附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

南投縣郡坑國民小學 112 學年度領域學習課程計畫

【第一學期】

領域/科目	綜合活動	年級/班級	五年級，共 1 班
教師	石淑文老師編修	上課週/節數	每週 2 節，21 週，共 42 節

課程目標:
1.單元一「化解危機總動員」：了解並辨識周遭潛藏的危機，思考運用資源或策略化解危機的方法。
2.單元二「悅己納人」：認識自己與他人的特質，並且能欣賞和悅納。
3.單元三「我懂你的心」：培養多元性別間合宜的人際互動與情感表達，並在生活中能夠運用同理心與他人溝通。

教學進度		核心素養	教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次	單元名稱				
一	單元一化解危機總動員 活動 1 潛藏危機放大鏡	綜 -E-A3@ 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動 1 潛藏危機放大鏡 1.學生思考：我曾經看過、聽過或親身經歷過哪些危機呢？ 2.教師請學生分享自己看過、聽過或親身經歷過的危機，並表達想法和感受。 3.教師可將學生分享的內容摘要後書寫在黑板上。 4.教師分享自己遇過或看過印象深刻的危機，以及自己的感受和想法。 5.教師將學生 3～4 人分為一組，每	自我評量	【環境教育】 【安全教育】

			組最多不超過 4 人。 6.各組分配任務，選出主席和記錄，主席主持討論時須確保每個組員都有機會發言，表達自己的想法。 7.每組從剛剛同學或老師的發表中，選出一個例子作為討論主題，輪流針對該主題發表個人所知或感受。 8.教師邀請各組學生分享討論後的新內容或觀點。 9.教師歸納：無論從課堂知識或個人經驗中，我們都可以看出「危機無所不在」，所以在這個單元中我們要來認識危機的特性及解決策略，保護你我不被危機所害。		
二	單元一化解危機總動員 活動 1 潛藏危機放大鏡	綜 -E-A3@ 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動 1 潛藏危機放大鏡 1.學生思考：除了上述的危機，在生活周遭還有哪些被我忽略的潛藏危機呢？ 2.教師發下每人一張「危機情報員」學習單，學生根據自己蒐集的危機相關資料，完成學習單。 3.教師可透過近期學生印象較深刻的危機事件作為引導，讓學生進一步探討。	實作評量	【環境教育】 【安全教育】

			4.教師請學生上臺簡述自己所蒐集到的危機相關新聞，並分享看到這些新聞的想法。 5.學生輪流分享自己的危機相關經驗。 6.教師提問：聽完同學們的分享，最讓你印象深刻的是什麼？你有什麼想法呢？ 7.回饋與統整：雖然同學們蒐集的新聞事件是已經發生過的事，但其實這些危機都仍隱藏在我們的生活中，隨時有可能再度發生，平時應謹慎面對。 8.學生思考：這些發生在周遭的危機，會對我們的生活造成什影響呢？ 9.教師將全班學生分組，請各組選擇一個危機作為研究主題，並注意不要讓各組選到重複的主題。 10.教師示範運用心智圖所展示的潛藏危機分析結果，包含在不同環境及不同時間所可能帶來的危害。 11.教師引導學生心智圖的特色及小組討論的方向。 12.教師發下每組一張海報紙，各組討論選擇的危機可能帶來的影響，並以心智圖等方式呈現在海報紙		

			上。 13.各組發表討論結果，教師和同學給予回饋與建議。 14.回饋與統整：無論從新聞媒體或個人經驗中，我們都可以看出「危機無所不在」，認識並掌握危機的特性及解決策略，才能保護自己和家人。		
三	單元一化解危機總動員 活動 2 辨識危機小撇步	綜 -E-A3@ 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動 2 辨識危機小撇步 1.學生思考：有些危機是可以在發生之前提早察覺的，我有哪些覺察危機的經驗呢？ 2.教師引導學生閱讀課本情境圖，了解若能有效運用各種感官、提高警覺，便能提早發現生活周遭的危機，避免憾事發生。 3.請學生分享在學校或家裡曾覺察的危機。 4.學生思考：想一想，還有哪些能提早覺察危機的方法呢？ 5.教師引導學生，可以留意異常現象，並運用標示、公告及媒體資訊等來覺察危機。 6.教師展示不同標示的內容涵義、引導學生閱讀校園布告欄的內容，並提醒學生媒體資訊所傳達的危	實作評量	【環境教育】 【安全教育】

			機。 7.教師帶領學生巡視校園，並引導學生運用感官、標示及公告，覺察校園中潛藏的危機。 8.教師發下每人一張「危機辨識觀察員」學習單，請學生擔任危機觀察員，寫下觀察到的危機事件。 9.教師介紹表格內容，並說明要點：(1)運用感官觀察生活中發生的危機，推論造成危機事件的原因，判斷可能帶來的危害。(2)透過辨識表寫下危機地點，若有些危機在同一地點重複出現，便能觀察出規律並有效因應。 10.學生輪流發表「危機辨識觀察員」學習單內容，教師及同學給予回饋與建議。若有其他人發現相同危機，教師應引導學生重視。 11.回饋與統整：每天的生活中，無論家裡或學校都可能發生危機事件，因此更需要隨時運用各種感官提高警覺，並多多留意身邊的訊息，才能有效了解並發現潛藏的危機。		

四	單元一化解危機總動員 活動 2 辨識危機小撇步	綜 -E-A3@ 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動 2 辨識危機小撇步 1.學生思考：覺察潛藏危機後，我可以運用哪些資源來蒐集並分析相關資訊呢？ 2.教師透過課本範例，引導學生了解：除了運用自己的各種感官，還能透過其他資源與訊息，幫助我們辨識生活周遭的隱藏危機。 3.教師將學生分組，請學生討論還有哪些運用資源辨識危機的方法。 4.教師引導各組討論，並將結果寫在海報紙上，再分組上臺報告。 5.學生思考：我們運用了各種方法覺察、蒐集資訊並分析危機，想一想，如果沒有提早發現這些危機，可能會帶來哪些危害？ 6.教師透過課本範例，引導學生思考：若沒有透過感官或資源等方法覺察危機，可能造成哪些危害。 7.教師引導各組就先前討論出來的各項資源，討論沒有提前辨識可能會遇到的危害，並將結果寫在海報紙上。 8.將各組的海報紙貼在黑板上，請所有學生仔細閱讀，並針對各組的報告釐清或補充。	自我評量	【環境教育】 【安全教育】

			9.回饋與統整：平時可以多利用身邊的資源，能更了解潛藏的危機與可能造成的危害，進而對危機更加警覺。 10.學生思考：遇到危機時，針對不同的情況我會如何覺察、分析並判斷呢？ 11.教師引導學生統整歸納目前為止所學的危機辨識過程重點。 12.教師揭示辨識的重點：(1)提早覺察危機：可運用曾有過的經驗、標示、公告和媒體資訊，提早覺察並避免危機。(2)當場察覺危機：運用不同感官，在危機的當下立刻覺察。(3)運用資源分析危機資訊：藉由網路資訊、專家意見、課堂所學知識等，分析危機的相關資訊，亦可成為往後預防危機的關鍵知識。 13.教師引導學生閱讀課文，並請學生分享文中所用到的辨識危機的重點與步驟。 14.教師請學生分組整理目前為止所討論過的危機項目，並請各組挑選兩項危機進行系統思考，運用重點與步驟來辨識及分析危機，並將討論結果寫在海報紙上。 15.請各組上臺分享討論結果，教師		

			和同學給予回饋。 16.回饋與統整：若能在日常生活中運用辨識危機的方法，便能有效判斷危機是否存在，並進一步了解。		
五	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機	綜 -E-A3@ 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機 1.學生思考：遇到危機時我們該如何應變？運用哪些資源可以幫助我化解危機呢？一起討論並蒐集、整理各種化解危機的方法吧！ 2.教師引導學生了解危機的應變策略可以三方面討論，包含：(1)事前預防。(2)當下處理。(3)事後檢視。 3.教師透過課本示例引導，請學生運用危機應變三步驟幫助思考。 4.教師請學生分享是否有其他的補充。 5.教師說明：除了同學們所想到的策略，生活中還有許多資源可以來幫助我們化解危機。 6.學生思考：有哪些資源討論時沒有想到，現在認為可以融入化解危機的策略？ 7.教師提問：為什麼在危機發生後，還需要觀察與檢查？如果沒有做到，可能會發生什麼狀況呢？	自我評量 實作評量	【環境教育】 【防災教育】

			8.教師統整：危機發生前，若能做好預防措施，便有機會降低危機的損害；遇到不同的危機時，應理性的思考與分析如何應變並尋求幫助；危機發生後回頭檢視有哪些需要補強預防的部分，避免危機再度發生，都能做到的話，就能讓我們的生活更安全呵！ 9.學生思考：在我們所蒐集的各種資源中，哪些化解危機的資源我比較不熟悉，需要進一步去認識、了解？這些資源的功能是什麼？該如何有效的運用呢？ 10.教師引導學生閱讀課文，並請學生分組討論文中提及的緊急避難包物品，思考依個人的需求，緊急避難包還可以增加哪些物品。 11.教師讓各組選擇一個危機作為討論主題，並注意各組主題不要重複。 12.教師發下每組一張海報紙，各組討論選擇的危機可能造成的影響，以及如何運用資源來應變。 13.教師鼓勵各組以表格、心智圖等方式呈現討論結果並凝聚共識。 14.教師提醒：討論必須包含「危機項目」、「化解危機資源」、「功		

			能及運用方式」。 15.請各組上臺分享討論結果，教師與同學可給予回饋與建議。 16.教師提問：聽完同學的分享，你認識了哪些化解危機的資源？還有什麼危機是你不知道該如何應對的呢？ 17.教師提醒：平時可以上網蒐集解決危機的方法，但找到的資訊要加以驗證，避免接收到不實的內容。 18.請學生回家檢核家中是否準備好化解危機的相關資源。		
六	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機	綜 -E-A3@ 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機 1.學生思考：遇到危機時，我應該如何因應？事後又該做些什麼呢？ 2.教師請學生閱讀課文情境：有人神情緊張的拿軟糖請同學吃。 3.教師播放校園毒品的相關影片，幫助學生了解毒品所造成的危機。 4.教師引導學生討論：(1)毒品可能有哪些偽裝方式？(2)可能經由哪些管道接觸到毒品？(3)一旦覺察可能是毒品時，該怎麼做？ 5.教師請學生分享討論結果，並針對迷思及誤解給予澄清。 6.教師請學生閱讀課文情境：節日	實作評量	【環境教育】 【防災教育】

