

高雄市小港區漢民國民小學 114 學年度第 1 學期
五年級 吾愛吾校課程教學計畫(d 類課程)

主題名稱	漢民恆學堂(五上)		
適用年級	五年級上學期		
上課節數	21 節		
單元名稱	類別	節數	表現任務
健健美 5 交通安全教育	班際交流	4	1. 能與同學討論說出抽菸的害處。 2. 能說出拒吸二手煙的好方法。
英語闖關 gogogo5	班際交流	5	能用英語說出個關卡的單字 merry christmas santa claus christmas tree christmas card snowman candy canes gingerbread sled reindeer jingle bells
漢民生日健康趴 5 品德教育 生命教育	班際交流	5	1. 能與同學合作設計海報。 2. 與同學合作完成體能闖關。
地球巡守隊 5 環境教育 低碳環境教育 海洋教育 戶外教育	戶外教學	7	能在生活中力行減塑行動。

高雄市小港區漢民國小 114 學年校訂課程教學活動設計(d 類課程)

教學主題	健健美 5	設計者	漢民國小教學團隊
教學對象	五年級	總節數	4
教材來源	1. 菸知多少 http://www2.mmh.org.tw/nutrition/nutrroom/smoke224.htm 2. 二手菸—無形的殺手 http://microbiology.scu.edu.tw/lifescience/wong1/94/report/doc/B/B5.doc 3. 董氏基金會 http://www.jtf.org.tw/ 4. https://www.e-quit.org/video/video_list.aspx?ThemId=1063		
設計理念	透過教學活動，將菸害與反菸的觀念傳遞給學生，培養健康概念，使兒童遠離誘惑，並將正確知識觀念影響其家人。		
學習目標	一、認識香菸的成分及害處。 二、了解反菸的意義和重要性。 三、拒絕香菸的誘惑並拒吸二手菸。		
學習重點	學習表現 綜 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 健 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 學習內容 綜 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 健 Bb-III-3 媒體訊息對青少年吸菸、喝酒行為的影響。		
12 年國教 總綱核心素養 (1-3 個)	A1. ■身心素質與自我精進 A2. □系統思考與解決問題 A3. □規劃執行與創新應變 B1. □符號運用與溝通表達 B2. ■科技資訊與媒體素養 B3. □藝術涵養與美感素養 C1. □道德實踐與公民意識 C2. □人際關係與團隊合作 C3. □多元文化與國際理解		
12 年國教 領綱核心素養	綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。		
議題融入	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 家庭 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 生涯 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外 <input type="checkbox"/> 國際		
法定議題	健康飲食教育		

教學活動流程	時間	教學資源	學習評量

<p>一、準備活動</p> <p>(一)師生於課前共同蒐集與香菸相關的剪報、書籍等資料。</p> <p>(二)請兒童課前詢問有吸菸習慣的親友，吸菸的理由是什麼？第一次吸菸是受到什麼因素影響？</p> <p>二、香菸知多少</p> <p>(一)教師提問，請兒童發表課前查詢的結果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身邊親友們吸菸的理由是什麼？ 2. 影響他們吸菸的理由是什麼？ 3. 你知道香菸的成分是什麼嗎？這些成分對人體有什麼樣的影響？ <p>(二)教師歸納說明：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 常見影響個人吸菸的因素如好奇心、同儕壓力、廣告的吸引等，其實都是可以克服的，為了避免染上吸菸的壞習慣，應該堅定拒絕香菸的誘惑。 2. 香菸的成分及害處詳見補充資料。 <p style="text-align: center;">-----第1節 結束-----</p>		
<p>三、拒絕香菸的誘惑</p> <p>(一)教師提問：大家都知道吸菸有害健康，為什麼還有那麼多人喜歡吸菸呢？</p> <p>(二)教師請兒童發表：假如好朋友遞菸給你，要你陪他一起吸菸，你會做什麼樣的選擇？</p> <p>(三)教師統整說明：香菸對健康的害處大，所以在面對誘惑時，要仔細考慮不同選擇的後果，為自己的健康作明智的決定，千萬不要掉進香菸的陷阱裡。</p> <p>四、遠離二手菸</p> <p>(一)教師請兒童分組討論並發表：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 你對吸菸的人有什麼感覺？ 2. 吸菸除了危害健康外，還會造成什麼影響？ <p>(二)請兒童觀察教室四周張貼的反菸海報、標語，發表對二手菸的看法及感覺。</p> <p>(三)教師解說二手菸的意義及危害：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 意義：自己不吸菸，但在別人吸菸時，被迫吸入香菸燃燒物。 2. 危害：刺激眼、鼻及呼吸道，增加不吸菸者罹患氣喘、心臟血管疾病、癌症的發生率。孕婦若長期吸入二手菸，會使得胎兒體重減輕並增加流產、胎兒死亡的機率。 <p style="text-align: center;">-----第2節 結束-----</p>	80分	影片

