

### 南投縣新豐國民小學 111 學年度彈性學習課程計畫

#### 【第一學期】

課程名稱	做自己真好	年級/班級	四年級/甲乙丙班
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	3
		設計教師	謝靜如、包亭玉
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 type="checkbox"/> 人權教育 <input 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 type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input 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	
設計理念	受傳統父權社會的影響，性別刻板印象充斥在生活中，相對限制許多人的發展。本活動先認識男、女不同的性別特質，從中了解自己的特質不受性別限制，並透過生活中玩具選擇、家事處理，以擺脫傳統社會性別刻板的觀念與行為，並知道如何讓自己在未來職業選擇能跳脫性別的框架。透過一系列活動能於生活各方面察覺性別刻板印象，並破除性別的限制，多了解自己的興趣，多培養自己各方面的技能，發揮自我的潛力，以便在未來發光發熱。		
總綱核心素養	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。		

課程目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識性別刻板印象的意義。</li> <li>2. 了解性別角色的多樣性與差異性。</li> <li>3. 破除性別刻板化印象對自我發展的限制。</li> <li>4. 學會不讓性別阻礙自己的潛力發展。</li> <li>5. 學習尊重兩性的意見與想法。</li> </ol>
------	---

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
十六	做自己真好	<p>【國語】 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【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。</p> <p>【健康與體育】 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>【綜合活動】 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。</p>	<p>【國語】 Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【社會】 Aa-II-2 不同群體（可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等）應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。</p> <p>【健康與體育】 Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。</p> <p>【綜合活動】 Aa-II-1 自己能做的事。</p>	認識性別刻板印象的意義。	<p>一、引起動機 教師先在黑板上分兩大區，一邊寫上男生，一邊寫上女生，並引導鼓勵學童上太於黑板上寫出自己覺得男生和女生擁有哪些人格特質，例如：男生~帥氣，女生~溫柔。希望透過活動讓學童認識不同的人格特質，也了解學童對不同性別的特質認知。</p> <p>二、主要活動 1. 教師進行性別印象的快問快答活動，請學童就問題比出○或○：                      (1) 男生一定很勇敢。                      (2) 女生一定很溫柔。                      (3) 男生說話一定很大聲。                      (4) 女生一定很細心。                      (5) 男生運動神經一定很好。                      (6) 女生畫圖一定很漂亮。                      請學童就自己的想法做出手勢，透過活動讓學童對性別印象有初步的認識，教師不用急著做出澄清。                      2. 教師引讀繪本《薩琪到底有沒有小雞雞》的內容，引導學童共同討論：</p>	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	

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
					<p>(1) 故事中的馬克思、薩琪是怎樣個性的人？</p> <p>(2) 馬克思怎樣看待自己？怎樣看待薩琪？</p> <p>(3) 馬克思後來有什麼發現？</p> <p>3. 教師引導說明繪本中，薩琪會踢足球、爬樹、打架樣樣行，還會騎男生的腳踏車，馬克思懷疑、震驚，因為薩琪是很強壯、厲害的人，與馬克思印象中的女生非常不一樣。因為馬克思存有性別的特定印象，才會覺得很震驚、很不可思議。在社會上很多人也會有類似的想法，其實此想法偏差了，每個人都有獨特的個性，不應受性別而有差異。</p> <p>4. 教師就學童於黑板上所填的人格特質加以說明，並請學童思考有哪些人格特質是男生特定？有哪些人格特質是女生特定？或哪些人格特質是男女生都有可能有的？</p> <p>從討論中，釐清許多人格特質不是某性別才有，有些特質其實是男女都可能有的，男生可以溫柔，女生也可以強壯，教師引導說明每個人也都是獨一無二的，都擁有自己的特色、個性，不用受其他人的影響。</p> <p>三、歸納統整</p> <p>教師引導說明男女生的人格特質是因人而異的，某些特質並非完全為男性所有，也並非完全為女性所有，無論何種性別，都可以同時有不同的人格特質，所以不一定女生或男生就一定要怎麼樣，最重要的要了解自己，喜歡自己，對自己有信心，自在的做自己，不要讓性別框住自己的表現。</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
十七	做自己真好	<p>【國語】 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【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。</p> <p>【健康與體育】 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>【綜合活動】 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。</p>	<p>【國語】 Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【社會】 Aa-II-2 不同群體（可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等）應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。</p> <p>【健康與體育】 Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。</p> <p>【綜合活動】 Aa-II-1 自己能做的事。</p>	了解性別角色的多樣性與差異性。	<p>一、引起動機 請學童拿出所帶來的玩具，並與同學互相分享遊玩。</p> <p>二、主要活動 1. 請學童上台分享自己最喜歡的玩具類型，教師引導學童思考「為什麼男生、女生的玩具類型不太一樣？」 2. 教師引導學童共同討論： (1) 為什麼會喜歡玩這種玩具？ (2) 男生的玩具與女生的玩具有什麼不一樣？ (3) 什麼玩具男生女生可以一起玩？為什麼？ (4) 機器人很好玩，女生喜歡玩機器人嗎？男生可以玩芭比娃娃嗎？ 3. 教師請男生、女生的玩具交換玩看看，讓學童有機會接觸不同類型的玩具，並討論接觸過後，有沒有較有興趣的玩具。 4. 教師引導說明玩具沒有男生玩的或女生玩的之區分，會這樣的想法，可能受他人影響，可能玩另一性別的玩具會被嘲笑，久而久之就會有某種性別就該玩哪一種玩具的認知。每個人選擇玩具的原因皆不相同，有時受個性影響，會有不同的選擇，但不應該受限於性別，男生也可玩扮家家酒或洋娃娃，女生也可以玩機器人或玩具槍。</p> <p>三、歸納統整 教師引導說明玩具無分男女，不要受性別影響而限制自己玩某種玩具，只要是安全玩具，都可以試著玩看看，而且應該尊重他人對玩具的選擇，不要批評、嘲笑「你是男生，怎麼玩女生的玩</p>	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	

