

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	一年級甲班
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-許倩萍老師編修
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 checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" 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 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-I-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 自信 及 覺察 生活細節的樂趣， 體會 學習美好生活的 快樂 感受。 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。			

附件 3-3 (國中小各年級適用)

<p>總綱核心素養具體內涵</p>	<p>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。</p>	<p>領綱核心素養具體內涵</p>	<p>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。 生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。</p>
<p>課程目標</p>	<p>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。</p>		

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-我的身體我保護(1)	<p>國語 1-I-3 能理解話語、詩歌、故事的訊息，有適切的表情跟肢體語言。 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>1. 認識身體健康的重要性。 2. 分辨食物、藥品與不可食用物品。 3. 了解未經允許不可隨意食用。</p>	<p>1. 能知道哪些東西可以吃、哪些不可以吃。 2. 能理解保護身體是自己的責任。 3. 能養成食用前詢問大人的習慣。</p>	<p>1. 繪本導讀認識身體保護。 2. 圖片分類活動。 3. 討論亂吃東西的後果。 4. 口頭承諾「我會先問大人」。</p>	<p>1. 能說出哪些東西可以吃、哪些不可以吃 2. 操作觀察</p>	繪本、圖片卡

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
四、五	性別平等教育-我和大家不一樣也很好(2)	生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 國語 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 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。	1. 認識個人特質。 2. 理解自己是獨一無二的與他人不一樣是很正常且珍貴的事情。 3. 學習欣賞自己，同理心。	1. 覺察每個人在外表（如頭髮長短）、個性（如活潑安靜）與喜好上的不同。 2. 比較與同學之間的異同點，並理解差異是正常的。 3. 學習欣賞自己，並以友善的態度對待與自己不一樣的同學，培養尊重的態度。	1. 繪本共讀：閱讀《我和大家不一樣也很好》或相關主題繪本，討論主角的特點。 2. 自畫像分享：畫出自己的樣子，並向小組同學介紹「這就是我」。 3. 猜猜我是誰：描述一位同學的特徵（正向），讓全班猜猜看是誰，增進彼此認識。	1. 能說出自己的一項外表特徵或興趣。 2. 能說出與同學之間的一個不同點。 3. 能在活動中專心聆聽他人分享。	性平繪本
六、七、八、九	戶外教育-環境探索(4)	生活 6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境、尊重生命。 生活 2-I-1 以感官和知覺探索生活中的人、事、物覺察事物及環境的特性。 環 1a-V-2 能持續關心人類與環境要面對的挑戰。	生活 B-I-3 環境的探索與愛護。 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。 環 E3 了解人與自然和諧共生，進而保護重要棲地。	1. 學生能認識動植物生態環境與環境特性 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。	1. 實地參訪溪流環境，認識溪流環境的生態環境。 2. 透過溪流環境動植物生態系的認識，了解台灣溪流環境。 3. 透過導覽及實地參訪溪流環境，讓學生對溪流環境生物的生長環境有更深入的认识及了解。 4. 藉由觀察的過程，培養其觀察力與責任心。	1. 正確說出溪流環境生物生存環境所需之要件。	

