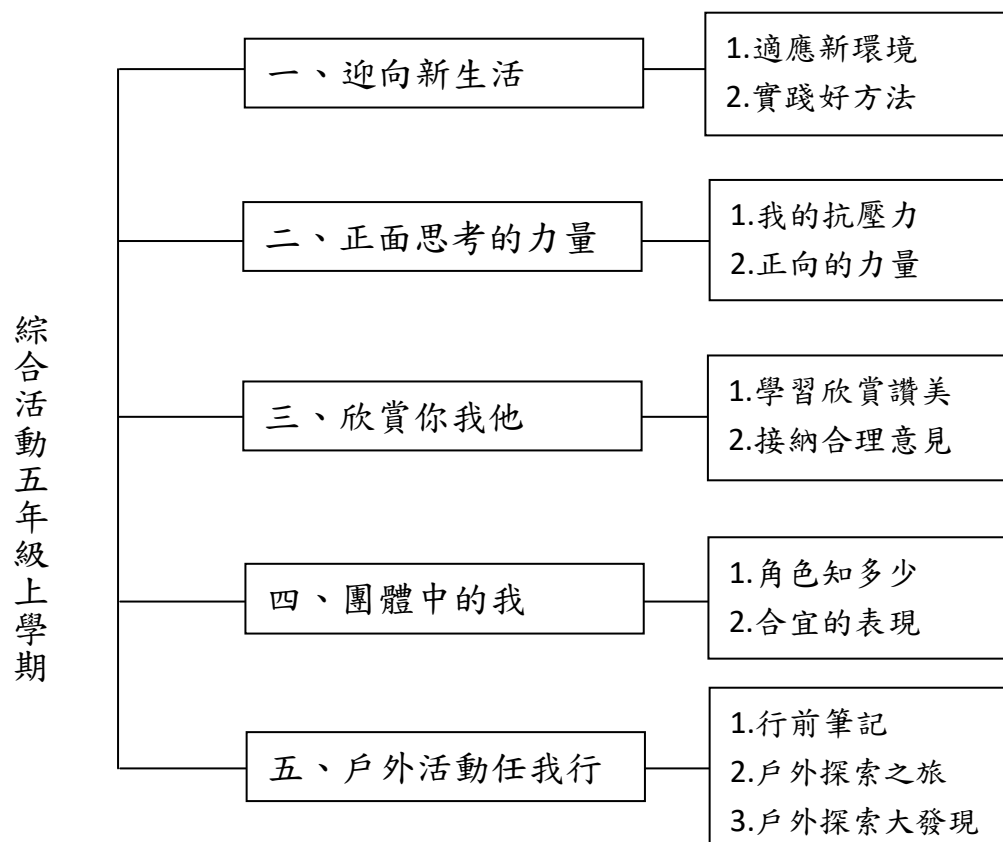


一、本領域每週學習節數 3 節，銜接或補強節數 () 節，共 (63) 節。

二、學習總目標：(以條列式文字敘述)

1. 探討新環境帶來的生活改變，並分享自己面對新環境的感受與想法。
2. 能順應環境的需求提出有效的解決策略。
3. 實踐執行計畫並檢核執行成效，歸納統整出面對新環境所需要具備的能力及態度。
4. 覺察自己的壓力源，並從體驗活動中思考累積壓力對個體的影響。
5. 從多元的抒壓體驗活動中學習抒壓的方法，並找出適合自己的抒壓方式。
6. 分析正、負面想法對情緒造成的影響，將正向思考、問題解決及抒壓等方式，實際運用在生活當中。
7. 學習欣賞他人的優點，並表達真誠的讚美或肯定。
8. 學習了解他人的想法，接納他人合理的意見。
9. 學習利用溝通、協調與接納完成團體目標。
10. 能了解自己在團體分工中所扮演的角色，並分辨自己與他人角色的異同。
11. 能協助阻礙團體的角色，共同為團體目標努力。
12. 能了解自己在團體中的行為表現，並省思自己為團體做的事情。
13. 討論戶外活動的類型和特色。
14. 分工合作策畫戶外活動，並了解活動的注意事項。
15. 檢視戶外探索之旅的發現，討論自然與人文景觀的問題及改善方法，了解尊重自然與人文景觀的重要性。

三、本學期課程架構：



四、本學期課程內涵：

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
<p>— 8/30 9/5</p>	<p>2-3-2 分享自己適應新環境的策略。 ◎性別平等教育 2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。</p>	<p>單元一、迎向新生活 【活動1】適應新環境 一、引起動機 教師以單元頁情境圖引導學童討論： (一) 升上高年級，你發現哪些地方是跟中年級一樣？哪些地方不一樣呢？和你當初的預期有一樣嗎？(例如：課程內容、老師、同學、班級位置、打掃工作、父母期待、能參與的學校活動等都和中年級時不同。) (二) 面對新環境，你對自己有哪些期待？希望有哪些表現？請具體說明。 二、發展活動 ※你我經驗談：教師請學童分享升上高年級後，發現生活中有哪些改變及帶給自己的心得感想。 1. 隨著新學期的開始，你發現生活有哪些不一樣？(教師引導孩子從不同面向去深入思考：例如：學校方面、家庭方面、人際交友方面……) 2. 隨著環境的改變，你期許自己有怎麼樣的表現？過程中有遇到困難或是困擾嗎？這帶給你的感受及想法如何？</p>	3	教師：情境圖。	觀察記錄 照相錄音 學習日誌 多元方式 回饋校正	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
二 9/6 9/12	<p>2-3-2 分享自己適應新環境的策略。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。</p> <p>2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。</p>	<p>單元一、迎向新生活</p> <p>【活動1】適應新環境</p> <p>二、發展活動</p> <p>※你我經驗談：教師請學童分享升上高年級後，發現生活中有哪些改變及帶給自己的心得感想。</p> <p>3. 升上高年級，又是一個新的學習階段的開始。你利用哪些策略來協助自己達成目標？你怎麼會想到運用這些策略？(習慣行為、諮詢他人意見、觀察他人的表現……)這些策略對你的幫助是什麼？為什麼？</p> <p>4. 反之，你有遇到哪些適應上的困難？對生活造成怎樣的影響？帶給你的感受如何？</p> <p>5. 面對這樣的困難，你試過哪些方法來幫助自己呢？結果如何？</p> <p>6. 當想不出方法時，身邊哪些人可以提供我們意見呢？能曾試過尋求哪些人的幫助呢？她們分別提供你哪些建議？</p> <p>7. 聽完同學的分享，讓你想到了什麼？哪些分享讓你印象深刻？為什麼？</p> <p>三、總結活動</p> <p>教師說：「隨著升上高年級，周遭環境對自己的要求、期待不同了，可以透過『改變舊有習慣』、『加入新的策略』等方式來協助自己更快適應新環境喔！」</p>	3	教師：情境圖。	觀察記錄 照相錄音 學習日誌 多元方式 回饋校正	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
三 9/13 9/19	<p>2-3-2 分享自己適應新環境的策略。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。</p> <p>2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。</p>	<p>單元一、迎向新生活</p> <p>【活動 2】實踐好方法</p> <p>一、引起動機</p> <p>玩「撲克牌要回家」。遊戲方式：教師事先準備撲克牌數對(同點數的一組，每生一張，要想辦法找到跟自己點數相同者)，隨機發給學童，每生一張。請學童不可以看牌，並將牌立於頭頂，在教室中隨機走動，想辦法找到跟自己點數一樣的小伙伴並蹲下。遊戲後，教師提問：</p> <p>(一)當找不到同伴的時候，你的感受如何？</p> <p>(二)找到同伴時，你的感受如何？成功的方法是什麼？方法是你想到的？過程中摸索出來的？還是其他同伴告訴你的？</p> <p>(三)當面對新的問題，卻還沒有想到辦法時，可以透過哪些行動來協助自己？</p> <p>(四)生活中有類似經驗嗎？當時的狀況如何？</p> <p>(五)透過以上的討論，你覺得解決問題需要注意哪些事項？請分享。(例如：詢問他人的意見、主動幫助別人……)</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)問題解決專家</p> <p>1. 教師問：「適應新環境的過程中，你有遇到困難嗎？請把你遇到的困難寫下來投入『關懷箱』，讓我們一起動腦來想策略吧！」</p> <p>2. 教師請學童思考本身遭遇的適應問題，將其書寫在便條紙上(約 1/4A4 紙大小)，並投入關懷箱中。</p> <p>3. 教師說明「關懷箱」的使用規則：(1)將自己遇到的難題寫在紙條上；如果沒有困難，可以不用寫。(2)是否具名，自行決定。(3)將紙條投入關懷箱中。(4)學童均投完後，請兩位同學將關懷箱的問題分類整理。(5)由全班或小組針對問題，進行成因探討，並提供多元的策略。</p> <p>4. 等全部學童將問題都投入關懷箱後，教師將問題條加以分類，書寫在黑板上。</p> <p>5. 教師介紹問題解決法，請全班學童針對某一問題(例如：沒有好朋友)，先探究問題發生的可能原因，並腦力激盪，盡可能提出多元的解決策略；過程中不批評，允許多元答案的呈現。</p> <p>6. 學童自由發表，教師可針對具參考價值之答案加以深入探討。</p> <p>7. 等討論到一階段，教師予以總結：(1)聆聽完所有同學的意見，還有沒有希望補充的部分？如果沒有，請提出該問題的學童或有相關問題的學童(不需指名)選擇適合自己的方法，在生活中實踐看看。(2)新的人際技巧很難馬上嫻熟，需要不斷的嘗試、摸索並修正，因此先試試看，假若過程中仍有遇到問題，可私下找信任的師長或同學討論。</p> <p>8. 前一議題結束後，請全班學童針對另一問題(例如：不會寫自然科的專題報告)，先探究問題原因有哪些，並腦力激盪，盡可能提出多元的解決策略；過程中不批評，允許多元答案的呈現。</p> <p>9. 學童自由發表，教師予以肯定鼓勵。</p> <p>10. 討論完，教師總結：(1)課業學習的方法有許多種，可嘗試別人的提議，找出適宜自己的方式。如果過程中遇到問題，可以跟同學、師長求助。(2)高年級後，統整資料、呈現報告等能力變得很重要，透過多練習，就能熟能生巧。</p> <p>11. 教師提問：(1)在解決學習問題的過程中，還可以怎麼做，讓自己或大家有更好的表現？(2)要注意哪些情形呢？</p> <p>12. 學童自由發表，教師適時鼓勵，隨後引導歸納統整，例如：(1)保持開放的心，善用各種方式來協助自己學習。(2)省思自己的助人學習角色，教師提問：①你只能當個被協助者嗎？②你具備哪些能力，可以幫助別人？③在助人的過程中，要注意哪些事項？</p>	3	教師：關懷箱(紙箱一只)、每生便條紙數張、「問題解決專家」學習單。	觀察記錄 照相錄音 多元方式 回饋校正	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