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
					具」、「你是女生，怎麼玩男生的玩具」，兩性之間應互相尊重，突破既有的觀念，會從玩具中得到不同的樂趣。		
十八	做自己真好	<p>【國語】 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【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。</p> <p>【健康與體育】 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>【綜合活動】 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。</p>	<p>【國語】 Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【社會】 Aa-II-2 不同群體（可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等）應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。</p> <p>【健康與體育】 Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。</p> <p>【綜合活動】 Aa-II-1 自己能做的事。</p>	破除性別刻板化印象對自我發展的限制。	<p>一、引起動機 教師引讀《紅公雞》繪本內容~一隻熱心腸的公雞，在草地上發現一顆雞蛋，因對蛋的保護關愛之情，決定孵育它，他的決定，得到母雞們的尊敬，最後大公雞完成了這個任務，孵出一隻小雞來。</p> <p>二、主要活動 1. 教師引導學童就《紅公雞》繪本內容進行討論： （1）你覺得紅公雞是一隻怎麼樣的雞？ （2）為什麼母雞們對紅公雞讚賞有加？ （3）如果你是紅公雞，你會做什麼樣的選擇？ 2. 教師引導說明孵蛋是母雞的工作，而紅公雞卻選擇做了這個工作，也成功孵育出一隻小雞。故事中說明許多女生的工作，男生也可以勝任，只要用心去做，不管男女都會成為一個讓人敬佩的人。 3. 教師引導全班共同討論： （1）家裡有哪些事情一定要做？這些事有沒有規定一定要誰做？ （2）自己家裡的家事是如何分配？ （3）你做得最好的家事是哪一項？</p>	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

