？ 2. 讀課文 3. 課文理解—能理解為什麼北風吹沒用(冷)，太陽曬卻有用(熱)，學會用對方法做事情。 4. 統整活動：過了一年，北風和太陽又再次約戰一回，北風和太陽這次決定比賽「看誰先讓在公園玩耍的孩子回家」，讓一半的學生扮演太陽，一半的學生扮演北風，分別討論出戰術出招，老師扮演孩子，最後決定哪一方獲勝。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家

第 10 週	1	想一想 【知恩圖報】 行人與梧桐樹	理解文本內容 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字 5-I-7 運用簡單的預測、推論等策略，找出句子和段落明示的因果關係，理解文本內容	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 引起動機：先問問學生：你覺得「大樹」有什麼功用或好處呢？ 2. 讀課文 3. 課文理解—釐清知足惜福，發現美的眼睛。 4. 統整活動：發現美的眼睛，老師列舉許多日常生活中習以為常的事物，請學生思考它為你帶來的好處有什麼？(如水龍頭)	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 11 週	1	快樂讀故事 【動物寓言】 池塘的青蛙	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 5-I-9 喜愛閱讀，並樂於與他人分享閱讀心得。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	池塘的青蛙 1. 引起動機—「聊青蛙」，請學生介紹他們了解的青蛙是長得如何，生活方式是如何。 2. 讀課文 3. 課文理解—分析出「事情必須看得長遠」之理。 4. 統整活動：「跳青蛙」，利用正方形色紙摺出紙青蛙，讓學生來比賽看看誰做的紙青蛙能跳得最遠。 (影片教學，來源： https://www.youtube.com/watch?v=vXFtIUUpKjI)	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 12 週	1	快樂讀故事 【童話故事】 小皮球	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 5-I-9 喜愛閱讀，並樂於	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 教師播放「小皮球」的兒歌，帶學生一起學唱小皮球的歌曲，引起學生注意。 (影片教學，來源： https://www.youtube.com/watch?v=wyRVBkaBW6Y) 2. 讀課文 3. 課文理解—著重於讓學生感受文本的層次，小皮球一次比一次跳的高，看到的風景也一次比一次美。 4. 統整活動：帶學生走出戶外，感受文本中玩球的樂趣，進行各種球類活動。(兩組大車拚一分為兩組運球到	口語發表、測驗練習	閱讀小行家

			與他人分享閱讀心得。			達定點折返，交棒出發，哪隊先完成獲勝。球落誰家—所有人圍成圓圈，順時鐘傳球，直到老師吹哨聲時，拿球的人要說一句感謝的話。)		
第 13 週	1	快樂讀故事【童話故事】小皮球	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 5-I-9 喜愛閱讀，並樂於與他人分享閱讀心得。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 教師播放「小皮球」的兒歌，帶學生一起學唱小皮球的歌曲，引起學生注意。 (影片教學，來源： https://www.youtube.com/watch?v=wyRVBKaBW6Y) 2. 讀課文 3. 課文理解—著重於讓學生感受文本的層次，小皮球一次比一次跳的高，看到的風景也一次比一次美。 4. 統整活動：帶學生走出戶外，感受文本中玩球的樂趣，進行各種球類活動。(兩組大車拚—分為兩組運球到達定點折返，交棒出發，哪隊先完成獲勝。球落誰家—所有人圍成圓圈，順時鐘傳球，直到老師吹哨聲時，拿球的人要說一句感謝的話。)	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 14 週	1	小故事大道理【成語故事】守株待兔	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 5-I-9 喜愛閱讀，並樂於與他人分享閱讀心得。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 教師播放「守株待兔」的成語故事動畫，吸引學生注意。 (影片教學，來源： https://www.youtube.com/watch?v=fbGvJZJNjdm) 2. 讀課文 3. 課文理解—引導學生發現故事中農夫前後的心態對比，由此感受到不努力的空虛與妄想，強調辛勤努力的重要性。 4. 統整活動—成語大猜謎，於投影幕上秀出簡單的成語，由老師念出解釋(選擇看著解釋較容易推出成語的例子)，並將全班分成兩組，當老師唸出解釋時，看誰能先舉手回答出正確的成語。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 15 週	1	小故事大道理【成語故事】守株待兔	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 5-I-9 喜愛閱讀，並樂於	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 教師播放「守株待兔」的成語故事動畫，吸引學生注意。 (影片教學，來源： https://www.youtube.com/watch?v=fbGvJZJNjdm) 2. 讀課文 3. 課文理解—引導學生發現故事中農夫前後的心態對比，由此感受到不努力的空虛與妄想，強調辛勤努力的重要性。 4. 統整活動—成語大猜謎，於投影幕上秀出簡單的成	口語發表、測驗練習	閱讀小行家

			與他人分享閱讀心得。			語，由老師念出解釋(選擇看著解釋較容易推出成語的例子)，並將全班分成兩組，當老師唸出解釋時，看誰能先舉手回答出正確的成語。		
第 16 週	1	小故事大道理【品格與修養】三個商人	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 5-I-9 喜愛閱讀，並樂於與他人分享閱讀心得。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 引起動機：這一課題到商人，教師播放「財神的故事」讓學生觀看，除了引起學生注意，也可連結商人與財神之間的緊密關係。(影片教學，來源； https://www.youtube.com/watch?v=w9TXDDFCrHA) 2. 讀課文 3. 課文理解—引導學生發現，故事用了三個商人做對比，第三個商人做出了智慧的選擇，勇敢面對挫折，未來一定能成功。 4. 統整活動：小小演說家，讓同學兩個兩個互相討論，分享彼此遇到挫折的經驗，以及如何面對，後請每位同學上台示著分享自己的經驗。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 17 週	1	小故事大道理【品格與修養】三個商人	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 5-I-9 喜愛閱讀，並樂於與他人分享閱讀心得。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。	1. 引起動機：這一課題到商人，教師播放「財神的故事」讓學生觀看，除了引起學生注意，也可連結商人與財神之間的緊密關係。(影片教學，來源； https://www.youtube.com/watch?v=w9TXDDFCrHA) 2. 讀課文 3. 課文理解—引導學生發現，故事用了三個商人做對比，第三個商人做出了智慧的選擇，勇敢面對挫折，未來一定能成功。 4. 統整活動：小小演說家，讓同學兩個兩個互相討論，分享彼此遇到挫折的經驗，以及如何面對，後請每位同學上台示著分享自己的經驗。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 18 週	1	【想法轉個彎】買鞋子	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 6-I-4 使用仿寫、接寫等技巧寫作。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ab-I-2 700 個常用字的使用。	1. 詢問學生買鞋子的經驗，是自己挑鞋子還是媽媽幫你選?要怎麼知道自己該穿幾號的鞋子呢? 2. 讀課文 3. 課文理解—強調買鞋人的執著，結果卻因不知變通而錯過了買鞋的機會。 4. 統整活動：全班分成四組，教師準備四個不知變通的情境，請四組學生給故事中的主角一點建議。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家

第 19 週	1	【想法轉個彎】買鞋子	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 6-I-4 使用仿寫、接寫等技巧寫作。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ab-I-2 700 個常用字的使用。	1. 詢問學生買鞋子的經驗，是自己挑鞋子還是媽媽幫你選?要怎麼知道自己該穿幾號的鞋子呢? 2. 讀課文 3. 課文理解—強調買鞋人的執著，結果卻因不知變通而錯過了買鞋的機會。 4. 統整活動：全班分成四組，教師準備四個不知變通的情境，請四組學生給故事中的主角一點建議。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 20 週	1	【深思熟慮】鋸斷竹竿進城	4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 6-I-4 使用仿寫、接寫等技巧寫作。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-5 1,500 個常用語詞的認念。 Ab-I-2 700 個常用字的使用。	1. 教師準備長竹竿掃具，以直、橫的方式都無法拿進教室，試問學生們是否能提供解決辦法(將長掃把倒下與門口垂直就可以進入) 2. 讀課文 3. 課文理解—從年輕人原本的目的(賣竹竿)，與最後的結果對比(太短賣不出去)強調做事應該深思熟慮，以免解決了問題，就忘了目的。 4. 統整活動：改寫故事，請小朋友穿越時光，試著改變這個悲劇的故事，教師發下修改後的課文從「這時，有個……」開始，小朋友可以扮演任何角色(超人、仙子……)來告訴這位年輕人正確的方法，讓他順利賣出竹竿。請各小組完成後續的故事。	口語發表、測驗練習	閱讀小行家
第 21 週						休業式		

彰化縣湖南國民小學 110 學年度第二學期一年級彈性學習課程(校訂課程)

課程名稱	楊炭傳承-湖南閱讀情	實施年級 (班級組別)	一年級	教學 節數	本學期共(20)節
彈性學習課程 四類規範	1. <input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (特殊需求課程計畫請統一上傳至第 12 項) 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立研究或專長領域 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班專門課程 <input type="checkbox"/> 體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學				
設計理念	營造豐富多元的閱讀環境，培養學生閱讀的習慣與興趣。				
參考可刪	1. 對於學生學習有何重要貢獻、跨領域理解、學習遷移? 2. 可參考大概念 (跨領域共通及持久性理解) 加以表述。例如，「關係與表現：體察人與土地的關係，並透過多元表徵表達此關係」。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	1. 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。 2. E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 3. 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	透過閱讀教學活動，經由發表、對話而達到與人溝通的能力。 1. 將選取後的該教育階段「總綱核心素養」與「設計理念」結合，敘寫課程目標。 2. 目標基本形式：(副詞 +) 動詞 + 名詞。 3. 運用各核心素養內動作性質的字詞做為參考「動詞」，結合主題內容 (名詞)，以完整句子串連敘寫。				
配合融入之領域 或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技				<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/>

		國際教育						
表現任務		口語發表、測驗練習						
參考可刪		1. 扣緊課程目標，怎樣讓學生表現出對所學內容的理解和運用（總結性作品或行動）？提出哪些引導基準以讓學生為自己的學習負責？（扣緊目標+總結性作品或行動+引導基準……） 2. 例如，報告、發表、導覽介紹、寫作、評論、報導、圖表或模型製作、媒體製作、概念圖、方案設計、實驗操作、展演、活動策辦、參與活動、各式創作等。						
課程架構								
教學期程	節數	教學單元名稱	學習表現 (校訂或相關領域)	學習目標	學習內容(校訂)	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選教材 /學習單
第1週	1	有趣的成語故事 【動物交響樂】塞翁失馬	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。 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 4-I-2 利用部件、部首或簡單造字原理，輔助識字。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Ab-I-2 700 個常用字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大意。	1. 教師介紹成語類別。 2. 進行文章標題預測。 3. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，進行內容分析。 4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。 5. 影片欣賞：《塞翁失馬》話劇表演	口頭報告、評量測驗	閱讀小行家
第2週	1	有趣的成語故事 【旋律快樂頌】濫竽充數	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。 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 4-I-2 利用部件、部首或簡單造字原理，輔助識字。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Aa-I-1 700 個常用字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大意。	1. 教師介紹樂器「竽」。 2. 讀課文 3. 教師逐段提取重點，歸納起因、經過、結果。 4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動：接寫故事	口頭報告、評量測驗	閱讀小行家

第 3 週	1	中國小故事 【命運大不同】 賣餅的青年	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 4-I-1 認識常用國字 至少 1,000 字，使用 700 字。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師播放笛子演奏影片、 介紹算盤。 2. 讀課文 3. 教師逐段提取重點，歸納 起因、經過、結果。 4. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動：放送快樂（口 頭發表）	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 4 週	1	中國小故事 【文字趣味多】 對聯學問大	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 4-I-1 認識常用國字 至少 1,000 字，使用 700 字。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意	1. 教師展示春聯。 2. 進行標題預測，介紹「對 聯」的意思。 3. 讀課文。 4. 教師逐段提取重點，進行 內容分析。 5. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 6. 統整活動：春聯拼貼趣	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 5 週	1	為你寫首詩 【生活智慧王】 擦子	1-I-1 養成專心聆聽 的習慣，尊重對方的發 言。 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。 5-I-4 了解文本中的 重要訊息與觀點。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Ac-I-2 簡單的基 本句型。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師提問。 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，進行 內容分析。 4. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動（仿作練習）： 我的好朋友	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 6 週	1	為你寫首詩 【浩瀚天空行】 星星、月亮與彩 虹	1-I-1 養成專心聆聽 的習慣，尊重對方的發 言。 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	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Ac-I-2 簡單的基 本句型。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師播放影片《小星 星》、《月亮出來了》、《彩虹 的約定》 2. 讀課文〈兩個好朋友〉。 3. 教師逐段提取重點，並分 析本詩的寫作手法。	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家

			言。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。			4. 讀課文〈彩虹〉。 5. 教師逐段提取重點，並分析本詩的寫作手法。 6. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。 7. 統整活動（天空做什麼？）：用「…好像…」描寫天氣現象，並口頭發表。		
第 7 週	1	人性黑與白 【價值知多少】 變成蜘蛛的少女	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。 2-I-2 說出所聽聞的內容。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Aa-I-1 700 個常用字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大意	1. 教師提問、影片欣賞。 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，歸納起因、經過、結果。 4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動：改寫故事	口頭報告、評量測驗	閱讀小行家
第 8 週	1	人性黑與白 【助人最快樂】 串連嗚笛 悼念 蔡崇輝	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。 2-I-2 說出所聽聞的內容。 5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Aa-I-1 700 個常用字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大意	1. 教師播放影片《交通安全守則》 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，進行內容分析。 4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動(報導高手)：依「人事時地物」分析報導重點。	口頭報告、評量測驗	閱讀小行家
第 9 週	1	知識大補帖 【傳說追追追】 壓歲錢	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。 2-I-2 說出所聽聞的內容。 4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。	1. 能完整閱讀並理解文本。 2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。	Aa-I-1 700 個常用字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大意。	1. 教師展示紅包袋並解釋用途。 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，進行內容分析。 4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動：畫出「祟」的模樣	口頭報告、評量測驗	閱讀小行家

第 10 週	1	知識大補帖 【名人奮鬥史】 發明大王愛迪生	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 4-I-1 認識常用國字 至少 1,000 字，使用 700 字。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意	1. 教師介紹愛迪生所發明的 物品。 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，進行 內容分析。 4. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動：學習單「小 小發明家」	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 11 週	1	校園點滴 【感恩與祝福】 有你相伴	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 5-I-1 認識簡易的記 敘、抒情及應用文本的 特徵。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師播放影片《垃圾車》 2. 教師發下《垃圾車》歌 詞。 3. 讀課文。 4. 教師逐段提取重點，歸納 起因、經過、結果。 5. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 6. 統整活動：好朋友，我要 跟你說	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 12 週	1	校園點滴 【快樂上學去】 餐會通知單	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 5-I-1 認識簡易的記 敘、抒情及應用文本的 特徵。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師提問。 2. 讀課文 3. 教師逐段提取重點，歸納 「活動主題」、「活動原 因」、「活動資訊」、「活動報 名」。 4. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動（學習單）：通 知單小幫手	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 13 週	1	嘴巴的故事 【走進大自然】 誰的舌頭厲害	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 4-I-1 認識常用國字	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師播放影片《動物們的 舌頭功能大不同》 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，依舌 頭種類歸納出文章重點。 4. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家

			至少 1,000 字，使用 700 字。			5. 統整活動：味覺大考驗。		
第 14 週	1	嘴巴的故事 【人生方向盤】 胖琥的壞習慣	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 4-I-1 認識常用國字 至少 1,000 字，使用 700 字。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師播放影片《放羊的孩 子》 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，歸納 起因、經過、結果。 4. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動：壞習慣的解決 方法。	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 15 週	1	特別的日子 【天涯若比鄰】 泰國潑水節	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 4-I-1 認識常用國字 至少 1,000 字，使用 700 字。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意。	1. 教師播放影片《祈福潑水 泰國年》並介紹潑水節的傳 說。 2. 讀課文。 3. 教師逐段提取重點，分析 文章重點。 4. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 5. 統整活動：介紹繪本《世 界的一天》。	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 16 週	1	特別的日子 【語文萬花筒】 童詩兩首	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。 2-I-2 說出所聽聞的 內容。 4-I-1 認識常用國字 至少 1,000 字，使用 700 字。	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易 回答問題和發表意 見。	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。 Ad-I-2 篇章的大 意	1. 教師提問：生病的經驗和 感受。 2. 讀課文〈幸福〉。 3. 〈幸福〉內容分析：譬喻 法。 4. 讀課文〈翹翹板〉。 5. 〈翹翹板〉內容分析 6. 延伸思考：教師設計問 題，幫助學生理解課文。 7. 統整活動：我會「畫 話」。	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家
第 17 週	1	特別的日子 【語文萬花筒】 童詩兩首	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	1. 能完整閱讀並理 解文本。 2. 能根據文本簡易	Aa-I-1 700 個常用 字的使用。 Ad-I-1 自然段。	1. 教師提問：生病的經驗和 感受。 2. 讀課文〈幸福〉。	口頭報告、評 量測驗	閱讀小行 家

			<p>言。</p> <p>2-I-2 說出所聽聞的內容。</p> <p>4-I-1 認識常用國字至少 1,000 字，使用 700 字。</p>	<p>回答問題和發表意見。</p>	<p>Ad-I-2 篇章的大意</p>	<p>3. 〈幸福〉內容分析：譬喻法。</p> <p>4. 讀課文〈翹翹板〉。</p> <p>5. 〈翹翹板〉內容分析</p> <p>6. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。</p> <p>7. 統整活動：我會「畫話」。</p>		
第 18 週	1	<p>危機重重</p> <p>【人生遙控器】</p> <p>父子騎驢</p>	<p>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。</p> <p>2-I-2 說出所聽聞的內容。</p> <p>5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。</p>	<p>1. 能完整閱讀並理解文本。</p> <p>2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。</p>	<p>Aa-I-1 700 個常用字的使用。</p> <p>Ad-I-1 自然段。</p> <p>Ad-I-2 篇章的大意</p>	<p>1. 教師介紹驢子，並播放《扛驢的父子》影片。</p> <p>2. 讀課文。</p> <p>3. 內容分析：教師逐段提取重點，歸納起因、經過、結果。</p> <p>4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。</p> <p>5. 統整活動：《小毛驢》童詩歌唱。</p>	<p>口頭報告、評量測驗</p>	<p>閱讀小行家</p>
第 19 週	1	<p>危機重重</p> <p>【人生遙控器】</p> <p>父子騎驢</p>	<p>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。</p> <p>2-I-2 說出所聽聞的內容。</p> <p>5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。</p>	<p>1. 能完整閱讀並理解文本。</p> <p>2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。</p>	<p>Aa-I-1 700 個常用字的使用。</p> <p>Ad-I-1 自然段。</p> <p>Ad-I-2 篇章的大意</p>	<p>1. 教師介紹驢子，並播放《扛驢的父子》影片。</p> <p>2. 讀課文。</p> <p>3. 內容分析：教師逐段提取重點，歸納起因、經過、結果。</p> <p>4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。</p> <p>5. 統整活動：《小毛驢》童詩歌唱。</p>	<p>口頭報告、評量測驗</p>	<p>閱讀小行家</p>
第 20 週	1	<p>危機重重</p> <p>【開創新視野】</p> <p>地球的危機</p>	<p>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。</p> <p>2-I-2 說出所聽聞的內容。</p> <p>5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。</p>	<p>1. 能完整閱讀並理解文本。</p> <p>2. 能根據文本簡易回答問題和發表意見。</p>	<p>Aa-I-1 700 個常用字的使用。</p> <p>Ad-I-1 自然段。</p> <p>Ad-I-2 篇章的大意。</p>	<p>1. 教師播放影片《全球暖化的寓言悲劇 大批北極熊入侵俄住宅區》，並讓學生發表感想。</p> <p>2. 進行標題預測。</p> <p>3. 讀課文。</p> <p>4. 教師逐段提取重點，將文章分為「全球異狀」、「暖化</p>	<p>口頭報告、評量測驗</p>	<p>閱讀小行家</p>