四 9/20 9/26	<p>2-3-2 分享自己適應新環境的策略。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。</p> <p>2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。</p>	<p>單元一、迎向新生活</p> <p>【活動 2】實踐好方法</p> <p>二、發展活動</p> <p>(二)執行好策略</p> <p>1. 思考問題解決策略的多元用途。</p> <p>(1)教師提問：</p> <p>①除了學習及人際上的問題，生活中還有哪些困擾呢？</p> <p>②想一想，怎樣把問題解決法應用在生活當中呢？</p> <p>(2)學童自由發表，例如：</p> <p>①家人常常起衝突……</p> <p>②補習太多，功課寫不完……</p> <p>③想學會游泳……</p> <p>2. 教師引導學童利用問題解決法，實際解決生活中的問題。</p> <p>(1)教師以學童常見的問題為例，引導全班討論分享。</p> <p>(2)爾後，教師發予每生一人一張學習單，請他們針對生活中的問題進行探討；從提出問題→探討問題成因→提出合宜的策略→在生活中實踐。學習單在兩週後收回，再進行省思。</p> <p>(3)教師提出假設性的問題：「過程中遇到問題怎麼辦？」、「改變時，遇到他人不友善的態度時……」、「努力了，但是效果卻有限……」讓學童思考改變時可能會遇見的困難，並共同討論出應對的策略。</p> <p>3. 成果分享：經過兩週的實踐，教師引導學童進行省思。教師鼓勵學童上臺分享自己執行的成果；其他同學除了聆聽外，可給予回饋及肯定。</p> <p>4. 教師說明：「改變需要時間及毅力，已經嘗試成功的要繼續保持，還沒有成功的，要保持耐心繼續努力；假若發現是方法不適用，可以找師長、朋友討論。」</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一)省思分享：檢討自己處理問題的知識與能力，分享對問題處理過程的看法，能自我省思：</p> <p>1. 我有鎮密思考問題嗎？</p> <p>2. 我有充分尋求支援來解決問題嗎？</p> <p>3. 自己平時的習慣是不是造成問題複雜的原因？哪些部分是我可以改進的？</p> <p>(二)歸納統整：教師根據學童省思分享的內容，總結摘述學習重點。</p> <p>1. 從分享自己、聆聽他人的經驗後，從中學到許多適應新環境的方法。</p> <p>2. 依照自己的問題需求，可以主動尋求解決問題的方法。適應新環境需求的方法有很多種，包括懂得自我放鬆、重新規畫時間、主動向師長、同學求援，改變自己待人處事的態度等。最重要的是，面對自己的改變，要有耐心並常常給自己鼓勵，多做幾次就會有能成功的機會。</p> <p>3. 教師提供李家同教授所寫的網路文章「尊嚴」跟同學共勉，期許他們可以克服生活中的挑戰。</p> <p>(三)實踐應用：將學到的經驗與能力應用在生活中。</p>	3	<p>教師：關懷箱(紙箱一只)、每生便條紙數張、「問題解決專家」學習單。</p>	<p>觀察記錄 照相錄音 多元方式 回饋校正</p>	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
五 9/27 10/3	<p>1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。</p>	<p>單元二、正向思考的力量</p> <p>【活動1】我的抗壓力</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師提問：「生活中有哪些事件對你來說構成壓力？大家的壓力源一樣嗎？」</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)壓力體驗活動</p> <p>1. 教師事先準備好許多生活中的小物件，例如：背包、帽子、書本、圍巾、小盒子、書本等小物件(或是直接以書本替代)，將於課堂中使用。</p> <p>2. 教師邀請一位學童到臺前擔任當事者A。其他的學童則回想他人最常叮嚀自己的話或要求，然後走到A面前把相同的話說一次，並放一個物件(老師預先準備的物品或是放上一本課本)在A同學身上。一次一位同學和A互動，一直進行到A同學無法承載負荷時停止。</p> <p>3. 活動結束後，請A同學及其它學童分享感受：</p> <p>(1)教師問A：「當物件一一放到你的身上，帶給你怎樣的感受？身體有什麼感覺？」、「什麼時候喊停？當時的想法是什麼？」、「如果沒有喊停，會發生什麼事？」</p> <p>(2)問其他參與的同學：「如果你是當事者，你會怎麼回應？」</p> <p>(3)生活中曾經因為什麼事情覺得有壓力？曾試過哪些方法來面對？</p> <p>(4)哪些壓力已經解除？為什麼？哪些壓力一直都在？如何跟壓力共處？</p> <p>4. 討論告一段落，教師引導歸納，例如：</p> <p>(1)壓力過多可能會讓人出現煩躁、身體不舒服、專注力不佳等很多生理的狀況。</p> <p>(2)壓力不全然是負面，可以激發我們想改變、學習；若壓力無法解決應主動求助。</p> <p>5. 「壓力承受」體驗活動</p> <p>(1)體驗活動：透過幫氣球打氣活動，省思自己的抗壓性；並了解壓力若不處理，將給生活帶來負面影響。</p> <p>。遊戲說明：</p> <p>①全班進行分組；教師發給每組一支打氣筒及每生一顆小氣球。</p> <p>②請學童先寫下自己生活中的壓力，並依據自己的壓力事件的數量來幫氣球來打氣。例如：一個壓力源，就打氣一下。假若壓力事件大，可以多打幾下。</p> <p>③等全數的學童都完成打氣體驗後，進行團體討論。</p> <p>(2)教師提問</p> <p>①打氣的過程中，你的感受如何？這讓你想到什麼？</p> <p>②哪些人的氣球破了？發生了什麼事？感受如何？</p> <p>③哪些人的氣球沒有破？為什麼？怎樣才可以讓氣球不破掉？</p> <p>④這讓你聯想到什麼？如何將這樣的學習用在生活當中？</p> <p>(3)教師統整歸納</p> <p>①氣球就像我們的身體，壓力就像打進的氣體；壓力過大會對身體造成傷害。</p> <p>②保護自己不被壓力壓垮的方法有：換成大氣球(增加自己的受挫力)、減少打氣次數(減少壓力指數)、幫氣球消氣(抒壓)……</p>	3	<p>教師：情境圖、「讓自己放鬆」學習單、氣球、打氣筒。</p> <p>學童：彩色筆、蒐集正向案例。</p>	觀察記錄 實作評量 自我評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