			出遊時，因人潮眾多發生踩踏意外。 7.教師播放踩踏意外的相關影片，幫助學生了解人群聚集時隱藏的危機。 8.教師引導學生討論：(1)有哪些方式能避免踩踏意外？(2)若覺察人群聚集該如何處理？ 9.教師請學生分享討論結果，並針對迷思及誤解給予澄清。 10.教師請學生閱讀課文情境：同學經常搶我的作業去抄，如果我拒絕借她，她就唆使其他同學孤立我。 11.教師播放防制校園霸凌相關的影片，幫助學生了解校園霸凌。 12.教師引導學生討論：(1)當霸凌發生時，只有霸凌者和被霸凌者嗎？(2)如果我發現別人被霸凌，會如何應對？(3)如果是我自己遭遇霸凌，該怎麼做？(4)如果我發現我的朋友在霸凌別人，我該怎麼做？ 13.學生討論面對霸凌危機，身為不同的角色，該如何正確因應。 14.教師發下每人一張「危機演練小劇場」學習單，將全班分組並分配主題，每個主題都要有 2 組演繹。 15.學生討論並實際演練該危機應如		

			何防範與因應。 16.分組上臺演練後，教師引導其他學生回饋，比較各組相同與相異之處。 17.教師提醒：請踴躍提供你的建議，並以鼓勵代替批評、以讚美看見同學的努力呵！ 18.教師提問：經過實際演練後，你有什麼新的想法呢？ 19.教師統整：雖然危機常常讓人措手不及，但我們還是可以提前準備，思考預防或化解的策略，讓損害降低；而在危機發生的當下，必須活用經驗與資訊，做出正確的選擇，好好保護自己並適時尋求協助。		
七	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機	綜 -E-A3@ 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機 1.學生思考：如果能提早辨識、掌握處理危機的方法並冷靜的面對，就能化危機為轉機！回想本單元的學習，以後我們發現可能的危機時，可以怎麼做呢？ 2.教師引導學生發現危機、判斷危機與解決危機的過程檢視，將危機化為轉機，問題舉例如下：(1)可以透過什麼來發現危機呢？(2)了解危	自我評量	【環境教育】 【防災教育】

			機發生的時間與地點，對化解危機有什麼幫助？(3)透過前面課堂的學習，你認識了哪些新的資源與平臺？(4)事前預防能幫助我們什麼呢？(5)為什麼危機過後還需要觀察、持續追蹤？ 3.學生能一一複習危機應變之思考順序，同學可適時給予協助與鼓勵。 4.教師請學生分享將此危機應變過程，應用在生活的實際例子。 5.教師引導學生應用：請運用本單元的學習，檢視你的生活周遭，辨識可能的危機，並記錄你的判斷與應變方法，再到學校與同學分享。 6.統整與反思：生活中的危機千變萬化，每種危機可能都有不同的應變方式，但若我們能掌握思考策略、善用資源、冷靜分析，即使面對新危機也能化險為夷。		
八	單元二悅己納人 活動 1 特質停看聽	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。	單元二悅己納人 活動 1 特質停看聽 1.教師展示動物圖片，請學生思考這些動物分別具有哪些特色，擅長做什麼？ 2.學生思考：我們和動物一樣，具備各種特質。我對同學們的特質有	實作評量 自我評量	【人權教育】

			哪些了解呢？ 3.學生思考：與班上同學相處時，我發現他們有哪些個人特質？這些特質展現在哪些方面呢？ 4.教師引導學生閱讀課文，進而思考自己班上同學日常的行為與特質。 5.教師發下每人一張「特質觀察筆記」學習單，請學生將觀察結果記錄在學習單中。 6.學生輪流分享學習單中的紀錄。 7.教師提問：(1)同學對彼此特質的觀察，和你的發現有哪些類似或不同之處呢？(2)想一想，為什麼會有不同的看法產生呢？ 8.教師鼓勵學生比較同學的觀察和對自己的了解，分享自己的觀點。 9.學生思考：討論同學的特質之後想想自己，我覺得自己是一個怎樣的人呢？我有哪些特質和優點？ 10.教師提問：你覺得自己是一個怎麼樣的人呢？你有哪些特質和優點？你想用什麼方式來介紹自己的特質呢？ 11.教師可引導學生輪流用自己喜歡的方式介紹自己的特質和優點。 12.統整與反思：整理自己的特質，		

			對你來說是容易或困難呢？為什麼？聽完大家的介紹後，你對同學有哪些新的認識與了解呢？		
九	單元二悅己納人 活動 1 特質停看聽	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。	單元二悅己納人 活動 1 特質停看聽 1.學生思考：聽完同學分享後我有什麼想法？我所認識的自己和同學眼中的我，有哪些相同與不同之處呢？ 2.教師發下每人一張「我和別人眼中的我」學習單，先請同學寫下 3 個自己的行為與特質，然後再找 3 個同學，分別就 3 個特質提出看法。 3.教師提問：(1)聽完同學的分享後，我有什麼想法？(2)我所認識的自己，和同學眼中的我，特質上有哪些相同與不同之處呢？ 4.學生思考：經過大家分享，了解自己和同學認識的我之後，我有哪些發現？ 5.教師介紹「周哈里窗」理論：周哈里窗是由美國社會心理學家提出，透過分析自己與他人的角度，把人的內在分成四個部分，分別是	實作評量	【人權教育】

			「開放我」、「盲目我」、「隱藏我」與「未知我」。(1)開放我：自己知道、別人也知道的部分。(2)盲目我：別人知道、自己卻不知道的部分。(3)隱藏我：自己知道、別人不知道的部分。(4)未知我：自己和別人都不知道的部分。 6.教師發下每人一張「我的心窗戶」學習單，請學生根據自我分析與他人的討論，完成學習單內容，更了解自己。 7.教師提問：經過大家的分享，對於自己和同學之間，還有哪些發現和體悟？ 8.教師提醒：若自己的特質和別人不一樣，都是很正常的，因為我們每一個人都是獨一無二的。		
十	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別	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。	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別 1.學生思考：了解同學的特質之後想一想，在互動的過程中，我們曾經在面對同一件事情時，有哪些不同的想法，表現出哪些不同的反應呢？ 2.教師布置情境：老師讓學生自己選擇打掃工作，有好幾個人想擦窗戶。	自我評量	【人權教育】

			3.教師引導學生討論：遇到這種情境時，不同特質的人可能的選擇與反應是什麼？ 4.教師布置情境：課餘時間，和同學聊起喜歡看的影片。 5.教師引導學生討論：遇到這種情境時，不同特質的人可能的選擇與反應是什麼？ 6.教師提問：從討論生活情境中的選擇事件，你有什麼發現？ 7.教師提醒：自己與他人的反應可能相同，也可能不同，都是很平常的事，我們應試著尊重和接納他人的選擇。		
十一	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別	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。	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別 1.學生思考：明明面對的是同一件事，為什麼每個人的想法和做法會有差異呢？ 2.學生透過演練，呈現不同特質面對同一事件時不同的反應。 3.教師引導學生討論並表現多種應對方式，培養自己的理解與多元接納的態度。 4.教師提問：你對於同學面對事情的應對方式有什麼想法？ 5.教師提醒：我們常因為個人特質	自我評量 實作評量	【人權教育】

			而產生不同的想法和做法，如果發生衝突時，要多站在他人的立場思考，嘗試接納並尊重彼此間的差異。 6.學生思考：每個人生來就是獨一無二的個體，在互動時因為個人的特質，有人的反應跟我差不多，有人的反應卻很不一樣，我會以怎樣的態度來面對呢？ 7.教師發下每人一張「生活觀察紀錄」學習單，引導學生進行思考，記錄面對事件時自己的反應與態度。 8.引導學生利用自己設計的生活觀察紀錄表單，於生活中實際進行觀察與記錄。 9.完成紀錄後，與同學分享自己面對事件時的反應，同學回饋面對類似情境的處境與經驗。 10.學生思考：如果同學因特質展現出來的反應，不是我所欣賞或認同的，怎麼做比較恰當呢？ 11.教師引導學生分組討論並發表。 12.統整與反思：你選用的生活觀察記錄方式，能完整呈現自己的觀察與省思內容嗎？透過討論與分享，你會怎麼做，來接納其他人不同特		

			質的表現呢？		
十二	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒	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。	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒 1.學生思考：我欣賞周遭哪些人的什麼表現？我會如何表現出對他們的欣賞之意呢？ 2.教師引導學生分享自己所欣賞的人或欣賞的表現。 3.教師提問：對於所欣賞的人、事，你會如何表現心意呢？ 4.學生利用腦力激盪的方式，探索對他人表示欣賞的做法與態度。 5.統整與反思：為什麼想選擇這個方式表達自己的欣賞呢？自己選擇的方法能充分表達你讚賞的心意嗎？為什麼？ 6.學生思考：從表現欣賞他人的活動中，我有哪些感受與收穫呢？ 7.學生輪流分享從欣賞他人的活動中，自己態度的改變。 8.教師引導學生回想上一堂課自己所欣賞的人和事並思考。 9.學生思考：欣賞他人之後想一	自我評量	【人權教育】

			想，我喜歡自己的哪些部分？哪些是我引以為傲的特質呢？ 10.學生輪流分享自己的優點與長處。 11.教師提問：你喜歡自己的部分，和所欣賞的同學有共同點嗎？共同點是什麼呢？ 12.教師提醒：大家可以藉由參與生活中的活動，欣賞自己與他人的特色和優點呵！		
十三	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒	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。	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒 1.學生思考：在日常生活的互動中，哪些做法可以讓我展現自己的特質，並將特質發揮得更好呢？ 2.教師利用活動的進行引導學生展現自己的特質。 3.以園遊會擺攤和話劇表演為例，讓學生先評估自己的特質，再選擇能勝任的任務。 4.教師發下每人一張「活動真有趣」學習單，並讓學生分組討論，思考可讓大家展現特質的活動主題。 5.討論後，學生進行分工與實踐。 6.教師提醒學生大方給予其他人正面的回饋，並觀察學生是否投入活	實作評量	【人權教育】

			動中，盡力完成自己的任務。 7.教師提問：你對自己的表現滿意嗎？如果可以的話，還想扮演什麼角色？你還有哪些特質，適合在日常生活中發揮呢？ 8.教師提醒：在活動過程中，每個人都應扮演好自己的角色，為自己的選擇負責。 9.學生思考：在日常的互動中，我對自己哪些部分的表現不滿意？原因是什麼？如果可以調整，我會採取哪些方法讓自己做得更好呢？ 10.教師引導學生省思，分享對自我了解的新發現，可以是技巧、表現、態度等。 11.教師播放活動照片、影片，讓學生觀察自己於活動中未注意到的部分，互相分享。 12.教師發下每人一張「自我檢測」學習單，引導學生思考對自己哪些部分的表現不太滿意？原因是什麼？ 13.教師提醒：除了上一堂課的活動之外，也可以由日常生活或與同學的互動來思考。 14.教師引導學生思考：如果不滿意的地方是可以調整的，可以採取哪		

