

(一) 五年級上學期之學習目標

1. 探討新環境帶來的生活改變。
2. 分享自己面對新環境的感受與想法。
3. 說出自己適應新環境的策略。
4. 探討自身的策略對適應新環境的成效為何。
5. 能順應環境的需求提出有效的解決策略。
6. 能省思適應策略的合宜性，並願意改變調整。
7. 利用問題解決法來分析問題成因，並提出多元的解決策略。
8. 願意嘗試合宜的適應策略，解決生活中的困境。
9. 利用問題解決策略，並應用在生活中不同的層面。
10. 實踐執行計畫並自我檢核執行的成效。
11. 體驗後，能歸納並統整面對新環境所需要具備的能力及態度。
12. 覺察自己的壓力源。
13. 從體驗活動中思考累積壓力對個體的影響。
14. 分享自己面對壓力時的感受、想法及應對的方式。
15. 從氣球打氣的體驗活動，了解過多壓力對個體的影響。
16. 從多元的抒壓體驗活動中學習抒壓的方法。
17. 找出適合自己的抒壓方式，並避免不合宜的抒壓方式。
18. 透過課本圖例去發現，即使面對相同情境，每個人的想法卻可能不同。
19. 分析正、負面想法對情緒造成的影響。
20. 在演練中釐清自己是屬於抱怨者或是正向思考者。
21. 從名人範例分析，了解正向思考對個人的影響。
22. 完成「正向思考訪問單」，分享正向楷模面對困境的積極態度。
23. 能運用正向思考、問題解決及抒壓等方式，實際運用在生活當中。
24. 學習欣賞他人的優點。
25. 學習表達真誠的方式。
26. 學習對他人表達真誠的讚美或肯定。
27. 學習了解他人的想法。
28. 學習利用溝通、協調與接納完成團體目標。
29. 學習接納他人合理的想法與意見。
30. 能了解自己在團體中的行為表現。
31. 能了解自己在團體分工中所扮演的角色。
32. 能分辨自己與他人角色的異同。
33. 能協助阻礙團體角色，共同為團體目標努力。
34. 能了解自己扮演團體角色的困境。
35. 能了解影響個人在團體中表現的約束力。
36. 能省思自己為團體做的事情。

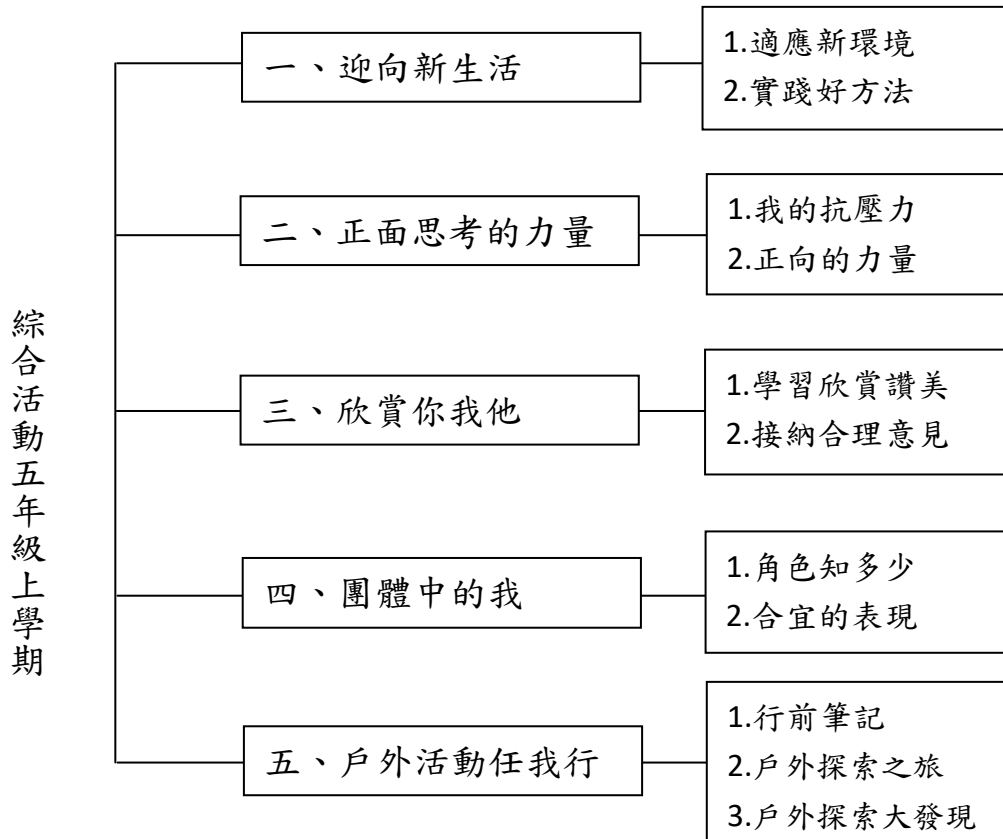
37. 討論戶外活動的類型和特色。
38. 利用各種資源來進行戶外活動的行前準備工作。
39. 學習分工合作來策畫戶外活動。
40. 了解戶外活動中的注意事項。
41. 討論小組分工檢核項目。
42. 準備戶外活動背包個人物品。
43. 探索自然與人文景觀。
44. 檢視戶外探索之旅的發現。
45. 討論並準備戶外探索展的內容。
46. 討論自然與人文景觀的問題及改善方法。
47. 探討和諧的人文與自然環境。
48. 討論尊重自然與人文景觀的做法。

