

南 投 縣 主 題 式 教 學 設 計 教 案 格 式

一、課程設計原則與教學理念說明（素養教材編寫原則+課程架構+課程目標）

貼近學生生活經驗，使得學生在生命教育、環境教育、安全教育、家庭教育急性別平等教育，將拓展視野，在未來中與他人合作，了解生活道德，並感恩長存，堅毅勇敢地持續下去。

二、主題說明

彈性學習課程類別		統整性(■主題□專題□議題)探究課程	設計者	四年級團隊
實施年級		四年級	總節數	共 20 節，840 分鐘
主題名稱		賞欣閱目智慧綻放		
設計依據				
核心素養	總綱	A2 系統思考與解決問題： 具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。 B1 符號運用與溝通表達： 具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。 C1 道德實踐與公民意識： 能理解社會規範與角色責任，具備同理心與公共參與的態度。 C3 多元文化與國際理解： 具備自我文化認同的信案，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。		
	領綱	國-E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨、發展學習及解決問題策略、初探邏輯思維，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 綜合-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜合-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。 生活-E-C3 欣賞周遭不同族群與文化內涵的異同，體驗覺察生活中全球關聯的現象。 生活-E-A2 關注自己與他人的健康與安全 生活-E-B1 觀察與描述生活中事物現象與變化 健體-E-A3		

		建立安全行為習慣與風險預防能力			
與其他領域/科目的連結		健康與體育 綜合活動 國語 生活			
議題融入	實質內涵	安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 閱 E4 中高年級後需發展長篇文本的閱讀理解能力。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。			
	所融入之單元	第一單元 第二單元 第三單元 第四單元			
教材來源		自選教材、自編教材、PAGAMO 未來素養品學堂、交通安全入口網			
教學設備/資源		電腦、網路資源			
各單元與學習目標					
單元名稱		學習重點		學習目標	
單元一 追風安全俠-負責任、保平安		學習表現	健 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 綜 3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。		1. 認識自行車騎士為駕駛人的角色定位。 2. 認識並指認自行車基本零件及其功能，學習基本維護技巧。 3. 認識自行車相關的交通標誌、標線、號誌、通行空間與交通法規。 4. 了解自行車的用路義務與責任，辨識在生活潛藏的危機中，並避免危機。
		學習內容	健 Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。 綜 Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。 綜 Ca-II-2 生活周遭危機情境的辨識方法。		
單元二 閱讀		學習表現	健 3b-II-2 能於引導下，表現基本人際溝通互動技能。 綜 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合一的互動與溝通態度和技巧。 綜 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度 閱 E4 中高年級後需發展長篇文本的閱讀理解能力。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。		培養閱讀習慣，增加主動閱讀的興趣。 閱讀文本時應具有邏輯性的，並加強理解能力。 重點整理文章內容，加深結構及理解能力。 表現出思考能力，學習口語表達，展現良好的溝通方式。
		學習內容	綜 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。 綜 Aa-II-1 情緒的辨識與調適。		

		國 Bc-II-1 具邏輯、客觀、理性的說明，如科學知識、產品、環境等文本	
單元三 我的情緒小怪獸~ 家庭情緒表達	學習表現	家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 家 3-II-1 覺察個人的正負向情緒，並適切的因應與調整。 家 3-III-1 了解不同文化的人際互動禮儀，並展現正向人際互動。 綜合 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	覺察情緒，並接受自己的情緒。 能體察自己的正負向情緒，選擇適當的調適方式。 能表達對家人的關心，展現正向家庭溝通模式和技巧，培養正向人際關係，及解決衝除的能力。
	學習內容	綜合 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 綜合 Ad-II-2 正向思考的策略。 綜合 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。 國 Bb-III-1 自我情感的表達。 國 Bb-III-2 人際交流的情感。	
單元四 認識界線，尊重 你我不超線	學習表現	性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 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。 生 6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。 國 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 綜 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。	認識、尊重自己與他人的身體界線是孩子們成長中非常重要的學習議題。 孩子分辨這其中的差異、學習保護自己、尊重他人，覺察性騷擾及性侵害的防護。 引導孩子從認識、尊重身體界線，並進而能保護自己，了解求助的方法，共創友善的學習環境。
	學習內容	綜 Ba-III-1 多元性別的人際互動與情感表達。 綜 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力建立 健 Db-I-1 日常生活的性別角色。 健 Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。 健 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	

教學單元設計

一、教學設計理念

本模組課程主要以認識自行車騎士的責任及自行車安全配備為目標，學習內容包含四大層面：認識騎士在交通中的角色定位、覺察自身狀態與能力、操作車輛（煞車、平衡）及了解騎乘上路前必須注意的事。

學習活動則包含情境討論、影片欣賞、體驗操作、提問討論及發表。透過多元、豐富、有趣的學習活動，及不斷觀察反思，在態度上能夠同理並遵守騎乘自行車的相關規定、承擔用路人的責任；在知識上能認識自行車的基本構造、與自行車相關的標誌、標線、通行空間以及自行車安全裝備的意義與功能；在能力上可於生活中落實自行車的基本檢查、騎乘自行車時，保護自己並有效降低用路意外的發生，營造安全的自行車騎乘情境。

二、教學單元設計

主題		賞欣閱目智慧綻放		設計者		四年級團隊	
實施年級		四年級		總節數		共 2 節，80 分鐘	
單元名稱		追風安全俠-負責任、保平安					
設計依據							
學習重點	學習表現	健 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 綜 3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。		核心素養	國-E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨、發展學習及解決問題策略、初探邏輯思維，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 綜合-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜合-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。 生活-E-C3 欣賞周遭不同族群與文化內涵的異同，體驗覺察生活中全球關聯的現象。 生活-E-A2 關注自己與他人的健康與安全 生活-E-B1 觀察與描述生活中事物現象與變化 健體-E-A3 建立安全行為習慣與風險預防能力		
	學習內容	健 Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。 綜 Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。 綜 Ca-II-2 生活周遭危機情境的辨識方法。					
議題融入	學習主題	安全教育					

	實質內涵	安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
與其他領域/科目的連結		
教材來源	(1) 交通安全入口網 (民 108)。兒童安全過路口第 4 章- 認識視野死角及內輪差。取自 https://www.youtube.com/watch?v=rHjIW141INs&t=1s (2) 東森新聞 CH51 (民 109)。真「馬路如虎口」危險人行道大車右轉恐輾行人。取自 https://www.youtube.com/watch?v=ex_bJVT0usQ (3) udn video (民 110)。交警好忙！全臺停電號誌燈停擺駕駛如無頭蒼蠅。取自 https://www.youtube.com/watch?v=a9FgObLWsrQ (4) 熊平安 (民 108)。兒童安全過路口第 3 章- 穿越道路的基礎知識與方法。取自 https://www.youtube.com/watch?v=2Uhlmray5Fw	
教學設備/資源	電腦、網路與投影機。	
學生經驗分析	學生騎乘自行車，已知需要戴安全帽等相關安全措施，因居住環境為山區，學生在騎乘需要學習。	

