

### 南投縣郡坑國民小學 115 學年度彈性學習課程計畫

#### 【第一學期】

課程名稱	其他類課程		年級/班級	三年級甲班
彈性學習課程類別	<input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程		上課節數	共 18 節
			設計教師	郡坑國小教學團隊
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-1-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	幸福郡國 (藝文融合) 自信、進取、健康、快樂	與學校願景 呼應之說明	1.設計其他類課程，於三年級規劃各議題宣導教學活動，增進學生的 <b>自信</b> 及 <b>覺察</b> 生活細節的樂趣， <b>體會</b> 學習美好生活的 <b>快樂</b> 感受。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

			2.透過各議題宣導教學課程活動，增進學生的身心健康，培養樂觀、進取的態度。
設計理念	透過課程，由淺入深、循序漸進地鼓勵學生探索生活、學習生活技巧，激發學生建立美好生活的潛能，培養融入生活的能力，使學生更多方面的表現自我。		
總綱核心素養具體內涵	E-A1 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。	領綱核心素養具體內涵	國-E-A1 認識國語文的重要性，培養國語文的興趣，能運用國語文認識自我、表現自我，奠定終身學習的基礎。 健-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。 社-E-A1 認識自我在團體中的角色，養成適性的態度與價值觀，並探索自我的發展。 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。
課程目標	1. 透過多元智能活動，提供楷模學習機會，培養孩子多元智能、重視均衡學習的素養。 2. 透過品德教育培養學生道德判斷、批判思考的能力，鍛鍊學生強健體魄，發揚團隊精神，增進親子交流，促進社區與學校之交融，達成整體教育目標。		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
一	友善校園-什麼是毒品(1)	國語 1-II-2 具備聆聽不同媒材的基本能力。 綜合 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	1.認識毒品的基本概念。 2.了解毒品對身體的傷害。 3.知道毒品不是食物或藥物。	1.了解毒品對身體的傷害。 2.能分辨毒品與一般物品不同。 3.能建立拒毒認知。	1.觀看反毒影片。 2.教師講解重點。 3.問答確認理解。 4.重點整理。	1.能說出毒品對身體的兩個危害。	反毒影片
四 - 五	性別平等教育-刻板印象大破解(2)	社會 1a-II-1 辨別社會生活中的事實與意見。 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。	1.刻板印象的定義。 2.職業與性別。 3.興趣無界限。	1.認識什麼是「男主外女主內」、「男生勇敢女生溫柔」等常見刻板印象，並思考其合理性。 2.打破職業的性別限制，能理解能力與興趣比性別更重要，不因性別而自我設限。	1.玩具總動員：將各種玩具或顏色卡片分類，討論為什麼某些玩具被貼上性別標籤。 2.職業配對：展示不同性別從事非傳統職業的照片，引導學生打破既定印象。 3.我可以這樣做：分享自己喜歡但不符合傳統性別印象	1.能舉一例說明生活中常見的性別刻板印象。	圖卡

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
				3.能尊重不同性別同學的喜好與特質，不嘲笑與自己不同的人。	的興趣（如男生愛粉紅、女生愛足球），不受性別框架限制。		
六 - 九	戶外教育-藝文 探索 (4)	社會 3a-II-1 透過日常觀察與省思，對社會事物與環境提出感興趣的問題。 環 E 參與戶外學習與藝文體驗，培養學生對藝文的興趣，進而發展藝文美感。	社會 Ab-II-1 居民的生活方式與空間利用，和其居住地方的自然、人文環境相互影響。 環 1-2-2 能藉由感官接觸環境中的動、植物和景觀，欣賞自然之美，並能以多元的方式表達內心感受。	1.學生能走訪各種藝文空間。 2.學生能培養其觀察力與責任心。 3.學生能認識家鄉產業文化。 4.學生參與藝文體驗，培養興趣。	1.實地參訪竹山竹藝館，認識竹藝。 2.透過參觀竹藝博物館，了解竹藝。 3.透過手作 DIY，讓學生學會竹編吊籃。 4.藉由觀察的過程，培養其觀察力與責任心。	1.正確說出竹子的藝術。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十	防災教育-認識災害(1)	社會 1b-II-1 解釋社會事物與環境之間的關係。 防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱...	1.災害種類辨識。 2.災害徵兆。 3.日常預防。	1.認識台灣常見的天然災害（地震、颱風、水災）與人為災害（火災）。 2.了解不同災害發生前可能出現的現象（如地震前的搖晃、大雨導致水位上漲）。 3.能具備基本的防災意識，在生活中主動發現潛在的危險因子。	1.災害圖卡分類：分組將不同的災情照片進行分類（天災 vs 人禍、震災 vs 水災）。 2.防災小偵探：在教室或校園內尋找可能在地震時掉落或傾倒的危險物品。 3.災害連連看：將災害類型與正確的應變措施進行配對遊戲。學習平時可以做的防災準備，如固定家具、不堆積易燃物。	1.能正確說出圖片中顯示的是哪一種類型的災害。 2.能描述一項不同災害可能對生活環境造成的破壞與影響。	圖片
十一	性侵害防治-身體界線(1)	健體 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。	1.身體自主權。 2.身體界線。 3.感覺辨識。	1.能清楚界定自己的身體界線，並理解尊重他人界線的重要性。	1.安全氣泡體驗：讓學生互相靠近直到一方喊停，體驗每個人心理安全距離的差異。建立「我的身體是我	1.能認真參與討論。	情境卡