(二) 五年級上學期之綜合活動領域教學計畫表

1.學科領域：綜合活動

2.適用對象：111 學年度上學期五年級學生

3.架構圖：



(三) 五年級上學期九年一貫 綜合活動 課程各單元內涵分析

週次	主題	單元名稱	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
一	一、迎向新生活	1. 適應新環境	2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.探討新環境帶來的生活改變。 2.分享自己面對新環境的感受與想法。 3.說出自己適應新環境的策略。 4.探討自身的策略對適應新環境的成效為何。 5.能順應環境的需求提出有效的解決策略。 6.能省思適應策略的合宜性，並願意改變調整。	1.探討新環境帶來的生活改變。 2.分享自己面對新環境的感受與想法。 3.說出自己適應新環境的策略。 4.探討自身的策略對適應新環境的成效為何。	3	教師：情境圖。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。	二、欣賞、表現與創新
二	一、迎向新生活	1. 適應新環境	2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.探討新環境帶來的生活改變。 2.分享自己面對新環境的感受與想法。 3.說出自己適應新環境的策略。 4.探討自身的策略對適應新環境的成效為何。 5.能順應環境的需求提出有效的解決策略。 6.能省思適應策略的合宜性，並願意改變調整。	1.探討新環境帶來的生活改變。 2.分享自己面對新環境的感受與想法。 3.說出自己適應新環境的策略。 4.探討自身的策略對適應新環境的成效為何。	3	教師：情境圖。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。	二、欣賞、表現與創新
三	一、實踐迎向新	2. 2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.利用問題解決法來分析問題成因，並提出多元的解決策略。 2.願意嘗試合宜的適應策略，解決生活中	1.提出自己在新環境中遇到的問題。 2.針對問題，利用問題解決法來加以解決。	3	教師：關懷箱(紙箱一只)、每生便條紙數張、「問題解	觀察評量 口頭評量 行為檢核	◎性別平等教育 2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。	二、欣賞、表現與創新	

週次	主題	單元名稱	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	生活	法		的困境。 3.利用問題解決策略，並應用在生活中不同的層面。	3.能探究問題形成的原因，並集思廣意，提出多元解決策略。		「專家」學習單。	核 態度評 量	2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。	
四	一、迎向新生活	2.實踐好方法	2-3-2 分享自己適應新環境的策略。	1.利用問題解決策略，並應用在生活中不同的層面。 2.實踐執行計畫並自我檢核執行的成效。 3.體驗後，能歸納並統整面對新環境所需要具備的能力及態度。	1.針對自己的問題，分析後蒐集多元策略並加以實踐。 2.歸結爾後遇到問題時，可採取的合宜態度及方法。	3	教師：關懷箱(紙箱一只)、每生便條紙數張、「問題解決專家」學習單。	觀察評 量 口頭評 量 行為檢 核 態度評 量	◎性別平等教育 2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。	二、欣賞、表現與創新
五	二、正向思考的力量	1.我的抗壓力	1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。	1.覺察自己的壓力源。 2.從體驗活動中思考累積壓力對個體的影響。 3.分享自己面對壓力時的感受、想法及應對的方式。	1.分享自己生活中的壓力源。 2.從壓力情境體驗活動中思考壓力對個體的影響。 3.分享自己面對壓力時的感受、想法及應對的方式。	3	教師：情境圖、「讓自己放鬆」學習單、氣球、打氣筒。 學童：彩色筆、蒐集正向案例。	觀察評 量 口頭評 量 行為檢 核 態度評 量	◎性別平等教育 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。	一、了解自我與發展潛能
六	二、正向思考的力量	1.我的抗壓力	1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。	1.從氣球打氣的體驗活動，了解過多壓力對個體的影響。 2.從多元的抒壓體驗活動中學習抒壓的方法。 3.找出適合自己的抒壓方式，並避免不合宜的抒壓方式。	1.從氣球打氣的體驗活動，了解過多壓力對個體的影響。 2.從多元的抒壓體驗活動中學習抒壓的方法。 3.找出適合自己的抒壓方式。	3	教師：情境圖、「讓自己放鬆」學習單、氣球、打氣筒。 學童：彩色筆、蒐集正向案例。	觀察評 量 口頭評 量 行為檢 核 態度評 量	◎性別平等教育 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。	一、了解自我與發展潛能
七	二、正向思考的力量	2.正向思考	1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。	1.透過課本圖例去發現，即使面對相同情境，每個人的想法卻可能不同。 2.分析正、負面想法	1.透過課本圖例去發現，即使面對相同情境，每個人的想法卻可能不同。 2.分析正、負面想法	3	教師：情境圖、「正向思考訪問單」、「想法、情緒及行	觀察評 量 口頭評 量 行為檢	◎性別平等教育 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。	一、了解自我與發展潛能