<p>五、你有權利說「不」</p> <p>(一)教師請兒童發表自己拒吸二手菸的經驗。</p> <p>(二)教師說明拒吸二手菸的行動時，應注意的原則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 表情—誠懇自信。 2. 態度—謙虛有理。 3. 語氣—溫和堅定。 <p>(三)維護空氣清新是每一個人的責任，教師鼓勵兒童勇於採取行動，拒絕二手菸的危害。但若勸說無效，則離開現場。</p>			<p>【總結性評量】 筆試(完成學習單)</p>
---	--	--	-------------------------------------

-----第3節 結束-----

吸菸的危險

吸菸很可能導致心臟病、血液凝塊、心臟病發作、肺感染、中風、支氣管炎、血液循環不良、肺癌、口腔和喉癌、潰瘍、肺氣腫及其他呼吸的毛病。

女性在懷孕期間吸菸，所生產的嬰兒體型會(偏向)較小，因此嬰兒夭折的機會較高。

吸菸者可能發展為極度倚賴藥物的情況，因此一旦中止吸食，會經驗到中止的徵狀，包括煩躁、沮喪、渴望吸煙。

每支香菸經過燃燒可產生 4000 餘種化合物，其中部分散播於空氣中。部分被吸入肺部組織內，這些化合物可分為四大類：

一、尼古丁：0.5 — 2.7 毫克/支 (不同品牌)。

二、焦油：6.5 — 29 毫克/支 (不同品牌)。

三、一氧化碳：400PPM (PPM 為濃度單位)。

四、其他化學成分：包含有數十種刺激物質及 40 種以上的致癌物。

尼古丁具有中樞神經興奮劑、提神的作用，也是造成香菸成癮的主要物質，癮君子為了獲得尼古丁，伴隨吸入了更多毒害物質及引致細胞病變的致癌物，另外尼古丁會增快心跳速率，提高血壓及引起末梢血管的收縮，長期易致心臟血管疾病。

一氧化碳則會阻礙正常氧氣和血紅素的結合，造成體內缺氧，嚴重時甚至死亡。焦油、刺激物質則是慢性支氣管炎、肺氣腫等慢性阻塞性肺疾病及各種癌症的元兇。這些物質均非我們所必須，且時時危害癮君子及二手菸吸入者的健康。

香菸燃燒過程可產二類煙流

主流菸煙：吸入過程產生的煙，由於空氣供應充足，燃燒完全，溫度可達 950 度。

側流菸煙：靜置燃燒產生的煙，燃燒不完全，溫度僅達 350 度。

由化學分析得知，側流菸煙由於不完全燃燒，故產生較多有害氣體及致癌物質。而二手煙主要是由側流菸煙加上部分主流菸煙所組成，這就是二手煙為何更毒的原因。為了自己健康請儘早戒菸，為了週遭親友，請勿製造二手煙。

因吸菸引起的意外災害

1. 火災(占台灣地區火災原因前 2 位)。

2. 灼傷(特別是對小孩子)。

3. 中毒(特別是對小孩子)。

主題課程之【形成性評量】

目標二：知道香菸對人體健康造成的傷害。

表現指標：綜合 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。

基準：討論抽菸對身體的傷害

表現規準：

等級 表現規準 向度	A(表現優異) 90 分以上	B(表現良好) 89-80 分	C(可以做到) 79-70 分
說出抽菸對身體的傷害	能清楚明確說出至少 4 種以上。	大概說出 2-3 種。	在老師或其他人的協助下簡單說出 1 種。

拒菸學習單 _年_班 姓名:

一、是非題(請填入○或X)：

- ()1. 紙菸會讓人成癮，造成失明、掉牙、掉髮、陽痿、記憶力退化，並導致慢性阻塞性肺病(COPD)、惡性腫瘤、心臟疾病、腦血管疾病、肺炎、高血壓、糖尿病等疾病，有 1/3 的癌症死亡病患是吸菸所致。
- ()2. 新興菸品(電子煙、加熱菸)和傳統紙菸一樣危害健康，都可能會致癌。
- ()3. 新興菸品和紙菸同樣含有尼古丁，是與海洛因、古柯鹼同等級的高度成癮物質，一樣非常容易上癮。
- ()4. 台灣未開放電子煙、加熱菸等新興菸品，所以在台灣買賣這些產品是非法的。
- ()5. 世界衛生組織說：電子煙等新興菸品可以幫助戒菸。
- ()6. 電子煙等新興菸品對青少年健康的危害包含：尼古丁成癮、影響腦部發育、誘發癲癇、哮喘、肺部發炎等疾病。
- ()8. 電子煙只是化學香料的蒸氣，沒有嗆人的菸臭味，所以沒有二手菸、三手菸的危害。
- ()7. 吸用不含尼古丁的電子煙，對健康就無害。
- ()9. 電子煙不會直接產生焦油，所以不會致癌。
- ()10. 電子煙的爆炸、灼傷，甚至死亡都只是極少數的事件.

