

彰化縣公(私)立 鳳霞 國民小學 110 學年度第一學期 五年級 綜合 領域/科目課程 (部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃

符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	五年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節。
課程目標	1. 覺察面對新環境的適應問題與感受；思考適應新環境的各種策略；執行適應新環境的策略並檢討修正。 2. 了解每個人有不同的特質；察覺與人相處不睦的原因，提出解決策略；客觀分析彼此的想法並考量各方意見，進行有效的溝通；運用合宜的態度與人相處，處理人際問題。 3. 理解不同族群的文化與特色；尊重不同族群的感受與想法；關懷不同族群，接納族群間的異同。 4. 了解環境異常變化的情形和影響；探索環境保護的具體做法；計算碳足跡，落實綠色生活；持續執行節能減碳活動。 5. 主動蒐集資訊，規畫防災檢核項目與應變措施；善用資源或策略，降低或避免環境中潛藏的危險；擬定環境危機的應變策略，實際演練操作。				
領域核心素養	綜-E-A2 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。 綜-E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 綜-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。 綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。 綜-E-C3 體驗與欣賞在地文化，尊重關懷不同族群，理解並包容文化的多元性。				
重大議題融入	【生涯規劃教育】 涯 E6 覺察個人的優勢能力。 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E7 培養良好的人際互動能力。				

涯 E9 認識不同類型工作/教育環境。

【國際教育】

國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。

【多元文化教育】

多 E3 認識不同的文化概念，如族群、階級、性別、宗教等。

【環境教育】

環 E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。

環 E11 認識台灣曾經發生的重大災害。

環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。

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。

課程架構

教學進度 (週次/日期)	教學單元名稱	節數	學習重點		學習目標	學習活動	評量方式	融入議題 內容重點
			學習表現	學習內容				
第一週	新想法新嘗試	3	2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。	Bc-III-1 各類資源的分析與判讀。 Bc-III-2 媒體對日常生活的影響。 Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。	1. 分享生活中面對新環境的經驗，以及曾經遇到的適應問題。 2. 說出剛升上高年級面對新生活的想法。 3. 考適應新環境遭遇問題時的方 法。 4. 討論各種適應新環境的策略。	【活動1】新想法新嘗試 1. 教師引導兒童思考：在生活中，你曾因為搬家、住親友家、參加戶外活動等經驗，經歷過哪些適應上的問題呢？ 2. 教師請兒童攜帶聯絡簿，帶領兒童到校園安靜的一角，請兒童各自選擇一張自己喜歡的色紙，把選擇相同色紙的兒童分成一組。 3. 兒童分組討論自己曾面對搬家、住親友家、參加戶外活動等事件而產生適應方面的問題。	1. 討論發表 2. 學習紀錄 3. 口頭發表 4. 自我省思	

						<p>4. 兒童分享當時的處理方式，教師提問：你發生這些狀況時，你如何克服呢？</p> <p>5. 兒童記錄組員分享和討論的結果，運用關鍵詞將重點記在紙的正面，回家後將關鍵詞串寫成一個完整的事件。</p> <p>6. 全班重新分組，教師將持有相同色紙的兒童分開，同一組內色紙的兒童，人員組成完全不重複。</p> <p>7. 請兒童整理自己記錄的小故事，分享印象深刻的1~2則故事。</p>		
第二週	新想法新嘗試	3	<p>2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。</p> <p>Bc-III-1 各類資源的分析與判讀。</p> <p>Bc-III-2 媒體對日常生活的影響。</p> <p>Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。</p>	<p>1. 分享生活新環境的經驗，遇到以及適應的問題。</p> <p>2. 說出剛升上高年級對新生活的想法。</p> <p>3. 適應新環境時的方法。</p> <p>4. 討論各種適應新環境的策略。</p>	<p>【活動1】新想法新嘗試</p> <p>1. 教師請兒童分享：開學了，面對高年級的新生活，你有哪些新的經驗？又有哪些適應上的問題呢？</p> <p>2. 兒童記錄組員分享與討論的結果，運用關鍵詞將重點記在紙上。</p> <p>3. 教師張貼兒童的紀錄紙。</p> <p>4. 教師預告兒童將於課堂上分享升上高年級後適應的問題，以及個人的做法，請兒</p>	<p>1. 討論發表</p> <p>2. 學習紀錄</p> <p>3. 口頭發表</p> <p>4. 自我省思</p>		

					<p>童利用課餘時間思考。</p> <p>5. 教師引導兒童討論：面對這些適應的問題，你會怎麼積極的解決呢？</p> <p>6. 教師請兒童思考：有哪些同學的經驗和自己相同？哪些同學的經驗是你從未經歷過的呢？</p> <p>7. 教師引導兒童思考方向：</p> <p>(1) 同學面對新環境的感受與經驗是我曾經經歷過的，可以運用哪些方式讓同學和自己減輕壓力和緊張呢？</p> <p>(2) 同學面對新環境的感受與經驗，是我未曾經歷過的，我能想出什麼方法安慰他呢？</p> <p>(3) 經由同學的經驗分享，省思當我面對新環境的困境時，可以運用哪些策略來調適呢？</p> <p>8. 教師將兒童面對新環境的困境與解決策略歸納統整，並鼓勵兒童：請試著做做看吧！再想一想，還有其他的做法嗎？</p>		
第三週	走出自己的路	3	2c-III-1 分析與判讀各類資源，規	Bc-III-1 各類資源	1. 選擇適合個人的適應	【活動 2】走出自己的路	1. 實作評量

			<p>劃策略以解決日常生活的問題。</p>	<p>的分析與判讀。 Bc-III-2 媒體對日常生活的影響。 Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。</p>	<p>策略並實際執行。 2. 檢視個人執行並執行的狀況。 3. 分享運用環境的感受。 4. 檢視執行策略的狀況並修正。</p>	<p>1. 教師引導兒童思考：適應新環境有許多不同的方法，和同學一起討論你想解決的問題。教師請兒童歸納問題，並請學生提供所提的環境、課業、管理、針對問題。 2. 教師發下書面紙後，請同組的兒童面對新環境的困境，將當前的方法以文字、圖像或心智圖等書面紙上呈現。 3. 教師將各組完成的書面紙以方便兒童閱讀的高度與間隔散張貼在教室四周，並發下每人3~4張空白小卡，引導兒童閱讀其他各組海報，在小卡寫下讚美或回饋給他解決方法，並將卡紙黏貼在海報下方。 4. 教師說明在執行方</p>	<p>2. 活動參與 3. 態度評量 4. 自我省思</p>	
--	--	--	-----------------------	---	---	--	--	--

						法時若仍有困難，可以與同學、家人、教師討論，或參考海報上其他的方法做適度的調整。		
第四週	走出自己的路	3	2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。	Bc-III-1 各類資源的分析與判讀。 Bc-III-2 媒體對日常生活的影響。 Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。	1. 選擇適合個人的適應策略並實際執行。 2. 檢視個人執行策略的狀況。 3. 分享運用策略適應環境的感受及樂趣。 4. 檢視執行策略的狀況並修正。	【活動 2】走出自己的路 1. 教師鼓勵兒童運用方法執行一段時間。 2. 教師提問：選擇適合的方法並具體實踐檢核表後，請運用檢核表檢視你的實際執行情況。 3. 教師發下每人一份「新環境適應方法檢核表」學習單（詳見教師手冊第 30 頁），請兒童檢核方法執行的情形，並將執行狀況和行動後的省思記錄下來。 4. 教師可請兒童先與同組同學分享執行狀況，再讓兒童換組分享，並進一步引導兒童思考：在執行的過程中，有哪些想法、感受或樂趣呢？請和同學分享你面對新環境的適應狀況。 5. 教師鼓勵兒童繼續運用學得的方法，勇敢面對困境並做適度的調整。 6. 教師提問：在執行的過程中，你有什麼發現與想法？對你適	1. 實作評量 2. 活動參與 3. 態度評量 4. 自我省思	

						<p>應新環境有什麼幫助？</p> <p>7. 教師引導兒童思考：適應新生活的方法在執行中遇到困難時，你有什麼解決方法或修正的策略呢？</p> <p>8. 請兒童運用檢核表，分享自己遇到困難時的解決方法，並說明修正的方向。</p> <p>9. 教師鼓勵兒童分享自己的想法，並適時給予回饋。</p> <p>10. 教師鼓勵兒童進一步嘗試：你還想嘗試執行哪些新方法或策略？請運用適合自己的方式適應新環境，盡量參與各項活動。</p>		
第五週	人格特質大不同	3	<p>2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。</p>	<p>Ba-II-1 自我表達的適切性。</p> <p>Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。</p> <p>Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。</p>	<p>1. 覺察每個人特質的異同。</p> <p>2. 分享和不同的人相處的經驗。</p> <p>3. 探討相處不愉快的原因，並嘗試改善。</p>	<p>【活動1】人格特質大不同</p> <p>1. 教師於課前製作大型「人格特質標籤」(可參考教師手冊第44頁附件)。</p> <p>2. 請兒童思考什麼是人格特質，並配合兒子的發表，將大型人格特質標籤張貼在黑板上。</p> <p>3. 教師可針對各項特質進行說明，引導兒童覺察自己擁有的特質。</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 討論發表</p> <p>3. 自我省思</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E4 認識自己的特質與興趣。</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>