週次	主題	單元名稱	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	考的力量	量		對情緒造成的影響。 3.在演練中釐清自己是屬於抱怨者或是正向思考者。 4.從名人範例分析，了解正向思考對個人的影響。 5.完成「正向思考訪問單」，分享正向楷模面對困境的積極態度。 6.能運用正向思考、問題解決及抒壓等方式，實際運用在生活當中。	對情緒造成的影響。 3.在演練中，釐清自己是屬於抱怨者或是正向思考者。 4.從名人範例分析，了解正向思考對個人的影響。 5.完成正向思考訪問單，分享正向楷模面對困境的積極態度。 6.能運用正向思考、問題解決及抒壓等方式，實際運用在生活當中。		為關係表」學習單。	核 態度評 量		
八	三、欣賞你我他	1. 學習欣賞讚美	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.學習欣賞他人的優點。 2.學習表達真誠的方式。 3.學習對他人表達真誠的讚美或肯定。	1.討論如何發現個人優點或特色。 2.找出身邊人的優點或特色。 3.分享表達真誠的方式。 4.練習讚美或肯定他人。	3	教師：「超級特搜員」、「真誠的讚美實踐表」學習單。	觀察評 量 口頭評 量 行為檢 核 態度評 量	◎性別平等教育 1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-3-5 認識不同性別者的成就與貢獻。	二、欣賞、表現與創新
九	三、欣賞你我他	2. 接納合理意見	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.學習了解他人的想法。 2.學習利用溝通、協調與接納完成團體目標。	1.分辨單向與雙向兩種溝通方式。 2.練習從溝通中協調或接納對方想法。 3.討論如何達成團體目標。	3	教師：每個學童兩張A4的紙、將教室左右各畫分出一區塊，一塊為協調區，另一塊為共識區。	觀察評 量 口頭評 量 行為檢 核 態度評 量	◎性別平等教育 1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-3-5 認識不同性別者的成就與貢獻。	二、欣賞、表現與創新

週次	主題	單元名稱	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
十	三、欣賞你我他	2. 接納合理意見	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.學習利用溝通、協調與接納完成團體目標。 2.學習接納他人合理的想法與意見。	1.分享自己想舉辦的活動。 2.判斷可行的活動項目及內容。 3.檢視接納他人合理想法與意見的狀況。	3	教師：每個學童兩張A4的紙、將教室左右各畫分出一區塊，一塊為協調區，另一塊為共識區。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-3-5 認識不同性別者的成就與貢獻。	二、欣賞、表現與創新
十一	四、團體中的我	1. 角色知多少	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.能了解自己在團體中的行為表現。 2.能了解自己在團體分工中所扮演的角色。 3.能分辨自己與他人角色的異同。 4.能協助阻礙團體角色，共同為團體目標努力。	1.了解自己在團體中的行為表現。 2.認識自己在團體中所扮演的角色。 3.討論團體成員如何分工。 4.分辨自己與他人在團體中角色的異同。 5.探討如何協助阻礙團體的角色。	3	教師：紙五張、5 枝粗的筆與 15 條約 50 公分的棉繩、膠帶、「角色行為表現紀錄表」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。	七、規畫、組織與實踐
十二	四、團體中的我	2. 合宜的表現	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.能了解自己扮演團體角色的困境。 2.能了解自己在團體中的行為表現。	1.了解自己扮演角色的困境。 2.了解他人眼中的自己。	3	教師：學童每人兩張A4紙、「我的行為表現」、「迷宮大考驗」學習單。 學童：鏡子、筆。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。	七、規畫、組織與實踐
十三	四、團體的	2. 合宜的表現	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.能了解自己扮演團體角色的困境。 2.能了解自己在團體中的行為表現。	1.了解自己扮演角色的困境。 2.了解他人眼中的自己。	3	教師：學童每人兩張A4紙、「我的行為表	觀察評量 口頭評量	◎性別平等教育 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。	七、規畫、組織與實踐