六 10/4 10/10	<p>1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。</p>	<p>單元二、正向思考的力量</p> <p>【活動 1】我的抗壓力</p> <p>二、發展活動</p> <p>(二) 作伙來抒壓</p> <p>1. 教師引導學童進行抒壓體驗，引導口訣如下：</p> <p>(1) 將身體調整到最舒服的姿勢，並將眼睛閉上(教師播放輕音樂)，請跟著老師的指令吸氣：「吸氣，一、二、三、四；然後閉氣一、二、三、四、五；慢慢的，再將氣吐光」(重複六次)。</p> <p>(2) 慢慢的張開眼睛，搓搓手，摸摸自己的臉頰、眼部及後頸部。</p> <p>2. 體驗完活動後，請學童分享自己的感受及想法。</p> <p>3. 教師透過學生活動手冊第 18 頁，引導學童分享自己曾經試過的抒壓方式。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 活動結束前，教師引導學童分享：</p> <p>1. 你最喜歡哪一樣體驗活動？為什麼？</p> <p>2. 抒壓的活動有時間或地點的限制嗎？如果你選擇的抒壓活動無法進行時，你有什麼替代的方法？</p> <p>(二) 歸納統整</p> <p>1. 透過一些方法抒壓，例如：做勞作、聽音樂、養成運動習慣、寫日記、懂得感恩……</p> <p>2. 當遇到問題卻找不到商量及訴苦的對象時，可以嘗試運用免費的社會資源，例如：張老師 1980 專線、生命線 1995 專線或心理與醫療諮詢服務 0800-788-995。</p> <p>(三) 實踐運用：教師引導學童將學習應用到生活當中或是跟家人分享學習的收穫。</p>	3	<p>教師：情境圖、「讓自己放鬆」學習單、氣球、打氣筒。</p> <p>學童：彩色筆、蒐集正向案例。</p>	觀察記錄 實作評量 自我評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
七 10/11 10/17	<p>1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。</p>	<p>單元二、正向思考的力量</p> <p>【活動 2】正向的力量</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一)教師問：「說說看，『正向思考』是什麼？」請學童自由發表。</p> <p>(二)教師發下「正向思考的超級魔力」學習單（見附錄），請全班共讀後，教師提問：「如果你是小華，遇到這些情況，你會有什麼想法及感受？你會怎麼做？」、「你認為小華有哪些值得學習的地方？」</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)關鍵的想法</p> <p>1. 你我大不同</p> <p>(1)教師利用學生生活動手冊第 19 頁的情境圖提問，並請學童分享討論。(2)學童自由發表，教師鼓勵積極參與討論者。(3)教師根據學童的分享進行引導統整：①一個人的個性、生活經驗、成熟度、思考習慣等都會影響我們對事情的看法。②多聽、多觀察別人面對事情的方式，可以供我們參考讓我們學習到更多元的方式來面對問題。③正向思考是可以學習的，只要可以常常練習，或跟同學相互提醒，讓我們都可以成為生命的主人。④正向思考的人比較不容易生氣，而且比較容易發現生活中的樂趣，所以人際關係會比較融洽。(4)小試身手：請學童試著練習學生生活動手冊第 19 頁的例子，完成後跟同學分享自己的處理方式及感受。教師引導學童討論：生活中你是抱怨者還是正向思考的人。</p> <p>2. 利用學生生活動手冊中的圖例介紹兩位名人典範：林書豪及沈芯菱，讓學童了解，即使面對同樣的事件，因為每個人的見解不同，而有不同的心情感受及作為；進而引導學童發現想法、感受及行為間彼此的關係。3. 教師歸納統整正向面對困境時的態度及想法。</p> <p>(二)正向的楷模</p> <p>1. 教師請同學上網蒐集相關的故事(可以是名人或是身邊家人的勵志故事)。教師發下「正向思考訪問單」學習單(附錄)，請學童找生活中正向思考的人進行訪問，於課堂進行口頭報告。</p> <p>2. 提醒學童訪問時的禮貌及注意事項，例如：事先約定時間、態度要有禮貌，讓受訪者感受到「誠意」、若要錄音需要先詢問受訪者同意……</p> <p>3. 請同學上台分享自己搜尋或訪問到的正向楷模故事。教師說明上台報告的評分標準，學童輪流上台發表，其他同學給予評分及鼓勵。</p> <p>4. 學童報告後，於學習單上自評，其他聆聽的學童幫其評分，教師則於口語上給予正向回饋。</p> <p>5. 教師歸納統整，例如：(1)人都會遇到困難，但克服後會很有成就感。(2)不放棄希望，就有機會；如果一開始就放棄，就連一點機會也沒有。(3)正向思考會給人希望感，更有動力去嘗試新的方法，自然有較高的成功機會。</p> <p>6. 學童分享後，教師提問：「聽完同學分享的故事，你發現這些主角在面對生命困境時，有哪些讓你印象深刻？請跟大家分享。」</p> <p>7. 教師引導學童將學習到的單元一的問題解決法、正向思考、壓力管理應用在生活中。教師發給每生一人一張學習單，請學童寫下自己生活中的壓力事件，運用曾經學過的技巧，在生活中實踐，兩週後討論並省思。</p> <p>8. 執行兩週後，教師引導學童思考，實踐過後的心得及感受；並思考可以將學習應用在生活的哪些地方？由學童自由發表。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一)省思回饋：教師引導學童思考以下問題：</p> <p>1. 面對問題的時候，希望聽到什麼話？打氣加油或是潑冷水、批評？你可不可以成為幫自己打氣的人(正向思考)？</p> <p>2. 遇到問題的時候，可以尋求協助的管道有哪些？</p> <p>3. 適合自己的抒壓方式有哪些？熟練度如何？承受壓力時用得上嗎？</p> <p>(二)歸納統整：引導學童從體驗活動中，統整出問題解決必備的知識能力、態度及技能。</p> <p>(三)實踐應用：教師引導學童，將所學應用在生活當中。</p>	3	教師：情境圖、「正向思考訪問單」、「想法、情緒及行為關係表」學習單。	實作評量 口頭報告 自我評量 學童互評 家長評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
八 10/18 10/24	1-3-1 欣賞並接納他人。 ◎性別平等教育 1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-3-5 認識不同性別者的成就與貢獻。	單元三、欣賞你我他 【活動1】學習欣賞讚美 一、引起動機 (一)學童每兩人一組，一人做出簡單的幾個動作，另一人仔細觀察後照著他的動作做一次。完成後角色互換做一次。 (二)教師請一人上臺做一連串的動作，再請其他學童仔細觀察後，用說的描述一次，或是照著他的動作做一次。教師可請幾個學童上臺做動作，讓全班學童練習觀察。 二、發展活動 (一)從欣賞出發：1. 教師引導學童參閱學生活動手冊第 26 頁，討論圖中人物的優異行為表現：「我們曾經看到被公開表揚的好表現有哪些？」教師可以引導學童想一想，除了校內表揚成績優良、有特殊才能獲獎或拾金不昧者之外，社會上還有哪些接受表揚的好行為？例如：擔任志工無私奉獻、好人好事代表、模範勞工、企業楷模……2. 教師：「在家庭、學校或社區中，你還可以發現哪些值得我們學習的行為表現？」教師引導學童具體說出色表現的做法。若學童無法發表，可從學生活動手冊中的圖例引導。3. 教師：「你知道還有其他的好表現嗎？」教師引導學童踴躍發表自己的所見所聞。4. 教師：「聽過同學們的分享，請仔細想一想，在你周遭的人當中，誰的表現是你所欣賞的？請在『超級特搜員』的學習單中，具體寫下他們的優點或特色。」5. 教師巡視行間，適時提醒學童思考方向。6. 教師請學童上臺發表，對於不具體的說法，例如：他很乖、很厲害……應請學童說明清楚。7. 教師：「在找出周遭人的優點與特色的活動中，你有什麼感想？」教師請學童踴躍發表。8. 教師：「想一想，哪些優點是值得你學習的？要具備這些優點，你需要做什麼樣的改變？」教師請學童踴躍發表。並於一個月後再請學童發表自己做了哪些改變。 (二)真誠與讚美：1. 教師：「你有沒有被別人讚美過呢？你曾經在哪種狀況下被別人讚美？別人怎麼稱讚你？被稱讚的時候感受如何？」教師鼓勵學童踴躍分享自己的經驗，並適時給予肯定。2. 教師引導學童參考學生活動手冊第 28 頁上圖。教師：「除了稱讚對方的說法外，你還可以怎麼說？」教師可以再舉例，請學童做讚美別人的練習。（教師應提醒學童讚美中必須帶著尊重別人的心，而不是隨便開玩笑或敷衍的說法。）3. 教師：「做對事時我們希望被讚美；在我們已經盡力卻未能完成任務，或無法做到盡善盡美時，是不是也希望別人對我們的努力表達肯定？」