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
					<p>(4) 你對於「家庭煮夫」、「超級奶爸」有什麼看法？</p> <p>(5) 自然界中，有沒有雄性動物帶小寶寶？(海馬與企鵝爸爸都是育兒高手，信天翁是夫妻合作育兒)</p> <p>4. 教師指導學童完成「男生女生一樣行」學習單。</p> <p>三、歸納統整</p> <p>教師引導說明很多事情男生女生都可以做，不須特別區分，家事是家裡所有人的事，不是只有女生才做家事，男生就不用。男生、女生除了身體結構上的不同，其他方面都一樣，能力也一樣，所以不應該因性別而受限學習某種事物，男生也可以學習煮飯、做菜，女生也可以修電燈，應該各自發展基本的生活能力，生命才會更有樂趣。</p>		
十九	做自己真好	<p>【國語】</p> <p>2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【社會】</p> <p>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。</p> <p>【健康與體育】</p> <p>3b-II-2 能於引</p>	<p>【國語】</p> <p>Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【社會】</p> <p>Aa-II-2 不同群體(可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等)應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。</p> <p>【健康與體育】</p>	<p>學會不讓性別阻礙自己的潛力發展。</p>	<p>一、引起動機</p> <p>教師引導所有的學童在黑板上寫出自己未來想從事的職業(男生用黃粉筆寫、女生用紅粉筆寫)。教師檢視學童所填寫的職業名，稍微解釋大部分男生所選擇的職業類型有哪些？女生所選擇的職業類型有哪些？有沒有什麼職業是男女生都想從事的？</p> <p>二、主要活動</p> <p>1. 教師播放網路有關「性別刻板印象—職業選擇篇」的影片，並詢問學童在影片中看到哪些職業？影片中人物職業的選擇是依據什麼？</p> <p>2. 教師引導說明每個職業都有需要的特質，請小組討論當司機、保母、護士、髮型師、警察、廚</p>	<p>專注聆聽</p> <p>樂於分享</p> <p>討論發表</p> <p>完成學習單</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
		<p>導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>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。</p>	<p>Db- II -2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>Aa- II -1 自己能做的事。</p>		<p>師要具備什麼特質，並將討論結果寫下來。請小組發表該組的想法與意見，教師適時引導進行全班共同討論，從討論中澄清職業所需特質與性別的關係：</p> <p>(1) 哪些職業是比較適合男生做的？為什麼？哪些職業是比較適合女生做的？為什麼？</p> <p>(2) 哪些職業是男、女都可以做的？為什麼？</p> <p>3. 教師引導學童發表家人或曾經看過哪些職業中，有不受傳統性別限制的例子，如：男護士、女警察、男保母、女總裁。藉由實際例子，讓學童更能了解職業應不受性別限制。教師引導說明現在是兩性平權社會，我們可以突破傳統性別觀念去選擇不同的職業，每個人都有相同的工作權利，不再受性別限制。</p>		
二十	做自己真好	<p>【國語】</p> <p>2- II -4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【社會】</p> <p>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。</p> <p>【健康與體育】</p> <p>3b- II -2 能於引</p>	<p>【國語】</p> <p>Cc- II -1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【社會】</p> <p>Aa- II -2 不同群體(可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等)應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。</p> <p>【健康與體育】</p>	學習尊重兩性的意見與想法。	<p>4. 教師引導說明現在社會中有許多人不受性別約束，而在自己的工作領域發光發熱：</p> <p>(1) 教師展示芭比娃娃的圖片，引導說明有一個人從小喜歡芭比娃娃，且為美國總統夫人及我們總統夫人設計衣服，是一個傑出的服裝設計師。</p> <p>(2) 教師播放網路有關吳季剛先生的影片，讓學生認識吳季剛先生的故事。</p> <p>(3) 教師引導說明每個人都有不同的專長，不會因為性別而有差異，所以每個人應真誠面對自己，不畏他人看法，選擇自己喜歡的工作或生活方式，並有永不放棄追尋夢想的勇氣。</p> <p>5. 教師請學童分享未來想從事的職業是什麼？並分享自己選擇的原因？教師引導說明每個人選擇</p>	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	

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
		<p>導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>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。</p>	<p>Db- II -2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>Aa- II -1 自己能做的事。</p>		<p>未來職業都有不同的考量因素，也許會考慮到自己的人格特質、興趣，或是職業本身的待遇…等，不過不應該受刻板印象所限制，就認為某些職業只能男生做，或是女生才能做那些職業，多培養自己多方興趣，找到適合自己的工作才重要。</p> <p>6. 教師指導學童完成「我的未來不是夢」學習單。</p> <p>三、歸納統整</p> <p>教師引導說明許多人對職業有刻板認知，會認為科學家一定是男生、護士一定是女生…，其實職業沒有男女之分，不要受刻板印象影響，最重要的是找出自己的興趣與專長，分析自己和他人的差異，並了解自己的長處，未來選擇職業不要被性別限制。不管是男生或女生都應該多培養自己各種能力，努力實現自己的夢想，讓自己的潛能得到最大的發揮。</p>		
二十一	做自己真好	<p>【國語】</p> <p>2- II -4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【社會】</p> <p>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</p>	<p>【國語】</p> <p>Cc- II -1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【社會】</p> <p>Aa- II -2 不同群體（可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等）應受到理解、尊</p>	學習尊重兩性的意見與想法。	<p>一、引起動機</p> <p>教師將學童帶來的照片張貼在黑板上，請學童仔細觀察，並猜一猜這是男生或女生，這是誰小時候的照片。教師引導說明小孩子剛生出來，大家都長得差不多，頭大大、頭髮短短，如果沒留長頭髮、如果沒穿裙子，是很難猜出小孩子的性別。</p> <p>二、主要活動</p> <p>1. 教師引導學童共同討論：</p>	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	