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	防災安全-認識安全的學校(1)	國語 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 健體 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 生活 2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。	1. 校園環境認識及探索。 2. 避難標示辨識。 3. 熟悉安全路線。	1. 認識教室的位置、走廊、樓梯以及學校的安全地圖。 2. 學習辨識綠色的「緊急出口」燈號與避難方向指示牌。 3. 知道發生災害時，從教室走到戶外集合地點的正確路線。 4. 能說出在走廊或樓梯移動時應遵守「不奔跑、不推擠」的安全規則。	1. 校園踏查：全班排隊進行校園巡禮，尋找並觸摸牆上的避難方向標示。 2. 標示尋寶：發下藏寶圖（校園平面圖），請學生圈出緊急出口的位置。 3. 走走看：實際演練一次從教室走到操場的安全路線，練習排隊與安靜移動。	1. 能在校園中指出緊急出口標示，並說出其代表的意義。 2. 能跟隨老師的引導，走一遍正確的防災避難路線。 3. 能說出安全規則。	校園平面圖
十一	性侵害防治-我的身體我保護(1)	健體 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 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。	1. 認識身體各部位。 2. 建立身體自主權。 3. 適時表達感覺。	1. 認識頭、手、腳及穿泳衣遮蓋的「隱私部位」（胸部、生殖器、臀部）。 2. 建立身體自主權「我的身體屬於我」的觀念，未經同意別人不能隨意碰觸。 3. 學習分辨接觸時的感受，並練習表達「我喜歡」或「我不喜歡」。	1. 身體歌謠：透過唱跳活動，認識身體各個部位的名稱與位置。 2. 紅綠燈遊戲：老師指出身體部位，學生判斷是可以碰（綠燈）還是不能碰（紅燈）。 3. 繪本導讀：閱讀身體保護相關繪本，討論書中主角如何保護自己。	1. 能正確指出並說出主要身體部位的名稱。 2. 能明確指出泳衣遮蓋的地方是隱私部位，不可以給別人看或摸。 3. 能在覺得不舒服時，勇敢	性平繪本

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
						說出「不要碰我」。	
十二	家庭暴力防治-我喜歡被溫柔對待 (1)	健體 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。	1. 情緒的感知。 2. 溫柔的互動方式。 3. 建立愛與尊重的觀念。	1. 認識開心、生氣、害怕等基本情緒，並覺察自己與他人的感受。 2. 感受不同互動方式的差異。 3. 建立「愛我的人不會故意傷害我」的觀念，學習用愛與尊重與人相處。	1. 感覺體驗：用羽毛輕輕刷手臂（溫柔）與用手用力拍打桌子（粗魯），對比感受。 2. 情緒臉譜：畫出自己開心和害怕時的表情，並分享是什麼事情造成的。 3. 愛的抱抱：與好朋友或布偶進行擁抱練習，感受溫暖的肢體接觸。體驗被溫柔對待（如擁抱、讚美）與被粗魯對待（如推擠、大吼）的感受差異	1. 能看圖說出圖片中人物的情緒表情（如笑臉是開心）。 2. 能表達自己喜歡被怎樣對待（如喜歡被誇獎、不喜歡被打）。 3. 能在與同學互動時，使用溫和的語氣與動作。	情緒繪本
十三	家庭教育-我的家人(1)	生活 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。 家 E5 了解家庭中各種關係的互動親子、	1. 認識家庭成員稱謂。 2. 認識自己的家庭。 3. 愛的連結。	1. 認識家中成員的正確稱呼（如爺爺、奶奶、伯父、阿姨）。 2. 能向同學簡單介紹自己的家庭。	1. 家庭樹製作：利用貼紙或畫筆，在學習單上完成簡單的家庭樹。 2. 照片分享：帶來一張全家福照片，向小組同學介紹照片裡的人。	1. 能清楚說出同住家人的稱謂。 2. 能介紹自己的家庭狀況。	圖畫紙

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
		手足、祖孫及其他親屬等。		3. 感受家人對自己的照顧，並學習用圖畫表達對家人的愛。	3. 畫我不一樣的家：畫出家裡最溫馨的一個角落或時刻（如吃飯時）。	3. 能畫出家庭圖畫，並能說出畫的內容。	
十四 - 十八	校慶晚會暨水資源保護宣導(5)	健體 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 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。	1. 應用各種肢體動作展現舞蹈的力與美。 2. 應用各種肢體參與各項表演項目。 3. 愛護水資源。	1. 學生能參與討論晚會節目。 2. 學生能配合團體完成表演節目，合作一同認真參與活動。 3. 瞭解愛護水資源的重要性。	1. 指導及練習表演活動。 2. 宣導愛護水資源。 3. 配合團體練習及預演。	1. 正確做出表演動作。 2. 參與活動完成演出。 3. 能說出愛護水資源的方法。	
十九	生命教育-我很特別(1)	國語 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 生活 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。	1. 發現獨特的自己。 2. 自我肯定。 3. 欣賞生命的美好，並稱讚自己。	1. 透過指紋、聲音或外貌，發現自己與世界上其他人都不一樣。 2. 發掘自己的優點或長處（如我很會跑步、我笑起來很好看）。 3. 感受活著的美好，並學習稱讚自己。	1. 指紋畫：蓋下自己的指紋，並將指紋變成獨特的圖畫（如指紋小人）。 2. 優點轟炸：全班圍成一圈，輪流大聲說出「我很棒，因為我會...」。	1. 能說出自己身上一個獨特的地方。 2. 能自信地說出自己的一個優點或喜歡自己的地方。	繪本