						<p>原因」、「解決辦法」。</p> <p>4. 延伸思考：教師設計問題，幫助學生理解課文。</p> <p>5. 統整活動：影片欣賞《全球暖化公益短片》</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

彰化縣湖南國民小學 110 學年度第一學期一年級彈性學習課程(校訂課程)

課程名稱	花樣年華-湖南運動情	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	1. <input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (特殊需求課程計畫請統一上傳至第 12 項) 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立研究或專長領域 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班專門課程 <input type="checkbox"/> 體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學				
設計理念	一、結合生活情境的整合性學習 二、發展適合其年齡應有的體育認知 三、培養日常生活中之各種身體活動能力				
本教育階段 總綱核心 素養 或校訂素 養	●A1 身心素質與自我精進 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心 健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。				
課程目標	3.能知道糙米、胚芽米及白米的營養價值。				
配合融入 之領域或 議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技		<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 運動技能素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
表現任務	<input type="checkbox"/> 頭報告、學習單				

課程架構								
教學 期程	節 數	教學單元 名稱	學習表現 (校訂或相關領域)	學習目標	學習內容 (校訂)	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選 教材 /學習單
第 1 週	1	快樂向前行	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、發展運動概念與運動技能，提昇體適能。 二、培養增進人際關係與互動的能力。 三、培養擬定健康與體育策略與實踐的能力。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)快樂向前行 PART1 請學童走路繞操場一周。 練習三至五趟。 跑跑走走繞操場一周。 教師視學童情形給予休息，並提醒學童避免過度勞累或發生運動傷害。 練習三至五趟。 (二)步步高升 PART1 請教師尋找適當之階梯作為練習場地。 由下而上前進，再左去右回。 視階梯長度，再決定練習次數。 跑跑走走上階梯。 教師視學童情形給予休息時間。 練習數趟。 (三)校園巡禮 請教師選擇一些適當的場地作為練習。 學童以二至四人作為一組。 讓學童結伴而行，繞行一周。 請教師視學童情形或教學時間，給予增加次數或增加路線。	口頭報告、學習單	
第 2 週	1	快樂向前行	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、發展運動概念與運動技能，提昇體適能。 二、培養增進人際關係與互動的能力。 三、培養擬定健康與體育策略與實踐的能	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)快樂向前行 PART2 請學童繞操場一周。 先以走路方式進行。 再以跑跑走走的方式。 複習過前一節的課程後，再以較規律的方式訓練。 前半圈以走路方式前進，後半圈用跑步方式回來。 練習三至五趟。 以全程跑步的方式前進。 視學童情形給予休息，並提醒學童練習中的優點或缺失。	口頭報告、學習單	

				力。		<p>練習數趟。</p> <p>(二)步步高升 PART2 請學童踩階梯，以走路方式左去右回。 再改以跑跑走走的方式。 接著上階梯用走路，下階梯改跑步。 練習三至五趟。 改上階梯用跑步，下階梯用走路。 練習數趟。</p> <p>(三)操場巡禮 此課程為訓練體適能中的肌力(跑、走)，校園中有些場地不適合跑步，故選擇操場作為練習場所較為適當。 請教師規劃路線，也可簡單地繞操場一圈作為練習。 學童以兩人作為一組。 以第一人為主，第二人配合，前半段走路，後半段折返時改為跑步。 全程跑步，練習數趟。</p>		
第 3 週	1	球在空中飛	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>1. 練習手部動作中拋的動作。</p> <p>2. 訓練單手與雙手拋的能力。</p> <p>3. 培養個人獨立與團隊合作精神。</p>	<p>Ab-I-1 體適能遊戲。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)拋向空中 PART1 拋是利用手臂的力量，讓物體由下往上的方向前進。一般而言，拋的力量較投擲的力量小，準度也較高。預備動作為將球體置於手中，手臂自然下垂。在離牆壁約五公尺的位置作為起拋點。拋球的方式為手臂下垂後，向後微微擺動，接著往想要的方向拋出。 用樂樂棒球單手拋的方式，拋向牆壁，練習三至五遍。</p> <p>(二)接個好球 PART1 學童以二人作為一組。面對面，兩人距離約六公尺。教師吹哨後，一人將球拋出，另一人試著將球接住。練習三至五遍。 教師視學童情形給予調整練習次數。 可將距離縮短或加長，訓練學童控制力。</p> <p>(三)三人成行 請教師選擇一些適當的場地作為練習。</p>	口頭報告、學習單	

						學童以三人作為一組，並編號成一、二和三號。 學童圍成三角形，由一號拿球。 拿球的同學要喊口令”預備…幾號?” 將球輕輕拋向三角形的中央，被叫到號碼的學童要向前之後接球。		
第 4 週	1	球在空中飛	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 2c- I -2 接受並體驗多元性身體活動。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。	1. 練習手部動作中拋的動作。 2. 訓練單手與雙手拋的能力。 3. 培養個人獨立與團隊合作精神。	Ab- I -1 體適能遊戲。 Cb- I -2 班級體育活動。 Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)拋向空中 PART2 學童先練習單手拋的動作。 熟練後，再練習雙手拋。 物體由樂樂棒球換成較大的三號排球。 一般而言，需要雙手拋的原因為物體較重或較大。 提醒學童，在拋出時要將物體扶持好。 雙腳要幫忙，一腳前、一腳後站立。 將物體置於身體中央，大約高度在腰際下方。 拋球時，以擺盪方式先微微向內，擺盪趨近身體。 接著將球拋出，記得要控制力量。 練習三到五趟。 (二)接個好球 PART2 學童以二人作為一組，面對面，兩人距離約六公尺。 教師吹哨後，一人將球拋出，另一人試著將球接住。 練習三至五遍。 教師視學童情形給予調整練習次數。 可將距離縮短或加長，訓練學童控制力。 (三)你來我往 學童以四人作為一組，兩人分為一隊。 兩隊面對面，由一名學童以拋球的方式，發球到對面學童附近，最接近的學童要將球接住，然後迅速地將球拋給隊友。 隊友拿到球後，須將球拋給尚未接到球的學童，如此循環進行。 教師隨意選出四位學童，在學童面前作示範活動，以讓學童們加深印象。 說明運動存在著能力的差異，彼此尊重，共同完成動作。	口頭報告、學習單	
第 5 週	1	手足好兄弟	1d- I -1 描述動作技能基本常識。 2c- I -2 表現認真	一、培養手腳並用的能力。 二、養成生活	Ab- I -1 體適能遊戲。 Cb- I -2 班級	(一)先腳後手 PART1 請學童以跑道線為起點。 雙腳併攏，腳尖靠近線而不碰到線。	口頭報告、學習單	

			參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	中手腳的協調能力。 三、培養個人獨立與團隊合作精神。	體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	以跑道的寬度為距離。 當老師喊一時，右腳往前採一步；喊二時，右手向前伸並碰觸地面。 練習三至五遍。 換左腳和左手，練習三至五遍。 (二)我是怪手 PART1 請教師尋找適當之階梯作為練習場地。 雙腳併攏，站在階梯前約三十公分處。 當老師喊一時，右腳往前跨一步；喊二時，右手向前伸並碰觸地面的階梯。 練習三至五遍。 換左腳和左手，練習三至五遍。 (三)我放你撿 學童以二人作為一組。 兩人面對面，一人拿小球做為小老師；另一人以跑道線為起點留在原地，作為練習者。 拿球的學童取適當距離，將小球置於手上，之後請練習者向前一腳後伸手取球。 一人練習約十次後，兩人角色交換，再行練習。		
第 6 週	1	手足好兄弟	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養手腳並用的能力。 二、養成生活中手腳的協調能力。 三、培養個人獨立與團隊合作精神。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)先腳後手 PART2 請學童以跑道線為起點，雙腳併攏，腳尖靠近線而不碰到。 增加移動距離約二至三公尺。 先開始走二至三步後，再彎下身體伸手觸地。 當老師喊一時，往前二至三步；喊二時，手再向前伸並碰觸地面。 練習四至六遍。 再增加移動距離約四至五公尺。 先開始跑四至五步後，再彎下身體伸手觸地。 練習三至五遍。 (二)我是怪手 PART2 請學童雙腳併攏，站在階梯前約六十公分處。 當老師喊一時，左腳往前跨一步於階梯前。 喊二時，右腳向上跨步於階梯上，接著右手前伸並碰觸右腳上面的階梯。	口頭報告、學習單	

						<p>練習四至六遍。</p> <p>再增加移動距離約二至三公尺。</p> <p>老師喊一時，左腳開始往前跨三步於階梯前。</p> <p>喊二時，右腳向上跨步於階梯上，接著右手前伸並碰觸右腳上面的階梯。</p> <p>(三)採水果樂</p> <p>學童以兩人作為一組。</p> <p>兩人面對面約五公尺，一人拿小球做為小老師；另一人以跑道線為起點留在原地，作為練習者。</p> <p>老師吹哨後，小老師持球走動，練習者慢跑前進。</p> <p>提醒練習者快追到目標物時停步，接著用身體及手部延伸取球。</p>		
第 7 週	1	身體左右轉	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養身體轉動的能力。</p> <p>二、練習身體各部位的變化動作。</p> <p>三、培養良好人際關係。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>(一)上半身的前後左右 PART1</p> <p>請學童正常站立，維持自然輕鬆的姿勢。</p> <p>先以腰部關節做基礎，做前後左右的彎曲。</p> <p>請學童向前、後、左、右彎各五秒鐘。</p> <p>再加上手臂關節，將雙手向上伸展，雙手靠攏。</p> <p>請學童連同手臂向前、後、左、右彎各五秒鐘。</p> <p>將兩手臂平伸，掌心向上。</p> <p>手肘彎曲向上九十度後停止，五秒鐘後再回復。</p> <p>(二)腳的前後左右 PART1</p> <p>請學童正常站立，維持自然輕鬆的姿勢。</p> <p>先以左腳做身體支撐，用右腳活動。</p> <p>請學童向前、後、右伸各三秒鐘。</p> <p>再以右腳做身體支撐，用左腳活動。</p> <p>請學童向前、後、左伸各三秒鐘。</p> <p>(三)配合節拍動一動</p> <p>以兩節八拍作為口令，讓學童將學習的動作連結起來。</p> <p>由教師喊口令，並跟隨著老師做動作。</p> <p>前四拍原地站、後四拍向前彎，兩節八拍後變換動作。</p> <p>每個動作為兩節八拍，接著為身體向後彎、向左彎和向右彎。</p> <p>第二部份加上手臂延伸，前四拍原地站、後四拍手臂往頭上伸直後向前彎，然後向後彎、向左彎和向右</p>	口頭報告、學習單	

						彎。 第三部分為腳的動作，先右腳，再換左腳。		
第 8 週	1	身體左右轉	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養身體轉動的能力。 二、練習身體各部位的變化動作。 三、培養良好人際關係。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	(一)上半身的前後左右 PART2 請學童正常站立，維持自然輕鬆的姿勢。 先以腰部關節做基礎，做前後左右的彎曲。 請學童隨著節拍向前、後、左、右彎做反覆回復。 聽到”一”彎曲，聽到”二”回復；聽到”三”彎曲，聽到”四”回復。 再加上手臂關節，將雙手向上伸展，雙手靠攏。 請學童連同手臂向前、後、左、右彎。 (二)腳的前後左右 PART2 請學童正常站立，維持自然輕鬆的姿勢。 雙手向左右平伸以維持平衡。 先以左腳做身體支撐，用右腳活動。 聽到”一、二”前伸，聽到”三、四”回復；聽到”五、六”右伸，聽到”七、八”回復。 聽到”一、二”後伸，聽到”三、四”回復；聽到”五、六”右伸，聽到”七、八”回復。 再以右腳做身體支撐，用左腳活動。 (三)小小健康操 前四拍原地踏步、後四拍將身體彎曲，同一動作可做兩節八拍或四節八拍後變換動作。 將所學的每個動作連結，加上節拍即可成為許多運動前的暖身活動。 若能加上音樂，可提升體操趣味性。	口頭報告、學習單	
第 9 週	1	玩球趣	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童投擲中，擲的能力。 二、練習學童擲球的準確度。 三、培養個人獨立與團隊合作精神。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)擲樂樂棒球 PART1 說明擲的方式，為大手臂固定，以小手臂擲出，增加準確性。 尋找適當的牆壁及空間作為練習場地。 視情形以排或列為單位，讓學童同時練習。 請學童站在牆壁前約三公尺為起擲點。 將大手臂抬起，小手臂固定於肩上作為預備動作。 擲球時，將小手臂微微往後，接著瞄準目標將球擲出。	口頭報告、學習單	

						<p>練習五至八遍。</p> <p>(二)擲排球 PART1 擲球的球種由樂樂棒球改成體積較大的三號排球。因三號排球體積較大，持球時需要兩手扶持。慣用手在後，另一手在前，擲球時兩手同時往後。往前擲時，慣用手迅速往前推，緊接著前面的手要放開，讓球能夠往前。 可請運動能力較好的學童作示範，以加深印象。 練習五至八遍。</p> <p>(三)小球擲大球 以二人作為一組，一人拿排球，另一人拿樂樂棒球。兩人距離約三到五公尺，拿排球者將球放在地上，拿樂樂棒球的人為擲球者。 擲球者將球擲中排球為擊中目標，之後交換角色。 提醒彼此幫忙撿球。</p>		
第 10 週	1	玩球趣	<p>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c- I -2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童投擲中，擲的能力。</p> <p>二、練習學童擲球的準確度。</p> <p>三、培養個人獨立與團隊合作精神。</p>	<p>Bc- I -1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb- I -2 班級體育活動。</p> <p>Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)擲樂樂棒球 PART2 請學童兩人一組面對面，彼此距離約五公尺，互相傳接球。 請接球的學童雙手併攏，手心向前至於胸前左右的位置。 持球者向接球者拋球，接球者試著將球接住。 練習四至六遍。 再增加距離，彼此距離約七至十公尺。 提醒持球者擲球時，要考量對方的接球能力。 小秘訣是先讓球成拋物線前進，再漸漸地形成直線。 練習四至六遍。</p> <p>(二)擲排球 PART2 請學童左腳前，右腳後站立。 再提醒學童持球時，要用兩手扶持。 由於大球擲球困難度較高，可試著將距離拉近。 學童彼此距離約三公尺，擲球時先把力量放輕。 待傳接球穩定度增加，再加強擲球力道。 練習四至六遍。</p> <p>(三)大球擲小球 以二人作為一組，一人拿排球，另一人拿樂樂棒球。</p>	口頭報告、學習單	

						兩人距離約三到五公尺，拿樂樂棒球者將球放在地上，拿排球的人為擲球者。 擲球者將排球擲中樂樂棒球為擊中目標，之後交換角色。 提醒彼此幫忙撿球。		
第 11 週	1	繩來一跳	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童的跳繩能力。 二、訓練學童跳繩的正確動作。 三、培養個人獨立與團隊合作精神。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	(一)跳跳樂 PART1 請學童以階梯為起跳點。 雙腳併攏，腳尖靠近線而不碰到線。 起跳時膝蓋微彎，並用雙腳腳踝用力蹬向階梯。 兩腳同時跳起及落地，完成後再回到原地。 練習三至五遍，再換下一組。 連續跳，一次一個階梯，練習三至五遍。 (二)擺盪過繩 PART1 學童以三人為一組。 兩人面對面拿繩約兩公尺，一人站立於繩子中央。 開始時，兩人先將繩子由外而內擺盪，繩子到中間時與地接觸，中間的學童試著跳起躍過繩子。 躍過後，先將繩子由外而內擺盪，反覆練習。 約一分鐘後，三人交換角色，讓所有學童都能練習。 (三)通關密碼 學童以三人作為一組。 以擺盪過繩的方式作為活動，看每個人的躍過次數，最多的為勝利者，教師可準備一顆糖果做為獎品。 可進階將每一組的勝利者參加決賽，讓所有學童觀賞，一方面可以增加趣味性，另一方面也可互相觀摩。	口頭報告、學習單	
第 12 週	1	繩來一跳	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童的跳繩能力。 二、訓練學童跳繩的正確動作。 三、培養個人獨立與團隊合作精神。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	(一)跳跳樂 PART2 第一步驟為練習手部的繞繩轉圈。 提醒學童手腕用力，由上往下，由後往前的繞圈方式。 將繩子兩端握柄置於右手，讓右手練習轉圈。 繩子落地時，試著配合節奏躍起，練習轉十圈。 再將繩子兩端握柄置於左手，讓左手練習轉圈。 (二)我是跳神	口頭報告、學習單	

						<p>進入到正式的跳繩，說明跳繩的預備動作。 雙手握繩，兩手微微平伸，將繩子中央處靠於腳跟。 開始跳時，掌握節奏和手繞圈的大小是否適當，在繩子快到時用腳尖時躍過。 先單次練習，練習十遍。 再試著連續跳繩三圈。 最後試著能連續跳繩幾圈。。</p> <p>(三)合作無間 學童以四人作為一組，兩人分為一隊。 一隊負責轉繩，另一對負責跳繩。 轉繩的方式先用簡單的左右擺盪 計算每隊的躍過次數，最多的為勝利者。 教師找出兩隊表現較好的四位學童，在學童面前作示範活動，讓學童們加深印象。</p>		
第 13 週	1	拍球樂趣多	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童拍球的動作能力。 二、訓練學童練習拍球動作。 三、培養團隊合作精神。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)原地拍球 PART1 說明拍球的方式，預備動作為兩手扶住球，一手在上、一手在上。 慣用手在上，將五指張開後貼住球體，從肩膀、手肘到手腕同時用力將球下壓。 球落地後，待球回彈至原來高度，再將球接住。 練習十次。 試著連續拍球，拍完三次後將球接住。 練習五至八遍。</p> <p>(二)原地拍球 PART2 再次說明正確的拍球動作。 準備拍球時，要求左腳前、右腳後，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。 連續拍球，拍完三次後將球接住。 練習五至八遍。</p> <p>(三)你拍我接 以二人作為一組，一人拿排球，另一人面對面約三公尺的距離。 教師吹哨後，持球者開始拍球，拍完三球後，將球向前拍，彈地後對面的同學接住球。 另一人接到球後，同樣地拍球三次後，將球向前拍讓</p>	口頭報告、學習單	

