

三、嘉義縣義興國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表

表 14-3 校訂課程教學內容規劃表 全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是☐（____年級和____年級） 否☒

年級	五年級	年級課程 主題名稱	異國風華心：準備出發吧！環遊世界的生活力任務		課程 設計者	黃楷婷	總節數/學期 (上/下)	40/下學期
符合 彈性課程 類型	☒ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☐ 第二類 ☐ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學(可以複選)							
學校 願景	喜閱、感恩、世界心。		與學校願景呼應 之說明	透過探索性課程設計，培養學生 主動閱讀 生活與世界的能力（ 喜閱 ）；在身體照護與環境保護的學習中， 體會關懷與珍惜（感恩） ；並透過文化理解與國際節慶的比較活動，拓展學生的 多元視野與全球素養（世界心） 。讓學生從日常實踐中內化生活態度，展現具行動力的世界公民精神。				
總綱 核心素養	E-B3 具備 藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C3 具備 理解 與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。		課程 目標	1.透過探究多元文化節慶與健康生活議題，引導學生 理解 本土與國際文化的異同，並應用日常 生活 中實踐的知能，以展現尊重差異與文化包容的態度。 2.藉由小組合作、行動分享與成果展示，表達個人觀點與生活經驗， 溝通 健康生活與節慶文化的實踐策略，培養同理與合作的素養。 3.從健康生活與永續餐桌等主題中辨識問題、設計解決方案、實踐具體行動，培養 具備 生活力與社會責任的世界公民精神。 4.透過閱讀圖表、影片資訊與行前準備清單等媒介，運用 語文、數理 與視覺符號等基礎知能，增進學生的資訊理解與生活應對能力。				
議題融入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☐ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題:_____ (非必選)							
融入議題 實質內涵	本年級本學期已於其他校定課程融入戶外教育議題。							

教學 進度	單元名稱	領域學習表現 /議題實質內涵	自訂 學習內容	學習目標	表現任務 (學習評量)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節 數
第 1 週 - 第 4 週	行動任 務一： 我是急救小達人	安-E11 了解 急救的重要性。 安-E12 操作 簡單的急救項目。 健 1a-III-1 認識 生理、心理與社會各層面健康的概念。 健 1c-III-2 應用 身體活動的防護知識，維護運動安全。 健 2a-III-2	運動傷害處理 Protect 與 Rest Ice 與 Compress 模擬 PRICE 流程	1. 了解 急救在處理運動傷害中的重要性。 2. 認識 Protect 與 Rest 的基本概念與實施原則。 3. 應用 Ice 與 Compress 的方法，執行初步急救處理。 4. 操作 模擬 PRICE 流程，演練實際運動傷害急救步驟。 5. 覺知 運動過程中可能發生的健康問題所帶來的威脅與嚴重性。	任務一： 學生觀察影片或圖片，認識常見的運動傷害情境（如扭傷、拉傷、擦傷），說明可能發生的原因與基本處理原則（PRICE）。 任務二： 教師提供數張圖片或影片，學生分組討論並辨識哪些是正確的 Protect 與 Rest 行為，並指出錯誤做法可能造成的影響。 任務三： 學生分組進行冰敷與包紮操作，	活動一 任務啟動：急救，為什麼重要？ (一)生活中的緊急情境 1.播放運動會中扭傷跌倒的影片，引發學生討論。 2.分組分享：你曾經遇過或看過有人受傷嗎？當下發生了什麼？ 3. 探究提問 ：「什麼情況下需要急救？」 「不懂急救會造成什麼問題？」 (二)我可以做什麼？ 1. 小組討論 ：如果你在現場，你會怎麼幫忙？ 2.小組整理與發表：列出「自己可能做到的幫助方式」 活動二 解碼任務：認識 P.R.I.C.E 流程 (一)P.R.I.C.E 是什麼？ 1.教師講解五步驟（Protect、Rest、Ice、Compress、Elevate） 2.播放範例影片，學生分段記錄流程與關鍵動作	https://www.youtube.com/watch?v=XGFfaWBwHXc 圖片、影片 急救用具	8

		覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。			並在操作後口頭報告所使用的方法、步驟與注意事項，了解正確的使用時機與限制。 任務四： 學生模擬一個實際的運動傷害現場（如打球時扭傷），小組分工合作進行傷口處理演練，模擬完整的 PRICE 流程，並記錄與反思操作過程。	3.小組完成「五步驟流程小卡」或圖解海報 (二)理解與誤解 1.圖片判讀練習：分辨正確與錯誤的冰敷、包紮方式 2.快問快答：教師提問 P.R.I.C.E 步驟排序、小迷思澄清 3.探究思考：什麼順序重要？跳過某個步驟可能會怎樣？ 活動三 任務實作：小隊出動！ (一)工具認識與示範 1.認識包紮用具、冰袋、護具等器材用途 2.教師示範完整 P.R.I.C.E 處理流程 3.動手操作：學生兩人一組，練習「冰敷」「包紮」「抬高」三動作 (二)任務演練挑戰 1.模擬腳踝扭傷情境，分組完成急救步驟 2.組內角色分工（傷者、急救者、記錄員、觀察者） 活動四 整合與發表：我是小小救護員 (一)任務回顧與整合 1.小組完成「急救行動紀錄卡」 2.思考與記錄：流程中最難的是什麼？學會後對我有什麼幫助？ 3.製作「我是小小救護員」證書或識別牌 (二)成果發表與情境挑戰賽 1.模擬現場急救大賽（任務抽卡制） 例如：跌倒擦傷、扭傷、流鼻血等（難度分級） 2.發表小組操作成果＋分享心得 3.教師與同儕給予回饋		
第5週-第8週	行動任務二：生活自我管理挑戰	健 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 健 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 健 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。	健康數字密碼 睡眠與飲食 運動與螢幕時間 健康行動分享	1.理解「健康數字密碼」所代表的身體指標與健康意義。 2.理解良好睡眠與飲食習慣對促進健康生活的影響。 3.覺知運動不足與螢幕時間過長對健康造成的威脅與可能的嚴重性。 4.願意培養良好的睡眠、飲食與運動習慣，實踐健康生活型態。	任務一： 條列健康生活的黃金原則-請學生條列出「85110」健康生活原則的五項具體內容，並針對每一項進行簡單說明（例如：「每天吃 5 份蔬果」、「每天睡滿 8 小時」等）。 任務二： 敘述良好作息與飲食對健康的幫助-請學生敘述良好睡眠與攝取蔬果在生活中的重要性，可舉生活實例或家庭經驗說明，例如「早睡的日子比較有精神上課」。 任務三： 理解運動與少用螢幕的健康效益-	活動一 認識自己：我的生活健康嗎？ (一)我有健康的生活習慣嗎？ 1.教師出示生活行為圖片（如晚睡、常喝含糖飲料、戶外運動、吃蔬果等）。 2.學生分類活動：哪一些是健康的？哪些可能會對身體有影響？ 3.探究任務：小組整理出一張「我的生活健康雷達圖」 (二)走進數字密碼 85110 1.認識健康原則 85110（8 小時睡眠、5 蔬果、1 小時運動、1 小時以下螢幕、0 含糖飲料） 2.學生自評生活行為對照 85110 數字，找出偏差點 3.小組討論：哪一項最難做到？為什麼？ 活動二 資料蒐集與行為觀察 (一)我的一日生活大解密 1.學生製作「我的一天作息圖」，紀錄前一天實際生活時間分配（睡眠、運動、螢幕、用餐...） 2.小組互比資料，看出差異	https://youtu.be/l7sHQUSp7Gc?feature=shared 圖片、影片 海報 健康原則 85110 圖卡 圖畫紙、彩色筆	8

