**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】

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 心理健康促進-健康守門人 | 年級/班級 | **全校** |
| 彈性學習課程類別 | □統整性(□主題□專題□議題)探究課程  □社團活動與技藝課程  □特殊需求領域課程  ▉其他類課程 | 上課節數 | 1節 |
| 設計教師 | 陳正專 |
| 配合融入之領域及議題  (統整性課程必須2領域以上) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)  □本土語文□臺灣手語　□新住民語文  □數學　　□生活課程　□健康與體育  □社會　　□自然科學　□藝術  □綜合活動  □資訊科技(國小)　□科技(國中) | □人權教育　□環境教育　□海洋教育　□品德教育  □生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育  □能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養  □家庭教育　□戶外教育　□原住民教育□國際教育  □性別平等教育　□多元文化教育　□生涯規劃教育 | |
| 設計理念 | 在平常生活中會因為環境改變、重大事故、身體成長、同儕互動等關係，而有不同的情緒表現，這些情緒會進一步的影響人與人之間的互動。在本單元中，希望透過情緒的控制與表達，讓學生瞭解，負向情緒與正向情緒都有其重要性，會有情緒是因為對某件事情在乎，即便是負向情緒也有它的意義存在，並試著透過有效的策略讓自己情緒達到正常抒發，以維持穩定。 | | |
| 總綱核心素養 | 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。 | | |
| 課程目標 |  | | |

| **教學進度** | | **學習表現**  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」 | **學習內容**  可學校自訂  若參考領綱，必須至少2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材**  **學習資源**  自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱/節數** |
| 九 | 腦筋急轉彎-學會和自己相處 | 健1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。  健2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。  綜2a-III-1 覺察多元性別的互 動方式與情感 表達，並運  用同理心增進人際關係。 | 健Fa-III-4 正向態度與情緒、壓力的管理技巧。  Ba-III-2 同理心的增進與實踐。 | 一、理解情緒的存在，以正向態度管理情緒。(健1a-III-3、健Fa-III-4)  二、願意培養情緒的正向態度，促進情緒管理技巧。(健2b-III-2、健Fa-III-4) | 1.熱身活動  觀賞「腦筋急轉彎」預告片  <https://www.youtube.com/watch?v=1T_LbO3DqCM>  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。  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…。  2.主要活動  提問:  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?  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…  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。  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?  學生可能回答:  因為是我的好朋友、家人  因為我自己會害怕這件事做不好  因為自己能夠做好，而沒有把事情做好  因為我很討厭別人出現這種行為  因為我身邊的親人去世了  T:當我們出現這些情緒的時候，對你有什麼影響?  學生可能回答:  心情很差，什麼事都不想做  有時候會自己偷偷哭  不想再跟我害怕的人講話  不想理別人  下次做好一點就好了  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?  學生可能回答:  因為不想面對搬家這件事情  因為面對陌生的環境  應該是自己心情本來就不好，所以又更嚴重  生活地點改變  3.整理活動  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，而且也都會影響到我們的日常生活。  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。  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。 |  |  |

【第二學期】

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 兒童及少年性剝削防治教育 | 年級/班級 | **全校** |
| 彈性學習課程類別 | □統整性(□主題□專題□議題)探究課程  □社團活動與技藝課程  □特殊需求領域課程  ▉其他類課程 | 上課節數 | 1 |
| 設計教師 | 陳正專 |
| 配合融入之領域及議題  (統整性課程必須2領域以上) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)  □本土語文□臺灣手語　□新住民語文  □數學　　□生活課程　□健康與體育  □社會　　□自然科學　□藝術  □綜合活動  □資訊科技(國小)　□科技(國中) | ▉人權教育　□環境教育　□海洋教育　□品德教育  □生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育  □能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養  □家庭教育　□戶外教育　□原住民教育□國際教育  □性別平等教育　□多元文化教育　□生涯規劃教育 | |
| 設計理念 | 提升學生對遭受性剝削的警覺，並使學生了解及養成健康性教育概念、相關性剝削防制事項，避免學生受到虐待 | | |
| 總綱核心素養 | (A2)系統思考與解決問題 (A3)規劃執行與創新應變 | | |
| 課程目標 | 1. 能深化身體自主權的概念，勇於拒絕不合理的性別權力人際互動， 2. 學習性騷擾與性侵害的自我防護。 | | |

| **教學進度** | | **學習表現**  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」 | **學習內容**  可學校自訂  若參考領綱，必須至少2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材**  **學習資源**  自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱/節數** |
| 十六 | 性剝削防治/1節 | 1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。  4b-Ⅲ-3 公開提倡促進健康的信念或行為。 | Db- III -1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。  Db- III -3 性騷擾與性侵害的自我防護。 | 2. 能辨識網路兒少性剝削的樣態，培養自我保護的技巧及危機處理的策略。  3. 能運用網路資源，參與校園網路兒少性剝削防制短語宣導，並關懷被性剝  削的受害者。 | 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  性剝削刻不容緩的事實  貳、發展活動：  一、 教師依上課情境簡介兒少年性剝削防制相關  內容事宜：  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)  二、分組共同討論，將答案書寫在壁報紙後，上台發表成果。  題目如下：  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)  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) |  | 引用  教育部國民及學前教育署校園兒童及少年性剝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。