4. 教師提問：每個人都有不同的個性與特質，請簡單介紹你的個性與特質吧！

5. 選擇小組中的一個人為目標，其他人輪流說出他的個性與人格特質，再想想看，同學和你的觀察是一樣嗎？另外，同學是怎麼形容你的？和你所認知的自己相同嗎？

(1) 別人眼中同學的特質和自己認識的一樣嗎？哪些部分大家的看法相同？哪些部分的差異較大？你認為原因是什麼？

(2) 你喜歡同學的哪些特質呢？

(3) 你知道自己的特質嗎？

(4) 同學認為你有哪些特質呢？這些特質中，哪些是你本來就知道的？哪些你從來沒發現過？

(5) 你覺得自己身上哪個特質對你來說是最重要的？為什麼？

6. 教師發下每人一張「人格拼圖」學習單（詳見教師手冊第45頁），請兒童完成。

7. 教師提問：當同學對你的形容和你認知

						<p>的自己不同時，你有什麼感受？</p> <p>8. 兒童分別上臺發表。</p>		
<p>第六週</p>	<p>人格特質大不同</p>	<p>3</p>	<p>2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。</p>	<p>Ba-II-1 自我表達的適切性。</p> <p>Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。</p> <p>Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。</p>	<p>1. 覺察每個人的特質的異同。</p> <p>2. 分享和不同的人相處的經驗。</p> <p>3. 探討相處不愉快的原因，並嘗試改善。</p>	<p>【活動1】人格特質大不同</p> <p>1. 教師將兒童分組，請兒童在組內分享和不同人格特質的人相處不愉快的經驗，教師說明分享流程，先說出不愉快的經驗，再說出不愉快的原因，最後說出當時處理的方法。</p> <p>(1) 每個人都具備很多特質，有些特質和別人一樣，有些不一樣，你和特質不同的人相處時，可能有愉快的融洽的氣氛，但也可能有不愉快的經驗，想一想，你曾有過哪些不愉快的經驗？</p> <p>(2) 你認為造成不愉快的原因是什麼？</p> <p>(3) 當時如何處理呢？</p> <p>2. 教師提問：你認為你的處理方法適當嗎？為什麼？</p> <p>3. 教師請兒童反思：你是否已經了解自己和同學們的特質？</p> <p>4. 教師鼓勵兒童多嘗試與不同特質的同學相處，了解彼此的優點，也包容不同特</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 討論發表</p> <p>3. 自我省思</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E4 認識自己的特質與興趣。</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>

					<p>的同學，增加人際相處的和諧能力。</p> <p>5. 教師請兒童分享：除了不愉快的經驗之外，也和同學分享一些你與人相處愉快的經驗吧！</p> <p>6. 教師總結：在成長過程中，每個人會受到不同的因素影響，而形成不同的特質，使得每個人都是獨一無二的；應當用尊重、包容的態度，相互交流和學習。</p>		
第七週	相處有策略	3	<p>2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。</p> <p>Ba-II-1 自我表達的適切性。</p> <p>Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。</p> <p>Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。</p>	<p>1. 透過角色扮演，了解造成人際互動問題的原因。</p> <p>2. 考量多方運用的建議，用同理心，了解他人的想法及感受。</p> <p>3. 執行策略解決人際互動中遇到的困難。</p>	<p>【活動2】相處有策略</p> <p>1. 教師引導兒童思考：</p> <p>(1) 在學校你常和同學互動，還是常一個人單獨行動呢？</p> <p>(2) 你比較喜歡怎樣的互動方式？為什麼？</p> <p>(3) 你和同學互動的過程順利嗎？</p> <p>2. 想一想，目前你最想解決的人際互動問題有哪些？為什麼會產生這些問題呢？</p> <p>3. 請試著站在雙方的立場，考量雙方的想法後，提出解決的策略並執行。</p>	<p>1. 角色扮演</p> <p>2. 活動參與</p> <p>3. 討論發表</p> <p>4. 自我省思</p> <p>5. 態度評量</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E4 認識自己的特質與興趣。</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>

					<p>4. 兒童以角色扮演的 方法呈現解決的策 略。</p> <p>5. 教師小結：你也可 能和同學相處融洽， 沒有人際互動的問 題，請善用你的互動 技巧，協助其他同學 解決相關問題吧！</p> <p>6. 教師請兒童根據生 活經驗，提出與同 學、團體或家人相處 時，需要解決的人際 問題。教師提問：除 了學校之外，你還發 生在學校之外，你還 曾經在學校之外，你 還發生過嗎？透過下 面的角色扮演，分享 你的處理方法，也 聽聽同學的建議。</p> <p>7. 引導兒童根據個人 特質與經驗，分享對 這些問題的看法與做 法。</p> <p>8. 教師請各組針對問 題討論原因，模擬人 際問題的解決策略， 體驗解決人際互動的 過程與感受。</p> <p>9. 教師引導兒童將人 際相處的情形，擴展 到家庭和個人，教師 和家人的相處也是一 個重要的環節，人際 互動中，當你和家人 想產生問題時，你 的互動策略是什麼？ 能分享一下嗎？請和 同學討論。</p>	
--	--	--	--	--	---	--

						<p>10. 引導兒童在各組的角色扮演之後，盡量提出各種解決策略。</p>		
<p>第八週</p>	<p>互動有妙招</p>	<p>3</p>	<p>2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。</p>	<p>Ba-II-1 自我表達的適切性。 Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。</p>	<p>1. 分享解決人際互動問題的經驗。 2. 檢討人際互動策略失敗的原因。 3. 透過省思、修正、再執行的循環解決人際互動的問題。</p>	<p>【活動3】互動有妙招</p> <p>1. 教師分享自己解決人際互動問題的經驗。</p> <p>2. 教師依據兒童在活動2執行的成果，提出最想解決的人際互動問題，請兒童利用「改善人際互動問題紀錄表」將你解決問題的經過記錄下來。</p> <p>3. 教師發下每人一張「改善人際互動問題紀錄表」學習單（詳見教師手冊第57頁），請兒童利用實踐日誌的方式，將進行解決策略的過程和畫記錄下來並分享。</p> <p>4. 教師請兒童分享準備實施解決策略時的感受，以及自己做了哪些準備。</p> <p>5. 教師請同學分享自己的感受，以及對對方的反應。</p> <p>6. 教師提問：如果你改善人際互動的策略失敗了，你會怎麼辦？</p>	<p>1. 討論發表 2. 實作評量 3. 態度評量 4. 自我省思</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯E4 認識自己的特質與興趣。 涯E7 培養良好的人際互動能力。</p>

						<p>(1)請沒達成目標的兒童，說一說實踐的過程。</p> <p>(2)請各小組透過討論，找出失敗的可能原因，並提出改善方案。</p> <p>7.教師引導兒童參考同學提供的建議，轉化成自己適合進行的實踐方法，並進行演練。</p> <p>8.請兒童再次執行修正過的方法，以解決人際互動的問題。</p> <p>9.教師引導兒童透過討論，統整出解決人際互動問題的過程，包括：事件或問題、分析原因、提出策略、執行行動、檢討修正。</p> <p>10.可以邀請同學或家人集思廣益，整理出解決人際相處問題的步驟，探索執行策略失敗的原因，尋找更適合的做法後，再嘗試繼續執行。</p> <p>11.處理人際相處的問題時，必須根據對方的個性以及當時的情況，彈性選擇適當的做法呵！</p>		
第九週	美食無國界	3	3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞	Cc-III-1 不同族群的優勢與	1. 分享嘗試各族群特色飲食的感受。	<p>【活動 1】美食無國界</p> <p>1. 教師展示各地區的美食圖片，或播放各</p>	<p>1. 口頭發表</p> <p>2. 活動參與</p>	<p>【國際教育】</p> <p>國 E1 了解我</p>

		<p>多元文化。</p>	<p>困境。 Cc-III-2 與不同族群相處的態度和禮儀。 Cc-III-3 生活在不同文化中的經驗和感受。 Cc-III-4 對不同族群的尊重、欣賞與關懷。</p>	<p>2. 發現各民族文化間的關係。 3. 接納不同族群的特色飲食文化。</p>	<p>地的美食節、美食博覽會等影片。 2. 兒童展示自己或地區的美食活動，引導兒童分享不同的料理。 3. 教師請兒童課前查詢各地區、何種飲食特色與文化特色。請兒童分享你或你認識的人的飲食特色，並請他們介紹這道料理的文化背景！聽了介紹後，你曾接受過幾種外國食物嗎？</p>	<p>3. 態度評量 4. 討論發表</p>	<p>國與世界其他國家的文化特質。 【多元文化教育】 多 E3 認識不同的文化概念，如族群、階級、性別、宗教等。</p>
--	--	--------------	--	--	---	----------------------------	--

					<p>例如：皮蛋、臭豆腐、豬血糕等。</p> <p>6. 教師請兒童分享：新聞報導有這些外國人無法接受下列幾種臺灣食物，你有什么看台看呢？</p> <p>7. 教師請兒童想一想：當別人喜歡你難你以接受的食物時，你有什么感受？</p> <p>8. 教師介紹一些特殊的食物，例如：鴨仔蛋、榴槤、生魚片、拜拜的供品等。</p> <p>9. 教師提問：你對下面這些食物有什么看法？你了解他們的文文化背景嗎？如果有機會品嚐，你會試試看嗎？為什麼？</p>			
第十週	文化你我他	3	<p>3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞多元文化。</p>	<p>Cc-III-1 不同族群的優勢與困境。</p> <p>Cc-III-2 與不同族群相處的態度和禮儀。</p> <p>Cc-III-3 生活在不同的文化中的經驗和</p>	<p>1. 理解不同族群的文化特色與習俗。</p> <p>2. 探索不同族群文化習俗的差異。</p> <p>3. 尊重與包容各族群的文化特色。</p>	<p>【活動 2】文化你我他</p> <p>1. 教師播放各地文化活動影片，例如：客家文化節、阿美族豐年祭等，請兒童思考各地辦理活動的過程與影響，引導兒童看見不同族群文化的特色，進而引發文化的討論。</p> <p>2. 兒童展示自己和家人曾參與的照片或影片，教師請兒童分享：你曾和哪些地區或族群的人一起參加過這些文化活動呢？</p>	<p>1. 口頭發表</p> <p>2. 活動參與</p> <p>3. 態度評量</p> <p>4. 討論發表</p>	<p>【國際教育】</p> <p>國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 E3 認識不同的文化概念，如族群、階級、性別、宗教等。</p>