週次	主題	單元名稱	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	中的我	表現		3.能了解影響個人在團體中表現的約束力。	3.認識影響個人良好行為表現的因素。		現」、「迷宮大考驗」學習單。 學童：鏡子、筆。	行為檢核 態度評量	3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。	
十四	四、團體中的我	2. 合宜的表現	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。	1.能了解影響個人在團體中表現的約束力。 2.能省思自己為團體做的事情。	1.認識影響個人良好行為表現的因素。 2.省思並調整自己的行為表現。 3.省思自己能主動為團體做的事。	3	教師：學童每人兩張A4紙、「我的行為表現」、「迷宮大考驗」學習單。 學童：鏡子、筆。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。	七、規畫、組織與實踐
十五	五、戶外活動	1. 行前筆記	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。	1.討論戶外活動的類型和特色。 2.利用各種資源來進行戶外活動的行前準備工作。 3.學習分工合作來策畫戶外活動。	1.分享參與的戶外活動。 2.參與戶外活動的感想。 3.了解天氣變化的訊息。 4.討論戶外活動裝備物品的準備。 5.討論環境保護做法。 6.討論自我安全維護。 7.介紹行程規畫考慮事項。	3	教師：中央氣象局網站、「裝備大考驗」學習單。 學童：蒐集班級戶外活動方案的相關資料、蒐集生活中常見與天氣變化有關的自然現象變化的圖片或資料。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	七、規畫、組織與實踐
十六	五、戶外	1. 行前	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中	1.學習分工合作來策畫戶外活動。 2.了解戶外活動中的	1.討論活動規畫並列出特色。 2.介紹並確定活動方	3	教師：「戶外活動行前分工表」學	觀察評量 口頭評	◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不	七、規畫、組織與實

週次	主題	單元名稱	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	外活動任我行	筆記	尊重自然及人文環境。	注意事項。 3.討論小組分工檢核項目。 4.準備戶外活動背包個人物品。	案。3.討論小組分工檢核項目。 4.練習準備背包裡的個人物品。		習單。 學童：製作海報用具。	量 行為檢核 態度評量	受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	踐
十七	五、戶外活動任我行	2. 戶外探索之旅	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。	探索自然與人文景觀。 2.記錄活動的發現。	1.探索自然與人文景觀。 2.記錄活動的發現。	3	教師：情境圖。 學童：進行戶外活動時應攜帶的物品及個人用品。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	七、規畫、組織與實踐
十八	五、戶外活動任我行	2. 戶外探索之旅	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。	1.檢視戶外探索之旅的發現。 2.討論並準備戶外探索展的內容。	1.分享參與探索活動的感受。 2.分享對探索活動的建議。 3.展現個人專長拓展視野。 4.協調展演活動的內容和項目。 5.完成活動布置並體驗特色活動及項目。	3	教師：準備有關「戶外探索之旅」相關資料、「探索主題分工表」學習單。 學童：規畫戶外探索展活動所需之資料、圖片。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	七、規畫、組織與實踐
十九	五、戶外活動任我行	3. 戶外探索大發現	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。	1.討論自然與人文景觀的問題及改善方法。 2.探討和諧的人文與自然環境。	1.討論自然環境與人文景觀發現的問題。 2.討論問題的改善方法。 3.討論人文景觀和自然環境的衝突。 4.省思人類與大自然的關係。	3	教師：準備有關戶外探索之旅相關資料。 學童：準備有關戶外探索之旅相關紀錄。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	七、規畫、組織與實踐

週次	主題	單元名稱	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
					5.討論人文景觀發展和自然環境的平衡做法。					
二十	五、戶外活動任我行	3. 戶外探索大發現	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。	討論尊重自然與人文景觀的做法。	1.討論無痕山林的概念及做法。 2.討論尊重人文與自然景觀的做法。 3.討論日常落實的做法與檢核。 4.分享實際參與後的感受。	3	教師：準備有關戶外探索之旅相關資料。 學童：準備有關戶外探索之旅相關紀錄。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	七、規畫、組織與實踐
二十一	五、戶外活動任我行	3. 戶外探索大發現	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。	討論尊重自然與人文景觀的做法。	1.討論無痕山林的概念及做法。 2.討論尊重人文與自然景觀的做法。 3.討論日常落實的做法與檢核。 4.分享實際參與後的感受。	3	教師：準備有關戶外探索之旅相關資料。 學童：準備有關戶外探索之旅相關紀錄。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	七、規畫、組織與實踐

彰化縣 白沙 國民小學 111 學年度 下學期 五年級 綜合活動 課程計畫

(一) 五年級下學期之學習目標

1. 能認識各種天然災害情境。
2. 能探討各種災害情境帶來的危害。
3. 能省思各種災害所帶來的問題。
4. 能探討各種災害的防災知識。
5. 能探討面對各種潛在危險的應變方法。
6. 能在災害發生時，應用聯絡網確保自己之安全並尋求協助。
7. 認識防災物品的用途並調查家庭的防災物品。
8. 能製作家庭防災卡。
9. 能了解學校的防災避難圖。
10. 能檢視教室、校園、社區及居家環境的安全。
11. 能確實做好防災技巧實做演練。
12. 能確實做好檢討防災演練。
13. 能省思防災應變演練後的感受。
14. 能認識各種人為危機情境。
15. 能探討各種人為危機所帶來的影響。
16. 能知道人為危機的避免方式。
17. 能知道「心情不好」危機與求助方式。
18. 能認識專業資源協助的單位。
19. 能探討詐騙的情境並知道如何求證。
20. 能探討食品安全問題。
21. 能知道如何運用專業資源來為食品安全把關。
22. 能省思人為危機應變與尋求專業資源演練後的感受。
23. 發表當他人的行為或特質跟自己不一樣時，所採取的應對方式及態度。
24. 探討當自己跟別人不一樣時，希望被對待的方式。
25. 以訪問或觀察的方式探究他人行為背後的原因。
26. 從他人的行為中找出其特質及優點。
27. 分享自己對他人表達欣賞的方法。
28. 練習觀察周邊他人行為，以欣賞的眼光去和對方互動。
29. 能說出實踐欣賞他人之行動帶給自己的感受與想法。
30. 透過圖例討論，發現人們容易對人、事有主觀的判斷。
31. 討論人我之間容易產生誤會或缺乏包容的原因。
32. 分享面對他人不同特質或行為時，可採取的合宜相處方式。
33. 討論即使拒絕他人要求，仍可透過合宜的方式讓對方感受到接納。
34. 討論被拒絕時會出現的情緒及想法並能自我檢討自己要求是否合理。
35. 練習被拒絕時，能展現的合宜態度及行為。
36. 透過角色樹活動，探討並省思自己的人際關係。