二、我看 Jolin「我拒菸，我驕傲」宣導短片之後，我喜歡的重點與感想(100 字以內)。

高雄市小港區漢民國小 114 學年校訂課程教學活動設計(d 類課程)

教學主題	英語闖關 gogogo5	設計者	漢民國小教學團隊
教學對象	五年級	總節數	5
教材來源	自編 https://www.abconline.com.tw/blog/english/merry-christmas-2020		
設計理念	以闖關活動方式，吸引孩子對英語文的興趣，並透過生活化及趣味化的活動設計關卡，鼓勵孩子開口說英語，並思考、整合運用所學之英語文進行闖關。		
學習目標	1. 能以英語文說出圖卡中的動物或物品。 2. 能與同組同學合作完成闖關。		
學習重點	<p>學習表現</p> <p>【語文領域-英語文】 2-III-1 能念出英語的語音。 2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。 【綜合】 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。</p> <p>學習內容</p> <p>Ad-III-2 簡易、常用的句型結構。 Ac-III-3 簡易的生活用語。 【綜合】 Ba-III-1 多元性別的人際互動與情感表達。</p>		
12 年國教 總綱核心素養 (1-3 個)	A1. ■身心素質與自我精進 A2. □系統思考與解決問題 A3. □規劃執行與創新應變 B1. □符號運用與溝通表達 B2. □科技資訊與媒體素養 B3. □藝術涵養與美感素養 C1. □道德實踐與公民意識 C2. ■人際關係與團隊合作 C3. ■多元文化與國際理解		
12 年國教 領綱核心素養	<p>英-E-A1 具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。</p> <p>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。</p>		
議題融入	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 家庭 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 生涯 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外 <input checked="" type="checkbox"/> 國際		

教學活動流程		時間	教學資源	學習評量
□□□□□□： □□ 9 □□□□□ 9 □□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□				
遊戲名稱	進行方式(遊戲規則)			
Bottles Rock and Roll	1. 準備 12 支寶特瓶，瓶中裝一半鹽，瓶中另裝入字母組成單字 2. 將闖關主題單字列於黑板 3. 闖關者搖砂瓶，根據露出的字母猜測是那一個單字並唸出，即可過關	80 分	海報 單字圖卡 三角錐	【形成性評量】 口試和實作 1. 能回答老師的提問 2. 能用英語說出個關卡的單字
Let's go	1. 教室地板上劃分出三組球道，每組各六支球瓶 2. 根據擊倒的球瓶數選擇黑板上的題目回答 3. 若是球瓶全倒可自由選擇題目作答			

bowling!	4. 可找關主求救			
比手畫腳 Charades	1. 黑板貼上字卡讓闖關者先熟練字 2. 兩位關主一位面對闖關者,另一位站立於闖關者的後方,面對闖關者的關主必須作出另一位關主手中卡片的動作 3. 三闖關者猜出即可過關			
卡片捉迷藏 Finding Vocabulary Cards!	1. 利用魔鬼氈在教室各處黏貼字卡或圖卡 2. 關主手上有一份相對應的字圖卡 3. 闖關者抽關主手上的卡,找出圖卡並唸出單字 4. 關主可給予適當的提示			
聖誕摩天輪 Ferris Wheel For Christmas	1. 黑板的左右各放置一個轉盤指針,並畫出摩天輪造型,並在其中一個摩天輪上寫單字,另一個則寫出數字 2. 闖關者轉動字彙轉盤指針,能唸出指向字彙即可轉動另一數字轉盤和關主比大小 3. 若數字指針贏關主即過關蓋章,否則須重玩遊戲			
丟丟看! 你手殘了 沒? Hitting Cards	1. 挑戰者用樂樂棒球投擲黑板上 A-Z 字母卡,擊中即用 2. 該字母為首說出一個單字可至加油站找關主求救 3. 完成後用該單字造句,或參考填空句型條說出一個句子,即可過關領取糖果及蓋章 4. 中年級學生能說出單字即可過關,不勉強造句			【總結性評量】 口試和實作 (能與同學合作參與闖關)
籃球九宮格 Basketball Toss	1. 教室前方放置九個水桶,水桶編上號碼 2. 參加遊戲者於於指定的線外投擲泡棉球,球進入哪一水桶,參賽者要唸出黑板上相對應的問句及答句(黑板上也畫出相對應的九宮格並寫上問句及答句) 3. 若參賽者回答不出,小組可給予提示,若是無法回答,再投擲一次			
棒球九宮格 Home Run	1. 棒球投球架上有編號,投中哪一個號碼就回答黑板上對應的題目 2. 若題目不會回答可以重新投球 3. 可找關主求救			
歡樂套圈圈 Ring Toss	1. 準備四個三角錐,四個三角錐各自代表四個題目 2. 要回答的題目列於黑板上,闖關者可自行選擇題目後投擲圈圈到欲作答的三角錐上 3. 若不會回答可以向關主求救			

主題課程之【形成性評量】

評量目標一：能以英語文說出圖卡中的動物或物品。

表現指標：英語 2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。

基準：能用英語回應關主所提的問題。

形成性評量題目：

1. 能用英語說出相關的單字

表現規準：

等級 表現規準 向度	A(表現優異) 90 分以上	B(表現良好) 89-80 分	C(可以做到) 79-70 分
能用英語說出聖 誕節相關單字 merry christmas santa claus christmas tree christmas card snowman candy canes gingerbread sled reindeer jingle bells	能獨立用英語說出 8- 10 個單字。	能用英語說出 5-7 個 單字。	能用英語說出 2-4 個 單字。