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. 鏡子練習：對著鏡子裡的自己微笑，並練習說「我喜歡我自己」。	3. 能在活動中大方地接受別人的讚美。	
二十	品德教育-我會守規矩(1)	生活 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。 品 E1 良好生活習慣與德行。	1. 校園規範。 2. 理解守規矩的原因。 3. 禮貌好寶寶。	1. 認識上課要舉手、下課不奔跑、排隊守秩序等基本規則。 2. 理解遵守規則是為了保護自己也保護別人，讓大家更安全快樂。 3. 學習在校園中遇到師長要問好，同學之間要互助。	1. 情境辨識：展示圖片（如插隊、亂丟垃圾），請學生比圈或叉判斷對錯。 2. 排隊遊戲：練習按照高矮或座號快速且安靜地排好隊伍。 3. 禮貌小劇場：演練「進辦公室喊報告」或「撞到人說對不起」的情境。	1. 能說出至少三項班級或學校的生活公約。 2. 能在聽到上課鐘聲時，迅速回到座位坐好。 3. 能在日常生活中主動向老師與同學打招呼。	情境圖卡

【第二學期】

課程名稱	其他類課程		年級/班級	一年級甲班
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-許倩萍老師編修
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 checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" 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 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-I-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	2. 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 自信 及 覺察 生活細節的樂趣， 體會 學習美好生活的 快樂 感受。 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	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。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	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。	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。 生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。
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。	

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-不認識的東西不亂吃(1)	國語 1-I-3 能理解話語、詩歌、故事的訊息，有適切的表情跟肢體語言。 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。	1. 辨識陌生物品的危險性。 2. 認識陌生人給物的風險。 3. 建立基本自我保護概念。	1. 能說出遇到陌生物品的正確做法。 2. 能表達拒絕行為。 3. 能理解「不拿、不吃、不試」。	1. 情境圖片討論。 2. 宣導正確應對方式。 3. 角色扮演拒絕練習。 4. 統整安全守則。	1. 能說出拒絕的話。 2. 能做出拒絕行為。	反毒動畫、圖卡
四、五	性別平等教育-男生女生都是好朋友(2)	生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。	1. 玩在一起不分性別。 2. 分工合作。 3. 友善的互動。	1 理解男生和女生可以一起玩遊戲、一起學習，不需要刻意分開，接納不同性別的同學成為夥伴。	1. 合作過河：分組進行體能遊戲（如兩人三腳或傳球），規定必須男女混合編組。	1. 能在遊戲或活動中，接納不同性別的夥伴。	情境圖卡