學習目標

1. 認知自行車騎士為駕駛人的角色定位。
2. 認識並指認自行車基本零件及其功能，學習基本維護技巧。
3. 認識自行車相關的交通標誌、標線、號誌、通行空間與交通法規。
4. 了解自行車的用路義務與責任，落實在生活中。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
【第一節 負責任，保平安】 引起動機 活動一 「追風安全俠」大調查 (10 分鐘) (一) 教師展示自行車圖片 (附件 1) 後，請學生舉手進行調查並記錄。 1. 已經學會騎乘自行車的學生人數。 2. 家中擁有自行車的學生人數。 3. 會騎自行車上下學的學生人數。 4. 會利用假日騎乘自行車當作休閒活動的學生人數。 (二) 教師說明：有一位小朋友小靖學會騎自行車後，為了安全，媽媽要確認小靖懂得關於騎自行車的注意事項，才會帶他去買自行車。讓我們跟著他一起想想，騎乘自行車上路，需要注意哪些事。 (三) 教師提問：大家認為自行車算是休閒工具還是交通工具？為什麼？用一句話說出理由。 (休閒工具：假日會到公園騎自行車、有時在家附近騎著運動等。交通工具：每天騎著上下學、騎著	10 分鐘	口語評量 實作評量 學習單

去買東西、去找朋友等。)

(四) 教師歸納並統整學生想法：因為使用目的的不同，自行車有時候被認為是休閒工具，但是只要騎著自行車在道路上，它就是交通工具，我們也變成了駕駛而不是行人，需要遵守跟駕駛相關的交通規則，擔負更多的責任。

發展活動

活動二 安全你我他 (15 分鐘)

(一) 教師提問：在路上騎乘自行車危險嗎？如果危險，是對騎士危險還是行人危險呢？為什麼？

(不危險：做好安全措施就不危險。危險：路上有很多車和人，如果不小心，可能撞到人或被撞等。)

(二) 大家來挑戰

1. 在教室前方或後方，用兩條跳繩（或童軍繩）平行排出一條直線空間，寶特瓶在兩條跳繩範圍內隨意擺放，模擬路上行人。如果教室場地不足，可以移到走廊操作。

2. 教師說明這些物品代表的意思：

(1) 2 條跳繩並排：可以騎乘自行車的道路範圍。

(2) 4 支空寶特瓶：行人。

(3) 4 支裝滿水的寶特瓶：路旁堅固的物品，如機車、電線桿、防撞柱等。

(4) 1 個膠帶捲：自行車。

(5) 1 個皮球：汽車。

3. 教師提供下列三種情境讓學生操作並觀察

(1) 自行車撞到行人：

學生從 3 公尺外，以膠帶捲滾向寶特瓶方向，會有什麼結果？徵求自願的學生在 3 公尺外，以膠帶捲滾向寶特瓶實測。(被撞到的寶特瓶會飛出去，還會害其它寶特瓶也倒下。)

(2) 自行車撞到路旁的防撞柱：

把寶特瓶裝滿水，學生再從 3 公尺外，以膠帶捲滾向寶特瓶方向，會有什麼結果？徵求自願的學生實測。(被撞到的寶特瓶會搖晃，有可能倒下去，或是膠帶捲會滾到其它地方。)

(3) 自行車被汽車撞到：

一顆皮球滾過來，撞向膠帶捲，會有什麼結果？

(不一定，膠帶捲被撞到會飛出去或是倒向其他地方。)

(三) 討論發表：

15
分鐘

1. 膠帶捲圓圓的，就像車輪，摸起來輕輕軟軟的，感覺沒什麼力量，就像自行車給人們的印象。
2. 請學生根據剛才的實驗結果思考下列問題：
 - (1) 如果寶特瓶表示路上的行人，膠帶捲是自行車，自行車不小心撞到行人，可能會有什麼結果？（行人有可能被自行車撞倒、受傷。）
 - (2) 膠帶捲撞到東西會飛出去，就像自行車撞到路邊的防撞柱、路燈，或是停放在路邊的車輛，可能會有什麼結果？（自行車可能會翻車，騎士也可能會受傷。）
 - (3) 皮球撞到膠帶捲，就像汽車撞到自行車，可能會有什麼結果？（自行車騎士可能會受重傷。）
 - (4) 如果自行車在道路上發生車禍，算不算交通事故？（學生討論發表。）

（四）教師歸納並統整學生想法：「道路」，指的是「大眾來往通行的地方」，除了車道，還包含人行道、騎樓！自行車有速度，不管是被別人撞到、撞到別人或是自己不小心，都很危險。自行車在道路發生事故，只要造成車輛、財物損壞或人受傷，都算是交通事故唷！

活動三 負責任的自行車騎士（10 分鐘）

（一）教師說明：自行車也是交通工具，騎車上路時，怎麼樣才算是負責任的自行車騎士呢？讓我們先參考接下來播放的影片內容。

（二）教師播放影片，在學生觀賞後提問：
想騎單車上下學？學童須先考「駕照」

影片來源：民視新聞

<https://www.youtube.com/watch?v=x0edwKMe2Vg>

影片時間：01:38

1. 影片中的小朋友要得到單車駕照，需考哪些項目？
（起步、直線前進、號誌判斷、S 型轉彎。）
2. 為什麼要考起步？（左右觀察有沒有來車或路人，表示要看清楚再出發。）
3. 為什麼要考直線前進？（確定騎士能遵循行車方向、如果跑到其他車道很危險、如果不會直線前進，表示可能還不太會騎自行車……。）
4. 為什麼要考號誌判斷？（知道什麼時候可以通過，不會跟其他車輛撞在一起……。）
5. 為什麼要考 S 型騎車？（遇到障礙物可以閃避、確認會轉彎。）
6. 為什麼需要考駕照？（自行車是交通工具，自行

10
分鐘

車騎士就是駕駛，取得認證，證明自己知道騎自行車上路的責任而且有當自行車騎士的能力。)

7. 如果自己是主考官，會建議自行車騎士需要通過哪些項目才能上路？(學生自由作答)

8. 教師說明：騎乘技巧可以透過考試來測驗，但態度是沒辦法透過考試來測驗，作為負責任的自行車騎士，除了具備騎乘技巧、遵守交通規則，也應保護更弱勢的用路人(行人、孕婦、老人等)，還要注意自己的身心狀況，請看下列的影片。

(三) 教師播放影片後提問：

今天的涼風多舒服？網友發現老伯吹風騎車竟睡著

影片來源：自由時報電子報

<https://www.youtube.com/watch?v=lyScmleLLlw&t=8s>

影片長度：00:43

1. 覺得為什麼老伯伯會在街上睡著？真的是天氣很涼爽嗎？(太累了、生病了、吃藥想睡覺……。)

2. 如果騎士技術很好，但是騎車時精神不好或是騎車時睡著，可能會有什麼結果？(會摔倒、會撞到別人、後面的車子會被嚇到、好危險……。)

3. 如果可以，想對老伯說什麼？(小心、回家睡吧、多休息呀、太危險了……。)

4. 自行車上路時，騎士就是很重要的駕駛，需要注意什麼呢？(會騎自行車、遵守交通規則、隨時注意行人、隨時注意四周環境……。)

(四) 教師歸納並統整學生想法：

1. 當我們牽著自行車走路，可以說自己是行人，但是只要騎自行車上路，自行車就是交通工具，自行車騎士就是駕駛，身為駕駛要負起駕駛的責任，不能造成別人或自己的危險。

2. 身為負責任的自行車騎士，應負的責任包含：①尊重、保護其他用路人②自我準備(騎乘技巧、身心狀況)③車輛準備④遵守交通規則。

綜合活動

活動四 騎士鑑定師(5分鐘)

