

嘉義縣竹崎鄉竹崎國民小學 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	健康兒童/我健康我驕傲	課程 設計者	高年級教師群	教學總節數 40 節/上學期
符合 彈性課程 類型	<p> <input checked="" type="checkbox"/>第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/>主題 <input type="checkbox"/>專題 <input checked="" 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 </p>					
學校 願景	<p> 築夢 $\frac{4}{6}$ 兒童 靜：定靜內省 思辨精進 勁：健康有勁 積極敏捷 競：科技競合 創新美感 敬：敬天愛人 服務利他 </p>		與學校願景 呼應之說明	<p>透過小組合作互動，培養溝通協調技巧，欣賞他人與表達自己想法，達成未來競合力。以動手實作、設計創作的活動培養創新，以多方探究方式思辨健康生活觀念，內化且自省精進學習，成為身心靈健康兒童。</p>		
總綱 核心素 養	<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。 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-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互助，並與團隊人員合作之素養。 </p>		課程 目標	<p> 一、 具備探索健康相關問題的思考能力，透過實作課程，實踐處理身心健康問題。 二、 規劃並執行「我長大了」、「古今中外早餐 SWOT 分析」、「健康認證」等活動，以創新思考方式學習健康知能，達成健康身心靈目標。 三、具備應用科技資訊的基本素養，並結合圖書資源，透過多元媒體素材了解與課程相關知識。 四、藉由分組活動進行創作與作品分享活動，學習良好的溝通方式，體驗分工合作的成就感。 </p>		

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
----------	----------	-----------------------	------------	------	-----------------	----------------	------	--------

<p style="text-align: center;">第 (1) 週 - 第 (5) 週</p>	<p>我長大了</p>	<p>性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>健 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p> <p>資議 t-III-1 運用常見的資訊系統。</p>	<p>1. 青春期身體的構造及隱私。</p> <p>2. 性騷擾與性侵害的自我防護。</p> <p>3. 自己與他人特質的欣賞及接納。</p>	<p>1. 了解自己身體的構造及隱私處。</p> <p>2. 使用合適的網站資源觀看與探討，學習尊重自己與他人的隱私，當自己身體的好主人。</p> <p>3. 學生在彼此尊重中，習得性別平等之內涵。</p>	<p>1. 認識自我</p> <p>(1)能說出青春期男女生生理上的不同特徵。</p> <p>(2)能說出青春期身體的變化，並能用健康的態度面對。</p> <p>(3)能寫下青春期的困擾，並了解青春期社會關係的改變。</p> <p>2. 保護自我</p> <p>(1)能尊重自己與他人的隱私，當自己身體的好主人。</p> <p>(2)藉由布偶劇扮演學習應變及自我保護。</p> <p>(3)觀賞影片後能回答問題，讓學生在彼此尊重中，習得性別平等之內涵。</p> <p>3. 網路陷阱</p> <p>(1)能說出上網經驗，說出網路交友的陷阱所在。</p> <p>(2)觀賞影片後能回答問題，說出網路性侵害的誘騙行為。</p> <p>(3)藉由角色扮演能示範在網路交友潛在危機中的因應技巧。</p>	<p>活動一、【認識自我】(3 節)</p> <p>(1)讀書會專區書籍我到底怎麼了導讀及討論。</p> <p>*男女生性別不同，在生理上有什麼不一樣的地方？</p> <p>(2)觀看性教育宣導簡報-男生女生不一樣（內容描述男 女生青春發育期的身心變化，及男女之間生理情況的差異）並討論。</p> <p>*男生女生進入青春期的時間一樣嗎？</p> <p>*說出男生進入青春期所產生的變化？</p> <p>*說出女生進入青春期所產生的變化？</p> <p>(3)談心時間：指導學生將自己的生長發育狀況有過的疑惑或困擾，例如身體的變化、月經或夢遺、生殖器官的構造等，寫在紙上。下次上課再做解答。並將活動一所學到的寫在紙上。</p> <p>*刑法規定未滿 16 歲不得發生性行為。</p> <p>*性侵害可能來自陌生人或熟人，且可能是男性也可能是女性，應隨時提高警覺，並學習自我保護，了解適當的處理方法。</p> <p>活動二、【保護自我】(3 節)</p> <p>(1)讀書會專區書籍我有絕招導讀及討論</p> <p>*同學們的「地雷」位置還是如往常一樣嗎？或者有些什麼不同？請各組討論完上台發表。</p> <p>(2)布偶劇扮演並討論</p> <p>情境(一)： 玲玲，妳經常幫長輩做事，真是個好孩子（邊說邊拍拍布偶的肩膀，然後摸摸她的頭）</p> <p>情境(二)： 玲玲，你好乖啊！善解人意，功課又好，我最喜歡妳 這樣的孩子了（邊說邊用手去 碰觸布偶的臀部…）</p> <p>情境(三)： 阿華和玲玲是同學，阿 華是個頑皮搗蛋的孩子。阿華（走過玲玲的身旁）：玲玲， 妳的頭髮好好玩哦！哈！哈！（邊說邊故意去扯她的頭髮，敲她的頭）</p> <p>*如果碰到以上三種情境，你有何感受？</p> <p>*該如何把內心的感覺反應出來？ *將心比心，你對阿華的行為有何建議？</p> <p>*男女同學之間應以何種態度相對待？</p> <p>(3)觀賞性騷擾宣導短片並討論。</p> <p>*有人摸我不願意別人碰觸的地方。（我會大聲說「不要」）</p> <p>*有人說黃色笑話。（我有權要求對方不要說）</p> <p>*有同學以言語或行動侵犯我的身體。（我會適度表達自己的情緒，並說出感覺）</p> <p>*有同學偷窺我上廁所時。（我 會適度表達自己的情緒，並加以制止）</p> <p>*我發現同學私下偷看色情影片。（拒絕收看或討論）</p> <p>活動三、【網路陷阱】(3 節)</p>	<p>繪本：我到底怎麼了 性教育宣導簡報：男生女生不一樣</p> <p>紙</p> <p>文本：我有絕招 布偶 衛福部性騷擾宣導短片</p>	<p>9</p>
--	-------------	---	---	---	---	--	--	----------