				<p>感受。 Cc-III-4 對不同族群 的尊重、欣 賞與關懷。</p>		<p>活動帶給你什麼感 受？</p> <p>3. 教師鼓勵兒童和家 人多參加不同族群的 文化活動，可以的了 解並欣賞不同族群的 文化內涵。</p> <p>4. 教師張貼各地區特 殊的飲食、服飾、住 屋等圖片或播放相關 影片，讓兒童比較其 異同，再請兒童分組 討論：你還知道哪些 特殊的習俗或文化？ 對這些習俗或文化你 有什麼看法？</p> <p>5. 聽完同學的分享 後，你有的哪些想體 驗看看的習俗或文化 呢？</p>		
第十一週	文化你我他	3	<p>3c-III-1 尊 重與關懷不 同的族群， 理解並欣賞 多元文化。</p>	<p>Cc-III-1 不同族群 的優勢與 困境。 Cc-III-2 與不同族 群相處的 態度和禮 儀。 Cc-III-3 生活在不 同文化中的 經驗和 感受。</p>	<p>1. 理解不同 族群的文化 特色與習 俗。 2. 探索不同 族群文化的 特色與習 俗的差異。 3. 尊重與包 容各民族的 文化特色。</p>	<p>【活動2】文化你我 他</p> <p>1. 教師請兒童回想聽 過的習俗，並和同學 討論：在生活的週遭 面對各種不同的風 俗習慣或文化，你 能接納哪些呢？為 什麼難以接納呢？</p> <p>2. 你會如何面對各 區與族群的生活文 化需求？對於不同 族群，你如何對待 他們？</p> <p>3. 看到這些地區或 族群的文化或風俗 習</p>	<p>1. 口頭發表 2. 活動參與 3. 態度評 量 4. 討論發表</p>	<p>【國際教 育】 國 E1 了解我 國與世界其 他國家的文 化特質。 【多元文化 教育】 多 E3 認識不 同的文化概 念，如族 群、階級、 性別、宗教 等。</p>

				Cc-III-4 對不同族群 的尊重、欣 賞與關懷。		<p>慣，你會怎麼想或怎 麼做呢？</p> <p>4. 在日常生活中，試 著用不同的角度看 待不同族群的生活 和文不化，你會看 到更寬闊的世界 呵！</p> <p>5. 教師請兒童分組 討論：臺灣有許多 不同的族群，包括 原住民、新移民、 客家鄉親等，我 們要如何認識並 接納他們的風俗 習慣和文化活動？ 如何對他們付出 關懷與協助？</p> <p>6. 教師鼓勵兒童： 利用假日和家人 拜訪原鄉，或是 參加不同族群的 文化活動，培養 以尊重的態度看 待不同族群的文 化。</p>		
第十二週	讓愛傳出去	3	3c-III-1 尊 重與關懷不 同的族群， 理解並欣賞 多元文化。	<p>Cc-III-1 不同族群 的優勢與 困境。</p> <p>Cc-III-2 與不同族 群相處的 態度和禮 儀。</p> <p>Cc-III-3 生活在不 同文化 中的經驗 和</p>	<p>1. 體會不同 族群的心情， 對他們感同 身受。</p> <p>2. 探索生活 所需的族 群。</p> <p>3. 規畫並執 行關懷族 群行動。</p> <p>4. 持續關懷 與服務各 種族群， 培養尊重 與包容</p>	<p>【活動3】讓愛傳 出去</p> <p>1. 教師請兒童 展示自己與家 人一起參加的 活動照片，或 影片，請兒童 分享：你曾經 參加過哪些活 動？這些活動 帶給你的感受 是什麼？</p> <p>2. 教師引導兒 童分組透過對 話、討論、分 析、分享活動 後的感受，從 中認識了不同 族群的困境， 學習同關懷與 尊重不同族 群。</p>	<p>1. 口頭發表 表</p> <p>2. 活動參與 表</p> <p>3. 態度評 量</p> <p>4. 討論發表 表</p>	<p>【國際教 育】 國 E1 了解我 國與世界其 他國家的文 化特質。 【多元文化 教育】 多 E3 認識不 同的文化概 念，如族 群、階級、 性別、宗教 等。</p>

				<p>感受。 Cc-III-4 對不同族群的尊重、欣賞與關懷。</p>	<p>不同族群的思維和態度。</p>	<p>3. 教師說明政府的協助扶、就伊、基金會、陽光社會福利基金會、心路社會福利基金會、喜憨兒社會福利基金會、羅慧夫基金會、顏基金會等社福機構，請各會與協助，接著蒐集社會上的關懷不同族群的資料並分享。</p> <p>4. 教師請兒童思考：你知道社會上對不同族群的關懷與協助的措施嗎？他們為什麼要做這些事呢？</p> <p>5. 在生活周遭你還有哪些想關懷或了解的族群呢？對於他們你有什么想法呢？</p>		
第十三週	讓愛傳出去	3	<p>3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞多元文化。</p>	<p>Cc-III-1 不同族群的優勢與困境。 Cc-III-2 與不同族群相處的態度和禮儀。 Cc-III-3 生活在不同</p>	<p>1. 體會不同族群的心情，對他們。 2. 探索生活週遭的族群。 3. 規畫並執行關懷族群行動。 4. 持續關懷</p>	<p>【活動3】讓愛傳出去</p> <p>1. 教師請兒童分組討論：你會如何利用課餘時間來了解各個族群呢？利用課餘時間分組規畫，再執行服務關懷活動吧！</p> <p>2. 請兒童利用課餘時間完成族群關懷行動。</p>	<p>1. 口頭發表 2. 活動參與 3. 態度評量 4. 討論發表</p>	<p>【國際教育】 國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。 【多元文化教育】 多 E3 認識不同的文化概念，如族</p>

				<p>同文化中的經驗和感受。 Cc-III-4 對不同族群的尊重、欣賞與關懷。</p>	<p>與服務各種族群，培養尊重與包容的態度和思維。</p>	<p>3. 各組分享參加服務活動後的發現？ 4. 教師結語：針對不同族群的需要，付出不出的關懷與協助，我們才能給予真正的幫助。 5. 教師說明族群的關懷與協助活動應持續進行，並引導兒童思考想進行會看，如果要持續進行服務關懷活動，你怎麼做呢？ 6. 教師總結：在一個進步的社會中，各個族群都應該要受到大家的關懷與協助，我們要包容、接納彼此的差異，並持續的關懷他人呵！</p>		<p>群、階級、性別、宗教等。</p>
第十四週	大自然受傷了	3	<p>3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。</p>	<p>Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 Cd-III-3 生態資源與環境的保護行動的</p>	<p>1. 覺察生活的環境，發現環境目前問題。 2. 了解環境對生活造成的影響。 3. 繪製環境變化的原因。 4. 探究個人能為生活環境的改善而</p>	<p>【活動1】大自然受傷了 1. 透過真實的新聞事件引發兒童討論，例如：林肯大郡的不當開發，造成山坡滑落、居民傷亡。 2. 教師請兒童思考：地球環境的變化是自然的演變，還是人類所導致的？類經年累月的過度開發與利用，導致環境的變化，並導致許多環境異常的</p>	<p>1. 口頭發表 2. 態度評量 3. 學習紀錄 4. 討論發表</p>	<p>【環境教育】 環 E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。 環 E15 覺知能源過度利用導致環境污染與資源耗竭的問題。</p>

				執行。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	做的努力。	料，帶來班上和同學分享並討論。 3. 教師說明查詢資料的管道，例如：新聞、報導、雜誌、網路、報書籍、電影、政府機構、民間環保團體等。 4. 教師請各組上台報告討論的結果，並於其各組報告之後，請其內容提出問題，再請報告的兒童進行說明，或由教師補充說明。 5. 教師提醒：各組報告後，將整理好的資料張貼在教室中，提供同學課餘時間詳細閱覽。		
第十五週	大自然受傷了	3	3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。	Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。	1. 觀察生活的環境週遭，發現環境的改變目前問題。 2. 了解環境對異常變化造成的影響。 3. 繪製心智圖分析環境變化的原因。 4. 探究個人能為生活環境的改善而做的努力。	【活動1】大自然受傷了 1. 這些地球上的變異對我們的生活会造成什麼影響？請和同學一起思考。 2. 教師引導兒童討論環境異常現象的成因及環境因素、策略等內容。 3. 教師引導兒童分組合作，討論環境和異常略的原因、影響和過程，將思考、學習與分析材料進行。	1. 口頭發表 2. 態度評量 3. 學習紀錄 4. 討論發表	【環境教育】 環 E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。 環 E15 覺知能源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。

Cd-III-4
珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。

4. 各組展示心智圖作品並說明。

5. 教師引導兒童思考：

(1) 在蒐集環境異常變化的過程中，有哪些新發現？

(2) 當你了解全球環境異常變化的因素之後，你有什麼想法？

(3) 我們要如何珍惜美好的自然環境？受到破壞的環境可以如何改善呢？

6. 教師統整歸納並提問：經過前面深入的分析與探討，可以發現大自然是一個生態圈，所有物種的生存都息息相關，想一想，你能為自己生存的環境做哪些努力的呢？請提出具體的做法。

(1) 教師可根據兒童所提出的建議和做法，適時加入無痕山林的七大守則、節能減碳、不過度捕撈海洋資源和減少各種污染等環保概念。

(2) 教師可延伸環保概念，請兒童分辨在減緩地球環境惡化的做法中，哪些是我們在生活中可以進行或改善的？哪些是需要政府的機關支持或主導的？

						7. 教師統整兒童的想法，作為活動 2 執行環保計畫的準備。		
第十六週	綠色生活達人	3	3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源。 Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	1. 認識並嘗試社會所推動的環保節能行動。 2. 落實環保觀念，提出減緩地球環境惡化的具體做法。 3. 規畫綠色生活行動，在家庭和學校執行。 4. 修正綠色生活行動計畫，持續實踐環境保護行動。	1. 認識並嘗試社會所推動的環保節能行動。 2. 落實環保觀念，提出減緩地球環境惡化的具體做法。 3. 規畫綠色生活行動，在家庭和學校執行。 4. 修正綠色生活行動計畫，持續實踐環境保護行動。	【活動 2】綠色生活達人 1. 教師請兒童分享調查結果，說出社會推動的環保活動。分享的方向為： (1) 你利用哪些方法蒐集到這些活動資料？ (2) 目前有哪些機關團體，在環保節能方面付出實際的行動？ (3) 這些機關團體為了保護生活環境，推行哪些活動和措施？ 2. 你還找到哪些資料，可以當作環保行動的參考呢？ 3. 教師補充說明，除了進行節能減碳行動關外，也可以配合機關團體所舉辦的活動，一起保護地球環境。 4. 教師鼓勵兒童，邀請家人共同參與各團體舉辦的環保節能活動，一起保護地球環境，並記錄參加的過程和收穫，到班上和同學分享。 5. 教師請兒童在課餘時間，和家人統計食、衣、住、行、育、樂等行為所使用能源，進行排碳數	1. 態度評量表 2. 口頭發表 3. 活動參與 4. 討論發表	【環境教育】 環 E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。 環 E15 覺知能源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。

