

# 南投縣中州國民小學 111 學年度彈性學習課程計畫

## 【第一學期】

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
九	腦筋急轉彎-學會和自己相處	<p>健 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>健 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>生活 1-I-4 珍視自己並學習照顧自己的方法，且能適切、安全的行動。</p>	<p>健 Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。</p> <p>生活 D-I-1 自我與他人關係的認識。</p> <p>生活 D-I-2 情緒調整的學習。</p>	<p>一、理解情緒的存在，以正向態度管理情緒。</p> <p>二、願意培養情緒的正向態度，促進情緒管理技巧。</p>	<p>1. 熱身活動</p> <p>觀賞「腦筋急轉彎」預告片  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1T_Lb03DqCM">https://www.youtube.com/watch?v=1T_Lb03DqCM</a></p> <p>藉由影片導入，讓學生認識情緒，情緒在日常生活中不斷地出現，也會影響到我們日常生活。</p> <p>電影故事內容:電影故事主角因為父親工作的因素舉家搬遷至其他地方，並且要準備適應新環境，就在此時，腦中控制歡樂與憂傷的兩位腦內大臣樂樂與憂憂迷失在茫茫腦海中，大腦總部只剩下掌管憤怒-、害怕與厭惡的三位幹部負責，導致本來樂觀的主角變成憤世忌俗少女。樂樂與憂憂必須要-盡快在複雜的腦中世界回到大腦總部，讓主角重拾原本快樂正常的情緒…。</p> <p>2. 主要活動</p> <p>提問:</p> <p>T:請問影片當中所出現的情緒，你曾經在什麼情況下會出現?</p>		

附件 3-3（九年一貫／十二年國教並用）

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域，請完整 寫出「領域 名稱+數字 編碼+內 容」					
					<p>學生可能回答:與人吵架、被老師罵、考試考不好、被好朋友排擠…</p> <p>讓學生自由表達，並聆聽學生所回答的答案，整理，並歸納學生所表達的情緒，並將學生曾經感受過的情緒書寫在黑板上。</p> <p>T:我們一起想一想，當你出現生氣、害怕、憂傷（負面情緒）的時候，有沒有可能這些影響你的人（或事件）對你來說是很重要的？</p> <p>學生可能回答：</p> <p>因為是我的好朋友、家人</p> <p>因為我自己會害怕這件事做不好</p> <p>因為自己能夠做好，而沒有把事情做好</p> <p>因為我很討厭別人出現這種行為</p> <p>因為我身邊的親人去世了</p> <p>T:當我們出現這些情緒的時候，對你有什麼影響？</p> <p>學生可能回答：</p> <p>心情很差，什麼事都不想做</p> <p>有時候會自己偷偷哭</p> <p>不想再跟我害怕的人講話</p> <p>不想理別人</p> <p>下次做好一點就好了</p>		

附件 3-3（九年一貫／十二年國教並用）

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域，請完整 寫出「領域 名稱+數字 編碼+內 容」					
					<p>T:如果你是影片當中的主角，你覺得為什麼，主角會有這些情緒產生？</p> <p>學生可能回答：</p> <p>因為不想面對搬家這件事情</p> <p>因為面對陌生的環境</p> <p>應該是自己心情本來就不好，所以又更嚴重</p> <p>生活地點改變</p> <p>3. 整理活動</p> <p>T: 所以我們每個人或多或少，都曾經有過情緒的產生，這些情緒都是我們與生俱來就會有的心理反應。特別是當我們經歷過比較重要的事情，例如剛剛有同學說的，被討厭、被罵、重要的人去世、事情做不好等等。我們都經歷過，而且也都影響到我們的日常生活。</p> <p>這些情緒有的是正面的，例如快樂、高興等，有些是負面的，例如剛剛影片中的厭厭、驚驚、憂憂、怒怒等。無論是正面的或是負面的，其實都代表著我們對這些事情(或人)的重視。我們因為在乎這些事情(或人)，所以對事情的結果，會因為在乎而產生許情緒。</p>		

附件 3-3（九年一貫／十二年國教並用）

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領 域，請完整 寫出「領域 名稱+數字 編碼+內 容」					
					無論如何，我們都必須面對這些情緒，而這些情緒的產生也都是必然的，我們應該要學著與這些情緒共處，別讓情緒影響到我們的日常生活。下一節課，大家可以想一想，如果自己出現負面情緒，通常都會怎樣處理。		自選/編教材須經課發會審查通過

【第二學期】

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習 階段之 2 以上領 域，請完整寫出 「領域名稱+數字 編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必 須至少 2 領域以 上				
十六	性剝削防治/1 節	健 1a-I-1 認識基本的健康常識。 生活 1-I-4 珍視自己並學習照顧自己的方法，且能適切、	健 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 生活 D-I-1 自我與他人關係的認識。	1. 能辨識網路兒少性剝削的樣態，培養自我保護的技巧及危機處理的策略。 2. 能運用網路資源，參與校園網路兒少性	一、引起動機 (一)教師教師撥放衛生福利部保護服務司 ps01 發現問題，你也可以！——什麼是兒少性剝削？ 宣導影片 引導學生認知防制兒少		引用教育部國民及學前教育署校園兒童及少年性剝

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會審查通過
		安全的行動。		剝削防制短語宣導，並關懷被性剝削的受害者。	<p>性剝削刻不容緩的事實貳、發展活動：</p> <p>一、教師依上課情境簡介兒少年性剝削防制相關內容事宜：</p> <p>以了解並討論兒少年性剝削防制條例相關內容(網路安全為主)</p> <p>二、分組共同討論，將答案書寫在壁報紙後，上台發表成果。</p> <p>題目如下：</p> <p>1、王子要求公主拍私密照做為愛的證明，是冒犯公主的隱私，也是不尊重公主的表現，如果你是公主，該如何拒絕王子?請提出說詞或策略。(VS. 公主的照片)</p> <p>2、如果小丘是你的同學，你知道了他的遭遇和處境，你會如何關心，幫助他呢?(VS. 小男孩的自拍照)</p>		削防治教育教案示例

註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 本表格舉例係以一至四年級為例，倘五至六年級欲辦理十二年國教之彈性課程者，其上課『節數』請依照「九年一貫課程各學習領域學習節數一覽表」填寫。
4. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。