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
		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。		2. 學習在遊戲中遵守規則，禮貌對待異性同學，不推擠或嘲笑。 3. 體認不同性別的同學各有所長，一起合作可以把事情做得更好。	2. 優點大發現：觀察班上的異性同學，分享他們厲害或值得學習的地方。 3. 握手做朋友：活動結束後，向合作的夥伴握手說謝謝，練習禮貌社交。	2. 能說出異性同學的一個優點。 3. 能合作完成活動。	
六 九	戶外教育-環境探索(4)	生活 6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境、尊重生命。 生活 2-I-1 以感官和知覺探索生活中的人、事、物覺察事物及環境的特性。 環 E3 了解人與自然和諧共生，進而保護重要棲地。	生活 B-I-3 環境的探索與愛護。 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。 環 3-1-1 能經由親近生物而懂得愛護與尊重生命，並瞭解生態保育的重要性。	1. 學生能認識動植物生態環境與環境特性 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。	1. 實地參訪水生池環境，認識水生池環境的生態環境。 2. 透過水生池環境動植物生態系的認識，了解學校水生池環境。 3. 透過導覽及實地參訪水生池環境，讓學生對水生池環境生物的生長環境有更深入的認識及了解。 4. 藉由觀察的過程，培養其觀察力與責任心。	1. 正確說出水生池環境生物生存環境所需之要件。	
十	防災教育-地震來了怎麼辦(1)	國語 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 健體 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	1. 地震避難三步驟。 2. 如何保護頭部。 3. 地震演練。	1. 熟練「趴下 (Drop)、掩護 (Cover)、穩住 (Hold on)」的標準動作。 2. 認識頭部是最需要保護的部位，學習利用書	1. 動作定格：老師喊口令，學生練習趴下掩護的動作，並由老師糾正姿勢。 2. 地震演習：播放地震警報音效，模擬真實地震情境，進行就地避難演練。	1. 能在聽到地震警報聲時，迅速躲到桌下並做出正確的避難姿勢。	防災影片

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
		生活 2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。		包、坐墊或雙手保護頭頸部。 3. 聽從指揮，養成在警報響起時停止說話、專心聽老師指令的習慣	3. 防災頭套練習：練習快速戴上防災頭套（或拿書包），並保護好頭部移動。	2. 能正確使用防護物品保護頭部。 3. 能在演練過程中依照指示行動。	
十一	性侵害防治-不喜歡要說不(1)	國語 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 生活 2-I-2 觀察生活中人、事、物的變化，覺知變化的可能因素。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	1. 知道拒絕的權利。 2. 熟練拒絕的技巧。 3. 逃離與求助的方法。	1. 能辨識讓人感到壓迫或不舒服的互動情境，當別人讓自己感到不舒服或害怕時，有權利說「不」。 2. 能鼓起勇氣，用清楚的聲音表達拒絕的意願，學習用堅定的眼神和聲音大聲說出「不要」、「住手」、「我不喜歡」。 3 認識在拒絕後若對方仍停止，應立即跑開並告訴信任的大人。	1. 大聲公比賽：練習大聲喊出「不要！」，比比看誰的聲音最堅定響亮。 2. 情境演練：設定情境（如有人想親你、有人想帶你走），練習說出拒絕的話。 3. 求助跑跑跑：模擬遇到危險時，快速跑到老師或家長身邊報告的動作。	1. 能辨識讓人感到不舒服的情境。 2. 能清楚表達拒絕的意願。 3. 能做出「拒絕→逃跑→告訴大人」的自我保護三部曲。	情境圖卡
十二	家庭暴力防治-不可以打人(1)	健體 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。	1. 手的正確用途。 2. 分辨情緒與行為。	1. 了解手的正確用途。 2. 學習區分「生氣」的心情與「打人」的行為，生氣時不能動	1. 好手壞手：展示圖片（幫忙拿東西 vs 推人），請學生分辨這是好手還是壞手，引導學生思考手的正向用途	1. 能說出手的正確用途。	情境圖卡