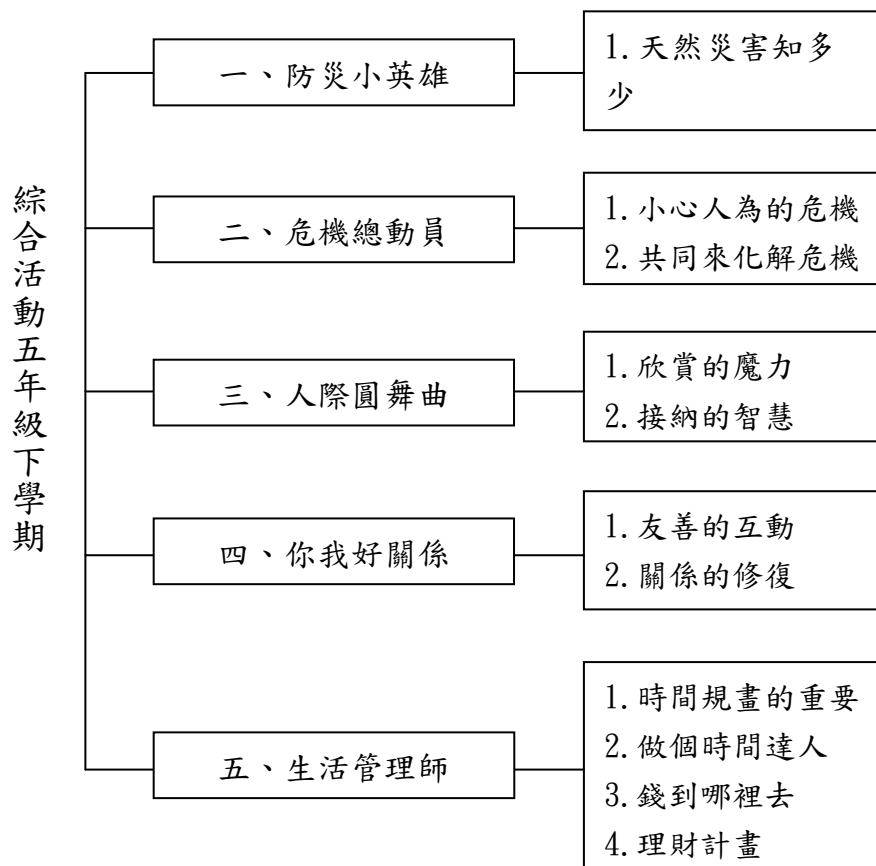
- 37.探討造成人際現況的原因。
- 38.分享不被友善對待的經驗。
- 39.探討出現不友善行為的可能因素。
- 40.討論面對不友善對待時，所能採取的合宜應對方式。
- 41.擬定班級共同約定，創造友善環境。
- 42.分享自己是否曾在無心狀況下造成他人損失或受負面影響的經驗。
- 43.分享自己道歉的經驗（主動道歉或是接受道歉）。
- 44.探究受害者的感受，了解自身行為對他人造成的傷害。
- 45.能誠懇道歉並做出彌補行動。
- 46.演練道歉的處理方式並省思自己的表現。
- 47.能具備對時間感知的能力。
- 48.能善用零碎時間。
- 49.能列出生活中的待辦清單。
- 50.檢視影響自己時間規畫的因素。
- 51.判斷事情的輕重緩急。
- 52.時間規畫的實踐與檢討。
- 53.建立理性的消費態度。
- 54.認識記帳。
- 55.認識儲蓄與投資。
- 56.培養金錢規畫的能力。