					<p>(1)師生討論上網經驗。</p> <p>*你上網的動機或原因？ ◎紓解壓力◎打發時間◎獲得資訊 ◎結識朋友◎冒險刺激◎其他：請同學說出是什麼</p> <p>*你上網都做什麼？ ◎連線遊戲◎e-mail◎交友聊天◎ 單機遊戲◎完成作業◎其他：請同學說出是什麼</p> <p>*你喜歡網路交友是因為？ ◎可以認識不同背景的人◎可以跟網友聊不敢跟親友說的心事◎其他：請同學說出是什麼</p> <p>(2)觀看《如果天空不下雨》的影片並討論。</p> <p>*影片中，新聞在報導的那位小六女生被網友性侵的事件，其發生前有何可疑行為？</p> <p>*倩倩、安平和網友會面後的結果與下場為什麼會不一樣？兩者主要的差別是什麼？</p> <p>*倩倩與網友會面時，可能潛在哪些危機？倩倩如何因應這些潛在危機？</p> <p>*安平如果能做哪些因應對策？就可 保護自己免受傷害。</p> <p>(3)情境劇扮演。</p> <p>*網友要無緣無故送你東西時……？ A：什麼禮物？這太貴重了，我承受不起；謝謝你的心意，我心領了；難得有緣認識，就不用送禮物了，相處 開心最重要。</p> <p>*網友向你要求最私密的資料時……？ A：我每天都會上網，你有事留訊息給我就好啦！ 給他假的？！趕快轉移 話題！ 講道理，讓對方為求自尊而卻步。 直接落跑法。</p> <p>*網友都提供假資料給你時……？ A：不要給他真的資料！ 沒誠意的網 友嗎？！ 不要再跟他來往！ *網友只想單獨跟你見面時……？ A：婉轉的告訴他，有朋友想一起去。 是喔！可是我有朋友也想認識你耶！ 我可以帶他一起去嗎？ 如果與網友見面，也務必讓自己的師長知道，並隨時保持連絡。</p> <p>*網友向你借錢時……？ A：直接拒絕法；裝窮哭天法；委婉拒 絕法</p> <p>*網友想要在隱密場所跟你見面時…？ A：不要赴約。改約其他公共場所。 約在自己熟識的地方見面。 找朋友陪你一起去。 帶一些防身用具保護自己，例如防狼 噴霧劑、電擊棒、哨子等。</p> <p>* 網友的動作讓你覺得渾身不舒服時？ A：趕快跑！ 跑不了就大叫！明確的告訴他這樣會使你 不舒服。不要回覆，馬上跟父母或師長說。</p> <p>*網友只想跟你親密接觸時……？ A：趕快跑。大叫救命。 必要時自我防衛。拒絕往來。</p> <p>* 網友恐嚇你時……？ A：拒絕往來。告誡他，這樣的行為是 不對的。報警處理。</p> <p>* 網友邀你去自殺網站時……？ A：拒絕他，並且告訴他這是不正當的行為。告訴他解決辦法，幫他走出來。</p>	<p>影片：如果天空不下雨</p>	
--	--	--	--	--	--	-------------------	--

