

南投縣郡坑國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	踏山尋美～兩行齊梅		年級/班級	一年級/甲班
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	共 8 節
			設計教師	一年級教學團隊/陳冠宇老師編修
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	□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 ※請將勾選議題於學習表現欄位填入議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點，例如: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(在地揚才) 健康、進取	與學校願景 呼應之說明	1.設計一年級「踏山尋美」統整性探究課程，規劃學生到社區進行踏查，有益學生身心健康；藉由認識社區的山林環境與交通號誌，並學會保護自己行人有關的交通規則。 2.讓學生了解社區生活與健康的關係，經由課程培養學生能為自己的健康採取積極進取的作為。	
設計理念	本校位於山林間，大地山林就是孩子們最佳的教室。「踏山尋美」課程結合生活課程、健康與體育領域、環境教育議題、戶外教育、安全教育議題帶領學生走到戶外進行探索式課程，去認識社區相關產業，讓學生能學會保護自己的交通規則，對基本山野求生技能有所認識。 透過社區、山林的踏查，增加與社區的連結，並激發學生主動思考、積極解決問題的態度。再經由出發前、探索中、探索後的細節準備及規畫的體驗課程，讓學生學習能直接運用於生活中的知識與技能。			

附件 3-3 (國中小各年級適用)

總綱核心素養具體內涵	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。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。	領綱核心素養具體內涵	健體-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-A2 學習各種探究人、事、物的方法並理解探究後所獲得的道理，增進系統思考與解決問題的能力。
課程目標	1.透過實地踏查認識學校附近的山林環境與鄰近的交通號誌，願意遵守交通規則，發展強健體魄，增進身心健康。 2.學習探究山林環境的變化，判斷環境的危險，並學習運用基本山野求生技能解決問題，主動遠離危險，遵守大自然的生存法則。		

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 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 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						
七	兩行齊梅 行前練功房I (1)(2)	生 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 健體 4d-I-2 利用學校或社區資源從	生 B-I-2 社會環境之美的體認 健體 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1.學生能透過實地踏查認識鄰近學校的山林環境。	1. 教師介紹郡坑國小賞梅步道的沿路生態環境及景點。 2. 詢問小朋友對賞梅步道的認識。 3. 請學生在黑板上寫下周邊景點(鵲橋、阿成的家、泰發農場)	口語評量：學生發表對校園鄰近山林環境的看法。 課後慢跑紀錄：學生完成一個星期	課後慢跑紀錄表

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
		事身體活動。			名稱及對該景點的認識。 4. 教師帶領學生進行學校周邊景點統整。 5. 教師請學生開始每天進行慢跑訓練。 6. 教師播放交通號誌及規則影片。 7. 學生進行交通號誌對碰(配對)遊戲。 教師展示社區地圖，畫出之後會走訪的路線，請學生說說沿途會有那些路口或建築機構。	的課後慢跑紀錄。	
八	兩行齊梅 行前練功房I (3)(4)	生 1-I-1 探索並生分享對自己及相關人、事、物	生 B-I-2 社會環境之美的體認健體 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	2.能學習並運用基本山野求生技能。	1. 教師展示上次畫出走訪路線的社區地圖，請學生搶答沿途的路口名稱或建築機構名稱。	口語問答：請學生說出沿途的路口名稱或建築機構。	社區地圖

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
		的感受與想法。 健體 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。			2. 請學生小組討論遇到各個路口時，該如何行動？以確保自己的交通安全。 3. 學生在校內進行模擬社區行走的體驗活動。 4. 回到室內，教師詢問小朋友對這一帶動植物的印象。 5. 資料蒐集—運用資訊媒體搜尋這一帶地區的動植物。 6. 教師邀請學區的消防人員講解山野求生技能。		
九	兩行齊梅 郡坑求生記 (5)	生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關	生 B-I-2 社會環境之美的體認	3.認識交通號誌及規則並運用於生活情境中。	1. 教師帶領學生走入社區，訪問社區阿公、	口語問答：請學生發表求生技巧演	

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
		人、事、物的感受與想法。 健體 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	健體 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。		阿嬤對步道的認識及歷史沿革。 2. 教師帶領學生前往郡坑阿成的家附近梅林實地演練求生技巧，實踐課堂所學。 3. 回到學校請學生發表求生計巧演練的發現與感受。 4. 教師帶領學生走入社區，訪問社區阿公、阿嬤對步道的認識及歷史沿革。 5. 教師帶領學生前往郡坑阿成的家附近梅林實地演練求生技巧，實踐課堂所學。	練後，學生的發現及感受分享。	

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
					6. 回到學校請學生發表求生計巧演練的發現與感受。		
十	兩行齊梅 漫步賞梅步道 (6)	生 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 健體 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	生 B-I-2 社會環境之美的體認 健體 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1.學生能透過實地踏查認識鄰近學校的山林環境。 2.能學習並運用基本山野求生技能。 3.認識交通號誌及規則並運用於生活情境中。	1. 教師事先調查能一同參與活動的家長。 2. 行前宣導一出發前宣布此次活動因注意事項及安全。 3. 家長陪同小朋友一起從校園出發。 4. 路線規劃：郡坑國小—賞梅步道—鵲橋—阿成的家—泰發農場—賦歸。 5. 回到學校後，請小朋友自己動手畫下此次活動最難忘的經驗或景點。	作品繪製：將自己在旅程中最難忘的畫面畫下來。 上台發表：上台分享自己的畫作與心得。	圖畫紙