(一) 教師說明：自行車是很多人從行人變身為駕駛人的第一項交通工具，你想成為什麼樣的騎士呢？一起來完成「騎士鑑定師」學習單吧！

(二) 教師發下「騎士鑑定師」學習單1，學生完成。

(三) 教師統計班級ABCD級騎士人數後，教師統整：騎乘自行車就跟駕駛其他車一樣，小靖如果要騎自行車，

5分
鐘

就必須確實奉行各項交通與安全守則，如果把騎自行車當作「純休閒的娛樂活動」，可就不適合騎上路唷！

【第二節 能安心，才開心】

引起動機

活動一 保護安全大作戰（10 分鐘）

（一）教師提問：小靖了解自行車騎士就是駕駛，有身為駕駛的責任後，還要做哪些準備，確保自己的安全呢？

（二）教師隨機選取兩位學生，各將一枝粉筆拿在手上，請大家猜測：如果鬆開手，落下的粉筆會變成怎麼樣？

（斷成好幾段）

（三）請學生實作：一位學生站著，手臂平舉，另一位學生蹲下，將手接近地面，同時鬆開手，讓粉筆落下，驗證推論。

（站立且平舉手臂的學生，手裡粉筆落下後，會斷成好幾截；蹲下接近地面的學生，手裡粉筆落下後，粉筆會有些掉屑。）

（四）教師說明：粉筆不只是形狀像人類的四肢一樣細長，它的成分和骨頭一樣，都含有鈣的成分。也就是說：

粉筆和頭骨有相似的地方。遇到撞擊後，很容易斷裂受傷。

（五）教師依照班級學生數，將全班分組，說明今天的任務保護粉筆的完整：站立且平舉手臂時，鬆開手裡的粉筆，粉筆掉落地面還能保持完好。

1. 每組能運用的材料：3 枝粉筆、1 包面紙和 1 支大口徑吸管

2. 每組實際操作，限時 5 分鐘，所有材料用完不再補發。

3. 5 分鐘後，各組分別報告實驗結果。

※ 無論結果如何，教師要給予努力實驗的學生肯定。

（六）教師小結：粉筆就像我們每個人的頭，也像每個人的手腳，摸起來堅硬，但是經不起撞擊。速度越快，撞擊力越大，受到的傷害也越大，所以適當的保護是必要的。吸管和面紙就像是安全帽和護具，雖然對騎士有一定的保護，不過不是萬能的，想騎車在道路上，還有其他要注意的事。

10
分鐘

口語評量
實作評量
學習單

發展活動

活動二 騎自行車裝備與功能（28 分鐘）

（一）教師說明：為了保護自己也保護別人，騎士的安全裝備和自行車的配備都非常重要，騎乘自行車前，必須認識而且了解自行車配備和騎士裝備的功能。

（二）教師展示「自行車構造圖」照片（附件2），請學生思考：除了煞車，還有哪些零件失靈會導致自行車行動受影響，造成危險？（學生自由作答。學生不一定要說出正確名稱，教師在統整學生發表時，再用正確名稱加以整理即可，重點要能說出為什麼，引導學生思考自行車零件和騎車安全之間的連結。）

（三）教師播放影片。

安全騎乘自行車數位課程（2. 自行車挑選與檢查保養）

影片來源：熊平安

<https://www.youtube.com/watch?v=7lO9qyZeGPs>

影片長度：05:13-08:25

（四）教師請學生根據今天觀賞的影片和實作，根據提問進行討論，並分享。（學生自由作答，重點要能說出為什麼，教師引導學生思考裝備和騎自行車安全之間的連結。）

1. 騎自行車上路前，應該檢查什麼配備？為什麼？

（配備可以正常使用，騎車才安全。

龍頭，能正常操控，騎乘時才不會有危險。

鈴號，可以提醒前面的人，有自行車來了。

煞車，遇到緊急狀況可以煞車才不會撞上去。

燈光，晚上騎車時可以照明，也可提醒其他車或路人自己的存在……）

2. 自行車有左右把手，各有一個煞車，對停車有影響嗎？為什麼？（自行車的左右煞車分別控制前後輪，遇到需停車的狀態，應先壓後煞車，不然車子會有往前翻或側摔的危險。）

3. 覺得還需要檢查什麼裝備？為什麼？學生自由作答。

（停車架，停車的時候，車子才不會倒。踏板，踏板正常才好踩踏。輪胎，車子沒氣很難騎）

（五）學生分組實作測試自行車

1. 龍頭是否鬆動、歪斜、左右轉是否順暢？

2. 前後推動自行車，輪流按左右煞車，確認無鬆動並找出相對應的車輪。

3. 用大拇指按壓前後車輪，測試胎壓是否正常。

28
分鐘

4. 比一比，座椅的高度，再跨坐自行車，確認雙腳是否能夠碰地。 （六）教師統整騎乘自行車前要檢查相關項目： 1. 自行車的煞車裝置要無鬆動並可正常使用。 2. 車頭鈴號需可正常響鈴，並固定堅牢。 3. 自行車需安裝白色或淡黃色的頭燈、紅色尾燈；反光裝置需保持清潔且完整。 4. 自行車的座椅高度要適合自己，當踏板在最低點時，雙腳跨上車、腳後跟踩在踏板上時，腳到臀部會呈一直線。 統整活動 活動三 歸納統整（2 分鐘） 師生歸納：小靖想騎自行車上路，除了駕駛的操作能力和精神狀態要良好，車輛的狀態也很重要。如果發現車輛狀態有問題，要報告大人，請大人協助維修。	2 分鐘	
參考資料：（若有請列出）		
學生回饋	教師省思	
我時常騎單車去學校，但沒有攜帶安全相關的用具，經過老師的提點，我可以知道騎單車要戴安全用具、在路上騎車時要注意車輛以及行人。 騎單車時也要注意當下的精神，如果身體不舒服就不要騎車。	學生經過本次課程，透過問與答能清楚知道道路的危險，騎乘單車的時候可以知道危險，並避免。 完整的說明用路的規則，並且正確的騎乘，才是安全的守則。	