教師引導學童參考學生活動手冊第 28 頁上圖，讓學童分組討論，如何肯定別人的努力。4. 教師：「這兩種情況下，如果是你，你會怎麼說？」教師鼓勵學童踴躍發表自己的看法。5. 教師：「要讓人感受到你的真誠，口語表達應該注意什麼？表情如何傳達？肢體如何傳達？還有呢？」教師應盡量鼓勵學童發表，並適時給予肯定與鼓勵。（口語的表達方面，包括說話的禮節、語調、具體敘述……都很重要；面對不同情緒的人，表情的表達應該是不同的；在肢體方面，拍肩膀安慰、豎大拇指稱讚……面對關係不同的人，做法也會不同。另外，專注的眼神、同理心與尊重的態度……也都很重要。）6. 教師可利用學生活動手冊上的兩個圖例，請兩個學童上臺做角色扮演，運用口語、表情與肢體動作，向對方表達真誠的讚美。7. 教師：「想一想，身邊的人有誰值得你讚美？你想如何讚美他？」教師先給學童三分鐘思考一下。8. 教師：「請在『真誠的讚美實踐表』學習單上寫下你想讚美對方什麼樣的表現」教師巡視行間，並隨時提醒學童要寫出具體的表現內容。9. 教師：「請找到你想讚美的人，除了說出讚美的話外，也要有適當的表情、肢體動作等。受讚美者也要在被讚美後給予讚美者回饋。」（可配合附錄「練習『真誠的讚美』學習單」）10. 教師巡視其間，對於不知如何表達，或是欠缺表情、動作者加以指導。11. 教師請讚美者與受讚美者分享活動後的心得。 三、總結活動 教師總結：讚美與肯定可以促使人不斷的進步，平時我們與他人互動時，就需隨時隨地運用，並配合真誠的態度來表達，才能讓人與人互動間充滿溫暖與感動。	3	教師：「超級特搜員」、「讚美真誠的讚美實踐表」學習單。	實作評量 口頭報告 自我評量 學童互評 家長評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
九 10/25 10/31	1-3-1 欣賞並接納他人。 ◎性別平等教育 1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-3-5 認識不同性別者的成就與貢獻。	單元三、欣賞你我他 【活動 2】接納合理意見 一、引起動機 教師利用學生活動手冊第 30 頁的遊戲規則，引導學童進行背對背摺紙遊戲。兩次活動都在三分鐘後比對兩人摺紙造型的相似度。 二、發展活動 (一)了解與接納 1. 教師：「活動中想要摺出相似度高的造型時，你認為哪一種方法比較有效？為什麼？」教師鼓勵學童踴躍發表自己做過活動後的想法。 2. 教師：「可以發問和不能發問的差別在哪裡？」教師鼓勵學童踴躍發表。 3. 教師：「和人相處，你比較喜歡哪一種方式？想想看，你平時最常用到哪一種方式？效果如何？」教師鼓勵學童踴躍發表自己的經驗。 4. 教師：「想一想，哪一種方式較容易了解他人的想法？為什麼？與人相處了解他人想法為什麼很重要？你如何了解他人的想法？」教師可提醒學童，溝通過程中，除了注意清楚表達外，透過真誠的態度去尊重、同理他人也是很重要的。 5. 教師請學童參閱學生活動手冊第 31 頁的遊戲規則。請所有人先想出一個活動或一組簡單的動作（四至五個動作），再將學童分成兩人一組（若全班人數為單數，也可以是三人一組）在協調區中先各自做出動作，再將兩人的動作協調成一組動作，達成共識後便一起到共識區。等待另一組到達共識區，四人再一起到協調區，將兩組的動作做一協調。八人、十六人，依此類推，直至所有人都達成同一共識（全班協議出一組動作），並將此動作一起做一次。最後做一個歡呼動作後結束此活動。 6. 教師：「活動過程中，每個人提出來的動作都一樣嗎？討論中哪些動作會被接受？為什麼？」請學童自由發表自己的意見。 7. 教師：「被接納的意見或想法一定是最好的嗎？你如何看待沒被接納的意見或想法？」 8. 教師：「想一想，但是當成員有不同意見或看法時，如何達成團體目標？」請學童踴躍發表自己的意見。	3	教師：每個學童兩張 A4 的紙、將教室左右各畫分出一塊為協調區，另一塊為共識區。	自我評量 實作評量 口頭報告 家長評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十 11/1 11/7	1-3-1 欣賞並接納他人。 ◎性別平等教育 1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-3-5 認識不同性別者的成就與貢獻。	期中評量週 單元三、欣賞你我他 【活動2】接納合理意見 二、發展活動 (二)規畫班級活動 1. 教師：「有哪些活動可以透過班上同學共同規畫，且適合在學期末舉行的？」鼓勵學童踴躍發表意見。除了提議者外，其他認同該活動的學童也可以補充說明。 (1)同樂會：可提供展現多元學習成果的舞臺。 (2)義賣活動：期末也是年末，每個人家中大掃除能清出一些可用卻不需要用到的東西，讓它們可以找到需要它們的主人。 (3)社區服務活動：可以不需要太多時間規畫，卻可以協助社區公園、人行道或其他公共設施做環境的整潔維護。 (4)學習成果展：蒐集整學期課程的成果（美勞作品、作文、書法、活動照片……），不僅可以彼此互相觀摩，更可以做成學習檔案資料，為自己的學習留下記錄。 (5)舉辦球類等動態或語文等靜態班內競賽…… 2. 教師：「經過充分的發表後，請大家審慎思考哪一項活動較適合，我們將進行投票表決，以多數人的決議決定期末舉辦的活動。」全班進行投票表決。本次為活動的表決，所以採後提名先表決的方式進行。 3. 教師：「討論的過程中，你欣賞哪些人的做法？」教師鼓勵學童發表自己的想法。 4. 教師：「討論的過程中，大家採納了誰的意見？他的想法合理嗎？」。 5. 教師：「你接納決議後的想法嗎？為什麼？」教師鼓勵學童踴躍發表意見。如果學童在表決後仍然無法接納決議後提議者的想法，教師可請學童說明他的理由。若是學童仍然堅持己見，就請他尊重多數人的決定。 6. 教師：「日常生活中，你會接納他人的想法嗎？為什麼？」教師鼓勵學童踴躍發表意見。 7. 教師：「日常生活中，你會接納他人的想法嗎？為什麼？」教師鼓勵學童發表意見。 8. 教師：「能接納他人合理的想法，對你或團體有什麼影響？」教師鼓勵學童踴躍發表自己的想法。 三、總結活動 (一)教師提問，讓學童省思： 1. 說一說，你如何了解他人的想法？ 2. 說一說，什麼是「合理的想法與意見」？接納合理的想法與意見有什麼好處？ (二)教師總結：每個人的想法都未必周全，因此在團體生活中必須先學會尊重別人的想法，接納他人合理的意見，在充分的溝通後，大家運用成熟的思考與判斷，才能找到最有利於團體發展的方法，同心協力達成團體目標。	3	教師：每個學童兩張A4的紙、將教室左右各畫出一塊區，一塊為協調區，另一塊為共識區。	自我評量 實作評量 口頭報告 家長評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十一 11/8 11/14	<p>1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。</p>	<p>單元四、團體中的我</p> <p>【活動1】角色知多少</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師播放 Youtube 蜜蜂的分工 (https://www.youtube.com/watch?v=X6aSbaRgMqE) 影片，觀賞一個蜂窩中蜜蜂的分工情形。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)我是誰？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師：「工蜂負責從野外採集花蜜的稱為外勤工蜂。想一想，在生活中，我們的行為表現會使我們產生哪些角色？」 2. 教師請學童參閱學生活動手冊第 36 頁，教師：「圖中的小朋友在家中經常幫忙找東西，是個偵探的角色。想一想，你在家中的角色是什麼？」教師鼓勵學童踴躍發表，並盡量說出自己曾經擔任的角色。 3. 教師：「想一想，在學校裡，你又會是什麼角色？」 4. 教師：「你還可以和大家分享自己在其他團體所扮演的角色嗎？」 <p>(二)團體角色分工</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請學童參考學生活動手冊第 37 頁：「了解活動規則後，我們分組進行遊戲。活動過程中，請大家隨時觀察每個人所扮演的角色。」教師請學童踴躍發表。 2. 教師：「請各組先討論出一個等一下要寫的字，筆畫不必太多。」教師巡視行間。 3. 教師：「將三條棉繩綁住粗筆，並拉出六條線。每個人拉住一條線，大家同心協力寫出剛才討論出來的字。」教師巡視行間。 4. 教師發給每個學童一張「角色行為表現紀錄表」學習單（詳見附錄）：「請在表內寫下活動中組內成員的姓名、扮演的角色及行為表現。」教師巡視行間，提醒學童注意用詞，並了解學童定義的角色是否符合其行為表現。 5. 教師：「想一想，你和其他成員的行為表現有何異同？」教師請學童踴躍發表。 6. 教師：「想一想，團體中的每一個角色行為都有助於團體任務的達成嗎？」教師請學童踴躍發表自己在活動中所觀察到的情形。 7. 教師：「團體中除了有助於團體任務達成的正向角色外，阻礙團體完成目標的角色存在嗎？他們對團體有什麼影響？教師請學童踴躍發表自己的想法。 8. 教師：「我們如何協助他們一起為達成團體目標而努力？」教師請學童踴躍發表自己的想法。 9. 教師：「想一想，你的角色與行為表現對團體有何影響？」教師請學童踴躍發表自己的想法。並自我省思自己在團體中對於團體目標的達成是否有助益。 <p>三、總結活動</p> <p>教師總結：每個人在團體中會因為個性、能力的差異或與他人的互動而產生不同的角色，每個角色的存在都有其意義。因此對於反團體角色，大家應該共同協助並加以引導，在大家通力合作下，才能順利達成團體任務。</p>	3	教師：紙五張、5 枝粗的筆與 15 條約 50 公分的棉繩、膠帶、「角色行為表現紀錄表」學習單。	行為觀察 口頭報告 實作評量 家長評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十二 11/15 11/21	<p>1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。</p>	<p>單元四、團體中的我</p> <p>【活動 2】合宜的表現</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師發下「迷宮大考驗」學習單（詳見附錄），請學童將鏡子垂直立在迷宮上方，在只能看鏡子，且不能畫到邊線的狀況下，看誰最快走出迷宮。</p> <p>教師：「你覺得在不碰到邊線且最快走出迷宮時，最困難的地方在哪裡？」</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)重新認識自己</p> <p>1. 教師請學童參閱學生活動手冊第 40 頁：「家家有規，班有班規。團體中有其規定或要達成的目標，有時候我們未必能完全做到。想一想，哪些是你要遵守團體規定或是盡本分時感覺困難的呢？」教師可帶領學童從圖例中去引導學童思考。</p> <p>2. 教師：「想一想，要求自己扮演好團體中的角色時，哪一個部分是你覺得最困難的？你要如何克服？」教師請學童依自己的狀況踴躍發表，並具體提出改進的方法。除了學童自己所想出來的之外，也可以請其他同學提供好的做法或建議。</p> <p>3. 教師先將全班分成兩組，圍成兩個同心圓，兩人面對面坐下。</p> <p>4. 教師請學童先在一張紙上寫下自己行為的優缺點各兩個（內容不要讓其他同學看到）。再發下第二張 A4 紙依學生活動手冊第 40 頁的遊戲規則，指導學童進行活動。</p> <p>5. 教師請學童將自己與他人寫的優缺點填寫在附錄學習單的對應格子內。（你認為自己已經覺察到的優缺點填入開放我的格子內；別人寫的優缺點是你沒有發現的，則填入盲目我的格子內。別人不知道，只有自己知道的，寫在隱藏我的格子內）。</p> <p>6. 教師：「從剛才的活動中，你可以發現什麼？」（生活中的表現，有些是自己可以覺察到的，有些部分則是要從別人的角度才能發現。）</p> <p>7. 教師：「在別人對你的看法中，哪些是你意想不到的？你同意這些說法嗎？為什麼？」教師請學童踴躍發表自己的想法，若無法認同時，可以請寫的人說明理由。</p> <p>8. 教師：「為什麼上課鐘聲響時，你會回到班上？進行小組競賽時，你為什麼盡量不要違規？」、「是哪些約束力量使你做出適當的表現？」教師將全班分組進行討論，並請學童踴躍發表自己的想法。</p>	3	<p>教師： 學童每人兩張 A4 紙、「我的行為表現」、「迷宮大考驗」學習單。 學童：鏡子、筆。</p>	行為觀察 口頭報告 實作評量 家長評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十三 11/22 11/28	<p>1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。</p>	<p>單元四、團體中的我</p> <p>【活動2】合宜的表現</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)重新認識自己</p> <p>9. 教師請學童參考學生活動手冊第41頁，教師：「歸納起來，在團體中可以約束自己行為的方式可分為哪些？」</p> <p>10. 教師：「想一想，如果團體的目標是想獲得大隊接力冠軍，身為團體一分子的我們，行為會受到哪些力量的約束？」教師將全班分組進行討論，並請學童踴躍發表看法。</p> <p>11. 教師：「想想看自己在學校生活的表現中，有哪些行為是需要調整的？」請學童依自己的狀況，踴躍發表。</p> <p>(1)生活作息：能否遵守上學或上課時間？午休可以遵守班級規定嗎？行動能配合班級作息嗎？……</p> <p>(2)學習情形：上課專心否？準時繳交作業嗎？能參與討論嗎？……</p> <p>(3)人際關係：與同學是否發生爭執或衝突？能與同儕合作嗎？……</p> <p>(4)其他：是否帶齊學用品？能做好整潔工作嗎？……</p> <p>12. 教師：「想一想，對於自己不恰當的行為表現，你如何調整？」教師可提醒學童做自我約束、時時反省或謹記團體公約，從這些方面進行調整。若想不出如何調整，可透過團體討論，或請其他同學提供建議。</p> <p>13 教師：「想一想，在家中有哪些行為是需要調整的？你如何調整？」提醒學童想一想，在家中與家人的共同規範，或是父母時時叮嚀的事情……</p> <p>14 教師：「想一想，在其他的團體裡你有哪些行為是需要調整的？你如何調整？」例如：安親班、才藝班、課後社團或是參與其他的活動……</p>	3	<p>教師： 學童每人兩張A4紙、「我的行為表現」、「迷宮大考驗」學習單。</p> <p>學童：鏡子、筆。</p>	實作評量 口頭報告 行為檢核 主題研究	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十四 11/29 12/5	<p>1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>3-3-3 表達對社區公共事務的看法，不受性別限制。</p>	<p>單元四、團體中的我</p> <p>【活動 2】合宜的表現</p> <p>二、發展活動</p> <p>(二)做個主動的人</p> <p>1. 教師請學童參閱學生活動手冊第 43 頁：「想一想，在不同團體中，除了遵守團體規定，扮演好自己的角色外，還能主動為團體做些什麼？」教師可將全班分組進行討論，並鼓勵學童踴躍發表意見。</p> <p>2. 教師：「在討論的項目中，哪些是你曾經主動做的事？哪些是你需要再加強的部分？」教師鼓勵學童踴躍發表意見。</p> <p>3. 教師：「想一想，當你能主動為團體做事時，對你有什麼影響？」教師鼓勵學童踴躍發表意見。(如果學童無法立即想到對自己的影響，可請學童一週內提醒自己主動做事，並於一週後請學童發表自己的心得。)</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一)教師提問，讓學童省思：</p> <p>1. 