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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 可由學校自訂若參考領綱，至少包含 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						
					6. 上台分享自己的畫作和此次活動的感想		
十一	兩行齊梅 摘梅、嚐梅 (7)	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。 健體 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	生 B-I-2 社會環境之美的體認 健體 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1.學習在田野間的安全知識與注意項目。 2.體會農民採摘時的辛勞。 3.認識梅子不同熟成階段的用途。 4.結合舊經驗，發揮創意進行梅點心發想。	1.學生至校園鄰近梅園體驗採梅。 2.品嚐不同顏色、不同熟度的梅子。 3.發想與梅子有關的點心。	學習單： 將不同顏色的梅子畫下來，並寫下熟成程度與用途。 將想出來的點心畫下來，簡單寫下預想的製作過程。	
十二	兩行齊梅 梅的點心時間 (8)	生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物	生 B-I-2 社會環境之美的體認 健體 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1. 在小組討論中，學會溝通與整理的技能。 2. 將腦中所想的事情簡單做紀錄。	1.分組討論分享上週的學習單，從組員提出的點心中，選出一種。 2.討論並整理出簡單的食譜(圖畫為主)。	實作評量： 分組討論後，繪製成食譜，並做出該成品，	

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
		的感受與想法。 健體 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。		3. 將討論的內容實際執行的初步能力。 4. 與他人分享的能力。	3.製作點心。 4.將點心分享給同校師生及家長。	分享各組的點心、交換品嚐。	

【第二學期】

課程名稱	踏山尋美～兩行齊梅		年級/班級	一年級/甲班
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	共 8 節
			設計教師	一年級教學團隊/陳冠宇老師編修
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	□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 ※請將勾選議題於學習表現欄位填入議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點，例如: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(在地揚才) 健康、進取	與學校願景呼應之說明	1.設計一年級「踏山尋美」統整性探究課程，規劃學生到社區進行踏查，有益學生身心健康；藉由認識社區的山林環境與交通號誌，並學會保護自己行人有關的交通規則。 2.讓學生了解社區生活與健康的關係，經由課程培養學能為自己的健康採取積極進取的作為。	
設計理念	本校位於山林間，大地山林就是孩子們最佳的教室。「踏山尋美」課程結合生活課程、健康與體育領域、環境教育議題、戶外教育、安全教育議題帶領學生走到戶外進行探索式課程，去認識社區相關產業，讓學生能學會保護自己的交通規則，對基本山野求生技能有所認識。 透過社區、山林的踏查，增加與社區的連結，並激發學生主動思考、積極解決問題的態度。再經由出發前、探索中、探索後的細節準備及規畫的體驗課程，讓學生學習能直接運用於生活中的知識與技能。			

附件 3-3 (國中小各年級適用)

總綱核心素養 具體內涵	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。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。	領綱核心素養 具體內涵	健體-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。 藝-E-A2 認識設計思考，理解藝術實踐的意義。
課程目標	1.透過實地踏查認識學校附近的山林環境與鄰近的交通號誌，願意遵守交通規則，發展強健體魄，增進身心健康。 2.學習觀察山林環境的變化，判斷環境的危險，並學習運用基本山野求生技能解決問題，主動遠離危險，遵守並實踐大自然的生存法則。		

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						
六	兩行齊梅 腿力強化練功房I、II (1)(2)	健 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 健 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 藝 1-II-2 能探索視覺元素並表達自我感受與想像。	健 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 藝 2-II-5 能觀察生活物件與藝術作品，並珍視自己與他人的作品。	1.能專心聽講解遊戲規則，並經由跳繩中從數數由 1 數到 50。 2.能遵守遊戲規則，注意安全。 3.能運用感官，並完成梅樹、梅花素描。	腿力強化練習 1. 教師帶領學生到操場進行暖身操。 2. 請學生們想像並模仿螃蟹走路(側併步、向前走、向後走)。 3. 將全班分為三組，一組約八人，利用側併步向前到中途站有一跳繩，需跳滿 10	實作評量：課堂結束後，螃蟹走路的流暢度。 課堂互動：參與團體活動時是否積極。	

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 自選/編教材 須經課發會審 查通過
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				
					下，即再利用側併步回到隊伍。 4. 將全班分為三組，一組約八人，利用側併步向前到中途站有一跳繩，需跳滿 10 下，即再利用側併步回到隊伍。 5. 最快整組完成者，獲得愛的鼓勵表揚。 6. 利用不同的移位方式進行紅綠燈遊戲。請同學分享剛剛的遊戲中，哪一種移位方式最好？ 7. 教師詢問學生：小熊維尼的跳跳虎是用哪個部位讓他可以跳來跳去？(尾巴)		