註：本表單參考國教院研究計畫團隊原設計教案格式。

附錄(一) 評量標準與評分指引

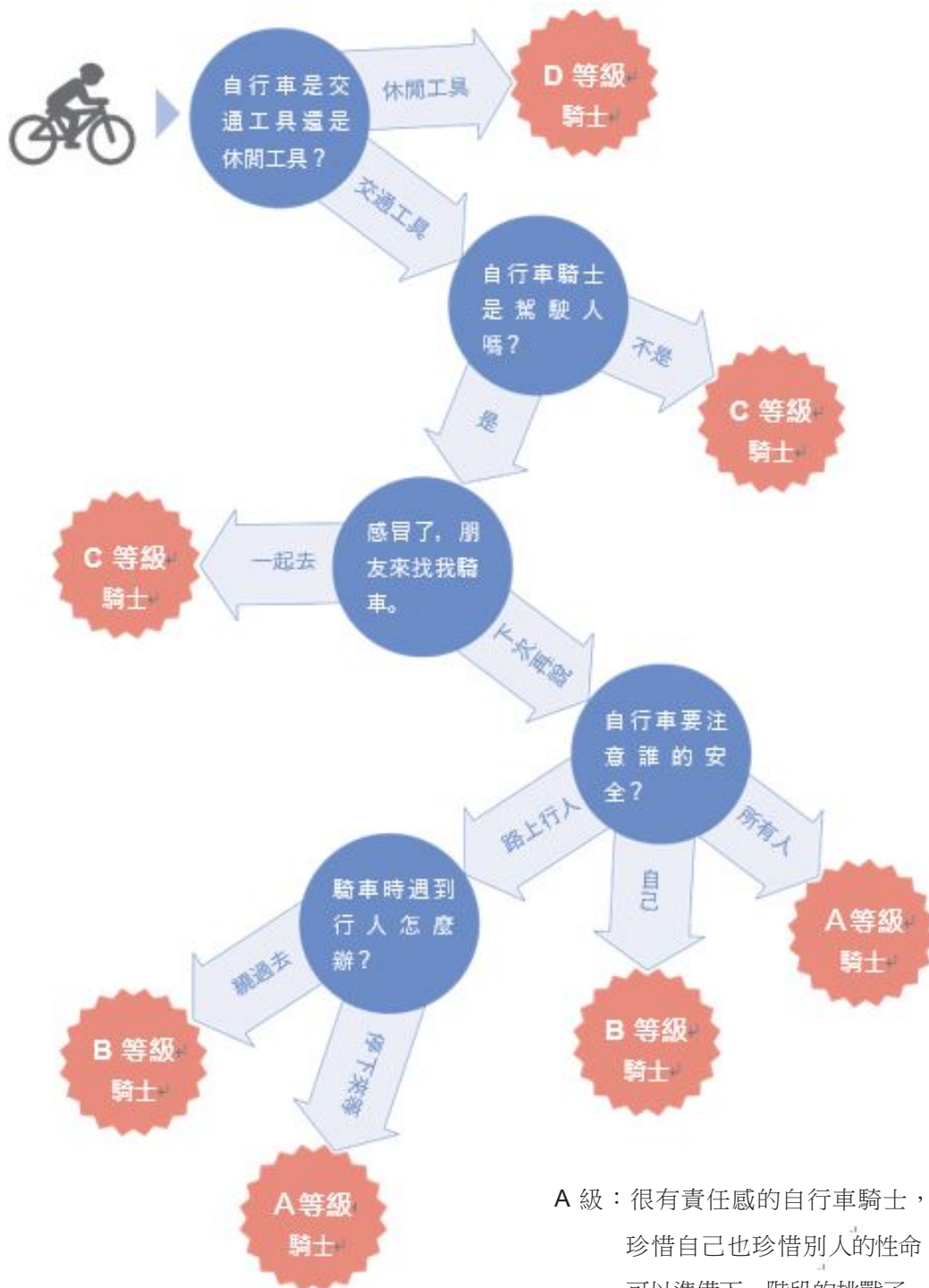
學習目標		(選定一項總結性學習任務之學習目標) 了解自行車的用路義務與責任，落實在生活中。				
評量標準						
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
		明確了解騎乘自行車者的責任，能主動提出如何維護安全與遵守規則的方法	理解騎乘者應遵守交通規則，有基本責任感	對責任有初步認知，但無法清楚說明具體義務	缺乏對騎乘責任的認識，態度被動或錯誤理解	未達 D 級
評分指引		能完整、有條理地說明自行車用路的主要規則與正確行為，並舉出具體生活情境說明其重要性，展現出良好理解與實踐意圖。	能清楚說出多項自行車用路規則與行為準則，並能簡要說明其重要性，表達尚稱清楚。	能列舉部分自行車用路規則，但對規則的意義或重要性說明較模糊，表達略顯零散。	對自行車用路規則僅有零星或錯誤理解，無法清楚說明內容或舉例說明其重要性。	未達 D 級
評量工具		口語評量、實作評量、學習單				
分數轉換		90-100	80-89	70-79	60-69	59 以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。

騎士鑑定師

班級：____年____班

座號：_____ 姓名：_____



- A 級：很有責任感的自行車騎士，
珍惜自己也珍惜別人的性命，
可以準備下一階段的挑戰了。
- B 級：啊！交通工具的駕駛要更謹慎些耶。
- C 級：喔～你在路上只能牽著車走唷！
- D 級：嗯……可以在健身房試試固定的飛輪做運動。

附件 1



附件 2



教學單元設計

一、教學設計理念

貼近學生生活經驗，使得學生在生命教育、環境教育、安全教育、家庭教育急性別平等教育，將拓展視野，在未來中與他人合作，了解生活道德，並感恩長存，堅毅勇敢地持續下去。

二、教學單元設計

主題	賞欣閱目智慧綻放		設計者	四年級團隊	
實施年級	四年級		總節數	共 13 節，520 分鐘	
單元名稱	閱讀				
設計依據					
學習重點	學習表現	健 3b-II-2 能於引導下，表現基本人際溝通互動技能。 綜 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合一的互動與溝通態度和技巧。 綜 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度 閱 E4 中高年級後需發展長篇文本的閱讀理解能力。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。		核心素養	國-E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨、發展學習及解決問題策略、初探邏輯思維，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 綜合-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜合-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。 生活-E-C3 欣賞周遭不同族群與文化內涵的異同，體驗覺察生活中全球關聯的現象。 生活-E-A2 關注自己與他人的健康與安全 生活-E-B1 觀察與描述生活中事物現象與變化 健體-E-A3 建立安全行為習慣與風險預防能力
	學習內容	綜 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。 綜 Aa-II-1 情緒的辨識與調適。 國 Bc-II-1 具邏輯、客觀、理性的說明，如科學知識、產品、環境等文本			
議題融入	學習主題	閱讀素養			
	實質內涵	閱 E4 中高年級後需發展長篇文本的閱讀理解能力。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。			
與其他領域/科目的連結		健康與體育 國語 綜合活動 生活			
教材來源		自編教材 PAGAMO 未來素養品學堂			
教學設備/資源		電腦、網路與投影機。			
學生經驗分析		學生使用 PAGAMOm 閱覽文章，增加閱讀理解，融入生活之中。			

附錄(一) 評量標準與評分指引

學習目標		(選定一項總結性學習任務之學習目標) 培養閱讀習慣，增加主動閱讀的興趣。				
評量標準						
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
		能準確擷取文章中的關鍵資訊，重點明確、分類清楚，整理內容具有邏輯結構，語句通順，展現深入理解與分析能力。	能掌握文章多數重點資訊，整理內容大致有邏輯，分類尚清晰，理解正確但表達略有簡略或細節不足。	能抓出部分重點，但可能混雜次要資訊或分類不清，內容略顯零散，顯示對文章理解尚淺。	無法正確擷取重點，內容多為抄寫或與主旨無關，缺乏條理與結構，顯示理解與整理能力不足。	未達D級
評分指引		學生能在閱讀後自行統整出3個以上關鍵重點，並依主題或段落分類清晰、有條列或圖像整理結構，文字表達流暢、語句通順無語病，且內容中可見個人思考、評論或延伸推論，不僅重述，更能展現對內容的深度理解與分析能力。	學生能擷取出文章中兩項以上主要重點資訊，內容與文章主旨相符，分類與排列順序合理但不夠完整，理解概念正確，但部分語句較簡略或缺乏說明細節，使資訊未完全具體化。	學生整理的內容中包含約2項文章重點，但未能有效區分主次資訊。	無法從文章中識別出關鍵資訊，內容缺乏清晰的邏輯結構，文字表達不清晰，與原文內容重複或過於簡單。	未達D級
評量工具		口語評量、實作評量				
分數轉換		90-100	80-89	70-79	60-69	59 以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。

閱讀

一、重點整理：

(請學生根據文章內容，整理出學到的三個重點)

1.

2.

3.

