

### 南投縣廣福國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

#### 【第二學期】

課程名稱	友善校園自殺防治		年級/班級	一至六年級
類別	<input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程		上課節數	1 節
			設計教師	施學佳
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 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)	感恩、快樂	與學校願景呼應之說明	能時時感恩他人，保持身心的快樂，尊重每一個生命。	
設計理念	鑑於國內憂鬱症人口的逐年增加、新聞上自殺事件的頻繁，這些負面的、灰暗的新聞，容易讓人失去對生命的熱愛，因此希望借由此次的教學活動，讓學生了解到自己擁有的其實比很多人豐富，並認知到生命的可貴和自我發展的無限可能。			
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。	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。 社-E-C2 建立良好的人際互動關係，養成尊重差異、關懷他人及團隊合作的態度。	



附件 3-3 (國中小各年級適用)

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						
		察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。	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。	4. 能對自己的未來有所期許，並能規劃未來	<p>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...) 分享自己</p> <p>《憂鬱知多少》 了解自己因為事情或外在環境因素，會有心情不佳的時候。</p> <p>1. 認識憂鬱症。 利用網頁說明憂鬱症 <a href="http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02_12_1.asp">http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02_12_1.asp</a> 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</p> <p>2. 運用網頁中的自我檢測，檢測自己的狀況 台灣人憂鬱量表 <a href="http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02_11_1.asp">http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02_11_1.asp</a> 青少年憂鬱情緒自我檢視表</p>	<p>發表 上課參與度</p> <p>上網實作</p>	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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						
					<p><a href="http://www.jtf.org.tw/overblue/young/">http://www.jtf.org.tw/overblue/young/</a></p> <p>自殺防治。 利用網頁說明自殺防治 <a href="http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02.asp">http://www.jtf.org.tw/suicide_prevention/page02.asp</a> 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</p> <p>《樂活深呼吸》 一、實例分享。 找一找相關新聞或是故事，讓學生了解要正視壓力，並且是當的舒壓。</p> <p>二、大家一起動一動。 小雞操(參考資料) 健康操(學校)</p> <p>三、紓解壓力的方法。 動態類</p>	<p>口頭發表</p> <p>活動實作</p> <p>口頭發表</p>	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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						
					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  《總結》 在國小階段，就開始思考生命的議題，藉著初生、成長、壯年、老年、死亡等生命五個階段的瞭解，讓學生培養接納生命、尊重生命、珍惜生命、欣賞生命、超越生命的生命態度。知道預防遠比事後處置還要重要許多，進而能珍惜自己的生命；，也尊重他人的生命，並活出生命應有的光彩與價值。		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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						
					◎ 學習單填寫		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

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。