對團體來說，每個成員為什麼必須扮演好自己的角色？</p> <p>2. 省思自己是否扮演好自己在團體中的角色？</p> <p>3. 在團體中是否能主動為團體做事？</p> <p>(二)教師總結：「在團體裡能扮演好自己角色的人，充分展現了對自己的尊重，因此能贏得他人的尊敬，他的努力不僅有助於達成團體目標，也將是個人的一種自我實現！」</p>	3	<p>教師：</p> <p>學童每人兩張 A4 紙、「我的行為表現」、「迷宮大考驗」學習單。</p> <p>學童：鏡子、筆。</p>	實作評量 口頭報告 行為檢核 主題研究	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十五 12/6 12/12	<p>4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>◎海洋教育</p> <p>1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。</p>	<p>單元五、戶外活動任我行</p> <p>【活動1】行前筆記</p> <p>一、引起動機：教師利用單元頁的情境圖，教師問：「當你走近大自然時，是否有觀察到哪些自然環境變化或人文景觀，而這些變化和景觀提供我們什麼樣的訊息？」請學童發表意見。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)戶外活動經驗分享</p> <p>1. 教師利用學生活動手冊第46頁所展示的戶外活動圖片，教師問：「假日是走向大自然的好時刻，你曾經參加過哪些戶外活動？」請學童發表意見。教師歸納學童的意見，常進行的戶外活動有：騎自行車、登山、健行、賞鳥、露營、游泳……這些活動都是親近大自然很好的方式。</p> <p>2. 教師問：「這些戶外活動各有哪些特色呢？當時你有什麼樣的感覺？請把你的經驗和感想與大家分享。」教師鼓勵學童發表自己的經驗和感受。教師請學童自由發表。</p> <p>(二)行前準備—天氣篇</p> <p>1. 教師提問並引導學童思考與發表：「天氣的變化會對戶外活動的進行產生影響。班級戶外活動前，我們應該知道哪些關於氣候變化的訊息呢？這些訊息可以從哪裡獲得？」</p> <p>2. 請參考學生活動手冊第47頁的圖例。</p> <p>(三)行前準備—裝備篇</p> <p>1. 教師說明：「『工欲善其事，必先利其器』，從事不同的戶外活動，需要有不同的裝備。」</p> <p>2. 教師請學童參考學生活動手冊第47頁下半部的圖例，請各小組透過討論並分享參與班級戶外活動應有的準備。討論題目：在眾多裝備裡，哪些是從事戶外活動時需要及必備的東西？哪些裝備不適合或是不實用？請同學發表意見。小組討論時，教師宜巡視各小組，適時給予指導和協助。</p> <p>(四)行前準備—活動注意事項篇</p> <p>1. 教師說明：「從事戶外活動時，我們都希望能『快快樂樂出門，平平安安回家』。假如：班上要一起進行戶外活動，在活動中我們要注意哪些事情呢？」</p> <p>2. 教師請學童參考學生活動手冊第48頁的圖例，教師可依據不同的探索地點，提醒學童應遵守的探索原則。</p> <p>3. 除了因地制宜的探索守則外，教師可提醒兒童在探索活動中，還需遵守下列幾項原則：(1)遵守集合地點和時間約定，避免落單發生危險。(2)穿著大地色系的服裝，不干擾當地野生動物的活動。(3)垃圾隨手帶走，保持當地環境的原貌。</p> <p>(五)行前準備—行程規畫篇</p> <p>1. 教師請兒童參考學生活動手冊第49頁的圖例，說明並引導學童思考與發表：「舉辦班級戶外活動時，行程的規畫是一件很重要的事，你認為在訂定一個戶外活動的行程規畫時，還需要考慮到哪些事情呢？為什麼？請與全班分享你的看法。」</p> <p>3. 教師請各小組討論以探索自然與人文景觀為戶外活動的主題，各小組決定好戶外活動的主題後，教師請學童根據之前所歸納的班級戶外活動行程規畫要點，進行小組分工，並蒐集及彙整相關資料，然後實際規畫出一個可行的班級戶外活動方案。</p> <p>(六)行前準備—活動流程設計篇</p> <p>教師請學童參考學生活動手冊第50頁的圖面並說明：「請各組以探索自然及人文景觀為戶外活動的主題，共同完成戶外活動流程的設計。」</p> <p>1. 各小組決定好戶外活動的主題後，教師請學童根據之前所歸納的班級戶外活動行程規畫要點，以及在第一單元所學習到的各種蒐集資料的方法，進行小組分工，並蒐集及彙整相關資料，然後實際規畫出一個可行的班級戶外活動內容方案。</p> <p>2. 等各小組分工完之後，教師可給予各小組二十分鐘的時間，讓各小組利用網路、圖書館或訪問等方式找尋相關資料。</p>	3	<p>教師：中央氣象局網站、「裝備大考驗」學習單。</p> <p>學童：蒐集班級戶外活動方案的相關資料、蒐集生活中常見與天氣變化有關的自然現象變化的圖片或資料。</p>	實作評量 口頭報告 多元評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十六 12/13 12/19	<p>4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>◎海洋教育</p> <p>1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。</p>	<p>單元五、戶外活動任我行</p> <p>【活動1】行前筆記</p> <p>二、發展活動</p> <p>(七)設計活動方案</p> <p>1. 教師引導學童參考學生活動手冊第51頁的圖例，分組將所蒐集的資料彙整，可分成：目的地介紹、交通方式、建議活動的時間、注意事項、活動費用、活動流程等項目，合力完成一份班級戶外活動方案。</p> <p>2. 教師請各小組發揮創意，透過小組討論的模式，共同決定出一個可以展現班級戶外活動方案的方法（例如：繪製海報介紹、短劇表演呈現……）。</p> <p>(八)小組方案廣告時間教師說明：「請各小組發揮創意，將你們所設計的班級戶外活動規畫方案展現出來，並爭取全班的支持。」教師請各小組輪流上臺，以小組喜歡的方式，呈現所規畫的班級戶外活動方案。每組報告完之後，教師鼓勵學童相互給予回饋，並適時補充。</p> <p>(九)方案選擇時間</p> <p>1. 教師提問並引導發表：「聽完各小組的介紹後，你覺得哪一個活動方案最可行呢？為什麼？請全班討論並決定一個班級戶外活動的方案。」</p> <p>2. 教師引導學童召開班會，並透過全班討論，共同決定一個班級戶外活動的方案。</p> <p>3. 教師可請學童參考學生活動手冊第51頁的圖例，並進一步說明：「發表支持意見時，宜說出方案的優點和可行性，以作為支持的理由；發表反對意見時，勿淪為指責，應陳述方案執行的困難處或問題所在，盡量以較客觀的立場來表達意見。」</p> <p>4. 討論完畢後，全班請以表決的方式決定一個方案，此時教師宜引導學童進行討論和表決，進行表決，最後選出贊成數最多的方案」。</p> <p>(十)行前準備—檢核篇</p> <p>1. 教師請學童參考學生活動手冊第52頁的圖例，並說明：「進行戶外活動可以透過哪些項目來進行小組分工的檢核？有萬全的準備才能確保戶外活動順利進行。」</p> <p>2. 教師引導學童思考與討論：「就本次戶外活動方案，班級同學可以如何分工進行準備工作呢？」</p> <p>3. 小組討論和分工時，教師宜巡視各小組，適時給予指導和協助。</p> <p>(十一)行前準備—背包篇</p> <p>1. 教師請學童參考學生活動手冊第53頁的圖例，並說明：「當班級戶外活動的各項準備工作已經就緒，接下來請根據活動方案準備班級戶外活動手冊和個人的物品，並實際練習，看看要如何整理自己的旅行用品，以方便在旅途中取用。」</p> <p>2. 教師引導學童依據活動方案，拿出一份預先準備的個人應攜帶物品和背包。教師引導各小組討論如何將這些物品裝進背包，方便在旅途中取用，並實際做做看。</p> <p>3. 