二、學習回饋：

今天我學到了：_____

我覺得最有趣的是：_____

我還想進一步了解的是：_____

三、自我評量：

學習表現	達成情形 (請打勾)	備註
閱讀理解能力	☐ 很好 ☐ 普通 ☐ 需要加強	
閱讀的態度	☐ 很好 ☐ 普通 ☐ 需要加強	
聆聽的能力	☐ 很好 ☐ 普通 ☐ 需要加強	

教學單元設計

一、教學設計理念

家庭情緒是個整體：

每個家庭成員都會受到家庭整體情緒影響，快樂的家庭人人快樂，消沉煩悶的家庭則使人煩惱。家庭成員情緒的總和構成了家庭情緒。反之，家庭情緒又對每個家庭成員的情緒造成影響。

家庭情緒影響健康：

心理學家丹尼爾·高曼 Goleman(1995) 在 EQ 一書中指出，兒童時期的情緒智力發展、情緒經驗和情緒管理習慣，都會在腦神經形成恆久的神經連結，形成後的情緒基本架構就不容易改變。

心理學家也提醒人們，保持良好而穩定的情緒，以增進自己身心健康。而影響人們健康的因素中，家庭情緒是極易被忽視而又相當重要的因素。所以保持良好而穩定的情緒，不僅增進自己身心健康，同時也增進家人身心健康。

學習面對表達情緒：

人一定會有情緒，壓抑情緒反而帶來更不好的結果。學習體察自己的情緒，是情緒管理的第一步。體察情緒之後，適當表達自己的情緒，是一門藝術，需要用心體會、揣摩，更重要的是確實用在生活中。從小就學習面對並管理自己的情緒，學會表達紓解情緒是重要的。

當個情緒的好主人：

情緒是我們的好朋友，每天都在我們身邊。教導孩子學習在家庭中讓積極、愉悅的情緒擴散，在破壞性情緒出現時，學習面對與克服它，才能建立良好的家人和同儕關係，使家人能自在愉快的相處。

二、教學單元設計

主題		賞欣閱目智慧綻放	設計者	四年級團隊
實施年級		四年級	總節數	共 3 節，120 分鐘
單元名稱		我的情緒小怪獸~家庭情緒表達		
設計依據				
學習重點	學習表現	家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。 綜合 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	核心素養	國-E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨、發展學習及解決問題策略、初探邏輯思維，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 綜合-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜合-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培
	學習內容	綜合 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 綜合 Ad-II-2 正向思考的策略。 綜合 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。 國 Bb-III-1 自我情感的表達。 國 Bb-III-2 人際交流的情感。		

				養公民意識。 生活-E-C3 欣賞周遭不同族群與文化內涵的異同， 體驗覺察生活中全球關聯的現象。 生活-E-A2 關注自己與他人的健康與安全 生活-E-B1 觀察與描述生活中事物現象與變化 健體-E-A3 建立安全行為習慣與風險預防能力
議題 融入	學習主題	家庭教育		
	實質內涵	家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。		
與其他領域/科目的連結		健康與體育 國語 綜合活動 生活		
教材來源		自選教材臺南市家庭教育中心 109 年度「家庭教育教案徵選活動」		
教學設備/資源		電腦、網路與投影機。		
學生經驗分析		學生關心家庭及認識情緒，讓學生與家庭的互動密切關連。		
學習目標				
1.認識情緒，並接受自己的情緒。 2.能體察自己的正負向情緒，選擇適當的因應方式。 3.能展現正向家庭溝通模式和技巧。				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	評量方式
第一節課 活動一【情緒是小怪獸嗎?】 引起動機 分享「我的情緒小怪獸繪本」 https://www.youtube.com/watch?v=yzDwsCr7azw 發展活動 一、 情緒到底是什麼?老師分享情境故事： 小莉今天在學校跟最要好的朋友小萍吵架了，放學後悶悶不樂的回到家。小狗看見小主人回來，興高采烈地跑來要跟小莉玩，小莉一腳把小狗踢開，踢得小狗汪汪大叫。剛剛下班回家的媽媽看見這一幕，不分青紅皂白得訓了小莉一頓。小莉又傷心又委屈得哭了起來。爸爸對媽媽說；「你幹麻好端端的一見到女兒就教訓他呢?爸爸媽媽也你一言我一語的吵了起來。 二、老師：這樣的生活情境大家喜歡嗎? 老師正面肯定孩子的回答，鼓勵孩子分享自己的情緒經驗。 三、情緒隨時隨地存在我們的生活周遭，我們應該要好好認識他。			15min	口語評量 實作評量

我的情緒裝備 PPT： 產生情緒的原因_情緒 ABC 各種情緒(包括正向情緒、負向情緒) 四、小朋友~你的生活中會有很情緒表現，你覺得這些情緒應該存在嗎？ 五、老師分享「小小情緒管理員影片」 https://www.youtube.com/watch?v=UluRhsXIB3c 老師引導學生藉由欣賞別人的情緒小詩，反思自己生活中的各種情緒經歷，了解「情緒」一直存在生活中，正面情緒、反面情緒都有。 綜合活動 1. 情緒不是小怪獸：情緒一點也不怪，一直存在我們生活中，練習好好管理情緒很重要。 2. 彩色情緒小詩：引導學生口頭練習情緒小詩，選擇符合自己的情緒小詩，並回家完成學習單 3：我的情緒小怪獸》。	10min 15min	
第二節課 引起動機 一、教師分享情境故事： 情境故事： 今天老師發下數學試卷，上面用紅筆寫著一個 1 兩個 0，是 100 分耶。安安拿著試卷衝進家大聲叫著：「媽媽！」沒想到媽媽說：「安安你小聲些不行嗎？弟弟才剛剛睡著。」轉過身進廚房做晚餐。安安放下書包跟進廚房叫：「媽~」「拜託~安安~你沒看見我在忙嗎？你應該先去寫功課。」媽媽不耐煩的說。 二、教師引導學生練習上一節課的情緒 ABC 1. 老師：試著說出安安的情緒 ABC。 2. 老師正面肯定學生，引導學生練習，學習體察情緒 發展活動 一、教師分享影片：愛哭公主 https://www.youtube.com/watch?v=9iJLOkhbjcc 二、教師引導學生思考，情緒一直存在，但是「負面情緒」的存在，會不會造成什麼影響？ 1. 教師引導學生思考、討論，結論：會影響人際關係，可能大家都不敢當你的朋友。 2. 老師正面肯定學生，引導學生思考，學習體察	10min 10min	口語評量 實作評量

情緒 三、 我的情緒裝備 PPT： 1.介紹「情緒紅綠燈」 紅燈：停！(冷靜) 黃燈：想！(思考) 綠燈：行！(行動) 2.練習情緒紅綠燈 老師：以「愛哭公主」為例，愛哭公主如何執行「情緒紅綠燈」？ (1)同一個事件，不同方式思考，會有不同情緒 (2)負面情緒對生活有不好的影響，學會「情緒紅綠燈」，情緒產生時記得「停、看、聽」。	10min	
綜合活動 一、老師總結：想法一改變，心情就改變。 體察自己的情緒，冷靜思考，選擇合適的處理方式，是管理好自己情緒的好撇步。 二、 分享自己經歷過的情緒經驗，發表自己的「情緒紅綠燈」。並完成學習單 4：情緒紅綠燈》。	10min	
第三節 引起動機 「好一個吵架天」繪本 https://www.camdemy.com/media/6350 ※教師引導討論好的溝通表達方式，會影響情緒。 【發展活動】 一、教師分享「幸福家庭示範作品 1」 https://www.youtube.com/watch?v=M5ApmxNphnk 老師提問： 1.請觀察影片中姊弟對話的方式和語氣。 2.換個方式說話，結果有怎樣的改變？ *老師正面肯定學生，引導學生思考,參與討論。 二、遊戲：「看見不見」 *流程： 1.兩人一組(A、B)，當一方說話，另一方給予回應與不回應兩種不同方式。 2.第一階段：當 A 說一件自己最近覺得開心的事時，B 東張西望，不回應，眼神儘量不停留在對方身上。 3.第二階段：當 A 說一件自己最近覺得開心的事	10min	口語評量 實作評量

