

教學歷程檔案

基隆市東光國小 陳湘玲



教學檔案目錄

一、個人學經歷及教育理念.....	3
二、閱讀教學研究成果	
(一) 雲遊三國·藝驚四方.....	4
(二) 風雲人物傳奇.....	40
(三) 《聽說讀寫，有策略!》低年級閱讀理解之行動研究.....	72
三、健康促進及正向管教育研究成果	
(一) 健康有養·樂活遊氣.....	88
(二) 勁量小子的天空.....	158
四、教專認證及公開授課.....	183

個人學經歷及教育理念

我的教育理念~ Frobel：「教育無他，唯愛與榜樣而已！」

一、主要學歷：

1. 輔仁大學哲學系一般組
2. 臺東大學國民教育研究所碩士班

二、主要教學經歷和證照：

1. 東光國小閱讀推動教師
2. 基隆市國教輔導團國語文輔導員
3. 基隆市閱讀巡迴輔導講師
4. 教育部五育融通推廣計畫講師
5. 國立臺灣師範大學數學教育中心數學活動師
6. 教育部環境教育人員認證證書
7. 基隆市校園性侵害性騷擾或性霸凌調查專業人才庫人員(初進高階培訓)
8. 108年11月9-10日 夢 n 臺北場閱讀實踐家講師

三、主要得獎紀錄：

- 教育部 95 年校長領導暨教學卓越獎銀質獎—〈自然喜閱·喜悅自燃~永續閱讀工程〉方案
- 教育部 99 年度國民中小學推動閱讀績優學校、團體及個人評選—閱讀績優推手【個人組】〈悅讀視界逍遙遊〉方案
- 天下雜誌 2012 年閱讀典範教師
- 101 年全國教師會第十屆基隆市 super 教師獎
- 101 年度教育部《德智體群美五育理念與實踐》教材教法設計徵選國小教師組特優—〈雲遊三國·藝驚四方〉方案
- 102 年基隆市特殊優良教師
- 102 年第二屆教育大愛「菁師獎」
- 103 年度基隆市生命教育議題融入教學教案設計甄選活動特優
- 103 年度教育部國民及學前教育署補助執行外籍及大陸配偶子女教育輔導-多元文化教育優良教案入選
- 104 年度基隆市生命教育議題融入教學教案甄選活動國小組佳作
- 104 年度教師正向管教教案徵選國小組優等
- 104 年度教育部「德智體群美五育理念與實踐」教材教法設計徵選佳作-〈風雲人物傳奇〉方案
- 105 年度基隆市生命教育議題融入教學教案甄選活動國小組佳作—〈NIKI 的異想世界〉方案
- 教育部國民及學前教育署 105 學年度健康體位輔導與推廣計畫—健康體位融入學校領域教學模組競賽特優，作品名稱：《健康有養·樂活遊氣》
- 基隆市 106 年 12 年國民基本教育精進國民中小學教學品質計畫—第十一屆行動研究徵件特優。
- 作品名稱：《食品添加物自編課程對學生飲食習慣 改變影響教學之行動研究——以國小三年級健康促進課題為例》。
- 基隆市政府 107 年度研究發展-自行研究績優作品名稱：《基隆市東光國小故事體閱理解策略之行動研究》。
- 基隆市 107 年度第十二屆行動研究-教師課程教學實踐或研究成果甄選優等。作品名稱：《聽說讀寫，有策略！低年級閱讀理解之行動研究》

101 年度《德智體群美五育理念與實踐》教材教法設計徵選 作品自評表

自評項目		自評等級					特色具體陳述
		高——中——低					
		5	4	3	2	1	
內容周延性	具有設計的理念	✓					1、內容周延性高 (1) 從Eisner的多元表徵理念出發，具有創新的設計思維，且具延展性。 (2) 本方案包含五育的精神。 (3) 教學目標語教學設計環環相扣。 2、教學適用性強 (1) 教學方案具統整課程的精神，統整語文、綜合、藝術與人文、體育等領域。 (2) 以學生實作為主體的教學活動設計，符合以學生為學習主體的精神。 (3) 教學策略多元化：表演、繪畫、討論、實作等。 3、呼應多元評量 (1) 本方案各式作業單的評量規準設計及實作作品，呼應多元評量的精神。 (2) 作業單中以不同型態的評量方式，提供不同對象進行評量，如教師、自我及家長評量。 4、藝術融入閱讀理解創新性高 (1) 閱讀理解教學與圖示策略的配合富創新性。 (2) 創作性戲劇、立體派人物畫等藝術活動與閱讀理解的結合富新意。 (3) 提供學生經歷價值澄清、閱讀理解、體育活動、合作討論分享、美感表達等活動，涵蓋德、智、體、群、美五育理解的機會。 5、善用媒體提高教與學的成效 (1) 使用資訊融入教學提高教學品質。 (2) 運用電子書分享作品。
	教學目標明確性	✓					
	五育融通的情形(至少二育)	✓					
	所使用教材內容的正確性	✓					
目標與教學設計聯繫緊密	✓						
教學適用性	教學活動的設計與所實施教育階段的適切性	✓					
	各項教學活動時間安排的妥適性	✓					
	教學策略採用的多元性與互動性	✓					
	教學省思與建議	✓					
	以實作任務為導向，符合以學生為主體學習的精神	✓					
評量多元性	形成性與總結性評量方式的兼顧	✓					
	多元評量的策略運用	✓					
	評量設計與教學目標間的關連性	✓					
	以實作作品評量為主，設計評量檢核表與規準表引導學生自我評量。	✓					
教學創新性	突破或轉化傳統的思維模式與作法	✓					
	具擴展及延伸加以運用的可能性	✓					
	有獨特的設計構想及相關學習策略的運用	✓					
	能有效引導學習者對五育均衡發展的理解	✓					
	其他： 1. 學生閱讀理解教學與圖示策略、與藝術與人文表徵型態結合。	✓					
媒體運用性	能善用科技媒體輔助教學	✓					
	能顧及實施的可行性	✓					
	其他： 1. 運用實物投影機，進行教學及學生作品的投影。 2. 運用電子書的功能，將學生的繪畫作品放在雲端與他人分享。	✓					

101 年度《德智體群美五育理念與實踐》

教材教法設計徵選 作品設計的特色

不同表徵形式強調不同感官的使用，不同感官可激發的心理轉化過程也不一樣，對於學生認知發展而言，一個人所用的心理技巧(mental skills)或智能形式(forms of intelligence)，會被他們所使用的機會所影響，也就是說孩子所「能接受或鼓勵使用」的表徵形式，會形塑他們心理技巧與智能形式發展方向(Eisner, 1994)。基於此思考，「雲遊三國·藝驚四方」的課程設計，就是在一個主題課程教學方案中，嘗試提供學生不同表徵形式的「學習 input」和「產出 output」的體驗課程，期盼學生能在歷程中擁有更多元的吸收與表現能力。這個課程方案由學生耳熟能詳的「三國」歷史故事為背景，以「多元的閱讀文本」為經，使學生接觸不同的表徵形式，如：寫作、戲劇、繪畫等，表現出「對人物的理解」為緯，再透過提供合作歷程與個人體驗的學習活動設計，使本方案呈現實踐五育兼融特色。

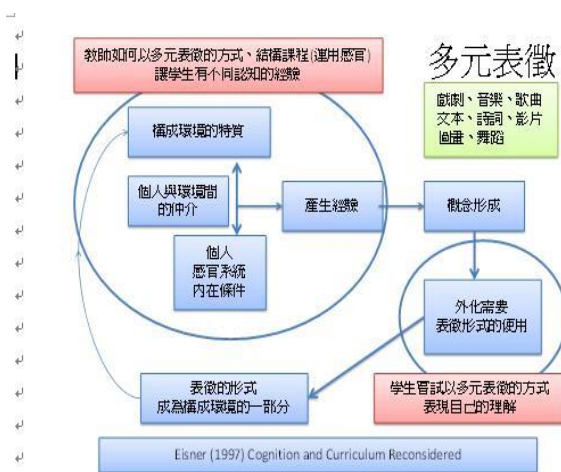


圖1 參考 Eisner 《重思認知與課程》(Cognition and Curriculum Reconsidered)概念
學生認知發展與多元表徵思考歷程模式圖

一、「不同表徵型態文本」及「高層次閱讀理解教學歷程」設計(智育)

本方案由閱讀《三國演義》多元文本出發，提供學生閱讀「影片、漫畫、故事」等型態的三國故事，從不同的表徵形式理解三國人物，並在討論中以培養學生閱讀理解能力為目標，設計能激發詮釋、推論、分析、比較、假設、評價等高層次閱讀理解能力的作業單，指導學生運用「組織圖(graphic organizer)」，在合作討論中記錄想法，彼此分享觀點。

二、針對歷史人物的事蹟對歷史的影響進行品德核心價值的澄清對話(德育)

本方案在教材設計中請學生在閱讀文本後，特別針對歷史人物事件中，人物個性特質對於歷史及事件的影響，進行分析、比較、評價，啟發學生對於個人品德核及心價值的討論，藉此歷程培養學生反思、批判、價值澄清的能力，激發自我品德提升的意識。

三、合作分享 v. s. 個人成長(群育)

在本方案設計中，提供學生合作完成任務的學習歷程，在合作中也能看見自己的貢獻，例如個人閱讀自己的文本，但必須共同討論，合作完成情節高潮圖，且提出自己個人對於三國人物看法的論據；在合作改寫劇本的歷程中，除了合作討論外，必須完成自己角色所定稿的對話、舞台位置及動作設計，這是本方案很重要的學習精神。

四、體驗不同表徵形式呈現理解的美感(美育)

給予學生多元表現個人理解的機會，體會並培養以不同型態表徵思考的經驗與能力，是本方案最大的特色。在閱讀所有不同型態的三國文本後，我們安排「表演藝術」空城計的演

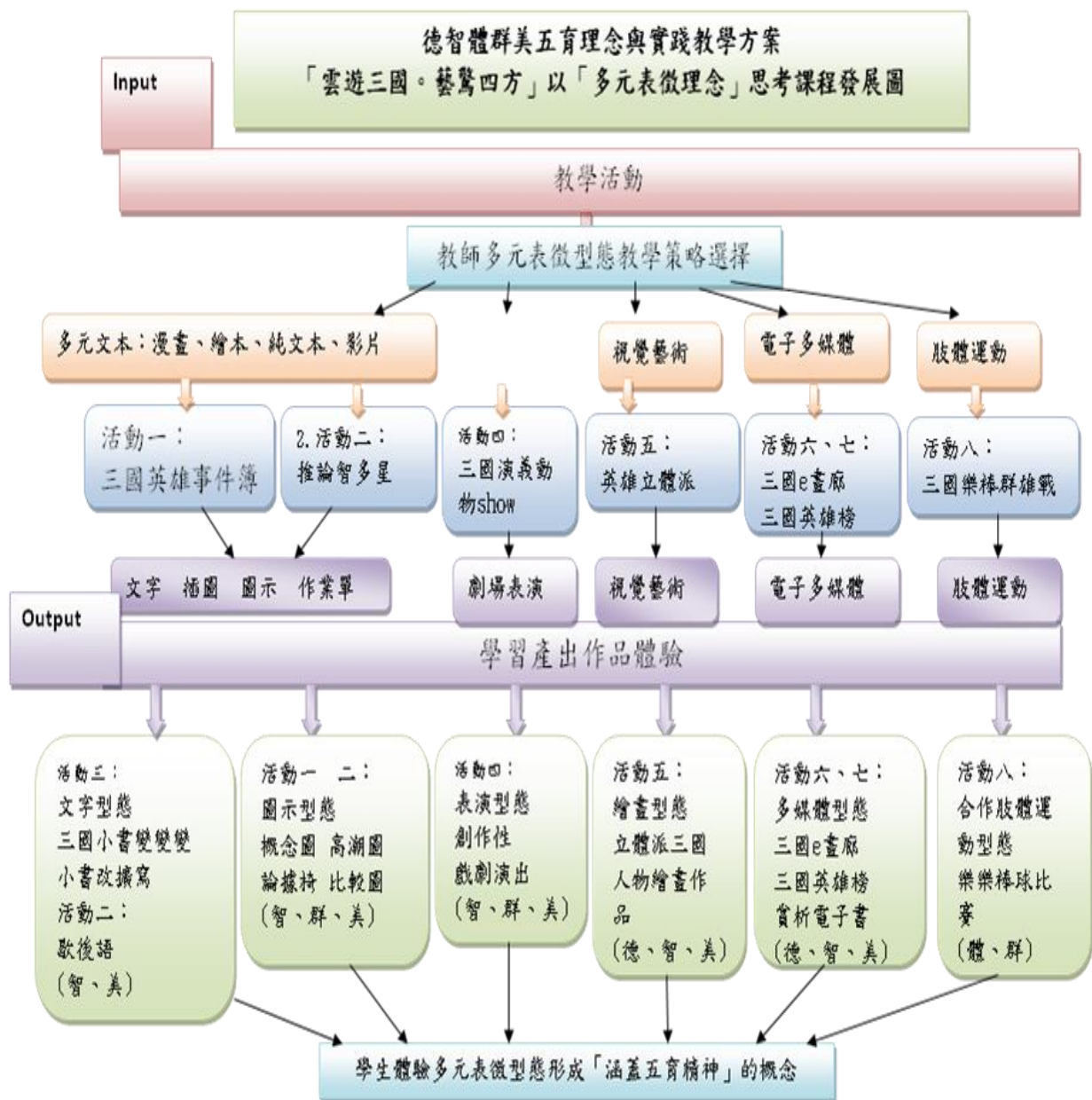
出，「視覺藝術」英雄立體派的繪畫，讓學生運用戲劇與繪畫作品來表現自己的想法。

五、將三國鼎立場景融入體育競賽中(體育)

為了營造體育的競賽猶如歷史上的征戰，教師在課程中加入三國鼎立群雄爭霸的概念，讓學生進行樂樂棒球競賽，讓競賽多一些樂趣也更能體會三國鼎立的氛圍。

本作品特色在於提供孩子以不同表徵型態體驗閱讀，表現個人理解的樂趣，並藉由此涵括「德、智、體、群、美」五育精神均備的課程設計方案，培養全人的學習能力與態度。

下圖是我們在設計課程時以「多元表徵」做為思考要素的課程設計圖示，其中「input」是教師在此精神下，在設計教學方案時要思考能提供「多元表徵體驗」的學習歷程，教師以不同表徵型態呈現教學教材與歷程，「output」是我們在教學設計中提供學生以不同表徵形式的歷程完成學習作品產出機會，讓學生在吸收與產出的歷程中充滿了多元表徵的體驗。而這些不同型態的體驗中，就蘊含了五育的精神。



101 年度《德智體群美五育理念與實踐》 教材教法設計徵選



壹、作品名稱：雲遊三國·藝驚四方

貳、教材與教法設計的理念

一、多元表徵型態的閱讀教材選擇

本方案閱讀「三國演義」多元文本出發，提供學生閱讀「教科書中劇本教材、影片、漫畫、故事、小說」等型態的三國故事(見教學資源)，從不同的表徵形式如劇本型態、圖畫型態、圖文故事型態、小說描寫型態及影片等多元形式的文本，讓學生理解三國人物的背景與特色。

二、以運用組織圖培養高層次閱讀理解能力

為了培養學生高層次閱讀理解能力，在學生閱讀多元文本的同時，教師設計「三國群英傳」、「歇後語大進擊」、「三國人物比較圖」、「三國人物放大鏡」等，能激發學生詮釋、推論、分析、比較、假設、評價等高層次閱讀理解能力的作業單，並指導學生運用「組織圖(graphic organizer)」，在合作討論中記錄想法，彼此分享觀點。

三、讓學生經歷運用「不同表徵形式」表達閱讀理解的歷程

教師在學生閱讀不同型態的文本後，提供不同型態的學習活動，使學生表達自己對於三國故事與人物的理解。首先，在「表演藝術課」中，指導學生以動物版的方式演出空城計，讓學生將對於空城計故事的理解，轉換到動物角色的安排與情境鋪陳上。其次，融入藝文領域課本「視覺藝術點線面」單元中，立體派的畢卡索繪畫風格，請學生進行畢卡索自畫像及三國人物的繪畫創作；完成後將作品展示於校園中，形成「看！畢卡索畫三國人物」的展覽。之後，再請學生將繪畫作品加入三國人物的簡介，以電子書「三國 e 畫廊」的不同方式呈現。最後，回到文本內容製作「歷史改編小書」，學生試著發揮推論及想像的能力，改寫三國故事並推論事情改變後對於歷史有甚麼影響。

四、將品德核心價值澄清歷程融入閱讀討論團體對話的歷程中

本方案重視價值澄清的對話歷程，在學習過程中，透過作業單及團體導論對話澄清，使學生理解和體會三國人物的個性特質與對於歷史的影響，如孔明的機智，關羽的忠義，曹操和司馬懿的多疑等人物角色的品格特性；並讓學生在三國英雄榜的學習單中，寫下自己最欣賞的三國人物及頒發英雄榜，進而省思可以學習模仿的品德楷模。

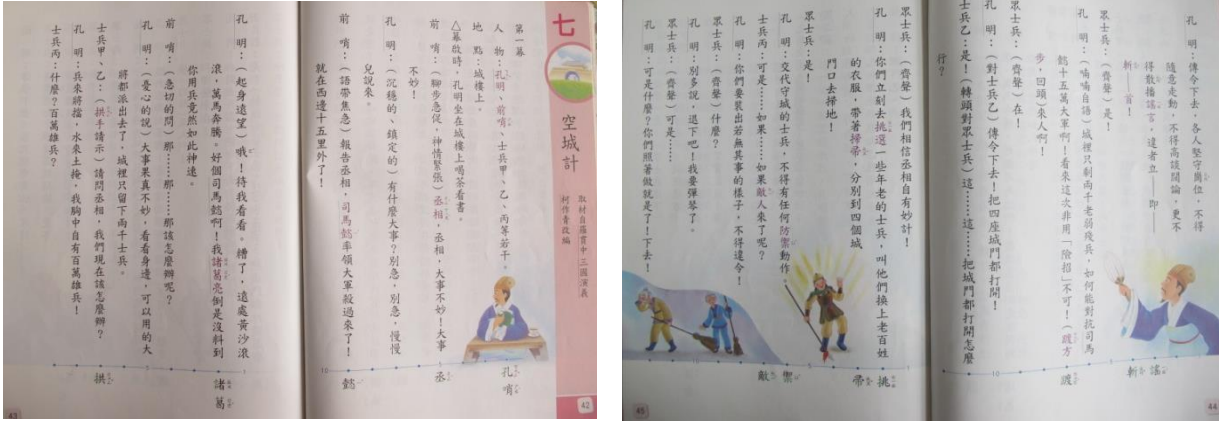
五、三國鼎立氛圍融入樂棒競賽

引用三國演義中三國鼎立的時代背景，以健體領域課本的樂樂棒球教學，將學生分為魏蜀吳三隊，以隊呼增加和激勵團隊默契，進行班級樂樂棒球的競賽。

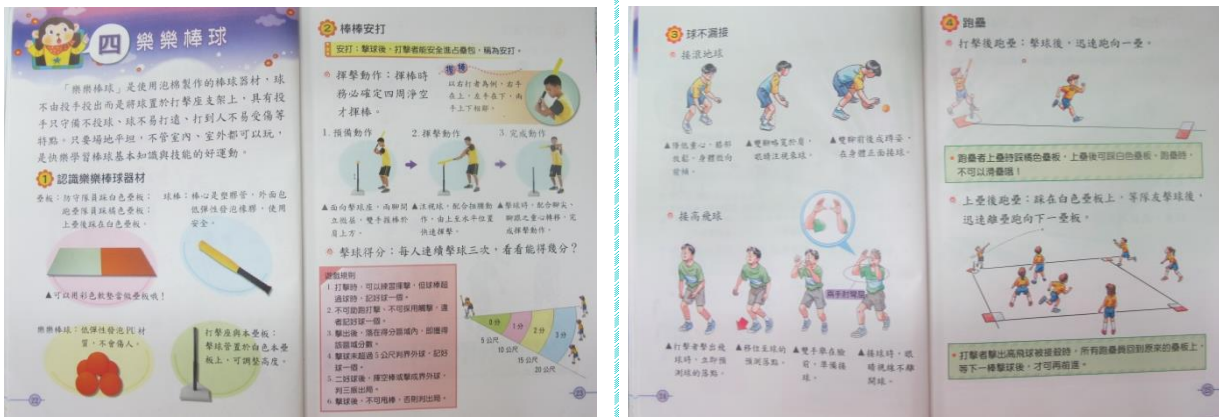
叁、教材內容

一、延伸的領域教學課文部份內容：1. 活動一：語文領域「空城計」 2. 活動五：藝文領域：「視覺藝術點線面」立體派的畢卡索 3. 活動八：健體領域「樂樂棒球」

1. 國語文領域：5下康軒版第二單元「藝術天地」第七課「空城計」課文節錄

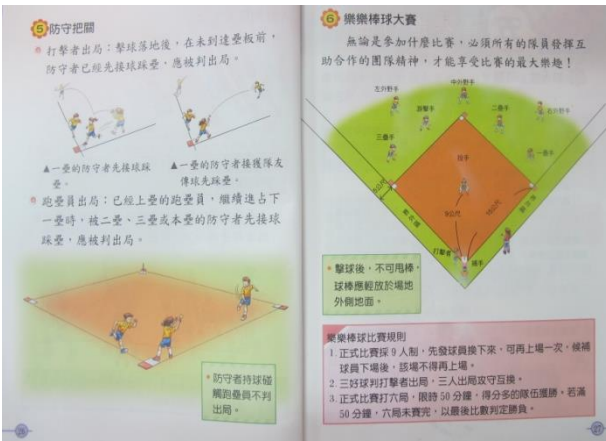


2. 健體領域：6上南一版第貳單元「歡樂大進擊」四、「樂樂棒球」課本第 22-25 頁



2. 健體領域：6上南一版第貳單元「歡樂大進擊」四、「樂樂棒球」課本第 26-27 頁

3. 藝術與人文領域：6上翰林版第一單元「藝術點線面」的「一、視覺藝術點線面」



二、活動一：自編「三國群英傳」學習單



三國群英傳



六年【 】班

三國小英雄：【 】

小朋友，閱讀了許多三國時代的書籍後，你是否曾想像那些英雄人物的樣子呢？現在，讓我們一起來翻閱和完成秘笈，一探其中的奧妙吧！



三國人物成語秘笈

- ☀ 身材：虎背熊腰、弱不禁風、身強體健、高頭大馬、()
- ☀ 容貌：炯炯有神、眼神犀利、方頭大耳、唇紅齒白、眉清目秀、濃眉大眼、儀表堂堂、一表人才、()
- ☀ 氣質：器宇軒昂、玉樹臨風、文質彬彬、風度翩翩、溫文儒雅
- ☀ 特色：驍勇善戰、身手矯健、冰雪聰明、淡泊明志、才高八斗、才華洋溢、落落大方、()