<p>第(5)週 - 第(9)週</p>	<p>早餐時空之旅</p>	<p>多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。</p> <p>綜 2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。</p> <p>國 6-III-2 培養思考力、聯想力等寫作基本能力。</p>	<p>1. 古今中外早餐的分析與判讀。</p> <p>2. 古今中外早餐 SWOT 分析表。</p>	<p>1. 認識古今中外早餐的發展及特色。</p> <p>2. 分析古今中外早餐的異同。</p> <p>3. 完成古今中外早餐 SWOT 分析表並上台報告。</p>	<p>1. 穿越古今中外的早餐</p> <p>(1)能說出東西方早餐的異同。</p> <p>(2)能說出古今早餐的異同。</p> <p>2. 古今中外早餐 SWOT 分析</p> <p>(1)能說出 SWOT 分析的特色與功用。</p> <p>(2)藉由小組討論，能分組畫出古今中外早餐 SWOT 分析表。</p> <p>(3)能上台分享古今中外早餐 SWOT 分析表討論成果。</p>	<p>活動一、【穿越古今中外的早餐】(3 節)</p> <p>(1)將學生當天所吃的早餐做東方與西方早餐的統計。一起閱讀未來兒童雜誌第 80 期-穿越時空吃早餐並討論。</p> <p>*東西方早餐的異同？優缺點？營養成分？</p> <p>(2)介紹由作者：<u>安德魯道比</u>所寫的<u>早餐之書</u>。古代與現代早餐的異同討論。</p> <p>*古今早餐的異同？優缺點？營養成分？</p> <p>活動二、【古今中外早餐 SWOT 分析】(6 節)</p> <p>(1)觀看 SWOT 分析介紹影片，並討論如何運用在生活中。</p> <p>*優勢、劣勢、機會、威脅分析</p> <p>(2)繪製古今中外早餐 SWOT 分析表。</p> <p>*分組在海報上繪製表格。</p> <p>(3)分組上台報告古今中外早餐 SWOT 分析表。</p>	<p>未來兒童雜誌第 80 期</p> <p>早餐之書</p> <p>SWOT 分析介紹影片</p> <p>海報</p>	<p>9</p>
<p>第(10)週 - 第(14)週</p>	<p>健康從自己出發</p>	<p>資議 t-III-2 運用資訊科技解決生活中的問題。</p> <p>數-E-B2:d-III-2 能從資料或圖表的資料數據，解決關於「可能性」的簡單問題。</p> <p>健體-E-A2:2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p>	<p>1. 網際網路 google 搜尋系統。</p> <p>2. 健康問題歸納統計表。</p> <p>3. 造成健康問題的主因。</p> <p>4. 健康問題解決方案海</p>	<p>1. 運用網路上蒐集之校內、縣內、國內、世界健康相關數據等資料，解讀與判斷出正確的資訊。</p> <p>2. 將資料歸納出三種竹小學生最主要的健康問題，並製作成表格。(體適能、視力、體位、網路沉迷等)</p> <p>3. 探究並覺察分別造成此三項健康問題的成因為何。</p>	<p>1. 能透過網際網路 google 工具正確蒐集相關數據。</p> <p>2. 能理解並說出所查數據代表的涵義，對資料進行分析，再和同組員共同合作，並運用數學「統計表」概念製作表格。</p> <p>3. 能找出造成健康問題的成因，並清楚發表。</p> <p>4. 能與同組同學討論出解決方案，並小組合作完成方案海報。</p>	<p>活動一、【e 起尋健康】(2 節)</p> <p>1. 教師以學生生活連結提問，引起學生探究問題的興趣：學校推行竹崎有 GO 讚之運動與飲食活動的原因為何？竹小學童的健康問題相較於其他國小，真的比較嚴重嗎？</p> <p>2. 學生用網路搜尋健康相關數據。</p> <p>3. 將搜尋的資料列印成書面資料，以便各組進行分析與歸納。</p> <p>活動二、【健康出代誌】(3 節)</p> <p>1. 學生分組將蒐集之數據資料，討論、進行分析，歸納成三項主要健康問題。</p> <p>2. 小組討論溝通，要製作成哪種數學統計表。</p> <p>3. 小組內討論，找出造成這三項健康問題的因素包含哪些？</p> <p>4. 學生上台發表，分享所製作的統計表格與成因要點。</p> <p>5. 學生觀察各組製成的統計表格的異同處，並比較出優缺點。</p> <p>6. 學生邊聆聽各組發表造成健康問題的成因，邊檢視自己組內討論資料的異同處。</p> <p>活動三、【健康方案 123】(4 節)</p> <p>1. 學生分成三組，各組負責一項健康問題，討論規劃該問題的解決方案。</p> <p>2. 以海報格式呈現方案內容。</p>	<p>電腦印表機空白海報紙。</p>	<p>9</p>