					<p>據的計算，了解自己生活中所產生的碳足跡。</p> <p>6. 教師可查詢「清淨家園」，引導兒童從自己採用的交通方式，填寫碳足跡試算表和全班進行討論分享。</p> <p>7. 教師可參考「新北低碳生活網」，引導兒童填寫食物排碳量的統計表，檢視自己的飲食習慣是否達到低碳的目標，和全班討論分享。</p> <p>8. 教師可利用「教育部校園節能減碳資訊平臺」，引導兒童在家中，例如：電視、風扇、日光燈與吹風機等，逐一檢視排碳量。</p> <p>9. 教師在碳足跡計算活動中，請排碳量較低的兒童分享自己和家人有效的減碳方法。</p>			
第十七週	綠色生活達人	3	3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。	Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。 Cd-III-2	<p>1. 認識並嘗試社會團體所推動的保節能行動。</p> <p>2. 落實環保觀念，提出</p>	【活動2】綠色生活達人 1. 請兒童根據自己、家庭和學校的狀況，設計個人版、學校版和學校版的「綠色生活行動項目」：聽了	<p>1. 態度評量</p> <p>2. 口頭發表</p> <p>3. 活動參與</p>	【環境教育】 環 E6 覺知人類過度的物質需求會對

						你產生了很好的影響，也可以把這些行動推薦給周遭的人，大家一起做環保呵！		
第十八週	颱風地震應變通	3	<p>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。</p> <p>Ca-III-1 環境潛藏的危機。</p> <p>Ca-III-2 辨識環境潛藏危機的方法。</p> <p>Ca-III-3 化解危機的資源或策略。</p>	<p>1. 了解不同的居住地區和環境，防有和颱風準備所不同。</p> <p>2. 規畫適合自己的防颱檢查表。</p> <p>3. 了解在不同的環境中，應有相同的防震防颱。</p> <p>4. 面對颱風和地震時做好準備並尋求可運用的資源。</p> <p>5. 演練遇到災害時的應變與逃生技巧，思考防止災害擴大的做法。</p>	<p>【活動1】颱風地震應變通</p> <p>1. 教師展示颱風來襲時的照片或播放相關影片，說明颱風可能帶來的災害。</p> <p>2. 教師引導兒童思考：想想看，颱風來襲前，居住在不同地區的人，事前應有的防颱準備措施有哪些不同？</p> <p>3. 兒童報告的內容若不適切，教師可以立即釐清更正，並帶領全班討論。</p> <p>4. 了解居住在不同的地區有不同的防颱準備措施後，請規畫一份屬於你家的「防颱措施檢查表」。</p> <p>5. 教師引導兒童根據自己居住的地區，規畫適合自己居住區域的「防颱檢查表」。</p> <p>6. 教師可引導兒童思考其他地區的防颱方法，例如：如果居住在鄉下或海邊，應該在還需要檢核哪些項目呢？</p> <p>7. 當颱風來襲時，有哪些資源可以運用？</p>	<p>1. 態度評量</p> <p>2. 口頭發表</p> <p>3. 蒐集整理</p> <p>4. 操作演練</p> <p>5. 討論發表</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E11 認識台灣曾經發生的重大災害。</p> <p>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。</p>	

						<p>有哪些應變的策略呢？</p> <p>8. 教師說明並提問：颱風過境後，若輕忽颱風對環境造成的影響，也容易導致不必要的意外發生。你知道颱風過後，需要處理哪些災後事項嗎？</p> <p>9. 教師請兒童參考學生手冊第 69 頁範例，反思颱風過後實踐的情況：你做到了哪些災後處理？還需要改善什麼？請完成「颱風災後處理紀錄表」。</p>		
第十九週	颱風地震應變通	3	<p>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。</p> <p>Ca-III-1 環境潛藏的危機。</p> <p>Ca-III-2 辨識環境潛藏危機的方法。</p> <p>Ca-III-3 化解危機的資源或策略。</p>	<p>1. 了解不同的居住地區和環境，防有颱風所不同。</p> <p>2. 規畫適合自己的防颱檢查表。</p> <p>3. 了解在不同的環境中，應有相同的防颱應。</p> <p>4. 面對颱風和地震時，和同學一起準備可運用的資源。</p> <p>5. 演練遇到災害時的應變與逃生技</p>	<p>【活動 1】颱風地震應變通</p> <p>1. 教師展示不同場景的照片，例如：室內、車上、室外、郊外、公共場所等，引導兒童思考：臺灣因為地理位置的關係，常常發生地震。說說在相同的場所遇到變呢？</p> <p>2. 為了減少地震帶來的災害，平時可以做哪些防震準備呢？和同學一起蒐集資料，看看有哪些預防的做法和資源。</p> <p>3. 教師可視兒童的回答加以釐清與補充。</p>	<p>1. 態度評量表</p> <p>2. 口頭發表</p> <p>3. 蒐集整理</p> <p>4. 操作演練</p> <p>5. 討論發表</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E11 認識台灣曾經發生的重大災害。</p> <p>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。</p>	

					巧，思考防止災害擴大的做法。	<p>4. 地震的來臨雖然無預先期，但事先做好應變策略，將有效降低災害。</p> <p>5. 教師引兒童依據不練同的地點，實際演全地震的應變方法。各班籤決定演練的主題，分別為：在教室裡遇到地震時、在室外遇到地震時。5分鐘後分組討論。</p> <p>6. 想一想，地震過後，該加強注意哪些事情，以防止地震災害擴大呢？和同學討論並分享。</p> <p>7. 教師統整後引導兒童思考：在日常生活還能做到哪些防震準備，才能在地震發生時保護自己呢？</p> <p>8. 教師依據兒童的回答，帶領全班釐清觀念。</p>		
第二十週	火災意外慎因應	3	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。	Ca-III-1 環境潛藏的危機。 Ca-III-2 辨識環境潛藏危機的方法。 Ca-III-3	<p>1. 檢核居家防火安全事項。</p> <p>2. 掌握火災應變與脫困方法。</p> <p>3. 演練遇到火災時的應變與逃生步驟。</p>	<p>【活動2】火災意外慎因應</p> <p>1. 地震發生時，若家中沒有發聲時，關閉瓦斯或瓦斯開關，可能引發火災。想一想，居家防火安全要注意哪些事項呢？</p> <p>2. 教師展示家庭簡易防平面圖，說明居家防</p>	<p>1. 態度評量</p> <p>2. 活動參與</p> <p>3. 蒐集整理</p> <p>4. 口頭發表</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E11 認識台灣曾經發生的重大災害。</p> <p>環 E12 養成對災害的警</p>

			<p>化解危機的資源或策略。</p>	<p>4. 了解避免中和和一氧化碳的緊急處理方法。</p> <p>5. 了解瓦斯漏氣的處理要點。</p>	<p>火診斷，可自檢我 視居家環了家進 中火災險，子，以 而採取改善措的，發 生。引導住宅火班分 集資料並討論。資 3. 教師接著提問：如有？並 果不幸遇到火災，呢？並 哪些應變的做方法，並 和同學蒐集資料，並 歸納整理。</p> <p>4. 教師引導兒童上網 蒐集相關資料，並鼓 勵主動發表看法。</p> <p>5. 教師引導兒童思 考：想想看，無法順 利跑出房子，逃生時， 還可以利用哪些方法 脫困呢？</p> <p>6. 了解火災應變策略 與可運用的資源後， 試著找出居家的逃生 避難步驟並演練。</p> <p>7. 教師帶領全班分成 兩組，分別為演練組 和回饋組，依序演練 操作。一開始先描述 火災發生時的情景， 接著保留5分鐘供後 演練組討論，時間到 後開始進行演練。</p> <p>8. 教師說明，演練組 演練後可再思考與檢 視修正。</p> <p>9. 此外，回饋組可思 考並提供意見回饋， 使其演練操作更熟 練。完成之後，兩組</p>	<p>5. 操作演練</p> <p>6. 討論發表</p>	<p>覺心及敏感 度，對基本 有了解，並 能避免災害 的發生。</p>
--	--	--	--------------------	--	---	-------------------------------	---

						<p>角色對調再進行一次。</p> <p>10. 想一想，還有哪此些防火安全，需要加強？請提出來和大家一同討論並修正。</p> <p>11. 教師強調，面對火災時宜冷靜處理、善用逃生資源，可有效降低其他傷害的發生。</p>		
第二十一週	火災意外慎因應	3	<p>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。</p> <p>Ca-III-1 環境潛藏的危機。</p> <p>Ca-III-2 辨識環境潛藏危機的方法。</p> <p>Ca-III-3 化解危機的資源或策略。</p>	<p>1. 檢核居家防火安全事項。</p> <p>2. 掌握火災應變與脫困方法。</p> <p>3. 演練遇到火災時的應變與逃生步驟。</p> <p>4. 了解避免一氧化碳中毒的緊急處理方法。</p> <p>5. 了解瓦斯漏氣的處理要點。</p>	<p>【活動2】火災意外慎因應</p> <p>1. 教師說明：火災發生時，常會釋放出各種有毒氣體，其中一氧化碳氣味最無以至於意外事故頻傳。如何有效防範呢？</p> <p>2. 教師提問：如果發現家人或朋友突然頭昏、噁心、嘔吐、嗜睡、中毒等症狀，該如何緊急處理呢？請實際演練。</p> <p>3. 全班分組，教師依據各組討論的結果，適時釐清觀念，參考學生手冊第79頁的演練步驟，指導各組依序演練。</p>	<p>1. 態度評量</p> <p>2. 活動參與</p> <p>3. 蒐集整理</p> <p>4. 口頭發表</p> <p>5. 操作演練</p> <p>6. 討論發表</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E11 認識台灣曾經發生的重大災害。</p> <p>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。</p>	

						<p>4. 教師提醒：碰到意外時要保持鎮定，才能有效的處理呵！</p> <p>5. 教師說明：使用瓦斯時操作不當，造成瓦斯漏氣，也會引發火災或氣爆。如何檢查瓦斯是否漏氣呢？如果發現瓦斯漏氣，該怎麼辦呢？</p> <p>6. 教師提問：經過學習後，你的危機應變能力是不是進步了呢？</p> <p>8. 教師總結：我們對於周遭環境要隨時保持警戒心、小心提防，記得善用各種資源或策略，讓你的生活更安全呵！</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