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		性 E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。		2.能區分不同關係（家人、朋友、陌生人）應有的身體接觸距離，認識每個人都有身體界線，必須保持適當距離。 3.能在感到身體界線被侵犯時，勇敢表達拒絕並尋求協助。	的」觀念，我有權利決定誰可以碰觸。 2.情境分類：提供各種接觸情境（如醫生檢查、陌生人摸頭），討論哪些是合宜的。 3.紅綠燈遊戲：列舉行為，綠燈代表可以接受，紅燈代表必須拒絕，練習快速判斷。		
十 二	家暴防治-什麼是暴力(1)	健體 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 人權 E3 了解每個人需求的不同，並	1.認識暴力的定義。 2.同理受暴者的感受。 3.建立自我保護觀念。	1.能辨識生活中常見的暴力行為樣態，並知道這是錯誤的。 2.能理解言語暴力同樣會造成心理傷害，承諾不對他人惡言相向。	1.暴力光譜：將寫有不同行為的卡片（如推人、取綽號）貼在黑板，討論其嚴重性。 2.揉紙體驗：請學生揉皺一張紙再試圖撫平，體驗言語	1.能認真參與討論。	圖卡

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		討論與遵守團體的規則。		3.能在看到或遭遇暴力時，知道要遠離危險源並告訴信任的大人。	或暴力造成的傷害難以復原。 3.心情臉譜：畫出被暴力對待時的表情，討論這些情緒代表了什麼訊號。		
十三	家庭教育-家庭的責任(1)	國語 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。	1.理解家事是全家人的事，不是特定某個人的責任。 2.培養適合學生能力的家務能力。 3.付出的價值，增加對家庭的歸屬感。	1.能列出家中常見的家務項目，並盤點自己目前能做到的事情。 2.能主動表達願意分擔家務的意願，並在生活中實際執行。 3.能體恤主要照顧者的辛勞，並對家人的付出表達感謝。	1.家事大盤點：全班共同腦力激盪列出家裡所有的家事，並分類誰在做。 2.家事拍賣會：學生選擇自己想認領的家事任務，製作「家事承諾卡」。 3.小小幫手：分享自己在家幫忙做家事的經驗與家人的反應。	1.完成學習單。	教學簡報

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十四 - 十八	校慶晚會暨水資源保護宣導 (5)	綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。 健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。	1.校慶晚會節目規劃。 2.水資源小問題。 3.情境短劇創作。 4.排練與修正。 5.試演與回饋。	1.學生能參與討論了解表演流程。 2.認識浪費水的後果 3.學生能配合團體完成表演動作，合作一同認真參與活動。	1.介紹晚會流程與節目類型，指導表演活動。 2.練習不同的表演項目。 3.配合團體練習節目。 4.節水影片欣賞。	1.正確做出表演動作。 2.完成演出。	
十九	生命教育-生命的成長(1)	國語 2-II-2 運用適當詞語、正確語法表達想法。 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。	1.成長的軌跡。 2.生命的照顧。 3.未來的展望。	1.能透過照片或訪談，具體描述自己從小到大的改變與進步。 2.能覺察自己的成長並非理所當然，而是來自許多人的幫助。 3.能珍惜自己的生命，並學習照顧自己的身體與心理健康。	1.時光隧道：回顧從嬰兒時期到現在的身高、體重與能力變化，帶來小時候的照片與現在對比，製作個人的「成長小書」。 2.我學會了：列出自己以前不會但現在會做的事（如騎腳踏車、綁鞋帶），肯定自我。	1.能透過照片或訪談，描述自己從小到大的改變與進步。 2.作品評量。	紀錄表