			些方式幫助自己來完成呢？ 15.學生透過討論，整理出探索原因、做法、結果和可以調整的方法，然後嘗試實踐。 16.教師提問：(1)在活動中，你是否和同學一起進行團隊合作？有什麼收穫？(2)想一想，你的特質還可以展現在哪些地方？ 17.教師鼓勵學生，練習自我調整之後，繼續把握每次展現自我的機會多嘗試，持續強化自己的能力。		
十四	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒	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。	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒 1.學生思考：經過生活中的體驗與實踐，我在面對自己或他人展現各種特質時，有哪些想法上、態度上的改變呢？ 2.教師引導學生透過大家的發表和觀察，提出自己或同學中令人產生想法或態度改變的表現，並分享自己的觀點。 3.學生思考：從欣賞、接納自己和他人的探索活動過程中，我學到哪些應對的技巧和態度？如何充分應用這些技巧和態度，在與人互動中展現欣賞與讚美的心意呢？ 4.學生先分享所有已嘗試或是想要	自我評量	【人權教育】

			嘗試的各種方法。 5.教師引導學生從分享的各種方法中找出共通處，再整理出對應的步驟。 6.學生利用「謝謝我們的好」學習單，記下對自己和對他人的讚賞行動。 7.教師鼓勵學生：(1)在生活中把握機會，持續實踐並養成感恩、讚美的態度和習慣。(2)在欣賞他人或自我悅納過程，可以參考自己整理的應對祕笈，做好準備再進行。(3)在展現能力、特色等方面，你對自己還有哪些期待？請朝向目標努力嘗試吧！		
十五	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重	綜 -E-B1@ 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重 1.學生思考：人與人之間的互動每天都在發生，回想自己的生活經驗，曾發生過哪些因為對於性別認知不同而產生的事件？如果發生在我身上，我會如何面對或解決呢？ 2.教師引導學生閱讀第 54～55 頁的情境，分組進行討論。 3.教師引導學生思考：(1)你曾經看過或聽過，與情境示例類似或其它因性別而產生的事件嗎？(2)你遇到	口語評量 自我評量	【性別平等教育】

			或聽到這些情形時，有什麼感受？(3)如果發生在自己身上，你會如何回應或解決？(4)你認為為什麼會發生這些事情呢？ 4.學生分組討論後上臺發表，其他同學提供建議與回饋。 5.教師引導學生思考：你覺得每個人的表現和個人特質有關，還是和性別比較相關呢？為什麼？ 6.教師應適度引導學生理解多元性別，並隨時注意在討論的過程中，學生表達的態度。 7.回饋與統整：性別和特質間的關係不是絕對的，面對與性別相關的爭議時，應以更開放的態度面對。 8.學生思考：我常聽大家說，現在是一個注重「性別平等」的時代，什麼是性別平等？我可以透過哪些方式來了解性別平等呢？ 9.教師引導學生分享與討論：(1)分享曾經看過或聽過有關性別平等的相關宣導。(2)你認為什麼是「性別平等」呢？(3)還可以透過哪些方式讓我們更加了解「性別平等」？ 10.教師提問：你可以如何蒐集與性別平等相關的資料呢？ 11.教師引導學生覺察自己認識的性		

			別平等面向可能不夠多元，轉而以查詢資料、訪問親友或其他方式蒐集資料。 12.學生可前往圖書館查詢與性別平等相關的書籍，透過閱讀來了解。 13.學生選擇家人、鄰居、同學、學長姐當訪問對象，請教他們對於性別平等的看法。 14.教師提醒學生訪問前應事先做好聯繫工作，並注意訪問時的禮儀。 15.回饋與統整：蒐集的資料可以先以組為單位分類整理，方便之後與全班分享。		
十六	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重	綜 -E-B1@ 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重 1.學生思考：在查閱相關資料的時候，我看到了幾個落實性別平等的例子，我要跟同學分享。大家看完有什麼想法呢？ 2.教師引導學生閱讀課本上的新聞事件。 3.學生思考：經過多元資料的蒐集後，我對性別平等有哪些進一步的認識呢？ 4.學生分享的過程中，教師可適度引導學生理解多元性別，並隨時注意學生在討論的過程中表達的態	自我評量 實作評量	【性別平等教育】

			度。 5.教師可以「葉永鋕事件」的報導為例，說明事件的始末，請學生針對該事件進行討論。 6.有關葉永鋕的故事，在學生閱讀及分享的時候，教師可引導學生思考性別特質與刻板印象對於人際互動可能帶來的影響，並請學生反思自己是否有性別刻板印象。 7.教師引導學生以開放的心胸面對不同人的各種特質，不帶偏見的看待每個人。 8.學生思考：在學校與同學互動時，有時會因為一些與性別相關的原因而發生狀況，為什麼？ 9.教師請學生想像自己是情境中的主角，把自己代入情境中，思考自己的處理和表達方式。 10.學生思考：面對因性別而發生的狀況時，該怎麼處理呢？我有一些想法，我也想了解同學的想法，和我的有什麼異同呢？ 11.教師發下每人一張「人際問題小卡」（或空白紙條），以及「我的人際處方箋」學習單。 12.在卡片上寫下你生活周遭與性別相關的人際關係問題（或參考第 60		

			頁的情境）。 13.找幾位同學分享（男生、女生都要有），互相交換寫有人際問題的小卡。 14.仔細閱讀對方的問題，與同學討論問題發生的可能原因，並提供建議，被建議者記錄在學習單上。		
十七	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重	綜 -E-B1@ 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重 1.學生思考：人與人之間的互動與情感表達有各種模式，透過和不同性別的同學分享，我發現了什麼呢？ 2.教師將學生分組，組內男女人數盡量平均，學生在組內分享自己得到的建議，並針對同學的人際問題說出自己的想法。 3.不同性別的人，在表達情感、想法及解決人際衝突時，方法有何異同呢？ 4.同學的建議中，哪些適合你用來解決遇到的問題呢？為什麼？ 5.學生思考：看過別人的例子後回想一下，自己在與同學、家人的互動中，發生過哪些和性別相關的溝通或情感表達問題？原因是什麼？可以如何解決呢？	實作評量 口語評量	【性別平等教育】

			6.教師引導：請閱讀示例的問題，並把自己代入情境中，思考解決的方法。 7.教師發下每人一張「自我診斷書」學習單，請學生完成後在組內分享。 8.回饋與統整：在進行溝通時若是雙方都能心平氣和好好互動，就能夠期待產生好結果。 9.學生思考：不論是活動中的討論或平常的互動，我發現我和不同性別的人互動態度會有些不同，大家是不是跟我一樣？有哪些不同之處呢？ 10.教師請學生回想在自己的生活經驗中，和不同性別的同學互動時，自己的表達方式和態度有哪些異同。 11.學生在組內分享自己的經驗，可能有人面對異性時較緊張，面對同性較自然又放鬆；有人則是無論面對誰都一視同仁，都能輕鬆自在的互動。 12.學生思考：良好的互動是建立人際關係的重要基礎，與他人互動和相處時，我應該注意哪些行為或態度上的表現呢？		

			13.教師引導學生從之前進行活動時的互動來思考，小組討論與他人互動時，要注意哪些行為和態度。 14.教師請學生分組將討論出來的結果寫在黑板上，分為紅燈（不佳）和綠燈（較佳），一一說明原因。 15.回饋與統整：你也許會發現，與不同生理性別的人互動時，你可能會表現出不同的行為或態度，而無論生理性別為何，每個人都有自己的性別特質，在與人互動時要尊重他人，不要有歧視或偏見。		
十八	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1@ 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜 -E-C2@ 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1.學生思考：從前面的活動中，我了解到互相尊重才是人際互動的要點。但是在事情發生的當下，我們常會表現出最直接的言語和情緒反應，當我說出這些話時，對方的感受是什麼？怎麼做才能適當的處理呢？ 2.教師發下一人 1 張白紙，請學生在紙上寫下曾經和他人發生過不愉快的互動經驗。 3.學生思考：同一件事情帶給每個人的感受不一定相同，讓我們一起練習，試著發揮同理心，思考對方	口語評量 實作評量	【性別平等教育】

			可能會有的心情和想法吧！ 4.教師請學生閱讀課本中的情境，思考不同角色對於事件「所聽」、「所看」、「所想」、「所期待」有何差異。 5.教師發下每人一張「我的換位思考法」學習單，運用之前寫下的不愉快互動經驗，練習換位思考。 6.學生三人一組，拿出一人的學習單，兩個扮演事件主角，一個當觀察者。每個人輪流練習扮演主角對話，觀察者則說出自己的觀察結果與感受。 7.教師引導學生除了思考自己的經驗之外，也要將自己帶入同學的情境，換位思考適當的對應方式。 8.回饋與統整：練習或思考時，每個人都要用不同的角色進行對話，才能真正有機會了解「不同的角色有不同的想法」，更進一步將心比心。 9.學生思考：每個人聽到、看到、想到，以及期待事件的解決方法都不一樣，我們如何增進自己的同理心，將心比心的思考，向對方適切的表達並讓他了解呢？ 10.教師請學生閱讀課本中的情境，		

			引導學生歸納出重點：說事實、說感受、說期待。 11.發下每人一張「我懂你的心」學習單，請學生以上一個活動所寫的「我的換位思考法」學習單，進行省思並記錄。 12.學生進行組內分享，完成學習單後兩人一組進行練習，將學習單上的事件以同理心對話的方式進行角色扮演。 13.教師引導學生思考：原來的處理方法，和以同理心思考後解決的過程和結果有什麼不同呢？		
十九	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1@ 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜 -E-C2@ 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1.學生思考：遇到與不同性別的人互動而產生問題時，我該如何運用同理心來思考並實踐，以減少雙方的爭執呢？ 2.教師請學生閱讀課本中的情境，引導學生按照步驟思考實踐的方法。 3.教師引導學生記錄在家庭或在學校發生的事件，以同理思考的方式進行對話，並在課本第 70～71 頁中記錄結果。 4.回饋與統整：與不同性別的人發	自我評量	【性別平等教育】

			生衝突時，站在對方的立場思考，能夠減少不良影響，也能建立良好的人際關係。 5.學生思考：在生活中，可能因為言語或肢體的表達不當，和對方發生各種衝突狀況，我可以如何調整或溝通呢？ 6.教師引導學生閱讀第 72～73 頁的情境，分組進行討論。 7.教師引導學生思考：有時候，與人相處時發生問題，一定是因為至少其中一方有錯嗎？是否可能兩人都有可以再調整的地方？為什麼？ 8.學生分組就課本呈現的情境進行討論並上臺發表，其他同學提供建議與回饋。 9.人際溝通發生狀況時，常常都是由於雙方的表達不夠適切，在應對的當下，除了看到別人也要想想自己，雙方才容易經由磨合做出最佳調整。 10.我們不自覺的表達方式往往會造成別人的誤會，面對與不同性別的相處，有許多溝通表達和肢體的動作要留意。		