小朋友，下面的內容是《三國演義》書中對人物的描寫，請你發揮小偵探的精神，將他們配對連連看吧！

生得身長七尺五寸，兩耳垂肩，雙手過膝，目能自顧其耳，面如冠玉，脣若塗脂。

• 關羽

身長八尺，面如冠玉，頭戴綸巾，身披鶴氅，飄飄然有神仙之概。

• 劉備

身長八尺，豹頭環眼，燕頷虎鬚，聲若巨雷，勢如奔馬。

• 張飛

身長九尺，髯長二尺；面如重棗，脣若塗脂；丹鳳眼，臥蠶眉；相貌堂堂，威風凜凜。

• 呂布

頭戴三叉束髮紫金冠，體掛西川紅錦百花袍，身披獸面吞頭連環鎧，腰繫勒甲玲瓏獅蠻帶；弓箭隨身，手持畫戟；坐下嘶風赤兔馬。

• 孔明

歇後語大進擊

班級：五年()班

三國大使：()

小朋友，你知道什麼是「歇後語」嗎？所謂「歇後」就是語末之詞隱而不言，所以「歇後語」可分為兩部分：前半部的前提如同謎面，作為引導；後半部的說明則像謎底，為表達的重點；亦即前半部是比喻，後半部分是本意。習慣上常把前半部的比喻說出來，而把後半部的解釋隱去。

現在，請你利用網路查詢三國演義的歇後語，將它寫在括弧後，再運用歇後語的內容，推論一下這個人物的個性，進行挑戰吧！

例：劉備

1. 劉關張桃園三結義 → ()
2. 劉備得孔明 → ()
3. 劉備三顧茅廬 → 好難請
4. 劉備借荊州 → ()
5. 劉備的江山 → ①哭出來
②來之不易
6. 劉備對著趙雲摔阿斗 → 收買人心

曹操

1. 曹操殺華陀 → ①恩將仇報
②諱疾忌醫
2. 曹操遇馬超割鬚棄袍 → 狼狽不堪
3. 曹操殺人 → 亂來一氣
4. 曹操吃雞肋 → 食之無味，棄之可惜
5. 曹操敗走華容道 → ()

我的想法

我覺得劉備是一個(有耐心)的人，因為：他能夠三顧茅廬請孔明來幫他的忙，一起打天下，不厭其煩的一直等到孔明答應為止。另外，我也覺得劉備是一個隨和的人，他不顧自己是皇親國戚的身分，和關羽及張飛桃園三結義，傳成佳話，而且為了得到部下趙雲的信任，不惜將兒子摔在地上，表示自己的想法，而不是用命令的方式，來和大家說話。

我覺得曹操是一個()的人，因為：

三、活動一：自編「歇後語大進擊」學習單第二頁

諸葛亮(孔明)

1. 孔明大擺空城計 → ()
2. 孔明草船借箭 → ()
3. 孔明三氣周瑜 → ()
4. 孔明揮淚斬馬謖 → ① 咬牙忍痛
② 明正軍紀
5. 孔明七擒孟獲 → 以德服人
6. 諸葛亮吊孝 → 裝模作樣
7. 諸葛亮的錦囊 → 神機妙算
8. 諸葛用兵 → 虛虛實實

我的想法

我覺得孔明是一個()的人，
因為：

關羽(關雲長、關公)

1. 關羽降曹操 → 身在曹營心在漢
2. 關公進曹營 → 單刀直入
3. 關公過五關斬六將 → ()
4. 關公喝酒 → ()
5. 關公當木匠 → 大刀闊斧
6. 關公開刀鋪 → 貨真價實
7. 關羽失荊州 → 驕兵必敗
8. 關雲長刮骨下棋 → ()
9. 關雲長走麥城 → ① 最後一招
② 吃虧全在大意

我覺得關羽是一個()的人，
因為：

張飛

1. 張飛戰馬超 → ① 不相上下 ② 不分勝負
2. 張飛使計謀 → 粗中有細
3. 張飛媽媽姓吳 → 無事生非

周瑜

1. 周瑜打黃蓋 → ① 一個願打，一個願挨
② 兩相情願
2. 周瑜謀荊州 → 賠了夫人又折兵

請你寫完推論後，再拿出人物的心智圖，增加相關的內容，讓它變得更豐富哦！

教師

評分

自我評量

1. 能利用網路等方法查詢完成歇後語。

2. 能運用閱讀的內容，寫下對人物的推論想法。

家長簽名

四、活動一：自編「比較圖」圖示教學學習單

三國人物比較圖

六年 ____ 班 組員姓名： _____

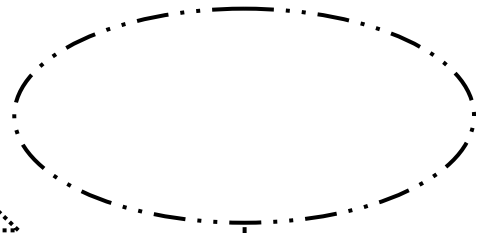
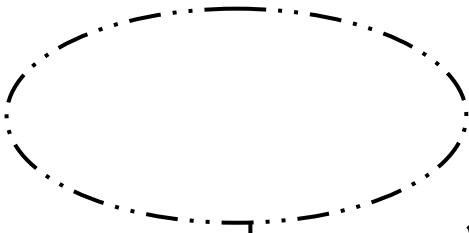
1. 請你選擇二位三國演義中的人物，進行相同和相異的項目比較，並將你心目中的人物圖像畫下來。
2. 請記得將書中的頁數寫下來，當作自己想法的有力證據。



人物 1：()



人物 2：()



☆		
☆		
☆		



☆	
☆	
☆	
☆	

☆	
☆	
☆	
☆	

五、活動一：自編「三國人物放大鏡」作文學習單



三國人物放大鏡



畫維

在閱讀三國演義中的人物角色時，你是否被他們獨特魅力深深地吸引呢？
現在請你幻化成三國的英雄人物，將他與眾不同的特色讓大家知道吧！

我是三國時期大名鼎鼎、家喻戶曉的人物 _____，
我是一個 _____ 的人，我的眼睛 _____，
像 _____ 一般，眉毛 _____ 的，透露著一股 _____
。我還有一張 _____ 的嘴，我最大的特色是 _____，

所以你可以很容易從眾人中分辨出我。

我的聲音 _____，說起話來 _____。至於我的
興趣，那就是 _____，我特別喜歡在 _____
的時候 _____。

說起我最難忘的一件事，莫過於有一次， _____
_____，所以 _____

我最大的心願就是 _____
_____。在這英雄輩
出、紛亂擾攘的世代，我在 _____，最大的貢獻（影響）
_____。

教學目標	1. 能完成人物特色的描寫。	😊😊😊😊😊	自我評量	😊😊😊😊😊
家長的話：				

人物謎語大進擊：1. 良馬越河。 2. 花容月貌。 3. 再三推辭。

4. 三國時代的哪位人物是飛毛腿？

答：1. 馬超 2. 顏良 3. 呂布(屢次說不) 4. 說曹操，曹操就到。

六、活動四的三國「演」義動物 show：將國語文領域第七課課文「空城計」劇本，改編成為「動物版」，並加入旁白串場

旁白開場：

旁白甲：咦！你在找誰啊！

旁白乙：我在找你呀！

旁白甲：有什麼事嗎？

旁白乙：我跟你說，我今天早上聽到了一個故事。

旁白甲：該不會是我最喜歡的《三國演義》吧！

旁白乙：賓果！

旁白甲：那是什麼故事內容啊！

旁白乙：《空城計》呀！我現在就跟你講吧！

旁白乙：東漢末年、三國鼎立，劉備、曹操、孫權，三分天下。

旁白甲：啊呀！這我早就知道了，而且劉備軍中的孔明，聰明過人，很會使用計謀，常常把敵人騙得團團轉呢！

旁白乙：但是這次他遇到麻煩了，司馬懿率領了十五萬大軍向他攻過來了呢！

旁白甲：但是我記得他身邊好像只有兩千名士兵吧？

旁白甲和乙：那接下來，就讓我們一起來觀賞～五年忠班演出的「空城計」。

第一幕：

人物：孔明、前哨、士兵甲、乙、丙等若干。

（改編動物版：孔明甲是狡猾多謀的狐狸，孔明乙是獅子，前哨是烏鴉，士兵是忠心的狗。）

地點：城樓上。

△幕啟時，孔明坐在城樓上喝茶看書。

前哨：（腳步急促，神情緊張）丞相，丞相，大事不妙！大事不妙！

孔明甲：（沉穩的、鎮定的）有什麼大事？別急，別急，慢慢兒說來。

前哨：（語帶焦急）報告丞相，司馬懿率領大軍殺過來了！就再西邊十五里外了！

孔明甲：（起身遠望）哦！待我看看。糟了，遠處黃沙滾滾，萬馬奔騰。好個司馬懿阿！我諸葛亮倒是沒料到你用兵竟然如此神速。

前哨：（急切的問）那…那…那該怎麼辦呢？

孔明甲：（憂心的說）大事果真不妙，看看身邊，可以用的大將都派出去了，城裡只留下兩千士兵。

士兵甲、乙：（拱手請示）請問丞相，我們現在該怎麼辦？

孔明：兵來將擋，水來土掩，我胸中自有百萬雄兵！

士兵丙：什麼？百萬雄兵？

孔明甲：傳令下去，各人堅守崗位，不得隨意走動，不得高談闊論，更不得散播謠言，違者立—即—斬—首！

眾士兵：（齊聲）是！

第二段旁白乙：孔明面對大軍的來臨，依然胸有成足！為何他會有這樣的自信呢？孔明說：「兵來將擋，水來土掩，我胸中自有百萬雄兵！究竟孔明還有什麼計策？讓我們繼續看下去。」

孔明乙：（喃喃自語）城裡只剩兩千老弱殘兵，如何能對抗司馬懿十五萬大軍啊！看來這次非用「險招」不可！（踱方步，回頭）來人啊！

眾士兵：（齊聲）在！

孔明乙：（對士兵乙）傳令下去！把四座城門都打開！

士兵乙：是！（轉頭對眾士兵）這…這…把城門都打開怎麼行？

眾士兵：（齊聲）我們相信丞相自有妙計！

孔明乙：你們立刻去挑選一些年老的士兵，叫他們換上老百姓的衣服，帶著掃帚，分別到四個城門口去掃地！

眾士兵：是！

孔明乙：交代守城的士兵，不得有任何防禦動作。

士兵丙：可是…如果…如果敵人來了呢？

孔明乙：你們要裝出若無其事的樣子，不得違令！

眾士兵：（齊聲）什麼？

孔明乙：別多說，退下吧！我要彈琴了。

眾士兵：（齊聲）可是…

孔明乙：可是什麼？你們照著做就是了！下去！

眾士兵：（齊聲）是！（眾士兵退下）

孔明乙：（手中搖著扇子，凝視遠方，自言自語）真真假假，假假真真，虛虛實實，實實虛虛！事到如今，也別無他法！這司馬懿向來行事謹慎，料他必定算不到我諸葛亮敢這樣做！

（孔明坐下，開始彈琴，琴聲中幕下。）

第三段旁白甲：在這種緊要關頭，孔明竟然彈起了琴。真真假假，假假真真，虛虛實實，實實虛虛。孔明到底在弄什麼把戲，司馬懿又會怎麼面對孔明的把戲呢？請繼續看下去吧！

第二幕

人物：司馬懿、司馬昭、前哨甲、乙、掃地兵五人、孔明、士兵甲、乙、丙。

（改編動物版：孔明丙是驕傲的孔雀，司馬懿和司馬昭是老鼠，前哨是烏鴉，士兵是忠心的狗。）

地點：城門外。

△幕啟時，前哨甲和前哨乙把手放在眉梢，作遠眺狀。

前哨甲：這一仗一定空前激烈，孔明那個老狐狸可不是好對付的啊！

前哨乙：是啊！做前哨真是太可怕了，我嚇到羽毛都掉光了！（→原劇本：讓人頭皮發麻！你看我，手心直冒汗。）

前哨甲：咦！你聽，好像有人在彈琴！（烏鴉叫聲：啊！啊！）

前哨乙：（側耳傾聽）噓！不要出聲！（琴聲悠揚）

前哨甲：你看！是孔明在城樓上彈琴啊！太奇怪了，他葫蘆裡不知道賣的事什麼藥？

前哨乙：快！快回去通報！

第四段旁白：司馬懿的前哨看到孔明在城樓上悠閒的彈琴，神情相當輕鬆自在，不知道孔明葫蘆裡究竟的是什麼藥啊？趕快去通報大將，司馬懿啊～！

（司馬懿和司馬昭騎馬進入舞臺，前哨甲、乙衝到他們前面。）

前哨甲：（拱手）報告將軍，孔明大開城門，還在城樓上彈琴。

司馬懿：果真如此？你們會不會是看錯了？（舉手制止，高喊）大軍停止前進！（面對司馬昭）走，我們去看個究竟！

（司馬懿父子領著前哨甲、乙向前一探究竟）

司馬懿：（伸手示意，停止前進）躲在這棵大樹後面，小心不要被發現！

（舉手遮眉，望向遠方）沒錯！那正是孔明。

司馬昭：（上前，遠望）父親大人，您看他那副氣定神閒的樣子，我們的大軍來到城下，他怎麼好像完全不知道啊？

司馬懿：（側耳傾聽）你聽這琴聲，多麼自在！他顯然很有把握啊！（左右觀望）你看看，城門邊還有幾個人正在掃地，看起來好悠閒阿！怎麼可能？這孔明是何等聰明又謹慎的人，他故意敞開城門，應該是別有用心啊！

司馬昭：（拱手）父親大人，他可能是故布疑陣吧！

司馬懿：其中必定有詐！我們還是謹慎一點才是！

司馬昭：（拱手）父親大人，我們好不容易才攻到這裡…。

司馬懿：（不耐煩的喝斥）別說了，快走吧！天下沒有人比我更了解這隻老狐狸，快退！快退！別中了他的埋伏！

前哨甲、乙：（邊退邊喊）趕快退兵阿！別中了埋伏啊！（烏鴉叫聲：啊！啊！）

第五段旁白乙：哇！孔明真的好聰明啊！司馬懿看到孔明悠閒自在的彈琴，城裡又只有老百姓在掃地，果然不小心中了孔明的空城計了！但司馬懿發現了會不會再回來呢？讓我們一起看看結局到底會怎麼發展吧！

（掃地兵拿著掃帚，高興的跑出場，接著孔明和士兵甲、乙、丙出場。）

士兵甲：（對著遠方說）太好了！太好了！敵人退兵了！敵人退兵了！

士兵乙：丞相果然有先見之明，真是神機妙算啊！

士兵丙：哈哈！空城也可以嚇跑敵人，真是高明啊！丞相果然名不虛傳！

孔明丙：（思考）很好！很好！但是，那司馬懿也不是省油的燈，他一定會發現真相的。走吧！此地不宜久留！

士兵丙：哦！那麼，我們也該…

孔明丙：大家注意！

眾士兵：（齊聲）是！

孔明丙：立—即—開—拔！

眾士兵：（齊聲）遵命！（全體下場）（幕落）

七、活動五：「畢卡索的生平、繪畫風格和作品」課堂教學重點

※主要網路資料來源：

1. <http://yoyo.center.kl.edu.tw/new14/p001/001.htm> 畢卡索的世界
2. <http://vr.theatre.ntu.edu.tw/finart/painter-wt/picasso/picasso.htm> 視覺素養學習網
3. sulanteach.msps.tp.edu.tw/文章區/PICASSO.pps
4. <http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1008050508688> 畢卡索立體主義名作「哭泣的女人」

作品風格介紹

畢卡索的生平簡介

畢卡索是二十世紀最偉大的藝術家之一。1881年誕生於西班牙的馬拉加，1973年逝於法國。他的父親是一位繪畫老師，10歲在父親的指導下開始畫畫，3年後父親把畫筆、畫具全部交給畢卡索，他希望有一天畢卡索能成為一位偉大的藝術家。終其一生，畢卡索的繪畫風格比起其它的藝術家來說有更多的改變。他總是嘗試著新的和不同的事物。他是現代美術的大師，創始立體派。他不斷的擴張藝術領域，使用前人所未有的筆法，引起世人驚嘆！

畢卡索十三歲作品

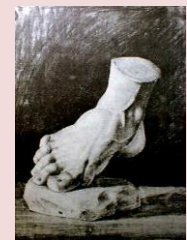
這張石膏素描是畢卡索十三歲的作品，少年的畢卡索已經顯露非凡的藝術才華。畢卡索的畫風一再蛻變，從具象到抽象，都給人穩重、安定的感覺，這些因素來自他努力不懈卓越的素描能力。他善用多樣性媒材和自創的筆觸，以實驗的手法表達他的理念和豐富的想像力。

畢卡索藍色時期

1900年首度走訪巴黎時，就展露出卓越的素描天分。從1901年到1904年是他的藍色時期，這是從當時他的畫作的主要色彩而得名，他用內斂的象徵手法專注表現窮人生活動人哀感的地方。他最好的朋友死了，因此他覺得孤獨和悲傷。同時他的作品都賣不出去，因此他差一點要餓死。因心情的關係，他開始用很多的藍色調子來作畫。他讓圖面上的人物看起來是寂寞和悲傷的。

畢卡索的青春是憂愁的，窮到連外出的衣服都沒有，他和朋友賈柯普共居一室一床，白天朋友去工作他睡覺，晚上朋友睡了，他就瘋狂的作畫。用他獨創的藍色調，畫流浪者、賣藝人、洗衣女、瘦弱的老人。刻劃人性與筆觸細膩、色調深沉、感人。憂鬱的小丑亦成為畫中常見的主題。雖然白、黃和紅色也使用在此幅畫中，但主宰整幅畫面的卻是憂鬱的藍色。讓人感到小丑雖然是帶給人快樂，但小丑自己卻不快樂。

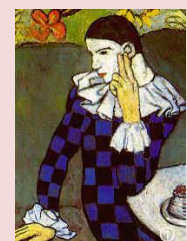
畫作作品



石膏素描，1894



老吉他手，1903，



小丑，1901

畢卡索立體派風格

1904 年，畢卡索遷居到巴黎，步入「粉紅時期」(西元年 1904-1906) 畢卡索所使用的色調豁然開朗，採用了粉紅色，灰色及黃土色系，氣氛形成一股沈痛的悲情。

黑人時期 (1907 年-1909 年) 是由《亞維農的少女們》(1907 年) 這幅畫開始，此時期的畢卡索受到西班牙古伊比利比銅雕和非洲黑人藝術，還有塞尚和格列柯的影響。有些畫評家將亞維農的少女們叫作立體主義，並將 1907 年—1925 年稱為畢卡索的立體主義時期。