					請學生閱讀相關資料或影片後，以圖表或短文方式理解說明運動的好處與過度使用 3C 產品的風險，並進行比較（例如：「運動讓我更有活力，3C 使用太多會讓我頭痛」）。 任務四： 分享我實踐 85110 的方法-透過口頭報告、影片、自製海報或繪圖的方式分享自己在日常生活中實踐 85110 的方法，例如「我每天吃水果」、「我晚上十點前就睡覺」等。	3.探究分析：哪個部分耗時最多？是否與健康有關？ (二)生活選擇的小挑戰 1.教師出示常見生活情境（如：早上爬不起來／午餐選炸雞／睡前玩手機） 2.學生以「選擇卡」方式回應並說明理由 活動三 行動計畫設計與實踐 (一)打造我的健康生活行動卡 1.學生針對自己不足的項目（如睡眠不足、含糖飲料過多），設計一項可行的改善小目標，如：這週我要少喝一杯手搖飲／每天提早 10 分鐘睡覺／運動多 10 分鐘 2.產出任務：每人製作「健康行動挑戰卡」 (二)我與夥伴一起挑戰 1.分組設定小組挑戰目標（如一週全員不喝含糖飲料） 2.每日紀錄表製作＋組員互相提醒 活動四 成果分享與反思統整 (一)行動紀錄分享 1.學生回顧自己一週的紀錄卡與挑戰成果 2.以「我學會了...」「我還需要努力的地方是...」口頭簡報方式呈現 (二)健康生活小書發表 1.每人完成一本「我的健康生活小書」，內容包含： （1）我的健康觀察記錄 （2）我的行動挑戰 （3）我的心得與改變 2.分組展示分享，互給鼓勵與回饋		
第 9 週 - 第 12 週	行動任務三：餐桌永續大作戰	SDGs 目標 1-終結貧窮 SDGs 目標 2-終結飢餓 自 tr-III-1 能將自己及他人所觀察、記錄的自然現象與習得的知識互相連結，察覺彼此間的關係，並提出自己的想法及知道與他人的差異。 自 po-III-1 能從學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體等察覺問題。	零浪費概念 採買與保存技巧 善用與分類食物 食物不浪費行動	1.察覺日常生活中與「零浪費概念」相關的問題與行為，理解其與終結飢餓、貧窮之間的關聯。 2.能從個人或他人觀察中連結「採買與保存技巧」與減少資源浪費的實踐方式。 3.提出有效的「善用與分類食物」方法，說明其對食物永續與飢餓議題的貢獻。 4.能察覺自身飲食與消費習慣中的問題，並針對「食物不浪費行動」提出具體	任務一： 以表格或心智圖方式條列日常生活中容易產生食物浪費的情境，並說明這些浪費對個人、家庭與環境可能造成的影響。 任務二： 製作一張購物與保存對照單，條列出食材在採買與保存時的正確方法，並敘述哪些行為可能導致浪費。 任務三： 透過影片、簡報或繪圖方式，理解並解釋先進先出與廚餘堆肥的基本原理，並舉出實際生活中可以應用這些概念的例子。	活動一 我們的餐桌怎麼了？ (一)生活裡的食物浪費現象 1.播放影片：學校、家庭或商店中食物被丟棄的情境（例如自助餐廳剩食、學校午餐沒吃完） 2.小組討論：你有看過或做過「食物被浪費」的經驗嗎？ 3.探究提問：為什麼會有這些浪費？是誰造成的？怎麼改變？ (二)認識食物浪費的影響 1.教師說明食物浪費對環境、飢餓與經濟的影響 2.學生閱讀圖卡資料，完成影響整理表（與 SDGs 連結，理解「責任消費與生產」的全球意涵） 活動二 節省食物的好方法 (一)買對、存好、吃完：三大策略 1.認識「採買原則」、「保存技巧」、「先進先出」的概念 2.小組實作：食物保存錯誤與正確對照卡片配對活動 3.生活應用練習：模擬冰箱規劃：用圖片設計一個「有效保存與	https://www.youtube.com/watch?v=ishA6kry8nc https://www.youtube.com/watch?v=3m2KglQuevo https://www.youtube.com/watch?v=EwS2Xc2IT_0 圖片、影片 購物清單範例圖 海報 圖畫紙、彩色筆	8