						對方接球。 提醒彼此要互相幫忙撿球。		
第 14 週	1	拍球樂趣多	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童拍球的動作能力。 二、訓練學童練習拍球動作。 三、培養團隊合作精神。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)自立自強 體會並學會拍球後，就可以試著學習前進拍球。 連續拍球，拍完三次後試著前進兩步，再將球接住。 教師提醒學童，為了好讓球接住，最後一次拍球要向前拍。 練習四至六遍，再換下一排或列。 連續練習，原地拍球三次後前進兩步，接著再原地拍球三次後前進兩步。 (二)前進拍球 邊拍球、邊前進，試試拍球的熟練度。 請學童練習前進拍球十公尺。 請學童放慢速度，確實把球拍好後再前進。 將學童分成兩邊，兩邊各有兩排，面對面進行。 教師吹哨後，持球的學童拍球前進，前進拍球快到目的地時接住球，把球交給對面的同學。 循環練習，直到所有的學童都練習到為止。 練習四至六遍。 (三)衝鋒陷陣 以六人作為一組，分成兩邊，一邊三人，舉行接力賽。 將全班分成各組，讓各組參與競賽。 兩邊距離十公尺，教師吹哨後比賽開始。 首先完成接力賽的隊伍即為優勝者。 提醒學童注意安全，前進要和同學保持距離，避免碰撞。	口頭報告、學習單	
第 15 週	1	水上優遊	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合	一、培養學童能夠適應水中的環境。 二、訓練學童在池中自由移動。 三、培養互助	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲	(一)水上遊 適應水性是學習游泳的第一步。 初學者若學前接觸水的機會不多，會有心理因素，如果再加上進度太快導致學習中有噎水情形，則容易有學習障礙。 讓學童漸進式地接觸泳池，讓初學的學童放心。 首先說明入池的方式，請循階梯面向池壁，一階一階	口頭報告、學習單	

			個人的身體活動。	合作精神。	遊戲。	<p>地向下移動。</p> <p>兩腳確實的踏到池底後，雙腳往淺水區的池壁移動，雙手勾住池壁上的凹槽。</p> <p>以靠近池壁及勾住池壁上凹槽的方式，一步一步地往旁邊移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一階一階向上移動，練習三至五遍。</p> <p>(二)水上前行 PART1</p> <p>入池請循階梯面向池壁，一階一階地向下移動。</p> <p>兩腳確實的踏到池底後，雙腳往淺水區的池壁移動，雙手勾住池壁上的凹槽。</p> <p>接著將另一手自凹槽處放開，身體轉向九十度。</p> <p>身體和池壁成九十度，一手勾住凹槽以策安全，雙腳一步一步向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一階一階向上移動，練習三至五遍。</p>		
第 16 週	1	水上優遊	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童能夠適應水中的環境。</p> <p>二、訓練學童在池中自由移動。</p> <p>三、培養互助合作精神。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)水上前行 PART2</p> <p>兩人一組，入池後，身體和池壁成九十度，一手勾住凹槽。</p> <p>接著，另一人慢慢地離開池壁，到同學的另一邊，手牽手準備向前同行。</p> <p>兩人一起同時雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>然後兩人於下次練習時交換位置，練習三至五趟</p> <p>(二)我們是航海王</p> <p>靠岸的船，終究要向海航行。</p> <p>兩人一組，入池後向後轉，兩人平行，一邊手牽手，另一手兩人將手平伸，增加平衡感。</p> <p>這時兩人已離開池壁一段距離，然後雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>然後兩人於下次練習時交換位置，練習三至五趟。</p> <p>(三)水上優遊</p> <p>學童以兩人作為一組。</p> <p>入池後，兩人手牽手，悠閒地在水上優遊，遇到同學</p>	口頭報告、學習單	

						<p>時，彼此擊掌打招呼。</p> <p>在學童熟練後，老師可在池面上放一些小浮球，讓學童們向前撿拾。</p> <p>提醒學童們切勿急躁，水有阻力，再加上每個人的水性不同，需齊心協力的完成動作。</p>		
第 17 週	1	拍球樂趣多	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童拍球的動作能力。</p> <p>二、訓練學童練習拍球動作。</p> <p>三、培養團隊合作精神。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)原地拍球 PART1</p> <p>說明拍球的方式，預備動作為兩手扶住球，一手在上、一手在上。</p> <p>慣用手在上，將五指張開後貼住球體，從肩膀、手肘到手腕同時用力將球下壓。</p> <p>球落地後，待球回彈至原來高度，再將球接住。</p> <p>練習十次。</p> <p>試著連續拍球，拍完三次後將球接住。</p> <p>練習五至八遍。</p> <p>(二)原地拍球 PART2</p> <p>再次說明正確的拍球動作。</p> <p>準備拍球時，要求左腳前、右腳後，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。</p> <p>連續拍球，拍完三次後將球接住。</p> <p>練習五至八遍。</p> <p>(三)你拍我接</p> <p>以二人作為一組，一人拿排球，另一人面對面約三公尺的距離。</p> <p>教師吹哨後，持球者開始拍球，拍完三球後，將球向前拍，彈地後對面的同學接住球。</p> <p>另一人接到球後，同樣地拍球三次後，將球向前拍讓對方接球。</p> <p>提醒彼此要互相幫忙撿球。</p>	口頭報告、學習單	
第 18 週	1	拍球樂趣多	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>一、培養學童拍球的動作能力。</p> <p>二、訓練學童練習拍球動作。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、</p>	<p>(一)自立自強</p> <p>體會並學會拍球後，就可以試著學習前進拍球。</p> <p>連續拍球，拍完三次後試著前進兩步，再將球接住。</p> <p>教師提醒學童，為了好讓球接住，最後一次拍球要向前拍。</p> <p>練習四至六遍，再換下一排或列。</p>	口頭報告、學習單	

			4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	三、培養團隊合作精神。	跑、跳與投擲遊戲。	<p>連續練習，原地拍球三次後前進兩步，接著再原地拍球三次後前進兩步。</p> <p>(二)前進拍球 邊拍球、邊前進，試試拍球的熟練度。 請學童練習前進拍球十公尺。 請學童放慢速度，確實把球拍好後再前進。 將學童分成兩邊，兩邊各有兩排，面對面進行。 教師吹哨後，持球的學童拍球前進，前進拍球快到目的地時接住球，把球交給對面的同學。 循環練習，直到所有的學童都練習到為止。 練習四至六遍。</p> <p>(三)衝鋒陷陣 以六人作為一組，分成兩邊，一邊三人，舉行接力賽。 將全班分成各組，讓各組參與競賽。 兩邊距離十公尺，教師吹哨後比賽開始。 首先完成接力賽的隊伍即為優勝者。 提醒學童注意安全，前進要和同學保持距離，避免碰撞。</p>		
第 19 週	1	水上優遊	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童能夠適應水中的環境。</p> <p>二、訓練學童在池中自由移動。</p> <p>三、培養互助合作精神。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)水上遊 適應水性是學習游泳的第一步。 初學者若學前接觸水的機會不多，會有心理因素，如果再加上進度太快導致學習中有噙水情形，則容易有學習障礙。 讓學童漸進式地接觸泳池，讓初學的學童放心。 首先說明入池的方式，請循階梯面向池壁，一階一階地向下移動。 兩腳確實的踏到池底後，雙腳往淺水區的池壁移動，雙手勾住池壁上的凹槽。 以靠近池壁及勾住池壁上凹槽的方式，一步一步地往旁邊移動。 一直到對面的階梯後，再一階一階向上移動，練習三至五遍。</p> <p>(二)水上前行 PART1 入池請循階梯面向池壁，一階一階地向下移動。</p>	口頭報告、學習單	

						<p>兩腳確實的踏到池底後，雙腳往淺水區的池壁移動，雙手勾住池壁上的凹槽。</p> <p>接著將另一手自凹槽處放開，身體轉向九十度。身體和池壁成九十度，一手勾住凹槽以策安全，雙腳一步一步向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一階一階向上移動，練習三至五遍。</p>		
第 20 週	1	水上優遊	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童能夠適應水中的環境。</p> <p>二、訓練學童在池中自由移動。</p> <p>三、培養互助合作精神。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)水上前行 PART2</p> <p>兩人一組，入池後，身體和池壁成九十度，一手勾住凹槽。</p> <p>接著，另一人慢慢地離開池壁，到同學的另一邊，手牽手準備向前同行。</p> <p>兩人一起同時雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>然後兩人於下次練習時交換位置，練習三至五趟</p> <p>(二)我們是航海王</p> <p>靠岸的船，終究要向海航行。</p> <p>兩人一組，入池後向後轉，兩人平行，一邊手牽手，另一手兩人將手平伸，增加平衡感。</p> <p>這時兩人已離開池壁一段距離，然後雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>然後兩人於下次練習時交換位置，練習三至五趟。</p> <p>(三)水上優遊</p> <p>學童以兩人作為一組。</p> <p>入池後，兩人手牽手，悠閒地在水上優遊，遇到同學時，彼此擊掌打招呼。</p> <p>在學童熟練後，老師可在池面上放一些小浮球，讓學童們向前撿拾。</p> <p>提醒學童們切勿急躁，水有阻力，再加上每個人的水性不同，需齊心協力的完成動作。</p>	口頭報告、學習單	
第 21 週	1	休業式						

彰化縣湖南國民小學 110 學年度第二學期一年級彈性學習課程(校訂課程)

課程名稱	花樣年華-湖南運動情	實施年級 (班級組別)	一年級	教學 節數	本學期共(20)節
彈性學習 課程 四類規範	<p>1. <input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)</p> <p>2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)</p> <p>3. <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (特殊需求課程計畫請統一上傳至第 12 項)</p> <p>身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用</p> <p>資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立研究或專長領域</p> <p>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班專門課程 <input type="checkbox"/> 體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程</p> <p><input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學</p>				
設計理念	<p>1.結合生活情境的整合性學習</p> <p>2.發展適合其年齡應有的體育認知</p> <p>3.培養日常生活之各種身體活動能力</p>				
本教育階段 總綱核心 素養 或校訂素 養	<p>●A1 身心素質與自我精進</p> <p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心 健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p>				
課程目標	<p>1.培養跑步與跳躍的基本能力。</p> <p>2.訓練跑步與跳躍的基本動作。</p> <p>3.自然環境，運用跑步與跳躍。</p>				
配合融入 之領域或 議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技		<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 運動技能素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
表現任務	<input type="checkbox"/> 頭報告、學習單				

課程架構								
教學 期程	節 數	教學單元 名稱	學習表現 (校訂或相關領域)	學習目標	學習內容 (校訂)	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選 教材 /學習單
第 1 週	1	神靈活現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	1. 培養跑步與跳躍的基本能力。 2. 訓練跑步與跳躍的基本動作。 3. 自然環境，運用跑步與跳躍。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)跑跑跑 先讓學童們練習跑步。 請學童們排列整齊後，從橫排轉彎成橫列練習。 依序在跑道中排好，找一條跑道中的橫線，作為起跑線。 距離約 20 公尺，聽教師哨聲響，以一系列為單位向前跑步。 跑到到教師規定的目的地之後，再迴轉至旁邊的跑道或空地走回原練習地。 全班練習後，教師依據練習情形，給予說明或提醒。 練習三到五遍。 (二)跳跳跳 請學童們順著階梯雙腳跳下。 將隊伍帶到適合練習雙腳跳躍的階梯。 請學童們成橫列練習，約十階到十五階。 跑到到教師規定的目的地之後，再迴轉至旁邊的階梯走回原練習地。 全班練習後，教師依據練習情形，給予說明或提醒。 練習三到五遍。 (三)跳上跳下 讓學童跑一段距離後，再跳上、跳下。 訓練學童跳躍後的落地能力。 跳上跳躍能力要好，落地距離近，跳下跳躍能力較容易，但落地距離較遠。 跳上兩階後，接著跳下一階，適應跳上與跳下的差異。 跳上兩階、再跳下一階，約循環五次作為結束。 練習三到五遍。	口頭報告、學習單	
第 2 週	1	神靈活現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活	1. 培養跑步與跳躍的基本能力。 2. 訓練跑步	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。	(一)左腳跳跳、右腳跳跳 試著單腳跳跳，然後跑跑步。 請學童們排列整齊後，從橫排轉彎成橫列練習。 依序在跑道中排好，找一條跑道中的橫線，作為起跑線。	口頭報告、學習單	

			動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	與跳躍的基本動作。 3. 自然環境，運用跑步與跳躍。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	距離約 10 公尺，預備動作為抬起右小腿，開始時以膝蓋和腳踝用力，保持平衡後，左腳往前跳。 聽教師哨聲響，開始起跳到教師規定的目的地之後，再迴轉至旁邊的跑道或空地走回原練習地。 練習三到五遍。 接著訓練右腳，練習三到五遍。 (二)飛越山丘 利用 L 架，讓學童練習跨跳。 在跑道上架起約五個約十五公分高的 L 架，每個架子距離約二公尺，請學童跨越 L 架時，一腳跳、一腳跨。 預備動作為一腳前、一腳後的姿勢。 聽到哨聲後開始往前，到教師規定的目的地之後，再迴轉至旁邊的跑道或空地走回原練習地。 (三)跨越障礙 設計路線，形成一條障礙步道，利用 L 架，讓學童雙腳跳躍，再單腳跨跳。 先在跑道上架起約十個約十五公分高的 L 架，每個架子距離約五十公分，請學童依序雙腳跳高。 折返時，再在跑道上架起約五個約十五公分高的 L 架，每個架子距離約二公尺，請學童單腳跨越。		
第 3 週	1	移動拋球樂	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	1. 培養學童移動拋球的能力。 2. 訓練學童移動拋球的動作。 3. 養成學童良好的團隊精神。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)單手接拋球 說明拋球方法，運用手臂擺動拋球。 請學童們排列整齊後，以橫排方式面對面練習。 依序在球場中排好，以兩人一組的方式，訓練拋接球。 距離約六公尺，聽教師哨聲響，持球學童將球向前拋。 目標瞄準對方胸部附近位置，並注意力道。 接球學童接住後，再回傳給對方，反覆練習。 練習約八到十遍。 (二)雙手接拋球 雙手拋球，除了雙手拋球動作，還應注意扶球要穩定。 請學童們排列整齊後，以橫排方式面對面練習。 依序在球場中排好，以兩人一組的方式，訓練拋接球。 距離約五公尺，聽教師哨聲響，持球學童將球向前拋。 全班練習後，教師依據練習情形，給予說明或提醒。 練習約八到十遍。	口頭報告、學習單	

						<p>(三)彩虹橋</p> <p>請學童三人一組，兩邊各一人傳接球。其餘的學童位於中央位置，準備躲避兩邊學童的傳接球。中間學童在活動中，若被球擊中，就和拋球者交換位置。教師觀察學童們活動情形，再給予指導。</p> <p>球體可先用樂樂棒球活動，距離約八公尺。再用三號排球，距離約六公尺。</p>		
第 4 週	1	移動拋球樂	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>1. 培養學童移動拋球的能力。</p> <p>2. 訓練學童移動拋球的動作。</p> <p>3. 養成學童良好的團隊精神。</p>	<p>Ab-I-1 體適能遊戲。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)單手移動拋球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明移動拋球方法，運用助跑速度增加拋球距離。 2. 請學童們排列整齊後，以橫排方式面向牆壁練習。 3. 依序在牆壁前排好，以橫排練習的方式，訓練移動拋球。 4. 距離約八公尺，持球學童準備移動後，將球向前拋。 5. 持球手臂要配合腳步擺動，使助跑配合拋球力道。 6. 腳向前第一步，手同時向前擺，第二步時，手臂配合向後，接著前腳膝蓋彎曲，手臂順勢將球拋出。 7. 練習約八到十遍。 <p>(二)雙手移動拋球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 移動的雙手拋球動作，除了扶球要穩定，協調性要更好。 2. 請學童們排列整齊後，以橫排方式面向牆壁練習。 3. 依序在牆壁前排好，以橫排練習的方式，訓練移動拋球。 4. 距離約六公尺，持球學童準備移動後，將球向前拋。 5. 全班練習後，教師依據練習情形，給予說明或提醒。 6. 練習約八到十遍。 <p>(三)移動拋接球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學童二人一組，兩邊各一人練習移動傳接球。 2. 請學童們排列整齊後，以橫排方式面對面練習。 3. 依序在球場中排好，訓練移動拋接球。 4. 距離約八公尺，聽教師哨聲響，持球學童將球向前拋。 	口頭報告、學習單	

						5. 全班練習後，教師依據練習情形，給予說明或提醒。		
第 5 週	1	跳高、跳遠	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童跳高、跳遠的能力。 二、訓練學童跳高、跳遠的動作。 三、培養團隊合作精神。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)雙腳跳高 跳高方式及部位在於膝蓋、腳踝，還有上半身的協助。起跳方式為彎膝蓋，之後靠膝蓋及腳踝用力跳起。請學童們排列整齊後，從橫排轉彎成橫列練習。依序在操場中排好，找兩人面對面牽橡皮筋，高度約三十公分。 請學童微微側面，側面重心移動較容易，跳高時需前進二十至三十公分落地。 聽教師哨聲響，學童起跳試著越過橡皮筋。 全班練習後，教師依據練習情形，給予說明或提醒。 練習約四到六遍。 (二)雙腳跳遠 雙腳跳遠的方式和跳高相似，主要是身體的角度和手臂的擺動，幫助身體向前移。請學童們排列整齊後，以橫列方式練習。依序在操場中排好，找兩人面對面牽橡皮筋，高度約十五公分，放置位置離起跳點稍遠些。預備時，兩腳微微張開膝蓋微彎，上半身微向前傾斜，兩手自然下垂。起跳時，除了雙腳前跳外，再靠手臂向前擺動，讓身體能向前移動。 聽教師哨聲響，學童起跳試著越過橡皮筋。 練習約四到六遍。	口頭報告、學習單	
第 6 週	1	跳高、跳遠	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童跳高、跳遠的能力。 二、訓練學童跳高、跳遠的動作。 三、培養團隊合作精神。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)單腳跨遠、雙腳跳高 利用 L 架，讓學童練習跨遠，再將 L 架距離縮短，讓學童練習雙腳跳高。在跑道上架起五個約十公分高的 L 架，每個架子距離約二公尺。 再架起六個約十公分高的 L 架，架子距離約三十公分。預備動作為一腳前、一腳後的姿勢。 聽到哨聲後開始往前，到教師規定的目的地之後，再迴轉至旁邊的跑道或空地走回原練習地，。	口頭報告、學習單	