畢卡索的立體派，基本上不是純美學的，是走向理性的、抽象的，將物體重新構成、組合，帶給人更新、更深刻的感受。



家人，1905



亞維農姑娘，1907



戴面具的音樂家，1921

畢卡索格爾尼系列

1937 年，發生了一件重要的事情，使得畢卡索畫了一些最具影響力和系列性的作品。在西班牙內戰期間，格爾尼卡這個小鎮毀於轟炸，成千上萬無辜人民受到嚴重的傷亡。畢卡索非常的憤怒，因此運用他所知的一切繪畫方式，來告訴世人戰爭的愚昧，他以這個被毀的小鎮，做為這幅作品的名字。畢卡索運用暗的色彩、立體主義和很多的表情，使他的憤怒能表現於整個圖面。他也運用大的尺寸來表現，這幅畫有 12 英尺高 25 英尺寬。格爾尼卡連作有 64 件之多，馬、牛、母子、士兵、建築物做主題，慘叫的母親，嘶叫的馬匹、作品充滿憤怒與哀傷的氣氛。

※其他作品介紹：



穿水手服的男孩與蝴蝶，1938



鏡前少女，1932



夢，1932



朵拉·瑪爾肖像，1937



格爾尼卡，1937。



哭泣的女人，1937



整理頭髮的女人，
1940

畢卡索晚年作品

「侍衛與鴿子」是畢卡索 88 歲晚年作品。他充滿生命意志，直到 92 歲過逝，創作從沒斷過。晚年的作品更驚人，不僅數量龐大，對世間充滿愛與希望，顯現永遠的年輕與活力。

畢卡索在逝世前對朋友說：「我不恐懼死亡。死亡有一種美，我怕的是久病不能工作，那是時間的浪費。」



侍衛與鴿子，1969

八、活動七：自編「三國英雄榜」學習單



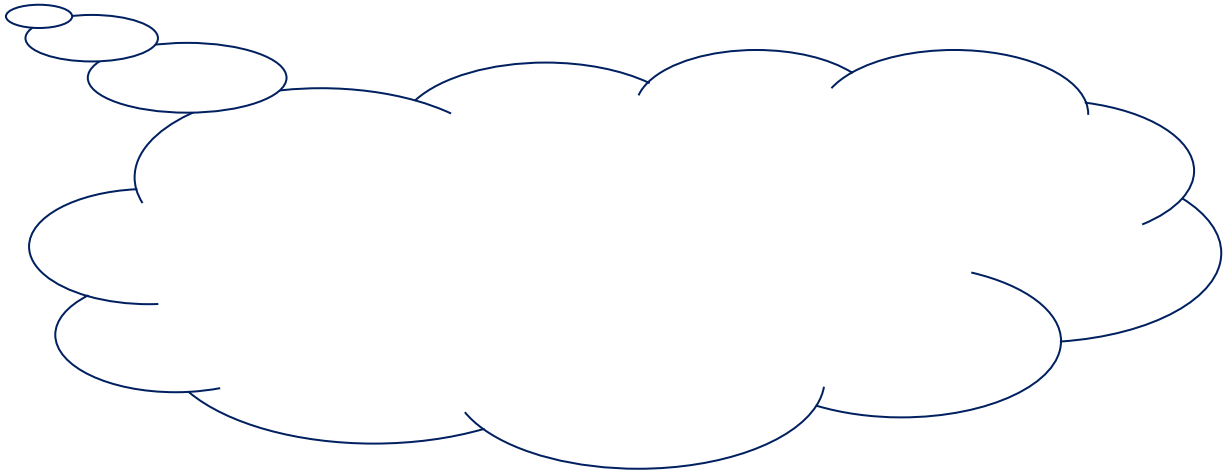
三國英雄榜



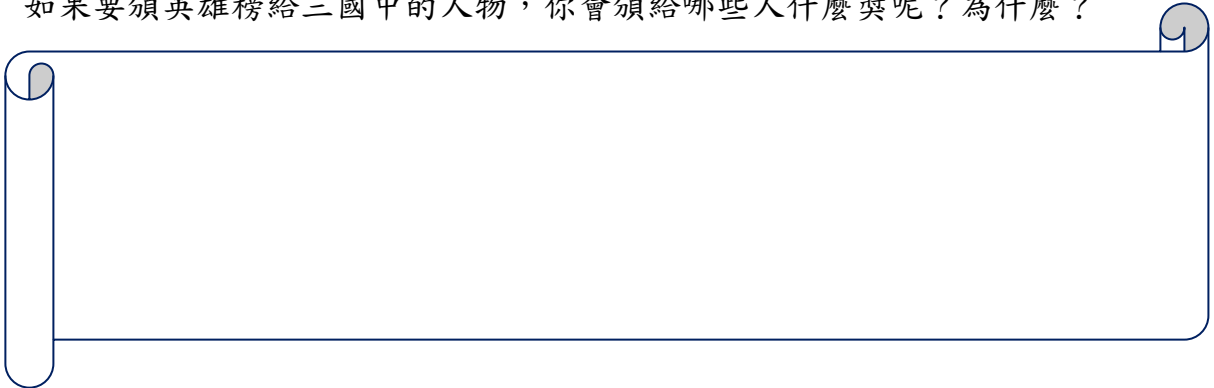
六年_____班 小英雄：_____

小朋友，在《三國演義》的書中，每位主角都各有其人物特色，例如：孔明的機智，關羽和趙雲的忠義；而在學校每個月的品德敘寫中，你也深入的反省自己日常生活中的品德行為。現在，請你以三國人物為模範，思考他們可以值得自己的學習的品性哦！

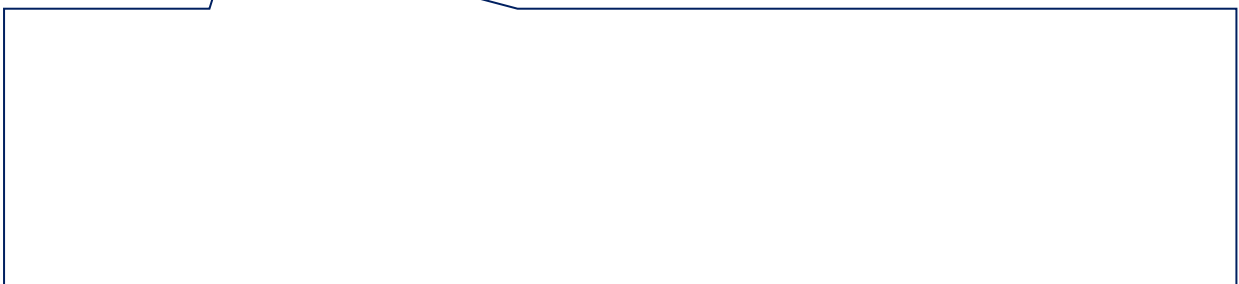
1. 你最欣賞三國人物中的哪幾位人物？為什麼？也可以把他們畫下來哦！



2. 如果要頒英雄榜給三國中的人物，你會頒給哪些人什麼獎呢？為什麼？



3. 在三國人物中，你覺得誰是自己可以學習模仿的品德楷模？為什麼？也可以把他們畫下來哦！



肆、教學方法：一、教學重點

教學重點

五育培養目標

單元名稱

雲遊三國·藝驚四方

1. 活動一：(10 節)
三國英雄事件簿
語文 9 節，綜合 1 節

1. 分組閱讀三國演義，並進行小組共讀。
2. 個別畫製人物主角的聯想圖與概念圖。
3. 閱讀完後分組完成三國演義文本情節高潮圖。
4. 個人完成論據椅評論人物，並完成比較圖學習單。

1. 智育：文章閱讀、分析、摘要，人物分析、比較。
2. 群育：共同討論，彼此分享意見並合作完成任務。
3. 德育：依據文本故事了解三國人物的個性品格。
4. 美育：學習鑑賞文章，並關注自己閱讀時的感受，了解不同型態文本的表徵形式如小說、漫畫等。

2. 活動二：(4 節)
推論智多星
語文 4 節

1. 進行三國有關的歇後語作業單教學。
2. 進行人物個性推論，並分析三國人物外型描述特質完成三國人物放大鏡作文學習單。
3. 學生組成讀書會討論三國人物在歷史上的定位評價。

1. 智育：從文本中進行人物個性的推論，及學習人物的描寫方式。
2. 德育：了解歷史人物的定位與評價，及對環境與人們的關懷。
3. 群育：學習如何與他人合作進行讀書會。

3. 活動三：(4 節)
三國小書變變變
語文 1 節，綜合 3 節

1. 學生以八格書的方式進行三國歷史事件的改編。
2. 學生完成小書並與同組的同學進行分享及討論。

1. 智育：從文本對人物個性的理解，進行三國事件故事的改編寫作，並提出對於歷史所可能產生的影響。
2. 群育：學習與他人分享自己的作品，並提出對他人作品的建議。
3. 美育：學習設計小書插圖，並加以美化。

4. 活動四：(10 節)
三國演義動物 show
語文 2 節，藝文 8 節

1. 以課文第七課空城計的人物以動物的形態進行劇本改寫。
2. 以改寫的劇本安排角色進行戲劇表演教學與練習。
3. 依據劇中的角色進行道具設計與製作。

1. 智育：學習劇本的寫法，改寫課文中的劇本。
2. 群育：學習如何與他人共同排練討論，完成一齣戲劇演出。
3. 美育：體驗戲劇表演的技巧，並確實參與演出。

5. 活動五：(12 節)
英雄立體派
藝文 8 節，綜合 4 節

1. 教師以網路和簡報等教材，介紹畢卡索的立體派風。
2. 學生參觀「世紀大師-畢卡索」特展(戶外教學)，體驗欣賞名畫。
3. 學生以畢卡索立體派畫風的要素進行三國人物的設計，完成後敘說其設計理念，並策辦「看！畢卡索畫三國人物」畫展。

1. 智育：學習寫出自己的創作理念。
2. 群育：學習如何與他人合作策辦畫展。
3. 美育：學習如何欣賞名畫，並運用立體派的要素完成三國人物的創作，並在畫作完成後說出創作理念。

6. 活動六：(4 節)
三國 e 畫廊
彈性 4 節(資訊融入)

7. 活動七：(綜 2 節)
三國英雄榜

1. 學生分組將三國人物的畫作設計及設計理念以 Shine Cue 電子書軟體做成電子書，並分享自己的作品。
2. 讀書會：討論三國的人物的行為與成為自己品德模範之間的想法。

1. 智育：了解電子書的做法，並完成電子書的製作。
2. 群育：學習與他人合作完成電子書及與人分享。
3. 德育：從歷史人物的行為中，找到自己的品德學習典範。

8. 活動八：(6 節)
三國樂棒群雄戰
健體 6 節

1. 學生學習樂樂棒球，並以三國鼎立的時代背景進行班內競賽。

1. 體育：學習樂樂棒球技巧與比賽方式。
2. 群育：學習與他人合作完成樂樂棒球比賽。

肆、教學方法

二、適用學習領域

本教學設計共計包含：國語文、藝術與人文、健體、綜合等學習領域。

三、教學對象：東光國小高年級學生共一班

四、教學時間：共 52 節（語文 16 節、藝文 16 節、健體 6 節、綜合 10 節、彈性 4 節。）

五、教學總目標：

活動名稱	教學總目標	對應的能力指標
活動一： 三國英雄事件簿	<ol style="list-style-type: none">1. 能學習利用便利貼寫下感想。2. 能畫出三國人物的聯想圖及概念圖。3. 能運用高潮圖來表達三國演義書中的內容重點。4. 能從書中找出三國人物特色證據的句子，並完成論據椅。5. 能挑選書中二位人物進行比較異同，並完成比較圖學習單。	<p>語5-3-8-4能主動記下個人感想及心得，並對作品內容摘要整理。</p> <p>語5-3-5-1能運用不同的閱讀策略，增進閱讀的能力。</p> <p>語5-3-5-2能運用組織結構的知識（如：順序、因果、對比關係）閱讀。</p> <p>語5-3-8-1能討論閱讀的內容，分享閱讀的心得。</p> <p>語5-3-8-3能在閱讀過程中，培養參與團體的精神，增進人際互動。</p>
活動二： 推論智多星	<ol style="list-style-type: none">1. 能運用歇後語，進行人物理解的推論。2. 能運用成語和修辭，完成人物描寫的作文。	<p>語5-3-5-1能運用不同的閱讀策略，增進閱讀的能力。</p> <p>語6-3-6能把握修辭的特性，並加以練習及運用。</p>
活動三： 三國小書變變變	<ol style="list-style-type: none">1. 能挑選一個三國演義中的歷史事件進行改編，完成 A4 小書的製作。	<p>語6-3-4-3能應用改寫、續寫、擴寫、縮寫等方式寫作。</p> <p>語6-3-8-2能嘗試創作(如：童詩、童話等)，並欣賞自己的作品。</p> <p>藝1-3-3 嘗試以藝術創作的技法、形式，表現個人的想法和情感。</p>
活動四： 三國「演義動物show」	<ol style="list-style-type: none">1. 能改編空城計的課文，來進行動物版戲劇表演。2. 能運用各種媒材，進行個人角色相關的道具製作。3. 能在晨會時間進行戲劇表演和他人分享。	<p>藝1-3-1 探索各種不同的藝術創作方式，表現創作的想像力。</p> <p>藝1-3-3 嘗試以藝術創作的技法、形式，表現個人的想法和情感。</p> <p>藝1-3-4 透過集體創作方式，完成與他人合作的藝術作品。</p>

五、教學總目標：

活動
名稱

教學總目標

對應的能力指標

活動五：
英雄立體派

1. 能以畢卡索的立體派畫風，根據三國人物的特性完成繪畫。
2. 能說出繪畫創作的理念和構圖的想法。

藝1-3-2 構思藝術創作的主題與內容，選擇適當的媒體、技法，完成有規劃、有感情及思想的創作。

藝2-3-8 使用適當的視覺、聽覺、動覺藝術用語，說明自己和他人作品的特徵和價值。

活動六：
三國e畫廊

1. 能分組將個人的三國人物畫作，製作成電子書。

語5-3-9-1能利用電腦和其他科技產品，提升語文認知和應用能力。

語6-3-7-1能利用電腦編輯班刊或自己的作品集。

資2-3-2 能操作及應用電腦多媒體設備。

資3-3-3 能使用多媒體編輯軟體進行影音資料的製作。

資4-3-5 能利用搜尋引擎及搜尋技巧尋找合適的網路資源。

活動七：
三國英雄榜

1. 能思考三國人物中，值得自己學習的品格模範及行為。

語5-3-8-2能理解作品中對周遭人、事、物的尊重與關懷。

活動八：
三國樂棒群雄戰

1. 能分組編隊呼，於比賽中激勵團隊默契。
2. 能學會樂樂棒球的基本動作和規則，並分組進行競賽。

體3-3-4在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。

體3-3-3在個人和團體比賽中運用戰術戰略。

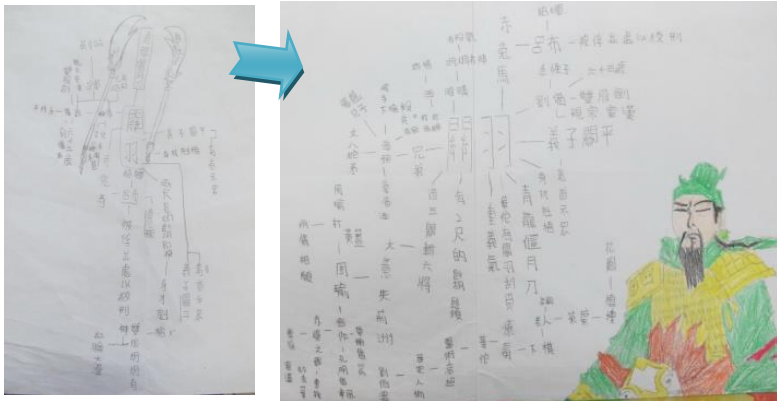
體3-3-5應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。

六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學評量和資源
<p style="text-align: center;">活動一：三國英雄事件簿(共 10 節)</p> <p>一、《三國演義》悅讀趣</p> <p>(一) 學生個人先閱讀《三國演義》引起學習動機</p> <ol style="list-style-type: none"> 請學生利用課餘或回家先完成閱讀《三國演義》，將自己的閱讀想法或隨筆寫在便利貼，貼在書中相對應的頁數。 請學生在閱讀時，挑選一位書中的主要人物，想像自己是那位人物的角色而融入其中，並完成此人的聯想圖練習。 <p>(二) 教師進行學生分組閱讀《三國演義》</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師了解全班學生個別挑選的主角人物為何，討論後將全班分為六組，每組 3-4 人，決定各組的主要討論人物為：劉備、關羽、張飛、趙雲、曹操、孔明、周瑜。 進行小組共讀討論，分享個人閱讀的內容，及便利貼中筆記的想法。 請各組學生利用便利貼，將組員對書中主角人物增加的想法寫上去，並貼在書中相對的頁數。 <p>(三) 畫製人物主角的聯想圖和概念圖</p> <ol style="list-style-type: none"> 畫製人物主角的聯想圖 請學生利用便利貼的內容，個別完成三國人物的聯想圖。 畫製人物主角的概念圖 學生依書中完成三國人物的聯想圖後，小組成員再討論以概念圖分類呈現，例：關羽的家庭背景、個性等。 <p>(四) 學生分組繪製三國演義高潮圖</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師播放《三國志》動畫影片，以欣賞和提問討論的方式引起學習動機，使學生以不同方式了解三國歷史。 教師再運用漫畫或其他三國主題書籍來導讀，例如：空城計學習孔明的自信和機智，使學生以多元方式來理解。 學生依《三國演義》書中章節內容，分組繪製高潮圖，圖中可加上人物或劇情簡介說明，並於課堂分享成果。 <p>(五) 個人完成論據椅學習單</p> <p>教師請學生挑選自己喜愛的三國人物，以書中內容為論據寫下來並標明頁數，提出自己對人物的看法，例：孔明是一個神機妙算的人，加上頁數和插圖完成論據椅學習單。</p> <p>(六) 小組討論和個人完成人物比較圖學習單</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師先以自製簡報說明比較圖的意涵，及其書寫的方法。 請各組學生自行挑選書中二位人物進行比較異同，討論比較的項目及內容，並各自完成比較圖學習單。 	<p>課餘 作業</p> <p>語 2 節</p> <p>語 2 節</p> <p>綜 1 節</p> <p>語 2 節</p> <p>語 1 節</p> <p>語 2 節</p>	<p>《三國演義》 課外讀本 便利貼和 做筆記</p> <p>聯想圖練習</p> <p>討論和分享</p>  <p>便利貼和 做筆記</p> <p>聯想圖 概念圖</p>  <p>《三國志》動畫 《三國演義》漫畫 和相關書籍</p>  <p>高潮圖</p> <p>論據椅學習單</p> <p>比較圖</p> 

活動一：「三國英雄事件簿」教學成果

✧學生依書中三國人物角色的內容，例如以關羽完成個別聯想圖後，小組成員重新討論後以概念圖方式呈現



✧教師進行空城計漫畫的導讀，學習孔明的自信和機智



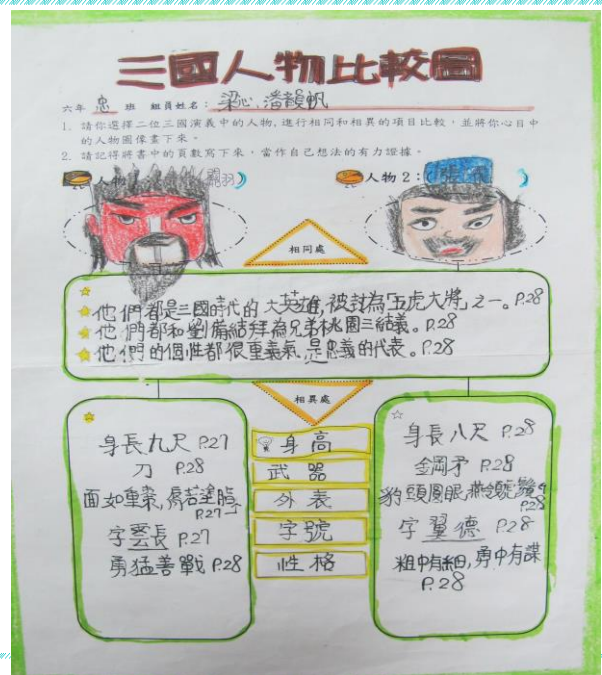
✧學生依《三國演義》書中章節繪製高潮圖，並加上人物或劇情簡介說明



✧學生繪製論據椅的學習單，以書中內容為論據並標示頁數，提出對人物的看法



✧學生自行挑選書中二位人物進行比較異同，並完成比較圖的項目內容



六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
-----------	----	---------