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 自選/編教材 須經課發會審 查通過
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				
					8. 請學生說說小熊維尼尾巴跳動時的動作。 9. 讓學生進行前、後、左右跳的練習。 10. 教導跳的技巧(膝蓋彎曲，腳尖輕用力)。 11. 城堡攻防戰：採用呼啦圈排成兩方圈圈，分男、女兩隊進行比賽，時間為五分鐘，利用單、雙腳跳到終點，雙方猜拳，贏的站到老師後面排隊，時間一到，老師點數雙方得分數，則分數高者獲勝。 12. 了解自己哪一腳單腳跳最穩，並試著說說		

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
					看單、雙腳跳的優點。		
七	兩行齊梅 腿力強化練功房Ⅲ (3)(4)	健 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 健 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 藝 1-II-2 能探索視覺元素並表達自我感受與想像。	健 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 藝 2-II-5 能觀察生活物件與藝術作品，並珍視自己與他人的作品。	1.能專心聽講解遊戲規則，並經由跳繩中從數數由 1 數到 50。 2.能遵守遊戲規則，注意安全。 3.能運用感官，並完成梅樹、梅花素描。	開心農場爭奪戰 1. 教師帶領學生到操場進行暖身操。 2. 教師向學生介紹「開心農場」爭奪戰規則。(將蔬菜區或他組的蔬菜球利用掃把掃回自己的區域，採足壘球場分布，1 個壘包站 1 組，全班分 3 組競賽。時間內，掃回最多蔬菜的小組獲勝) 想想如果走入社區，那些情境會使用到「急加速跑」、「急減速」或	實作評量：開心農場爭奪戰的遊戲成果。 口語評量：分享在社區中，那些情境會使用到「急加速跑」、「急減速」或「急停頓」這個動作。	壘包 球 5-8 顆

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
					「急停頓」這個動作呢？學生發表。		
八	兩行齊梅 上安社區走訪 (5)	健 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 健 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 藝 1-II-2 能探索視覺元素並表達自我感受與想像。	健 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 藝 2-II-5 能觀察生活物件與藝術作品，並珍視自己與他人的作品。。	1.能專心聽講並遵守規則，注意安全。 2.能運用感官，與家人、老師共同操作電子器材拍攝照片。	1. 教師事先調查能一同參與活動的家長。 2. 行前宣導一出發前宣布此次活動因注意事項及安全。 3. 家長陪同小朋友一起從校園出發。 4. 路線規劃：郡坑國小—泰發農場（尋找梅樹並拍照紀錄）—鵲橋—九芎坪民宿—永天宮—賦歸。	實作評量： 拍攝梅樹的照片。	
九	兩行齊梅 老生常談 (6)	健 1d-I-1 描述動作技能基本常識。	健 Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。 藝 2-II-5	1. 能將職人的分享，以簡單圖像記錄下來。	1. 邀請陳敏聰學長講解梅的成長。 2. 分享上一堂課在戶外拍攝的梅樹照片。	口頭評量： 欣賞名家的作品後，選出最喜歡的	

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
		健 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 藝 1-II-2 能探索視覺元素並表達自我感受與想像。	能觀察生活物件與藝術作品，並珍視自己與他人的作品。	2. 能欣賞作品的美。 3. 能說出自己的想法，與他人分享。	3. 欣賞名家的梅樹、梅子相關畫作。 選出自己最喜歡的三幅，並以一句完整個的句子說明原因。	三幅，並以完整句子說明原因。	

十	兩行齊梅 梅的印象畫作 &小小解說員 (7)(8)	健 1d-I-1 描述 動作技能基本 常識。 健 2c-I-1 表現 尊重的團體互 動行為。 藝 1-II-2 能探索視覺元 素並表達自我 感受與想像。	Fa-I-3 情緒體 驗與分辨的方 法。 藝 2-II-5 能觀察生活物 件與藝術作 品，並珍視自 己與他人的作 品。	1. 能從他人的作品 或照片中模仿圖 像。 2.能運用感官，完 成梅樹、梅花畫 作。 3.能透過溝通討論 決定作品展出方 式。 4.能有禮貌地邀請 他人參與自己的活 動。 5.能介紹自己的作 品的特色、內容。 6.能分享自己所學 習的心得感想。	1. 複習上週所欣賞的名 家畫作與同學攝影作 品。 2. 老師以圖畫方式，講 解梅的構造。 3. 學生選幾幅作品或照 片作為參考，進行梅 樹的臨摹。 4. 完成梅樹的蠟筆畫 作。 5. 分組討論如何呈現作 品展出方式。(擺放 在教室的哪個位置？ 怎麼擺放？需要什麼 工具？可以怎麼請大 人協助？) 6. 邀請學校的老師、同 學前來欣賞。 7. 每個人輪流分享、介 紹自己的畫作。 8. 分享自己上下學期認 識梅的心得。	平面作品： 參考名家作 品、照片， 以蠟筆畫出 梅樹、梅 花。 口語評量： 說出自己認 識梅的心 得。	畫圖紙
---	------------------------------------	---	---	---	--	--	-----

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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五年級為例，倘六年級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。