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					3.訪談任務：回家訪問父母自己出生時的趣事或照顧自己的辛苦談。		
一 十	品德教育-責任在我(1)	社會 2c-II-2 澄清及珍視自己的角色與權利，並具備責任感。 綜合 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	1.理解責任的意涵。 2.盤點學生應盡責任。 3.學習負責的表現。	1.能區分哪些是自己該做的事，哪些是可以尋求協助的事。 2.能在班級活動中認真執行分配到的掃地或幹部工作。 3.能在忘記帶東西或犯錯時，誠實承認並思考改進方法，而非怪罪他人。	1.責任大餅：畫出班級運作的大餅圖，討論如果有人不盡責會發生什麼事。 2.情境抉擇：討論「作業沒寫完想看電視」等情境，練習做出負責任的決定。 3.職務說明書：為班級幹部或掃地工作撰寫說明書，確認每個人都清楚職責。	1.完成學習單	教學簡報

【第二學期】

課程名稱	其他類課程		年級/班級	三年級甲班
彈性學習課程類別	<input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程		上課節數	共 18 節
	<input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程		設計教師	郡坑國小教學團隊
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-1-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	幸福郡國 (藝文融合) 自信、進取、健康、快樂	與學校願景 呼應之說明	1.設計其他類課程，於三年級規劃各議題宣導教學活動，增進學生的 <b>自信</b> 及 <b>覺察</b> 生活細節的樂趣， <b>體會</b> 學習美好生活的 <b>快樂</b> 感受。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

			2.透過各議題宣導教學課程活動，增進學生的身心 <b>健康</b> ， <b>培養</b> 樂觀、 <b>進取</b> 的態度。
設計理念	透過課程，由淺入深、循序漸進地鼓勵學生探索生活、學習生活技巧，激發學生建立美好生活的潛能，培養融入生活的能力，使學生更多方面的表現自我。		
總綱核心素養具體內涵	E-A1 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。	領綱核心素養具體內涵	國-E-A1 認識國語文的重要性，培養國語文的興趣，能運用國語文認識自我、表現自我，奠定終身學習的基礎。 健-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。 社-E-A1 認識自我在團體中的角色，養成適性的態度與價值觀，並探索自我的發展。 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。
課程目標	1. 透過多元智能活動，提供楷模學習機會，培養孩子多元智能、重視均衡學習的素養。 2. 透過品德教育培養學生道德判斷、批判思考的能力，鍛鍊學生強健體魄，發揚團隊精神，增進親子交流，促進社區與學校之交融，達成整體教育目標。		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
一	友善校園-毒品的危害(1)	國語 2-II-2 運用適當詞語、正確語法表達想法。 綜合 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	1.毒品對身體、家庭、生活的影響。 2.認識成癮概念。 3.建立遠離毒品態度。	1.能說出毒品的負面影響。 2.能理解成癮影響生活。 3.能表達拒毒立場。	1.小組討論影響層面。 2.製作反毒海報。 3.分享作品。 4.教師歸納。	1.完成學習單。	海報紙
四 - 五	性別平等教育-友誼中的尊重(2)	國語 2-II-3 把握說話的重點與順序，對談時能做適當的回應。 性平 E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。	1.認識同儕互動界線，理解「開玩笑」與「不舒服」的差異。 2.尊重的具體表現，學習尊重對方的意願。 3.面對拒絕的態度。	1.能清楚分辨哪些行為會讓朋友感到不舒服，並避免做出越界行為。 2.能在同儕互動中展現尊重，不隨意碰觸他人身體或物品。 3.能以正向的態度面對被拒絕的情境，維持良好的友誼關係。	1.情境卡演練：抽取「借東西被拒絕」、「想勾肩搭背」等情境卡，分組演練尊重的應對方式。 2.界線大風吹：透過遊戲體驗不同人對身體距離的接受度差異。 3.心情溫度計：討論被尊重與不被尊重時的感受差異，強化同理心。	1.能演練情境內容。	情境卡