二十	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1@ 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜 -E-C2@ 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1.學生思考：與人溝通的方式有很多，有時候有些場合不適合說話，也可以比手畫腳來表達，只是表達的完整度可能不同。說話溝通和以其他方式溝通有什麼差異呢？ 2.教師先以簡單的手勢在沒有說明的情況下，跟學生進行默契活動。完成後請學生思考：(1)剛剛老師做了哪些指示？你看得懂嗎？為什麼？(2)還有哪些溝通方式？ 3.教師說明接下來要進行的活動，並按照以下步驟實施：(1)兩人一組，分別進行三種模式的溝通。(2)背對背說話：兩人一組背對背，看不到對方但聽得到聲音，隨意交談 2 分鐘，只能用言語溝通。(3)面對面說話：兩人一組面對面，交談 2 分鐘。(4)面對面不說話交流：兩人一組面對面，2 分鐘內不可以講話或發聲，用其他的方式溝通。 4.不同的溝通方式有何差異？ 5.哪種溝通方式不容易有誤會？ 6.學生思考：人與人相處時，除了要注意溝通的方式，還得要正確的表達。我平時會用怎樣的語氣、肢	實作評量	【性別平等教育】

			體、表情、說話方式與其他人互動呢？ 7.教師發下每人一張「你是我的眼溝通觀察表」學習單，引導學生進行體驗活動，活動規則如下：(1)3人一組，一人當介紹者，向另一人（聆聽者）介紹自己的興趣，第三人（觀察者）負責觀察介紹者。(2)觀察者負責觀察兩人互動，並在「溝通觀察表」上記錄。(3)三人角色互換，再進行 2 次，直到每個人都當過介紹者、聆聽者和觀察者。 8.活動結束後，學生閱讀同學觀察自己的溝通觀察表紀錄，思考同學眼中自己與人溝通時的狀態，並分享自己看到觀察紀錄後的感受與發現。 9.教師引導學生思考：藉由同學的觀察與分享，發現了自己與他人溝通時的狀態後，我有什麼想法呢？ 10.統整與省思：你剛剛在活動中的表現，和日常生活中可能發生的人際關係有什麼關聯呢？		

二十一	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1@ 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜 -E-C2@ 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1.學生思考：同樣一件事，用不同的態度、語氣、對話內容來表達，對方的感受可能會不一樣嗎？ 2.教師引導學生，將全班分成四組分別演練情境 1 的急躁口氣、情境 1 的商量口氣、情境 2 的不耐煩的態度、情境 2 的虛心求教的態度。 3.分組上臺演練，觀賞同學的演練後，教師請學生討論：你認為情境中的每個人分別有什麼感受？不同的表達方式會讓對方的感覺有什麼不同呢？ 4.除了課本的情境之外，教師可以請學生就自己曾經遇過的狀況，思考適切與不適切的表達。 5.學生思考：遇到以下的狀況時，我會用怎樣的語氣、肢體動作、表情、態度與同學溝通呢？ 6.教師引導學生討論適當表達，減少衝突發生的方法。 7.統整與省思：同學提供的方法，有沒有更適合你的？可以跟提出做法的同學進一步請教呵！ 8.學生思考：記錄一週內與不同性別的人互動的事件來進行自我檢	自我評量 實作評量	【性別平等教育】

			核，我是否充分運用同理心，做到正向的人際溝通與表達呢？ 9.教師發下一張「人際互動檢核表」學習單，請學生回憶並記錄一週內的互動事件，自我檢核並思考自己可以改進的地方。 10.教師提醒：進行事件描述時，應包含人事時地物等要點，才能完整的敘述，並逐一思考適切與不適切之處。 11.學生思考：前面幾堂課，有透過活動練習表達，也省思了自己在生活中和他人的互動。想一想，我要如何才能適切的表達，既能與他人正向溝通互動，又能盡量避免發生衝突呢？ 12.教師請學生以小組為單位，討論哪些原因會影響人際互動的發展。 13.學生討論時，教師可提示中年級學過的人際溝通技巧，引導思考方向。 14.將討論結果寫在便利貼，再貼到黑板上，全班一起分享與討論。 15.回饋與統整：說到人際關係，一定離不開「人」，從臉部表情、肢體、說話的態度，甚至一顆真誠的心，都是與人互動的重要關鍵呵！		

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. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。

附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

南投縣郡坑國民小學 112 學年度領域學習課程計畫

【第二學期】

領域/科目	綜合活動	年級/班級	五年級，共 1 班
教師	石淑文老師編修	上課週/節數	每週 2 節，20 週，共 40 節

課程目標:
1.單元一「與學習同行」：學習感興趣的事物，規畫並調整學習計畫，執行學習行動，培養自律與負責的素養。
2.單元二「生活資源全壘打」：了解各類資源，覺察媒體對生活的影響，培養媒體識讀能力，善用資源規畫策略以解決生活問題。
3.單元三「環境我來珍惜」：：覺察人類影響自然生態的行為，省思環保習慣，實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。

教學進度		核心素養	教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次	單元名稱				
一	單元一與學習同行 活動 1 學習任務大考驗	綜 -E-A2@ 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。	單元一與學習同行 活動 1 學習任務大考驗 1.學生思考：我們每天都會練習或認識某些事物，生活中學習無處不在，我最近正在學習什麼？ 2.學生分享自己正在學習的事物，例如：直笛、英語、做菜、直排輪、到博物館參觀學習等。學生針對自己正在學習的事物，課前蒐集精於該項事物的達人資料，以口頭報告、電腦影片投影等方式上臺分享，介紹達人的學習歷程與成就。學生分享後，整理這些達人的學習	口語評量 實作評量	【生涯規劃教育】

			歷程，包含學習動機、學習方法、學習態度、曾遇過的挫折與克服方法等。 3.學生思考：在許多學習的事物中，我特別喜歡學習哪些事物？為什麼？ 4.學生覺察自己的學習動機，分享想學習這件事物的原因，例如：喜歡這項事物、滿足好奇心與求知欲、和好朋友共同學習等。 5.學生思考並分享學習這些事物帶來的好處。學生覺察自己的學習動機，並了解學習帶來的優點，引起自發學習的動力。透過達人學習歷程的激勵，學生檢討自己正在學習事物的進度，設定目標並努力實踐。 6.教師鼓勵學習意願較低落的學生，聽完同學的分享，再嘗試找尋自己有興趣的事物學習，覺察自我的興趣或需求，激發自主學習的動機。教師可協助家中資源較不足的學生，引導他們找到適用的學習資源。 7.學生思考：在許多學習的事物中，有些學習過程需要經過事先規畫，我有哪些類似的經驗？學習的		

			過程和結果如何？ 8.學生回想自己學習的歷程，有哪些學習經驗是經由他人引導，依照他人規畫的進度學習，例如：到補習班學習、跟家教老師學習、依教練指導學習等。 9.除了有些學習是經由他人引導，依照他人規畫的進度學習，另外也有一些學習是需要自己自動自發，擬定學習計畫進行。 10.學生思考自己曾經歷妥善規畫的學習經驗後，與同學分享。 11.教師整理並歸納有發生計畫學習的好處，例如： (1)容易找到適合自己的學習方法，減少發生錯誤的機會。 (2)提供明確的時間安排，減少浪費時間的狀況。 (3)掌握學習進度，隨時調整修正。 (4)加強責任感。 12.學生思考：聽完同學分享後，想一想，經過規畫的學習和沒經過規畫的學習，有哪些不同呢？		

二	單元一與學習同行 活動 1 學習任務大考驗	綜 -E-A2@ 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。	單元一與學習同行 活動 1 學習任務大考驗 1.學生思考：想一想，如果要在學期結束前完成一項學習任務，我最想學的是什麼？ 2.學生思考：我想獨自進行這項學習，還是跟有興趣的同學一起學習呢？ 3.教師在黑板上分出數個區塊，每個區塊寫下一個學校的社團名稱，學生自由討論，選擇一個想參加的社團，決定後，學生上臺在社團區塊中寫下自己的名字。教師也可選擇另一個方式進行分組，學生拿出一張白紙，將自己有興趣的主題，寫在白紙上，字要夠大，讓其他同學可以看清楚，例如：書法、烹飪、舞蹈等。 4.教師計時 2 分鐘，請學生尋找跟自己有相同興趣的同學，若沒有人和自己有相同的興趣，學生也可以自己進行該項學習。分組後，組內分享自己想參加的原因，並簡單介紹自己對於學習這項事物的先備經驗，了解每個人的程度。 5.學生思考：確定學習主題及參與這項學習的人員之後，接著擬訂一	口語評量 實作評量	【生涯規劃教育】

			份個人或小組的學習計畫表，擬定這份學習計畫時需要注意什麼？ 6.教師提醒學生，學習新事物時，可以善用資源，例如：場地、家人、老師、學習的器材、學習網站、學習影片等，能協助我們更有效率的學習。 7.學生思考：個人或小組完成學習計畫之後，跟同學分享規畫內容，聽聽看大家有什麼好的建議，整合後再進行計畫的調整。 8.教師提供單獨學習的學生或合作學習的小組各一張海報紙，學生整理之前討論的學習計畫內容，寫在海報紙上。個人或小組完成海報後，上臺分享學習計畫，說明擬定學習計畫思考的過程，以及學習計畫的內容。學生分享後，臺下同學給予回饋，依照學習主題，從學習的目標、時間、方法等三個向度，檢視小組發表的內容，表達建議或看法。學生可參酌同學的建議，適時補充在學習計畫中。 9.學生將學習計畫海報張貼在公布欄上，和同學互相鼓勵，落實學習計畫的執行。學生依照學習計畫開始進行學習，教師鼓勵學生可以將		

			學習的事物與家人、朋友分享。另外，執行遇到狀況時，除了和小組成員討論，也可以請教師長或其他同學。 10.學生依學習計畫自動自發的學習，並將學習時遇到的問題記錄下來。教師提醒學習時紀錄學習狀況，學生依照學習計畫實踐 2 週後，討論實施學習計畫的成效。		
三	單元一與學習同行 活動 2 自我管理效率高	綜 -E-A2@ 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。	單元一與學習同行 活動 2 自我管理效率高 1.學生思考：在學習計畫的執行過程中，有哪些收穫？遇到了哪些問題？計畫中有什麼地方不夠完善需要調整呢？ 2.教師發下每人一張「分析學習問題」學習單，學生分組分享在計畫執行過程中，個人遇到的困難，或是小組成員合作時發生的問題，省思自己的學習狀況。 3.當學生無法覺察問題與原因時，教師可引導學生透過學習計畫逐步分析自己的學習狀況。學生省思自己的自我管理程度。學生覺察自己的學習態度有哪些要調整的地方，和同學討論並協助彼此改進。 4.學生思考：我們要如何解決在學	自我評量 實作評量	【生涯規劃教育】 【資訊教育】

