**南投縣新豐國民小學112學年度彈性學習課程計畫**

【第一學期】

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 生命教育─珍愛生命 | 年級/班級 | 六年級/甲乙丙班 |
| 彈性學習課程類別 | ■統整性(■主題□專題□議題)探究課程□社團活動與技藝課程□特殊需求領域課程□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) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)□本土語文□臺灣手語　□新住民語文□數學　　□生活課程　□健康與體育■社會　　□自然科學　□藝術■綜合活動□資訊科技(國小)　□科技(國中)  | □人權教育　□環境教育　□海洋教育　□品德教育■生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育□能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養 □家庭教育　□戶外教育　□原住民教育□國際教育□性別平等教育　□多元文化教育　■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。**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-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。 | 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**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。**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。【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。【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。 |
| 課程目標 | 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。
 |

| **教學進度** | **學習表現**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」 | **學習內容**可由學校自訂若參考領綱，至少包含2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材****學習資源**自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱****/節數** |
| 八 | 生命物語/1節 | 【社會】3c-III-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能與他人討論。【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。 | 【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。【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。 | 了解生命的意義及重要。 能認真的正視自己和認識、了解自己。 | 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？1. 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1. 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…)4.學生發表：分享自己 | 能參與討論勇於發表能參與討論勇於發表 |  |

【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 | ■統整性(■主題□專題□議題)探究課程□社團活動與技藝課程□特殊需求領域課程□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) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)□本土語文□臺灣手語　□新住民語文□數學　　□生活課程　□健康與體育■社會　　□自然科學　□藝術■綜合活動□資訊科技(國小)　□科技(國中)  | □人權教育　□環境教育　□海洋教育　□品德教育■生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育□能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養 □家庭教育　□戶外教育　□原住民教育□國際教育□性別平等教育　□多元文化教育　■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。**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-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。 | 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**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。**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。**【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。**【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。 |
| 課程目標 | 1. 認識憂鬱症，並能適當的舒壓。
2. 能對自己的未來有所期許，並能規劃未來。
 |

| **教學進度** | **學習表現**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」 | **學習內容**可由學校自訂若參考領綱，至少包含2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材****學習資源**自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱****/節數** |
| 九 | 憂鬱知多少/1節 | 【社會】3c-III-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能與他人討論。【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。 | 【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。【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。 | 認識憂鬱症，並能適當的舒壓。能對自己的未來有所期許，並能規劃未來。 | 《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。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.asp4.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《樂活深呼吸》1.實例分享。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。2.大家一起動一動。小雞操(參考資料)、健康操(學校)3.介紹紓解壓力的方法。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 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 | 能參與討論勇於發表 |  |

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。