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
六 - 九	戶外教育-藝文 探索 (4)	社會 3a-II-1 透過日常觀察與省思，對社會事物與環境提出感興趣的問題。 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。	綜合 Cb-III-1 對周遭人事物的關懷。 社會 Ab-II-1 居民的生活方式與空間利用，和其居住地方的自然、人文環境相互影響。	1.學生能走訪各種藝文空間。 2.學生能培養其觀察力與責任心。 3.學生能認識家鄉產業文化。 4.學生參與藝文體驗，培養興趣。	1.實地參訪採休閒園區，認識梅枝工藝。 2.透過參觀採休閒園區，了解梅枝工藝。 3.透過手作 DIY，讓學生學會製作梅筆。 4.藉由觀察的過程，培養其觀察力與責任心。	1.正確說出梅枝的藝術。	
十	防災教育-家庭 防災(1)	社會 3b-II-1 透過適當的管道蒐集與學習主題相關的資料，並判讀其正確性。 綜合 1c-II-1 覺察工作的意義與重要性。	1.家庭防災計畫。 2.了解家庭避難動線。 3.約定集合點。	1.認識緊急避難包的重要性及其內容物（如水、乾糧、手電筒）。 2.能與家人共同討論並畫出家中的地震避難掩護位置。 3.知道當災害發生且家人分散時，約定好的戶外	1.避難包開箱：展示避難包實物，逐一介紹物品功能，並讓學生練習檢查有效期限。 2.我是打包王：分組競賽，在限定時間內從眾多物品中挑選出正確的防災用品。	1.能列出緊急避難包中應具備的至少五樣基本維生物品。 2.能說出最近的緊急集合地點。 3.學習單。	防災物品

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
				集合地點在哪裡，並知道如何前往。	3.繪製地圖：畫出自家附近的簡易地圖，標示出安全的集合點。		
十 一	性侵害防治-不對勁怎麼辦(1)	社會 1a-II-1 辨別社會生活中的事實與意見。 綜合 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	1.危險情境辨識。 2.應對策略（叫、跑、說）。 3.建立自我保護意識。	1.能學習察覺環境或互動中的「不對勁」訊號（如陌生人搭訕、熟人奇怪的請求），依據直覺與觀察，判斷當下情境是否潛藏危險。 2.能在模擬情境中，展現出果斷拒絕、逃離現場的自我保護能力。 3.能列出自己的「信任名單」，知道發生事情時可以向誰求助。	1.直覺練習：討論當心裡覺得「毛毛的」時候，身體會有哪些反應（如心跳加快）。 2.脫身演練：模擬被陌生人藉故問路或請求幫忙時，如何保持距離並藉故離開，熟練遇到危機時的標準動作。 3.求助演習：練習向路人、商店店員或警察求救的說詞。	1.能認真參與討論。 2.能行時作練習。	教學簡報

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十二	家暴防治-遇到不安全時(1)	社會 3d-II-1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。 綜合 3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	1.認識家庭衝突的應對及自保。 2.安全躲避原則，尋找安全角落。 3.判斷求助的時機。	1.能辨識家庭氣氛不對勁或暴力即將發生時的徵兆。 2.能知道要遠離廚房(有刀具)、浴室(易滑倒)等危險區域，找出家中相對安全的躲避空間，並知道保護頭部與身體。 3.能理解遭遇家暴不是丟臉的事，願意向學校老師或社工尋求協助。	1.安全角落尋找：畫出家裡平面圖，圈出危險區域(紅筆)與安全區域(綠筆)。 2.模擬通話：撥打 110 或 113，以及如何向外傳遞求救訊號，練習撥打緊急電話，冷靜說出自己的姓名、地址與發生什麼事。 3.心情分享：透過繪本導讀，引導學生表達對家庭衝突的恐懼與擔憂。	1.能練習求助實作。	教學簡報
十三	家庭教育-衝突怎麼辦(1)	社會 2c-II-1 省思個人的生活習慣與在群體中的角色扮演，尊重人我差異，避免對他人產生偏見。	1.探討衝突的原因。 2.學習情緒如何表達。	1.能冷靜分析與家人發生衝突的原因，不只是一味責怪對方。	1.衝突劇場：演出常見的家庭衝突劇本，並邀請觀眾上台改寫結局。	1.能認真參與討論。 2.完成卡片。	案例卡