活動二：推論智多星(共4節)

一、教師透過歇後語的推論教學，增進學生對三國人物的理解

(一) 教師進行三國歇後語教學，並請學生完成學習單。

1. 教師說明是「歇後語」是語末之詞隱而不言之意。它可分兩部分：前半部的前提如同謎面作為引導，後半部的說明則像謎底，是表達的重點。即上半部分是比喻，下半部分是本意，習慣常把上半的比喻說出而把下半的解釋隱去。
2. 教師舉例說明歇後語的推論方式。例：關公賣豆腐→人硬貨不硬，可以推論關公的「個性」。
3. 學習單中依人名列出許多有關三國演義的歇後語，請學生利用電腦或書籍等方式查詢，在()中填入正確的答案：例：劉備借荊州 → (有借無還)。

(二) 教師引導學生利用歇後語的內容，進行人物理解的推論，例如：我覺得劉備是一個(有耐心)的人，因為～

他能夠三顧茅廬請孔明來幫他的忙，一起打天下，不厭其煩的一直等到孔明答應為止。另外，我也覺得劉備是一個隨和的人，他不顧自己是皇親國戚的身分，和關羽及張飛桃園三結義，傳成佳話，而且為了得到部下趙雲的信任，不惜將兒子摔在地上，表示自己的想法，而不是用命令的方式，來和大家說話。

二、請學生寫完推論內容後，再拿出小組的三國人物的概念圖，用不同顏色的筆，增加相關的內容，擴增概念圖，使它變得更豐富。

三、教師進行三國人物的作文教學，並請學生完成三國群英傳和三國人物放大鏡學習單。

(一) 教師以三國群英傳學習單的人物相關成語及句子，提供內容來幫助學生進行人物的作文。

1. 三國人物成語秘笈：例如有關「身材」的成語有「虎背熊腰、身強體健、高頭大馬」、容貌、氣質
2. 教師以連連看的方式，請學生找出《三國演義》書中，形容三國人物的文言文，以增進語文的閱讀能力和知識。

(二) 教師以填空的方式，請學生寫出想描寫的三國人物之外表五官、聲音、最喜歡和難忘的一件事、最大的心願及貢獻，將內容寫在三國人物放大鏡的作文學習單。

四、教師引導學生進行讀書會：討論歷史人物有其在社會中的定位與價值，每個歷史人物在重要的歷史事件中，會對後人產生各種的影響。例如：孔明的空城計和草船借箭，讓後人可以學習他的機智與謀略。

語2節

歇後語大進擊學習單



擴增小組三國人物概念圖



三國群英傳學習單

語2節
和課餘
作業

三國人物放大鏡學習單

活動二：「推論智多星」教學成果

學生的「歇後語大進擊」學習單

歇後語大進擊

班級：五年(忠)班 三國大使：(楊媽雅)

小朋友，你知道什麼是「歇後語」嗎？所謂「歇後」就是語末之詞隱而不言，所以「歇後語」可分為兩部分：前半部的前提如同謎面，作為引導；後半部的說明則像謎底，為表達的重點；亦即前半部是比喻，後半部是本意。習慣上常把前半部的比喻說出來，而把後半部的解釋隱去。

現在，請你利用網路查詢三國演義的歇後語，寫它寫在括弧後，再運用歇後語的內容，推斷一下這個人物的個性，進行挑戰吧！

劉備

- 劉關張桃園三結義 → (生死之交)
- 劉備得孔明 → (如魚得水)
- 劉備三顧茅廬 → 好客謙遜
- 劉備借荊州 → (有借無還)
- 劉備的江山 → (哭出來)
- 劉備對著趙雲拜阿 → 收買人心

曹操

- 曹操殺華佗 → 忌憚仇敵
- 曹操遇馬超到鬚髮皆 → 狼狽不堪
- 曹操殺人 → 亂殺一氣
- 曹操吃雞肋 → 食之無味，棄之可惜
- 曹操敗走華容道 → (兵糧馬草)

我的想法

我覺得劉備是一個(有耐心)的人，因為：他能夠三顧茅廬請孔明來幫他忙，一起打天下，不厭其煩的一直等到孔明答應為止。另外，我也覺得劉備是一個隨和的人，他不顧自己是皇親國戚的身分，和關羽及張飛桃園三結義，傳成佳話，而且為了得到部下趙雲的信任，不惜將兒子捧在地上，表示自己的想法，而不是用命令的方式，來和大家說話。

我覺得曹操是一個(隨機應變)的人，因為：他在戰場上打仗時，遇到困難，會隨機應變處理，最後才贏了這場戰爭，我們要向他學習如何隨機應變處理，才不會一敗不可收拾。

教師	1. 能利用網路等方法查詢完成歇後語。		
評分	2. 能運用閱讀的內容，寫下對人物的推論想法。		
自我評量	☆☆☆☆	家長簽名	李春芳

歇後語大進擊

班級：五年(忠)班 三國大使：(楊媽雅)

諸葛亮(孔明)

- 孔明大擺空城計 → (化險為夷)
- 孔明草船借箭 → (滿載而歸)
- 孔明三氣周瑜 → (借刀殺人)
- 孔明揮淚斬馬謖 → 咬牙忍痛
- 孔明七擒孟獲 → 以德服人
- 諸葛亮弄舌 → 裝模作樣
- 諸葛亮的錦囊 → 神機妙算
- 諸葛用兵 → 虛虛實實

關羽(關雲長、關公)

- 關羽降曹操 → 身在曹營心在漢
- 關公進曹營 → 單刀直入
- 關公過五關斬六將 → (斬黃袍)
- 關公喝酒 → (不怕廢話)
- 關公當木匠 → 大刀開斧
- 關公開刀鋪 → 貨真價實
- 關羽失荊州 → 騎兵必敗
- 關雲長刮骨下棋 → (神機妙算)
- 關雲長走麥城 → 最後一招

我的想法

我覺得孔明是一個(聰明)的人，因為：他會使用許多好計謀，來對付敵人，如果敵人沒有防備，就中了孔明的計謀，我們要學習他那厲害的計謀，說不定在以後可以用得著。

我覺得關羽是一個(有情義)的人，因為：他看到劉備、張飛有困難時，他就會派士兵到那裡幫忙，因為他們是好兄弟，我們要學習關羽做一個有情有義的人，不要做個意思意思的。

張飛	1. 張飛戰馬超 → 不相上下	2. 張飛使計謀 → 粗中有細	3. 張飛的媽姓 → 無事生非
周瑜	1. 周瑜打黃蓋 → 一個願打，一個願挨	2. 周瑜謀荊州 → 賺了夫人又折兵	

請你寫完推論後，再拿出人物的心智圖，增加相關的內容，讓它變得豐富當哦！

習單

六年【忠】班 三國小英雄：【梁心】

小朋友，閱讀了許多三國時代的書籍後，你是否想像那些英雄人物的樣子呢？現在，讓我們一起來翻閱和完成秘笈，一探其中的奧妙吧！

三國人物成語秘笈

身材：虎背熊腰，弱不禁風，身強體健，高頭大馬，(高馬大)

容貌：炯炯有神，眼神犀利，方頭大耳，唇紅齒白，眉清目秀，濃眉大眼，儀表堂堂，一表人才，(面如冠玉)

氣質：器宇軒昂，玉樹臨風，文質彬彬，風度翩翩，溫文儒雅

特色：馳勇善戰，身手矯健，冰雪聰明，淡泊明志，才高八斗，才華洋溢，落落大方，(威風凜凜)

小朋友，下面的內容是《三國演義》書中對人物的描寫，請你發揮小偵探的精神，將他們配對連連看吧！

生得身長七尺五寸，兩耳垂肩，雙手過膝，目能自顧其耳，面如冠玉，聲若堂鐘。	關羽
身長八尺，面如冠玉，頭戴綸巾，身披鶴氅，飄飄然有神仙之態。	劉備
身長八尺，豹頭環眼，燕頤虎鬚，聲若巨雷，勢如奔馬。	張飛
身長九尺，髯長二尺；面如重棗，聲若洪鐘；丹鳳眼，臥蠶眉；相貌堂堂，威風凜凜。	呂布
頭戴三叉束髮紫金冠，體掛西川紅錦百花袍，身披獸面吞頭連環鎖，腰繫勒甲玲瓏獅蠻帶；弓箭隨身，手執畫戟；坐下嘶風赤兔馬。	孔明

三國演義人物角色時

在閱讀三國演義中的人物角色時，你是否被他們獨特魅力深深地吸引呢？現在請你化成三國的英雄人物，將他與眾不同的特色讓大家知道吧！

我是三國時期大名鼎鼎，家喻戶曉的人物——**關雲**

我是一個**一身都是膽**的人，我的眼睛**清如水**，像**茂密的樹**一般，眉毛**濃密**的，透露著一股**威嚴**的氣勢。我還有一張**唇若塗脂**的嘴，我最大的特色是**在戰場上我總能馬到成功，左手提長槍，右手提單刀，威風凜凜在戰場中**。

所以你可以很容易從眾人中分辨出我。


我的聲音**雄赳赳**，說起話來**聲如巨響**。至於我的興趣，那就是**騎馬武功**，我特別喜歡在**喝酒**的時候**練武**，讓我的武功更加進步，使我很有成就感。

說起我最難忘的一件事，莫過於有一次，**我揮著長劍和長槍把敵人砍得血流如注，長槍短劍，刀光劍影，讓我看著流著血的人**。

我最大的心願就是**蜀國可以統一天下，輔佐主公妥善管理自己的國家，讓主公受到人民的愛戴**。在這英雄輩出，紛亂擾攘的世代，我在**三國鼎立的時代**，最大的貢獻(影響)就是**在主公最危險的時候，我擔任國家最重要的職位，扛起重大的責任，並有極大的壓力，可是如果沒有我，蜀國可能早就滅亡了。**

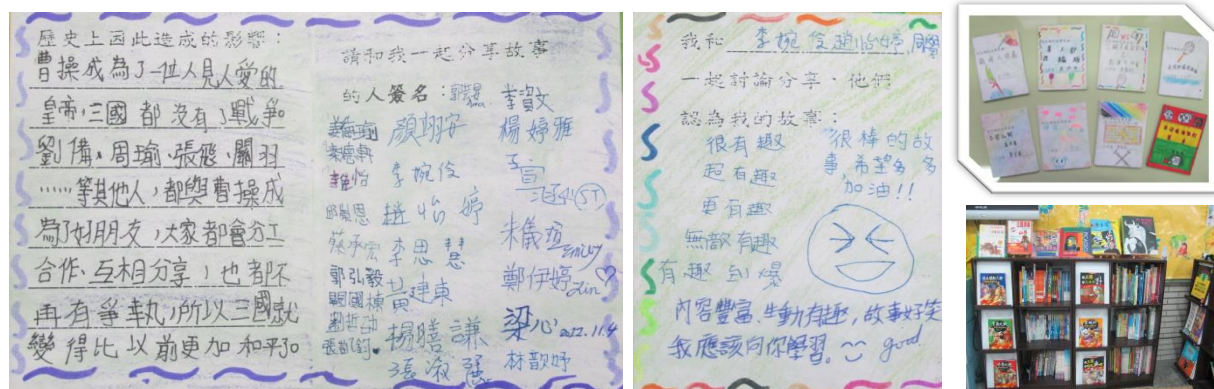
教學目標	1. 能完成人物特色的描寫。	自我評量	☆☆☆☆
家長的話	能夠主動自覺地學習，這個態度最棒！		
人物謎語大進擊	1. 良馬超何。 2. 花容月貌。 3. 再三再拜。 4. 三國時代的哪一位人物是飛毛腿？		

六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
<p style="text-align: center;">活動三：三國小書變變變（共4節）</p> <p>一、教師以書籍引導學生思考三國人物的大事件，再用 A4 紙請學生以八格書的方式，完成改編三國歷史事件和影響小書。</p> <p>（一）小書的內容形式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 封面：我改編的故事名稱，進行挑選一個大家熟知的歷史事件進行改編。 2. 第1頁：寫下自己最喜歡的三國演義的故事內容，作為《三國演義》文本內容教學的省思。 3. 第2~4頁：編寫自己改編的故事內容。 4. 第5頁：寫出改編後在歷史上造成的影響，例1：如果關羽投靠曹操；例2：如果孔明取代劉禪當皇帝。 5. 第6~7頁：跟大家分享並和分享及討論故事的人簽名。 <p>（二）小書的形式：以 A4 紙 8 格書的形式，製作小書，並加上適當的插圖，做出一本具有美感與個人特色的小書</p> <p>二、學生完成小書製作後，進行分享和討論。</p>	<p>語 1 節 綜 3 節</p>	<p style="text-align: center;">小書</p> 

活動三：「三國小書變變變」教學成果

學生的三國小書作品及班級自主學習的三國演義主題書櫃。



活動一至三語文領域圖示與閱讀理解能力評量檢核表

班級	座號	姓名	家長 簽章			
項目	能力指標	評分規準	表現 優異	認真 用心	已經 做到	努力 加油
圖示 與 理解 能力 (50%)	5-3-5-2 能運用組織結構的知識(如：順序、因果、對比關係)閱讀。	1. 能畫出三國人物的聯想圖。				
		2. 能將聯想圖重新分類，修改成概念圖。				
		3. 能運用故事情節，表達三國演義書中的內容重點。				
		4. 能從書中找出三國人物特色的句子，並完成論據椅。				
	5-3-5-1 能運用不同的閱讀策略，增進閱讀的能力。	能挑選書中二位人物進行比較圖(至少三項)，並完成學習單。				
閱讀推 論能力 (10%)	5-3-5-1 能運用不同的閱讀策略，增進閱讀的能力。	能運用歇後語，進行人物理解的推論。				
修辭描 寫能力 (20%)	6-3-6 能把握修辭的特性，並加以練習及運用。	能運用成語和修辭，完成人物描寫的作文。				
寫作改 寫能力 (20%)	6-3-4-3 能應用改寫、續寫、擴寫、縮寫等方式寫作。	能挑選三國演義中的歷史事件進行改編，完成A4小書的製作。				
評分者簽章 與回饋						
我的表現						
家長的回饋						

六、教學活動(含學生與教師活動)和教學評量



設計者：基隆東光國小 王佩蘭、陳湘玲

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
-----------	----	---------

活動四：三國「演」義動物 show (共 10 節)

- 一、教師先以語文課進行第七課《空城計》課文的劇本教學，使學生能了解戲劇表演的場景及內容。
- 二、老師以課文的空城計劇本，請班上學生選擇自己想要演出的角色，主角孔明有二位同學想要演出，所以老師請他們二人依課文的順序，先後唸出課文中孔明的台詞，做為試鏡的表演。全班角色選定後，加入旁白和改寫相關劇本。
- 三、教師以空城計動物版的戲劇，進行排演和練習。
 - (一) 全班分組以連續場景空城計動物版的戲劇表演，例：孔明分別以狡猾的狐狸、威猛的獅子、驕傲的孔雀，三種形式來表達對人物角色的理解以動物版空城計。
 - (二) 老師示範烏鴉版的前哨士兵的演法，張開雙手揮舞表示翅膀的動振，聲音和語調也都有改變，劇本可以加上「啊！啊！」的叫聲。
 - (三) 學生學習老師示範走位的方法，及像老鼠般的士兵出場的表演，所以要偷偷的，加上是二人的共同出場，要注意頭的方向要相反才有趣。
- 四、學生運用各種媒材，例：紙盒做動物的帽子等，進行個人角色相關的道具製作。
- 五、表演練習及道具完成後，於兒童朝會進行全校表演分享。

語 2 節

藝 6 節

藝 2 節
兒童朝會

戲劇表演：
動物版空城計



活動四：三國「演」義動物 show 教學成果



✧ 第二幕空城計練習和表演的劇情，敵人進攻孔明卻氣定神閒的彈琴。

✧ 左上：三組孔明動物版妝扮～聰明的狐狸、威猛的獅子、驕傲的孔雀。

✧ 右上：二位兔子旁白、司馬懿和司馬昭父子的老鼠妝扮。



✧ 左一：劇中的大樹和鳥類士兵的妝扮
✧ 左二：主要配角前哨和眾士兵的狗兒妝扮！

基隆市東光國小活動六：三國「演」義動物 show 【藝文評量檢核表】

班級	座號	姓名	家長簽章
項目	能力指標	評分準則	表現優異 認真用心 已經做到 不夠理想
知識建構	3-3-7 透過戲劇性的表演活動，模仿不同文化、社會之特色，並且尊重他人與團體倫理的概念。	❖對於人物背景了解	
	3-3-9 分組選擇主題，探索藝術與文化活動相關的課題	❖選擇主題的方式	
	2-3-8 以正確的觀念與態度，欣賞各類型的藝術展演活動	❖表達初步構思想法	
表演傳達	1-3-7 在表演戲劇活動中，表現積極合作態度，並表達自己的才藝潛能。	❖傳達主題人物個性	
	1-3-8 透過藝術集體創作方式，表達對社區、自然環境之尊重、關懷與愛護	❖具有創造性的表演	
	2-3-7 使用適當的表演藝術專門術語，描述自己的觀點	❖選擇合作創作的形式	
		❖具有特殊及獨特性	
完整性及表達	3-3-9 分組選擇主題，探索藝術與文化活動相關的課題	❖豐富的表演內涵	
	3-3-8 樂於持續參與各類型藝文活動，並養成以記錄或報告方式呈現自己的觀點和心得	❖合作主題豐富	
		❖表達個人或團體情感	
		❖欣賞別人傳達的創作	
評分簽章與回饋			
我的表現			
家長回饋			

六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量



設計者：基隆東光國小 李仁傑

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
-----------	----	---------

活動五：英雄立體派(共 12 節)

一、教師以網路和簡報等教材，介紹畢卡索的立體派畫風。

(一) 教師延伸 6 上藝文課本翰林版第一單元「藝術點線面」的「一、視覺藝術點線面」的教學內容，以畢卡索立體派的風格，進行三國人物的繪圖。因為為立體派講究單一畫面以多角度的方式呈現，並可以在單一畫面上表現出主角或配角的個性角度，加以解構重組來構成畫面，故利用此一特性讓學生藉由立體派畫風，去呈現三國演義角色中，人物的不同面向及內心性格的表現。

(二) 教師分析畢卡索立體派畫風。(詳見前面教材畢卡索)

(三) 分析立體派作品人物畫構成形式元素色彩特性等。

二、參觀國立歷史博物館展出的「世紀大師－畢卡索」特展，進行團體導覽一小時。

網站簡介：畢卡索(1881-1973)是二十世紀最富盛名的藝術大師，他多才多藝，身兼畫家、雕刻家、版畫家等，作品風格更多樣而善變。他與布拉克共同開創立體派，將自然界的形體解析成抽象與幾何性的基本結構，創新的概念使歐洲繪畫與雕塑產生革命性的深遠影響，甚至啟發音樂與文學的新風潮。本次展出展品皆來自巴黎的畢卡索美術館，62 件作品涵括了油畫、雕塑與版畫，以及一組 50 件的生活檔案照片，提供觀眾畢卡索豐富的藝術創作歷程與多姿的人生概貌。

三、教師請學生以畢卡索的立體派畫風，進行三國人物的繪畫。

(一) 教師先請學生以畢卡索立體派畫風，以自畫像進行練習。

(二) 學生再以素描快速練習構圖描繪三國演義人物特性，套入立體派畫風，每三分鐘完成一副畫，進行六次練習。

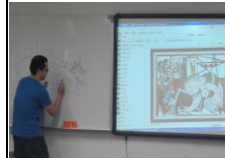
(三) 選擇單一或多位人物進行精確構圖描繪草稿，以立體派畫風呈現。

(四) 請學生完成草稿後，上色構圖完成畫作。

四、教師訪問學生創作的理念和構圖的想法。

五、學生作品和創作理念張貼於學校，舉辦「看！畢卡索畫三國人物」畫展。

藝 1 節



戶外教學



綜 4 節



圖畫

藝 2 節



藝 4 節



訪談

畫展

藝 1 節



學生立體派的三國人物畫像作品

畢卡索三國人物畫展



學生畢卡索立體派的三國人物畫像作品創作和訪談



學生創作訪談 1：張飛很愛喝酒，情緒也很不穩定，常常生氣，所以我把他的臉型畫成像火山一樣。這是劉備，因為他比較少言語，因此我用比較柔合的顏色幫他上色，這是關羽他的臉紅紅的，所以我就用橘紅色幫他上色，關羽的臉的樣子就是跟他的關刀一樣，然後背景就是戰爭的混亂。