主題課程之【總結性評量】

評量目標二：能與同組同學合作完成闖關。

表現指標：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。

基準：能與同學一起合作完成指定關卡。

形成性評量題目：

1. 能與小組同學合作完成關卡

表現規準：

等級 表現規準 向度	A(表現優異) 90 分以上	B(表現良好) 89-80 分	C(可以做到) 79-70 分
能與小組同學合 作完成關卡	能與小組同學合作愉 快守秩序的完成 6 個 關卡。	能與小組同學合作完 成 3-5 個關卡。	能與小組同學合作完 成 1-2 個關卡。

高雄市小港區漢民國小 114 學年校訂課程教學活動設計(d 類課程)

教學主題	漢民生日健康趴 5	設計者	漢民國小教學團隊
教學對象	五年級	總節數	5
教材來源	自編		
設計理念	課程設計主要引導學童理解校慶運動會的意義，覺察他們可參與的活動，學習表達自己的選擇與期望，透過小組合作完成海報的設計，參與闖關活動中，實踐團隊合作及自我省察的精神。		
學習目標	1. 與他人溝通合作達成目標。 2. 學習團隊合作及自我省察。		
學習重點	學習表現 綜合領域 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 健體領域 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。	學習內容 綜合領域 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決 Bb-III-3 團隊合作的技巧。 健體領域 Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	
12 年國教 總綱核心素 養 (1-3 個)	A1. <input type="checkbox"/> 身心素質與自我精進 A2. <input checked="" type="checkbox"/> 系統思考與解決問題 A3. <input type="checkbox"/> 規劃執行與創新應變 B1. <input type="checkbox"/> 符號運用與溝通表達 B2. <input type="checkbox"/> 科技資訊與媒體素養 B3. <input type="checkbox"/> 藝術涵養與美感素養 C1. <input type="checkbox"/> 道德實踐與公民意識 C2. <input checked="" type="checkbox"/> 人際關係與團隊合作 C3. <input type="checkbox"/> 多元文化與國際理解		
12 年國教 領綱核心素 養	綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
議題融入	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 家庭 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 生涯 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外 <input type="checkbox"/> 國際		

教學活動流程	時間	教學資源	學習評量
單元一：漢民慶生會 活動一：海報設計 (一)教師提問：運動會快到了，可以做哪些準備工作？ (二)學童兩兩討論，教師鼓勵發言，請 3~4 組分享。 (三)教師串聯歸納： 1. 大家一起討論設計「校慶海報」，分組進行設計 2. 將海報布置於圖書館兩側走廊			【形成性評量】 實作(能與同