			習過程中遇到的問題呢？跟同學分組討論解決的方法。 5.學生討論可以運用什麼方法或資源來解決問題，例如： (1)師長、家人、同學之間的鼓勵或指導。 (2)運用社區機構、網路等資源，讓學習加深加廣。 (3)運用各種學習單、檢核表、學習日記等自我管理工具，協助督促、檢查、省思學習計畫進行的狀況。 6.學生針對學習問題提出建議，例如： (1)如何能更有效的運用時間？ (2)如何加強學習效率？ (3)如何善用學習資源？ 7.學生提出建議時，教師尊重學生的看法，並適時導正有關學習的觀念。 8.學生思考：學習時，最常見的問題是時間的管理，為了能夠確保或提升學習成效，我們該如何安排時間、善用時間，進行有效率的學習呢？ 9.教師引導學生思考如何安排時間，讓下課後的學習更有效率，思考流程建議：先檢視自己可用的時		

			間→預估完成的時間→決定做事的先後順序→善用零碎時間→運用管理時間的資源。 10.教師提出可以幫助時間管理的工具，例如：「番茄鐘」是一種時間管理法，使用定時器，將每 30 分鐘分割成 25 分鐘的工作時間和 5 分鐘的休息時間，提高專注力。 11.教師提出幫助判斷事情的先後順序、輕重緩急的方法，例如：「時間矩陣」，可以根據橫向的「緊急程度」與縱向的「重要性」分成四類，透過將事情分類，檢視時間是否獲得適切的安排。 12.教師請學生寫下所有解決問題的可行辦法，小組可討論決定採用哪些建議，為自己的選擇負責任。 13.學生覺察初步的計畫構想可能不夠完善，一邊做一邊進行調整，就能越來越進步。		
四	單元一與學習同行 活動 2 自我管理效率高	綜 -E-A2@ 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。	單元一與學習同行 活動 2 自我管理效率高 1.學生思考：檢討目前發現的各種問題和狀況之後，想一想，我們的學習計畫有哪些調整與修正的思考方向呢？ 2.教師引導學生討論，提問舉例如	自我評量 實作評量	【生涯規劃教育】 【資訊教育】

			下： (1)學習目標是否需要調整？目標會不會太難或太簡單？ (2)學習內容是否幫助你達成原訂的學習目標？ (3)還可以運用哪些資源來學習？ (4)需要調整學習時間嗎？ (5)原先的學習方法適合嗎？需要採用其他的的學習方法嗎？還有哪些想嘗試的學習方法？ (6)用什麼方法與策略可以幫助你更有效的學習？ 3.教師說明，設定學習目標時，如果訂得太高，可能無法達成，導致挫折感；如果訂得太低，可能太容易達成，反而學不到東西，因此確實的評估個人能力，是擬定學習目標要素之一。 4.教師說明擬定學習目標的重要性，學生檢討學習目標後，思考目前的學習方法是否合適，再次考量自己的能力與程度，調整學習方法。 5.教師引導學生思考，原先的學習方法適合嗎？需要採用其他的的學習方法嗎？還有哪些想嘗試的學習方法？		

			6.教師提醒團隊合作學習的小組，團隊計畫中的學習方法，應適合團隊每一個人的程度，若有程度跟不上的同學，應互相幫助達成團隊進度。 7.學生省思自己是否能依照學習計畫安排的時間學習，透過抽絲剝繭的討論，學生了解執行第一次學習計畫時遇到的問題和原因，蒐集建議，再次檢視學習計畫並調整。 8.學生思考：和個人的學習計畫不同，多人一起執行學習計畫時，可能發生各種狀況，我們可以如何修正小組共同執行的學習計畫呢？ 9.團隊合作學習的小組，討論團隊中發生的狀況，例如：團隊練習的共同時間沒有共識。小組依據先前討論的內容，包含個人或小組學習時發現的問題、同學提供的建議、調整學習目標、方法、時間等，重新檢視學習計畫，記錄要調整的地方，擬定學習計畫修正版。 10.教師提醒：修正學習計畫後繼續執行，而且要隨時因應各種情況檢討修正呵！ 11.教師發下每人一張「學習日記」學習單，記錄自己的學習狀況與收		

			穫，作為改進的參考，幫助自己檢視達成的狀況。 12.教師統整執行學習計畫的重點，學習計畫完成規畫後，開始執行，記錄發現的問題；經過省思、檢討，運用各種策略來解決問題，修訂原本的學習計畫，繼續執行修正後的學習計畫。		
五	單元一與學習同行 活動 3 自律負責來學習	綜 -E-A2@ 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。	單元一與學習同行 活動 3 自律負責來學習 1.學生思考：經過了一段時間之後，我們的學習計畫已經陸續完成。利用適當時機展現自己的學習成果，並分享個人的學習心得，我的收穫是什麼？ 2.學生整理自己的學習心得與成果，在適當的時機發表，以課本示例為例，書法可在書法社期末成果展發表、舞蹈可參加表演、學英文歌曲可在母親節感恩活動演唱。 3.教師鼓勵學生無論是成功或失敗的經驗都可以分享，覺察在學習歷程中的感受與收穫，例如：自我管理策略的功效、時間管理的具體作法、規畫的能力、執行的能力、反思的能力等。 4.學生分享學習計畫的經驗，教師	實踐評量	【品德教育】

			恭喜學習計畫執行成功的學生，並鼓勵尚未達成的學生持續努力。 5.學生省思自己是否達到預期的目標，若沒有達成預期的目標，或是覺得學習的事物太過困難，教師鼓勵學生不要放棄，應了解沒有達成的原因，對症下藥持續調整。 6.學習的進步並非一蹴可幾，按部就班逐漸累積學習能力，檢討修正學習方法與學習時間的規畫，運用身邊的資源與自我管理策略，終會達成自己的學習目標。 7.學生思考：在這次的學習歷程中，哪些因素是成功學習的關鍵？我還有什麼地方可以再改善？ 8.學生分享學習成功的關鍵，教師歸納實踐學習的重點，訂出明確的目標與實踐的計畫，就不會容易受到其他事物影響而分心。 9.省思學習成功的關鍵，運用學習的成功經驗於未來的學習生活中。 10.教師提問：你能在生活中做到哪些自律與負責的行為呢？教師鼓勵學生思考自己想學習的事物，將所學應用在個人的學習計畫中。 11.教師提醒學生感謝身邊幫助自己的人，並與他們分享喜悅與成果。		

六	單元一與學習同行 活動 3 自律負責來學習	綜 -E-A2@ 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。	單元一與學習同行 活動 3 自律負責來學習 1.學生思考：歷經這次學習之後，我發現自己的學習態度與日常行為表現有了什麼改變？我在哪些地方表現出了自律與負責呢？ 2.學生分享實踐學習計畫的過程，覺察正確的學習態度。 3.教師發下每人一張「自律學習」學習單，學生寫下在生活中的自律表現，反思不自律可能會有什麼影響。 4.學生思考：隨著我們逐漸成長，做任何事情都比以前更不需要別人在旁督促，因為我們慢慢懂得要對自己有所要求，做事要有責任感。我還有哪些可以加強或改進的地方呢？ 5.教師引導學生反思自己在生活中有哪些自律習慣需要加強。教師提問：這些須改進的地方，你會如何嘗試調整呢？教師鼓勵學生使用自我管理策略，學習自律與時間管理，就能改善學習表現，完成每天的進度。 6.教師帶領學生討論教師手冊第 39 頁承俊的故事內容，分析承俊的問	實踐評量	【品德教育】

			題、困擾和改善方法習，慢慢建立成就感。教師提問：如果你是承俊，你會怎麼讓自己變得更好呢？ 7.學生思考：要做到自律又負責並不是件容易的事，找找看，生活周遭有哪些成功的例子，可以當作我們學習的典範呢？ 8.學生分享生活中最有自律習慣的親友，了解他自律的原因、動力、方式與影響。 9.教師提問：能自律、肯負責的人，通常會給我們什麼樣的印象？教師引導學生感受自律帶來的好處，持之以恆一定能達成目標。 10.學生思考：想想看，他們能夠做到自律、負責的原因是什麼？我可以如何向他們學習呢？ 11.教師發下每人一張「自我管理妙方」學習單，引導學生針對自己生活上的壞習慣提出解決方法。 12.學生完成後，上臺分享，教師提醒學生依序進行，讓每個人都有發表的機會。 13.教師統整自律生活帶來的好處，例如： (1)對自己越來越有信心。 (2)每天自律且規律的生活。		

			(3)和同學感情融洽。 (4)培養細心與謹慎的態度。 (5)展現出禮儀與教養。 14.教師鼓勵學生將所學持之以恆的實踐在生活中。		
七	單元二生活資源全壘打 活動 1 資源讓生活多元	綜 -E-B2@ 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。	單元二生活資源全壘打 活動 1 資源讓生活多元 1.學生思考：每天起床開始一天的生活，一天中，我會做哪些事？為了完成這些事，我常使用哪些資源呢？ 2.學生回想一天的生活，從早上到晚上需要做的事，例如：起床後吃早餐、出門到學校上課、在學校學習、全班吃午餐、下午上課後活動、回家完成作業、晚上的休閒活動等。 3.學生思考自己會使用哪些資源，完成一天的活動。學生透過自己或他人的經驗分享，認識更多的社會資源。 4.學生除了思考自己一天使用的資源之外，也可以思考爺爺奶奶、父母、兄弟姊妹在一天當中使用哪些其他的資源。 5.教師在黑板上歸納學生提出的社會資源，並針對不足之處進行補	口語評量 實作評量	【家庭教育】

			充。學生分組，小組討論黑板上各類資源的功能。 6.教師提醒學生，同一種資源可能具備多元功能，例如：教會有宗教信仰的功能，也有進行休閒活動的功能。小組討論後輪流上臺分享。 7.學生延伸思考：除了平日生活中常用的資源，如果是假日，我常用到哪些資源呢？ 8.學生思考：我最近和家人運用什麼資源解決家裡遇到的問題？選擇這項資源的原因是什麼？ 9.教師發下每人一張「資源分析表」學習單，學生分享最近和家人遇到用資源解決問題的事件，並分析選擇此項資源的理由。 10.學生思考：想一想，如果我遇到跟同學相同的狀況，我會用哪些資源解決呢？ 11.小組中每個人都提出自己的看法，思考如果是自己遇到這些事件，會使用的資源與原因。學生在討論中發現，資源的適用性會因為每個人的身處環境、條件、需求不同，而產生不同的結果，自己認為適合的資源，不見得適合其他人。 12.小組歸納每個人分享的資源適用		