(二) 五年級下學期之綜合活動領域教學計畫表

1.學科領域：綜合活動

2.適用對象：111 學年度下學期五年級學生

3.架構圖：



(三) 五年級下學期九年一貫 綜合活動 課程各單元內涵分析

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
一	一、防災小英雄	1. 天然災害知多少	4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.能認識各種天然災害情境。 2.能探討各種災害情境帶來的危害。 3.能省思各種災害所帶來的問題。	1.分享天然災害經驗。 2.認識天然災害情境。 3.天然災害發生時所帶來的危害。 4.省思各種災害所帶來的問題。	3	教師：蒐集關於各種天然災害的資料、影片以利教學。 學童：學童上網蒐集資料、繪圖用具、紙張。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 2-3-9 瞭解人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。 ◎海洋教育 4-3-2 瞭解海嘯形成的原因、影響及應變方法。	九、主動探索與研究
二	一、防災小英雄	2. 防災我也行	4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.能探討各種災害的防災知識。 2.能探討面對各種潛在危險的應變方法。 3.能在災害發生時，應用聯絡網確保自己之安全並尋求協助。 4.認識防災物品的用途並調查家庭的防災物品。 5.能製作家庭防災卡。	1.面對各種潛在危險的應變方法。 2.災害發生後的應變。 3.認識防災物品的用途。 4.家庭防災調查員。 5.製作家庭防災卡。	3	教師：蒐集關於防災知識教育的資料以利教學。 學校平面圖、防災用品、防災用品調查表、教室、校園環境安全檢核表、家庭防災卡。 學童：學童上網蒐集資料、相機或繪圖用具、紙張。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 2-3-9 瞭解人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。 ◎海洋教育 4-3-2 瞭解海嘯形成的原因、影響及應變方法。	九、主動探索與研究
三	一、防災小	2. 防災	4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項	1.能了解學校的防災避難圖。 2.能檢視教室、校	1.了解學校的防災避難圖。 2.檢視教室、校園及	3	教師：蒐集關於防災知識教育的資	觀察評量 口頭評量 行為檢核	◎性別平等教育 2-3-9 瞭解人	九、主動探索與研究

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	英雄	我也行	資源或策略化解危險。	園、社區及居家環境的安全。 3.能確實做好防災技巧實做演練。 4.能確實做好檢討防災演練。 5.能省思防災應變演練後的感受。	居家環境的安全。 3.地震時防災技巧實做演練討論。 4.地震時防災技巧實做演練進行。 5.颱風、海嘯、核災時防災技巧實做演練進行。 6.防災演練檢討。 7.省思防災應變演練後的感受。		料以利教學。 。學校平面圖、防災用品、防災用品調查表、教室、校園環境安全檢核表、家庭防災卡。 學童：學童上網蒐集資料、相機或繪圖用具、紙張。	態度評量	人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。 ◎海洋教育 4-3-2 瞭解海嘯形成的原因、影響及應變方法。	
四	二、危機總動員	小心人為的危機	2-3-4 熟悉各種社會資源與支援系統，並分享如何運用資源幫助自己與他人。 4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏 1. 危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.能認識各種人為危機情境。 2.能探討各種人為危機所帶來的影響。 3.能知道人為危機的避免方式。 4.能知道「心情不好」危機與求助方式。	1.分享人為危機經驗。 2.了解人為危機情境。 3.了解人為危機發生時的問題與危害。	3	教師：蒐集關於人為危機的資料以利教學、網路新聞等資料。 學童：學童上網蒐集資料、紙張。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎資訊教育 4-3-5 能利用搜尋引擎及搜尋技巧尋找合適的網路資源。 ◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。 ◎人權教育 1-3-1 表達個人的基本權利，並瞭解人權與社會	八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
									責任的關係。 1-3-5 搜尋保障權利及救援系統之資訊，維護並爭取基本人權。	
五		二、危機總動員	2-3-4 熟悉各種社會資源與支援系統，並分享如何運用資源幫助自己與他人。 4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.能認識專業資源協助的單位。 2.能探討詐騙的情境並知道如何求證。 3.119 報案演練檢討。 4.探討其他報案之處理。 5.什麼是「詐騙」。 6.詐騙情境與報案處理演練。 7.面對「詐騙」的應變方法。	1.了解 119 的處理事項。 2.如何透過 119 報案。 3.119 報案演練檢討。 4.探討其他報案之處理。 5.什麼是「詐騙」。 6.詐騙情境與報案處理演練。 7.面對「詐騙」的應變方法。	3	教師：蒐集關於協助人為危機的專業資源資料以利教學、網路新聞等資料。 學童：學童上網蒐集相關資料、紙張。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎資訊教育 4-3-5 能利用搜尋引擎及搜尋技巧尋找合適的網路資源。 ◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。 ◎人權教育 1-3-1 表達個人的基本權利，並瞭解人權與社會責任的關係。 1-3-5 搜尋保障權利及救援系統之資訊，維護並	八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
									爭取基本人權。	
六	二、危機總動員	2. 共同來化解危機	2-3-4 熟悉各種社會資源與支援系統，並分享如何運用資源幫助自己與他人。 4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險。	1.能探討食品安全問題。 2.能知道如何運用專業資源來為食品安全把關。 3.能省思人為危機應變與尋求專業資源演練後的感受。	1.什麼是「食品安全」問題。 2.如何把關「食品安全」。 3.「食品安全」問題處理。 4.「食品安全」問題處理演練檢討。 5.探討其他「食品安全」問題之處理。	3	教師：蒐集關於協助人為危機的專業資源資料以利教學、網路新聞等資料。 學童：學童上網蒐集相關資料、紙張。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎資訊教育 4-3-5 能利用搜尋引擎及搜尋技巧尋找合適的網路資源。 ◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。 ◎人權教育 1-3-1 表達個人的基本權利，並瞭解人權與社會責任的關係。 1-3-5 搜尋保障權利及救援系統之資訊，維護並爭取基本人權。	八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究
七	三、人際圓舞	1. 欣賞的	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.發表當他人的行為或特質跟自己不一樣時，所採取的應對方式及態度。	1.發表當他人的行為或特質跟自己不一樣時，所採取的應對方式及態度。	3	教師：「讓我更了解你」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 1-3-4 理解性別特質的多	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	曲	魔力		2.探討當自己跟別人不一樣時，希望被對待的方式。	2.探討當自己跟別人不一樣時，希望被對待的方式。				元面貌。2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 ◎家政教育 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。	四、表達、溝通與分享
八	三、人際圓舞曲	1. 欣賞的魔力	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.以訪問或觀察的方式探究他人行為背後的原因。 2.從他人的行為中找出其特質及優點。 3.分享自己對他人表達欣賞的方法。 4.練習觀察周邊他人行為，以欣賞的眼光去和對方互動。 5.能說出實踐欣賞他人之行動帶給自己的感受與想法。	1.以訪問或觀察的方式探究他人行為背後的原因。 2.從他人的行為中找出其特質及優點。 3.分享自己對他人表達欣賞的方法。 4.練習觀察周邊他人行為，以欣賞的眼光去和對方互動。 5.能說出實踐欣賞他人之行動帶給自己的感受與想法。	3	教師：「讓我更了解你」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
									同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 ◎家政教育 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。	
九	三、人際圓舞曲	2. 接納的智慧	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.透過圖例討論，發現人們容易對人、事有主觀的判斷。 2.討論人我之間容易產生誤會或缺乏包容的原因。 3.分享面對他人不同特質或行為時，可採取的合宜相處方式。	1.透過圖例討論，發現人們容易對人、事有主觀的判斷。 2.探討人我之間容易產生誤會的原因。 3.分享面對他人不同特質或行為時，可採取的合宜相處方式。	3	教師：情境圖。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 ◎家政教育 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享
十	三、人際圓舞	2. 接納的	1-3-1 欣賞並接納他人。	1.討論即使拒絕他人要求，仍可透過合宜的方式讓對方感受到接納。	1.討論即使拒絕他人，仍可讓對方感受到接納的可行方式。	3	教師：情境圖。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 1-3-4 理解性別特質的多	二、欣賞、表現與創新