-----第 1-2 節結束-----							學合作設計 海報)																				
單元二：漢民活力健康體育闖關																											
1. 舉辦時間為校慶前一天的星期五 2. 當天晨光時間為各關準備時間： 上午第 1、2 節為低年級闖關時間；第 3、4 節為中年級闖關時間； 午休後第 5、6 節為高年級闖關時間，第 7 節場地恢復。 3. 總關數 12 關，低年級闖過 8 關達標，中年級闖過 9 關 達標，高年級闖過 10 關達標。 4. 達標之闖關卡，可參加抽獎；另 12 關全通過者，額外 頒獎予以鼓勵。																											
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">□ □</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> </tr> </table>					□ □	□ □	□ □	□ □	□ □																		
□ □	□ □	□ □	□ □	□ □																							
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">1</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □</td> <td style="width: 10%;">□ : 10 圈</td> <td style="width: 10%;">□ □ □ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td>□</td> <td></td> <td>□ : 20 圈</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 30 圈</td> <td></td> </tr> </table>					1	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 10 圈	□ □ □ □		□		□ : 20 圈					□ : 30 圈									
1	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 10 圈	□ □ □ □																							
	□		□ : 20 圈																								
			□ : 30 圈																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">2</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">□ □ □ □ □ □ □ □ □ □</td> <td style="width: 10%;">□ : 40 下</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 70 下</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 90 下</td> <td></td> </tr> </table>					2	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 40 下	□ □				□ : 70 下					□ : 90 下									
2	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 40 下	□ □																							
			□ : 70 下																								
			□ : 90 下																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">3</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">□ □ □ □ □ □ □ □ □</td> <td style="width: 10%;">□ : 10 下</td> <td style="width: 10%;">□ □ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td>□ □</td> <td></td> <td>□ : 20 下</td> <td>□ □ 教□ A</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 30 下</td> <td></td> </tr> </table>					3	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 10 下	□ □ □		□ □		□ : 20 下	□ □ 教□ A				□ : 30 下									
3	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 10 下	□ □ □																							
	□ □		□ : 20 下	□ □ 教□ A																							
			□ : 30 下																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">4</td> <td style="width: 10%;">□ 腳 併□</td> <td style="width: 40%;">30 □ □ □ □ □ □ □</td> <td style="width: 10%;">□ : 15 下</td> <td style="width: 10%;">□ □ □ □ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 20 下</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 30 下</td> <td></td> </tr> </table>					4	□ 腳 併□	30 □ □ □ □ □ □ □	□ : 15 下	□ □ □ □ □				□ : 20 下					□ : 30 下									
4	□ 腳 併□	30 □ □ □ □ □ □ □	□ : 15 下	□ □ □ □ □																							
			□ : 20 下																								
			□ : 30 下																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">5</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">30 □ □ □ □ □ □ 趟□</td> <td style="width: 10%;">□ : 5 趟</td> <td style="width: 10%;">□ □ 跑□</td> </tr> <tr> <td></td> <td>跑</td> <td></td> <td>□ : 7 趟</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 10 趟</td> <td></td> </tr> </table>					5	□ □	30 □ □ □ □ □ □ 趟□	□ : 5 趟	□ □ 跑□		跑		□ : 7 趟					□ : 10 趟									
5	□ □	30 □ □ □ □ □ □ 趟□	□ : 5 趟	□ □ 跑□																							
	跑		□ : 7 趟																								
			□ : 10 趟																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">6</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 碰□ □</td> <td style="width: 10%;">□ □ 20 □</td> <td style="width: 10%;">□ □ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td>□ □</td> <td></td> <td>□ □ 30 □</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ □ 45 □</td> <td></td> </tr> </table>					6	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 碰□ □	□ □ 20 □	□ □ □		□ □		□ □ 30 □					□ □ 45 □									
6	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 碰□ □	□ □ 20 □	□ □ □																							
	□ □		□ □ 30 □																								
			□ □ 45 □																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">7</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □</td> <td style="width: 10%;">□ □ 5 □ □</td> <td style="width: 10%;">□ □ □ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td>□ □</td> <td></td> <td>□</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 4 球機會</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 3 球機會</td> <td></td> </tr> </table>					7	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	□ □ 5 □ □	□ □ □ □		□ □		□					□ : 4 球機會					□ : 3 球機會				
7	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	□ □ 5 □ □	□ □ □ □																							
	□ □		□																								
			□ : 4 球機會																								
			□ : 3 球機會																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">8</td> <td style="width: 10%;">□ □</td> <td style="width: 40%;">□ □ □ □ □ □ □ □ □</td> <td style="width: 10%;">□ : 5 公尺</td> <td style="width: 10%;">□ □ □ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td>□ □</td> <td></td> <td>□ : 8 公尺</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 12 公尺</td> <td></td> </tr> </table>					8	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 5 公尺	□ □ □ □		□ □		□ : 8 公尺					□ : 12 公尺									
8	□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □	□ : 5 公尺	□ □ □ □																							
	□ □		□ : 8 公尺																								
			□ : 12 公尺																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">9</td> <td style="width: 10%;">桌□ □ □</td> <td style="width: 40%;">□ □ □ □ □ □ 桌□ □ □ □ □ □</td> <td style="width: 10%;">□ : 12 球機會</td> <td style="width: 10%;">□ □ □</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□ : 10 球機會</td> <td>桌□ 教□</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>					9	桌□ □ □	□ □ □ □ □ □ 桌□ □ □ □ □ □	□ : 12 球機會	□ □ □				□ : 10 球機會	桌□ 教□													
9	桌□ □ □	□ □ □ □ □ □ 桌□ □ □ □ □ □	□ : 12 球機會	□ □ □																							
			□ : 10 球機會	桌□ 教□																							

【形成性評量】

實作(設計趣味活動並繪製宣傳海報)

【形成性評量】

實作(與同學合作完成趣味競賽。)

			□ : 8 球機會				【總結性評量】
10	□ □ □ □	□ □ □ □ □ □ □ □ 踢 □ □ □ 2	□ □ 10 □ □ □	□ □ □ □ □			實作(完成體育闖關的指定項目。)
11	□ □ □ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 2	□ : 8 球機會 □ : 5 球機會	□ □ 10 □ □ □	□ □ □ □ □		
12	□ □ □ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 3 □	□ : 6 球機會 □ : 5 球機會	□ □ 8 □ □ □	□ □ □ □ □ 教 □ B		

-----第 3-5 節結束-----

主題課程之【形成性評量】

評量目標一：與他人溝通合作達成目標。

表現指標：2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。

基準：能與同學合作設計海報

表現規準：

表現規準 等級	A(表現優異) 90 分以上	B(表現良好) 89-80 分	C(可以做到) 79-70 分
向度			
能與同學合作設計海報	能與同學合作設計海報	能與同學合作設計海報	在老師協助下設計海報

主題課程之【總結性評量】

目標二：學習團隊合作及自我省察。

表現指標：2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。

基準：完成體育闖關的指定項目。

表現規準：

表現規準 等級	A(表現優異) 90 分以上	B(表現良好) 89-80 分	C(可以做到) 79-70 分
向度			
完成體育闖關的指定項目。	能獨力完成體育闖關 10-12 關。	能獨力完成體育闖關 9-7 關。	在他人協助下完成體育闖關 6-4 關。

高雄市小港區漢民國小 114 學年校訂課程教學活動設計(d 類課程)