學生創作訪談 2：我畫的是三國演義裡面的孔明，因為我把這裡畫得藍藍的就是他很冷靜，他都會很冷靜的把所有的事情都解決。我把他的頭畫得很大，是因為他非常的聰明。這個關刀還有這個矛，就是他在想他的朋友。這個是他們住的家人。這個書代表他非常會看像 36 計那種的書。這裡代表黃沙滾滾。所以孔明是一個非常冷靜和會思考的人。



學生創作訪談 3：我畫的是關羽還有孔明，我把孔明的身體畫成古箏，他休閒的時候都會彈古箏，我希望三國的時候很和平，有說孔明休閒時會彈古箏，在空城計時孔明在彈古箏，營造休閒氣息，他趕走了司馬懿。我把關羽的衣服畫成綠色，因為我覺得綠色是正義感，因為他的刀也是綠色的。他的臉是兩個顏色，因為他很重義氣，因此是深紅色，但是另一面是淺色，因為他有時因為重義氣會忽略一些事情。然後大陸都好山好水，山畫成秋天山頂結冰，它們騎馬時黃沙滾滾，馬在那邊跑。

活動五：英雄立體派教學成果

基隆市東光國小活動五：英雄立體派繪圖作品【藝文評量檢核表】

班級	座號	姓名	家長簽章			
項目	能力指標	評分準則	表現優異 5分	認真用心 4分	已經做到 3分	不夠理想 2分
知識建構 25%	2-3-1-10 透過描述、分析與討論的方式，辨認自然物、人造物與藝術品的美感特徵與視覺要素。 3-3-3-8 運用多種方式蒐集有關視覺藝術之資訊，並養成習慣。 1-3-1-9 探討各種不同的藝術創作方式，瞭解他人的作品，培養自我思考與表達能力。	❖對於故事背景了解				
		❖說出藝術作品的感想				
		❖分析藝術家創作形式				
		❖選擇主題的方式				
		❖表達初步構思想法				
作品傳達 35%	1-3-2-2 構思表現的主題與內容，選擇適當的媒材技法，完成有感情、經驗與思想的作品。 3-3-9-9 分組選擇主題，探索藝術與文化活動相關的課題。 1-3-3-1 透過各種藝術形式，展現自己的特質，並自我評析。	❖主體或趣味性明確				
		❖主題有意義風格想法				
		❖主題人物個性傳達				
		❖作品符合所設定主題				
		❖適合據創造性的題目				
		❖具有特殊及獨特性				
		❖選擇創作的形式				
完整性及表達 40%	2-3-3-4 使用適當的視覺藝術專門術語，審視與說明自己和他人作品的特徵與價值。 3-3-8-3 樂於持續參與各類型藝文活動，並養成以記錄或報告方式呈現自己的觀點和心得。 2-3-8-3 以正確的觀念與態度，欣賞各類型的藝術展演活動。	❖表達創作人物內涵				
		❖豐富的畫面內涵				
		❖人物的詮釋方式				
		❖主題的內涵具有省思				
		❖具有後續發展空間				
		❖與藝術家形式連結				
		❖能表達個人情感				
		❖欣賞別人傳達的創作				
評分簽章與回饋						
我的表現						
家長回饋						



設計者：基隆東光國小 李仁傑

六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
------------------	-----------	----------------

活動六：三國 e 畫廊（共 4 節）

教師以學生三國人物的繪畫創作，加入三國人物的簡介，以電子書的方式呈現作品。

一、Shine Cue 電子書教學 Shine Cue 電子書基本介面與操作說明。

- (一) 介紹 Shine Cue 的介面。
- (二) 多媒體電子書的操作與製作流程。
- (三) 分組並指派電子書作業。
- (四) 利用網站蒐集主題相關資料。



二、學生的三國電子書實作

- (一) 各組依被指派的內容，並利用上堂課在網路上搜集的資料，加入三國人物的簡介，及各組三國人物的繪畫創作，製作相關電子書內容。
- (二) 完成各組電子書內容。

三、電子書匯出成品，電子書專案匯出及匯入，電子書之實際瀏覽操作。

- (一) 教師說明如何操作電子書匯出及入和電子書操作
- (二) 完成分組電子書內容。

四、電子書實際上台報告

- (一) 分組學生上台報告電子書內容並分享心得。
- (二) 老師綜合講評各電子書和報告過程優缺點。



彈 4 節

電子書：
畢卡索話三國



活動七：三國英雄榜（共 2 節）

一、教師總結三國演義教學內容，書中主角人物的特色，例如：孔明的機智，關羽和趙雲的忠義，請學生以三國人物為模範，思考他們值得自己學習的品德行為。



二、請學生思考下列問題，並完成三國英雄榜學習單。

- (一) 你最欣賞三國人物中的哪幾位人物？為什麼？
- (二) 如果要頒英雄榜給三國中的人物，你會頒給哪些人什麼獎呢？為什麼？
- (三) 在三國人物中，你覺得誰是自己可以學習模仿的品德楷模？為什麼？也可以把他們畫下來。

綜 2 節

三國英雄榜
學習單



六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
<p style="text-align: center;">活動八：三國樂棒群雄戰(共 6 節)</p> <p>教師以三國演義中三國鼎立的時代背景，運用健體領域課本的樂樂棒球教學為教材，將學生分為魏蜀吳三隊，以隊呼增加和激勵團隊默契，進行班級樂棒的競賽。</p> <p>一、認識樂樂棒球</p> <p>(一) 配合教學影片介紹，使學生對樂樂棒球規則與操作方式有基本認識。</p> <p>(二) 指導學生練習活動前的熱身動作。動作如下：伸臂舉踵、前彎伸膝、屈膝全蹲、左右仆腿、左右側彎、前彎轉體、前弓後箭。</p> <p>二、傳接球練習教學</p> <p>(一) 熟悉接球動作。動作要領如下：1. 兩手置於胸前，眼睛注視對方，膝部微彎。2. 盡量在胸前雙手接球。</p> <p>(二) 熟悉傳球的基本要領。動作要領如下：1. 握球手向後拉，相對手指向接球者的位置。2. 隨後握球手向前擲出球，球的高度約在接球者胸口位置。</p> <p>三、擊球與接傳練習</p> <p>(一) 擊球練習的熟悉擊球動作。動作要領如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 先將球置於球座，並調整適合的高度。 2. 調整球棒與球接觸的位置。 3. 兩腳微張與肩同寬，呈微蹲姿勢。 4. 兩手緊握球棒並向後拉，以水平揮棒的動線輕碰擊中球心。 5. 完成擊球動作之前，叮嚀學生勿提早起身，以免預先的擊球點偏移。 <p>(二) 擊球與接傳練習，了解接擊出球時的基本動作要領如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 接球前身體微蹲，雙手自然垂下呈接捕姿勢。 2. 接擊出球時，雙眼緊盯球的滾動路線，配合身體移動至最佳位置，以雙手將球擋下。 3. 擋住球後，雙手立刻變換成一手持球一球指向壘包的姿勢，順勢將球傳出。 <p>四、擊球與跑壘</p> <p>(一) 了解跑壘動作與基本規則。</p> <p>(二) 將學生分為兩組，一組練習擊球與跑壘，另一組練習接傳球，並交互練習操作項目。</p> <p>(三) 了解樂樂棒球競賽時，有關跑壘規則與出局方式。</p> <p>五、將學生分為魏蜀吳三隊，進行分組競賽。</p> <p>(一) 場地佈置：將壘板及場地放置完成。</p> <p>(二) 集合整隊熱身和進行隊呼，及進行分組競賽。</p>	<p>體 1 節</p> <p>體 1 節</p> <p>體 1 節</p> <p>體 1 節</p> <p>體 1 節</p> <p>體 1 節</p> <p>體 2 節</p>	 <p>教學影片</p> <p>實作練習</p> <p>實作練習</p>  <p>實作練習</p>  <p>實作練習</p>  <p>實作練習</p> <p>小組隊呼創作</p>  <p>分組競賽</p>

活動八：三國樂棒群雄戰～體育評量檢核表

班級	座號	姓名	家長簽章			
項目	能力指標	評分規準	表現優異	認真用心	已經做到	努力加油
基本動作 (60%)	3-3-4在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	1. 能做出各種投擲、揮棒動作的基本要領。				
		2. 能做出接高飛球、滾地球的基本動作要領。				
		3. 能了解和做出跑壘動作與基本規則。				
運動規則 (20%)	3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	1. 能了解比賽時裁判的手勢，三振、接、刺、封殺的基本規則。				
		2. 能了解樂樂棒球每個守備位置的名稱，及跑壘時五公尺線的規則。				
戰術戰略 (20%)	3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	1. 能了解團隊合作精神，並樂於參與遊戲。				
		2. 能了解守備時，與隊友溝通的重要性。				
評分者簽章與回饋						
我的表現						
家長的回饋						



設計者：基隆東光國小 陳俊光

肆、教學方法

七、教學資源

教材資料：

- (一) 99年《國小國語5下·教師手冊》第二單元「藝術天地」第七課「空城計」。台北：康軒文教事業。

九、教學省思

王佩蘭校長…

經驗是教育的媒介，是成長的核心。藝術活動不只是創造一種表現和作品的方法，也是一種藉由擴展意識、形塑性格滿足對意義的探求及建立與他人接觸的和分享文化的方式 (Eisner, 2002)。這次的統整教學設計，挑戰我們一貫進行統整課程設計的極限，很少嘗試將「閱讀理解」與「藝術活動」整合在一起，沒想到孩子歷經此教學方案所激盪出的「強烈創意」，讓所有的老師眼睛一亮，原來只要給孩子機會，學生在不同表徵形式下，呈現的理解樣貌竟是如此多元精彩。這是我們跟孩子學習的一課，讓我更加體會學習應該是整體的，只有經過「五育」融合的體驗活動，才能讓孩子有平衡的身心發展，快樂且富創意的學習經驗。這次的課程設計經驗讓我們真正看到一個五育兼備的課程能提供孩子「全人」的學習體驗，而提供這類的課程方案是不難的，只要教師能將提供「多元表徵、五育體驗」不同經歷的學習情境放在心中，自然就能在教學設計中自然融入，在教與學的歷程中讓師生均能有不同的學習體驗。

陳湘玲老師…

在這次的課程設計的發想，我們選擇國語《三國演義》的課文，希望能恢復孩子對古典文學的熱情，透過圖示理解課程的設計，學習如關羽的忠義，孔明的機智等，三國時代楷模人物的良好品格，並讓孩子將內心的想法，透過合作思考表達出來，最後能成為一位德智兼具的小達人！在課程教學中，《三國演義》的故事內容和人物，已成為孩子們課餘聊天的話題，他們開心的欣賞和讚美彼此的學習作品，這無遺是對授課老師最大的教學肯定。在這次藝文領域的三國演義動物 show 教學中，由於有外聘表演藝術專長老師的加入，在彼此討論的腦力激盪下，想出可以用動物版的方式呈現；原本我們已設計但較難融入課程的歇後語學習單，也因表演老師提出例如：司馬昭之心——人盡皆知，可以讓學生猜司馬昭的個性如何，推論和理解他應該是有點狡猾、心中不懷好意的人，進而使學生想出以老鼠這種動物來詮釋。為了讓全班學生都能參與演出，學生們以分組接力的方式呈現，在孔明的角色詮釋中，以聰明的狐狸、威猛的獅子、驕傲的孔雀等，三種不同的動物特色來表達。

圖示教學的過程中，我們在高潮圖的繪製中就遇到了難題，因為配合高年級的語文程度，選擇了有成語介紹的版本，多數的學生也能了解其中的意思；但是少數語文程度較差的學生，卻產生了閱讀理解困難。在課程討論中，我們想出可以讓他們閱讀

讓學生自由閱讀，其中的另一項收穫，就是學生除了對文義的理解，更是愛上畫三國人物的圖，在學習單中，真人版、Q版人、電玩版等不同形式，都是學生們的最愛。透過這種延伸閱讀的經驗，也讓孩子真正愛上閱讀。

李仁傑老師…

在「英雄立體派」的活動中，學生充份運用在語文領域教學中的理解能力，例如：因為張飛很愛喝酒，情緒也很不穩定，常常生氣，所以利用引喻的方式，把他的臉型畫成像火山一樣。藉由語文活動的閱讀策略引導，我們真的看到了孩子們在創作的作品中，能表達更深層的意涵。畢卡索說過：我頃畢生之力，學習如何向一個孩子一樣做畫，孩子們的創造力是無限的，只要我們願意給他們機會，他們就會表現得讓我們但為觀止，頭一次將閱讀容易畫畫創作中，讓孩子就由本身的內畫省思，在藉由繪畫創作重新的詮釋出自己內心對於人物的刻畫表現，米羅說過：我甚麼都沒發明，他們本來就存在，孩子們的藝術天分原本就存在，可是必須藉由我們的引導及激發，給他們一個方向，自然孩子就會走出自己的路，藝術會如此的偉大，是經由我們以各種形式去詮釋內在的想法，以閱讀內省的方式再經由多元的表達自我的想法，每個人都可能是未來的藝術家。

陳俊光老師…

體育課程往往是平常教學中最容易忽略的一塊，透過教案的實作，學生可以藉由這個活動，模擬、感受三國時代的緊張、刺激的氛圍，也可以提升學生自我認同與學習團隊合作的精神，更可以藉由比賽時，各組間不同的對戰情形，讓學生思考，如果當年的三國之戰，是今天比賽的結果，對往後的歷史演變會有什麼樣的發展與影響，值得學生深入探討與了解。

最後，在「三國樂棒群雄戰」的活動中，因為學校的運動團隊以樂樂棒球為主要練習項目，學生在耳濡目染下，早已對樂樂棒球充滿熱情；因此，樂棒競賽中，他們更是瀟灑著濃厚的三國鼎立競爭氛圍，之後他們更是勇奪基隆市班級樂棒的冠軍。

伍、成效評估

從教學方案的學生作品表現中看到學生在多元表徵學習歷程中所呈現認知概念的現象非常有趣。學生透過不同表徵形式所產生的經驗，會形成學生怎樣的意象概念。藉由這些不同的表徵形式，學生又如何表現他們對於主要概念的理解。本教學方案中提供不同的表徵形式呈現學生對於「歷史人物」的理解，以下以「散文、戲劇、繪畫」等4種表徵形式進行學生作品分析，從作品分析中呈現不同表徵形式提供學生認知概念的不同表現經驗：

一、以「散文」表徵形式完成之作品所呈現的概念理解

以「散文」表徵形式完成的作品以作業單的片段文章為主。在教學方案計有「歇後語(附件3)、論據椅(附件4)」等2種。在5年級的「歇後語作業單」中，學生需用散文寫出對三國主要人物「曹操、孔明及關羽」的理解，在短短的文字敘述中，學生需要運用「選擇(choose)、描述(describe)、舉例(illustrate)、評價(evaluate)」等不同階段的閱讀理解能力(Hibbard, K. M. & Wagner, E. A., 2003)表現對於歷史人物的理解。以下為學生散文作品摘錄。

曹操：疑心病重。只要他的部下勢力越強大，曹操就會起疑心懷疑他，可是曹操為了不讓他的部下繼位，所以常常毫不留情的把部下殺了，例如華佗的醫術越來越進步，曹操諱病忌醫，最後華佗也死了。孔明聰明絕頂，他能夠在適當的時機，利用奇謀化解危機，真是厲害。例如孔明在空城計裡，先見之明、神機妙算，打敗司馬懿。在草船借箭的故事中，也展現他過人的智慧，成為三國時代的一身全才。.... (【學】-S03(梁生)-10006)。

上述作業單的設計，學生需要從文本中選擇情節，並提出自己對於歷史人物的評價，的確可呈現學生對歷史人物的理解。但要將自己的理解以精煉散文表達出來，需要不同層次的理解、歸納與書寫能力，因此對學生而言頗有挑戰。相較之下，「論據椅」的作業單形式就比較單純，只要學生找出可以支持他所認知角色特質的篇章並記錄頁數即可，學生在這裡雖以文句表現自己的想法，但卻是依照文本中文字進行修改，不需厚實寫作能力，相較於歇後語作業單，本作業單的完成度較高。以下為學生作品的節錄：

孔明是一個暨足智多謀的人，還是一個不可缺少的軍師。

223 赤壁之戰曹操輕敵，大敗給孔明借來的東風。223 孔明利用八卦陣把的人騙得團團轉。223 孔明運用不可思議的法術換來東風。.... (【學】-S04(李生)-10006)

上述經過閱讀以散文方式表達自己閱讀理解的設計，需要許多重要的要素，首先是對於文本的理解力，包含直接理解、間接推論、分析詮釋的能力，還要以文字表達自己理解，兩者兼顧，才能遊刃有餘。

二、以「戲劇」表徵形式完成之作品所呈現的概念理解

戲劇表徵也關係到「意念到形象的轉換」，在戲劇中談到具體的象包含了舞台設計、演員的動作表情、燈光、音樂、音效、服裝等，也就是演員或編劇要表現出的「意」可藉由上述的要素表現出來。學生的表演形式是以創作性戲劇的方式演出，因此著重於人物本身的詮釋。因他們以動物版演出空城計，因此在動物角色的選擇上就呈現出學生對於人物特質詮釋的現象，在選擇動物的過程中曾出現爭議，有的人覺得孔明像狐狸，又有的人覺得孔明像孔雀及獅子，這些都看得出學生對於角色理解與詮釋不同。同時在思考孔明要以何種聲音表現時，表演老師指導學生「要不失莊嚴，因為角色是孔明，不是劉備，又不是真正的大老，要有軍師的表達方式。(【訪】-TA01(陳師)-1000831)」。因此在戲劇表徵不同於其他形式，其服裝、聲音、表情及動作都可表現出學生對於人物的理解與詮釋，也提供了表現不同理解的方式。

三、以「視覺藝術」表徵形式完成之作品所呈現的概念理解

這次5年級「立體三國」的人物繪畫單元中，學生運用「立體派」特色表現對三國人物的了解，其作品表現的現象跟前述戲劇作品大相逕庭，頗富趣味(如表1)。以畢卡索為主的立體派畫風「對於人物刻畫會帶入自己的思想跟判斷去塑造人物的形象，它不是一個具體性的東西，可以讓小朋友很自由的去調整外在的形式，利用立體派構圖去表達對人物的理解。(【訪】-TA03(李師)-1000909)」。視覺藝術作品產出歷程提供學生「將其觀點與想法利用視覺元素的安排與並置，強烈而明確地把主題表現出來，也就是將作品之精神與觀念等內容，透過作品的形式而具體化(邱文彬，2003)」的機會，這點和其他表徵方式有很大的不同。

1、具象的顏色隱喻抽象的人物特質

在學生的作品中看到學生運用對顏色的感覺表現對人物個性的理解。「我把這裡畫得藍藍的就是他很冷靜，會很冷靜的把所有的事情都解決。(【作】-S05(王生)-10009)」、「她的帽子是彩色的，因為很多事情需要頭腦去思考，這些不同的顏色，就是代表不同的想法。(【作】-S06(楊生)-10009)」、「我把孔明的背景畫成藍色，因為我覺得藍色是很柔和、溫暖的顏色，我覺得他比較

優閒的感覺，在空城計時司馬懿帶著百萬大軍來攻打，孔明在這種威脅下還是很優閒。（【作】-S08(朱生)-10009)」、「關羽的臉是兩個顏色，因為他很重義氣，所以是深紅色，但是另一面是淺色，因為他有時因為重義氣會忽略一些事情。（【作】-S09(郭生)-10009)」。經由上述學生敘說之後發現，「以顏色表現自己對於人物的理解」是在其他表徵形式中沒有的，而這種表徵形式更回應到自己的感覺或感動。

2、跳脫外在形體的刻板印象以借代進行關係的連結

另一個有趣的現象是「某些小朋友跳脫外在形體的改變，利用不同的代表物，例如扇子、古箏、帽子等來陳述他們對角色的界定及意義。（【訪】-TA03(李師)-1001011)」。楊生提到「我畫的是孔明，他的身體就是河流，他經過很多事情，事情過了之後就像河流流過去。（【作】-S06(楊生)-10009)」。她用河流表達孔明的豁達、潘生也提到她把孔明的眼睛畫成星星「因為他有遠見的知識，所以把他畫成在晚上可以看到的遙遠星星。（【作】-S07(潘生)-10009)」、還有為了表現孔明的優閒與不懼的特質朱生把「孔明的身體畫成古箏，因為孔明在悠閒的時候常常彈古箏，彈出美妙的音樂。（【作】-S08(朱生)-10009)」這些都可以看到視覺藝術創作提供學生跳脫刻板印象，鼓勵以聯想及想像表現思考的特性。