			性，覺察有些資源的優缺點是普遍的共識，例如：到醫院看診的優點是分類較多，適合看每一種病；缺點是候診時間較長。 13.學生發表相關經驗時，教師鼓勵有類似經驗的學生，針對內容加以回饋，並鼓勵沒有相關經驗的學生，針對同學分享的內容盡量提出自己的疑問或看法。 14.學生思考：選擇運用資源時，每個人的原因不一樣，你通常考慮的因素是什麼？ 15.學生學習遇到問題時，蒐集資源並分析資源的適切性。教師鼓勵學生將選擇的技巧運用在生活中，當選擇解決問題時可運用的資源時，先判斷並分析它們各自的優缺點，適用在不同的環境、狀況與時機。		
八	單元二生活資源全壘打 活動 1 資源讓生活多元	綜 -E-B2@ 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。	單元二生活資源全壘打 活動 1 資源讓生活多元 1.學生思考：生活中偶爾會發生各種狀況與挑戰，如何迅速判斷當下情況並適當的運用資源？如果我遇到這些狀況，我會選擇運用哪些資源呢？ 2.教師說明，每項資源對每個人的適切性不同，選擇時要考量自身的	口語評量 實作評量	【家庭教育】

			情況，才能做出適當的決定，引導學生分析遇到狀況時，如何快速判斷出適合自己的資源。 3.學生討論課本情境，透過情境案例，學生聯想回到自己身上，學習判斷的方法。 4.學生思考：資源種類多元，有哪些我常用到的資源？我如何把這些資源整理出來呢？ 5.教師發下每人一張「我的資源整理表」學習單，舉例社會資源種類，例如：人力、財力、物力等，引導學生思考的方向，整理適合自己的各類資源。 6.當學生蒐集並對資源進行分類時，教師可開放學生使用資訊設備，上網蒐集相關資訊。 7.組員輪流分享自己找到的資源，若覺得同學分享的資源也適合自己，可以記下該項資源，讓自己以後資源的選擇更多元。 8.教師提問：每個人根據什麼方法，將資源分類呢？教師鼓勵學生，請嘗試實際運用這些資源，不但能解決問題，也能檢核選擇的資源是否真的適合自己，增加運用資源的經驗。		

			9.學生思考：各類資源為需要的人提供便捷又有效的服務，我運用各種資源時，需要考慮哪些事情，避免誤用或濫用呢？ 10.學生在課前蒐集不當使用社會資源的新聞報導案例，上臺進行分享。 11.教師引導學生討論不當使用資源對社會造成的影響，探討濫用及誤用的原因，以及運用資源前要考慮的事項，以課本第 38～39 情境為例。 12.教師引導學生針對新聞案例中的錯誤行為討論，了解濫用及誤用資源造成的影響，藉此反思使用資源的正確態度和觀念。 13.學生思考：使用資源時，應具備哪些適當的態度？ 14.學生討論使用資源的正確態度與注意事項。教師整合學生的討論，在黑板上列出資源使用不當的原因，提醒學生避免做出不當的使用資源行為。 15.教師提問：想一想，你運用資源的做法正確嗎？需要調整哪些觀念或態度呢？ 16.學生省思自己平時使用資源的行		

			為，覺察自己要調整的地方，在生活中實踐。		
九	單元二生活資源全壘打 活動 2 生活中的媒體	綜 -E-B2@ 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。	單元二生活資源全壘打 活動 2 生活中的媒體 1.學生思考：媒體是生活中不可或缺的資源，人們經常透過媒體獲取並傳遞資訊。在生活中，我有哪些使用媒體的經驗？ 2.教師說明媒體包含雜誌、廣播、電視、報紙、網路等，透過報導與討論，讓我們認識相關議題。學生以自己的日常生活為例，發表自己與媒體的關係。 3.教師提問：除了雜誌、電視、網路、廣播之外，還有哪些媒體呢？ 4.教師引導學生思考：我們的生活離不開各種媒體，媒體有哪些功能呢？ 5.學生思考為什麼需要媒體，了解各類媒體的功能，媒體傳播了哪些訊息。 6.教師引導學生討論媒體的正向功能，各類媒體在生活中扮演的角色，以及對生活的影響。	實作評量 實踐評量	【資訊教育】 【法治教育】

			7.學生了解媒體與生活密切相關，媒體具有教育意義，也能影響社會大眾的價值觀與思維。 8.學生思考：媒體能提供我們各種訊息，但不同的媒體對相同事件的報導會完全相同嗎？閱讀到不同的報導時，會對我的看法造成哪些影響？ 9.小組討論課本的環境事件案例內容。學生討論媒體的不同報導會對閱聽者產生的影響。 10.小組討論課本的社會事件案例內容。學生討論媒體的不同報導會對閱聽者產生的影響。 11.學生覺察事實會依據報導角度不同，而呈現不同的面相，省思如果自己是記者，會如何撰寫這個事件的報導。 12.學生思考：不同媒體在報導相同事件時，因敘述角度不同，導致報導的內容也不相同。對於這個現象，我是怎麼想的呢？ 13.小組組員發表課前蒐集同一事件，不同媒體的報導資料，分享蒐集到的相關報導有哪些差異。小組討論各家媒體對同一個事件的報導，產生差異的原因。小組討論如		

			何避免因報導的立場不同，對自己產生影響。 14.學生觀察各媒體報導的不同論述與觀點，覺察閱讀新聞時要盡量多元蒐集不同媒體的報導，不偏信單一媒體，才能深入了解事件的真實性與客觀性。若學生在討論時發現某些媒體報導不夠客觀，請提醒學生針對事件作評論，不宜直接批評該媒體。		
十	單元二生活資源全壘打 活動 2 生活中的媒體	綜 -E-B2@ 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。	單元二生活資源全壘打 活動 2 生活中的媒體 1.學生思考：媒體提供大量資訊，是傳播訊息的重要媒介，這些訊息都是正確的嗎？我和家人曾接收過哪些不實的訊息？我們如何發現這些訊息是不正確的？這些不實訊息對我們會造成哪些影響呢？ 2.學生分享最近在社群媒體上看到的各種假訊息，教師鼓勵學生踴躍發表。 3.學生討論將假訊息分享給親友，如果有人信以為真，可能會造成哪些影響。教師補充假訊息造成危害的新聞案例，學生覺察散播假訊息對個人或社會大眾造成的影響，可能導致群眾恐慌，破壞社會治安等	實作評量 實踐評量	【資訊教育】 【法治教育】

			後果。 4.教師說明假新聞以容易引起讀者注意的標題，加上部分或完全假造的資訊內容，提供給讀者，以此誤導讀者，獲得商業利益、廣告收入或政治目的。假新聞包括幾種基本的型態： (1)純屬虛構的訊息。 (2)提供片面事實的訊息。 (3)品質低劣的真新聞 (4)具有政治意圖的操控式新聞。 (5)有行銷目的的業配文。 5.教師歸納學生分享的各種假訊息，引導學生覺察各種不實訊息。 6.學生思考：如果對訊息感到懷疑，我會怎麼做？在查證過程中，我們應該注意哪些事？ 7.教師引導學生查證，分組討論發表如何杜絕假訊息。小組使用電腦或平板連上網路，查證訊息的真偽，以課本第 44～45 頁案例為例，學生可在臺灣事實查核中心、MyGoPen、Cofacts 真的假的、國防部新聞稿等網站等，學習找到澄清訊息。 8.學生探討查核訊息的做法，例如：直接聯繫相關單位或當事人、		

			重複查詢並驗證資料來源等。 9.學生覺察假訊息可能的跡象，探討辨識訊息真偽時的注意事項。教師提問：還可以用哪些方式查證各類訊息的真偽呢？ 10.教師發下每人一張「練習辨識訊息」學習單，學生演練，辨識並查證訊息真偽。 11.教師提問：如果你接收到的是影片或語音訊息，可以如何查證呢？ 12.學生上網利用 Google 練習「以圖搜圖」，將有疑問的新聞網頁圖片截圖後，點選首頁右上角「圖片」功能，上傳照片「以圖搜尋」，可以找到相關資料。 13.教師提醒，在網路上要隨時留意假訊息，並查證可疑訊息，如果不確定訊息是否為真，寧願不分享該則訊息。如果蓄意散播假訊息，可能會觸犯法律，提醒學生轉傳訊息前一定要事先求證。		
十一	單元二生活資源全壘打 活動 2 生活中的媒體	綜 -E-B2@ 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。	單元二生活資源全壘打 活動 2 生活中的媒體 1.學生思考：除了接收各種媒體訊息時必須反覆推敲或查證之外，我知道如何正確轉傳網路媒體的資訊嗎？收到令人感到不舒服的訊息	實作評量 實踐評量	【資訊教育】 【法治教育】

			時，我會怎麼回應呢？ 2.學生討論課本第 48 頁案例。教師引導學生討論案例中同學的回應，思考這些回應是否恰當。學生發表看法，覺察在社群中發言時，應表現適當的禮儀與態度。 3.學生思考：網路是發布和接收訊息的管道，我在發出訊息或接收訊息時，如何表現與他人互動的禮儀？ 4.教師請學生拿出一張白紙練習寫下對課本第 48 頁案例進行回應。學生上臺分享自己的回應，並說出理由，臺下學生給予回饋。 5.教師發下每人一張「網路社群禮儀」學習單，學生整理剛剛同學的發表，在學習單寫下發出訊息或接收訊息時，應注意的事項，包含遵守法律，注意文字語氣、態度、禮儀等。 6.學生覺察網路的發言如果造成他人名譽受損或覺得被威脅，也是觸法的行為，在網路收發訊息與他人互動的禮儀，也視同在生活中的人際溝通。 7.學生思考：網路資源的不當使用可能形成網路霸凌，對他人造成傷		

			害。哪些行為是網路霸凌？會造成什麼影響？ 8.教師分享課前蒐集網路霸凌案例，或討論課本第 50 頁案例。小組討論哪些行為屬於網路霸凌。 9.教師說明路霸凌可能會牽涉到的法律責任，例如：公然侮辱、毀謗、恐嚇、危他人名譽等。小組討論剛剛分享的案例中，可能會觸犯的法律。 10.學生思考：如果遇到網路霸凌的事件，我可以怎麼做呢？ 11.教師引導學生思考網路霸凌層出不窮的原因。學生分享自己或身邊親友是否曾遭遇過網路霸凌，覺察網路霸凌對受害者造成的影響，發揮同理心，不當霸凌者。 12.學生依據蒐集到的霸凌案件資料，整理避免網路霸凌的方法。學生分享：了解正確運用網路媒體的重要性後，對我的日常生活有哪些影響？我以前的想法是什麼？未來我會怎麼做？ 13.學生回想以前不正確的做法，思考未來正確運用媒體的觀念與做法，討論以下面向，舉例如下： (1)看到網路媒體傳播的訊息時。		