教學主題	地球巡守隊 5	設計者	漢民國小教學團隊
教學對象	五年級	總節數	7
教材來源	1. 愛學網影片海灘偵查記 https://stv.moe.edu.tw/co_video_content.php?p=335299 2. 把人類的垃圾還給你！垃圾怎麼減量？借鏡瑞典-李四端的雲端世界 https://www.youtube.com/watch?v=zlu0JPAYpMM		
設計理念	每天整理班上垃圾，看到大部分都是塑膠垃圾，讓人十分憂心！我反問學生，知不知道塑膠垃圾最後會去哪裡？學生答不太出來，希望透過教學，讓學生知道塑膠垃圾對海洋的傷害，也能知道最後受害者仍是我們人類，進而減少使用塑膠，愛護海洋！		
學習重點	學習目標 1. 能知道塑膠的種類與日常生活的相關性。 2. 能覺察人類是製造塑膠垃圾的最大原因，並了解減少塑膠使用量的必要性。 3. 能懂得愛護海洋需要人人做起。		
	學習表現 綜合 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 自然科學 po-III-2 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。		
	學習內容 綜合 Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。 自然科學 INg-III-1 自然景觀和環境一旦被改變或破壞，極難恢復。 INg-III-4 人類的活動會造成氣候變遷，加劇對生態與環境的影響。		
	12 年國教 總綱核心素養 (1-3 個) A1. <input type="checkbox"/> 身心素質與自我精進 A2. <input type="checkbox"/> 系統思考與解決問題 A3. <input type="checkbox"/> 規劃執行與創新應變 B1. <input type="checkbox"/> 符號運用與溝通表達 B2. <input checked="" type="checkbox"/> 科技資訊與媒體素養 B3. <input type="checkbox"/> 藝術涵養與美感素養 C1. <input checked="" type="checkbox"/> 道德實踐與公民意識 C2. <input type="checkbox"/> 人際關係與團隊合作 C3. <input type="checkbox"/> 多元文化與國際理解		
12 年國教 領綱核心素養	自-E-C1 培養愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力。 綜-E-B2 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。		
	議題融入 <input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 家庭 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 生涯 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外 <input type="checkbox"/> 國際		
法定議題	環境教育、低碳環境教育、海洋教育		

教學活動流程	時間	教學資源	學習評量
活動一：你「塑膠」了嗎？ 【引起動機】塑膠去哪兒？ 1. 教師：「在上課之前，請小朋友分享一下你們認識『塑膠』嗎？」了解自己在日常生活中已使用了許多塑膠。			

<p>2. 教師：「你們流行語常說的『塑膠』是什麼意思？」意思是忽略及無視的意思。</p> <p>3. 教師：「從學習單中可以知道，每個人使用的塑膠量十分龐大，輕巧方便的塑膠常讓你們忽略與無視。那你們知道什麼是塑膠嗎？」</p> <p>4. 教師：「現在老師發下平板，請小朋友查一查，什麼是塑膠？」教師發下平板，以小組共同查詢的方式來進行課程。</p> <p>【發展活動】你認識塑膠嗎？</p> <p>1. 塑膠的「塑」是指可塑性，塑膠是從原油輕油提煉出來，再經由化學合成和材料加工技術，製造出現今各種塑膠產品。</p> <p>2. 教師：「那塑膠有純天然的嗎？」</p> <p>教師回答：橡膠，是從一些植物的樹汁中取得的，在日常常見的有橡皮筋、美術橡皮擦……等。 (我們常用的橡皮擦為乙烯塑膠橡皮擦，適合擦拭2B 以下的鉛筆)</p> <p>3. 教師：「那什麼是可分解塑膠？請查詢看看！」</p> <p>可分解塑膠 PLA，是用植物中的澱粉和纖維素製成的塑膠，但需要在60度高溫高濕，且有厭氧菌的環境下才能分解。當它流入了海洋，一樣會造成汙染。</p> <p>4. 教師：「食衣住行哪裡有塑膠？請使用平板查詢，並上台將答案寫上去。」</p> <p>在黑板畫出六個區塊，請小組討論後派一人上台將答案寫上去！ (為了鼓勵學生上台書寫，採小組競賽方式，上台寫一項便加一分！)</p> <table border="1" data-bbox="142 1179 1067 1718"> <thead> <tr> <th>食</th><th>衣</th><th>住</th><th>行</th><th>育</th><th>樂</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>蔬果套袋、塑膠網、水果塑膠盒、飲料封膜……</td><td>吸濕排汗衣、羊毛大衣、內褲、襪子(以上衣物是塑膠微粒的主要來源)、再生塑膠運動鞋……</td><td>櫥櫃、浴缸、馬桶座、流理檯、家電外殼、金屬線路包覆塑膠絕緣……</td><td>汽車座椅、方向盤、儀錶板、隔熱紙……</td><td>原子筆、桌墊、書包、筆袋、螢光筆、橡皮擦、墊身也用了塑膠，減重就能減燃料)</td><td>魔術方塊、蛇板、直排輪、洋娃娃、積木、玩具模型、手機……</td></tr> </tbody> </table> <p>5. 教師：「塑膠分為哪些呢？請用平板查詢，老師將進行快問快答喔！」(小組競賽答題，答對的可加一分)</p>	食	衣	住	行	育	樂	蔬果套袋、塑膠網、水果塑膠盒、飲料封膜……	吸濕排汗衣、羊毛大衣、內褲、襪子(以上衣物是塑膠微粒的主要來源)、再生塑膠運動鞋……	櫥櫃、浴缸、馬桶座、流理檯、家電外殼、金屬線路包覆塑膠絕緣……	汽車座椅、方向盤、儀錶板、隔熱紙……	原子筆、桌墊、書包、筆袋、螢光筆、橡皮擦、墊身也用了塑膠，減重就能減燃料)	魔術方塊、蛇板、直排輪、洋娃娃、積木、玩具模型、手機……		
食	衣	住	行	育	樂									
蔬果套袋、塑膠網、水果塑膠盒、飲料封膜……	吸濕排汗衣、羊毛大衣、內褲、襪子(以上衣物是塑膠微粒的主要來源)、再生塑膠運動鞋……	櫥櫃、浴缸、馬桶座、流理檯、家電外殼、金屬線路包覆塑膠絕緣……	汽車座椅、方向盤、儀錶板、隔熱紙……	原子筆、桌墊、書包、筆袋、螢光筆、橡皮擦、墊身也用了塑膠，減重就能減燃料)	魔術方塊、蛇板、直排輪、洋娃娃、積木、玩具模型、手機……									