教師請各小組上臺報告背包裝填的方法，並與全班歸納出背包裝填的要點：</p> <p>(1)為了在一日的旅途中取用方便，可將攜帶物品先歸類。(2)利用背包內的邊袋，先將小件或重要東西放置好，例如：水壺可放在背包的邊袋，個人藥錢、零錢、雨衣要放在方便拿到的地方、檢查相機有沒有充電；另外也要預防萬一下雨時，東西會被淋溼，所以像衛生紙這一類的物品，一旦折好之後，最好還是套進小塑膠袋內以避免弄溼。(3)物品宜歸類並用塑膠袋（最好是可重複使用的環保袋）包好，再逐一置於背包內。(4)耐壓的物品可放在背包最下層，接著再依序往上層整齊堆放，最上層應放置一些最常使用或較不耐壓的物品。由教師可建議學童針對活動內容蒐集資料，設計成一本戶外活動手冊。</p> <p>三、總結活動</p> <p>教師提問並引導學童思考與發表：「這次的班級戶外活動，你最想知道或觀察到什麼呢？你會做怎樣的準備呢？」教師鼓勵學童自由發表。教師鼓勵學童相互給予回饋，並適時補充及鼓勵。師生依據所決定的班級戶外活動，共同歸納出行前的準備事項。</p>	3	<p>教師：「戶外活動行前分工表」學習單。</p> <p>學童：製作海報用具。</p>	實作評量 口頭報告 多元評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十七 12/20 12/26	<p>4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>◎海洋教育</p> <p>1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。</p>	<p>單元五、戶外活動任我行</p> <p>【活動2】戶外探索之旅</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師利用學生活動手冊第54~55頁情境圖，野外探索之旅出發了！教師帶領學童依照預定的交通方式到達計畫探索的地點。</p> <p>(一)往返路途及活動過程中，教師宜隨時提醒、注意學童安全，另可徵求隨行家長，並給予學童足夠的探索時間。</p> <p>(二)教師可提醒學童在往返的路途中，亦不忘隨時觀察並記錄。在這次的班級戶外活動體驗中，你對於自然與人文景觀有哪些了解？請將你的發現記錄下來。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)戶外探索體驗</p> <p>1. 教師指導學童仔細觀察該地點的自然與人文景觀和特色：</p> <p>(1)仔細觀察這些戶外的人文與自然景觀傳達出哪些訊息？在旅途中，有哪些部分讓你覺得驚喜或印象深刻？哪些部分會讓你感到擔憂？</p> <p>(2)這些戶外的自然與人文景觀與我們的生活有什麼關係？對我們的生活會產生哪些影響？</p> <p>2. 學童在進行人文與自然景觀探索時，可依據探索人文與自然景觀的各種面向，參考之前於教室中討論出活動流程，進行觀察與探索。</p> <p>3. 教師可引導學童思考人文與自然景觀與自己的關係，例如：觀察到植物旺盛的生命力，回想自己的生活態度；人類對改變地形，提供自己生活的便利；人類為了生活的便利，改變自然景物，但這對自然環境是否公平。</p> <p>4. 自然景觀部分，從植物生長和環境的依存關係，思考自己與生活環境的關係。例如：</p> <p>(1)這條登山步道的景色，可以欣賞四季的林相變化。</p> <p>(2)溪中有許多魚蝦，溪畔有鳥類在覓食，這裡的水質應該很好。</p> <p>(3)對面山上種植許多檳榔樹，有出現土石崩塌的情況。</p> <p>(4)親水公園有許多烤肉後留下的垃圾，變得很髒亂，也汙染水源。</p> <p>5. 觀察人文景觀去探索人與環境的互動，並且了解人文與自然之間的連結，例如：</p> <p>(1)根據鄉公所網站的資料顯示，這裡的村落土壤貧瘠部落土壤貧瘠，為了生存而種植耐旱的樹豆及番薯。</p> <p>(2)單伸手的建築是因為土地狹小沒有辦法興建三合院，加上當時從大陸來臺時家眷帶的少，所以建築捨棄「三合院建築」只做「單伸手建築」。</p> <p>(3)農村稻子收割季，親朋好友總會趕來幫忙，割稻是有酬勞的差事，所以主人會準備割稻飯，讓大家填飽肚子。</p> <p>(4)這裡的居民多是漁夫，為了祈求出海捕魚豐收和平安，許多村子裡都有媽祖廟。</p> <p>6. 教師指導學童以自己喜歡或擅長的方式，將觀察到的景象或現象記錄下來。</p>	3	<p>教師：情境圖。</p> <p>學童：進行戶外活動時應攜帶的物品及個人用品。</p>	<p>檔案評量</p> <p>口頭報告</p> <p>行為檢核</p> <p>同儕互評</p> <p>家長評量</p>	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十八 12/27 1/2	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。 ◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	單元五、戶外活動任我行 【活動2】戶外探索之旅 二、發展活動 (二)戶外探索省思 1. 教師提問並引導學童思考與發表：「經過『探索自然與人文景觀之旅』後，你對大自然環境有哪些新的認識與了解？如何利用面貌多樣的戶外環境，享受戶外生活的樂趣。 2. 教師鼓勵學童相互給予回饋，並適時補充及鼓勵。 3. 教師請學童參考學生活動手冊第57頁的圖例，說明並引導學童思考與發表：「你可以如何透過戶外活動的參與，展現自己的專長，擴展生活視野？」 4. 教師引導學童反思： (1)經過戶外探索之旅後，你知道這些戶外自然和人文景觀對我們的生活有什麼影響嗎？ (2)在戶外生活中，可以怎樣珍惜、親近美好的戶外景觀？對於受到破壞的部分，可以如何改善？ (3)我們可以如何利用多樣的戶外環境，享受戶外生活的樂趣，擴展生活視野？ (三)戶外探索展 1. 教師請學童參考學生活動手冊第58、59頁的圖例，接著再說明：「請把你在這次戶外活動的體驗和發現做個整理，再與小組伙伴共同布置『自然與人文景觀之旅』角落，依照探索活動的分組呈現活動成果，一起欣賞大家的發現和記錄，並給予回饋。」 2. 教師請學童根據自己的紀錄，在小組內輪流分享本次「戶外探索之旅」所觀察到的自然景象。 3. 教師鼓勵學童相互回饋，並適時給予意見。 4. 當學童進行小組分享和討論時，教師宜巡視其間，並從旁適時予以指導。 5. 教師分配各小組展示「戶外探索之旅」的角落位置，引導各小組整理成員的觀察紀錄，並布置各小組的「戶外探索之旅」角落。 6. 各小組布置完畢後，請留下一名代表擔任解說員，其餘成員可以小組行動的方式，到各小組去參觀。 7. 教師引導學童在參觀後給予回饋，方式參考如下： (1)請學童參觀完後，由小組討論各小組的優缺點，再輪流上台報告。 (2)準備便條紙或意見反應單，讓參觀的學童直接填寫，再讓各小組彙整意見表後，分析自己小組的優缺點。 8. 教師可將學童發表的內容稍加整理，並填寫於黑板上，待學童發表結束後，再進行歸納與回饋。 9. 進行體驗後心得分享，並引導學童進行體驗後的省思，可分為工作方面與親身體驗兩方面來探討： (1)工作方面：①本組提供的展出效果如何？大家覺得怎麼樣？②展演過程中我們小組的表現怎麼樣？有沒有可以改善的空間？③以後再有類似的活動時，我們還可以怎麼做，才会有更好的表現？ (2)經驗分享：①體驗過程中，你對哪些事物或活動印象深刻？為什麼？②想一想，為什麼會有這些不同的文化呢？ 10. 教師把大家發表的內容加以整理、歸納。 三、總結活動 (一)教師引導學童省思下列問題，並探討可以付諸實踐的具體行動或方法。 1. 面對當地的飲食、服飾、住屋、藝術、信仰、祭典……你有什麼想法或看法？ 2. 對於當地特色的傳承有何看法和做法？3. 對於自然與人文景觀的維護有何看法和做法？ 4. 你覺得人文和自然景觀維護是誰的責任呢？你參與了多少？ (二)教師引導學童將實際參與的過程以實踐日記記錄成果與心得。	3	教師： 準備有關「戶外探索之旅」相關資料、「探索主題分工表」學習單。 學童：規畫戶外探索展活動所需之資料、圖片。	實作評量 口頭報告 行為檢核 家長檢核	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