					<p>練習四至六遍。</p> <p>(二)單腳跨遠、跳高 利用 L 架，讓學童練習單腳跳遠和跳高。 在跑道上架起約五個約十公分高的 L 架，每個架子距離約二公尺，並在 L 架前四十公分處貼上膠帶，作為起跳線。 接著再架起五個約三十公分高的 L 架，每個架子距離約三公公尺。 聽到哨聲後開始往前，到教師規定的目的地之後，再迴轉至旁邊的跑道或空地走回原練習地。 練習四至六遍。</p> <p>(三)闖關我最行 設計闖關遊戲，先是雙腳跳遠，然後單腳跳遠。 從起跳線開始，每三十公分畫一條線，每一區域為一分，超過一個區域加一分。 闖關結束後計算總分，下課前表現優異的學童，教師請他們做示範讓大家觀摩。</p>		
第 7 週	1	身體延伸操	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養身體延伸的能力。</p> <p>二、訓練身體延伸的動作。</p> <p>三、尊重同學間的身體動作。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>(一)身體活化 PART1 活動身體各部位，體驗身體動作的各種變化。 配合八拍的節奏，每四拍做動作，每個動作二節八拍。 手臂向前平伸，掌心向上，開始後手肘向內彎曲 120 手臂向旁平伸，掌心向上，開始後手肘向內彎曲 120 兩腳前後張開約兩步寬，左腳在前，右腳在後，左腳彎曲，右腳伸直。 兩腳左右張開約兩步寬，左腳彎曲，右腳伸直，之後換右腳彎曲，左腳伸直。 教師示範動作，讓學童能夠遵循。</p> <p>(二)身體活化 PART2 配合八拍的節奏，每八拍做動作，每個動作二節八拍。 預備時身體自然站立，維持放鬆姿勢。 開始後，左腳往前一步，上半身前傾，兩手臂伸至身體上方。 二節八拍後，換右腳往前一步，上半身前傾，兩手臂伸至身體上方。 接下來，左腳往左邊一步，左手插腰，上半身左傾，右手臂伸至身體上方。</p>	口頭報告、學習單

						二節八拍後，右腳往右邊一步，右手插腰，上半身右傾，左手臂伸至身體上方。 教師適時指導學童，讓學童能順利伸展。		
第 8 週	1	身體延伸操	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養身體延伸的能力。 二、訓練身體延伸的動作。 三、尊重同學間的身體動作。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	(三)身體活化 PART3 配合八拍的節奏，每八拍做動作，每個動作二節八拍。 預備時身體自然站立，維持放鬆姿勢。 第一節八拍，左腳往前一步，上半身前傾，兩手臂伸至身體上方。 第二節八拍，保持原來姿勢，膝蓋微微前彎，結束時後腳向前併攏站立。 第三節八拍，換右腳往前一步，上半身前傾，兩手臂伸至身體上方。 第四節八拍，保持原來姿勢，膝蓋微微前彎，結束時後腳向前併攏站立。 (四)身體活化 PART4 配合八拍的節奏，每八拍做動作，每個動作二節八拍。 預備時身體自然站立，維持放鬆姿勢。 第一節八拍，左腳往左邊一步，左手插腰，上半身左傾，右手臂伸至身體上方。 第二節八拍，保持原來姿勢，膝蓋微微左彎，結束時右腳向左腳併攏站立。 第三節八拍，右腳往右邊一步，右手插腰，上半身右傾，左手臂伸至身體上方。 第四節八拍，保持原來姿勢，膝蓋微微右彎，結束時左腳向右腳併攏站立。 二節八拍後，右腳往右邊一步，右手插腰，上半身右傾，左手臂伸至身體上方。	口頭報告、學習單	
第 9 週	1	投向目標	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合	一、培養學童球類的投球能力。 二、訓練學童球類的投球動作。 三、加強獨	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲	(一)投樂樂棒球 PART1 說明投的方式為運用身體的協調性，以肩膀為起始點，帶動手臂將球投出，增加力量與速度。 尋找適當的牆壁及空間作為練習場地。 視情形以排或列為單位，讓學童同時練習。 請學童站在牆壁前約六公尺為起投點。 左腳微微往前，右腳微微往後，讓右手肩膀用力時，有轉	口頭報告、學習單	

			個人的身體活動。	立學習與團隊合作。	遊戲。	<p>動的空間。</p> <p>預備時，動作為左手抬起對著目標，右手持球置於肩膀後上方。</p> <p>投球時，由肩膀開始用力，順勢帶動手臂將球投出。</p> <p>練習五至八遍後，再換下一排(或列)。</p> <p>(二)投排球 PART1</p> <p>投球的球種由樂樂棒球改成體積較大的三號排球。</p> <p>因三號排球體積較大，持球時需要兩手扶持。</p> <p>慣用手在後，另一手在前，投球時兩手同時往後。</p> <p>往前投時，慣用手迅速往前推，緊接著前面的手要放開，讓球能夠往前。</p> <p>請學童站在牆壁前約四公尺為起投點。</p> <p>可請運動能力較好的學童作示範，以加深印象。</p> <p>練習五至八遍，再換下一排(或列)。</p>		
第 10 週	1	投向目標	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童球類的投球能力。</p> <p>二、訓練學童球類的投球動作。</p> <p>三、加強獨立學習與團隊合作。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)我是好投手 PART1</p> <p>學童以二人作為一組。</p> <p>面對面，兩人距離約八公尺。</p> <p>教師吹哨後，一人將樂樂棒球投出，另一人試著將球接住，之後再換持球者將球投出讓對方接住。</p> <p>練習六至八遍。</p> <p>(二)我是好投手 PART2</p> <p>學童以二人作為一組。</p> <p>面對面，兩人距離約五公尺。</p> <p>教師吹哨後，一人將排球投出，另一人試著將球接住，之後再換持球者將球投出讓對方接住。</p> <p>練習六至八遍。</p> <p>(三)小球投大球</p> <p>以二人作為一組，一人拿排球，另一人拿樂樂棒球。</p> <p>兩人距離約三到五公尺，拿排球者將球放在地上，拿樂樂棒球的人為投球者。</p> <p>投球者將球投中排球為擊中目標，之後交換角色。</p> <p>提醒彼此幫忙撿球。</p> <p>(四)大球投小球</p> <ol style="list-style-type: none"> 以二人作為一組，一人拿排球，另一人拿樂樂棒球。 兩人距離約三到五公尺，拿樂樂棒球者將球放在地 	口頭報告、學習單	

						<p>上，拿排球的人為投球者。</p> <p>3. 投球者將排球投中樂樂棒球為擊中目標。</p> <p>4. 擊中目標之後交換角色，提醒彼此幫忙撿球。</p>		
第 11 週	1	迴轉跳繩	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童迴轉跳繩的能力。</p> <p>二、訓練學童迴轉跳繩的動作。</p> <p>三、培養團體活動的互動精神。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>(一)轉圈圈 PART1</p> <p>將繩子兩端握柄置於右手，讓右手練習轉圈。繩子落地時，試著配合節奏躍起，練習轉十圈。再將繩子兩端握柄置於左手，讓左手練習轉圈。繩子落地時，試著配合節奏躍起，練習轉十圈。準備進入到正式跳繩。</p> <p>預備動作為雙手握繩，兩手微微平伸，將繩子中央處靠於腳跟，開始跳時，掌握節奏和手繞圈的大小是否適當，在繩子快到時用腳尖時躍過。</p> <p>教師吹哨後開始練習，第二次哨聲代表停止。練習約四到六遍。</p> <p>(二)轉圈圈 PART2</p> <p>將學童們分成四排，第一排與第二排面對面，第三排與第四排面對面。</p> <p>教師吹哨後，第一排與第三排開始練習，第二排與第四排觀摩，結束後與對面同學討論。</p> <p>接下來，第二排與第四排開始練習，第一排與第三排觀摩，結束後與對面同學討論。</p> <p>教師提醒學童，繩子迴轉時，速度要慢，經過腳前要跳起躍過時，要讓繩子微微接觸到地面。</p>	口頭報告、學習單	
第 12 週	1	迴轉跳繩	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童迴轉跳繩的能力。</p> <p>二、訓練學童迴轉跳繩的動作。</p> <p>三、培養團體活動的互動精神。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>(一)我是跳神</p> <p>將學童們分成四排，第一排與第二排面對面，第三排與第四排面對面。</p> <p>教師吹哨後，第一排與第三排開始練習，第二排與第四排負責計算次數。</p> <p>吹哨前，提醒學童若繩子迴轉時未通過雙腳該次不算。</p> <p>接下來，第二排與第四排開始練習，第一排與第三排負責計算次數。</p> <p>教師說明計算次數的目的，在於知道自己的跳繩能力，不在於競爭。</p> <p>(二)迴轉前進</p>	口頭報告、學習單	

						<p>讓學童練習邊前進、邊跳繩。 距離約十公尺，在十公尺處放置小型三角錐，教師吹哨後跳繩前進，繞過三角錐後折返。 教師吹哨後，請第一排前進，之後依序為第二排、第三排和第四排。 練習約四到六遍。</p> <p>(三)跳繩接力 將學童們分成四排，第一排與第二排一邊，第三排與第四排在另一邊，面對面，距離約十公尺。 第一排的學童拿跳繩，其他的學童空手。 教師吹哨後，第一排學童前進，前進至第二排面前時，將跳繩交給第二排學童，接著依序為第三排和第四排。 教師說明接力的目的，在於團體活動時，學童間的互動趣味，不在於競爭。</p>		
第 13 週	1	左右拍球	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童左右拍球的能力。 二、訓練學童左右拍球的動作。 三、培養學童運動時注意安全。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>原地連續拍球 PART1 練習右手連續拍球，預備動作為兩手扶住球，一手在上、一手在下。 慣用手在上，教師吹哨後開始練習約三十秒。 結束後，換下一排學童練習。 練習四至六遍。 練習左手原地拍球。 球落地後，待球回彈至原來高度，再將球接住。 練習十次。 試著連續拍球，拍完三次後將球接住。 練習五至八遍。 原地連續拍球 PART2 再次說明正確的拍球動作。 準備拍球時，要求左腳前、右腳後，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。 連續拍球，拍完三十秒後將球接住。 練習五至八遍。 接下來，練習連續左右拍球，右手拍三下、左手拍一下。 教師吹哨後，開始拍球，前兩下右手拍球，第三下往左拍，彈地後左手拍地四下，彈地後將球接起。 練習八到十遍。</p>	口頭報告、學習單	

第 14 週	1	左右拍球	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童左右拍球的能力。 二、訓練學童左右拍球的動作。 三、培養學童運動時注意安全。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)左右拍球 準備拍球時，要求左腳前、右腳後，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。 教師吹哨後，右手運球，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。 拍完十次後試著換成左手拍球十次，同時，右腳往前一步。 提醒學童，為了讓球好拍，第十次拍球要向前拍。 練習四至六遍，再換下一排或列。 (二)前進拍球 邊拍球、邊前進，試試拍球的熟練度。 請學童練習前進拍球十公尺。 請學童放慢速度，確實把球拍好後再前進。 將學童分成兩邊，兩邊各有兩排，面對面進行。 教師吹哨後，持球的學童拍球前進，前進拍球快到目的地時接住球，把球交給對面的同學。 循環練習，直到所有的學童都練習到為止。 練習四至六遍。 (三)衝鋒陷陣 以六人作為一組，分成兩邊，一邊三人，舉行接力賽。 將全班分成各組，讓各組參與競賽。 兩邊距離十公尺，教師吹哨後比賽開始。 首先完成接力賽的隊伍即為優勝者。	口頭報告、學習單	
第 15 週	1	水上樂園	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童水上行走的能力。 二、訓練學童水上行走的動作。 三、培養學童享受玩水的樂趣。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(一)水上郊遊 兩人一組，入池後兩人平行向前，一邊手牽手，另一手兩人將手平伸，增加平衡感。 這時兩人已離開池壁一段距離，然後雙腳一步一步地向前移動。 一直到對面的階梯後，再一起上岸。 然後兩人於下次練習時交換位置，練習三至五趟。 (二)水上前行 一人前行，入池後雙手握住浮板增加浮力，然後雙腳一步一步地向前移動。 一直到對面的階梯後，再上岸。	口頭報告、學習單	

						<p>練習三至五趟。</p> <p>一人前行，入池後雙手平伸增加平衡感，然後雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再上岸。</p> <p>練習三至五趟。</p> <p>(三)水上優游</p> <p>學童入池後，悠閒地在水上優遊，遇到同學時，彼此擊掌打招呼。</p> <p>在學童熟練後，老師可在池面上放一些小浮球，讓學童們向前撿拾。</p> <p>提醒學童們切勿急躁，水有阻力，再加上每個人的水性不同，切勿捉弄同學。</p>		
第 16 週	1	水上樂園	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童水上行走的能力。</p> <p>二、訓練學童水上行走的動作。</p> <p>三、培養學童享受玩水的樂趣。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)清水洗臉</p> <p>學童入池後，若已能夠自在地遊走，就要開始進一步體驗，為閉氣做準備了。</p> <p>學童下水後靠著池壁，準備走到對岸，請學童每走三步，就用雙手撥水洗臉，讓臉部開始接觸水。</p> <p>兩人一組，教師吹哨後一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>回到練習位置，再準備下水練習。</p> <p>練習三至五趟。</p> <p>(二)蜻蜓點水 PART1</p> <p>學童下水後靠著池壁，準備走到對岸，請學童雙手握著浮板，每走三步，就將臉部向下接觸水面。</p> <p>兩人一組，教師吹哨後一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>回到練習位置，再準備下水練習。</p> <p>練習三至五趟。</p> <p>蜻蜓點水 PART2</p> <p>學童下水後靠著池壁，準備走到對岸，請學童雙手放到後面，每走三步，就將臉部向下接觸水面。</p> <p>兩人一組，教師吹哨後一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>回到練習位置，再準備下水練習。</p>	口頭報告、學習單	

第 17 週	1	左右拍球	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童左右拍球的能力。 二、訓練學童左右拍球的動作。 三、培養學童運動時注意安全。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	<p>原地連續拍球 PART1</p> <p>練習右手連續拍球，預備動作為兩手扶住球，一手在上、一手在下。</p> <p>慣用手在上，教師吹哨後開始練習約三十秒。</p> <p>結束後，換下一排學童練習。</p> <p>練習四至六遍。</p> <p>練習左手原地拍球。</p> <p>球落地後，待球回彈至原來高度，再將球接住。</p> <p>練習十次。</p> <p>試著連續拍球，拍完三次後將球接住。</p> <p>練習五至八遍。</p> <p>原地連續拍球 PART2</p> <p>再次說明正確的拍球動作。</p> <p>準備拍球時，要求左腳前、右腳後，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。</p> <p>連續拍球，拍完三十秒後將球接住。</p> <p>練習五至八遍。</p> <p>接下來，練習連續左右拍球，右手拍三下、左手拍一下。</p> <p>教師吹哨後，開始拍球，前兩下右手拍球，第三下往左拍，彈地後左手拍地四下，彈地後將球接起。</p> <p>練習八到十遍。</p>	口頭報告、學習單	
第 18 週	1	左右拍球	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	一、培養學童左右拍球的能力。 二、訓練學童左右拍球的動作。 三、培養學童運動時注意安全。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	<p>(一)左右拍球</p> <p>準備拍球時，要求左腳前、右腳後，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。</p> <p>教師吹哨後，右手運球，球落地位置在左腳右邊、右腳前面的位置。</p> <p>拍完十次後試著換成左手拍球十次，同時，右腳往前一步。</p> <p>提醒學童，為了讓球好拍，第十次拍球要向前拍。</p> <p>練習四至六遍，再換下一排或列。</p> <p>(二)前進拍球</p> <p>邊拍球、邊前進，試試拍球的熟練度。</p> <p>請學童練習前進拍球十公尺。</p> <p>請學童放慢速度，確實把球拍好後再前進。</p> <p>將學童分成兩邊，兩邊各有兩排，面對面進行。</p>	口頭報告、學習單	

						<p>教師吹哨後，持球的學童拍球前進，前進拍球快到目的地時接住球，把球交給對面的同學。</p> <p>循環練習，直到所有的學童都練習到為止。</p> <p>練習四至六遍。</p> <p>(三)衝鋒陷陣</p> <p>以六人作為一組，分成兩邊，一邊三人，舉行接力賽。</p> <p>將全班分成各組，讓各組參與競賽。</p> <p>兩邊距離十公尺，教師吹哨後比賽開始。</p> <p>首先完成接力賽的隊伍即為優勝者。</p>		
第 19 週	1	水上樂園	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>一、培養學童水上行走的能力。</p> <p>二、訓練學童水上行走的動作。</p> <p>三、培養學童享受玩水的樂趣。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>(一)水上郊遊</p> <p>兩人一組，入池後兩人平行向前，一邊手牽手，另一手兩人將手平伸，增加平衡感。</p> <p>這時兩人已離開池壁一段距離，然後雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>然後兩人於下次練習時交換位置，練習三至五趟。</p> <p>(二)水上前行</p> <p>一人前行，入池後雙手握住浮板增加浮力，然後雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再上岸。</p> <p>練習三至五趟。</p> <p>一人前行，入池後雙手平伸增加平衡感，然後雙腳一步一步地向前移動。</p> <p>一直到對面的階梯後，再上岸。</p> <p>練習三至五趟。</p> <p>(三)水上優游</p> <p>學童入池後，悠閒地在水上優遊，遇到同學時，彼此擊掌打招呼。</p> <p>在學童熟練後，老師可在池面上放一些小浮球，讓學童們向前撿拾。</p> <p>提醒學童們切勿急躁，水有阻力，再加上每個人的水性不同，切勿捉弄同學。</p>	口頭報告、學習單	
第 20 週	1	水上樂園	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p>	<p>一、培養學童水上行走</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動</p>	<p>(一)清水洗臉</p> <p>學童入池後，若已能夠自在地遊走，就要開始進一步體</p>	口頭報告、學習單	

		<p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>的能力。</p> <p>二、訓練學童水上行走的動作。</p> <p>三、培養學童享受玩水的樂趣。</p>	<p>作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>驗，為閉氣做準備了。</p> <p>學童下水後靠著池壁，準備走到對岸，請學童每走三步，就用雙手撥水洗臉，讓臉部開始接觸水。</p> <p>兩人一組，教師吹哨後一步一步地向前移動。一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>回到練習位置，再準備下水練習。</p> <p>練習三至五趟。</p> <p>(二)蜻蜓點水 PART1</p> <p>學童下水後靠著池壁，準備走到對岸，請學童雙手握著浮板，每走三步，就將臉部向下接觸水面。</p> <p>兩人一組，教師吹哨後一步一步地向前移動。一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>回到練習位置，再準備下水練習。</p> <p>練習三至五趟。</p> <p>蜻蜓點水 PART2</p> <p>學童下水後靠著池壁，準備走到對岸，請學童雙手放到後面，每走三步，就將脸部向下接觸水面。</p> <p>兩人一組，教師吹哨後一步一步地向前移動。一直到對面的階梯後，再一起上岸。</p> <p>回到練習位置，再準備下水練習。</p>		
--	--	--	---	---	--	--	--

參考表(四) 其他類課程

彰化縣縣立湖南國民小學 第一學期 一一年級 課程名稱：班級輔導

進度 (週次)	主題	節數	課程目標	核心素養 (或議題之實質內涵)	教學重點 (學習內容或討論題綱)	評量方式	備註
1-3	交通安全	3	<p>1.能列舉上、放學回家情境必須遵守的安全注意事項。</p> <p>2.能知悉校內的規定，於規定的時間及指定地點上、放學。(生活)</p> <p>3.能說出自己上學方式及跟家長約定好的放學回家方式。</p> <p>4.能在教師與家長的引導之下，遵守交通規則，注意人身安全。</p> <p>5.能說出導護老師的工作是維護學童安全，並記得打招呼的禮貌。</p> <p>6.能列舉出上學情境中，搭乘汽機車和公車的安全注意事項。</p>	<p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p> <p>生活-E-C2 與人合作：能與人友善互動，願意共同完成工作，展現尊重、溝通以及合作的技巧。</p>	Ba-I-1 上下學情境的安全須知。	學習單	