3、一個畫面同時間呈現中不同的故事

在這次的作品分析中我們也發現由於授課教師選擇立體派的風格，提供學生「可以在一個畫面呈現多角度表現（【訪】-TA03(李師)-1001011)」的機會。因此出現了學生在同一個畫面中展現出不同故事情節的現象。「我畫這個門是描寫空城計的時候如果門關起來，敵軍就不會來了。這個是窗戶可以看到遙遠的山景，也可以看到敵軍要攻過來的樣子。（【作】-S07(潘生)-10009)」在這段敘述中學生在同一個畫面出現了有時間差的故事情節，不同時間段落的故事在同一個畫面中呈現，這個特質在戲劇中也能呈現，但在其他表徵形式中較難出現的。

4、畫面中呈現隱喻的美感

在這次的作品中有一位同學將自己對於人物的理解完全以隱喻的方式表現，她描述「張飛很愛喝酒，情緒也很不穩定，常常生氣，所以我把他的臉型畫成像火山一樣。...背景就是戰爭的混亂。（【作】-S10(鄭生)-10009)」，她以不穩定的火山隱喻張飛易怒的個性，而背景不規則和複雜的色彩隱喻戰爭的混亂，這種表現極有美感。

從上述的分析發現，文字和畫面所能呈現的「意念」的確不同，藝術老師提到不同於以文字表現的明確，以畫面表現時學生內心對於人物「有一個固定的意識形態，例如覺得關羽是怎樣的人，有哪幾種東西可以代表他。【訪】-TA03(李師)-1001011)」，而學生用視覺藝術的元素把這種對人物的理解表現出來，由於自由度很高並支持每個小朋友獨特的詮釋，因此每一位小朋友都能完成，也能敘說自己對於人物理解的表現。

表一:立體三國學生作品一覽表

			
S05 王生作品	S06 楊生作品	S07 潘生作品	S08 朱生作品



從上述不同表徵型態的實作作品分析了解，不同表徵形式讓學生體會並學習不同的表現理解與學習經驗的方式，而這些方式是孩子需要開啟不同感覺才能完成的，例如視覺、聽覺、觸覺等，其表現形式有文字、圖像、肢體動作、語言表達，透過多元表徵形式經驗不同感動與表現歷程，對於所學經驗的理解會有更多面向與不同的體會與感與

陸、反思與建議

以下針對本次多元表徵五育教學設計，提出日後教學團隊再行動的自我反省

一、 針對「多元表徵五育教學方案」的再多元化

這一次的教學方案設計已經打破單一表徵形式的設計窠臼，但是有些表徵形態並未涉及，例如舞蹈(動覺、聽覺、視覺)、音樂、攝影作品(視覺)、廣播劇(聽覺)等，日後在進行教學方案設計時，可以再增加不同表徵形式的美感體驗，豐富學生的體驗環境，產生更多元的經驗，及更多面向的認知概念。

二、 對於「表徵形式與概念表現」間關係的再探討

針對 Eisner(1994)提到的有些特殊的概念如「懸疑」，其特質具有時間性與暫時感，因此以「音樂」表徵形式呈現比以「視覺圖像」表徵形式呈現容易。這一點值得研究團隊教師思考，若要能真正掌握多元表徵形式融入教學歷程，教師必須提昇其藝術素養，對於不同表徵形式的特質有更一層的理解與體會，如此才能掌握何種教學內容以何種表徵形式呈現最好。

三、 確實提供讓「學生選擇表徵形式」之實作任務

在這次教學中發現提供「學生選擇表徵形式」的實作任務在實際教學中有其困難，原因是學生並沒有太多接觸不同表徵形式表達自己所學概念的機會，在「能力」不足的情況下，要學生自己選擇有其困難。但是本方案提供學生選擇表現自己概念之表徵形式是非常重要的體驗歷程，因此日後可以「範圍式的選擇」為原則，提供學生從這次所體驗的表徵形式中做選擇，因為學生已有該項表徵形式的體驗經驗，因此在實務執行應可克服老師指導不易的困難。

四、 從學生多元智能發展看其「接受不同表徵形式」與「表徵形式選擇」的情形

學生的多元智能圖像，確會影響學生「接受」與「選擇」表徵形式的情形，例如有較多接觸圖像及音樂機會的學生，對戲劇及視覺藝術的接受度就很強。部分對於文字表徵接受度較弱的學生，在圖像表徵的課程中卻表現很好。這種情形正呼應 Eisner(1994)所提到表徵形式的選擇會影響自己感知與認知世界的現象，也就是「表徵形式的選擇就是選擇構想世界的方式」。因為學生都用自己最熟悉的表徵方式認識世界，如果接受與選擇的表徵形式太單一，日後面對世界的認知方式也將侷限，因此如何發現學生多元智能發展與其接受或選擇表徵形式的趨向，進而提升學生意識，增進學生多元能力。

柒、參考文獻

- Eisner, Elliot, W. (2002) *The Arts and The Creation of Mind*. Yale University Press: U.S.A.
- Eisner, Elliot, W. (1994) *Cognition and Curriculum Reconsidered*. Columbia

編號：(由決賽單位填寫)

類別： 高中職教師組

國中教師組

國小教師組

師資生組

104 年度《德智體群美五育理念與實踐》
教材教法設計徵選佳作

作品名稱： 風雲人物傳奇

作品中五育融通情形（請勾選）

德育	智育	體育	群育	美育
✓	✓	✓	✓	✓

適用學科(或領域)名稱

國語、藝文、體育、綜合領域

校名	基隆市信義區東光國民小學			
職稱 (教師填)	教師	教師	教師	教師
作者姓名	陳湘玲	蔡佩娟	洪莉萍	易涵好

104 年度《德智體群美五育理念與實踐》教材教法設計徵選 作品自評表

自評項目		自評等級					特色具體陳述
		高	中	低	5	4	
內容周延性	具有設計的理念	✓					6、內容周延性高 (4) 從全語文及社會學習論的觀點，透過孩子們閱讀一系列的偉人傳記，建立孩子的品德學習楷模。 (5) 本方案包含五育的精神。 (6) 教學設計呼應教學目標。 7、教學適用性強 (4) 教學方案具統整課程的精神，統整語文、藝術與人文、體育、綜合等領域。 (5) 教學策略多元化：含表演、討論、實作等。 (6) 以學生實作為主體的教學活動設計，符合以學生為學習主體的精神。 8、呼應多元評量 (3) 本方案各式作業單的評量規準設計及實作作品，呼應多元評量的精神。 (4) 學習單中以不同型態的評量方式，提供不同對象進行評量，如教師、自我及家長評量。 9、表演藝術表融入閱讀理解教學的創新性高 (4) 閱讀理解教學與圖示策略的配合富創新性。 (5) 創作性戲劇的藝術活動與閱讀理解的結合富新意。 (6) 提供學生經歷閱讀理解、合作討論分享，體育活動等，涵蓋德、智、體、群、美五育學習的機會。 10、善用媒體提高教與學的成效 (3) 使用資訊融入教學提高教學品質。 (4) 運用平板電腦及點讀筆，進行小組作品的創作及分享。
	教學目標明確性	✓					
	五育融通的情形(至少二育)	✓					
	所使用教材內容的正確性	✓					
	其他： 目標與教學設計聯繫緊密	✓					
教學適用性	教學活動的設計與所實施教育階段的適切性	✓					
	各項教學活動時間安排的妥適性	✓					
	教學策略採用的多元性與互動性	✓					
	教學省思與建議	✓					
	其他： 以實作任務為導向，符合以學生為主體學習的精神	✓					
評量多元性	形成性與總結性評量方式的兼顧	✓					
	多元評量的策略運用	✓					
	評量設計與教學目標間的關連性	✓					
	其他： 以實作作品評量為主，設計評量檢核表與規準表引導學生自我評量。	✓					
教學創新性	突破或轉化傳統的思維模式與作法	✓					
	具擴展及延伸加以運用的可能性	✓					
	有獨特的設計構想及相關學習策略的運用	✓					
	能有效引導學習者對五育均衡發展的理解	✓					
	其他： 1. 教師以 PIRLS 的四層次閱讀理解進行教學提問和閱讀理解測驗 2. 圖示教學策略及表演藝術展演的融合	✓					
媒體運用性	能善用科技媒體輔助教學	✓					
	能顧及實施的可行性	✓					
	其他： 3. 運用平板電腦和點讀筆進行小組分享作品。 4. 運用班網的功能，將學生的作品放在雲端與他人分享。	✓					

104 年度《德智體群美五育理念與實踐》 教材教法設計徵選

作品設計的特色(摘要)

本作品設計的特色以品德教育為核心，從全語文及社會學習論的觀點，透過孩子們閱讀一系列的偉人傳記，建立孩子的品德學習楷模，由此涵括「德、智、體、群、美」的五育精神，培養全人教育的學習能力與態度。

我們讓孩子閱讀多元的偉人傳記讀本，藉由組織圖的閱讀理解策略教學，以及 PIRLS 的四層次閱讀理解教學和測驗，培養孩子們高層次的閱讀理解能力，使其領會由古至今偉人們成功的原因，及我們能學習仿效他們優點的方法。

此外，結合本校閱讀、資訊及表演藝術課程特色的發展，我們以創作性戲劇理論的觀點，引導孩子們分組閱讀傳記人物讀本，運用平板電腦及點讀筆的資訊科技，撰寫簡易的劇本及演出；使孩子在假設自己為偉人的內在想像，與外在角色扮演的過程中，經由肢體動作的戲劇性展演，將內心與外在世界結合起來，達成楷模學習的教學目標。



104 年度《德智體群美五育理念與實踐》 教材教法設計徵選

壹、作品名稱：風雲人物傳奇

貳、教材與教法設計的理念

一、以品德教育為核心，運用 Bandura 的社會學習論，建立孩子品德學習楷模（德育）

本方案以品德教育為核心，從全人教育的觀點，運用 Bandura 的社會學習論——孩子的學習來自觀察與模仿，讓孩子們閱讀一系列的名人傳記，「走入」名人的世界，領略其思想境界及生活哲理，並從他們的成長過程和處世方式，獲得無窮的生命啟發。

二、運用組織圖及 PIRLS 的閱讀理解測驗，培養高層次閱讀理解能力（智育）

我們從課文本位出發，以 PIRLS 閱讀理解四層次的提問方式，設計傳記人物的閱讀測驗試題，培養孩子推論、分析、詮釋、比較等高層次閱讀理解能力。接著，我們運用人物傳記的課外讀本，指導孩子們在小組合作討論中，學習如何繪製心智圖和魚骨圖，將其生平的重要大事進行摘錄，了解閱讀傳記人物的方法，及讀書報告的基本寫作技巧。

三、透過創作性戲劇理論的觀點，以傳記人物為楷模進行戲劇展演（美、群育）

創作性戲劇教學是經由模倣、想像、扮演、對話等戲劇要素，來學習語言、動作與社會行為等項目，是參與者在假設自己為他人或他物的想像內在過程，與模倣或扮演的的外在過程，經由一般所最熟悉的身體動作、韻律或團體活動等，把學習者的內心與外在世界結合起來（張曉華，2003）。

我們透過「真人博物館」的教學活動，結合視覺及表演藝術，讓孩子以自選的傳記人物為楷模，經由角色扮演來進行戲劇創作的展演。這種方式不僅能訓練孩子蒐集、分析、運用資料的能力，更讓孩子從表演的過程中，體會出每一位傳記人物值得學習之處，俗話說：「見賢思齊」，經由人物楷模來啟發他們未來的人生道路。

四、以林書豪為學習楷模，提升孩子的籃球技能，及團隊合作的精神（體、群育）

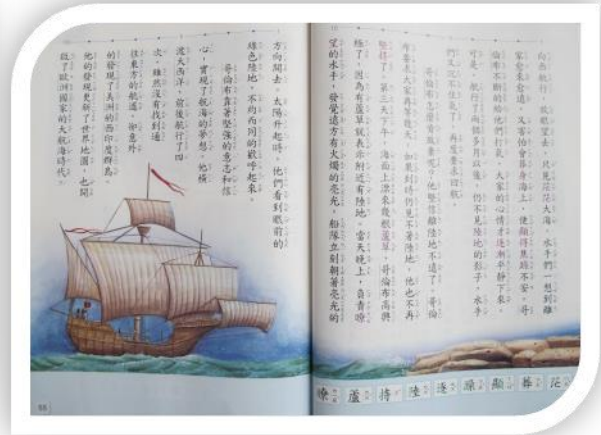
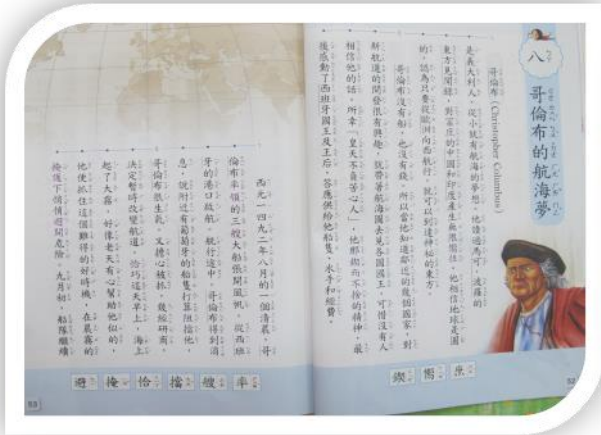
體育教學的理念，在於發展全人的教育，並且可透過多樣的運動型態來落實；而群育的教學，則是一個可以重啟孩子探索人際關係能力的課程。因此，我們藉由孩子們對林書豪的崇拜，帶領他們進入籃球運動，練習正確的基本動作，有助於日後運動技能的發展；也從中培養他們愛運動的濃厚興趣，養成長期運動的好習慣，以促進身體的健康。

我們更希望透過分組的籃球競賽，培養孩子解決問題、提升面對挫折的能力，以及學習團隊合作的精神。我們透過「林書豪故事館」的成立，讓孩子思考林書豪的成功，是多麼得來不易；他對自己的人生規畫，對籃球的熱愛，在球場上的對戰情形中，如何坦然的面對順境與逆境，這些都是值得我們加以學習和仿倣。

參、教材內容

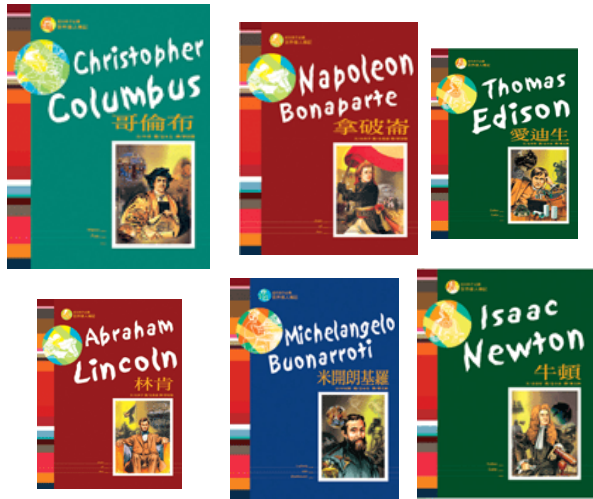
一、國語文和健體領域教學的課文及延伸的課外讀本教材內容：

1. 活動一：四上國語文領域課本第八課《哥倫布的航海夢》課文

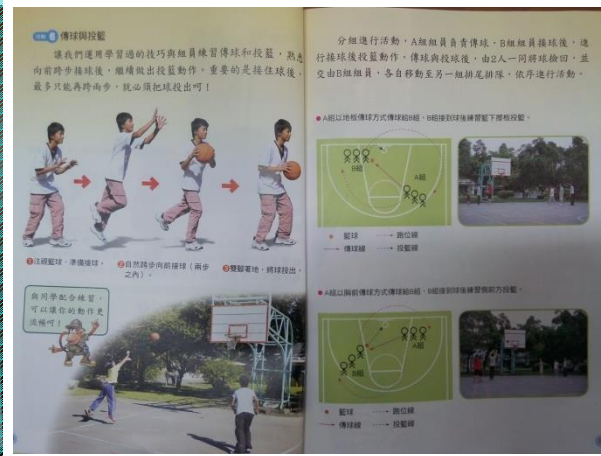


2. 活動二：延伸的課外讀本《成功孩子必讀世界偉人傳記》系列 30 冊

3. 活動五：五上健體領域課本第一單元「安全生活」-6. 「籃球高手」第 28-29 頁



4. 活動五：五上健體領域課本第一單元「安全生活」-6. 「籃球高手」第 30-33 頁



二、國語文領域課本第八課《哥倫布的航海夢》課文文本分析（含結構圖+提問落點）

1. 在《哥倫布的航海夢》的課文中，作者想要表達的主旨：

Q7

第4層次

能學習探險家的精神，在生活中勇敢的嘗試與發現。

2. 哥倫布是一個怎樣的人？

Q9

第3層次

(1) 有堅強的意志和信心的人。

(2) 喜歡航海的人。

(3) 有豐富好奇心的人。

(4) 努力不懈，有信心毅力，鍥而不捨的精神的人。

(5) 有解決問題能力的人。

(6) 口才很好，能說服別人的人。

(7) 有聰明才智的人。

3. 哥倫布和海倫凱勒的共同點：

(1) 都是勇於嘗試錯誤，不畏艱難的人。

Q8

第3層次

(2) 都是有豐富好奇心的人。

(3) 都是有堅定信念，努力向前的人。

(4) 都是對夢想充滿熱情的人。

意義段	自然段	課文內容重點	題目和層次	理解動詞和層次
航海夢及原因	1	哥倫布是義大利人，從小有航海的夢想。 影響他的原因： (1) 馬可·波羅的東方見聞錄，對富庶的 <u>中國</u> 和 <u>印度</u> 產生無限嚮往。 (2) 相信地球是圓的：從 <u>歐洲</u> 向西航行，就可以到達神秘的地方。	Q1	形容 第1層次
實踐航海夢想的物資	2	困難 1 ：哥倫布沒有船，也沒有錢 解決 1 ： 鄰近的幾個國家，對新航道的開發很有興趣， 「皇天不負苦心人」，鍥而不捨的精神， 感動了 <u>西班牙</u> 的國王及皇后，答應供給他船隻、水手和經費。	Q2	第1層次
航行的經過 1	3	啟航時間：一四九二年八月的一個清晨 啟航的方式：哥倫布率領的三艘大船張開風帆，從 <u>西班牙</u> 的港口啟航。 困難 2 ：葡萄牙的船隻打算阻擋他 心情 ：哥倫布很生氣，又擔心被抓， 解決 2 ： 暫時改變航道 在晨霧的掩護下避開危險。	Q3	第1層次

航行的經過 2	4	<p>航行的時間：九月初</p> <p>困難 3：水手的心情低落求回航</p> <p>水手的心情：茫茫大海→離家愈來愈遠→又怕會葬身 在海上→顯得焦躁不安→</p> <p>解決 3： 哥倫布不斷替水手們打氣→大家心情逐漸平靜→</p> <p>困難 4： 航行的時間：兩個多月以後 →水手們再度要求回航</p>	<p>Q4</p> <p>Q5</p>	<p>第 2 層次</p>
航行的轉機和結果	5	<p>解決 4： →哥倫布堅信離陸地不遠，要求大家再等幾天，</p> <p>轉機： 航行的時間：第三天下午， 海面上漂來幾根蘆草→哥倫布高興極了，表示附近有 陸地→</p> <p>結果： 有火燭的亮光→太陽升起時，看到綠色陸地，歡呼起 來。</p>	<p>Q10</p>	<p>第 1 層次</p>
影響	6	<p>總結：<u>哥倫布</u>靠著堅強的意志和信心，實現了航海夢想。</p> <p>影響：他橫渡<u>大西洋</u>，前後航行了四次，雖然沒有找到通往東方的航道， 發現<u>美洲的西印度群島</u>，更新了世界地圖， 也開啟了<u>歐洲</u>國家的大海時代。</p>	<p>Q6</p>	<p>第 1 層次</p>

三、活動一：國語文領域四上第八課《哥倫布的航海夢》教師自編的閱讀理解測驗

(一)PIRLS 閱讀理解四層次的提問設計

1. 下列哪一項不是哥倫布產生航海夢想的原因？[提取訊息]2

- (1)他讀了馬可·波羅的東方見聞錄。
- (2)他認為從歐洲向東航行，就可以到達東方。
- (3)他希望能去其他富庶的國家。
- (4)他相信地球是圓的。

2. 下列哪一項不是哥倫布實踐航海夢想，必須解決的問題？[提取訊息]3

- (1)足夠的錢和船隻。
- (2)其他國家的阻擋。
- (3)大家對他的誤解。
- (4)水手們的情緒。

3. 在葡萄牙的船隻打算阻擋哥倫布的航行時，哥倫布如何解決這個困難？[提取訊息]1

- (1)哥倫布決定暫時改變航道，並且在晨霧的掩護下避開了危險。
- (2)哥倫布派人告訴西班牙國王，請國王派軍隊幫忙。
- (3)哥倫布付錢和葡萄牙談和，希望葡萄牙能不阻礙他們航行。
- (4)葡萄牙臨時改變心意，不派人阻擋哥倫布的航行。