附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

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
		異，避免對他人產生偏見。 【健康與體育】 3b- II -2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 【綜合活動】 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。	重與保護，並避免偏見。 【健康與體育】 Db- II -2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 【綜合活動】 Aa- II -1 自己能做的事。		(1) 自己是從什麼時候才意識到自己是男生或女生？是別人告訴你，還是自己察覺的？ (2) 曾經有人跟你說過男生應該怎麼樣？女生應該怎麼樣？ (3) 家裡有人會因有性別不同而對你有不同的要求嗎？會有不同的期待嗎？ 2. 教師引導說明男生、女生天生身體結構不一樣，社會上也存有許多性別刻板的想法，例如：「男兒有淚不輕彈」、「男尊女卑」、「女生要溫柔體貼」、「女子無才便是德」，這是傳統社會的想法，隨著時代的進步，兩性平權觀念的提升，我們應該破除這些觀念。日常生活中，我們也要破除性別刻板的印象，不要再有「女生不被鼓勵打球，男生不可以玩洋娃娃」、「家裡家事都是女生的事，男生一定要做什麼職業」等想法。 3. 教師說明「猜猜看我是誰」的活動，請學童找一位同學，並跳脫性別的框架，寫下他的人格特質、喜歡做的事情、最棒的事情…等，如「他是一個聰明、勇敢、獨立、溫柔、感性的同學，請問你知道他是誰嗎？」，並上台分享，讓其他學童猜猜看。 4. 教師引導說明透過「猜猜看我是誰」的活動，讓學童了解很多同學都具備多樣的人格特質，不要受性別刻板印象影響，而忽略了同學許多優點。從活動中也可以多認識自我特質，發現每個人都大不同，每個人都獨特，而且特質沒有明顯		

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

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
					<p>性別區隔的，因為這些差異、多元才能讓生活更有趣、豐富。</p> <p>三、歸納統整</p> <p>生活中，性別刻板印象常常會對男生或是女生有先入為主的看法，這些性別刻板印象，可能來自於家人對我們的影響，也有社會既有的觀念。刻板印象會局限住自己的發展和對他人的看法，所以覺察生活中的性別刻板印象，可以幫我們超越這些限制。</p> <p>透過一系列的活動，讓我們可以更清楚了解自己的想法，從生活中我們去破除許多既有的性別刻板觀念，兩性彼此應該互相尊重，包容其他人的想法，並了解自己的興趣，多培養自己的才能，堅持發揮個人的潛能，才能勇敢地活出個人精采的人生。</p>		

【第二學期】

課程名稱	勇敢做自己	年級/班級	四年級/甲乙丙班
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	6
		設計教師	謝靜如、包亭玉
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 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 type="checkbox"/> 人權教育 <input 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 type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input 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	
設計理念	有些孩子因為情緒控管能力較差，常常與其他人起衝突，也因此造成人際關係不好。有時也會發現孩子們因為刻板印象而取笑其他人，認為男生在哭就是愛哭鬼。因此希望透過這次的課程，協助孩子釐清觀念，並且找到宣洩情緒的正確方式，增進人際關係。		
總綱核心素養	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。		
課程目標	1. 了解對情緒表達的性別刻板印象。 2. 學會有效的溝通技巧。 3. 學會理性的情緒表達方式。		