時，B 專心的聽，偶爾點頭，也可以說話。 4.角色互換，再循環第一、二階段。 *老師提問： 1.在遊戲時，如果你是說話的人，對方不專心聽你說話，你的感覺如何呢? 2.在遊戲時，如果你是聽別人說話的人，聽不懂對方的話，你的感覺如何呢? *老師正面肯定學生，引導學生思考,參與討論。 *老師綜合「傾聽技巧」 1.看著對方(友善的看著對方的眼睛) 2.表現專心的樣子(身體自然前傾) 3.聽清楚對方說什麼(微笑、點點頭) 二、老師分享情境故事： 吃完晚餐，小美全家在客廳看電視，精彩的八點檔連續劇正吸引大家的目光。媽媽說：「小美、小傑、你們該去寫功課了！」兩個人目光仍停留在電視螢光幕上，口中答應著……。過了一會兒，媽媽說：「你們再不去寫功課，我要生氣了！」媽媽大吼著~兩人才慢慢站起來……。 老師提問： 1.你遇過這樣的情形嗎? 2.你的感受是? 3.自己可以做哪些改變? *老師正面肯定學生，引導學生思考,參與討論。	10min	
四、練習溝通的技巧：以情境題為例。 1.你如何跟媽媽溝通，在看電視和寫功課間達到媽媽和你都能接受的方式。 *老師正面肯定學生，引導學生思考,參與討論。 五、老師綜合：溝通的好方式 1.說清楚「使你不舒服的事」 2.這件事給你的感覺是? 3.會不會有什麼不好的影響? 4.是不是能做一些改變? 六、練習說說看： 1.說清楚「使你不舒服的事」：媽一直催促我們去寫功課，不會不會有什麼不好的影響?能看喜歡看的影片 2.這件事給你的感覺：我覺得很不開心。 3.會不會有什麼不好的影響?寫功課時提不起勁。 4.是不是能做一些改變?以後回家趕快寫功課，就可以看自己喜歡看的電視影集。	15min	
綜合活動	5min	

教師整理歸納，認識情緒與正向家庭溝通模式和技巧。			
參考資料：(若有請列出)			
學生回饋		教師省思	
和家人相處的時候，有時會不耐煩，會和家人吵架。經過老師的教學，我知道自己要好好的對待家人，不要因為不耐煩而吵架。		學習面對情緒，在情緒的當下如何面對家人，這是本節課重要的任務目標。 課程中學生能在各種情境下，互相練習角色的難處，也讓學生試著以適當的方式因應。	

註:本表單參考國教院研究計畫團隊原設計教案格式。

附錄(一) 評量標準與評分指引

學習目標		(選定一項總結性學習任務之學習目標) 能體察自己的正負向情緒，選擇適當的因應方式。				
評量標準						
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
		在面對情緒時，與家人是否能夠選擇並運用適當的應對策略來處理情緒。	能識別自己情緒的變化，並選擇基本適當的情緒因應方式，但偶爾需要他人協助或提醒才能有效調適情緒。	能識別部分情緒，但在因應策略的選擇上較為單一或偶爾不太恰當，仍需要更多練習和引導來達到有效情緒調適。	無法準確識別或表達自己的情緒，選擇的因應策略無效或不當，經常忽視情緒的影響，對情緒調適缺乏自我調整能力。	未達 D級
評分指引		對於和家人有情緒上的困境，能提出三項策略。	對於和家人有情緒上的困境，能提出兩項策略。	對於和家人有情緒上的困境，能提出一項策略。	對於和家人有情緒上的困境，僅能提出一項策略，且表達不順。	未達 D級
評量工具		口語評量、實作評量、學習單				
分數轉換		90-100	80-89	70-79	60-69	59 以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)

我的情緒小怪獸

一、情緒顏色：請將你認位的情緒塗上圈內。

						
喜	怒	哀	樂	恐懼	厭惡	愛

二、情緒詩篇：你覺得以上的顏色會出現在哪些情緒？請完成以下

新詩，並在框中畫出你的小怪獸。

範例一：

我是美美

當我完成一件事情的時候

我覺得很快樂

而快樂的感覺

也像是拿了100分一樣

我在幫媽媽做完家事時也會有一樣的感覺

這樣的感覺我覺得他是紅色的

創作：

我是_____

當我_____的時候

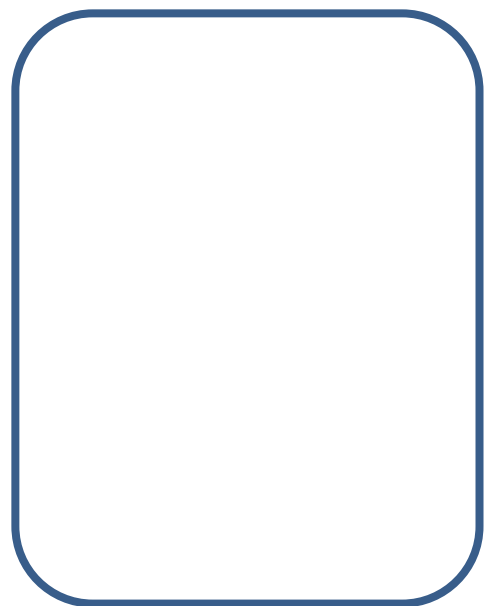
我覺得很_____

而_____的感覺

也像是_____一樣

我在_____時也會有一樣的感覺

這樣的感覺我覺得他是_____的



情緒紅綠燈

小朋友~學習了情緒紅綠燈，要實際在生活中應用喔~平時碰到情緒狀況，要記得「停、看、聽」，希望我們都成為小小情緒管理達人~

一、 情緒紅燈：你覺得對你來說，哪些情境會進入紅燈？



二、 情緒黃燈：你如何想辦法讓自己「冷靜」？



三、 適當行動：你會如何選擇做出適當的行動?為什麼呢？



教學單元設計

一、教學設計理念

十二年國教新課綱在性別平等學習議題中提及身體自主權的尊重與維護，而小學階段需要認識身體界線，維護自我並能尊重他人身體自主權等內涵融入課程設計中，希望藉由「認識界線、尊重你我不超線」的教學活動，引導孩子從認識、尊重身體界線，並進而能保護自己，培養重要的核心素養能力。

陳宜君（運用 ORID 焦點討論法讓學生進行社會領域環境教育課程，發現讓學童從外在客觀的環境議題切入，由自身感受出發或經驗分享，能加深學童對環境保護的態度並思考解決之道。ORID 焦點討論法中的「O」是 objective，是客觀、事實的，可以是感官看到的、聽到的部分。「R」是 Reflective，代表反思、感受，是情緒和自身感受。「I」是 Interpretive，是意義詮釋，可以思考自己學到了什麼、明白了什麼、發現了什麼。「D」是 Decisional，表示決策、行動，說明之後採取的行動或解決方法。本次課程設計時採用 ORID 焦點討論法，用意在於引導學生分別觀察媒體、校園中的身體自主權概念問題，並從自己生活中反思是否有看過不尊重他人身體界線的情形進而能思考自身可以做出的改變與行動。

二、教學單元設計

主題		賞欣閱目智慧綻放	設計者	四年級團隊
實施年級		四年級	總節數	共 2 節，80 分鐘
單元名稱		認識界線，尊重你我不超線		
設計依據				
學習重點	學習表現	性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 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。 生 6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。 國 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 綜 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。	核心素養	國-E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨、發展學習及解決問題策略、初探邏輯思維，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 綜合-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜合-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。 生活-E-C3 欣賞周遭不同族群與文化內涵的異同，體驗覺察生活中全球關聯的現象。 生活-E-A2 關注自己與他人的健康與安全 生活-E-B1 觀察與描述生活中事物現象與變化
	學習內容	綜 Ba-III-1 多元性別的人際互動與情感表達。 綜 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力建立 健 Db-I-1 日常生活的性別角色。		