4. 下列哪一項不是水手們在航行過程中，要求哥倫布要回航的原因？[推論訊息]3

- (1)因為水手們思念家人，所以想回家。
- (2)因為水手們覺得這次航行不會達成目的。
- (3)因為擔心被葡萄牙的船隻搶走船隻裡的財物。
- (4)因為水手們擔心自己會葬身在海上。

5. 你覺得哥倫布在航行中曾用了哪些方法，來安撫想回航的水手們的心情？[推論訊息]4

- (1)用言語不停地安慰水手們。
- (2)用堅定的信念來感動水手們。
- (3)以過人的智慧來解決航行中的困難，使水手們產生信任。
- (4)以上皆是。

6. 哥倫布實現了自己的航海夢想，對後來造成的影響是什麼？[提取訊息]4

- (1)他找到通往東方的航道。
- (2)他發現了非洲的好望角。
- (3)他自己畫了一張新的世界地圖。

(4)他開啟了歐洲國家的大海時代。

7. 你覺得在《哥倫布的航海夢》的課文中，作者想要表達的主旨是什麼？[比較評估]2

- (1)航海探險是一件驚險有趣的事情。
- (2)能學習探險家的精神，在生活中勇敢的嘗試與發現。
- (3)航行的途中，能欣賞到許多令人喜愛的風光。
- (4)率領航隊是一件不容易的事。

8. 在下列描述哥倫布和海倫凱勒的共同點中，哪一項是錯誤的？[詮釋整合] 2

- (1)都是勇於嘗試錯誤，不畏艱難的人。
- (2)都是喜歡航海，到處旅遊的人。
- (3)都是有豐富好奇心的人。
- (4)都是有堅定信念，努力向前的人。

9. 你覺得哥倫布是一個怎樣的人？請你根據課文中描述的句子，加以推論和詮釋後，來說明你的理由。[詮釋整合]

我覺得哥倫布是一個：_____

我的理由是因為：_____

10. 請從課文中各找出一個形容主角情緒的語詞，並寫下他們產生這個情緒的理由。[提取訊息]

主角	情緒的語詞	依據文本訊息的推論理由
哥倫布		
水手們		

(二) 評分說明

一、選擇題：1-8 題，每題 10 分

二、開放題：9-10 題，每題 10 分

9. 你覺得哥倫布是一個怎樣的人？請你根據課文中描述的句子，加以推論和詮釋後，來說明你的理由。[詮釋整合]

我覺得哥倫布是一個：_____

我的理由是因為：_____

評分標準

10 分 能明確提出自己對於哥倫布的看法，並從課中文找出一個理由。

5 分 能提出自己對於哥倫布的看法，但並未找出理由；或已找出理由，但自己未提出對於哥倫布的看法。

0 分 未能提出任何想法及理由，或答案不符題目。

參考例子

10 分 能明確提出自己對於哥倫布的看法，並從課中文找出一個理由。

我覺得 <u>哥倫布</u> 是一個怎樣的人	我的理由	自然段
(1)有堅強的意志和信心的人。 (2)喜歡航海，有豐富好奇心的人。 (3)從小有遠大夢想的人。	<u>哥倫布</u> 靠著堅強的意志和信心，實現了航海夢想。	第 6 段
(4)努力不懈，有信心毅力，鍥而不捨的精神的人。	他橫渡 <u>大西洋</u> ，前後航行了四次，雖然沒有找到通往東方的航道，發現 <u>美洲的西印度群島</u> ，更新了世界地圖，也開啟了 <u>歐洲</u> 國家的大海時代。	第 6 段
(5)有解決問題能力的人。 (6)口才很好，能說服別人的人。 (7)有聰明才智的人。	<u>哥倫布</u> 要求大家再等幾天，如果到時仍見不著陸地，他也不再堅持了。 <u>哥倫布</u> 不斷替水手們打氣，大家心情才逐漸平靜下來。	第 4 段

5 分 能提出自己對於哥倫布的看法，但並未找出理由；或已找出理由，但自己未提出對於哥倫布的看法。

可接受答案

— 有創意的人。

0 分 未能提出任何想法及理由，或答案不符題目。

— 無趣的人。

10. 請從課文中各找出一個形容主角情緒的語詞，並寫下他們產生這個情緒的理由。[提取訊息]

評分標準

10 分 答案明確指出一個形容主角情緒的語詞和產生的原因。

5 分 答案明確指出一個形容主角情緒的語詞或產生的原因。

0分 答案未能指出形容主角情緒的語詞和產生的原因，或寫得太籠統和不正確。

參考例子

10分 答案明確指出一個形容主角情緒的語詞和產生的原因。

可接受答案

主角	情緒的語詞	依據文本訊息的推論理由
哥倫布	哥倫布很生氣又擔心	因為葡萄牙的船隻打算阻擋他，哥倫布擔心會無法順利航行。
	哥倫布高興極了	因為海面上漂來幾根蘆草，表示附近有陸地。
水手們	焦躁不安	因為離家愈來愈遠，又怕會葬身在海上。
	大家心情逐漸平靜	因為哥倫布不斷替水手們打氣。
	歡呼起來	因為看到眼前的綠色陸地。

四、《哥倫布的航海夢》課文「自然段」的段落標示：

(1)哥倫布(Christopher Columbus)是義大利人，從小就有航海的夢想。他讀過馬可·波羅的東方見聞錄，對富庶的中國和印度產生無限嚮往。他相信地球是圓的：只要從歐洲向西航行，就可以到達神秘的東方。

(2)哥倫布沒有船，也沒有錢。當他知道鄰近的幾個國家，對新航道的開發很有興趣，就帶著航海圖去見各國國王，可惜沒有人相信他的話。所幸「皇天不負苦心人」，他那鍥而不捨的精神，最後感動了西班牙的國王及皇后，答應供給他船隻、水手和經費。

(3)西元一四九二年八月的一個清晨，哥倫布率領的三艘大船張開風帆，從西班牙的港口啟航。航行途中，哥倫布得到消息，說附近的葡萄牙的船隻打算阻擋他，哥倫布很生氣，又擔心被抓，幾經研商，決定暫時改變航道。恰巧這天早上，海上起大霧，好像老天有心幫助他似的，他便抓住這個難得的好時機，在晨霧的掩護下悄悄避開危險。

(4)九月初，船隊繼續向西行，放眼望去，只見茫茫大海，水手們一想到離家愈來愈遠，又怕會葬身在海上，便顯得焦躁不安。哥倫布不斷給他們打氣，大家的心情才逐漸平靜下來。可是，航行了兩個多月以後，仍不見陸地的影子，水手們又沉不住氣了，再度要求回航。

(5)哥倫布怎麼肯放棄呢？他堅信離陸地不遠了。哥倫布要求大家再等幾天，如果到時仍見不著陸地，他也不再堅持了。第三天下午，海面上漂來幾根蘆草，哥倫布高興極了，因為有蘆草就表示附近有陸地。當天晚上，負責瞭望的水手，發覺遠方有火燭的亮光，船隊立刻朝著亮光的方向開去。太陽升起時，他們看到眼前的綠色陸地，不約而同的歡呼起來。

(6)哥倫布靠著堅強的意志和信心，實現了航海夢想。他橫渡大西洋，前後航行了四次，雖然沒有找到通往東方的航道，卻意外發現美洲的西印度群島。他的發現更新了世界地圖，也開啟了歐洲國家的大海時代。

五、活動五「籃球高手」：教師自編學習單 1~勇於追夢的「豪小子」！



勇於追夢的「豪小子」！



【 】年【 】班【 】號 組別：【 】 籃球高手：
【 】

小朋友，你是否有自己的偶像，夢想也和他們一樣，成為一位家喻戶曉的人呢？現在，讓我們一起來學習不被失敗打倒，勇於追夢的「豪小子」——林書豪，怎麼成為一位成功的偶像吧！

一、請你們先利用平板電腦搜尋林書豪的成長故事，再畫出他到現在的生命曲線圖。



二、了解林書豪的成長故事後，你認為他能達成夢想的關鍵是什麼？



三、你覺得成功的人都是運氣好嗎？還是有其他因素，請舉例說明。



五、在遇到失敗、挫折沮喪的時候，我應該用怎麼樣的心情去調適？

教師評分	很不錯	還可以	要加油	1. 能利用網路查詢資料，完成典範人物的生命曲線圖。 2. 能體會成功的人，都是必須付出辛苦的努力。
	很不錯	還可以	要加油	

五、活動五「籃球高手」：教師自編學習單 2~灌籃高手

灌籃高手

【 】年【 】班【 】號 灌籃高手：【 】

小朋友，你是否也想成為一位灌籃高手呢？現在，就讓我們一起在籃球場上，展現你的真功夫吧！

一、從這次籃球課程中，你學會哪些籃球技巧？

1.運球：重心放低。

以指腹控球，像地板反覆推送。

眼睛注視前方。

另一手做出保護動作。

2.傳球：指尖迎向來球的方向。

接球後，手臂輕往後擺，減緩接球力量。

以指腹持球於胸前，單腳向前跨出，重心在前。

傳球時，只能動一隻腳，不可雙腳移動傳球。

3.投籃：雙手持球，掌心朝向目標，減緩接球力量雙腳開立與肩同寬，膝關節彎曲，身體微向前傾，重心放在前腳掌。

投球時，手臂伸直，手腕下壓，藉由前腳掌往上蹬的力量，將球朝向目標推出。

4.比賽：能瞭解比賽時，基本運用的術語及犯規動作。

能瞭解籃球運動每個守備位置的名稱，及進攻時的簡單策略。

二、請將發現自己最佳的投籃地點記錄下來，並在籃球場地圖上畫下說明簡圖。



三、你覺得在籃球比賽中，團隊合作重要嗎?為什麼?

四、你覺得這次籃球比賽中，勝利組別獲勝的關鍵原因是甚麼?為什麼?

五、我在這次的課程中學會了什麼?我將它們運用在這次的比賽中，對團隊有什麼貢獻，或是發現自己進步的地方在哪裡?

教師 評分	很不錯	還可以	要加油	1. 能學習籃球動作的基本技巧。 2. 能體會和學習團隊合作的重要性。
自我 評量	很不錯	還可以	要加油	家長簽名和鼓勵

自主學習加油站

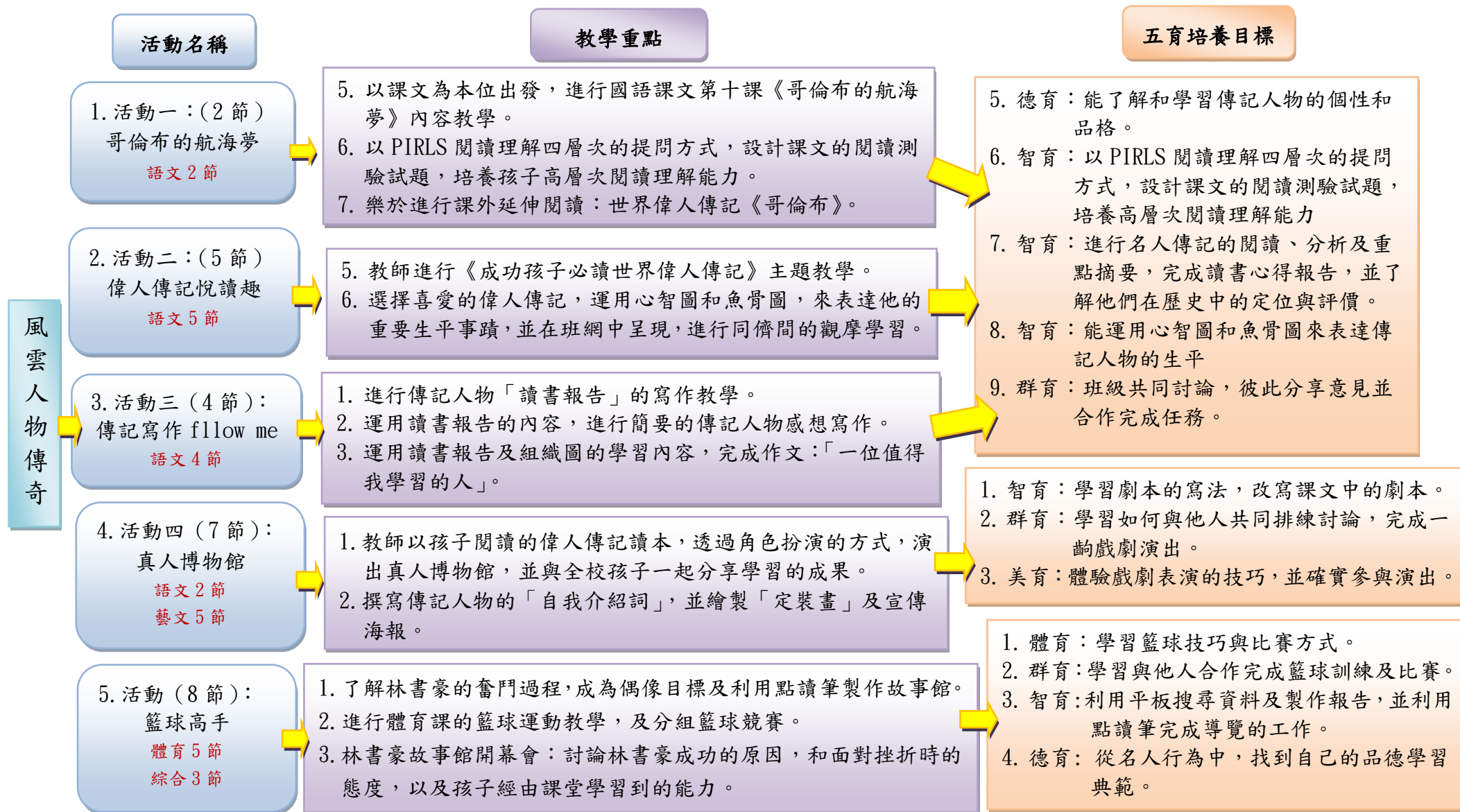
1. http://www.cosmiccare.org/Magazine/2011/201110_true.asp 宇宙光雜誌/哈佛小子籃球夢
2. <http://basketball.sina.com.hk/cgi-bin/nw/show.cgi/2/2/2/326860/1.html?l=161419> sina 新浪香港/小時候的林書豪
3. <http://blog.udn.com/rawakau/6189495> 自由作家 Henry/林書豪成功背後的辛酸
4. <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E6%9E%97%E6%9B%B8%E8%B1%AA> 維基百科/林書豪

五、活動五「籃球高手」：教師自編體育評量檢核表

班級	座號	姓名	家長 簽章				
項目	能力指標	評分規準	表現 優異	認真 用心	已經 做到	努力 加油	
基本動作 (60%)	3-3-4在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	1. 能做出各種運球、傳球、投籃動作的基本要領。					
		2. 能做出曲線運球、行進間傳球的基本動作要領。					
		3. 能了解和做出接球投籃動作與基本規則。					
運動規則 (20%)	3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	1. 能了解比賽時基本運用的術語及犯規動作。					
		2. 能了解籃球每個守備位置的名稱，及進攻時的簡單策略。					
戰術戰略 (20%)	3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	1. 能了解團隊合作精神，並樂於參與遊戲。					
		2. 能了解比賽時，與隊友溝通的重要性。					
評分者簽章 與回饋							
我的表現							
家長的回饋							

肆、教學方法：

一、教學重點



肆、教學方法

六、適用學習領域

本教學設計共計包含：國語文、藝術與人文、健體、綜合等學習領域。

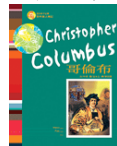
七、教學對象：102-103 學年度四年忠班和五年忠班的學生，共二班



八、教學時間：共 26 節（國語文 13 節、藝文 5 節、健體 5 節、綜合 3 節。）

九、教學總目標：

活動名稱	教學總目標	對應的能力指標
活動一： 哥倫布的 航海夢	<ol style="list-style-type: none">1. 能理解傳記人物的課文內容。2. 能完成傳記人物的閱讀理解測驗。	<p>語5-2-13 能讀懂課文內容，瞭解文章的大意。</p> <p>語5-2-10 能思考並體會文章中解決問題的過程。</p> <p>語5-2-14-2 能理解在閱讀過程中所觀察到的訊息。</p>
活動二： 偉人傳記 悅讀趣	<ol style="list-style-type: none">1. 能樂於閱讀並選擇喜愛的偉人傳記。2. 能學習運用心智圖和魚骨圖，來表達偉人傳記的重要生平事蹟。	<p>語6-2-1 能經由觀摩、分享與欣賞，培養良好的寫作態度與興趣。</p> <p>語5-2-14-3 能從閱讀的材料中，培養分析歸納的能力。</p>
活動三： 傳記寫作 follow me	<ol style="list-style-type: none">1. 能學習人物傳記的「讀書報告」撰寫方法及其相關寫作。2. 能寫出對偉人傳記內容的感想。3. 能運用班網進行寫作的討論和分享。	<p>語6-2-4 能概略知道寫作的步驟，逐步豐富內容，進行寫作。</p> <p>語6-2-7-4 能配合閱讀教學，練習撰寫心得、摘要等。</p> <p>語5-2-8 能共同討論閱讀的內容，並分享心得。</p>
活動四： 真人 博物館	<ol style="list-style-type: none">1. 能整理資料後寫出人物的自我介紹詞，並將內容錄製於點讀筆中。2. 能針對所扮演的角色服裝造型做相關的研究，並做出適合自己造型的裝扮。3. 設計演出時所要表演之動作，並加以練習。4. 能進行真人博物館之演出。	<p>語5-2-9 能結合電腦科技，提高語文與資訊互動學習和應用能力。</p> <p>語5-2-8-3 能在閱讀過程中，培養參與團體的精神，增進人際互動。</p> <p>語6-2-2-1 能練習寫作簡短的文章。</p> <p>藝1-2-2 嘗試以視覺、聽覺及動覺的藝術創作形式，表達豐富的想像與創作力。</p>
活動五： 籃球 高手	<ol style="list-style-type: none">1. 能學會籃球的基本動作和規則，並分組進行競賽。2. 能分組製作故事館，並在比賽中激勵團隊默契。3. 能學會如何面對挫折，及尋找解決的方法。	<p>體3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。</p> <p>體3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。</p> <p>體3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。</p> <p>綜3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效的處理人際互動的問題。</p>

六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學評量和資源
<p>活動一：哥倫布的航海夢（2節）</p> <p>（一）課文本位閱讀理解教學－《哥倫布的航海夢》</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師進行國語課文第十課《哥倫布的航海夢》內容教學 教師以 PIRLS 閱讀理解四層次的提問方式，設計課文的閱讀測驗試題，培養孩子推論、分析、詮釋、比較等高層次閱讀理解能力。 教師請孩子完成《哥倫布的航海夢》閱讀理解測驗，幫助孩子了解和提升自我的閱讀理解能力。 <p>（二）課外延伸閱讀教學：世界偉人傳記－《哥倫布》</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師透過說故事的方式，選擇和課文相互呼應的內容，進行《成功孩子必讀世界偉人傳記》系列書籍中，《哥倫布》的讀本教學，引發孩子閱讀學習的動機和樂趣。 請學生課堂結束後，課餘完成《哥倫布》傳記的閱讀。 	<p>國 2 節</p> <p>課餘完成閱讀</p>	<p>國語課文： 《哥倫布的航海夢》</p> <p>教師自編：《哥倫布的航海夢》 閱讀理解測驗 （見 p. 8-9）</p> <p>《哥倫布》傳記讀本 </p>
<p>活動二：偉人傳記悅讀趣（5節）</p> <p>（一）教師進行《成功孩子必讀世界偉人傳記》主題教學，以說故事和提問討論的方式，以引領學生的進入人物傳記的探討主題。</p> <p>（二）請學生自行選擇一本想深入了解的世界偉人傳記。</p> <p>（三）教師以 X-mind 軟體自編傳記人物《哥倫布》心智圖和魚骨圖，說明學生自選傳記人物以圖示表達的方法。</p> <ol style="list-style-type: none"> 心智圖應包含的項目：家庭背景，長相，個性，興趣，夢想和成就等。 魚骨圖：以傳記人物的生命時間軸，參考讀本的故事主題，加上頁數標示，簡要歸納出生平事蹟。 <p>（四）請學生課堂練習後，回家完成心智圖和魚骨圖。</p> <p>（五）教師請學生在課堂上，分享報告和討論自己完成的心智圖和魚骨圖，並再次進行修改討論後於班網中呈現，進行同儕間的觀摩學習。</p>	<p>國 1 節</p> <p>國 3 節</p> <p>課餘完成閱讀 1 節</p>	<p>《成功孩子必讀世界偉人傳記》</p> <p>教師自編《哥倫布》心智圖和魚骨圖的教材</p> <p>學生的圖示學習單：心智圖和魚骨圖 分享討論及圖示再修正，並在班網中呈現</p>
<p>活動三：傳記寫作 follow me（4節）</p> <p>（一）教師以語文課本統整活動四「寫作指導－如何寫讀書報」的內容，進行傳記人物「讀書報告」的作文教學，說明「讀書報告」的格式及寫作要素。</p> <ol style="list-style-type: none"> 有關書的小檔案：書名、作者、出版者、出版時間等。 內容簡介：內容的開始、經過、結果。 讀後心得：學到的新知等。 其他：優美詞句及想到的問題等。 針對傳記人物的特色，教師請孩子閱讀時，記錄人物的名言，及其成功感人之處，正是我們要學習的地方。 <p>（二）教師請學生回家完成自選傳記人物的讀書報告，「題</p>	<p>國 2 節</p> <p>課餘完成寫作</p>	<p>國語課本統整活動四：如何寫讀書報告</p> <p>文本：《成功孩子必讀世界偉人傳記》</p> <p>讀書心得報告</p>