備註：

1. 總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【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】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
2. 教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

彰化縣公(私)立 鳳霞 國民小學 110 學年度第二學期 五年級 綜合 領域/科目課程 (部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃

符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	五年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節。
課程目標	1. 覺察個人在團體中的角色和表現；認識各種角色在團體中的意義與價值；了解個人與他人在團體中角色的異同；適當扮演個人在團體中的角色。 2. 覺察個人面對的壓力來源；發現個人在面對壓力時的生理反應與心理狀態；發現個人面對壓力來源的想法與感受；解讀壓力來源及其與情緒間的關係。 3. 了解戶外活動的意義與價值；能分工合作，規畫並舉辦戶外活動；體會戶外活動的樂趣；產生尊重自然與人文環境的情懷。 4. 發現並尊重不同性別的特質差異；調整與不同性別者的互動方式；以合宜的態度和行為對待不同性別者。 5. 發現每個人擁有不同的特質和優點；以真誠且適當的方式欣賞他人；接納他人不同的特質與意見，並在生活中實踐。				
領域核心素養	綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。 綜-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。 綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。				

重大議題融入

【生涯規劃教育】
 涯E6覺察個人的優勢能力。
 涯E7培養良好的人際互動能力。
 涯E9認識不同類型工作/教育環境。
 涯E11培養規劃與運用時間的能力。
 涯E12學習解決問題與做決定的能力。
 【性別平等教育】
 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。

課程架構

教學進度 (週次/日期)	教學單元名稱	節數	學習重點		學習目標	學習活動	評量方式	融入議題 內容重點
			學習表現	學習內容				
第一週	單元一 快樂做自己 活動1 角色大探索	3	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。	Bb-III-1 團體中的角色探索。 Bb-III-2 團隊運作問題與解決。 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 分享寒假期間參與各項團體活動的經驗和感受。 2. 透過訪談活動，了解個人在團體中的角色與表現。 3. 省思個人在團體中的表現，接納個人與他人對角色見解的異同。	【活動1】角色大探索 1. 教師引導兒童分組討論並思考：寒假期間你參與哪些活動？做了哪些事呢？請分享你參與的活動和心得。 2. 教師利用提問引導兒童分享的內容： (1)哪些人和你一起參與活動？ (2)活動後，你的心情如何？ (3)有哪些令你印象深刻的時候？ 3. 教師請兒童先在	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 訪談紀錄	【生涯規劃教育】 涯E6覺察個人的優勢能力。 涯E9認識不同類型工作/教育環境。

組內分享，再請各組推薦同學上臺分享。

4. 教師提問：想一想，在不同的環境中，你扮演的角色有哪些不同呢？

5. 教師統整：參與團體活動時，我們會因為活動性質和自己扮演的角色，而有不同的展現。

6. 教師引導兒童思考：在學校、家庭和社團中，你分別扮演怎樣的角色呢？

7. 教師發下「角色紀錄表」學習單

（詳見教師手冊第22頁），並利用學生手冊第8~9頁範例說明：

(1)先寫上自己在學校、家庭或社團中的角色。

(2)訪問學校、家庭與社團中的親友和師長，請他們寫下對你在團體中的表

						現的看法。 (3)下次上課時，再和同學一起填寫學習單的「自我省思」欄位。 8.教師請兒童利用「角色紀錄表」學習單進行訪問：請記錄你在不同團體中扮演的角色，並訪問別人對你的看法，了解自己的表現吧！		
第二週	單元一 快樂做自己 活動1 角色大探索	3	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。	Bb-III-1 團體中的角色探索。 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 分享寒假期間參與各項團體活動的經驗和感受。 2. 透過訪談活動，了解個人在團體中的角色與表現。 3. 省思個人在團體中的表現，接納個人與他人對角色見解的異同。	【活動1】角色大探索 1. 兒童進行訪問後，教師引導兒童省思並填寫學習單下方的「自我省思」欄位： (1)別人的看法與我認識的自己有哪些相同之處？ (2)別人的看法與我認識的自己有哪些不同之處？ (3)造成這些不同之處的可能原因有哪些？ 2. 教師引導兒童發表「角色紀錄表」學習單：想一想，	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 訪談紀錄	【生涯規劃教育】 涯 E6 覺察個人的優勢能力。 涯 E9 認識不同類型工作/教育環境。

						<p>在不同環境的不同團體中，你是否適當的扮演自己的角色？別人眼中的你適任嗎？與你了解的自己有什麼不同？</p> <p>3. 教師引導兒童反思：發覺他人對自己的看法後，你有什麼感受？</p> <p>4. 教師總結：從他人的看法中，你可以更了解自己呵！平時可適時的請他人提供你意見，並虛心接納和檢討呵！</p>		
第三週	<p>單元一 快樂做自己</p> <p>活動 2 調整與嘗試</p>	3	<p>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。</p>	<p>Bb-III-1 團體中的角色探索。</p> <p>Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。</p> <p>Bb-III-3 團隊合作的技巧。</p>	<p>1. 觀察周遭他人的角色，了解角色之間互相影響的關係。</p> <p>2. 從他人扮演角色時的表現，反思個人在團體中需要學習或調整之處。</p> <p>3. 分析團體中的角色，</p>	<p>【活動 2】調整與嘗試</p> <p>1. 教師說明：觀察團體中的夥伴或長輩，想一想，他們扮演的角色是什麼？他們的角色和你的角色有什麼關係呢？</p> <p>2. 兒童實際觀察並發表。</p> <p>3. 教師提問：這些夥伴或長輩在團體中有哪些稱職的表</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 態度評量</p> <p>3. 討論發表</p> <p>4. 學習紀錄</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E6 覺察個人的優勢能力。</p> <p>涯 E9 認識不同類型工作/教育環境。</p>

					<p>找出扮演好角色的方法並在生活中實踐。</p>	<p>現？從他們的表現中，你發現哪些值得學習的地方呢？</p> <p>4. 教師發下「角色透視鏡」學習單（詳見教師手冊第30頁），並提問：了解他人對你的看法，並觀察過他人的表現後，你認為自己有扮演好各個角色嗎？如果沒有，你會怎麼調整呢？填寫個人的「角色透視鏡」，再想一想吧！</p> <p>5. 教師引導兒童閱讀學生手冊第14～15頁「角色透視鏡」範例，了解填寫方式：先選擇你在團體中想改進的角色，再根據活動1的「角色紀錄表」，以及你觀察他人扮演角色的心得，來完成「角色透視鏡」。</p> <p>6. 教師引導兒童分組並在組內分享自</p>		
--	--	--	--	--	---------------------------	--	--	--

						<p>己的「角色透視鏡」：和同學分享你的「角色透視鏡」，再想一想，大家所提出的調整策略有什麼共同點呢？</p> <p>7. 教師協助兒童統整扮演好角色的共同點後提問：每種策略和方法都可以嘗試做做看，你想怎麼執行呢？</p> <p>8. 兒童實踐的過程中，教師宜提醒：練習扮演好自己的角色時，有沒有發現哪些改變呢？先記下來，下次上課和同學分享。</p>		
第四週	<p>單元一 快樂做自己</p> <p>活動 3 盡情的展現</p>	3	<p>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。</p>	<p>Bb-III-1 團體中的角色探索。</p> <p>Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。</p> <p>Bb-III-3 團隊合作的技巧。</p>	<p>1. 分享練習適當扮演各種角色的心得。</p> <p>2. 覺察個人表現對於團體成員關係的影響，修正個人表現。</p>	<p>【活動 3】盡情的展現</p> <p>1. 教師提問：經過調整後，在生活中擔任各個角色時，你有什麼不同的感受？你和其他人的關係有哪些改變呢？</p> <p>2. 教師可延伸提問：</p> <p>(1)你擬定的每個調</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 態度評量</p> <p>3. 實作評量</p> <p>4. 學習紀錄</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E6 覺察個人的優勢能力。</p> <p>涯 E9 認識不同類型工作/教育環境。</p>

						<p>整策略都有做到嗎？</p> <p>(2)實踐時，印象最深刻的事情是什麼？團體中的其他人對你的表現有什麼看法呢？</p> <p>(3)當你努力扮演好自己的角色時，你認為你的表現如何影響其他團體成員？對團體有哪些影響呢？</p> <p>3. 教師提問：實踐的過程中，你遇到哪些困難或問題？有哪些需要修正後再行動的部分呢？你會怎麼做？</p> <p>4. 在各種團體活動中，需要不同的角色互相配合、齊心協力，才能共創美好的團體生活。想一想，你還可以做哪些事，為你在團體中的角色加分呢？</p> <p>5. 兒童先在組內分享自己計畫再修正</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>之處，以及為角色再加分的想法，再請組員提供建議。</p> <p>6. 教師請兒童再次行動：想好改進的方式與為角色加分的方法了嗎？請再次實踐並分享你的收穫。</p> <p>7. 教師提問： (1) 再次行動後，你有什麼想法或心得？ (2) 當我們扮演不同的角色時，還可以如何調整自己的心態或行為呢？</p> <p>8. 教師歸納兒童分享的內容，引導兒童體會扮演好角色的重要性，並鼓勵兒童：勇於面對各種角色的挑戰，並持續在生活中調整和修正，相信你能將自己在各個團體中的角色扮演得更好呵！</p>		
第五週	單元二 與壓力共處 活動 1 壓力在哪裡	3	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 Ad-II-2 正向思考的策略。	1. 覺察日常生活中個人的壓力來源。 2. 發現個人	【活動 1】壓力在哪裡 1. 教師請兒童分組進行踩氣球遊戲，接著引發討論：進	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發	【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