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	曲	智慧		4.討論被拒絕時會出現的情緒及想法並能自我檢討自己要求是否合理。 8.練習被拒絕時，能展現的合宜態度及行為。	2.練習合宜的拒絕方式，並於生活中實踐。 3.討論被拒絕時會出現的情緒及想法。 4.能自我檢討自己要求是否合理。 5.練習被拒絕時，展現的合宜態度及行為。				元面貌。2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 ◎家政教育 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。	四、表達、溝通與分享
十一	四、你我好關係	1. 友善的互動	3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效的處理人際互動的問題。	1.透過角色樹活動，探討並省思自己的人際關係。 2.探討造成人際現況的原因。 3.分享不被友善對待的經驗。 4.探討出現不友善行為的可能因素。 5.討論面對不友善對待時，所能採取的合宜應對方式。 6.擬定班級共同約定，創造友善環境。	1.透過角色樹活動，探討並省思自己的人際關係。 2.探討造成人際現況的原因。 3.分享不被友善對待的經驗。 4.探討出現不友善行為的可能因素。 5.討論面對不友善對待時，所能採取的合宜應對方式。 6.擬定班級共同約定，創造友善環境。	3	教師：「角色樹」學習單、全開海報一張(寫班級公約)。 學童：「角色樹」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
									同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 ◎家政教育 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。	
十二	四、你我好關係	2. 關係的修復	3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效的處理人際互動的問題。	1.分享自己是否曾在無心狀況下造成他人損失或受負面影響的經驗。 2.分享自己道歉的經驗（主動道歉或是接受道歉）。 3.探究受害者的感受，了解自身行為對他人造成的傷害。 4.能誠懇道歉並做出彌補行動。 5.演練道歉的處理方式並省思自己的表現。	1.討論自己是否曾在無心狀況下造成他人損失或受負面影響的經驗。 2.分享自己道歉的經驗(主動道歉或是被道歉)。 3.探究受害者的感受，了解自身行為對他人造成的傷害。 4.能誠懇道歉並做出彌補行動。 5.演練道歉的處理方式。 6.省思自己的表現。	3	教師：課前蒐集相關事例。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。 ◎家政教育 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享
十三	五、生活	1. 時	2-3-1 規畫個人運用時間、金錢，	能具備對時間感知的能力。	1.能對時間的長短進行估測。	3	教師：分成24格的紙條	觀察評量 口頭評量	◎家政教育 3-3-5 運用消	三、生涯規畫