4、5	我會上廁所	2	<p>1.能辨識廁所的標誌（男、女、親子、無障礙）及廁所內設施的使用方式（踩水沖水、緊急求救鈴、掀馬桶蓋……）。</p> <p>2.能知道上廁所的前、中、後要注意哪些事項。</p> <p>3.能正確使用廁所，並保持廁所乾淨，養成良好的衛生習慣。</p> <p>4.能知道上廁所發生狀況時，要如何處理。</p> <p>5.想上廁所時會告訴老師並主動去上廁所，不會憋屁。</p>	<p>健體 E-A1 具備良好身體活動與健康生活習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>生活-E-C1 表現合宜的行為與態度：覺察自己、他人和環境的關係，省思自己所應扮演的角色，體會生活禮儀與團體規範的意義，並學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命。</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p> <p>Db-I-1 日常生活中的性別角色。</p>	學習單	
-----	-------	---	---	--	---	-----	--

※「其他類課程」包括本土語文/新住民語文(國中)、服務學習、戶外教育、班際或校際交流、自治活動、班級輔導…等各式課程，經學校課程發展委員會通過後實施。表格列數請自行增刪。

※1. 宣導活動之內涵應具備有課程教學的觀點，「透過課程發展的歷程，符應彈性學習課程規劃之目的性…

2. 宣導活動課程之教師應具備該課程主題專長。

3. 進行跨領域或跨科目協同教學需採計授課節數時，應另行提交課程計畫，經學校課程發展委員會審議通過，併學校課程計畫，陳報縣政府…

4. 學校如規劃班級導師搭配外聘宣導講師的方式進行彈性學習課程，經學校課程發展委員會通過後得以實施，但必須遵守上述各點之原則辦理。

彰化縣縣立湖南國民小學 第 二 學 期 一 年 級 課程名稱：班級輔導

進度 (週次)	主題	節數	課程目標	核心素養 (或議題之實質內涵)	教學重點 (學習內容或討論題綱)	評量方式	備註
6-8	打招呼	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. 做出簡單的動作與同學打招呼。 2. 與同學培養默契，完成動作。 3. 維護自己與尊重他人的身體的主權。 4. 藉由自我介紹、遊戲、歌唱等互動，促進友誼，認識更多好朋友。 	<p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p> <p>生活 E-C2 與人合作：能與人友善互動，願意共同完成工作，展現尊重、溝通以及合作的技巧。</p>	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	學習單	

13、 14	校園生活健康 多：認識健康中 心	2	<ol style="list-style-type: none"> 1.能認識校園中不同地方的功能。 2.知道學校健康中心的設備、器材與使用方法。 3.在學校發生事情能主動尋求協助，並學習解決問題的能力。 4.能適時適切使用學校健康中心的設備或器材，以維護健康。 5.能禮貌對待醫護人員，並適時表達謝音。 	<p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>生活-E-A1 悅納自己：透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，學習照顧與保護自己的方法。</p>	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	學習單	
-----------	------------------------	---	--	--	---------------------	-----	--

活動名稱 ➡ 遠離家暴怪獸

適用年級	一年級	教學時間	120 分鐘	連結領域	綜合活動、生活
設計理念	<p>一年級的孩子對於許多事情都是處於一知半解的狀態，因此對於家庭暴力的界定也不是很清楚。希望藉由本活動，可以讓孩子了解如何保護自己，也可以知道撥打 113 婦幼保護專線的時機，更希望孩子能夠多關心身邊的同學，避免家庭暴力再次發生。</p>				
教 學 研 究					
單元目標	<p>1.認識家庭暴力。 2.了解遇到家庭暴力的處理方法。 3.學習保護自己、關懷同學。</p>		分段能力指標	連結議題	
				<p>【人權教育】 1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p>	
十大基本能力	<p><input type="checkbox"/>瞭解自我與發展潛能。 <input type="checkbox"/>欣賞、表現與創新。 <input type="checkbox"/>生涯規劃與終身學習。 <input type="checkbox"/>表達、溝通與分享。 <input type="checkbox"/>尊重、關懷與團隊合作。 <input type="checkbox"/>文化學習與國際瞭解。 <input type="checkbox"/>規劃、組織與實踐。 <input type="checkbox"/>運用科技與資訊。 <input type="checkbox"/>主動探索與研究。 <input type="checkbox"/>獨立思考與解決問題。</p>		分段能力指標	結 領 域	
				<p>【綜合活動】 4-1-2 發現各種危險情境，並探索保護自己的方法。 【生活】 5-5 產生愛護生活環境、尊重他人與關懷生命的情懷。</p>	
學 準 備					
教師準備	<p>1.小豬布偶。 2.學習單。</p>				

	教具	教學時間	評量重點	注意事項
<p>一、引起動機</p> <p>教師引導說明經過觀察，相信每個人一定更了解自己的家人了，請學生舉手回答以下問題。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.在家人當中，你最喜歡誰？為什麼？ 2.在家人當中，你最不喜歡誰？為什麼？ 3.當你做錯事情時，有誰會處罰你？用什麼樣的方式處罰？這樣的處罰方式你能接受嗎？ 		10	●能踴躍發表	
<p>二、主要活動</p> <p>(一)認識家庭暴力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師說明有時過當的處罰就會變成家暴的行為。例如甩耳光、用棍子打到紅腫瘀青或是用腳踢肚子等，這些行為都是屬於家庭暴力。 2. 家庭暴力主要可以分為身體上、精神上 and 性虐待三個部分。 身體上：動手打人造成身體上的傷害。不論是爸爸打媽媽，還是大人打小孩都是不可以的，特別是有些大人喝酒之後會打人，就是屬於身體上的家暴。 精神上：威脅再也見不到爸爸媽媽，威脅不聽話就不給飯吃這些都是屬於精神上的家暴。 性虐待：隨便觸摸或親吻小孩的隱私部位，甚至是性侵害都是屬於性虐待部分的家庭暴力。 3. 教師舉例，由學生判斷是否為家庭暴力的情形，是的請學生在頭上比○，不是在胸前比✕。 		30	●能專心聆聽。	
<p>(二)保護自我，遠離家暴</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師利用布偶演出布偶劇---孝順的小豬。 *劇情開頭：小豬是一個很孝順的孩子，平常都會幫忙爸爸媽媽賣東西。小豬的爸爸也都對小豬很好，平常都很疼他，常常帶他出去玩。可是每次小豬的爸爸喝酒之後，就會像變了一個人，為了一點小事就會發脾氣。這天小豬的爸爸喝 	小豬布偶	50	●能正確判斷家暴事件。 ●能專心觀看演出。	●請每位同學都要認真參與討論。



遠離家暴怪獸

年 班 號
姓名

小朋友，上完這次的課程之後，你是不是對於「家庭暴力」有更深入的了解了呢？請你仔細想想再回答以下的問題：

★動動腦，想一想，請小朋友找出屬於「家庭暴力」的行為，並在□裡打✓。

- 媽媽規定一天只能看一小時的卡通。
- 爸爸喝醉時，會動手打媽媽。
- 我不小心打破花瓶，媽媽罰我三天不准吃飯。
- 我跌倒受傷時，爸爸和媽媽安慰我，叫我不哭。
- 爸爸心情不好時，拿香菸燙我的手。

✿發生「家庭暴力」事件時，應該怎麼求救？下列行為對的請打✓，錯的請打✕。

- 乖乖忍耐，絕對不要說出去。
- 撥打 113 婦幼保護專線，請大人幫忙。
- 到學校告訴老師，請老師幫忙。
- 打電話到 104，請警察來救人。

★請你想一想，當你知曉有「家暴」事件時，可以向誰求救呢？請把他寫下來。

當我知曉有「家暴」事件時，我會請_____幫忙。

評量項目	學生自評	家長複評	教師評量
1.我會仔細分辨家暴行為。			
2.我會寫出遇到家暴時的正確求救方式。			

3.我會寫出可以幫忙我們遠離家暴的人。

--	--	--	--

活動名稱 ➤ 保護自己最重要

適用年級	一年級	教學時間	120 分鐘	連結領域	綜合活動、國語
設計理念	一年級的孩子對許多事情總是一知半解，加上小時候都是由父母親照顧，就算遇到了家庭暴力事件，也會認為是因為自己犯錯而被處罰的結果，因此希望藉著本課程引導學生學會自我保護的方法，並具有危機處理的能力，使學生即使遇到了家庭暴力事件，也能夠向外界求助。				
教 學 研 究					
單元目標	1. 能辨識危險的環境。 2. 學會危機處理的方法。 3. 懂得求助的方法。		分段能力指標	連 結 議 題	
				【性別平等教育】 2-1-4 認識自己的身體隱私權。	
十大基本能力	<input type="checkbox"/> 瞭解自我與發展潛能。 <input type="checkbox"/> 欣賞、表現與創新。 <input type="checkbox"/> 生涯規劃與終身學習。 <input type="checkbox"/> 表達、溝通與分享。 <input type="checkbox"/> 尊重、關懷與團隊合作。 <input type="checkbox"/> 文化學習與國際瞭解。 <input type="checkbox"/> 規劃、組織與實踐。 <input type="checkbox"/> 運用科技與資訊。 <input type="checkbox"/> 主動探索與研究。 <input type="checkbox"/> 獨立思考與解決問題。		分段能力指標	結 領 域	
				【綜合活動】 4-1-2 發現各種危險情境，並探索保護自己的方法。 【國語】 3-1-1-5 能用完整的語句回答問題。	
學 準 備					
教師準備	1.學習單。				

	教具	教學時間	評量重點	注意事項
<p>一、引起動機</p> <p>教師講述幫助噴火龍，請學生仔細聆聽。</p> <p>幫助噴火龍</p> <p>皮卡丘最喜歡到學校上學了，每天到學校都有好多小朋友陪他玩。他最要好的朋友就是噴火龍，每節下課兩個人總是會一起出去玩。</p> <p>可是皮卡丘覺得有一件事情很奇怪，噴火龍的身上常常有傷痕，有時候是瘀青的痕跡，有時候是紅紅的傷口，噴火龍總是說是和哥哥玩遊戲的時候不小心受傷的，可是跟皮卡丘在玩的時候，他都沒有受傷啊？怎麼跟哥哥玩的時候就特別容易受傷呢？</p> <p>有一天皮卡丘看到噴火龍身上又受傷了，終於忍不住跟噴火龍說想要去找噴火龍哥哥，請他和噴火龍玩的時候動作輕一點，不要再害噴火龍受傷。噴火龍聽到之後一直哭，不要皮卡丘去找哥哥，可是皮卡丘仍然想要出去，最後噴火龍才說：「我的傷不是跟哥哥玩的時候受傷的，而是我家爸爸打的。因為爸爸的脾氣很不好，如果生氣的時候就會一直噴火，害我們燙傷，而且還會動手打我和哥哥，所以我的身上才會有傷口。像前幾天，天氣好冷，我和哥哥不小心打破了爸爸的獎盃，爸爸就要我們在外面罰站一小時，我和哥哥只好一直噴火，互相取暖，才不會凍僵。而且爸爸說如果我讓其他人知道這件事，他會狠狠地修理我，所以我都不敢說，我真的不想受傷，但是又不知道該怎麼辦？」</p> <p>最後皮卡丘跟噴火龍一起去找貓頭鷹老師，拜託貓頭鷹老師幫忙。老師帶噴火龍到健康中心檢查，經老師細心詢問，才知道噴火龍兄弟時常會被爸爸打，這已經不是第一次，老師決定向輔導室老師報告……。</p>		10	●能專心聆聽。	●提醒學童專心聽故事。
<p>二、主要活動</p> <p>(一)教師提問，請學生舉手回答問題。</p> <p>(1)在這個故事中，噴火龍遇到了什麼事？如果你是噴火龍，會有什麼感覺？</p> <p>(2)你曾經有過打人或被打的經驗嗎？為什麼？當你犯錯時，有被嚴厲處罰的經驗嗎</p>		30	●能踴躍發表。	●請每位同學都要認真回答。

<p>？心裡覺得怎樣？</p> <p>(3)你覺得噴火龍爸爸處罰噴火龍的方式對嗎？為什麼？</p> <p>(4)如果你是噴火龍爸爸，發現獎盃被打破時，會有什麼反應？</p> <p>(5)如果你是皮卡丘，會怎麼幫助噴火龍？假如噴火龍拜託你不要告訴別人，你會怎麼做呢？</p> <p>(6)什麼樣的情況下爸爸(媽媽)容易會生氣打人？</p> <p>(7)你喜歡爸媽生氣打人或罵人的情形嗎？</p> <p>(8)當遇到爸媽生氣或是吵架時，你會如何面對？你會如何讓自己更安全？</p> <p>(二)小組討論共同完成學習單，並上台發表討論結果。</p> <p>(三)教師說明每個人都有不被虐待、不需要承受暴力的權利，因此如果遇到危險，必須保護自己時，可以採取以下方法。</p> <p>(1)撥打婦幼保護專線 113。</p> <p>(2)打電話給警察局 110。</p> <p>(3)告訴其他家人、親戚，請他們幫忙。</p> <p>(4)告訴學校老師或同學。</p> <p>(5)告訴安親班老師或其他可以相信的人。</p> <p>(四)情境模擬、角色扮演。</p> <p>教師準備四種不同的情境，請學生上台模擬遇到這種情形時，該如何保護自己、幫助其他人。</p> <p>情境一：媽媽今天回家時心情不好，回到家中看到家裡很亂，我和弟弟兩個人正在吵架，媽媽就一直大聲罵我們，甚至要動手打我們...</p> <p>情境二：爸爸工作壓力很大，回到家已經很晚了，可是我的功課還沒有寫完，妹妹又一直哭，爸爸就罵媽媽都不會照顧我們，還一邊揮著拳頭，媽媽都不敢講話...</p> <p>情境三：每天晚上我都會聽到隔壁鄰居家的爸爸很大聲在罵人，還有摔東西的聲音，我們常常都會被他們嚇到，今天晚上我還聽到了隔壁哥哥的尖叫聲和哭聲...</p>	<p>學習單</p>	<p>20</p> <p>10</p> <p>40</p>	<p>能專心聆聽其他同學的答案。</p> <p>●能認真參與討論。</p> <p>●能確實完成學習單。</p> <p>●能仔細聆聽。</p> <p>●能認真參與演出。</p> <p>●能專心觀看別組的演出。</p>	<p>●提醒學童專心觀看同學表演，並思考自己遇到相同情境時，該如何解決。</p>
--	------------	-------------------------------	---	--

情境四：今天我和小歐在玩鬼抓人的時候，
我發現小歐的手臂和腿上都有很大
片的瘀青...

三、歸納統整

老師針對學生於情境模擬中的表現進行歸
納整理，說明如何正確而有效的防止家庭暴力
及面對處理的好方法，並再次說明當危機產生
時可以尋求哪些協助，讓自己更安全。

～ 本活動結束 ～

10

●能專心聆
聽。



家庭劇場

年 班 號
姓名

小朋友，聽完故事及同學們的分享後，如果你是在故事中的噴火龍，你會用什麼方法保護自己呢？請仔細想想再回答問題：

♥在下列的情況下，噴火龍爸爸對噴火龍做的事，不是家暴的打✓，是家暴的打✗：

- 忘記寫功課，叫噴火龍罰站反省五分鐘，提醒下次要改進。
- 沒帶功課回家，叫噴火龍罰站兩小時，也不給我吃飯讓我餓肚子。
- 不小心打破碗筷，責備噴火龍不專心，訓練噴火龍負責收拾整理損毀物品。
- 不小心打破玻璃杯，大聲嚴厲的罵噴火龍是個笨蛋，並很生氣用力毆打噴火龍。

♥當你被打或遭受家暴時，你會嘗試哪種方法保護自己，讓自己更安全？

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

量 項 目	學生自評	家長複評	教師評量
1.我會分辨管教和家暴的不同。			

2.我會寫出三種保護自己的方法。			
3.我會認真參與演出的活動			

單元名稱：獨一無二的我

/科目	彈性學習課程（性別平等教育）	設計者	
	一上	教學時間	160分鐘
	獨一無二的我		
設計理念	據研究指出，孩童大約從兩歲半，就可能產生性別刻板印象。大部分的人們在父母教育、社會環境等影響下，認為男生勇敢、衝動、喜歡打鬥、對修理東西有天分、喜歡車子、球類等玩具；女生則嬌弱需要幫助、愛講話、對做家事有天分、喜歡洋娃娃、布偶等玩具，這些看法如果沒有獲得適時引導，將會隨著年齡的增長而變得難以改變，當性別刻板印象根深蒂固，人們會傾向無法認同不符合上述條件的同儕或自己，甚至對自己不認同的對象做出霸凌行為。因此，從小引導孩童遠離性別刻板印象，讓他們知道不論自己屬於哪一種性別身分，都有表達自己的意見和喜好的權利。		
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>生活7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。</p>	<p>●C2 人際關係與團隊合作 國-E-C2 與他人互動時，能適切運用語文能力表達個人想法，理解與包容不同意見，樂於參與學校及社區活動，體會團隊合作的重要性。</p> <p>●B1 符號運用與溝通表達 生活-E-B1 使用適切且多元的表徵符號，表達自己的想法、與人溝通，並能同理與尊重他人想法。</p>
	學習內容	<p>國語Cc-I-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>生活A-I-3 自我省思。</p>	
議題融入	實質內涵	<p>性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>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。</p> <p>性E8 了解不同性別者的成就與貢獻。</p> <p>人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p>	
	所融入之學習重點	了解每個人擁有不同的特質、喜好，應學習尊重與欣賞，消除性別刻板印象。	

～ 第一節結束～

活動二:男生女生配

* 課前準備

1. 教師準備沒有頭髮，只有五官的人形圖卡兩張，長髮、短髮圖案各一，粉色與深色衣服各一、漂亮皮包、帥氣手槍各一。
2. 教師準備學習單一張。

一、引起動機

教師發下學習單，請學童為學習單上的兩個人偶畫上裝扮。

二、主要活動

1. 教師展示圖卡，請學童發表意見，在全班通力合作下完成一男一女兩個人偶的配件拼貼。 20
2. 教師整理學童的回答並歸納，男孩會留短髮、穿深色衣服、拿槍；女孩則留長髮、著粉色衣服、背漂亮皮包。 10
3. 教師展示學童剛剛完成的作品，再次印證剛才歸納出的結論，男孩通常有陽剛的穿著和打扮，女孩則相對陰柔。 10
4. 教師將黑板上人偶的部分裝扮互換，並詢問學童意見，例如：如果這個女生想剪帥氣的短髮，可不可以呢？如果這個男孩想穿粉紅色的衣服，可不可以呢？ 15
5. 教師以投影片展示不同於性別刻板印象穿著打扮的男女(例如：女生剪短髮、女生喜歡打球跑步、男生穿粉色的衣服或鞋子)，並請學生想一想生活周遭有沒有遇過這樣穿著打扮的人。 15