				改變方案。	任務四： 設計一則生活分享內容，可為書面小報、口頭發表或短影片，介紹自己或家庭中實踐減少食物浪費的方法與成效，並說明這些行動如何與永續目標產生連結。	先進先出的冰箱」 (二)吃光不是唯一的永續方式 1.認識「可食用剩食 vs 可堆肥食物」 2.分類挑戰：廚餘照片分類遊戲（哪些能吃、哪些能堆肥） 3. 延伸提問 ：食物可以變成土壤？廚餘怎麼再利用？ 活動三 減少浪費，我有辦法！ (一)減少浪費行動計畫 1.每人觀察自己一週中有無浪費食物（家庭午餐、晚餐、便當等） 2.設計個人「餐桌永續行動卡」，舉出至少 2 項行動策略 如：主動吃完自己份量、幫忙分裝、建議媽媽不買過量蔬菜等 (二)團隊任務設計 1.小組設計一個「班級減少浪費方案」（例如：剩食紀錄板、惜食宣導日、創意再製食譜） 2.製作行動海報或拍攝短影片草稿（不強調技術，重內容與實用性） 活動四 任務實踐與分享 (一)我的一日不浪費行動日記 1.每人實踐一天「零浪費」行動，記錄行為、挑戰與成果 2.製作「我的惜食一日行動日記」，可使用手寫、簡報、圖片 (二)成果發表與反思統整 1.小組上台分享海報或簡報內容，說明他們設計的班級行動方案 2.全班討論：哪一組的做法最有可能持續？我們可以一起執行嗎？ 3. 自我回饋單 ：我學會了什麼？未來我還可以怎麼做？		
第 13 週 - 第 16 週	行動任務四：旅人出發前的準備術	戶 E5 理解 他人對環境的不同感受，並且樂於分享自身經驗。 社 2b-III-1 體認 人們對社會事物與環境有不同的認知、感受、意見與表現方式，並加以 尊重 。	行前物品認識 清單使用技巧 準備與分類 模擬打包活動	1. 理解 不同人對「行前物品準備」的需求與感受，並能察覺其背後的生活經驗與價值。 2. 體認 各人在使用「清單使用技巧」上的方式與想法可能不同，並學習接納與包容。 3. 尊重 他人對於「準備與分類物品」的獨特觀點與處理方法，展現合作與理解態度。 4. 理解 「行前物品認識與準備」的差異性對活動參與的影響，培養自我覺察與	任務一： 製作一張圖文對照表，認名並標示校外教學所需的重要物品，包含衣物、用品、證件、藥品等基本項目。 任務二： 說明使用打包清單的好處，並以具體例子表達沒有清單可能產生的問題，展現對於有計畫準備的重要性之理解。 任務三： 針對校外教學清單中的各項物品進行分類，分辨每一項物品的使用目的，並能區分必需品與選擇性物品的差異。	活動一 行前準備從哪開始？ (一)旅行前你會做什麼？ 1.觀看旅人打包行李與出發準備的影片。 2.教師提出問題：「你出門遠足、校外教學會帶什麼？怎麼準備？」 3. 小組任務 ：製作「記憶地圖」：曾經旅行的經驗與帶過的物品。 4. 探究提問 ：「東西要怎麼帶才不會漏？」 「什麼東西是『必需』？什麼是『想要』？」 (二)清單到底有什麼用？ 1.認識「行前檢查清單」功能與樣式（生活應用例子：露營、校外教學、出國旅行等）。 2.學生觀察不同清單格式（圖像式、條列式、分類式），比較其優缺點。 活動二 物品分類與實務整理術 (一)我的行李箱怎麼分？ 1.提供物品圖卡（如：衣物、盥洗用品、藥品、文具、食品等），學生小組分類。 2. 小組討論 ：怎麼分類才合理？哪些可以共用？	繪本: The Wind Blew by Pat Hutchins Caps for Sale Big Book by Esphyr Slobodkina 背包／行李袋 旅遊攜帶清單 旅遊攜帶物品	8

				尊重多元的能力。	任務四： 實際展示打包過程，依照準備好的清單進行整理與分類，並說明物品的擺放方式與未來在行程中如何運用這些物品。	哪些一定要自己帶？ 3.延伸任務：製作「旅行物品分類圖」與物品備註說明。 (二)檢查清單模擬操作 1.提供一張「亂七八糟的行李清單」（設計錯誤或混亂的例子），學生小組進行修正。 2.學生用圖卡操作「打包檢查任務遊戲」：依清單勾選、配對正確物品。 活動三 行李模擬打包與整理挑戰 (一)我來整理自己的背包 1.學生實際模擬背包（或桌面空間）打包練習，必須依照清單完成打包任務。 2.檢查點：是否分類合理？是否帶齊必要物品？是否能快速取出？ 3.觀察任務：同儕觀察互評： 是否有節省空間的小技巧？有遺漏嗎？ (二)打包挑戰賽 1.團隊挑戰：比賽誰能在指定時間內準確且快速完成打包與說明 2.模擬不同情境抽卡挑戰（如：下雨天、需要露營、多天行程等） 活動四 統整與成果發表 (一)我的行前準備攻略書 1.製作「旅人行前準備小書」或「行李整理攻略手冊」，內容包含： (1)我的打包清單（圖文） (2)分類方式與打包順序 (3)行前提醒（如：時間、天氣、突發狀況應變） 2.分組合作彙整與設計排版 (二)任務成果展＋生活應用反思 1.小組成果發表：「旅人準備術小書」展示與簡報 2.教師引導反思提問： (1)「你學到最有用的是什麼？」 (2)「如果下次要去露營／海外旅行，你會怎麼應用？」		
第17週 - 第20週	行動任務五：世界慶典任務挑戰	國際 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。 國際 E3 具備表達我國本土文化特色的能力。 英 5-III-5 能以正確的發音及適切的朗讀簡易句型的句子。 英 6-III-2	香包 sachet 粽子 zongzi 龍舟比賽 dragon boat race 立蛋 stand an	1.了解「香包、粽子、龍舟比賽、立蛋」等端午節文化活動的意義與特色，並認識我國傳統文化在國際中的獨特性。 2.具備以中英文簡要表達端午節文化特色（如：sachet, zongzi, dragon boat race, stand an egg）的能力。	任務一： 以圖文報告或口語簡報方式認識端午節的傳統習俗，包括立蛋、戴香包、吃粽子等，並介紹香包的意義與基本製作步驟。 任務二： 設計一張小書頁或學習單，學習並紀錄粽子的常見食材、包法與由來故事，並簡單說明不同種類粽子的特色。	活動一 節慶怎麼這麼有趣？ (一)端午節在我們生活中的樣子 1.影片觀賞與討論：台灣的端午節習俗（粽子、立蛋、龍舟、香包） 2.問題引導：「我們為什麼要過端午節？它代表什麼？」 (二)世界也有端午節？ 1.教師引導學生認識不同地區（如中國、日本、馬來西亞、新加坡、韓國）的端午節慶活動（例如：韓國江陵端午祭） 2.小組閱讀節慶簡報或圖卡，建立初步比較認知 3.探究提問：「他們也吃粽子嗎？粽子一樣嗎？」 「為什麼會有不一樣的過節方式？」	https://www.youtube.com/watch?v=g_w-a6Zv5IU https://www.youtube.com/watch?v=atADGZw0T7w https://www.youtube.com/watch?v=XvA8ccVN-Q https://www.youtube.com/watch?v=ucIr3GvImE4 香包材料 粽子材料照片 龍舟比賽影片 各國不同節慶的大海報 圖畫紙	8

