

南投縣新豐國民小學 113 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	生命教育—生命物語		年級/班級	六年級/甲乙丙班
彈性學習課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 統整性(<input checked="" 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 type="checkbox"/> 其他類課程		上課節數	1 節
			設計教師	段文珊編修
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input 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 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 checked="" 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 type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" 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)	健康多元創新	與學校願景 呼應之說明	本課程讓學生理解健康的定義，除了身體健康，四肢健全外，具備一顆正向同理的心，也是健康的另類定義。	
設計理念	現在的孩子對於越來越多的誘惑與壓力，產生了無法適當調適或是消極否定的負面想法，就容易因發逃避，甚至於自殺。與其說自殺的行為是一種對生命中所面臨之壓力、挫折與痛苦的回應方式，不如說它是一種無法面對生命壓力、挫折與痛苦的下下策。而其最佳的預防與對治之方，就是對生命意義的自覺，活出生命的意義，學習對自他生命的包容、關懷、尊重與珍惜，不斷地自我提昇生命的層次，生命的意義才能在其中逐漸地彰顯與實現。			
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。	領綱核心素養具體內涵	社-E-A1 認識自我在團體中的角色，養成適切的態度與價值觀，並探索自我的發展。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	<p>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。</p> <p>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。 生 E5 探索快樂與幸福的異同。 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。</p> <p>【生涯規劃教育】 涯 E3 認識生涯規劃的意涵。 涯 E5 探索自己的價值觀。</p>
<p>課程目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解生命的意義及重要。 2. 能認真的正視自己和認識、了解自己。 	

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
九	生命物語/1 節	<p>【社會】</p> <p>3c-III-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能與他人討論。</p> <p>【綜合】</p> <p>1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p> <p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p>	<p>【社會】</p> <p>Ba-III-1 每個人的生活背景與經驗，會使其對社會事務的觀點與感受產生差異。</p> <p>【綜合】</p> <p>Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。</p> <p>Ad-III-4 珍惜生命的行動方案。</p> <p>Ba-III-2 同理心的增進與實踐。</p> <p>Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。</p>	<p>了解生命的意義及重要。</p> <p>能認真的正視自己和認識、了解自己。</p>	<p>1. 老師提問： 生命是什麼？ 我為什麼在這裡？ 生命的意義是什麼？ 對我而言，生命的價值是什麼？</p> <p>2. 老師說明： 生命的五個階段 藉由生命之禮(臺原出版)醫書或相關網站(參考資料)，讓學生了解成長的每一個階段。 出生、成長、壯年、老年、死亡及死亡後</p> <p>3. 老師引導： 認識自己 認識外在的自己(容貌、體態、學習表現…) 認識內在的自己(個性、優缺點…)</p> <p>4. 學生發表：分享自己</p>	<p>能參與討論 勇於發表</p> <p>能參與討論 勇於發表</p>	

【第二學期】

課程名稱	生命教育—憂鬱知多少		年級/班級	六年級/甲乙丙班
彈性學習課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 統整性(<input checked="" 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 type="checkbox"/> 其他類課程		上課節數	1 節
			設計教師	段文珊編修
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input 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 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 checked="" 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 type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" 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-1-3 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)	健康多元創新	與學校願景呼應之說明	本課程讓學生理解健康的定義，除了身體健康，四肢健全外，具備一顆正向同理的心，也是健康的另類定義。	
設計理念	現在的孩子對於越來越多的誘惑與壓力，產生了無法適當調適或是消極否定的負面想法，就容易因發逃避，甚至於是自殺。與其說自殺的行為是一種對生命中所面臨之壓力、挫折與痛苦的回應方式，不如說它是一種無法面對生命壓力、挫折與痛苦的下下策。而其最佳的預防與對治之方，就是對生命意義的自覺，活出生命的意義，學習對自他生命的包容、關懷、尊重與珍惜，不斷地自我提昇生命的層次，生命的意義才能在其中逐漸地彰顯與實現。			
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。	領綱核心素養具體內涵	社-E-A1 認識自我在團體中的角色，養成適切的態度與價值觀，並探索自我的發展。 綜-E-A2	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	<p>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。</p> <p>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。 生 E5 探索快樂與幸福的異同。 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。</p> <p>【生涯規劃教育】 涯 E3 認識生涯規劃的意涵。 涯 E5 探索自己的價值觀。</p>
<p>課程目標</p>	<p>1. 認識憂鬱症，並能適當的舒壓。</p> <p>2. 能對自己的未來有所期許，並能規劃未來。</p>	

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
九	憂鬱知多少/1節	<p>【社會】 3c-III-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能與他人討論。</p> <p>【綜合】 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p>	<p>【社會】 Ba-III-1 每個人不同的生活背景與經驗，會使其對社會事務的觀點與感受產生差異。</p> <p>【綜合】 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。 Ad-III-4 珍惜生命的行動方案。Ba-III-2 同理心的增進與實踐。 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。</p>	<p>認識憂鬱症，並能適當的舒壓。</p> <p>能對自己的未來有所期許，並能規劃未來。</p>	<p>《憂鬱知多少》上一節課程後，了解自己因為事情或外在環境因素，會有心情不佳的時候。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識憂鬱症。 利用網頁說明憂鬱症 http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02_12_1.asp 女人憂鬱症、男人憂鬱症、老人憂鬱症、兒童憂鬱症、青少年憂鬱症 2. 運用網頁中的自我檢測，檢測自己的狀況 3. 介紹台灣人憂鬱量表 http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02_11_1.asp 4. 介紹青少年憂鬱情緒自我檢視表 http://www.jtf.org.tw/overblue/young/ 5. 自殺防治。利用網頁說明自殺防治 http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02.asp 傾聽、表達關懷、適度自我表露、分享、想辦找到生活重心、自我價值 <p>《樂活深呼吸》 1. 實例分享。</p>	<p>能參與討論 勇於發表</p>	

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
					<p>以相關新聞或是故事，讓學生了解要正視壓力，並且是當的舒壓。</p> <p>2. 大家一起動一動。 小雞操(參考資料)、健康操(學校)</p> <p>3. 介紹紓解壓力的方法。</p> <p>動態類 體育活動(跑步、打球、游泳…)、戶外活動(爬山、海邊活動…)、大聲唱歌</p> <p>靜態類 調節呼吸、與人聊聊、聽聽紓壓音樂、參觀喜歡的展覽 寫出心中壓力、泡泡溫泉或熱水澡、吃吃喜歡美食</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。
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。