			(2)蒐集網路媒體的資料時。 (3)在網路媒體收發訊息時。 14.教師引導學生思考：在使用資源和媒體上，有哪些需要調整的地方，以及可能遇到的問題。		
十二	單元二生活資源全壘打 活動 3 資源活用百分百	綜 -E-B2@ 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。	單元二生活資源全壘打 活動 3 資源活用百分百 1.學生思考：善用資源能幫助我們解決生活中的問題，在過程中成長與學習。遇到問題時，我可以運用哪些資源呢？ 2.學生討論想解決的問題，以課本戶外教學活動問題為例：班上要進行戶外教學活動，如何運用資源尋找適合的地點呢？學生討論戶外活動地點，可以運用哪些資源蒐集資料。 3.學生討論時，說出推薦這些地點的原因。全班投票，選出數個戶外教學活動的地點方案。 4.學生思考：每種資源都有其適用性，我會如何評估各種資源的優缺點，來訂定合適的目標呢？ 5.學生分析地點的優缺點，可由交通、經費、時間、天氣來分析。學生了解個地點的優缺點後，考量各種條件，分析並選擇適合班上的戶	實踐評量	【資訊教育】

			外活動。 6.教師引導學生討論，該如何決定選擇的方案？要考量哪些因素？ (1)班級戶外活動要在何時舉辦？ (2)誰負責什麼事？該如何分工？ (3)活動經費如何分配？ 7.教師提問，遇到問題時，你會如何查找資料解決？教師可給予提示，學生運用自己最方便的方式，了解資源的管道。 8.學生思考自己遇到困難時，最常使用的資源，例如：網路、圖書館、同學、家人、師長。學生發表自己尋求各種資源，查找各種資料解決問題的經驗。 9.教師提問：分析並整合各資訊後，選擇什麼方案最可行呢？教師歸納學生的討論，將最後確定的事項寫在黑板上。 10.學生思考：確定目標之後，如何蒐集各種相關資訊，找出最適合的實施方式達成目標呢？ 11.以課本戶外教學活動問題為例：決定好戶外教學活動的地點後，如何運用資源做好出發前的準備呢？ 12.教師引導學生討論行前準備，可依實際需要分工，運用各類資源，		

			規畫想要完成的任務，根據任務考量行前準備事項。 13.學生依戶外活動方案進行任務分組，例如：景點組、交通組、餐點組、通知組等。依據任務分組，小組決定出要負責的任務。 14.教師引導學生討論，可以運用哪些資源完成任務。教師提問：還要做哪些準備呢？各組根據任務規畫想要進行的事項，擬定執行戶外教學活動計畫。教師鼓勵學生要善用資源才能做好完整的規畫。		
十三	單元二生活資源全壘打 活動 3 資源活用百分百	綜 -E-B2@ 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。	單元二生活資源全壘打 活動 3 資源活用百分百 1.學生思考：當我做好事前準備計畫，卻突然發生狀況，我可以如何透過各類資源協助處理呢？ 2.以課本戶外教學活動問題為例：同學依照計畫參與戶外教學活動，活動中發生了什麼狀況？我們如何因應呢？ 3.戶外教學活動結束後，學生進行活動回顧，分享活動發生的狀況，以及運用資源解決問題的做法。教師提醒學生對一個問題從不同面向提出各種可能性，針對各種可能一一解決，先廣泛的再精緻化的思	實踐評量	【資訊教育】

			考。 4.教師引導學生討論：回想遇到問題到解決問題的過程，我們如何進行呢？解決問題的步驟是什麼？ 5.開放學生討論，學生對於問題解決步驟提出自己的看法或發現的問題。 6.教師說明問題解決歷程，要解決問題必須先確認問題，接著思考解決的方法，評估各種方法的優缺點之後，最後選擇做法並依步驟執行，直到問題解決。 7.教師引導學生回想活動進行的流程，歸納出問題解決步驟，說明如下： (1)確認問題。（分析原因） (2)思考解決方法。（評估優劣） (3)選擇做法。（擬定步驟） (4)執行做法。（做法有效） (5)問題解決。 8.教師發下每人一張「問題解決流程紀錄」學習單，學生根據問題解決流程，寫下自己解決問題的歷程，包含：確認問題、思考解決辦法、選擇做法、執行做法、問題解決等。 9.學生思考：有了這些經驗，下次		

			遇到問題時，我會如何活用資源呢？ 10.任務進行後，教師請學生進行分享，包含任務內容、運用的資源、進行過程與心得。 11.教師延伸提問：如果執行的結果不如預期，有哪些資源能幫助解決問題呢？學生思考各種不同的社會資源與支援系統可提供的資訊，以及可以解決的問題。 12.教師也可採取另一種做法，引導學生拆解任務經過，分成人事時地物進行分析，或是 5W1H 思考法，還原任務經過，進行省思與回饋。教師說明 5W1H，從六個面向打破砂鍋問到底，可深化思考找出問題原因。 13.教師提醒學生，解決問題遇到結果不如預期時，不要互相指責與攻訐，應尋求他法，繼續完成任務。學生了解解決問題，宜作系統性的規畫，透過問題解決的步驟，就能更有效率的完成。		

十四	單元三環境我來珍惜 活動 1 生態環境 SOS	綜 -E-C1@ 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	單元三環境我來珍惜 活動 1 生態環境 SOS 1.學生思考：地球上有各式各樣豐富的自然生態，當自然環境發生改變或遭到破壞時，許多生物將面臨生存的問題。我想了解環境改變對生態資源造成什麼影響？有哪些生物因環境被破壞，遭受生存的威脅呢？ 2.學生分享蒐集環境汙染現象與世界保育物種的相關資料，探討人為因素破壞環境的現象，說明生物需要被保育的原因，以及目前生存所遭遇的困境。 3.學生分組討論環境破壞對自然生態的影響。教師補充說明各種環境汙染現象，並提供瀕臨滅絕生物的照片、影片、書籍或相關新聞事件等資料，加強學生掌握保育知識。 4.學生討論人類行為破壞自然生態與環境的問題。教師歸納生物瀕臨滅絕的原因和現象，請學生針對人類影響自然環境中動物、植物生存的行為發表看法，藉此喚起對生物多樣性的重視。 5.學生思考：臺灣是我們生活的地方，擁有豐富的生態資源，但由於	實作評量 口語評量	【環境教育】

			經濟開發與天災的影響，造成自然生態環境的改變。仔細觀察，在我們的生活周遭有哪些環境問題？ 6.學生記錄社區生活環境和自然環境的觀察結果，利用人、事、時、地、物，歸納所觀察到的重點。學生分組，討論自己的發現並上臺分享。教師引導學生歸納人類生活自然環境的關聯。 7.學生可於上課前一週觀看《老鷹想飛》紀錄片，並記錄影片重點，準備上課時討論觀看影片的發現。教師說明老鷹又叫黑鳶，是臺灣第二級珍貴稀有保育動物，學生分組討論觀影心得並上臺分享。 8.教師引導學生歸納自然環境與黑鳶的關聯，提問舉例如下： (1)黑鳶有哪些生活習性？ (2)黑鳶在臺灣的生存現況如何？ (3)為什麼黑鳶數量變少了？ (4)人類、黑鳶與自然環境間，三者會如何互相影響？ (5)有哪些做法能保護黑鳶和自然環境？ 9.學生反思，生活還有哪些自然生態與環境受到影響的狀況？ 10.教師提問，你還看過哪些生態環		

			境的紀錄片？或是曾經觀察到哪些地方的環境開發影響了自然生態？ 11.學生自由發表，若有學生對環保議題較陌生，教師可提供相關影片資訊，例如：《不願面對的真相》、《第 11 個小時》、《看見臺灣》、《永不妥協》、《明天過後》、《水起台灣》等，鼓勵學生了解地球自然生態環境的現況。		
十五	單元三環境我來珍惜 活動 1 生態環境 SOS	綜 -E-C1@ 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	單元三環境我來珍惜 活動 1 生態環境 SOS 1.學生思考：讓我們一起展開社區踏查，看看我的生活周遭有哪些已經發生或可能發生的環境問題，要怎麼進行踏查呢？ 2.教師說明，從生活中觀察周遭環境發現可能的環境問題，提出討論想要調查的社區範圍。 3.小組討論想要探查的主題，可以社區環境開發狀況，以及社區裡自然生態的動植物作為觀察重點，課本以「學校周邊的自然環境」與「外來種綠鬣蜥」為例。 4.教師提醒學生踏查時，除仔細觀察，也需要詳實記錄。規畫後，開始進行社區踏查活動，學生可利用拍照、攝影記錄社區生活環境和自	實作評量 口語評量	【環境教育】

			然環境的觀察結果，再歸納觀察到的重點。 5.學生思考：依照規畫進行踏查，踏查後，如果還想深入了解社區裡自然生態的狀況，我可以怎麼做呢？ 6.學生踏查後，會發現有許多現象需要持續蒐集資料才能深入理解，例如：環境汙染的原因、外來種生物的特性等。 7.教師說明深入了解社區自然生態環境的方式，了解社區的環境變化和環境問題。 8.教師發下每人一張「社區環境議題新聞」學習單，學生整理蒐集的資料內容，歸納成摘要，依據踏查的分組，小組集合每位組員蒐集的資料，整理後上臺分享。 9.分享後，教師引導學生反思：社區的環境開發對自然生態有什麼影響？有哪些改善環境的環保行動？ 10.學生思考：分享踏查後的發現，我們觀察到哪些自然生態？哪些生態受到自然環境影響而改變？ 11.教師發下一組一張海報紙，小組製作社區踏查海報，紀錄社區踏查的資料與發現，課本以「社區自然		

			生態資源踏查」與「社區外來物種問題踏查」為例。 12.教師引導學生反思，社區的環境開發對自然生態造成許多影響，該如何著手改善？如何處理外來生物？處理時如何尊重牠們的生命？ 13.學生思考：我們可以做些什麼，來保護社區的自然生態？ 14.小組探討可行的環保行動，例如： (1)保護身邊的自然生態，不任意破壞、製造汙染。 (2)飼養寵物不任意放生或棄養，造成外來種問題。 (3)向環保團體請教照顧流浪或受傷動物的做法。 (4)盡量遠離野生動物的棲地。 (5)週末和家人參與公益，維護社區環境。 15.教師提問：想一想自己和家人有做到哪些環保行動，愛護社區環境或自然生態？學生自由發表，教師引導學生覺察自己的行為，對環境保護的重要性。		

十六	單元三環境我來珍惜 活動 1 生態環境 SOS	綜 -E-C1@ 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	單元三環境我來珍惜 活動 1 生態環境 SOS 1.學生思考：雖然我們的年紀小、能力有限，但其實在生活中有許多跟我們年紀差不多的孩子，致力保護自然生態。蒐集相關資料，看看他們做了什麼？ 2.學生蒐集資料並上臺分享這些兒童的環保動機、做法與影響。教師說明一個人的力量有限，但是為了共同的目標，結合更多人的力量，可以做更多的事情。學生延伸思考，為什麼這些兒童的做法成功了？成功的關鍵是什麼？ 3.學生思考：在臺灣這片土地上，還發生著那些為保護環境而奮鬥的事蹟呢？讓我們一起搜尋資料，學習他們的精神。 4.教師播放環保人士保護環境的影片，引導學生覺察保護環境與愛惜自然生態息息相關。 5.學生討論環保人士保護環境的做法。教師鼓勵學生每週蒐集一項環保報導，持續關心各項環境議題。 6.學生思考：一個人的力量有限，但是一群人的潛力無窮。志同道合的環保人士們組成各類環保組織與	實作評量 口語評量	【環境教育】