		樂於 參與 課堂中各類練習活動，不畏犯錯。	egg	3.能以正確發音與適當速度朗讀與「端午節文化活動」相關的英文簡易句型。 4.樂於參與與「香包、粽子、龍舟比賽、立蛋」相關的課堂英語練習活動，不畏犯錯、勇於表達。 5.了解我國「端午節文化」與世界其他國家慶典的異同，建立尊重多元文化的觀念。	任務三： 觀賞影片或圖片資料，認識龍舟比賽的來源、比賽方式與團隊合作精神，並說明其與端午節的關聯。 任務四： 製作一張對照表或簡短口語報告，比較台灣與其他國家（如中國、新加坡、馬來西亞）端午節習俗的異同，說明文化差異與共通性。	活動二 傳統物件與象徵意涵 (一)香包與粽子文化的多樣樣貌 1.學生實際觀察香包、各式粽子圖片與材料，討論不同的外型與意義 2.製作任務：親手縫製小型香包，了解避邪與保健的文化意涵 (二)龍舟比賽與文化精神 1.觀賞各地龍舟競賽影片，整理出比賽方式、規則與象徵意義 2.小組討論：「競賽背後的精神是什麼？為什麼世界各地都在划？」 活動三 我來當文化記者 (一)世界慶典小報任務設計 1.學生選定一國家端午節文化為研究對象（如韓國、中國、新加坡等） 2.收集資料，製作一張「世界端午節小報」： 包含節慶名稱、日期、活動、食物、特色 (二)異同比較思考 1.小組完成「文化比較表」：與台灣端午節的相同點與差異點 2.深度問題討論：「為什麼不同文化會有相似的節日？」 「從這些差異中，我們學會了什麼？」 活動四 發表與整合：我眼中的世界慶典 (一)世界慶典任務成果展 1.各小組簡報分享自己的「世界端午小報」 2.增設任務挑戰：分組設計「世界慶典展覽區」 （可使用圖卡、模型、裝飾品等） (二)反思與延伸 1.文化理解回顧活動：完成「我眼中的世界慶典」小書或心得畫 2.回答三個反思問題： (1)「我印象最深的是哪一國的端午節？為什麼？」 (2)「如果我們邀請外國朋友來過端午節，我會怎麼介紹？」 (3)「多元文化值得被尊重的原因是什麼？」	
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)					
本主題是否融入資訊科技教學內容		☒ 無 融入資訊科技教學內容 ☐ 有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)					
特教需求學生課程調整		※身心障礙類學生：☒無 ☐有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u> ※資賦優異學生：☒無 ☐有-<u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u> ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 特教老師姓名：(打字即可)					

填表說明：

1. 第一類課程需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習
2. 第四類其他類課程，在同一份設計中可以依照不同的週次需要，複選多種內容。例如:1-4 週為班級輔導，5-7 週為自治活動，8-10 週為班際交流，11-14 週為戶外教育，15-20 週為班級輔導。
3. 議題融入:性別平等教育、安全教育(交通安全)、戶外教育，以上三項議題至少需選擇一項，其他議題則是自由選擇。