		<p>社-E-B1: 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-E-A2: 2c-III-1 分析與判讀各類資源,規劃策略以解決日常生活的問題。</p> <p>國-E-B1: 2-III-5 把握說話內容的主題、重要細節與結構邏輯。</p>	<p>報。</p> <p>5. 上台發表方案</p>	<p>4. 小組討論,提出並規畫解決各問題的解決方案,製作方案海報。</p> <p>5 配合海報,小組發表解決方案。</p>	<p>5. 能適切表現自我,與同組員合作發表海報,並提出其他組海報的優點。</p>	<p>3. 小組上台發表海報內容。</p> <p>4. 教師引導學生觀察各組海報的優點並提出自己的看法。</p>		
--	--	--	----------------------------	--	---	--	--	--

<p>第 (14) 週 - 第 (18) 週</p>	<p>健康 我把 關</p>	<p>藝-E-C2:1-III-3 能學習多元媒材與技法,表現創作主題。</p> <p>國-E-B1: 2-III-5 把握說話內容的主題、重要細節與結構邏輯。</p>	<p>1. 「我健康我驕傲」認證卡與 logo 標誌。</p> <p>2. 設計成果發表,票選產生共識。</p>	<p>1. 學生分組,小組成員運用教學 PPT 的技法,設計「我健康我驕傲」四格小卡與 logo 標誌。</p> <p>2. 各組上台簡要報告說明小組討論設計的成果與理念,解說時能運用詞句和說話技巧,豐富表達解說內容。</p> <p>3. 探討活動三中「三項健康問題」的健康過關</p>	<p>1. 能與他人合作設計「我健康我驕傲」四格小卡與 logo 標誌,</p> <p>2. 能上台說出小組討論設計的成果與理念。</p> <p>3. 分組認真合作討論認證標準,合力完成學習單。</p>	<p>活動一、【健康隨行卡】(3 節)</p> <p>1. 引起動機: 教師詢問學生生活中對各式認證卡與 logo 標誌的印象。 教師展示食衣住行育樂各類別中較常見的 logo 標誌。</p> <p>2. 教師展示認證卡格式,並說明設計標準與規格。</p> <p>3. 教師利用網站相關圖片講解設計 logo 標誌的要點</p> <p>4. 小組討論並設計出各組的認證卡與標誌圖。</p> <p>5. 小組上台展示設計圖並說明設計理念。</p>	<p>Logo 圖片 統一格式的認證四格空白卡 美勞素材</p>	<p>9</p>
--	------------------------	--	--	---	---	---	--	----------