				略。	<p>在面對壓力時的生理反應和心理狀態，及其造成的影響。</p> <p>3. 了解壓力產生的過程。</p>	<p>行踩氣球遊戲時，你會覺得緊張或有壓力嗎？為什麼？</p> <p>2. 教師請兒童分享舊經驗：想一想，在生活中，哪些情況曾讓你覺得有壓力呢？</p> <p>3. 教師說明壓力的概念：產生壓力是一種正常的反應，它警惕我們準備採取保護措施，提高我們的應變能力。</p> <p>4. 教師請兒童分組討論：產生這些壓力時，你在身體、行為或情緒上會有怎樣的表現或反應呢？</p> <p>5. 教師引導兒童發現：面對壓力可能產生一種以上的反應，而不同的壓力也可能導致相同的反應呵！</p> <p>6. 教師請兒童思考：你最近心情如何？是否表現出和平常不同的反應？</p>	<p>表</p> <p>4. 口頭發表</p>	
--	--	--	--	----	---	---	-------------------------	--

						<p>這可能是因為壓力而產生的現象呵！請找出你的壓力來源和身體、行為或情緒上的反應。</p> <p>7. 兒童記錄近日壓力來源和表現反應，並可模仿學生手冊第 26 頁將壓力來源與其表現反應連線。</p> <p>8. 教師引導兒童思考：想一想，壓力和反應如何互相影響呢？</p> <p>9. 教師請兒童省思：想一想，這些帶來壓力的事件，會對你造成哪些影響呢？</p>		
第六週	<p>單元二 與壓力共處</p> <p>活動 1 壓力在哪裡</p>	3	<p>1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</p>	<p>Ad-II-1 情緒的辨識與調適。</p> <p>Ad-II-2 正向思考的策略。</p>	<p>1. 覺察日常生活中個人的壓力來源。</p> <p>2. 發現個人在面對壓力時的生理反應和心理狀態，及其造成的影響。</p> <p>3. 了解壓力產生的過</p>	<p>【活動 1】壓力在哪裡</p> <p>1. 教師統整兒童先前在課堂上提到的各種壓力來源，製成壓力來源字卡（例如：生病、和好朋友吵架、被家人罵、因為搬家而轉學、考試成績不理想、心愛的物品遺失、功課太多做</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 態度評量</p> <p>3. 討論發表</p> <p>4. 口頭發表</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p>

					程。	不完、參加比賽等), 張貼字卡於黑板並提問: 想一想, 你認為最難承受的壓力來源是什麼? 為什麼? 2. 兒童先在組內分享自己最難承受的壓力來源, 並說明原因。 3. 統計組內最多人認為最難承受的壓力來源及原因, 並上臺和全班分享。 4. 教師請兒童分享: 以你最難承受的壓力為例, 說說看, 你如何發現壓力的到來? 5. 教師補充說明: 壓力的產生可分為二個部分, 一是造成壓力的原因或事件, 另一是我們對於該事件的情緒、生理與行為反應。前者是當我們處於變動的生活環境, 與個人預期的經驗、想法、態度、		
--	--	--	--	--	----	--	--	--

習慣有很大的差異時，或個人的動機、需要未能滿足；後者則是因為前述原因影響了自主神經與內分泌系統的衡定調節，並引發緊張、激動、煩躁、生病、疲勞等慢性反應的發生。

6. 教師引導兒童統整與反思：生活中可能完全沒有壓力嗎？為什麼？壓力一定會產生不好的影響嗎？

7. 教師總結：壓力源就是會帶來壓力的事物和處境，它是我們遇上真正或自以為具威脅性的事件時，所激發出一種身心不安、緊張、焦慮、苦惱和逼迫的感受狀態。壓力不全然是有害的，適度的壓力可以促進注意力集中、引發正向的情緒、激發潛能和增加成功因應事件的成就感。認識壓力來源和反應，才能進一步面對壓力

第七週	單元二 與壓力共處 活動 2 正向的思考	3	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 Ad-II-2 正向思考的策略。	1. 發現個人面對壓力時的想法。 2. 辨識面對壓力時產生各種想法的合理性。 3. 覺察正向或負向解讀壓力時，情緒與壓力的變化。 4. 能在生活中改變思考與反應，調整面對壓力時的想法與做法。	呵！ 【活動 2】正向的思考 1. 教師利用學生手冊第 30~31 頁的壓力情境，安排兒童分組演練並發表：壓力來臨時，你有哪些想法或感受？通常你會以怎樣的態度面對呢？ 2. 教師提問：想一想，每個人對壓力事件的想法有何不同？為什麼？ 3. 教師引導兒童思考：不同的想法會改變你的情緒和感受嗎？不同的想法可能對事件的結果造成哪些影響呢？ 4. 了解自己和他人對壓力的想法後，你有什麼感受或新發現呢？ 5. 教師說明：壓力源會讓人產生壓力感，每個人的壓力感可能不太一樣。壓力感的大小取決	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。
-----	-------------------------	---	----------------------------	---------------------------------------	--	---	--	----------------------------------

於個人對壓力源的重視程度、對有關事物和處境的管理控制能力，以及對自己的期望。不同程度的壓力感，會引起不同的壓力反應，並在生理、心理、認知、情緒等方面表現出來。

6. 教師說明並提問：壓力和情緒常常伴隨著想法而產生，你覺得下面這些想法合理嗎？為什麼？

(1) 每件事都只有一個正確且完美的解答，沒有任何例外。

(2) 我一定要受到每個人歡迎，這樣才算是個成功的人。

(3) 我很怕交不到朋友，如果有人不跟我玩，就代表他不喜歡我……

7. 教師提問並引導兒童分組透過對話、討論與分析，

						<p>分享自己的想法：你認為產生這些想法時的情緒如何？這些想法和情緒與壓力來源之間有什麼關係呢？</p> <p>8. 教師引導兒童思考：產生不合理的想法時，要怎麼正向思考？如何找出突破困境的方法呢？</p>		
第八週	<p>單元二 與壓力共處</p> <p>活動 2 正向的思考</p>	3	<p>Id-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</p>	<p>Ad-II-1 情緒的辨識與調適。</p> <p>Ad-II-2 正向思考的策略。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 發現個人面對壓力時的想法。 2. 辨識面對壓力時產生各種想法的合理性。 3. 覺察正向或負向解讀壓力時，情緒與壓力的變化。 4. 能在生活中改變思考與反應，調整面對壓力時的想法與做法。 	<p>【活動 2】正向的思考</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問：最近的生活，哪些事件帶給你壓力？分組想一想，你可以如何思考或反應呢？ 2. 兒童分組討論並上臺發表，由教師將各組的發表記錄在黑板上後提問：你認為怎樣的思考方式比較正向和合理？ 3. 教師延伸提問：我們的思考與反應，是引起壓力的關鍵嗎？ 4. 教師說明：請在 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 口頭發表 	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p>

日常生活中用正向的角度思考，並說出你的感受。

5. 請兒童分享利用正向思考來面對壓力後的心得，並分組討論：哪些壓力事件是你比較不擅長面對的呢？請分享你的反應與想法，並和同學討論正向思考與面對事件的做法。

6. 教師請各組上臺發表討論結果並反思：其他組還提供了哪些不錯的正向詮釋和調整做法的建議呢？

7. 教師請兒童思考：在生活中面對壓力時，除了正向思考外，還可以運用哪些方式減輕壓力呢？

8. 教師可視教學情況，適度向兒童介紹輔導專線或單位。

9. 教師說明：有了

						<p>共同討論的「正向迎壓力計畫」和各種減壓方式後，請在生活中實踐。</p> <p>10. 教師引導兒童思考：想一想，調整面對壓力的想法和做法後，你的壓力減輕了嗎？還有哪些可以再加強或改進的地方呢？</p> <p>11. 教師請兒童分享：嘗試正向面對壓力後，你有哪些不一樣的感受或發現呢？在生活中，你還可以持續做哪些事讓自己減輕壓力，並保持好心情呢？</p> <p>12. 教師總結：別忘了在生活中時時注意自己的身心狀態，發現壓力時，要以合理、正向的心態面對，並調整想法和做法呵！</p>		
第九週	單元三 戶外活動 樂趣多 活動 1 活動萬花筒	3	3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。	Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。	1. 分享曾參與過的戶外活動，並以多元方式發	<p>【活動 1】活動萬花筒</p> <p>1. 教師引導兒童思考與發表：回想一</p>	1. 活動參與 2. 態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E11 培養規劃與運用

			<p>Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。</p> <p>Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。</p> <p>Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。</p>	<p>表。</p> <p>2. 描述喜愛的戶外活動，並樂於交流與發現活動的價值與意義。</p>	<p>下，你參與過哪些戶外活動？參與戶外活動時，有哪些難忘的經驗呢？請用你擅長的方式和同學分享。</p> <p>2. 兒童上臺發表。</p> <p>3. 教師提問：同學發表的戶外活動經驗中，你覺得哪個最有趣？哪個最特別？為什麼？</p> <p>4. 教師引導兒童思考：想想看，你喜歡什麼戶外活動？哪些同學喜歡的戶外活動和你相同？你們為什麼喜歡這項戶外活動呢？</p> <p>5. 兒童與同好交流後，教師提問：從別人喜歡的原因中，你有什麼新發現？</p> <p>6. 教師鼓勵兒童踴躍發表。</p> <p>7. 教師帶領兒童回顧與思考：參與各種戶外活動時，有哪些益處呢？</p>	<p>3. 討論發表</p> <p>4. 口頭發表</p>	<p>時間的能力。</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p>
--	--	--	--	---	--	-------------------------------	---

						8. 教師強調：戶外活動能滿足我們的好奇心，對大家的身心發展也有很大的幫助。透過參與戶外活動能拓展視野，還能強健體魄、促進社會人際交往呵！		
第十週	單元三 戶外活動 樂趣多 活動2 旅遊活動 計畫	3	3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。	Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	1. 蒐集資料進行提案，並選出最想參與的戶外活動。 2. 依分配到的角色與任務，做好相關規畫與準備。 3. 喜歡並能勝任負責的工作，從中獲得樂趣與成就感。	【活動2】旅遊活動計畫 1. 教師協助全班分組並請各組討論：你想和班上同學從事哪一項戶外活動呢？請先蒐集資料，了解當地的自然景觀和文化特色，並整理出你推薦這個地點的原因，再向同學提出。 2. 針對兒童推薦的地點進行表決：你喜歡哪一個提議？全班共同選出戶外活動的地點吧！ 3. 針對票選結果，教師帶領兒童思考：決定戶外活動的地點後，應該和同學一起做哪些規畫與準備呢？	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 口頭發表 5. 分工規畫	【生涯規劃教育】 涯 E11 培養規劃與運用時間的能力。 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