			機構，這些環保組織與機構執行了哪些環保宣導或行動呢？他們的行動改善了哪些環境問題？ 7.教師發下每人一張「環保團體大搜查」學習單，內容包含：團體名稱、目標宗旨、推行的環保行動，最後省思自己參與過的環保團體。 8.學生分享課前蒐集臺灣的環保團體或組織，完成「環保新聞大搜查」學習單後，發表環保團體的環保行動。教師提問：各環保團體關注的環境議題不同，你對哪些議題有興趣呢？ 9.學生思考：放眼國際，全球有哪些議題正備受重視，哪些環保團體或環保人士在世界各地關注生態資源，致力推行環境保護呢？他們的環保理念和環保行動是什麼？ 10.學生介紹課前蒐集國際的環保團體組織與環保人士。學生介紹後，思考自己是否曾參與或接觸過這些國際環保團體組織與環保人士提倡的行動。若學生沒有經驗，也可分享類似的環保行動，了解自己有哪些與國際接軌的環保行動。 11.教師提問：各環保團體關注的環境議題不同，你對哪些議題有興趣		

			呢？想一想，你能在生活中如何響應呢？教師提醒學生，國際上還有許多的環保團體，一起共同關心全球的環保議題、落實環保行動，是我們每一個人的責任。		
十七	單元三環境我來珍惜 活動 2 家庭綠色消費 Go	綜 -E-C1@ 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	單元三環境我來珍惜 活動 2 家庭綠色消費 Go 1.學生思考：許多環保團體推廣的環保行動中，「綠色消費」是一項重要的議題，為了減少人類對環境和生態資源的危害，響應綠色消費是我們能做的事，在生活中，我和家人看過哪些綠色消費訊息？如何辨識各類綠色消費標章呢？ 2.教師發下每人一張「環保標章放大鏡」學習單，學生將拍下或剪下的產品標章貼在學習單上，寫下標章的意義與使用經驗。 3.學生分享課前蒐集具有環保標章認證的產品資訊。 4.教師說明世界各國也有自己的環保標章。 5.教師引導學生討論何謂綠色消費，提問舉例如下： (1)為何要選購有環保標章的產品呢？ (2)綠色消費對保護環境有什麼影	實作評量	【環境教育】

			響？ (3)平時如何進行綠色消費？ 6.若還有教學時間，為使學生了解各類環保標章的用途及範圍，全班可進行環保標章的常識測驗，遊戲規則如下： (1)教師提問：買○○要看什麼標章？（○○為產品圖照名稱） (2)教師逐一展示商品圖照，學生將答案寫在紙上。 (3)教師公布答案，答對得 1 分。 (4)10 題出完後統計得分，得 10 分者可獲頒為環保標章專家。 7.教師鼓勵學生，觀察生活中物品的綠色標章，和家人一起選擇綠色消費。 8.政府和環保團體設置標章，是為了讓消費者能清楚的辨識，使在生活中和家人一起選擇友善環境的產品，為保護環境盡一份心力。 9.教師小結：對環境友善的消費行為，稱為「綠色消費」，除了生活中常見的環境汙染，我們的消費行為也可能間接產生汙染，若能從生活中預防，了解並實踐綠色消費，就能減少對環境的傷害。		

十八	單元三環境我來珍惜 活動 2 家庭綠色消費 Go	綜 -E-C1@ 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	單元三環境我來珍惜 活動 2 家庭綠色消費 Go 1.學生思考：了解各種環保標章後，觀察家裡的生活用品，哪些用品的製作或使用方式響應友善環境？想一想，往後消費時可以如何選擇友善環境的產品呢？ 2.教師歸納前一節課的討論，選出幾種生活中較常見的環保標章，說明其圖象代表的意義，輔助學生理解。 3.教師發下每人一張「家庭綠色標章調查表」學習單，學生回家統計家中有這些標章的產品種類，認識有環保標章認證的產品資訊，例如：蔬果等生鮮農產品、各類食品、電腦等資訊產品、電視、交通工具、肌膚毛髮清潔產品、清潔劑、衛生紙、馬桶等用水設施、洗衣機、電冰箱、冷氣機、環保水壺等重複使用容器。 4.學生上臺分享家裡的綠色產品，透過同學的分享，了解更多符合綠色消費行為的日用品，思考下次和家人購物還可以有哪些選擇。 5.學生思考：我們常有全家外出消費的機會，消費時，我和家人可以	實作評量	【環境教育】

			怎麼做，來貫徹綠色消費的行動呢？ 6.學生上網蒐集資料，認識綠色消費行為，例如： (1)綠色餐廳。 (2)綠色旅遊。 (3)環保旅店。 (4)綠色商店。 (5)有機農產品。 7.教師引導學生討論何謂綠色消費，提問舉例如下： (1)為何要選購具有環保標章的產品呢？ (2)綠色消費對保護環境有什麼影響？ (3)平時如何進行綠色消費？ 8.學生將所學實踐在生活中，和家人一起到住家附近走走，選擇有環保作為的商家消費。 9.教師提問：持續和家人一起努力吧！想一想，平時消費時，要怎麼兼顧實用、便利與友善環境呢？ 10.教師引導學生思考，在生活中有哪些環保與便利間取捨的經驗？請分享事件經過與結果，以及取捨的原因。 11.有經驗的學生可上臺分享，發表		

			自己在生活中的各種行為，以及如何選擇更環保的做法。		
十九	單元三環境我來珍惜 活動 3 愛地球 Do our best	綜 -E-C1@ 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	單元三環境我來珍惜 活動 3 愛地球 Do our best 1.學生思考：保護自然環境、珍愛生態資源是刻不容緩的事，除了讓綠色消費持續在生活中落實之外，還有哪些保護環境的妙方呢？ 2.教師發下一組一臺平板，說明休閒娛樂、社會公益、交通與行動、飲食四個環保妙方主題，一組負責一個主題，上網蒐集環保妙方，完成後上臺分享。小組輪流上臺發表後，學生整理出自己和家人能做到的環保妙方。 3.教師提問：蒐集各種環保妙方後，想一想，我實踐過哪些環保行動？ 4.學生思考自己已經做到的環保行動，在小組中分享。學生透過省思自己的環保行動，覺察環保其實不難，激起學生實踐環保的動機。 5.學生思考：原來還有這麼多是我們可以做到的環保行動，我有哪些	自我評量 實踐評量	【環境教育】

			不夠具備環保意識的生活習慣？針對這些不環保的生活習慣，我會如何改進呢？和家人一起規畫綠色生活環保行動，在生活中落實。 6.學生回家和家人討論，舉辦家庭會議，省思自己和家人不夠環保的生活習慣，討論這些生活習慣該如何改善，可以做到哪些環保行動，訂定全家人的目標。 7.教師提問：試著採用單元一的學習計畫，從發現問題、決定目標到擬定策略，想一想，如何規畫出具體可行的綠色生活環保行動呢？ 8.教師發下每人一張「家庭綠色生活環保行動規畫」學習單，學生寫下和家人的討論結果，跟全班分享。 9.學生擬定好家庭綠色生活行動策略後，覺察環保對自己和家人的意義，思考一句鼓勵全家落實環保的行動目標，時時提醒全家要做到，表示實踐的決心。 10.學生回家分享「家庭綠色生活行動規畫」，和家人一起執行行動。 11.學生思考：努力執行環保行動計畫，並記錄自己和家人的環保行動實施情形，我們的執行成果如何		

			呢？ 12.教師發下每人一張「家庭綠色生活環保紀錄」學習單，學生寫下自己的綠色生活行動項目，用兩週實踐家庭綠色生活行動，記錄每天行動的成效。 13.學生上臺分享實施綠色生活行動的成果，提出實施時遇到的困難，小組集思廣益思考改善的策略。 14.學生可將綠色生活行動的過程用簡報、照片、影片記錄下來，在期末發表成果展。		
二十	單元三環境我來珍惜 活動 3 愛地球 Do our best	綜 -E-C1@ 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	單元三環境我來珍惜 活動 3 愛地球 Do our best 1.學生思考：執行環保行動後，全家人的生活習慣開始改變，但是我發現還有一些可以做得更好的地方，可以如何調整呢？ 2.教師發下每人一張「家庭綠色生活環保行動修正版」學習單，學生寫下自己的綠色生活行動項目，省思全家的環保行動執行結果，了解家人做到的行動，針對沒做好的項目，思考改善的做法。 3.學生思考：除了改變生活習慣以落實環保行動，我還想知道更多環保知識，可以怎麼了解呢？	自我評量 實踐評量	【環境教育】

			4.教師引導學生覺察實踐環保的好處。學生體會環保的好處後，更能樂於做環保，主動了解環保知識。 5.學生再次實踐家庭綠色生活環保行動，調整自己的環保生活習慣，這次持續實施到暑假，待暑假結束後，到學校和同學分享環保行動執行成果與心得感想。 6.學生思考：實踐綠色生活後，我有哪些學習與收穫？我的學習成果是什麼？ 7.學生用簡報、照片、影片分享綠色生活的成果，說明執行的過程、遇到的困難、實際環保的收穫。學生分享後，臺下學生給予回饋與鼓勵。 8.學生思考：看完同學的環保學習成果發表後，我有哪些發現？我想嘗試哪些環保創意行動？ 9.教師提問：綠色生活也可以多采多姿，你還能做到哪些環保行動呢？ 10.學生思考：環保行動需要持之以恆的進行，才能更顯成效。想一想，如何將環保好行為變成好習慣？ 11.學生覺察自己想培養的環保習		

			慣，教師引導學生一步一步思考，將好行為培養成好習慣的方式，思考步驟依序為： (1)自己已做到的環保行為是什麼？ (2)我還可以跟誰一起做？ (3)如何宣傳環保行動？ (4)我的環保理念為何？ 12.學生思考：我還有哪些應該達成，卻一直做不完美的環保行為？可以如何調整，讓自己做得更好呢？ 13.學生覺察自己一直做不好的環保行動，教師引導學生一步一步思考調整的方式，思考步驟依序為： (1)自己做不到的環保行為是什麼？ (2)有什麼改善的方式？ (3)有誰能提供幫助？ (4)做不到時，我的變通方法是什麼？ 14.教師發下每人一張「持續做環保」學習單，將自己想養成的環保習慣，以及仍需改進不夠環保的行為，寫下一步步改進的做法並實踐。 15.教師總結：只要人人落實綠色生活環保行動，珍惜並守護生態資源，地球的環境就能得到改善。		

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. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。