		健 Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。 健 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。		健體-E-A3 建立安全行為習慣與風險預防能力
議題融入	學習主題	性別教育		
	實質內涵	性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。		
與其他領域/科目的連結		健康與體育 國語 綜合活動 生活		
教材來源		自選教材臺北市 113 年度國小「身體自主 ING、傷害防治不 NG」性別平等素養與生活		
教學設備/資源		電腦、網路與投影機。		
學生經驗分析		學生對於身體界線已了解，不管是誰都不可以任意觸碰自己，相對的自己也不可以不經他人同意，去處碰他人。		
學習目標				
1.認識、尊重自己與他人的身體界線是孩子們成長中非常重要的學習議題。 2.孩子分辨這其中的差異、學習保護自己、尊重他人。 3.引導孩子從認識、尊重身體界線，並進而能保護自己共創友善的學習環境。				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	評量方式
第一節 課前準備 老師準備兩個班級生活中曾發生的情境問題。 ★ 狀況 1 小西 沒帶文具，要跟同學 小松 借色鉛筆，但 小松 不想答應他，但擔心同學會生氣，不敢拒絕。 ★ 狀況 2 小西 和 小松 是好朋友，平常會一起出去玩，勾肩搭背聊天，但今天 小西 心情不好，不希望 小松 碰他。 引起動機 小俊的煩惱 分享繪本「喜歡妳，為什麼不能抱抱妳」 小俊 的煩惱 為什麼大家都討厭我 (1)小俊很喜歡雅雅，所以抱了她，沒想到雅雅很生氣 (2)小俊 覺得同學鉛筆盒裡的筆好漂亮，對同學說借我，就拿走了筆…… (3)小俊喜歡開阿勝身材的玩笑，阿勝沒有說不			5min	

10min

不同對象、不同情境，這條隱形的身體界線會不一樣。 (三)哥哥想抱妹妹，妹妹應該同意嗎 即便是家人，也應該尊重身體的界線，有些地方即便是親密家人也不可以碰觸。 昨天同意，不代表今天也會同意。 (四)心情的警戒線 開玩笑是不會傷害到任何人的事，如果拿當事人的身體、發生的事情來說，那是取笑他人、傷害別人的行為 ★自己的身體自己做主，不想要的身體接觸，可以勇敢拒絕，或是換個方式表達情感。例如擊掌、拍肩。 ★同間教室裡，每個人的心情也都不同，同樣一個人，每天的心情也都不同。今天可以一起牽手，不代表明天也可以，每次都需要得到對方的同意。 ★練習清楚表達想法。 (五)填寫學習單 5 第一大題。	7min	
【活動三】 尊重界線與表達感受 (一)教師提出模擬狀況題，請學生實際演出。 ★ 狀況 1 小西忘了帶文具，要跟同學小松借色鉛筆，但小松 不想答應他。 ★ 狀況 2 小西 和 小松 是好朋友，平常會一起出去玩，勾肩搭背聊天，今天小西心情不好，不希望小松碰他。 (二)回饋與討論 (1)給演出同學熱烈掌聲。 (2)同學演出的部分有哪個方面表現得很棒 (3)沒帶用具時的心情是 如果同學不借，感覺是什麼 (4)對話還可以怎麼說更能完整表達想法 (三)討論後請同學們重新演練一次， 讓學生 試著練習用更合適的方式來表達。		
總結活動 (一)影片 身體界線（兒童版 YouTube 婦女新知基金會不管看的到、看不到的所有東西都有警戒線，每個人都有權利決定自己的身體界線，尊重別人，也要勇敢表達，守護自己的界線。 (二)遇到故意跨越警戒線的人，要勇敢告訴可以	3min	

信任的大人。

(三)回家作業：填寫學習單 5 第二大題

第二節

※

課前準備

- 1.活動前言、解謎活動說明 PPT
- 2.謎題 配合期末考試，從國、數、社三科中出四道問題，每道問題有五個答案選項、白板、白板筆
- 3.性別議題書籍共 20 本、便利貼 20 張，利用便利貼將答案貼在書的封面上。

引起動機

(一)小俊 的一封信

老師透過 PPT 說明 小俊 好幾天沒來上學，他有話想跟班上的同學說，留下了一封信，信裡有四張謎題。請同學們 解謎後找出小俊想告訴大家的事。

5min

發展活動

【活動一】

合作解謎趣

(一)小組解謎大挑戰

- (1)全班分成三組，各發給信封一份、白板、白板筆
- (2)小組合作解出四道謎題的答案，到後面書堆中將答案對應的書名寫在答案紙上。
- (3)小組討論、利用此四本書的書名排列出 小俊想告訴大家的話是什麼 並說明原因。

※預設四本書順序是

- 1.喜歡妳，為什麼不能抱抱你
- 2.你離我太近了，請給我一點空間
- 3.得到同意後，才能觸碰別人的身體
- 4.說出來沒有關係

(二)小組派一個人上臺分享解謎結果

(三)全班同學票選報告中覺得最合理的說明。

(四)老師統整第一節課 小俊 發生的事件，說明原本謎題安排的四本書這樣排列的原因。但只要同學報告的書名排列說明理由是合理的即過關。

10min

20min

【活動二】

ORID 焦點討論

(一)說明 ORID 焦點討論法概念

(二)分組討論，將討論內容寫在白板上

1.各組選出一位組長、兩位書寫手、兩位報告員

2.利用 ORID 焦點討論法進行討論，並寫在白板上

(1)O(觀察外在客觀、事實 你 看到了什麼 小俊和同學們發生了什麼事

(2)R(重視內在感受、反應 整件事情給你什麼樣的感受

(3)I(詮釋意義、價值、經驗): 引發你發現了什麼以前有看過或聽過類似的事件 嗎？

(4)D(找出決定、行動 有什麼我們可以改變的地方？未來可以怎麼做如何應用在生活中

(O) 小俊和他的同學們發生什麼事情	(I) 引發你想起什麼事情？ 是否有類似的事情？
(R) 整件事情給你什麼樣的感受？	(D) 未來可以怎麼運用在生活中？

(二)、分組上臺張貼完成的 ORID 白板，並進行口頭 說明報告。

總結活動

(一)保護自己、不傷害他人 老師統整此次課程重點，認識自己與他人的界線，學習尊重他人，沒有經過同意，即便是喜歡也不可以隨便碰觸，如果遇到故意跨越界線的人，要勇敢的說出不要，或告訴可以信任的大人，這些事情說出來是沒關係的。

(二)書中自有好方法 請全班同學一起圍到書堆的前方來看一看這次老師分享的 20 本書籍，說明這些書本都是從學校圖書館、市立圖書館等公共圖書館借來的，生活中如果發生讓人覺得迷惘的事件時，除了找可以信任的大人討論，也可以到圖書館借閱相關書籍看一看。

5min

(二)我的心情小語 請學生寫下或畫下這次課程後想分享的心得、收穫、或是曾經發生的事件。 (三)回家作業：填寫學習單 5 第三、四大題			
參考資料：(若有請列出)			
學生回饋		教師省思	
我知道別人不可以碰自己，自己也不能隨意觸摸他人。每個人都有自己的身體界線，自己可以的地方不代表他人也可以；今天可以的事情，明天不代表可以。		本次課程讓學生釐清什麼是身體界線，每個人對身體界線都有自己的評估，學生從此課程可以了解學習保護自己、尊重他人。	