					<p>4. 教師引導兒童思考：想一想，這些規畫和準備工作可以怎麼分工呢？你想負責哪些工作呢？</p> <p>5. 教師請各組討論：想一想，每項工作如何才能確實完成？和同學一起討論，分工合作完成準備工作吧！</p> <p>6. 教師引導兒童再次檢視：還有哪些事要規畫並進行呢？</p> <p>7. 教師提醒：準備得如何了呢？如果在執行工作時遇到困難，可以尋求老師、家人或同學的協助呵！</p> <p>8. 教師請各組報告準備成果，完成戶外活動準備工作。</p> <p>9. 教師提問：你在這次活動中負責什麼工作？你喜歡並能勝任這項工作嗎？負責這項工作</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>讓你有哪些感受？請分享籌備活動過程中，你感受到的樂趣和收穫。</p> <p>10. 教師請兒童思考並發表：在這次的戶外活動中，你最想了解什麼？最想觀察什麼？你計畫如何欣賞並觀察自然與文化之美呢？</p> <p>11. 教師統整兒童發表的內容，提醒兒童除了做好小組工作外，也要做好個人的行前準備。</p> <p>12. 教師總結：參與戶外活動前，做好分工與準備，並確實執行，將能獲得參與的樂趣與成就感呵！</p>		
第十一週	<p>單元三 戶外活動 樂趣多 活動3 戶外活動 跨步走</p>	3	<p>3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。</p>	<p>Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。</p> <p>Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。</p>	<p>1. 參與戶外活動時，努力扮演好自己的角色。</p> <p>2. 用心觀察自然生態、探索人文景觀，並勇於</p>	<p>【活動3】戶外活動跨步走</p> <p>1. 教師帶領全班前往戶外活動目的地：讓我們到戶外走一走，欣賞自然美景與文化風情吧！請一邊執行你</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 態度評量</p> <p>3. 討論發表</p> <p>4. 口頭發表</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E11 培養規劃與運用時間的能力。</p> <p>涯 E12 學習解決問題與</p>

				<p>Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。</p> <p>Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。</p>	<p>發表所見所聞。</p> <p>3. 從活動中探索自然的啟命給人的啟示，感受人文景觀的價值與意義。</p>	<p>負責的工作，一邊探索自然的美好。</p> <p>2. 教師可事先走訪戶外活動地點並蒐集資料，參觀時補充相關資訊，或可請活動組再次發表之前準備的景點介紹海報，以加強兒童的認識與了解，並強調參觀時的規定。</p> <p>3. 到目的地後，教師引導兒童觀察與探索：在大自然中你看到什麼？聽到什麼？這些自然景觀帶給你什麼感受呢？</p> <p>4. 教師提問：觀察周遭並想一想，除了大自然的美景之外，這個地區有哪些文化之美？地方文物和當地居民的生活之間有怎樣的關係呢？一起探索並分享你的感受。</p> <p>5. 教師於參訪過程中提醒兒童：行前準備時，你想觀察的生態</p>	<p>5. 實作評量</p>	<p>做決定的能力。</p>
--	--	--	--	---	---	--	----------------	----------------

						或人文景觀現在是否都觀察到了？同學先前報告的特殊景色和觀察重點，你是否都已經仔細感受和體驗了？你確實的將觀察到的收穫記錄下來了嗎？		
第十二週	單元三 戶外活動 樂趣多 活動3 戶外活動 跨步走	3	3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。	Cd-III-1 生態資源及其與環境的相關。 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	1. 參與戶外活動時，努力扮演好自己的角色。 2. 用心觀察自然生態、探索人文景觀，並勇於發表所見所聞。 3. 從活動中探索自然生命給人的啟示，感受人文景觀的價值與意義。	【活動3】戶外活動跨步走 1. 戶外活動結束後，教師提問：從探索自然與走訪人文景觀的過程中，你有什麼發現？有什麼啟示呢？請分享你對這趟旅程的感想與心得。 2. 教師宜引導兒童從觀察與探索中，發覺自然環境與人文景觀的價值、意義與歷史故事，探索自然生命帶給人類的啟示，以及發現當地建築特色、風俗習慣等人與環境的互動，從中體悟人類與自然的關聯性。 3. 教師宜先列出本次參訪的景點或參	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 口頭發表 5. 實作評量	【生涯規劃教育】 涯 E11 培養規劃與運用時間的能力。 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

						<p>觀重點，例如：油桐花、老樹、老車站、古厝、廟宇等，再引導兒童針對不同的項目發表景色與生活文化的關聯，以及自己的發現和體悟。</p> <p>4. 教師鼓勵兒童踴躍發表。</p> <p>5. 教師總結：活動前的準備、活動中的感受與活動後的體悟，你都和同學分享了嗎？這趟旅程你所做的紀錄、得到的啟示或新發現，都是很寶貴的收穫。各地的自然美景和風俗文化都是經年累月才逐漸形成現在的模樣，得來不易，我們要更懂得尊重與珍惜。戶外的世界處處充滿驚奇，有機會再多到戶外體驗，並學習尊重自然與人文景觀吧！</p>		
第十三週	<p>單元四 互動調色盤</p> <p>活動 1 發現他人特質</p>	3	<p>2a-III-1 覺察多元性別的互動方式，並運用同理心增進人際關係。</p>	<p>Ba-III-1 與多元性別者的人際互動與情感表達。</p> <p>Ba-III-2</p>	<p>1. 分享和他人相處的經驗，覺察性別與特質的差異。</p> <p>2. 透過訪問</p>	<p>【活動 1】發現他人特質</p> <p>1. 教師提問： (1) 團體生活中，你喜歡和同學互動嗎？為什麼？</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 態度評量</p> <p>3. 討論發表</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元</p>

				<p>同理心的增進與實踐。 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。</p>	<p>活動，覺察與不同性別和特質的人相處的方式。</p> <p>3. 尊重不同性別和特質的人的態度。</p>	<p>(2)在人際互動的過程中，曾經發生哪些讓你印象深刻的事情呢？</p> <p>2. 教師將事先準備的情境故事捲成籤條，引導兒童分組討論情境故事：</p> <p>(1)請各組派代表抽籤，並大聲念出抽到的故事。</p> <p>(2)教師請兒童思考：聽完同學念的故事後想一想，你碰過類似的情境嗎？當時的詳細狀況如何呢？</p> <p>(3)兒童分享自己的經驗。</p> <p>(4)教師請各組討論並分析情境故事：同學朗讀的情境故事中有哪些人物？他們分別具備哪些特質？請說說你的觀點。</p> <p>(5)教師請各組發表討論結果，並將結果記錄在黑板上。</p> <p>3. 你認為自己有哪</p>	<p>4. 口頭發表</p>	<p>面貌。</p>
--	--	--	--	--	--	--	----------------	------------

						些特質？同學中誰和你具備類似的特質？誰和你具備的特質較不相同呢？ 4. 教師引導兒童省思：班上和你性別相同的人，特質都和你一模一樣嗎？你認為性別和特質之間有什麼關聯？		
第十四週	單元四 互動調色盤 活動 1 發現他人特質	3	2a-III-1 覺察多元性別的互動方式，並運用同理心增進人際關係。 Ba-III-1 與多元性別者的人際互動與情感表達。 Ba-III-2 同理心的增進與實踐。 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。	1. 分享和他人相處的經驗，覺察性別與特質的差異。 2. 透過訪問活動，覺察與不同性別和特質的人相處的方式。 3. 尊重不同性別和特質的人的態度。	【活動 1】發現他人特質 1. 教師提問：你平時如何與不同性別及特質的人相處呢？讓我們化身為小記者訪問同學吧！想一想，訪問時要注意哪些事情？ 2. 教師引導兒童思考並了解訪問活動進行方式：想要訪問同學和不同性別或特質的人相處的情形，應該怎麼做呢？ (1) 訪問前：如何組成訪問小組？如何決定訪問的對象？該選擇訪問哪些	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 口頭發表	【性別平等教育】 性 E1 認識生理性別、性別傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。	

					<p>人？不同性別的人都要訪問嗎？訪問的題目有哪些？要準備哪些訪問器材或裝備呢？</p> <p>(2)訪問時：誰負責提問？誰負責記錄？需要拍照、錄音或錄影嗎？</p> <p>(3)訪問後：訪問的結果如何整理？可以運用哪種方式分享訪問的內容呢？</p> <p>3. 教師引導兒童實際進行訪問：設計好訪問的題目了嗎？開始訪問同學吧！</p> <p>4. 教師說明：實際訪問同學後，請整理並發表你們的訪問結果。</p> <p>5. 各組上臺發表訪問結果。</p> <p>6. 教師引導兒童思考並統整：</p> <p>(1)對於訪問的結果，你有什麼想法呢？</p> <p>(2)了解大家的訪問</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>結果與看法後，想一想，如何和不同性別及特質的人相處比較好呢？為什麼？</p> <p>(3)現在，和不同性別別人相處時，你會如何避免對方產生不舒服的感覺？當對方的行為和你期望的不同時，你會抱持怎樣的態度呢？為什麼？</p> <p>7. 教師總結：在團體生活中，要學習包容不同性別者。</p> <p>8. 教師提醒兒童為下堂課做準備：請留心自己和不同性別的人相處時的態度和行為，並想一想，你們有哪些相處上的問題呢？下次上課和同學分享。</p>		
第十五週	<p>單元四 互動調色盤</p> <p>活動 2 我懂你的心</p>	3	<p>2a-III-1 覺察多元性別的互動方式，並運用同理心增進人際關係。</p>	<p>Ba-III-1 與多元性別者的人際互動與情感表達。</p> <p>Ba-III-2 同理心的增進與實踐。</p>	<p>1. 覺察和不同性別的人相處時不舒服的情形。</p> <p>2. 嘗試解決和不同性別的人相處的問題。</p>	<p>【活動 2】我懂你的心</p> <p>1. 教師發給每人一張 A4 白紙，請兒童將紙張均分成三份，逐一將教師的提問記錄下來：</p> <p>(1)和不同性別的人</p>	<p>1. 活動參與</p> <p>2. 態度評量</p> <p>3. 討論發表</p> <p>4. 實作評量</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E1 認識生理性別、性別傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p>