十九 1/3 1/9	<p>4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。</p> <p>◎性別平等教育</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>◎海洋教育</p> <p>1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。</p>	<p>單元五、戶外活動任我行</p> <p>【活動3】戶外探索大發現</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師說明：「在這次戶外活動中，我們發現了一些自然環境與人文景觀的改變與破壞的問題，請各小組一起找出環境問題發生的原因和可能的危害。」請學童發表意見，教師歸納學童的意見。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)戶外探索發現</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請學童參考學生活動手冊第 60 頁的圖例，引導各組學童選擇一項所發現到的自然環境與人文景觀的改變與破壞的問題，針對其發生原因和可能帶來的危險，以及保護或改善的方法，進行討論和蒐集資料。 2. 教師可事先借好電腦教室和圖書館，以利學童在時限內，讓各組利用網路、圖書館或訪問等方式找尋相關資料。 3. 小組討論和分工時，教師宜巡視各組，適時給予指導和協助。 4. 教師引導各小組學童彙整相關資料，並討論決定小組要呈現的方式。 5. 當小組分享完後，教師鼓勵學童相互回饋，並適時給予意見。 6. 教師根據各小組報告進行歸納：從各小組的報告中我們發現，大部分的環境問題是因為人類不適當的活動對環境造成的影響，這些問題對人類生活、健康、安全……都會產生不良影響，而各小組所提出的保護或改善方法，均需要大家一起來努力。 <p>(二)和諧的人文與自然環境</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請學童參考學生活動手冊第 61 頁的圖例，並說明：「藉由各小組的環境問題分享，我們可以發現環境問題與人類活動息息相關。請全班選定一個共同關切的环境問題，各小組進行深入的探討。想想看，你會站在哪一個立場來看待這個問題？為什麼？」 2. 教師引導全班討論並表決決定一個共同關切的环境問題。 3. 教師先請各小組根據此一環境問題進行小組討論，試著從正、負兩方面的立場來思考，教師同時亦可鼓勵各小組所有成員應多發表自己的想法和意見。 4. 教師可先請各小組輪流上臺分享小組內不同立場的意見，再將這些不同立場的意見分別整理在黑板上，以便進行進一步的討論。 5. 教師提問：「根據這些不同立場的意見，你認為人們可以怎麼做，才能兼顧環境維護和經濟發展呢？」 6. 教師鼓勵學童發表自己的想法。 	3	<p>教師：準備有關戶外探索之旅相關資料。</p> <p>學童：準備有關戶外探索之旅相關紀錄。</p>	實作評量 口頭報告 行為檢核 家長檢核	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
二十 1/10 1/16	4-3-2 參與計畫並從事戶外活動，從體驗中尊重自然及人文環境。 ◎性別平等教育 3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。 ◎海洋教育 1-3-6 瞭解漁村景觀、飲食文化與生態旅遊的關係。	期末評量 單元五、戶外活動任我行 【活動3】戶外探索大發現 二、發展活動 (三)尊重人文與自然景觀 1. 教師說明並引導兒童思考：「不論你對環境問題的立場是什麼，讓我們一起來想想，進行戶外活動時，要如何做才能避免對環境造成衝擊及破壞？」 2. 教師請學童參考學生活動手冊第 62 頁的圖例，說明無痕山林七大準則(請參考良師小百科)，並透過搶答方式，請學童舉例說出依據各準則的實際做法。 3. 教師根據學童的回答，並給予回饋。 4. 師生討論檢核這次戶外活動有沒有無痕山林的準則，下次應該如何改善。 5. 教師補充說明無痕山林七大準則的做法。 6. 教師鼓勵學童針對全班選定的環保問題，提出個人平常即可做到的環保行動。 7. 當學童分享完之後，教師請鼓勵學童相互回饋，並適時給予意見。 8. 教師可將學童發表的內容整理在黑板上，以便進行歸納。 9. 教師根據學童的發表予以歸納總結：從拜訪大自然的活動中，我們欣賞到大自然之美，也體驗了大自然所帶給我們的美好經驗；但另一方面，我們也看到大自然因為人類的活動而有些改變，事實上，這樣的改變也正提醒了我們在享受自然之美的同時，更要特別注重環境的保護，同時，對於環保行動尤應身體力行，這樣才能使我們的環境永保健康自然的樣貌。 10. 教師請學童參考學生活動手冊第 63 頁的圖例，說明：「如何在生活中具體實踐這些尊重自然與人文景觀的想法？你可以怎麼做呢？」 11. 教師引導學童省思下列問題，並探討可以付諸實踐的具體行動或方法。 (1)你對經濟發展和自然景觀互相衝突的議題有什麼新看法呢？ (2)對於尊重自然與人文景觀的維護有何看法和做法？ (3)你覺得社區環境維護和社區發展是誰的責任呢？你參與了多少？ 12. 教師引導學童將實際參與的過程以實踐日記記錄成果與心得。 三、總結活動 (一)教師說明：「尊重自然與人文景觀的做法中，你做到了哪些？有什麼感受？」 (二)教師請學童參考學生活動手冊第 63 頁的圖例，教師引導學童思考，並在小組紙上寫上答案。 (三)各組報告討論結果，並由全班一起檢視與補充。 (四)教師歸納 1. 淨山活動很辛苦，但是環境變乾淨，山上的動植物有更好的生活環境。 2. 每週一次的水質監測工作，喚起居民愛鄉的情懷，吸引更多人加入。 3. 經由民眾共識去制定經濟發展政策，避免不當開發。 4. 透過多元活動的參與和分享，讓更多人知道人文與自然景觀的美好。	3	教師： 準備有關戶外探索之旅相關資料。 學童：準備有關戶外探索之旅相關紀錄。	實作評量 同儕互評 行為檢核 主題研究 家長評量	

教學 期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節 數	使用教材	評量方式	備註
二十 一 1/17 1/23	<p>【綜合領域】</p> <p>1-3-5 覺察生命的變化與發展歷程</p> <p>2-3-3 覺察家人的生活方式，分享改善與家人相處的經驗。</p> <p>【重大議題】</p> <p>生涯發展教育</p> <p>2-2-3 認識不同類型工作內容。</p> <p>2-2-4 瞭解工作對個人的意義及社會的重要性。</p> <p>家庭教育</p> <p>4-3-1 瞭解家人角色意義及其責任。</p> <p>4-3-2 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。</p> <p>4-3-5 瞭解不同的家庭文化</p> <p>家庭暴力防治</p>	<p>活動單元名稱：【 我家的神鬼老大 】</p> <p>1. 引起動機：導讀~我家的神鬼老大</p> <p>2. 分享與討論：就故事內容進行心得分享</p> <p>3. 發展活動：</p> <p>a. 心事發表會—1. 分享自己和家人相處的過程及曾遇到的挫折 2. 家人是否曾對你或家人施予暴力</p> <p>b. 拼圖大作戰—從拼圖的過程中體驗生命的歷程就像許多零碎的部分拼湊而成（所以要珍惜生命的每一部分）</p> <p>4. 成果分享：1. 討論生命規劃中應如何珍惜生命和家人相處的過程 2. 如果家人對你或家人施予暴力，你會如何？</p>	3	自編	發表 實際操作 學習單	

五、補充說明（例如：說明本學期未能規劃之課程銜接內容，提醒下學期課程規劃需注意事項……）