

嘉義縣水上鄉柳林國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表( 109.11.2)

年級	五 年級	年級課程 主題名稱	健入佳境樂活柳林-休閒運動家	課程 設計者	吳婷 侯吟佳 吳金穗	總節數 /學期 (上/下)	20/下學期
符合 彈性課 程類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他						
學校 願景	培養具有感恩心、健康力 能自發思考的創意行動家	與學校願景呼 應之說明	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能規劃並改善生活中所需的策略與行動。</li> <li>2. 能學習如何分配工作，合作完成一件事。</li> <li>3. 能安排健康的生活作息，落實生活計畫。</li> <li>4. 能培養互動的默契，聯繫感情，珍惜幸福。</li> </ol>				
總綱 核心素 養	E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以 創新思考方式，因應日常生活情境 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基 本語文素養，並具有生活所需的基 礎數理、肢體及藝術等符號知能， 能以同理心應用在生活與人際溝通 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	課程 目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以創新思考方式，覺察管理時間的問題來源，與影響身心健康的層面。</li> <li>2. 學習擬定計畫來解決問題，探索多元知能，培養創新精神，以增進生活適應力。</li> <li>3. 理解他人的感受，並給多適當的回應，以達成溝通及互動的目標。</li> <li>4. 應用同理心來建立良好的人際關係，具備尊重差異、關懷他人及團隊合作的態度。</li> </ol>				

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學活動(學習活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(5)週	漫談休閒	綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。  綜 3a-III-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。	1. 將休閒活動做成休閒活動項目表及簡報  2. 從事安全休閒活動	1. 參與討論休閒活動的多樣性並適切表現自己休閒活動的經驗，協同合作將休閒活動分類並製作簡報。  2. 辨識從事休閒活動的潛藏危機，並運用各項資源獲取正當休閒活動管道，以從事正當休閒活動的正確態度與認知	1. 自發性的表達並使用資訊媒體編輯報告內容  2. 辨認正向的休閒活動 3. 使用資訊媒體編輯報告內容 4. 歸納說明有關休閒活動的正確知識	活動一 把休閒找出來 1. 說出自己喜歡的活動與原因。 2. 各組區分組員喜歡的活動類型。 3. 賓果遊戲。找出適合自己的休閒活動。  活動二 休閒的真面目 1. 討論從事休閒活動的益處、目的。 2. 提供可以正確獲取休閒活動資訊的管道。 3. 討論從事休閒活動時，應遵守規則，與注意自身安全。	學習單簡報	5
第(6)週 - 第(10)週	動動休閒心	綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。  健 1b-III-3 對照生活情	1. 各組的推銷方式(如短劇或廣告)並模擬選舉投開票  2. 休閒運	1. 參與推銷活動的內容，適切的表現在活動的扮演角色，達成推銷的目標。	1. 與組員討論時的行為與態度 2. 角色扮演的技巧(說服力)  3. 衡量自己的身心狀	活動一 休閒代言人 1. 分組討論如何推銷該活動。 2. 各組向其他組別推銷所代言休閒運動的優點。 3. 票選受歡迎的運動前三名，推為班級實施休閒運動的項目。  活動二 挑戰新休閒 1. 說出此休閒運動的優點	學習單  運動紀錄單	5



		創意，解決生活問題，豐富生活內涵。	行創作					
第(16)週 - 第(20)週	長假來了，我最High!	綜 2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。  語 1-III-1 能夠聆聽他人的發言，並簡要記錄。	1. 家庭休閒活動做分類並撰寫筆記本(訪談家人與要點記錄)  2. 製作簡報發表「假期生活作息表」	1. 察覺適合家庭共同參與並可以增加人際關係的休閒活動。與家人溝通，紀錄共同規劃家庭休閒活動。並發表「假期生活作息表」	1. 說出多種家庭休閒活動 2. 以心智圖替代文字，統整歸納所記錄的重點。 3. 知道與家庭休閒活動有關的家庭資源(如共同時間、經濟)。 4. 發表時的語氣態度及清楚說明所要表達的事物意涵。	活動一 家庭休閒總動員 1. 小組討論: 有哪些是適合自己家庭的休閒活動? *藉由有不同家庭休閒生活經驗的同儕們，互相學習，找到最適合自己家庭的活動。 2. 與家人有約 教師引導- (1) 訪問家庭成員喜愛的休閒活動。 (2) 配合家人的性向及體能狀況，考慮家庭資源，建立共識，擬訂休閒方式。 (3) 與家人討論擬定從事家庭休閒活動時應遵守的規則。 3. 個人發表與分享 每位學生上台報告其規劃的「假期生活作息表」 (含家庭休閒活動)	筆記本 假期生活作息表	