				<p>Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。</p>	<p>3. 透過省思與修正的過程，調整解決策略並實踐。</p> <p>4. 以積極的態度和不同性別及特質的人相處。</p>	<p>相處時，對方的哪些特質或行為讓你感到不舒服？</p> <p>(2) 你會因為對方的性別而有哪些不同的想法、態度或反應呢？</p> <p>(3) 你採取不同態度或反應的原因是什麼？</p> <p>2. 教師協助兒童分組，並請兒童在組內分享記錄的內容和想法。</p> <p>3. 教師提問：想一想，這些你和不同性別的人相處時遇到的困擾，你可以怎麼解決？</p> <p>4. 教師指導兒童規畫解決方式：請先想一想事情發生的原因，再規畫解決策略，並按照計畫做做看。</p> <p>5. 教師提醒兒童：請先在組內分享你的計畫，請組員給你建議。聽完建議後，可將自己認同</p>	<p>5. 學習紀錄</p>	
--	--	--	--	---------------------------------------	---	---	----------------	--

						並覺得可行的部分 加入到計畫之中。 6. 教師請兒童依照計畫 實際做做看。		
第十六週	單元四 互動調色 盤 活動 2 我懂你的心	3	2a-III-1 覺 察多元性別 的互動方 式，並運用 同理心增進 人際關係。	Ba-III-1 與多元性別 者的人際互 動與情感表 達。 Ba-III-2 同理心的增 進與實踐。 Ba-III-3 正向人際關 係與衝突解 決能力的建 立。	1. 覺察和不同性別的人 相處時不舒服的情形。 2. 嘗試解決和不同性別 的人相處的問題。 3. 透過省思與修正的過 程，調整解決策略並實 踐。 4. 以積極的態度和不同 性別及特質的人相處。	【活動 2】我懂你的心 1. 嘗試解決策略 後，教師引導兒童 省思成果與感受： 解決問題的成果如 何？哪些策略達成 你的期望？哪些策 略還需要再次省思 並修正？ 2. 請各組集思廣 益，協助問題尚未 解決的組員修正解 決策略，並繼續實 踐、改善。 3. 教師鼓勵兒童繼 續實踐：不要害怕 嘗試解決，無論遇 到任何狀況，都可 以和師長或同學討 論呵！ 4. 教師提問： (1) 了解調整的方向 並實際做做看後， 問題解決了嗎？你 有哪些心得呢？	1. 活動參 與 2. 態度評 量 3. 討論發 表 4. 實作評 量 5. 學習紀 錄	【性別平等 教育】 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>(2)實際改善和不同性別的人的相處狀況後，你對不同性別的人有哪些新的看法？</p> <p>(3)以後你會如何積極的與不同性別及特質的人相處呢？</p> <p>5. 教師統整：</p> <p>(1)面對同一件事情，有時可以有不同的處理方式，不妨先冷靜下來想一想，或聽聽其他人的意見，避免因為一時衝動，造成無法控制的結果。</p> <p>(2)不同性別和特質的人，面對同一事件在想法和行動上可能不大相同，但可以藉由相互的交流，了解不同立場的想法，突破個人生活經驗上的限制，進而產生多樣化的問題解決策略。平時可以多和不同性別及特質的人互相交流，找出適合彼此的相處方式呵！</p>		
第十七週	單元五 聽見喝采 與卓見 活動 1 欣賞你我	3	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	Aa-III-1 自己與他人	1. 從與他人相處的經驗	【活動 1】欣賞你我他	1. 活動參與	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良

	他		<p>特質的欣賞及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。</p>	<p>中，發覺他們的優點和特質。 2. 能舉出實例並以真誠的態度欣賞他人的優點和表現。</p>	<p>1. 教師提問：在五年級的學校生活中，你參與了哪些活動？發生過哪些印象深刻的事呢？ 2. 教師可請兒童配合蒐集到的學校各項活動照片和物品來和同學分享。 3. 教師在黑板上記錄兒童提到的各項學校活動，請兒童觀察與發表：從各種活動中，你發現同學有哪些優點？班上誰的表現值得你學習呢？為什麼？ 4. 教師補充說明：仔細觀察周遭的人，每個人身上一定具備其他人沒有的優點呵！ 5. 除了同學之外，在你的生活周遭還有哪些人的表現令你欣賞呢？請和同學分享。 6. 教師可利用以下提問引導兒童分享</p>	<p>2. 態度評量 3. 討論發表 4. 口頭發表 5. 實作評量</p>	<p>好的人際互動能力。</p>
--	---	--	--	---	---	--	------------------

						<p>的方向：</p> <p>(1)你為什麼欣賞這位人物？他的優點或特質是什麼？</p> <p>(2)他平常的生活作息或生活方式如何？</p> <p>(3)他的工作、興趣或專長是什麼？</p> <p>(4)你們平時如何互動？</p> <p>(5)你們曾經一起做過哪些事情？請選擇印象最深刻的事情和同學分享。</p> <p>7.教師引導兒童發表：你見過同學欣賞的對象嗎？請補充你對他的想法和感受。</p>		
第十八週	<p>單元五 聽見喝采與卓見</p> <p>活動1 欣賞你我他</p>	3	<p>1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p> <p>Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。</p> <p>Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。</p>	<p>1.從與他人相處的經驗中，發覺他們的優點和特質。</p> <p>2.能舉出實例並以真誠的態度欣賞他人的優點和表現。</p>	<p>【活動1】欣賞你我他</p> <p>1.教師引導兒童思考：發現他人值得欣賞的表現後，你會如何表達對他們的欣賞之意呢？分享你的計畫，並請同學提供建議。</p> <p>2.教師延伸提問： (1)欣賞他人的具體方式有哪些？你覺</p>	<p>1.活動參與</p> <p>2.態度評量</p> <p>3.討論發表</p> <p>4.口頭發表</p> <p>5.實作評量</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯E7 培養良好的人際互動能力。</p>	

						<p>得哪一種比較好？</p> <p>(2)表達欣賞他人時應該是怎樣的態度？用不同的態度表達時，可能產生的影響是什麼？</p> <p>(3)要怎麼做或怎麼說，才能完整的表達你的欣賞之意呢？</p> <p>(4)你會在什麼時間點向對方表達你很欣賞他呢？</p> <p>(5)還有哪些欣賞他人時該注意的事情呢？</p> <p>3. 教師宜引導兒童先自己構思欣賞他人的方式，再和同學分享，並請同學給予建議或補充，以激發更多元的欣賞方式。</p> <p>4. 教師提問並鼓勵兒童實踐：同學提供的建議你採納了哪些？你決定如何向同學、家人或朋友表達欣賞之意呢？請實際做做</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>看。</p> <p>5. 教師提醒兒童：向對方表達欣賞之意時，請觀察對方的反應，若自己正好也成為被同學欣賞的人，請在收到他人的讚美時，分享自己的感受。</p> <p>6. 教師請兒童發表：對方了解你的欣賞之意後，有哪些反應呢？勇敢表達出你對別人的欣賞後，你有哪些心得？</p> <p>7. 教師總結：每個人都有一樣的個性和特質，請珍愛自己的同學、親友和鄰居。日常生活中，只要發現別人的好表現或值得讚賞的地方，就可以適時讓對方知道呵！</p>		
第十九週	單元五 聽見喝采 與卓見 活動 2 溝通與接納	3	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表	1. 能運用同理心接納不同特質的人，表現合宜的行為。 2. 以實際行動接納他人	【活動 2】溝通與接納 1. 教師請兒童發表：說說看，在學校或家裡的各種活動中，你和其他人曾經發生哪些衝突	1. 活動參與 2. 態度評量 3. 討論發表 4. 規畫紀	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

				現。	合理的想法與意見。	或令人感覺尷尬的小插曲呢？對方的表現是什麼？你當時的感受和反應又是如何呢？ 2. 兒童在組內進行討論與發表。 3. 教師針對兒童提出的衝突和尷尬情境，引導兒童反思：想一想，對方讓你感到不舒服的表現，一定要他改進嗎？ 4. 教師延伸提問：如果你是對方，面對同樣的處境，你會有什麼想法呢？ 5. 如果對方不容易改變，你可以如何看待他的表現？你會怎麼做？ 6. 教師引導兒童實踐和省思：改變想法後，請以不同的相處方式實際和對方互動，說說看，你有什麼感受呢？	錄 5. 實作評量	
第二十週	單元五 聽見喝采 與卓見 活動 2 溝通與接納	3	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞	1. 能運用同理心接納不同特質的	【活動 2】溝通與接納 1. 教師提問：除了	1. 活動參與 2. 態度評	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互

				<p>及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。</p>	<p>人，表現合宜的行為。 2. 以實際行動接納他人合理的想法與意見。</p>	<p>比較不容易改變的特質和表現外，你認為有哪些是同學可以調整，或讓他表現更好的地方呢？ 2. 教師引導兒童反思：想一想，用什麼方式表達自己的意見，對方比較能夠接受呢？給予他人建議時，應該注意哪些事？聽到他人給予的意見時，應該怎麼反應比較合宜呢？ 3. 教師協助兒童分組，每人發下與小組人數相同的便條紙（或小卡片）並說明：請將想給組員的建議寫在便條紙上交給他。 4. 每個人把你收到的便條紙收集起來，整理成一份紀錄。 5. 教師在兒童整理好紀錄後提問：同學告訴你哪些想法</p>	<p>量 3. 討論發表 4. 規畫紀錄 5. 實作評量</p>	<p>動能力。</p>
--	--	--	--	---	---	---	--	-------------

						<p>和建議？看到這些建議時，你有什麼感受？你會怎麼做？</p> <p>6. 教師鼓勵兒童接納他人的想法，從他人的建議中發想改進計畫或行動，記錄自己的感受並調整做法。</p> <p>7. 教師請兒童向組員分享自己的計畫，並請同學給予建議。</p> <p>8. 教師鼓勵兒童依照計畫實踐。</p> <p>9. 教師提問：實際做做看，在生活中調整自己後，你覺得自己和之前有什麼不同呢？</p> <p>10. 教師總結：以開闊的心胸接納別人的意見與想法，並檢視自己的行為，你會成為更棒的人呵！</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

備註：

1. 總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【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】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。