三、歸納統整

教師統整，每個人都有不同的特質和長相，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。 10

～ 第二、三節結束～

活動三:送禮大考驗

* 課前準備

1. 教師準備數種玩具，包括小汽車、海灘球、洋娃娃、著色用具、玩具槍等，並標上號碼。
2. 教師準備男孩、女孩圖卡各一張。

一、引起動機

教師展示已標上號碼的玩具及男生、女生圖卡各一，介紹每樣玩具的玩法和功能。 5

二、主要活動

1. 教師將男孩、女孩兩張圖卡貼在黑板上，請學童發表意見，如果要送男孩玩具，你會選哪一樣？如果要送女孩玩具，你又會 15

●能認真作答。

●能踴躍發表意見。

●能專心聆聽。

●能專心聆聽。

●玩具的準備必須有切合性別刻板印象的物品。

<p>選哪一樣？</p> <p>2. 教師整理學童的回答並歸納，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。</p> <p>3. 教師反問學童，你們覺得球類只有男生喜歡，洋娃娃只能送給女生嗎？</p> <p>4. 教師以投影片展示愛畫畫的 <u>梵谷</u>、世界麵包大賽冠軍 <u>吳寶春</u>、小時候玩洋娃娃的 <u>吳季剛</u>、拿槍的女性軍人、女籃國手 <u>魏于淳</u> 等人的照片，向學童介紹顛覆性別刻板印象的名人事蹟。</p>	15	
<p>三、歸納統整</p> <p>教師統整，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。</p> <p style="text-align: center;">～ 第四節結束～</p>	5	



的自_己我_們介_紹介紹_公

年 班 號

姓名

◎ 畫_出自_己的_臉， 並_塗上_顏色_。

◎ 我_們最_喜歡_的顏_色是_。 _____

◎ 我_們最_喜歡_的活_動是_。 _____

◎ 我_們最_喜歡_的玩_具是_。 _____



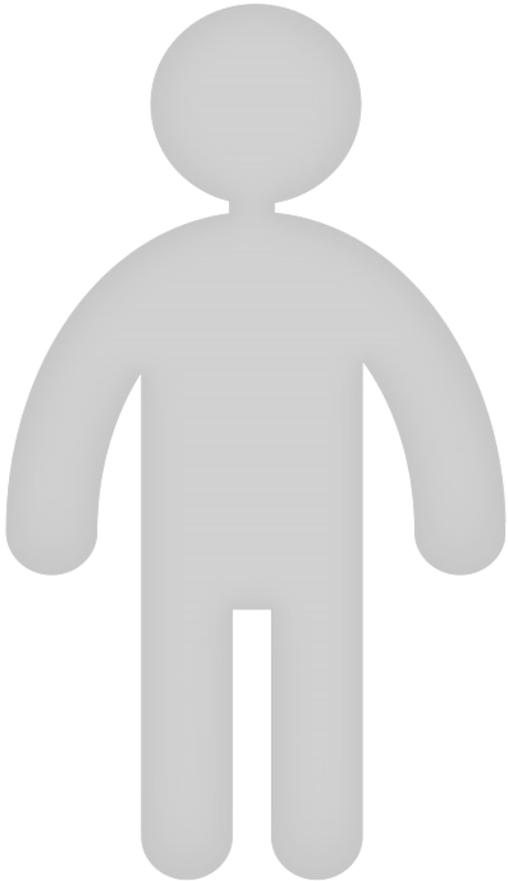
花_ㄏ花_ㄏ王_{ㄨㄥˊ}國_{ㄍㄨㄛˋ}選_{ㄒㄩㄢˋ}美_{ㄇㄟˋ}會_{ㄏㄨㄟˊ}

年 班 號

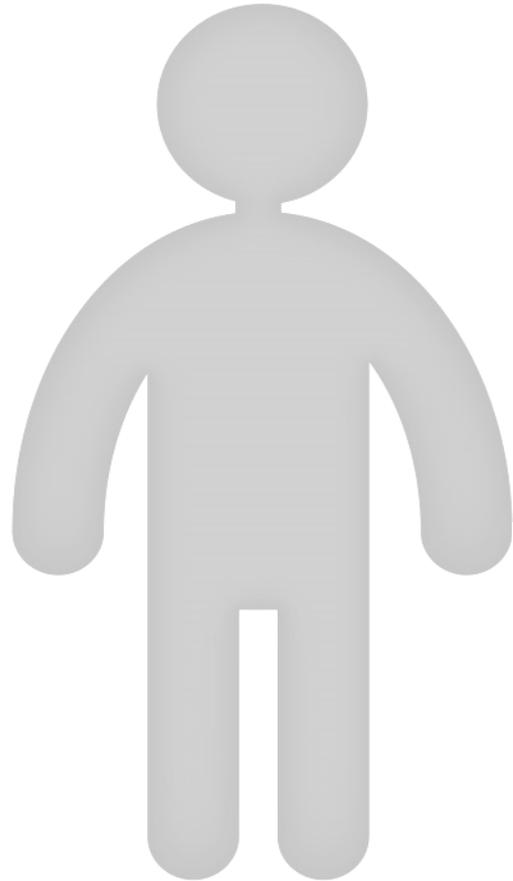
姓名

小_{ㄒㄩㄤˊ}朋_{ㄆㄥˊ}友_{ㄩˇ}， 花_ㄏ花_ㄏ王_{ㄨㄥˊ}國_{ㄍㄨㄛˋ} 正_ㄓ在_ㄓ舉_ㄐ辦_ㄆ一_ㄇ場_ㄉ選_ㄒ美_ㄇ大_ㄉ會_ㄏ，
請_ㄑ你_ㄩ為_ㄨ下_ㄨ面_ㄇ這_ㄓ兩_ㄌ位_ㄨ參_ㄇ賽_ㄆ者_ㄜ畫_ㄏ上_ㄕ最_ㄆ適_ㄏ合_ㄆ他_ㄉ們_ㄇ的_ㄉ裝_ㄓ扮_ㄆ，
並_ㄅ塗_ㄊ上_ㄕ顏_ㄥ色_ㄨ。

1號_ㄏ參_ㄇ賽_ㄆ者_ㄜ：奇_ㄑ奇_ㄑ/男_ㄋ



2號_ㄏ參_ㄇ賽_ㄆ者_ㄜ：妙_ㄇ妙_ㄇ/女_ㄨ



單元名稱：快樂做家事

/科目		彈性學習課程（性別平等教育）	設計者	
		一下	教學時間	160分鐘
快樂做家事				
設計理念		<p>「家事」是家人的事，不論男孩、女孩，都應該學習家事，並從做家事的過程中體驗付出，獲得成就感，然而我們常常因性別差異，忽略教導孩子家事的學習，或者只要求女孩學習；英國著名哲學家弗朗西斯·培根（F. Bacon）曾說：「從幼年開始的好習慣是最完美的，我們把這叫做『教育』，因為教育其實就是一種早年開始的習慣。所以我們看到與以後的時期相比，幼年時代……學各種技巧動作時，關節更靈活。」幼年時期養成的好習慣和學到的技巧會一路跟隨孩子直到長大成人，反過來說，如果沒有在這時教導孩子良好習慣和態度，日後想扭轉其觀念和做法，將變得更為困難，有鑑於此，本單元以家事的分擔和學習為主軸，期盼學童能消除性別刻板印象，從課程中了解每個人在家庭中均有其義務與責任。</p>		
設計依據				
學習重點	學習表現	<p>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。</p> <p>生活4-I-2 使用不同的表徵符號進行表現與分享，感受創作的樂趣。</p> <p>生活6-I-2 體會自己分內該做的事，扮演好自己的角色，並身體力行。</p>		<p>●C2 人際關係與團隊合作 國-E-C2 與他人互動時，能適切運用語文能力表達個人想法，理解與包容不同意見，樂於參與學校及社區活動，體會團隊合作的重要性。</p> <p>●C1 道德實踐與公民意識 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。</p>
	學習內容	<p>國語 Cc-I-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>生活 C-I-2 媒材特性與符號表徵的使用。</p> <p>生活 E-I-3 自我行為的檢視與調整。</p>		
議題融入	實質內涵	<p>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。</p> <p>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。</p>		
	所融入之學習重點	<p>了解到不論是家中的男性或女性成員，都有責任分擔家務。</p>		

<p>二、教師提問</p> <p>教師提問以下問題，並請學童口頭回答</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) <u>朱先生</u>每天上班前會先做什麼？ (2) <u>小吉</u>和 <u>小利</u>每天上學前會先說什麼？ (3) <u>朱太太</u>每天早上出門前會做那些事？ (4) 傍晚回家後，<u>朱先生</u>和 <u>小吉</u>、<u>小利</u>會說些什麼？ (5) 每天傍晚回家後，<u>朱太太</u>會做哪些事？ (6) 後來<u>朱太太</u>不見了，為什麼？ (7) <u>朱太太</u>不在家的那段日子，家裡變得如何？ (8) <u>朱太太</u>回來後，<u>朱先生</u>和 <u>小吉</u>、<u>小利</u>有哪些改變？ (9) 為什麼他們後來都變得很快樂？ 	15	<p>●能專心聆聽。</p> <p>●能踴躍發表意見。</p>
<p>三、故事內容歸納統整</p> <p>教師統整：家事不是媽媽的事，也不是家裡少數幾個人的事，我們應該一起做家事，家人的感情才會更好、更甜蜜。</p> <p style="text-align: center;">～ 第二節結束/共6節～</p>	5	
<p>四、童話故事比一比</p> <p>教師講述《灰姑娘》、《灰王子》兩個故事，請小朋友比較兩個故事的差異，並思考灰王子的作者為什麼要將灰姑娘的故事做這樣的改編。</p>	20	<p>●能專心聆聽。</p> <p>●能認真參與討論。</p>
<p>教師引導小朋友想一想看過的童話故事，還有沒有類似灰姑娘的情節安排？(故事中的女生總是在做家事或表現得柔弱可憐，後來出現王子、神仙或其他男生，保護了女生，如小紅帽、睡美人、賣火柴的小女孩等)</p>	20	
<p>從童話故事的情節安排，教師帶領學童認識「性別刻板印象的存在」，並提醒學童，男生、女生除了家事的分工合作外，女生不一定要柔弱、男生也不一定必須勇敢堅強不哭泣。</p>	10	
<p>活動二：性別刻板印象大翻轉</p> <p>一、性別刻板印象找一找</p> <p>教師在黑板上張貼事先準備的小短文，請小朋友讀一讀，找出短文字中不符合「全家一起做家事」的情節，並口頭發表如何改寫短文，參考例子如下：</p> <p>〈誰起得早〉</p> <p>誰起得早？</p> <p>媽媽起得早，媽媽早起忙打掃。</p> <p>誰起得早？</p> <p>爸爸起得早，爸爸早起看書報。</p> <p>誰起得早？</p>	15	<p>●能認真參與討論。</p>

<p>我起得早，我早起上學校。。</p> <p>二、廣告觀賞與討論</p> <p>教師撥放影片，請小朋友觀看幾支廣告片(聲寶洗衣機電視廣告——革命篇、中華豆腐——疼妳的心、IKEA 廚具讓你享受做菜的每一刻等)，找出影片片段中不符合「全家一起做家事」的情節。</p> <p>～ 第三、四節結束～</p>	<p>15</p>	<p>●能專心觀看影片</p>
--	-----------	-----------------



家事記錄小幫手

年 班 號

姓名

一、請觀察家人做家事的^{情況}，並記錄在^下

表中：

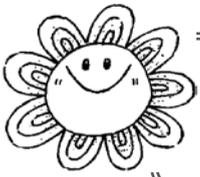
	一	二	三	四	五	六	日
準備 ^{早餐} 的人							
洗碗 ^{的人}							
洗衣服 ^{的人}							

二、請回答以下問題：

✪ 這個禮拜，我整理自己房間的次數是^{多少}次？

() 次

✪ 這個禮拜，我做的家事有^{哪些}？請記錄在^下面框框中：



廣告翻轉大挑戰

年 班 號

姓名

請和你的小組成員一起翻轉廣告，完成以下的挑戰：

一、我們是第()組，今天我們要翻轉的廣告是：

二、以下是我們這組的工作分配：

1. _____ 飾演 _____

2. _____ 飾演 _____

3. _____ 飾演 _____

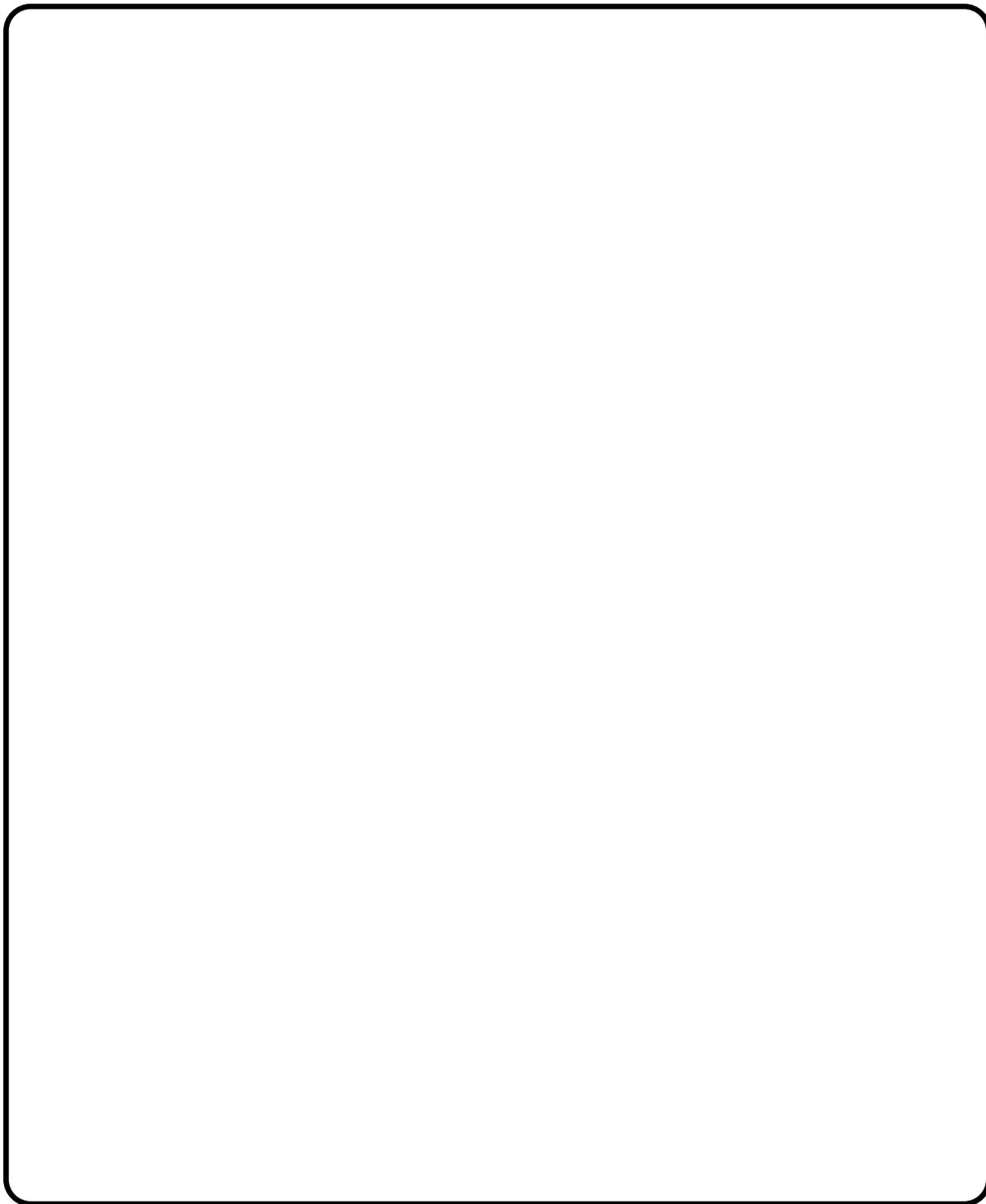
4. _____ 飾演 _____

5. _____ 飾演 _____

6. _____ 飾演 _____

三、看完大家的演出，我最喜歡第（ ）組的
表演，因為 _____
_____。

四、請畫出在今天的表演中，你覺得最精彩的一幕。



活動名稱 ➤ 身體紅綠燈

適用年級	一年級	教學時間	80 分鐘	連結領域	綜合活動、生活、健康與體育
設計理念	<p>每個人都有自己的身體界線，且擁有自己的身體自主權，應該學會尊重每個人的身體感覺。透過體驗活動了解不同身體接觸給人的不同感覺，學會分辨身體的碰觸，並知道不同關係的身體接觸，當我們碰到令人不舒服的碰觸時，要勇敢說不。希望透過活動後，學童了解身體的界線，學會建立自己的身體界線，當遇到不舒服的身體碰觸能勇於拒絕。</p>				
教 學 研 究					
單元目標	<p>1.了解身體自主權的意義及重要性。 2.分辨身體的碰觸種類，知道身體不能被碰觸的地方。 3.認識不同關係的身體碰觸差異。 4.培養拒絕不合理碰觸的勇氣。</p>		分段能力指標	<p style="text-align: center;">連 結 議 題</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>1-1-2 瞭解自我身心狀況。 2-1-1 保護自己的身體，避免受到性侵害。 2-1-2 尊重自己與別人的身體自主權。 2-1-4 尊重自己和別人的隱私。</p>	
	<p>十大基本能力</p> <p><input type="checkbox"/>瞭解自我與發展潛能。 <input type="checkbox"/>欣賞、表現與創新。 <input type="checkbox"/>生涯規劃與終身學習。 <input type="checkbox"/>表達、溝通與分享。 <input type="checkbox"/>尊重、關懷與團隊合作。 <input type="checkbox"/>文化學習與國際瞭解。 <input type="checkbox"/>規劃、組織與實踐。 <input type="checkbox"/>運用科技與資訊。 <input type="checkbox"/>主動探索與研究。 <input type="checkbox"/>獨立思考與解決問題。</p>			<p style="text-align: center;">結 領 域</p> <p>【綜合活動】</p> <p>1-1-1 描述自己以及與自己相關的人物。 【生活】</p> <p>2-1-2 描述自己身心的變化與成長。 【健康與體育】</p> <p>1-1-3 認識身體發展的順序與個別差異。 1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，學習尊重身體的自主權與隱私權。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-3 思考並演練處理危險及緊急情況的方法。</p>	
學 準 備					
教師準備	<p>1.「薩琪到底有沒有小雞雞」繪本。 2.男生、女生的身體掛圖。 3.兒童性侵害防治網站內容。 3.學習單。</p>				