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

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
十五	勇敢做自己	<p>【國語】</p> <p>2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</p>	<p>【國語】</p> <p>Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>Ad-II-1 情緒的辨識與調適。</p>	<p>1. 了解對情緒表達的性別刻板印象。</p> <p>2. 學會有效的溝通技巧。</p> <p>3. 學會理性的情緒表達方式。</p>	<p>一、引起動機</p> <p>教師講述故事，學生專心聆聽。</p> <p>阿宗跟小南是感情很好的朋友，在學校他們都是四年一班的學生，平常總是一起玩遊戲。有一天，阿宗不小心打到小南的肚子，小南覺得好痛，哭了出來，阿宗看到小南哭得那麼傷心，趕緊安慰小南：「對不起，我不是故意的，我陪你去健康中心，你不要哭了好不好？我爸爸：『說男生要勇敢，不可以哭。』」說完，阿宗就陪著小南到健康中心。可是小南還是一直哭，其他小朋友看到了，都笑小南是愛哭鬼，還說只有女生才會那麼愛哭。阿宗聽了覺得很愧疚，因為是他害小南受傷哭泣的。於是假裝要動手打人，把其他的小朋友趕跑了。</p> <p>二、主要活動</p> <p>(一)你可以我也可以</p> <p>1. 教師引導學童發表故事中小南及阿宗可能會出現的情緒。</p> <p>(1)小南：傷心、委屈、生氣。</p> <p>(2)阿宗：愧疚、生氣。</p> <p>2. 教師提問，學生舉手回答。</p> <p>(1)阿宗的爸爸說：「男生要勇敢，不可以哭。」你覺得這種說法正確嗎？為什麼？</p> <p>(2)你覺得什麼行為可以稱為「勇敢」？</p> <p>(3)你有看過勇敢的男生嗎？他做過什麼勇敢的事情？</p> <p>(4)你有看過勇敢的女生嗎？他做過什麼勇敢的事情？</p>	<p>專注聆聽</p> <p>樂於分享</p> <p>討論發表</p> <p>完成學習單</p>	

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

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
十六	勇敢做自己	<p>【國語】 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【綜合活動】 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</p>	<p>【國語】 Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【綜合活動】 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。</p>	<p>1. 了解對情緒表達的性別刻板印象。</p> <p>2. 學會有效的溝通技巧。</p> <p>3. 學會理性的情緒表達方式。</p>	<p>3. 請學生分組討論並上台演出勇敢的行為。</p> <p>4. 教師總結：其實勇敢和性別沒有關係，不論男生或女生，都可以做出勇敢的行為。能夠幫助弱小，阻止其他人做錯誤的事，就是一件很勇敢的行為，希望大家能夠學習這些勇敢的行為，做一個勇敢的人。</p> <p>5. 教師繼續針對故事內容提問： (1)你覺得勇敢的人就不能哭嗎？為什麼？ (2)有些小朋友說：「只有女生才會那麼愛哭。」你覺得這種說法正確嗎？為什麼？ (3)你在什麼時候會哭呢？這種時候你的心情是什麼？哭完之後，你覺得心情有什麼變化？ (4)身為女生，你在傷心難過的時候會有什麼反應？會做些什麼事？ (5)身為男生傷心難過的時候，你會怎麼做？</p>	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	
十七	勇敢做自己	<p>【國語】 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>【綜合活動】 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</p>	<p>【國語】 Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p> <p>【綜合活動】 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。</p>	<p>1. 了解對情緒表達的性別刻板印象。</p> <p>2. 學會有效的溝通技巧。</p> <p>3. 學會理性的情緒表達方式。</p>	<p>6. 教師總結：不論男生或女生，在遇到事情的時候都會有類似的情緒反應，雖然男女生表達情緒的方式可能有所不同，但是並沒有限制情緒表達的方式，因此不論男女都可以用哭泣來宣洩自己的情緒，在故事中的同學因為小南哭泣，就取笑小南這是不好的行為。</p> <p>7. 教師將下列句子書寫於黑板，請學生回想平時是否曾經聽過類似的說法，並完成接寫句子。 (1)男生應該要( )。 (2)女生應該要( )。 (3)女生才會( )， 你是男生不可以( )。 (4)男生才會( )，</p>	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