編號	材料	常見例子		
1	PET	耐酸鹼、耐熱 60-85°C；一般的塑膠飲料瓶		
2	HDPE	耐熱 90-110°C；塑膠袋、保鮮膜等		
3	PVC	耐熱 60-80°C；水管、塑膠盒、保鮮膜等		
4	LDPE	耐酸鹼、耐熱 70-90°C；薄塑膠提袋、牛奶瓶、保鮮膜等		
5	PP	硬度及強度較高、耐酸鹼、耐熱 100-140°C；可微波加熱的容器		
6	PS	耐熱 70-90°C；發泡膠(保麗龍)、免洗杯等		
7	OTHER	其它塑膠材料一般都歸類到第七類別，如：美耐皿(melamine)、雞蛋盒的 PLA 及嬰兒奶瓶的 PC 等材質		

(資料來源：http://www.profchau.com/article/?article_id=9)

※快問快答題目：

- (1) 防疫必需用品-酒精，裝哪種塑膠容器比較好？(PP、HDPE)
- (2) 可微波加熱的塑膠容器是哪一個？(PP)
- (3) 來瓶可樂碳酸飲料，是哪一種塑膠容器呢？(PET)
- (4) 猜猜看，一個可樂寶特瓶包含了幾種材料？(瓶蓋 PP、外包裝 PVC、寶特瓶本身 PET)
- (5) 塑膠袋多是屬於哪一種塑膠？(HDPE)

6. 教師：「原來塑膠有這麼多種類，在使用上也要注意它的使用方法，以免造成傷害而不自知。」

【綜合活動】無惡不赦的塑膠？！

1. 教師：「在這六、七十年之間，塑膠被廣泛地利用，已經讓我們日常生活離不開塑膠，看似便利的塑膠，卻成為現代嚴重的垃圾問題。現在請小朋友分析一下塑膠的優缺點，並說說看塑膠真的是無惡不赦的大壞蛋嗎？」

※小組使用平板查詢，討論後在磁性白板上記錄結果，然後發表

-----第1-3節-----

活動二：當個不「塑」之客吧！

【引起動機】「塑」相殘害，你我皆受害

1. 教師：「上次課程中，我們知道人類不斷的製造塑膠垃圾，而且統計，平均每分鐘就有一卡車的垃圾往海裡傾倒。在這樣的速度之下，幾乎是食物鏈最頂端的我們，會發生什麼事情呢？」