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	管理師		所需的策略與行動。		2.將一天所需進行的活動放入 24 小時內。 3.透過記錄生活作息，畫出自己的時間 PIZZA。 4.調整生活作息，畫出較理想的時間 PIZZA。		(一人一張)、「我的時間 PIZZA」、「調整後的時間 PIZZA」、「假日生活紀錄表」學習單。 學童：色鉛筆。	行為檢核 態度評量	費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	與終身學習
十四	五、生活管理師	1. 時間規畫的重要	2-3-1 規畫個人運用時間、金錢，所需的策略與行動。	1.能善用零碎時間。 2.能列出生活中的待辦清單。	1.認識零碎時間。 2.找出適合在零碎時間內完成的事情。 3.能立即寫下待辦事項。 4.能隨時檢視待辦清單事項。	3	教師：分成 24 格的紙條 (一人一張)、「我的時間 PIZZA」、「調整後的時間 PIZZA」、「假日生活紀錄表」學習單。 學童：色鉛筆。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎家政教育 3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	三、生涯規畫與終身學習
十五	五、生活管理師	2. 做個時間達人	2-3-1 規畫個人運用時間、金錢，所需的策略與行動。	1.檢視影響自己時間規畫的因素。 2.判斷事情的輕重緩急。	1.檢視影響自己時間規畫的因素。 2.討論如何判斷事情的輕重緩急。 3.檢視生活中自己對事情輕重緩急的歸類。	3	教師：「小杰的快樂暑假」影片、「李美英的生活規畫實踐表」學習單。 學童：訪問父母或兄姊有效管理時間的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎家政教育 3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	三、生涯規畫與終身學習
十六	五、	2.	2-3-1 規畫個人運	時間規畫的實踐與	1.訂定生活計畫。	3	教師：小杰	觀察評量	◎家政教育	三、生

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
	生活管理師	做個時間達人	用時間、金錢，所需的策略與行動。	檢討。	2.檢討執行生活計畫的結果。		的快樂暑假」影片、「李美英的生活規畫實踐表」學習單。 學童：訪問父母或兄姊有效管理時間的方法。	口頭評量 行為檢核 態度評量	3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	涯規畫與終身學習
十七	五、生活管理師	3. 錢到哪裡去	2-3-1 規畫個人運用時間、金錢，所需的策略與行動。	建立理性的消費態度。	1.討論金錢運用的適當與否對生活會造成哪些影響。 2.不同的金錢運用方式，各有何優缺點。 3.從購買的東西學習分辨想要與需要的差異。 4.學習過後重新擬訂購物清單。 5.想要與需要的標準是因人而異的。 6.藉由「棉花糖故事」建立「延遲享樂」觀念。	3	教師：記帳軟體、「_____」的記帳表」學習單、A4白紙。 學童：「_____」的記帳表」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎家政教育 3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	三、生涯規畫與終身學習
十八	五、生活管理師	3. 錢到哪裡去	2-3-1 規畫個人運用時間、金錢，所需的策略與行動。	1.建立理性的消費態度。 2.認識記帳。	1.採購大使角色扮演，學習如何選擇物品。 2.討論如何做一個理性的消費者。 3.討論記帳的好處。 4.學習各種記帳的方式。 5.實際演練記帳，記錄自己一週的金錢	3	教師：記帳軟體、「_____」的記帳表」學習單、A4白紙。 學童：「_____」的記帳表」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎家政教育 3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	三、生涯規畫與終身學習

起訖週次	主題	單元	分段能力指標	學習目標	教學重點	節數	教學資源	評量方法	重大議題	十大基本能力
					使用情形。 6.討論記帳時該注意的事項。					
十九	五、生活管理師	4.理財計畫	2-3-1 規畫個人運用時間、金錢，所需的策略與行動。	認識儲蓄與投資。	1.經由動物及古時候人的例子，學習儲蓄的精神。 2.討論生活中可能有的臨時需求，體認儲蓄的重要。 3.討論「收入－儲蓄＝消費」和「收入－消費＝儲蓄」的差異，並建立「收入－儲蓄＝消費」的觀念。 4.討論各式儲蓄方法與機構。 5.分享個人儲蓄方式。 6.討論不同儲蓄方式的優缺點。 7.認識不同的投資方式。	3	教師：「圓夢計畫」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎家政教育 3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	三、生涯規畫與終身學習
二十	五、生活管理師	4.理財計畫	2-3-1 規畫個人運用時間、金錢，所需的策略與行動。	培養金錢規畫的能力。	1.討論做金錢規畫時的相關事項。 2.討論可能影響計畫的因素，並能調整計畫符合實際情況。 3.實際演練金錢規畫的步驟。 4.分享自己的圓夢計畫。	3	教師：「圓夢計畫」學習單。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎家政教育 3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。 ◎生涯發展教育 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	三、生涯規畫與終身學習