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
					你是女生不可以( )。 8. 教師指導學生逐一檢視所接寫的句子，並思考這些說法是否合理。 9. 學生完成學習單。		
十八	勇敢做自己	【國語】 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 【綜合活動】 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	【國語】 Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。 【綜合活動】 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。	1. 了解對情緒表達的性別刻板印象。 2. 學會有效的溝通技巧。 3. 學會理性的情緒表達方式。	(二)為情緒找出口 1. 學生體驗活動。 (1)請三位學生站在教室前面。 (2)教師對全班學生提問：平常我們會有那些情緒？ (3)當同學講出一種情緒時，教師就在前方同學的手上放上一本書。 (4)當學生發表完畢，或前方同學已經無法拿起書時，活動停止。 (5)請站在前方的學生發表自己的感覺。 2. 教師說明當情緒接收過多又沒有適當的紓解時，我們的身體就會像站在教室前方的同學一樣，開始覺得不舒服，到最後甚至會生病。因此我們要留意自己的身體所提出的警訊。而且情緒不分好壞，只是有正向情緒和負向情緒的區別，我們應該要正確的接納自己所產生的各種情緒。	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	
十九	勇敢做自己	【國語】 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。	【國語】 Cc-II-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。	1. 了解對情緒表達的性別刻板印象。 2. 學會有效的溝通技巧。	3. 教師講述生氣王子的故事。 4. 請學生回答下列問題。 (1)故事中生氣王子為了什麼事情生氣？ (2)你曾經為了相同的原因生氣嗎？ (3)生氣王子生氣時會有什麼表現？	專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

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
		<p>【綜合活動】 1d- II -1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</p>	<p>【綜合活動】 Ad- II -1 情緒的辨識與調適。</p>	<p>3. 學會理性的情緒表達方式。</p>	<p>(4)你生氣的時候會怎麼做？ (5)你覺得生氣會傳染嗎？為什麼？ (6)生氣王子最後為什麼不再生氣了？ 5. 全班一起唱不生氣魔法歌，並共同設計動作。 6. 教師請學生將情緒分類為正向情緒及負向情緒。 (1)正向情緒：喜悅、平靜、開心…。 (2)負向情緒：生氣、悲傷、害羞…。 7. 請學生思考並舉手回答：當我們有負向情緒時，可以如何表達出來。 8. 教師撥放影片---處理不愉快的情緒。 9. 教師提問，學生舉手回答。 (1)遇到不如意的事情時，像鸵鳥一樣躲起來，不說出來也不去面對，有用嗎？ (2)有些人生氣時會喜歡摔椅子或摔東西，這樣可以解決問題？還是增加問題？ (3)生氣時動手打人，就可以解決問題嗎？ (4)有人會放任情緒失控、甚至故意讓自己受傷，這樣好嗎？為什麼？ (5)老師要求影片中的小朋友用擁抱的方式來和好，你覺得這個方法好嗎？為什麼？</p>		
二十	勇敢做自己	<p>【國語】 2- II -4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p>	<p>【國語】 Cc- II -1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。</p>	<p>1. 了解對情緒表達的性別刻板印象。 2. 學會有效的溝通技巧。 3. 學會理性的情緒表達方式。</p>	<p>10. 教師說明每一個人都有情緒，但是必須採取合適的方法來宣洩，不論是摔東西、打人或是傷害自己都不是好的辦法。 11. 請學生發表自己宣洩情緒的好方法。 (1)跑步、運動。 (2)聽音樂、唱歌。</p>	<p>專注聆聽 樂於分享 討論發表 完成學習單</p>	

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

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
		<p>【綜合活動】 1d- II -1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</p>	<p>【綜合活動】 Ad- II -1 情緒的辨識與調適。</p>		<p>(3)跟家人或同學聊天。 (4)打枕頭。 (5)玩電動遊戲。 (6)躲在房間裡哭。 12. 教師說明：有些人有情緒或壓力時，比較喜歡自己解決，或是獨自做一些其他容易的事來減輕壓力，例如看球賽、玩遊戲機等。但是也有一些人有情緒或壓力時，比較喜歡和其他人談話，透過說話分享自己的心情。不論是哪一種方法，我們都要尊重對方，讓他能夠宣洩情緒並紓解壓力。 13. 教師指導學生完成學習單。</p> <p>三、歸納統整 各位同學，不論男生或女生，都會有心情不好的時候，當我們有不愉快的情緒時，一定要設法紓解，才不會影響到身體的健康。生氣時可以像生氣王子一樣，唱一唱不生氣魔法歌，或是學一學其他同學的運動、聊天等方法，讓自己不再那麼不舒服，不只有益身體健康，大家看到笑咪咪的你，也會喜歡和你在一起，別忘了，情緒是有傳染力的，想要別人怎麼對待你，你就要這樣對待別人喔！</p>		

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。



附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

3. 本表格舉例係以一至四年級為例，倘五至六年級欲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。