	教具	教學時間	評量重點	注意事項
<p>一、引起動機</p> <p>教師播放文建會兒童文化館動畫「薩琪到底有沒有小雞雞」繪本內容，引導學生討論繪本內容，說明男生、女生的身體結構天生就有差異，應該要學會尊重他人。</p> <p>二、主要活動</p> <p>1.老師展示男生、女生的身體圖於黑板上，逐一認識身體各部位的名稱、功用，讓學童認識自己的身體，並了解男女生身體的差異。</p> <p>2.老師展示男生、女生的身體圖於黑板上： 〔1〕請學童拿彩色磁鐵貼在不喜歡讓別人碰觸的地方，並請學童說明不喜歡被碰觸的原因。 〔2〕老師利用男生、女生的身體圖歸納說明身體不能讓別人碰觸的地方有哪些，像是胸部、臀部、大腿內側，這些地方是不能隨便讓別人碰觸的地方，所以我們都會穿衣服遮蔽起來。</p> <p>3.老師說明身體界線的意義： 〔1〕舉例說明：例如游泳時，即使要穿輕便，也都會將身體某些不能碰觸地方遮蔽起來，男生與女生因為身體差異關係，游泳時泳裝遮住的地方也不同。 〔2〕老師展示電腦裡多種樣式的男女生泳衣圖片，說明泳衣的款式很多樣，男生的泳衣也有很多款式，不要以為男生只會穿泳褲，上半身就可以隨便亂摸喔！ 〔3〕老師強調說明除了衣服被遮住的地方之外，只要是你覺得不喜歡或直覺告訴你怪怪的地方，那就是你的身體界線。</p> <p>4.老師引導學童共同討論我們的身體的感覺、身體自主權的內涵： 〔1〕身體的感覺：分有心理的感覺~開心、傷心、害羞、緊張、…。身體的感覺~</p>	繪本 男生、女生的身體掛圖	15' 23'	<ul style="list-style-type: none"> ●能專心聆聽。 ●能認真觀看。 ●能主動踴躍參與活動。 ●能專心聆聽。 ●能專心聆聽。 ●能踴躍發表觀察所得。 ●能認真參 	<ul style="list-style-type: none"> ●提醒學童認真聽故事。 ●提醒學童不要開玩笑的心態去看男女生的身體。 ●請學童勇敢表達自己的感覺。

<p>會痛、會癢、會噁心不舒服、感覺冷熱…。</p> <p>〔2〕老師歸納說明每個人都只有一個身體，會有許多感覺，每個人都是自己的主人，所以每個人對自己的身體都有自主權。</p> <p>〔3〕教師引導說明自主權的意義：你有自己做主的權利，你有決定的權利。因為有些東西是屬於你的，就像別人要用你的鉛筆時，需要詢問你，因為它是你的，只有你能決定要或不要別人用你的鉛筆；這就叫自主權。同樣的，你的身體也是你的，你有身體的自主權。</p> <p>6.請學童大聲喊出「身體自主權的權利宣言」：</p> <p>〔1〕身體是我的，我有身體的自主權。</p> <p>〔2〕任何人都不能隨便碰觸我的身體。</p> <p>三、統整活動</p> <p>老師總結歸納說明不喜歡讓別人碰觸的地方就是你們的身體界線，每個人的身體界線都不一樣，每個人都應該尊重每個人的身體自主權。</p> <p style="text-align: center;">～ 第一節課結束 ～</p> <p>一、引起動機</p> <p>老師帶領學童到校園進行觸覺體驗活動，請學童利用身體的皮膚、手腳去感覺校園的事物，例如：用手摸摸樹幹、用手的皮膚去碰觸牆壁的磁磚、用手去撥動水池的水、用脫掉襪子的腳去踩草皮、落葉、屁股坐在硬地板的感覺…。</p> <p>二、主要活動</p> <p>1.老師引導學童分享校園觸覺體驗活動的感想，並引導說明每個人身體的感受都會不一樣，對於同一個東西有的人覺得舒服，有的人覺得不舒服，大家要學會尊重他人的身體感受。</p> <p>2.進行「炒蘿蔔童謠」的活動：</p>		2'	<ul style="list-style-type: none"> ●能專心聆聽。 ●能大聲喊出宣言。 ●能專心聆聽並認真思考。 ●能快樂參與活動。 ●能踴躍分享。 	<ul style="list-style-type: none"> ●提醒學童身體自主權的重要性。 ●提醒學童不要破壞學校環境，也不可以活動時做危險動作。
		15		

<p>〔1〕兩個人一組，每玩一次可換不同的對象，男女生可同一組。</p> <p>〔2〕進行以下的動作“炒蘿蔔炒蘿蔔，切切切；包餃子包餃子，捏捏捏；好孩子好孩子，頂呱呱；壞孩子壞孩子，打嘴巴〔假裝要碰到對方的臉頰〕；媽媽炒菜不用油，拿起菜刀殺豬頭。（這時手刀要出現，假裝切對方的脖子～～）</p> <p>〔3〕老師提醒學童在進行活動時，要盡量調整自己的力道，以符合對方的期望，以尊重對方的身體感受。</p> <p>3.老師引導學童分享「炒蘿蔔童謠」活動的感想：</p> <p>〔1〕當別人碰到你身體時，有什麼感覺？</p> <p>〔2〕哪些動作是你可以接受的？哪些動作是你覺得沒辦法接受的？</p> <p>〔3〕經過多次的遊戲，你發現每個人對身體接觸的反應一樣嗎？</p> <p>三、歸納統整</p> <p>教師歸納說明每個人的身體感受都不相同，要學會尊重每個人的身體自主權，在與人有身體接觸時，要學會尊重對方。</p> <p style="text-align: center;">～ 第二節課結束 ～</p> <p style="text-align: center;">～ 本活動結束 ～</p>		<p>3</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>2</p>	<p>●能認真參與遊戲。</p> <p>●能踴躍分享感想。</p>	<p>●提醒學童在遊戲時，不要開玩笑。</p> <p>●提醒學生尊重他人的感受，不管好的、不舒服的，都可以說出自己的感覺。</p>
--	--	---------------------------------------	-----------------------------------	---



身體紅綠燈

年 班 號
姓 名

★ 小朋友，身體的接觸有三種：好的、不好和怪怪的。現在請你分辨看看，你覺得是好的請塗綠色、不好的請塗紅色，而怪怪的請塗黃色：

握手	扯頭髮	拍肩膀	打耳光
摸屁股	碰胸部	親臉頰	摸頭

★ 小朋友，請想一想這是什麼感覺？覺得喜歡的打✓，覺得不喜歡的打✕：

- 同學摸我的屁股。
- 媽媽幫我洗澡、擦身體。
- 鄰居的大哥哥或姐姐抱抱我。
- 跟要好朋友靠在一起看書。
- 爸爸牽我的手去散步。



- 同學拉扯我的頭髮。
- 老師摸摸我的頭。
- 陌生人拉拉我的手。
- 爺爺奶奶親親我。

量項目	學生自評	家長複評	教師評量
1.我會分辨身體接觸的種類。			
2.我明白自己身體的感覺。			

活動名稱 ➤ 認識自己、保護自己

適用年級	一年級	教學時間	120 分鐘	連結領域	綜合活動、生活、健康與體育
設計理念	<p>傷害小朋友的人，不一定是陌生人，也有可能是親人，也因為親人，孩子多了一分信任感，反而更容易陷入危險中。因此本學習活動將從小故事開始引導學童了解不同關係會有不同的身體接觸，不管是不是親人，只要有人做了令人不舒服的碰觸、不合理的要求時，我們要勇敢說不，並告訴可信任的大人。希望透過活動後，學童學會保護自己，能勇於拒絕免於威脅，遠離危險，且能化解危機。</p>				
教 學 研 究					
單元目標	1.分辨身體的碰觸，知道身體碰觸的感覺。 2.了解不同關係的身體碰觸差異。 3.遇到不合理的要求知道如何因應。 4.培養拒絕不合理要求的勇氣。	分段能力指標	連結議題		
			【性別平等教育】 1-1-2 瞭解自我身心狀況。 2-1-1 保護自己的身體，避免受到性侵害。 2-1-2 尊重自己與別人的身體自主權。 2-1-4 尊重自己和別人的隱私。		
十大基本能力	<input type="checkbox"/> 瞭解自我與發展潛能。 <input type="checkbox"/> 欣賞、表現與創新。 <input type="checkbox"/> 生涯規劃與終身學習。 <input type="checkbox"/> 表達、溝通與分享。 <input type="checkbox"/> 尊重、關懷與團隊合作。 <input type="checkbox"/> 文化學習與國際瞭解。 <input type="checkbox"/> 規劃、組織與實踐。 <input type="checkbox"/> 運用科技與資訊。 <input type="checkbox"/> 主動探索與研究。 <input type="checkbox"/> 獨立思考與解決問題。	分段能力指標	結 領 域		
			【綜合活動】 1-1-1 描述自己以及與自己相關的人事物。 【生活】 2-1-2 描述自己身心的變化與成長。 【健康與體育】 1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，學習尊重身體的自主權與隱私權。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-3 思考並演練處理危險及緊急情況的方法。		
學 準 備					
教師準備	1.「倫敦鐵橋垮下來」歌曲。 2.兒童性侵害防治」網站~兒童繪本區 “不要摸我的臉”。 3.「兒童性侵害防治」網站~影片學習區 “大膽說出來” 4.學習單。				

<p>〔8〕你肚子痛，醫生掀開你的衣服按壓你的肚子做檢查。</p>		20		
<p>4.活動結束後，老師引導學童共同討論：</p> <p>〔1〕請舉例說明哪些身體的碰觸是自然、正常的，但有些則是不好、用心不良的？以釐清身體碰觸的種類。</p> <p>〔2〕平常什麼時候你被觸碰時會有舒服的感覺？什麼時候被觸碰會有不舒服的感覺？（被爸媽或好友擁抱時很舒服、被不喜歡的人或陌生人觸碰時很不舒服……。）</p>		10	<ul style="list-style-type: none"> ●能認真參與討論。 	<ul style="list-style-type: none"> ●請學童勇敢表達自己的想法。
<p>三、歸納統整</p> <p>老師引導小朋友瞭解每個人有身體界線，擁有自己的身體自主權，相處時要尊重別人的感受。日常生活中，有些身體碰觸是善意的，或者是檢查身體所必須的接觸，但有些碰觸是惡意的，我們要懂得分辨，才不會讓自己陷入危險之中。</p>		10	<ul style="list-style-type: none"> ●能仔細思考並專心聆聽。 	
<p style="text-align: center;">～ 第一、二節結束 ～</p> <p style="text-align: center;">～ 本活動結束 ～</p>				



認識自己、保護自己

年 班 號
姓 名

★ 寫出你身邊與你親近的人或常和你在一起的人，如父母、老師、要好的同學、鄰居叔叔等。這些人有接觸你的身體嗎？並寫下接觸的身體部位及你的感覺：

人	身體的接觸	喜歡或 不喜歡	感覺
媽媽	擁抱 親臉頰	喜歡 不喜歡	覺得很有安全感
		喜歡 不喜歡	
		喜歡 不喜歡	

★ 如果別人觸碰你，讓你覺得不舒服時，可以怎麼做？請在□裡打✓：

- 馬上告訴他：「不能這樣！」
- 忍耐一下就好了。
- 趕快跑開。
- 告訴他：「我不喜歡你這樣！」
- 打他或踢他。
- 跑開並告訴你信任的大人。
- 放聲大哭。
- 自己也碰他，不喜歡別人碰的地方。



量項目	學生自評	家長複評	教師評量
1.我會寫出與親近人的身體接觸。			
2.我寫出當我被不當碰觸時的處理方式。			

單元名稱：我愛我的家

/科目		彈性學習課程（家庭教育）	設計者	
		一上	教學時間	160分鐘
		我愛我的家		
設計理念		透過繪本，讓孩子們了解家人之間的感情，雖然有時會出現兩難的情境，但是如果憑著關懷家人的心意，還是有機會可以成功完成任務。也希望孩子們可以多用行动表示自己對家人的感情，並且熟練做家事技巧，避免造成家人的困擾。		
設計依據				
學習重點	學習表現	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6-I-2 體會自己分內該做的事，扮演好自己的角色，並身體力行。 生活6-I-4 關懷生活中的人、事、物，願意提供協助與服務。	總綱與領綱之核心素養	<p>●C2 人際關係與團隊合作 國-E-C2 與他人互動時，能適切運用語文能力表達個人想法，理解與包容不同意見，樂於參與學校及社區活動，體會團隊合作的重要性。</p> <p>●C1 道德實踐與公民意識 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。</p>
	學習內容	國語 Cb-I-2 各類文本中所反映的個人與家庭、鄉里的關係。 生活 E-I-3 自我行為的檢視與調整。 生活 E-I-4 感謝的表達與服務工作的實踐。		
議題融入	實質內涵	家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。 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。 品 E1 良好生活習慣與德行。		
	所融入之學習重點	以實際行動表達對家人的關心，且能遵守與家人的約定。		
與其他領域/科目的連結	國語、生活			
教材來源	●繪本——米諾貓上街去買魚			

教學設 備/資源	<ul style="list-style-type: none"> ●繪本——米諾貓上街去買魚。 ●學習單。 	
<ol style="list-style-type: none"> 1. 能對家人表達關心。 2. 能幫忙做家事。 3. 能熟練做家务的技巧。 		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p>一、引起動機 學生發表與家人一同購物，或是自己上街購物的經驗，並說出自己購物時的心情。</p> <p>二、主要活動</p> <p>(一)我可以做到</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師說故事：米諾貓上街去買魚。教師將故事說到米諾很擔心自己會將買來的魚吃掉。 2. 教師提問，學生舉手回答： <ol style="list-style-type: none"> (1)為什麼米諾會答應爺爺幫忙買魚？ (2)米諾擔心什麼事？為什麼？ (3)如果你是米諾，你會答應幫忙買魚嗎？為什麼？ (4)米諾很愛吃魚，所以擔心沒辦法把魚帶回家，你喜歡吃魚嗎？你最喜歡吃什麼魚呢？ (5)請你想一想，如果米諾因為太愛吃魚，而沒有辦法把魚帶回家，他應該怎麼拒絕爺爺呢？ (6)你曾經遇過家人拜託你幫忙做事，你很想答應，但是又怕自己做不到的事情嗎？你是怎麼解決的？ 3. 教師繼續說故事。將故事講到米諾練習後空翻。 4. 教師提問，學生舉手回答： <ol style="list-style-type: none"> (1)米諾在去買魚的路上，擔心自己會吃掉魚，想了什麼方法？ (2)米諾買完魚回家的路上，擔心自己會吃掉魚，想了什麼方法？ (3)米諾很想吃魚，請你幫他想想看有什麼方法可以讓他吃到魚？ (4)米諾想了許多方法要向爺爺道歉，你曾經跟家人道歉過嗎？你是用什麼方法向家人道歉呢？ <p style="text-align: center;">～ 第一節課結束 ～</p> 5. 教師引導學生回憶之前的故事內容，並請學生猜猜看，米諾貓到底能不能成功的把魚帶回家給爺爺。 6. 教師繼續講述故事。 7. 學生分組討論下列問題，並上臺發表討論結果。 <ol style="list-style-type: none"> (1)米諾已經想好了道歉的方法，為什麼最後還是沒有把魚吃掉？ (2)當米諾貓把魚帶回家時，你覺得爺爺會有什麼感覺？如果你是米諾，當你成功地把魚帶回家後，你會有什麼想法？ (3)你曾經幫忙家人做過哪些事情？這些事情都有完成嗎？完成時，你的感覺是什麼？沒有完成時，你的感覺又是什麼？ 	<p>5</p> <p>5</p> <p>15</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>25</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●能踴躍發表。 ●能專心聆聽。 ●能踴躍發表。 ●請學童依自己的經驗發表。 ●能專心聆聽。 ●能說出自己的想法。 ●能說出自己的想法。 ●能專心聆聽。 ●請每位同學都要認真參與討論。 ●能參與討論。 ●能說出自己的想法。 ●提醒學童專心聆聽

<p>(4) 爺爺因為身體很虛弱，所以需要米諾上街幫忙買魚，請問當你的家人身體不舒服的時候，你可以幫忙做些什麼事情呢？</p> <p>8. 教師總結：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。但是如果這件事情已經不是我們可以做到的事情，就應該跟家人說明，想辦法拒絕，才不會讓自己及家人失望或難過。</p>	5	<p>。</p> <p>●能專心聆聽別組的報告。</p> <p>●能專心聆聽。</p>
<p>～ 第二節課結束 ～</p>		
<p>(二) 我愛我的家</p> <p>1. 教師提問：米諾為了讓身體虛弱的爺爺，上街買了魚回家給爺爺吃，而且還成功的控制自己，沒有把魚吃掉，最後還讓爺爺變年輕了。現在請你想想，你可以幫忙你的家人做些什麼事情？讓家人可以變快樂呢？</p>	10	<p>●能認真思考。</p>
<p>2. 學生舉手發表。</p> <p>(1) 幫忙做家事：洗碗、掃地、拖地、摺衣服、倒垃圾。</p> <p>(2) 幫忙買東西。</p> <p>(3) 幫忙捶背、按摩。</p> <p>(4) 幫忙照顧弟弟妹妹。</p> <p>(5) 幫忙倒水給爺爺奶奶喝。</p>	20	<p>●能說出自己可以幫忙的事。</p>
<p>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。</p> <p>(1) 做家事時，要注意小細節，如打掃家裡時要把角落及有髒汙的地方清乾淨，而不是只掃大垃圾。</p> <p>(2) 洗碗時要注意安全，並把飯粒、油汙以及洗碗精都要洗乾淨。</p> <p>(3) 摺衣服要擺放整齊。</p> <p>(4) 捶背、按摩要注意力道，才不會弄痛家人。</p>	30	<p>●引導學童進行演練。</p> <p>●能認真練習。</p>
<p>三、歸納統整</p> <p>1. 教師總結：喜歡自己的家人，不要只是嘴巴說說而已，要用行動來表示，有時候長輩雖然說不需要你的幫忙，但是當你實際行動時，他們的心裡還是很開心，因此我們平常要多加練習幫忙做事的技巧，才能在幫忙時，真的做得很好，讓長輩開心，也證明自己已經長大了。</p>	10	<p>●能仔細聆聽並認真思考。</p>
<p>2. 教師發下學習單，指導學生回家完成。</p> <p style="text-align: center;">～ 第三、四節課結束 ～</p>	10	<p>●能確實完成學習單。</p> <p>。</p>



我愛我的家

年 班 號

姓名

小朋友，米諾為了虛弱的爺爺，忍住自己想吃魚的慾望，成功的把魚帶回家給爺爺吃，讓爺爺變年輕了。現在請你想想看，你可以為哪一位家人做事，讓他們變快樂呢？

對象	我可以做的事	完成日期
例：爸爸	例：捶背	10月8日
		月 日
		月 日
		月 日
		月 日
		月 日

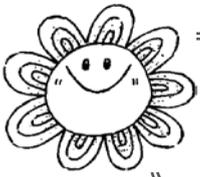
平常都是家中的長輩在照顧我們，你有沒有對他們說出心中的感謝呢？現在請你把想對他們說的話，寫下來，並畫上圖畫，讓我們一起謝謝他們吧！