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
		生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。	3. 非暴力的行為選擇。	手，理解打人會讓對方受傷難過，也會讓自己變成不討人喜歡的人。 3. 認識除了打人以外，還有說出來、深呼吸等更好的解決方法，能在想動手時，嘗試用語言表達「我不高興」。	(如畫畫、擁抱)，而非用來打人。 2. 我的手會做...：畫下自己的手，並在旁邊畫出這雙手可以做的三件好事。 3. 生氣的時候：討論生氣時除了打人還可以做什麼(如跺腳、畫圖、找老師)。	2. 承諾不使用暴力解決問題。 3. 能用語言表達情緒。	
十三	家庭教育-我愛我的家(1)	生活 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。	1. 愛的語言。 2. 感恩的心。 3. 表達練習。	1. 認識表達愛的方式有很多種，如說好聽的話、擁抱、幫忙做事。 2. 覺察家人對自己的照顧(如準備早餐、洗衣服)，並心存感激。 3. 練習向家人說出「我愛你」、「謝謝你」等溫暖的話語。	1. 愛的傳聲筒：製作簡易傳聲筒或卡片，練習說出平常不好意思說的甜言蜜語。 2. 我是貼心小棉襖：分享自己如何讓家人開心(如自己收玩具)。 3. 擁抱任務：回家給主要照顧者一個大大的擁抱，並觀察對方的反應。	1. 能具體說出家人為自己做的的一件感人的事。 2. 能運用言語或肢體，向家人表達感謝。 3. 能在回家後實際執行一個愛的行動。	繪本
十四	生命教育-生命真美好(1)	國語 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 生活 2-I-3 探索生活中的人、事、	1. 周遭美好的事物。 2. 分享快樂的感覺。	1. 學習運用五官去發現生活周遭微小但美好的事物(如花開了、好吃的午餐)。	1. 校園微旅行：帶領學生漫步校園，尋找並分享覺得漂亮或有趣的東西。 2. 快樂罐子：畫出或寫下讓自己開心的事，投進班級的快樂罐子裡。	1. 能分享一件開心的事。 2. 能描述校園中的角落或景物。	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
		物，並體會彼此之間會相互影響。		2. 能仔細觀察並描述校園中一個美麗的角落或景物。 3. 覺察自己什麼時候感到快樂，並學習分享這份快樂。	3. 分享圈：圍坐在一起，輪流分享最近覺得很棒的一種感覺（如曬太陽很暖和）。		
十五 - 十七	畢業祝福歌 練習與典禮 預演 (3)	生活 4-I-2 使用不同的表徵符號進行表現與分享，感受創作的樂趣。 國 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。	國語 Ca-I-1 各類文本中與日常生活相關的文化內涵。 生活 D-I-4 共同工作並相互協助。	1. 瞭解生活中他人的付出。 2. 能夠懷抱感恩的態度與實踐行動。	1. 熟悉歌曲旋律，指導學生歌詞內容意義。 2. 畢業祝福歌曲教唱，並反覆練習。 3. 參與並熟悉典禮過程。	觀察評量	
十八	品德教育-說 謝謝(1)	生活 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。 品 E1 良好生活習慣與德行。	1. 認識「謝謝」這句話。 2. 辨識感恩的時機。 3. 真誠的態度。	1. 能在別人提供協助或給予物品時，主動說出「謝謝」。 2. 能理解接受別人的好意不是理所當然的，要懂得回饋感謝。 3. 能養成將「謝謝」掛在嘴邊的禮貌習慣。	1. 謝謝接力賽：傳遞物品，接過的人必須看著對方說謝謝才能繼續傳。 2. 感恩小卡：畫一張感謝卡送給學校裡的警衛伯伯、廚房阿姨或志工家長。 3. 角色扮演：設定情境（如筆掉了同學幫忙撿），演練正確的道謝方式。	1. 能說出「謝謝」。 2. 能回饋感謝。	繪本

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-不亂丟垃圾(2)	生活 3-I-2 體認探究事理有各種方法，並且樂於應用。	1. 垃圾不落地。 2. 環境與心情。 3. 隨手做環保，培養公德心。	1. 建立「垃圾要丟進垃圾桶」的基本觀念，不隨地亂丟。 2. 能分辨乾淨與髒亂的環境差異，體驗乾淨的環境讓人舒服，髒亂的環境讓人討厭。 3. 能在校園活動中，主動維護環境衛生，不製造髒亂。	1. 垃圾投籃高手：練習將紙團準確丟進垃圾桶，強化「丟準、丟對」的意識。 2. 整潔小尖兵：分組檢查教室地板或抽屜，看看誰維持得最乾淨。 3. 校園淨化趣：全班一起到操場或花圃撿垃圾，讓校園變乾淨。	1. 能保持座位周遭整潔。 2. 能主動維護環境衛生，不製造髒亂。	圖卡

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。