2. 觀看影片：

把人類的垃圾還給你！垃圾怎麼減量？借鏡瑞典-李四端的雲端世界 <https://www.youtube.com/watch?v=zlu0JPAYpMM>

【發展活動】我不吃『塑』

1. 教師：「從影片中可以知道，各國已經開始注重塑膠垃圾對環境的危害，我們在上節課也知道太平洋垃圾帶的嚴重性。除此之外，你在影片中知道了什麼？看見了什麼？」

學生發表，如果不減塑，將讓自己也深受其害

2. 教師：「在2018年6月，政府規定禁止使用一次用塑膠吸管，你們

<p>想想，為什麼要禁止使用吸管呢？」</p> <p>吸管用完就丟，無法回收再利用，造成生態的危害。根據統計，台灣一年平均用掉30億根的吸管，數量相當驚人！</p> <p>3. 教師：「沒有塑膠吸管，你們想想，該怎麼喝飲料呢？」學生討論並發表</p> <p>教師：「禁用一次性吸管是很好的開始，請拿出平板搜尋看看，如果沒有塑膠，在食衣住行育樂上可以怎麼改變？」</p>														
<table border="1" data-bbox="142 437 1063 1033"> <tr> <td data-bbox="142 437 254 550">食</td><td data-bbox="254 437 1063 550">使用不鏽鋼餐具、可重複使用的杯子、在店裡慢食不外帶、不使用一次用塑膠吸管和餐具、優先選擇裸裝或較少包裝的產品、</td></tr> <tr> <td data-bbox="142 550 254 662">衣</td><td data-bbox="254 550 1063 662">落實舊衣回收、改造成購物袋、買實穿的衣服不追求流行、避免過度消費</td></tr> <tr> <td data-bbox="142 662 254 774">住</td><td data-bbox="254 662 1063 774">住飯店時隔日續住不換床單枕頭套、不使用拋棄式盥洗用品、自己準備毛巾、不使用飯店的洗衣服務、不用塑膠棉花棒</td></tr> <tr> <td data-bbox="142 774 254 887">行</td><td data-bbox="254 774 1063 887">搭飛機時用自己的水杯、餐具及吸管；代步工具夠用就好，搭乘大眾工具更好</td></tr> <tr> <td data-bbox="142 887 254 954">育</td><td data-bbox="254 887 1063 954">書套重複使用、文具夠用就好、橡皮擦不亂丟、文件夾重複使用、不拿路上發送的補習班廣告單及面紙包</td></tr> <tr> <td data-bbox="142 954 254 1033">樂</td><td data-bbox="254 954 1063 1033">玩具分享減少購買新的、交換二手玩具、多選擇木頭或環保材質的玩具</td></tr> </table> <p>※小組使用平板查詢，討論後在磁性白板上記錄結果，然後發表。</p> <p>【綜合活動】減量、回收、再利用</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師：「在以前，塑膠還沒這麼盛行，大家仍可以過生活。或許我們可以思考看看，如何把塑膠減量、回收、再利用。」 教師：「現在我們來挑戰看看無塑生活，想想如何在這一天不製造塑膠垃圾。」 <p>學生完成減塑生活挑戰賽學習單。</p> <p>-----第 4-7節-----</p>	食	使用不鏽鋼餐具、可重複使用的杯子、在店裡慢食不外帶、不使用一次用塑膠吸管和餐具、優先選擇裸裝或較少包裝的產品、	衣	落實舊衣回收、改造成購物袋、買實穿的衣服不追求流行、避免過度消費	住	住飯店時隔日續住不換床單枕頭套、不使用拋棄式盥洗用品、自己準備毛巾、不使用飯店的洗衣服務、不用塑膠棉花棒	行	搭飛機時用自己的水杯、餐具及吸管；代步工具夠用就好，搭乘大眾工具更好	育	書套重複使用、文具夠用就好、橡皮擦不亂丟、文件夾重複使用、不拿路上發送的補習班廣告單及面紙包	樂	玩具分享減少購買新的、交換二手玩具、多選擇木頭或環保材質的玩具		
食	使用不鏽鋼餐具、可重複使用的杯子、在店裡慢食不外帶、不使用一次用塑膠吸管和餐具、優先選擇裸裝或較少包裝的產品、													
衣	落實舊衣回收、改造成購物袋、買實穿的衣服不追求流行、避免過度消費													
住	住飯店時隔日續住不換床單枕頭套、不使用拋棄式盥洗用品、自己準備毛巾、不使用飯店的洗衣服務、不用塑膠棉花棒													
行	搭飛機時用自己的水杯、餐具及吸管；代步工具夠用就好，搭乘大眾工具更好													
育	書套重複使用、文具夠用就好、橡皮擦不亂丟、文件夾重複使用、不拿路上發送的補習班廣告單及面紙包													
樂	玩具分享減少購買新的、交換二手玩具、多選擇木頭或環保材質的玩具													

減塑生活挑戰賽~

在課程中，我們了解了塑膠對環境的危害，讓我們試試看，減少塑膠的生活，也可以很方便！

* 參加日期 年 月 日

* 參加者

* 參賽所使用的物品

* 減塑生活挑戰賽中，印象最深刻的事情是？

* 這次的行動結果如何？請打勾

成功 失敗

原因是：

* 除了減少塑膠的使用，請你寫出三個保護海洋的方法？

主題課程之【形成性評量】

評量目標一：能知道塑膠的種類與日常生活的相關性。

表現指標：自然科學 po-III-2 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。

基準：能參與小組討論並完成學習單

表現規準：

表現規準 等級 向度	A(表現優異) 90 分以上	B(表現良好) 89-80 分	C(可以做到) 79-70 分
能參與小組討論 並完成學習單	能與同學完成討論， 並條列 5 種方法，且 清楚完整發表。	能與同學完成討論， 且發表演說出 2-3 種方 法。	無法參與討論，在老 師協助下能說出 1 種 方法。

主題課程之【總結性評量】

目標二：能懂得愛護海洋需要人人做起。

表現指標：3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。

基準：能參與小組討論並完成學習單

表現規準：

表現規準 等級 向度	A(表現優異) 90 分以上	B(表現良好) 89-80 分	C(可以做到) 79-70 分
能參與小組討論 並完成學習單	能與同學完成討論， 並條列 5 種方法，且 清楚完整發表。	能與同學完成討論， 且發表演說出 2-3 種方 法。	無法參與討論，在老 師協助下能說出 1 種 方法。