單元名稱：可愛的家庭

/科目	彈性學習課程（家庭教育）	設計者	
	一下	教學時間	160分鐘
	可愛的家庭		
設計理念	一年級的孩子十分重視家庭，但是現今多為小家庭，家中成員也越來越少，因此希望透過歌曲和繪本，讓孩子們對於家人的稱謂能夠更加熟悉，也希望學生能夠多幫忙做家事，並且在協助做家事時，也能夠注意到居家安全。		
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>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。</p> <p>生活2-I-6 透過探索與探究人、事、物的歷程，了解其中的道理。</p> <p>生活6-I-2 體會自己分內該做的事，扮演好自己的角色，並身體力行。</p> <p>健康與體育1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p>	總綱與領綱之核心素養
	學習內容	<p>國語Cb-I-2 各類文本中所反映的個人與家庭、鄉里的關係。</p> <p>生活D-I-1 自我與他人關係的認識。</p> <p>生活E-I-3 自我行為的檢視與調整。</p> <p>健康與體育Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。</p>	
議題融入	實質內涵	<p>家E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。</p> <p>家E7 表達對家庭成員的關心與情感。</p> <p>安E12 操作簡單的急救項目。</p>	
	所融入之學習	<p>從與家人的互動過程中了解家庭成員關係，並建立親密的情感。</p>	

<p>3. 教師發下學習單，並指導學生完成學習單。(如果學生不清楚家人的喜好，可請學生回家觀察後完成學習單。)</p>		<p>●請學童依自己的觀察所得完成學習單。 ●能確實完成學習單。</p>
<p>～ 第一節課結束 ～</p>		
<p>4. 學生上臺展示學習單內容，並介紹自己的家人。</p>	10	●能介紹自己的家人。
<p>5. 教師補充說明：有時候和自己住在一起的家人可能還會有爺爺、奶奶、姑姑、叔叔、伯伯等人，並介紹這些家人間的關係。</p>	5	●能說出正確稱謂。
<p>6. 學生分組進行搶答遊戲：由老師抽出題目，學生回答出稱謂。</p>	5	●能認真參與遊戲。
<p>(二)家事小幫手</p>		
<p>1. 教師帶領學生共讀繪本——朱家故事。</p>	10	●能專心聆聽故事。
<p>2. 教師提問，學生舉手回答。</p>	10	●提醒學童專心聆聽。
<p>(1)為什麼朱媽媽會離開家裡？(家人都沒有幫忙做家事，朱媽媽覺得太累了。)</p>		●能踴躍回答問題。
<p>(2)朱媽媽留下的字條上，寫了什麼字？(你們都是豬。)你覺得為什麼媽媽會寫這些字？(家裡的人都很懶惰，讓媽媽很生氣，所以才會寫下這些字。)</p>		
<p>(3)如果你是朱媽媽，當家人都不幫忙時，會有什麼感覺？(很生氣、很難過、很累。)</p>		
<p>(4)後來朱家的人做了什麼事情，媽媽才願意回家？(幫忙做家事。)</p>		
<p>(5)你比較喜歡只有媽媽負責做家务的朱家，還是大家一起做家务的朱家？為什麼？</p>		
<p>～ 第二節課結束 ～</p>		
<p>3. 教師提問，學生舉手回答。</p>		●能依照實際情形回答。
<p>(1)家中主要負責做家务的人是誰？(媽媽；全家一起幫忙)</p>	15	●請學童依自己的經驗發表。
<p>(2)你曾經幫忙做過哪些家事呢？(掃地、拖地、擦桌子、洗碗、倒垃圾)</p>		●能正確使用工具。
<p>(3)掃把、畚箕、拖把和抹布這些工具，應該怎麼使用呢？(請學生直接拿工具示範)</p>		●能說出自己可以幫忙的事。
<p>(4)幫忙做家务時，除了正確的使用工具，還要注意些什麼事情呢？(角落也要打掃乾淨、要注意自己的安全)</p>	10	●能認真思考。
<p>(5)幫忙做家务時，有哪些地方可能會藏有危險？應該怎麼避免自己或家人受傷？(站在比較高的地方時，要請家人幫忙扶著椅子或梯子；有些東西堆得太高，要從上面開始拿下來，才不會被砸傷；不可以邊玩邊做家务，容易受傷)</p>		●能專心聆聽。
<p>4. 教師引導學生思考，當家人在做家事時，如果不小心受傷了，應該怎麼幫忙做緊急處理？並由教師介紹緊急處理的方法。</p>	15	
<p>(1)燙傷：沖脫泡蓋送。</p>		
<p>(2)割傷：加壓止血，擦藥。</p>		
<p>(3)摔傷、扭傷：拿冰寶或冰塊冰敷，後續再擦藥。</p>		
<p>(4)其他：各種小傷口可以視傷口深淺大小決定是否擦藥，然後用透氣ok繃包紮，避免碰到水。</p>		
<p>5. 教師指導進行學生實際演練。</p>	17	●引導學童進行演練。
<p>(1)將自己的桌面用抹布擦乾淨，並將抹布洗淨擰乾後放回原位。</p>		●能認真進行演練。
<p>(2)教師隨機找多位學生到教室後方掃地，並指導學生正確的掃地姿勢，提醒學生打掃時要看自己掃地的地方，隨時留意是否有打掃乾淨。</p>		

<p>(3)練習結束後，請學生回到座位上，並發表心得。</p>	10	
<p>三、歸納統整</p> <p>教師總結：雖然每個人的家庭成員都不大一樣，但是我們都應該關心這些家人，如果能夠大家一起分擔家事，家人們之間就可以像朱家故事的結局一樣，感情越來越好。</p> <p style="text-align: center;">～ 第三、四節課結束 ～</p>	13	<p>●能仔細聆聽並認真思考。</p>

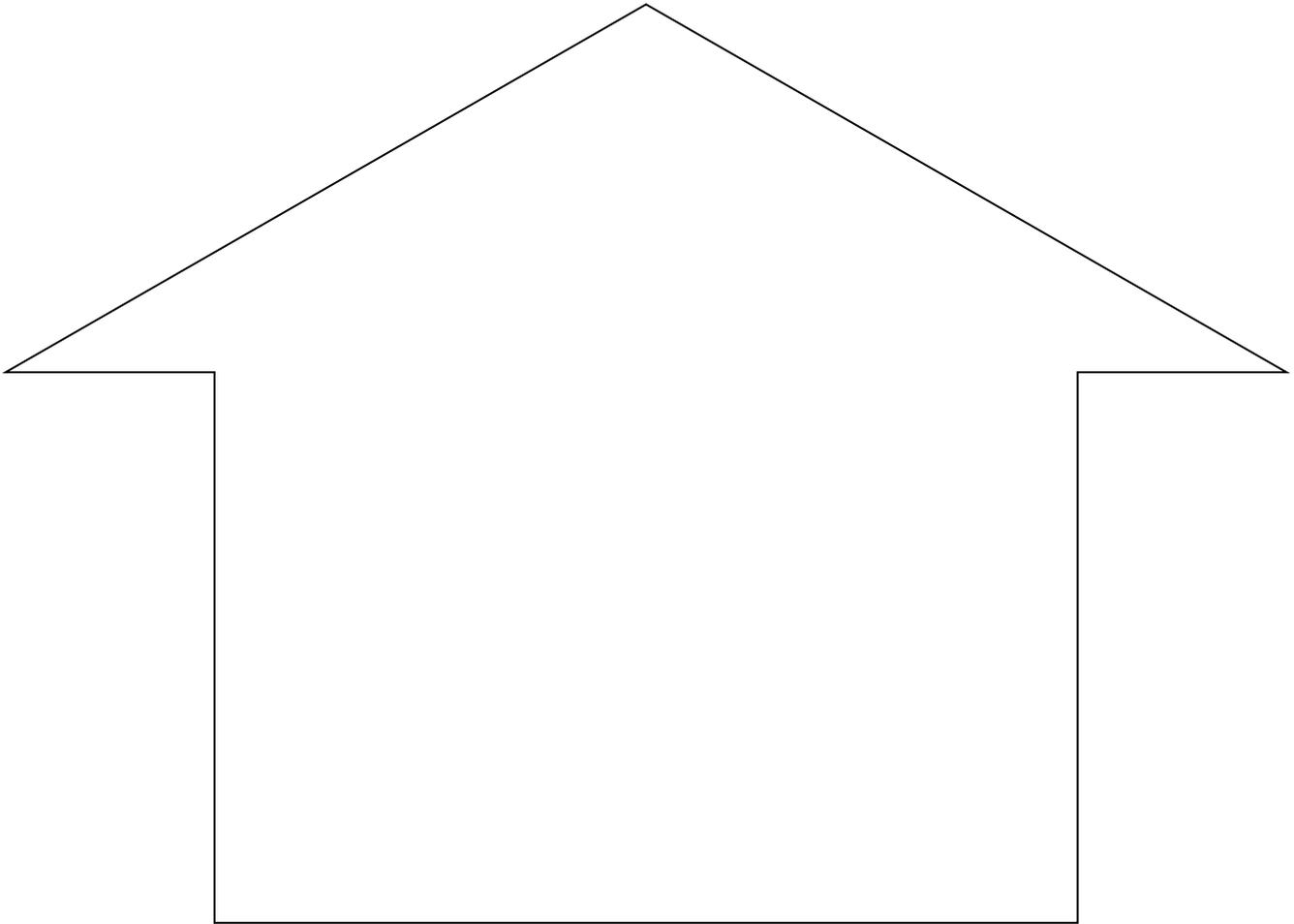


可愛の家

年 班 號

姓名

小朋友，平常你有沒有關心你的家人呢？你知道他們最喜歡做些什麼事情？最喜歡吃些什麼東西嗎？請你先畫出自己的家，再把他們喜歡的事寫下來。



我的家人	最喜歡做的事	最喜歡吃的東西

單元名稱：我的校園真美麗

/科目		彈性學習課程（環境教育）	設計者	
		一上	教學時間	80分鐘
我的校園真美麗				
設計理念		學童每天來學校上課，沒很多機會可以仔細、認真欣賞校園的環境，而沒辦法感受校園環境的美麗。在此教學活動中，希望透過五官與走訪校園的觀察，體驗校園的美好環境，並且培養學童愛護校園的情操。		
設計依據				
學習重點	學習表現	生活 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。	總綱與領綱之核心素養	●C1道德實踐與公民意識 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。
	學習內容	生活 B-I-3 環境的探索與愛護。		
議題融入	實質內涵	環 E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。		
	所融入之學習重點	覺察校園環境之美，了解維護校園環境的重要性，並能在生活中實踐。		
與其他領域/科目的連結	生活			
教學設備/資源	●校園環境照片。 ●校園植物的簡單介紹。 ●學習單。			

下或校園較乾淨寬廣的草地，讓學童坐在地上，閉上眼睛，感受校園的自然氣息（如果可以請學童脫下鞋子，躺或坐在草地上感受）。

二、主要活動

1. 請學童發表自然體驗的感受：

- (1) 聽到了什麼？聞到了什麼？感覺到了什麼？
- (2) 抬頭看看樹上，樹上有些什麼？聞一聞樹的氣味？葉子的氣味？
- (3) 鼓勵學童脫下鞋、襪，在草地上走一走，有什麼感覺？

2. 教師帶領學童實地走訪校園，認識校園環境，提醒學童要多觀察：

- (1) 教師可以介紹校園的植物、樹木名稱，並請學童觀察這些植物、樹木的葉子形狀及生長情形。
- (2) 提醒學童注意感受校園比較漂亮的地方。

3. 教師引導說明要有美麗的校園，需要大家共同維護，與學童一起討論如何愛護校園的環境：

- (1) 不亂丟垃圾。
- (2) 在校園裡看到垃圾要撿起來。
- (3) 不要隨便亂摘花、摘葉子。
- (4) 幫花、草、樹木澆水。
- (5) 看到有人破壞環境時，要加以制止。
- (6) 假日來學校時，也要維護校園整潔。

4. 教師指導學童完成學習單。

三、歸納統整

教師引導說明平時用心觀察，下課時可以和同學到校園走走看看，可以發現校園有許多美麗的地方。要維護這些美麗的地方，需要大家共同努力，不亂丟垃圾、不破壞花草…，這些都是平時可以做到的。大家共同維護校園環境，每天才可以看到美麗的校園。

～ 第二節結束 ～

25

●請學童在體驗時盡量不要說話、用心去感受。

●能安靜進行自然體驗。

●實際走訪時說話要小聲，不要影響別人上課。

●請每位同學都要認真參與討論。

●能認真參與討論。

●能確實完成學習單。

7

●能仔細聆聽並認真思考。



校園真美麗

年 班 號

姓名

小朋友，跟著老師一起走訪校園，你看得到哪些植物？請寫出名稱及生長地方，並畫出葉子形狀：

◆植物名稱： _____

◆生長地方： _____

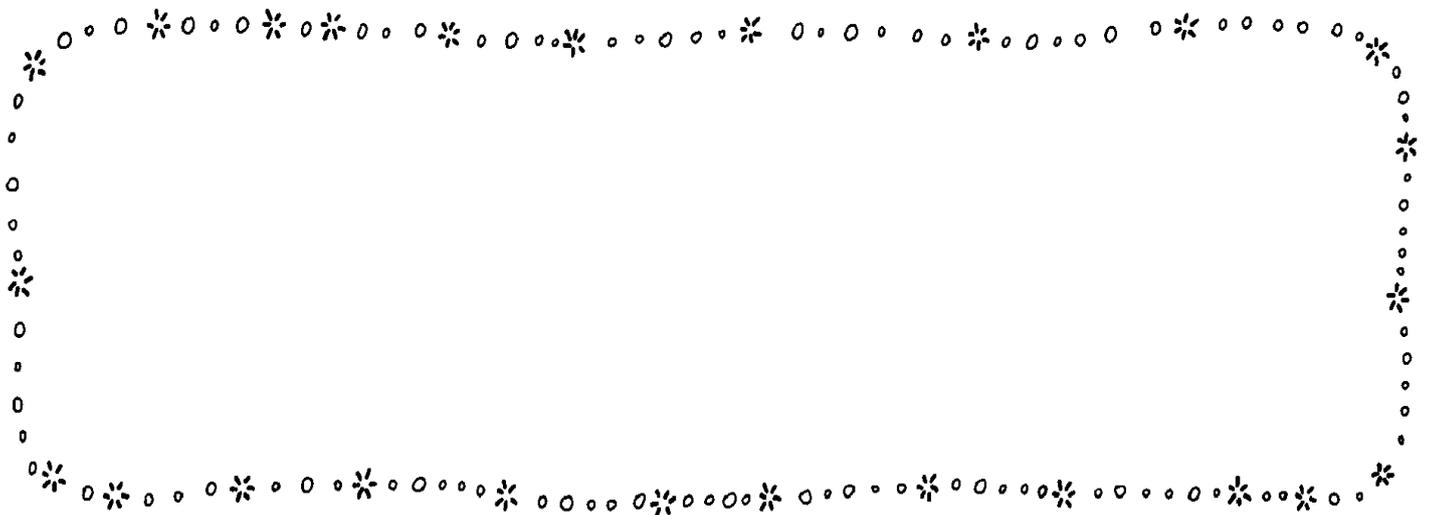
◆葉子形狀：

◆植物名稱： _____

◆生長地方： _____

◆葉子形狀：

♥寫出兩項愛護校園環境的方法：



單元名稱：愛護資源大作戰

/科目		彈性學習課程（環境教育）	設計者	
		一下	教學時間	80分鐘
愛護資源大作戰				
設計理念		生活中的電力資源、水資源，常因為人們浪費而流失，因此愛護這些資源需要從生活小動作做起，才能使資源永續。本活動先讓學童了解電、水的重要性，認識省電、省水標章，並學習生活中愛護資源的好行為，鼓勵學童從生活中落實。		
設計依據				
學習重點	學習表現	生活 6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境、尊重生命。	總綱與領綱之核心素養	●CI道德實踐與公民意識 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。
	學習內容	生活 E-I-1 生活習慣的養成。		
議題融入	實質內涵	環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。		
	所融入之學習重點	認識節能標章與省水標章，並能培養愛護資源的生活習慣。		
與其他領域/科目的連結	生活			
教學設備/資源	●省電、省水標章的圖案。 ●學習單。			

～ 第一節結束 ～

一、引起動機

請學童發表早上起床後到學校這一段時間，什麼時候有用到水？讓學童感受生活中不可缺水。

二、主要活動

1. 教師引導學童思考水的重要性：

- (1) 飲食上，人們需要喝水、煮飯炒菜皆需要用到水。
- (2) 生活上，人們洗手、洗臉、洗澡、沖馬桶需要用到水。
- (3) 平時，澆花、種菜也需要用到水；許多工廠更是不可缺水，需要水進行作業。

2. 教師引導學童共同討論缺水、沒有水所面臨的情形：

- (1) 人們日常生活會不方便，如上廁所沒辦法沖水、沒辦法煮飯炒菜、洗澡要非常節省…。
- (2) 許多植物會因為缺水而面臨乾枯、人們也會沒有蔬菜可以食用…。

3. 教師引導學童認識省水標章，並學習如何在生活中落實省水行為：

- (1) 省水標章：箭頭向上，代表將中心的水滴接起，強調回歸再利用，提高用水效率。右邊三條水帶，代表「愛水、親水、節水」，藉以鼓勵民眾愛護水資源，親近河川、湖泊、水庫，並共同推動節約用水。（見附件）
- (2) 生活省水行為：洗澡水拿來沖馬桶、洗米水或洗手水來澆花、用省水馬桶、使用省水水龍頭、隨手關水龍頭…。

三、歸納統整

我們生活中的水，主要靠雨水，如果沒有降雨，水庫將沒有水，人們也將沒有水可用，植物也會乾枯，因此平時我們就愛護水資源，最有效的作法是人人節省水，從生活中做起，才不會發生缺水的情形。

～ 第二節結束～

5

●請學童從起床後的情況開始發表。

●能踴躍發表。

30

●能專心聆聽。

●請每位同學都要認真參與討論。

●能認真思考並踴躍發表。

●能了解省水標誌的涵義。

●教師展示省水標章。

●能踴躍發表。

5

●能仔細聆聽並認真思考。

附件

節能標章



電源、愛心雙手、生生不息的火苗，所組成的標誌，就是節能標章（如右圖所示）。心形及手的圖案意指用心節約、實踐省油省氣省電，紅色火苗代表可燃油氣，電源插座代表生活用電，倡導國人響應節能從生活中的點滴做起。

產品貼上這個圖樣，代表能源效率比國家認證標準高10-50%，不但品質有保障，更省能省錢。希望藉由節能標章制度的推廣，鼓勵民眾使用高能源效率產品，以減少能源消耗。

省水標章



一、箭頭向上，代表將中心的水滴接起，強調回歸再利用，提高用水效率。

二、右邊三條水帶，代表「愛水、親水、節水」，藉以鼓勵民眾愛護水資源，親近河川、湖泊、水庫，並共同推動節約用水。

三、藍色代表水質純淨清徹，得之不易，務當珍惜。

四、整體而言，水資源如不虞匱乏，大家皆歡喜，故水滴笑臉迎人。



愛護資源大作戰

年 班 號

姓名

小朋友，愛護資源要從生活中做起，平時要隨手省電、省水，才不會有一天發生沒電、沒水可用的困境。將下面有做到愛護資源的行為塗上顏色：

常常吹冷氣

購買有省電
標誌的電器

洗澡水拿來
沖馬桶

隨手拔掉電
器插頭

24小時開著
電視機

更換成省水
水龍頭

洗水果的水
拿來澆花

常用烘衣機
烘乾衣服

隨手關掉不
需要的電器

天色很亮，
仍要開電燈