		<p>健體-E-A2:3b-III-3 能於引導下,表現基本的決策與批判技能。</p> <p>健體-E-A3:4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。</p> <p>藝-E-C2:1-III-3 能學習多元媒材與技法,表現創作主題。</p>	<p>3. 健康認證標準列表學習單。</p> <p>4. 自我健康問題</p> <p>5. 個人認證圖章設計與製作。</p>	<p>認證標準,並列出準則。</p> <p>4. 除了三項竹小學生最主要的健康問題外,找出自覺本身欲改善修正的健康問題</p> <p>5. 學習橡皮章製作技法,運用橡皮擦素材,設計並製作個人認證圖章。</p>	<p>4. 能找出自己最想解決並改善的健康問題,完成學習單。</p> <p>5. 能製作出個人認證橡皮章。</p>	<p>6. 將各組設計作品張貼在教室公布欄,學生利用課餘時間可以近距離欣賞作品並思考下次投票時的欲選擇的作品。</p> <p>7. 進行票選,產生共識選項,最高票的設計圖則成為統一認證卡與 logo。</p> <p>活動二、【跟著指標走】(3節)</p> <p>1. 分組討論若要達成前一活動中竹小學生三大項健康問題的過關認證,必須通過哪些指標?</p> <p>2. 條列式的寫出各種指標,完成老師設計學習單。</p> <p>3. 找出一樣除了上述三項健康問題之外,自己想改善的健康問題,並自行列出需通過的指標,完成老師設計的學習單。</p> <p>活動三、【健康尚蓋好】(3節)</p> <p>1. 利用教學媒體講解橡皮印章製作的技巧與方法。</p> <p>2. 學生自行設計並製作出個人專屬的認證橡皮章。</p> <p>3. 製作完成,將橡皮章的圖印在圖卡上,張貼布置在教室中,分享學生作品。</p>	<p>認證標準列表學習單(統一與個人)</p> <p>教學 PPT 統一規格大小橡皮擦 小刀 空白圖卡</p>	
--	--	--	--	--	---	--	---	--

<p>第(19)週 - 第(20)週</p>	<p>健康管理我最佳</p>	<p>健體-E-A3:1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。</p> <p>健體-E-A3:2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。</p> <p>資議 a-III-2 建立健康的數位使用習慣與態度。</p>	<p>1. 健康認證。</p> <p>2. 自我健康管理觀念與執行。</p>	<p>1. 結合前面活動課程,體認健康自我管理的原則,進行健康認證。</p> <p>2. 具備自我健康管理的能力,自我監督與執行,培養良好健康習慣,實踐並達成「我健康、我驕傲」的目標。</p>	<p>1. 能按照認證條列標準,一一檢視各項目是否已達標並核認證章。</p> <p>2. 能具體行動並提出改正的方法,以促進身體健康。</p>	<p>1. 認證後檢討,無法通過該項標準的原因為何,自行提出修正。</p> <p>2. 教師統整健康認證的意義,及期待學生在活動之後能養成自我健康管理的習慣。</p>	<p>認證卡 自製橡皮認證章</p>	4
--------------------------------	----------------	--	--	--	---	---	------------------------	---

教材來源 □選用教材 () ■自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)

<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><input type="checkbox"/>無 融入資訊科技教學內容</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>有 融入資訊科技教學內容 共(6)節 (以連結資訊科技議題為主)</p>
<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙(0)人、學習障礙(4)人、情緒行為障礙 ADD(1)人、自閉症(0)人</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>一、學習障礙學生-</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習環境調整：賦予或訓練學生參與班務工作，透過工作與責任創造學生在班級價值感。 2. 學習內容調整：減少學習內容或題目數量，某些較難的學習目標可以減少。 3. 學習歷程調整：給予成功經驗，引發學習障礙學生主動參與課堂學習動機。 4. 學習評量調整：簡化學習障礙學生學習單的項目，調整平時/定期評量題型和成績的比例。 <p>二、情緒行為障礙(注意力不足)學生-</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習環境調整：座位安排在容易專心的位置，如教師附近、小老師周圍、前排座位，避免走廊及窗戶邊。 2. 學習內容調整：課程內容提供注意力不足學生結構化、可重複練習的模式。 3. 學習歷程調整：各任課教師為注意力不足學生各科的在校學習及在家作業，皆訂立有系統的增強方式。 4. 學習評量調整：引導考試技巧，先完成有把握正確答題的題型，不會的題目先做記號，保留時間再完成。 <p style="text-align: center;">特教老師簽名：黃雅珉 普教老師簽名：王玉婷</p>