註：本表單參考國教院研究計畫團隊原設計教案格式。

附錄(一) 評量標準與評分指引

學習目標		(選定一項總結性學習任務之學習目標) 認識、尊重自己與他人的身體界線是孩子們成長中非常重要的學習議題				
評量標準						
主題		A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
	表現描述	能清楚說明什麼是身體界線，能舉例說出尊重與不尊重的情境，並在日常生活中主動尊重自己與他人的身體界線，展現出同理心與界線意識。	能理解基本的的身體界線概念，能辨別大多數情境中何為合宜的行為，並在他人提醒下表現出尊重他人界線的行為。	對身體界線的概念有初步認知，偶爾能辨識不當行為，但在實際互動中容易忽略界線，需持續提醒與引導。	對身體界線缺乏明確認知，常無意中忽略或侵犯他人界線，對於何謂尊重身體界線理解不足，需加強教導與練習。	未達 D 級
	評分指引	學生能用自己的話清楚解釋「身體界線」的定義，例如「每個人都可以自己可以接受的身體距離與接觸方式」。 學生能正確舉出至少一個「尊重」與「不尊重」身體界線的具體生活例子，例如「經過他人同意後給擁抱是尊重」、「強行拉人手是不尊重」。	學生能在課堂中清楚說出「什麼是身體界線」，了解身體界線與人際互動之間的關聯。 在教師提供的生活情境（如擁抱、玩鬧、借東西等）中，能正確指出哪些行為合宜，哪些需要尊重對方意願。	學生能用自己的話說出「身體界線」的大致意思，但可能無法舉出明確例子。 知道某些身體接觸（如擁抱、牽手）需經過對方同意，但對更細微或間接的行為理解尚不完整。 在特定教學情境中（如影片、圖片、劇情討論），能辨認部分「不尊重身體界線」的行為，但對模糊或非明顯的情境判斷力不足。	學生無法清楚說明「身體界線」的定義，對於哪些行為可能侵犯他人界線缺乏辨識能力。 在課堂提供的模擬情境或討論中，無法辨別出不當接觸或不尊重界線的行為，容易混淆是非。	未達 D 級

評 量 工 具	口語評量、實作評量、學習單				
分數 轉換	90-100	80-89	70-79	60-69	59 以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。

認識界線，尊重你我不超線

一、我是身體小主人！（認識自己的身體界線）

請在下列圖示中，圈出你認為不可以隨便讓別人碰觸的部位，並說
說原因。



請說說我的想法

二、界線大哉問 (選擇題)

請選出正確的答案，畫記 ✓ 在正確的選項上。

1. 如果同學突然從後面抱住我，我感到不舒服，我應該：

- ☐ A. 忍耐一下就好了
- ☐ B. 告訴對方我不喜歡這樣的行為
- ☐ C. 也回抱他

2. 身體界線是指：

- ☐ A. 上體育課時要站的排隊線
- ☐ B. 每個人對身體接觸的接受範圍
- ☐ C. 國家的邊界

3. 如果我不小心碰到別人的身體，對方表現出不舒服的樣子，我

應該：

- ☐ A. 趕快裝沒事
- ☐ B. 道歉並以後注意
- ☐ C. 說是他太小題大作

三、情境小劇場（判斷題）

請判斷下列情境，對還是錯？對的打 O，錯的打 X，並說明理由。

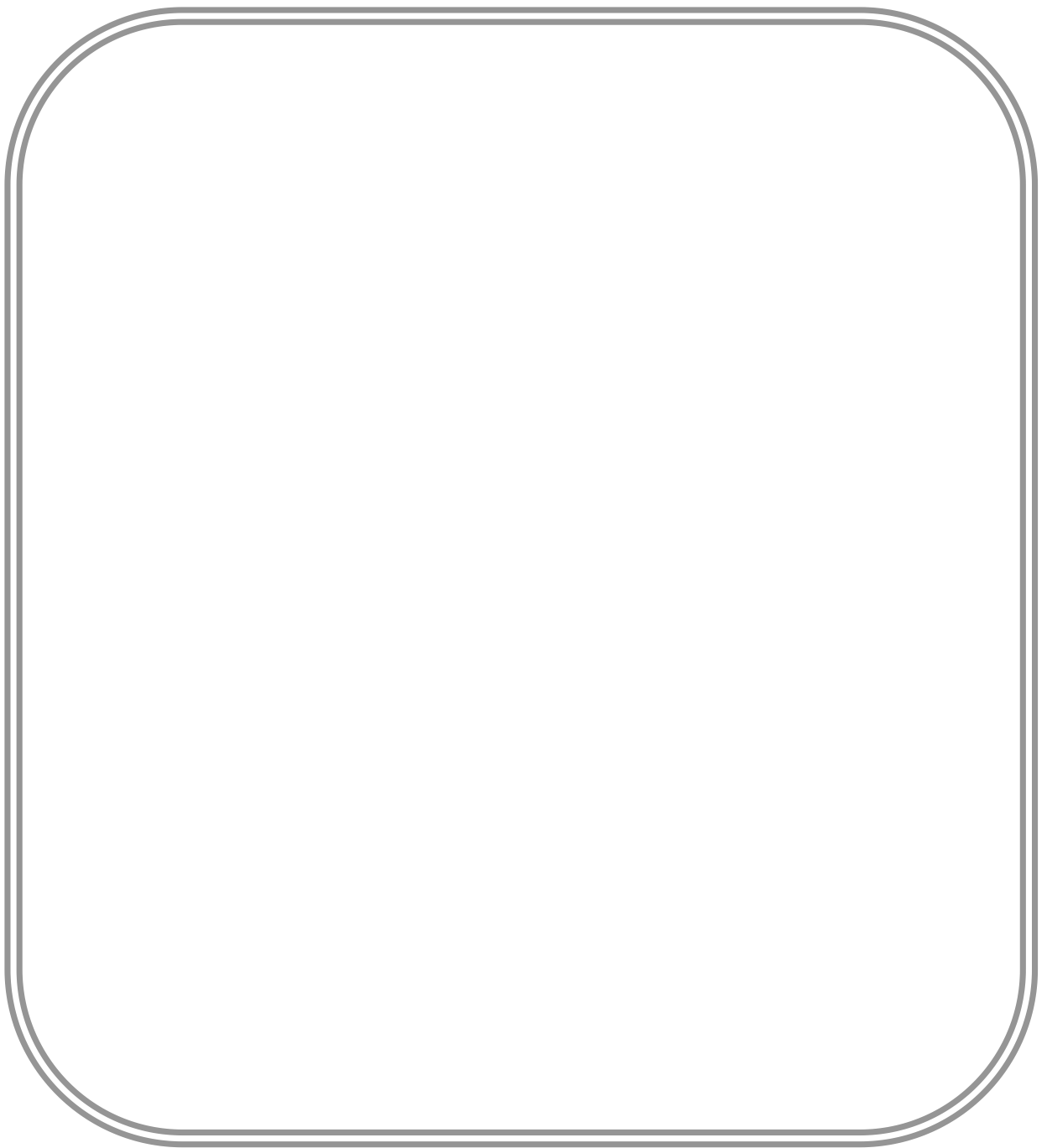
情境	O/X
1. 小偉把手搭在同學的肩膀上，同學說不喜歡，但他說：「我只是開玩笑！」	
2. 小美發現有人偷偷拍她的照片，馬上跟老師說。	
3. 阿明玩遊戲時，常拍別人的屁股來表達開心。	

四、我會這樣做！（開放題）

當你遇到讓你感到不舒服的身體接觸時，你會怎麼做？請寫下來或畫一張小漫畫表達你的想法。

我的做法是：

（請在下列框內畫出你的想法）



★ 小提醒

- 每個人都可以說「不」！
- 別人說「不」時，我們要尊重。
- 遇到困擾，找老師、家人或信任的大人幫忙！