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。	3.認識和好的藝術，學習修復受損的關係。	2.能運用適當的溝通技巧，表達自己的需求並傾聽家人的想法。 3.能在衝突後主動釋出善意，嘗試解決問題並和好。	2.情緒換句話說：練習將「你很討厭」改為「你這樣做讓我很難過」。 3.和好卡片：認識道歉與原諒的重要性，製作一張給家人的和好卡或感謝卡，練習表達愛與包容。		
十四	生命教育-尊重 差異(1)	綜合 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。 社會 2b-II-1 體認人們對生活事物與環境有不同的感受，並加以尊重。	1.個別差異的價值。 2.了解偏見與歧視，學習不給人貼標籤。 3.培養包容與欣賞。	1. 認識每個人在外貌、個性、能力與背景上的不同，都是獨特的。 2.能覺察自己是否帶有刻板印象，並願意修正對他人的看法。 3.能在團體活動中，主動邀請落單或被排擠的同學加入，欣賞他人優點	1.尋人遊戲：在班上尋找符合特定特質（如左撇子、會彈琴）的同學，發現彼此差異。 2.優點放大鏡：分組觀察並寫下組員的優點，學習欣賞他人的長處。 3.繪本討論：閱讀關於接納差異的繪本（如大象艾瑪），討論主角的感受。	1.能具體說出自己與同學之間的三個不同點。	圖片

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
				的眼光，接納與自己不同的人。			
十五	品德教育-公平與合作(1)	國語 1-II-1 聆聽時能讓對方充分表達意見。 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。	1.公平的意義。 2.合作的要素。 3.學習勝不驕、敗不餒的運動家精神。	1. 理解公平的意義，能分辨情境中是否符合公平原則，並提出自己的看法。 2.能在團體遊戲或任務中，配合團隊目標，做好自己的工作。 3.能在活動結束後，感謝隊友的付出，並肯定對手的表現。	1.合作拼圖：各組在不可說話的規則下，合作完成一幅拼圖，體驗默契與分工。 2.兩人三腳：透過身體協調遊戲，體會互相配合的重要性，認識團隊合作需要分工、溝通、互助與遵守規則。 3.公平辯論會：針對「齊頭式平等」與「立足點平等」的情境進行簡單討論。	1.能配合團體完成任務。	遊戲材料

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十六 - 十八	離別道珍重/畢業典禮預演、進行(3)	社會2c-II-2 澄清及珍視自己的角色與權利，並具備責任感。 綜合 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	1.畢業典禮流程及內容 2.瞭解個人在家、學校與社會中有各種不同的角色扮演。 3.發表自我探索的想法與感受。	1.培養個人自我實現的素養。 2.提升獨立思考與價值判斷的能力。 3.發展自我潛能與價值，規劃個人生涯發展。	1.引導學生至表演位置就位與準備表演用具。 2.指導學生畢業卡片製作與畢業祝福歌練習。 3.指導學生觀看畢業生表演與受獎流程。 4.進行在校生表演節目。 5.欣賞畢業生畢業節目表演。 6.掌聲歡迎畢業生進場。 7.學生注意聆聽介紹來賓與致詞。 8.觀看畢業生領取畢業證書與受獎。 9.聆聽在校生致祝福詞與大家一同歌唱祝福曲。	1.認真參與社團表演。 2.正確做出獎與頒獎動作。 3.認真完成歡送過儀式。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十九 - 二十	環境教育-減量生活(2)	社會 2a-II-1 關注居住地方社會事物與環境的互動、差異與變遷等問題。 環 E3 了解人與自然和諧共生，進而保護重要棲地。	1.認識源頭減量 (Reduce) 的重要性。 2.惜食觀念。 3.綠色消費。	1.能檢視自己的生活習慣，找出造成浪費的行為並加以改進。 2.能在用餐時落實光盤行動，減少廚餘的產生。 3.能在日常生活中實踐自備環保餐具、購物袋的減量行動。	1.垃圾大變身：檢查垃圾桶，討論哪些東西其實可以不用丟掉或可以少用。 2.環保小誓言：寫下自己本學期要達成的三個減量目標（如每天帶水壺）。 3.午餐零廚餘：班級進行為期一週的午餐零廚餘挑戰賽。	1.完成學習單。	檢核表

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. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。