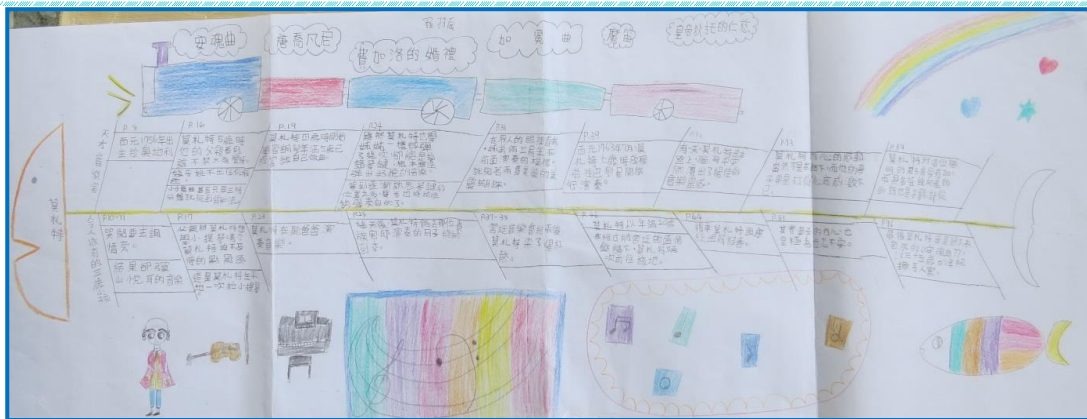
<p>目：讀書心得報告一 000」，並於課堂進行賞析。</p> <p>(三) 教師以「讀書報告」內容，教孩子以摘要內容的方式，進行對傳記人物的感想教學。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請學生運用讀書報告的內容，進行簡要的傳記人物感想寫作，並說明寫作要素：簡單生平介紹、興趣、個性、名言等的介紹，最後加上自己的感想，寫作題目：「我對傳記人物的感想一000」。 2. 教師請學生運用平板電腦，至班級網路平台欣賞同學的作品，進行觀摩交流和發表討論。 <p>(四) 教師結合國語文習作的作文練習，題目：一位值得我學習的人，應用上述「讀書報告」內容，來完成寫作。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請學生運用讀書報告的內容，融入傳記人書中的名言和優美詞句，豐富自己的作文深度。 2. 教師運用習作內容和練習範文，說明四個段落的主要內容結構，並提醒學生重點在於一傳記人物如何值得我們學習，及對自己的影響和改變。 3. 教師請學生回家完成「作文題目：一位值得我學習的人」。 	<p>國 1 節</p> <p>課餘完成寫作</p> <p>國 1 節</p> <p>課餘完成寫作</p>	<p>傳記人物感想</p> <p>平板電腦</p>  <p>作文：一位值得我學習的人</p> 
--	---	---

活動二：學生的偉人傳記「心智圖和魚骨圖」成果作品

學生的偉人傳記作品一～莫札特的心智圖



學生的偉人傳記作品二～莫札特的魚骨圖



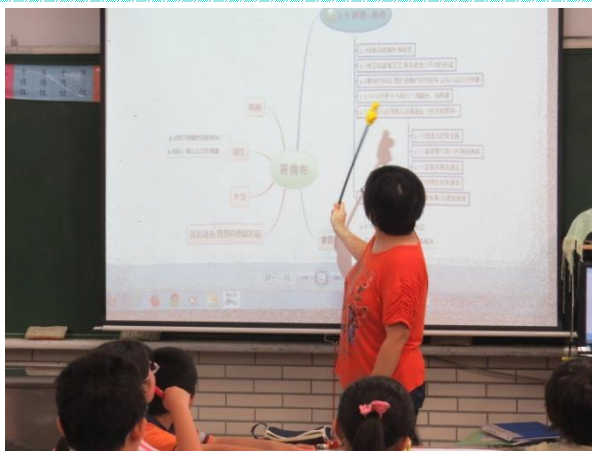
活動二：「偉人傳記悅讀趣」教學成果照



✧ 學生閱讀自己選擇的傳記人物和討論



✧ 教師以魚骨圖說明傳記人物的一生



✧ 教師以心智圖說明記錄傳記人物的方式



✧ 學生閱讀書籍並完成魚骨圖及心智圖



✧ 學生展示完成的魚骨圖，教師再說明可增修之處，再次進行修正和討論



✧ 修正後的心智圖和魚骨圖於班網中呈現，學生可利用課餘上網，進行同儕間的觀摩學習。

活動三：「傳記寫作 follow me」的學生成果作品

✧學生傳記寫作的作品一：「讀書心得報告—哥倫布」

書名：哥倫布

作者：宋明鎬

出版者：台灣麥克股份有限公司

出版日期：2009 年

內容大意：

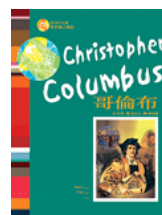
1451 年出生於義大利熱那亞的哥倫布，從小就夢想著搭船航海。他以托斯卡內利的地圖說為根據，為尋找到東方的新航線而用心計畫。然而過了許多年的等待，他終於才獲得西班牙伊莎貝拉女王的經費贊助，順利展開具有歷史意義的大航海。在那次航行中，哥倫布果然發現當初預期的新大陸。不過，哥倫布到死為止，一直深信那塊新大陸是亞洲的一部分，其實是現今的美洲大陸。哥倫布勇於挑戰新世界的探險精神，讓他成功完成新大陸的航海之旅。

感想：

我覺得哥倫布為了他的夢想，不怕困難，勇往直前，遇到困難就知道去尋求幫助，永不放棄、鏗而不捨的精神，很值得我們學習，「人因夢想而偉大！」這就是我喜歡哥倫布的地方。

優美句子：

1. 海面平靜，天氣溫和，但航行這麼久，卻只看到藍藍的天空和茫茫的大海。
2. 無論多麼簡單的事，要率先成功卻是不容易的。



✧學生傳記寫作的作品二：「一位值得我學習的人—愛迪生」作文

作文題目：一位值得我學習的人

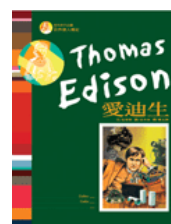
四忠 小帆

愛迪生是眾所周知的發明家，電燈泡、同步發報機、留聲機等二千多品，都是他創造的常用機器。他出生在於美國的小鎮米蘭，小時候他像猴樣，不但頑皮，還常跑去外面冒險。

愛迪生從小就好動、愛發問，他對事情充滿好奇心，喜歡打破砂鍋問到底。由於當時的教育方式比較刻板，不喜歡學生自由思考，因此愛迪生追根究柢的特性，反而被老師評斷是位低能兒，所以愛迪生的整個小學教育，是在母親身邊完成。

愛迪生除了喜歡冒險之外，也很著迷發現。小時候他喜歡四處觀察，別人不敢嘗試的事，他反而搶著先做，遇到困難就會想辦法問到答案，例如：鵝為什麼要靜靜的坐在蛋上面？為甚麼要讓蛋保持溫暖？溫暖的卵蛋，小鵝就會生出來嗎？這些都是愛迪生問關於蛋的問題。

愛迪生總共發明了二千多種常用的機器。他發明的某些機器，終於讓黑夜變成的白晝，他的發明讓我們的生活更方便，而他努力奮鬥的精神更令人感動，更值得我去學習。



項物
子一
到

✧ 學生傳記寫作的作品二：「一位值得我學習的人－藝術家米開朗基羅」作文

活動三：「傳記寫作 follow me」的學生成果作品

作文題目：一位值得我學習的人

四忠 婷婷

米開朗基羅出生在美國，家裡非常富有，個性開朗卻有點調皮，努力不懈的精神，是一位喜歡畫畫、雕刻，又多才多藝的人。



有著

米開朗基羅的一生中，創作就是他的一切，甚至年過八十歲時，他仍不斷地切磨石材；無論任何石材，只要遇到米開朗基羅的雙手，就變成栩栩如生的藝術品。1564年，以八十九歲高齡逝世的米開朗基羅，雖然在那一刻消逝，但是他所創作的藝術作品，仍永遠留在許多人的心中。

然不

如生

1546年，他擔任聖彼得大教堂的建築監督之外，仍然不斷創作，晚年時期主要創作苦惱的靈魂，藉此表現自己內心深處的想法。雖然如此，只要從他的繪畫或雕像中，我還是可以感受到人類強而有力的生命力，他比任何一位藝術家，更偉大的表現出人類的尊嚴。

米開朗基羅無論遇到什麼難過的事情，總是努力不懈的走下去，絕不會半途而廢的站在原地。他的成長過程對他來說，是一個奇幻的世界，讓他一步一步的往前邁進探索，從來不會因為失敗而放棄。他在每個人生階段，都能突破難關，堅持而不放棄，也讓我們學習到他在作品裡所要表達的想法，這就是值得我學習的人——「米開朗基羅」。

✿ 放置班網分享的學生傳記寫作的作品三：「我對傳記人物的感想－莫札特」

統計資料
班級成員審核
線上教學

主選單管理

主題：莫札特(小辰)

內容：
莫札特是一位天才音樂家，他的爸爸是一位宮廷小提琴樂師，莫札特從四歲就會彈鋼琴，在大一點就在各地表演。他有一頭金髮，一雙藍眼，可是小時候臉皺巴巴，所以他媽媽對他的成長沒什麼信心。他從小的興趣就是音樂，一開始先是學鋼琴，後來又學小提琴。他的個性可以說是勇於嘗試、永不放棄、堅強不服輸，他說過一句名言：「藝術是一種捉摸不定的魔法啊！」最後，他擁有了非凡的成，不但有了好徒弟－貝多芬，也創作了許多的知名的曲子，令人敬佩不已的精神流傳永世！

✿ 學生的傳記人物感想作品，放置於班網分享和課堂討論

傳記人物感想

日期	發表人	主題
12-27 13:45	洪淑惠	哥倫布(小衡)
12-27 13:40	洪淑惠	哥倫布(小菁)
12-27 13:39	洪淑惠	哥倫布(小斌)
12-27 13:39	洪淑惠	哥倫布(禮瑩)
12-27 13:37	洪淑惠	哥倫布(阿沛)

統計資料
班級成員審核
線上教學

主選單管理

我們這一班
選單管理
導師

12-27 14:02	洪淑惠	哥倫布(小暉)
12-27 14:01	洪淑惠	哥倫布(雯雯)
12-27 14:00	洪淑惠	哥倫布(妮妮)
12-27 14:00	洪淑惠	哥倫布(梅子)
12-27 13:59	洪淑惠	哥倫布(怡賢)
12-27 13:58	洪淑惠	居禮夫人(小萱)
12-27 13:57	洪淑惠	愛迪生(小帆)
12-27 13:56	洪淑惠	愛因斯坦(佑子)
12-27 13:55	洪淑惠	拿破崙(旭旭)
12-27 13:54	洪淑惠	莎士比亞(小廷)
12-27 13:49	洪淑惠	諾貝爾(晴晴)
12-27 13:48	洪淑惠	達爾文(廷廷)
12-27 13:46	洪淑惠	海倫凱勒(小梅)

六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
<p style="text-align: center;">活動四：真人博物館(共 7 節)</p> <p>教師以孩子閱讀的偉人傳記讀本，透過角色扮演的方​​式，演出真人博物館，並與全校孩子一起分享學習的成果。</p> <p>一、撰寫「傳記人物的自我介紹詞」</p> <p>(一) 孩子參考之前上課所繪製的魚骨圖，寫一份約 3 分鐘的「傳記人物的自我介紹詞」，內容包含傳記人物的生平背景、主要的事蹟及對人類的貢獻。</p> <p>(二) 完成介紹詞之後，以朗誦的方式練習數次直到熟練。</p> <p>(三) 將介紹詞的內容錄製在點讀筆之中，以作為真人博物館的導覽之用。</p> <p>二、繪製「定裝畫」及宣傳海報</p> <p>(一) 學生根據自己所選的傳記人物，蒐集需要的材料，進行服裝及道具的製作。</p> <p>(二) 人物造型確定後，穿戴整齊，拍一張定裝照，以作為當天演出的基準。</p> <p>(三) 每位學生依自己的造型，繪製一張「定裝畫」貼於教室外，進行佈置及宣傳。</p> <p>三、傳記人物彩排秀</p> <p>(一) 每次上表演課時，由表演藝術老師指導孩子們要表演的動作；全部的動作都設計好之後，將全班學生分為 4 組進行練習。</p> <p>(二) 製作真人博物館「點讀目錄」，讓觀眾點讀一位名人，聆聽、觀賞該名人物的生平。</p> <p>(三) 真人博物館開幕前，做最後彩排及道具的確認。</p> <p>四、教學成果展—「真人博物館」開幕</p> <p>(一) 時間：早上十點到十二點</p> <p>(二) 演出地點：班級教室</p> <p>(三) 真人博物館參觀方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 進到教室的客人，由擔任接待的同學招呼。 2. 由接待同學給客人點讀目錄，讓客人點選想要聆聽的傳記人物，按下點讀筆就會播放已經預錄的人物自我介紹。 3. 被選到的同學表演出該名人物之特色，讓觀眾更了解該為名人的生平及特色。 	<p style="text-align: center;">國 2 節</p> <p style="text-align: center;">藝 3 節</p> <p style="text-align: center;">藝 2 節</p> <p style="text-align: center;">期末教學成果展活動</p>	<p>偉人傳記 魚骨圖 介紹詞</p> <p>朗讀 點讀筆</p> <p>運用材料，製作服裝、道具</p> <p>繪制定裝畫和張貼</p>  <p>以點讀筆製作點讀目錄，進行傳記人物的點讀</p> 

活動四：「真人博物館」教學成果照

表演藝術老師指導孩子們如何演出傳記人物



每一組孩子分工合作演出每一個角色



演出的內容定稿了，拍張定裝照，並將它畫下來貼在教室外，進行成果展的宣傳



同一組孩子同時擺出傳記人物的動作



來訪的客人要選定某一個角色



針對客人所選出的角色來做出演出



參觀的家長也專注地欣賞表演



六、教學活動（含學生與教師活動）和教學評量

教學活動流程及內容	時間	教學資源和評量
<p>活動五：籃球高手(共6節)</p> <p>教師以林書豪旋風引起孩子的學習動機，運用五上健體領域課本的籃球教學為教材，將體育名人的學習楷模帶入籃球學習，以分組競賽激勵團隊默契，進行班級籃球的競賽。</p> <p>六、勇於追夢的豪小子</p> <p>建立林書豪故事館，孩子先以平板電腦瞭解林書豪生平，再分組利用點讀筆錄製導覽語音，激發對籃球活動參與的興趣，並從中學習豪小子面對挫折的耐力。</p> <p>七、教師進行籃球熱身教學：</p> <p>指導學生練習活動前的熱身動作。主要動作如下：做暖身操、球感練習(撥球、繞球、拋接)。</p> <p>八、教師進行運球練習教學：</p> <p>(三) 學生熟悉運球動作和練習，動作要領如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 重心放低，以指腹控球向地板反覆推送，眼睛注視前方。 2. 另一手做出保護動作。 <p>(四) 學生進行運球接力及曲線運球練習。</p> <p>九、教師進行傳接球練習教學</p> <p>甲、 學生熟悉接球動作和練習，動作要領如下：</p> <p>指尖迎向來球的方向，接球後，手臂輕往後擺，減緩接球的力量。</p> <p>乙、 學生熟悉傳球動作和練習，動作要領如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 以指腹持球於胸前，單腳向前跨出，重心在前，雙手將球推出，大拇指朝下，其他手指指尖向前。 2. 傳球是只能動一隻腳，不可雙腳移動傳球，否則形成走步違例犯規。 <p>(五) 學生行進間傳接球的練習。</p> <p>十、教師進行投籃練習教學</p> <p>(二) 學生熟悉投籃動作和練習，動作要領如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 投球預備動作：雙手持球，掌心朝向目標，雙腳開立與肩同寬，膝關節彎曲，身體微向前傾，重心放在前腳掌。 2. 投球時，手臂伸直，手腕下壓，藉由前腳掌往上蹬的力量，將球朝目標推出。 3. 傳球與投籃：注意籃球，準備接球，自然跨步向前接球(兩步之內)，雙腳著地，將球投出。 <p>(二) 學生進行立定投籃及傳球投籃的練習。</p> <p>六、全班孩子練習各項籃球的技巧後，開始進行分組競賽，使學生從中體會合作的重要性，完成灌籃高手學習單。</p> <p>七、林書豪故事館開幕：</p> <p>學生參觀故事館導覽後，進行討論並書寫完成「勇於追夢的『豪小子』！」學習單。</p>	<p>綜2節 課餘作業</p> <p>體1節</p> <p>體1節</p> <p>體1節</p> <p>體1節</p> <p>體1節</p> <p>體1節</p> <p>體1節</p> <p>綜1節</p>	<p>教師自編的林書豪教學簡報和學習單 點讀筆錄製導覽語音</p>  <p>學生操作平板電腦 學生進行籃球動作的實作練習</p>      <p>分組籃球競賽</p> <p>點讀筆導覽錄音 林書豪故事館、 完成學習單</p>

活動五：「籃球高手」教學成果照

✧ 教師利用投紙團的遊戲，引發孩子學習籃球課程的興趣



✧ 教師以自編的教學簡報，以人物猜謎遊戲，進入體育課程的名人學習楷模—林書豪



✧ 學生操作平板搜尋林書豪的相關資料，並完成學習單內容及故事館的製作



✧ 林書豪故事館開幕：學生以點讀筆進行導覽的成果




✧ 體育課學生進行實作練習及分組競賽



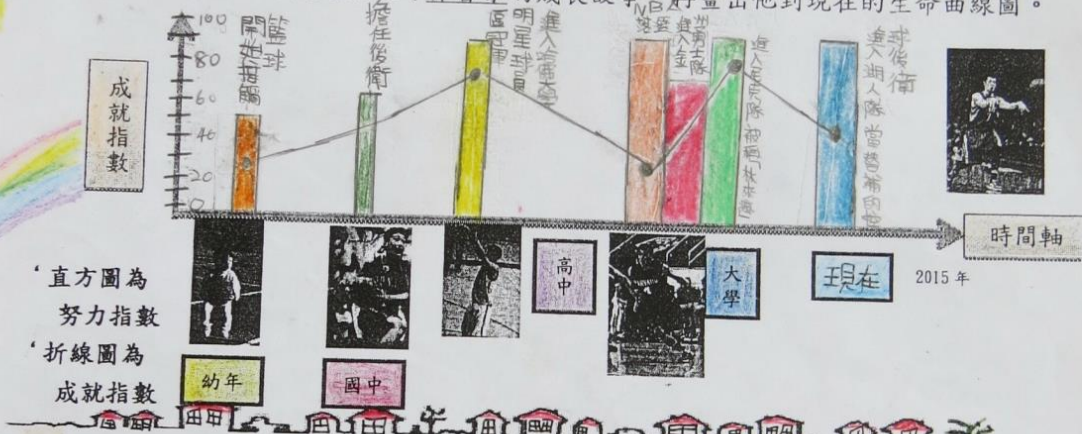
活動五「籃球高手」：教師自編學習單～勇於追夢的「豪小子」！

勇於追夢的「豪小子」！

組別：【 2 】 籃球高手：【  】

小朋友，你是否有自己的偶像，夢想也和他們一樣，成為一位家喻戶曉的人呢？現在，讓我們一起來學習不被失敗打倒，勇於追夢的「豪小子」——林書豪，怎麼成為一位成功的偶像吧！

一、請你們先利用平板電腦搜尋林書豪的成長故事，再畫出他到現在的生命曲線圖。



直方圖為
努力指數
折線圖為
成就指數

二、了解林書豪的成長故事後，你認為他能達成夢想的關鍵是什麼？

林書豪是一個抱有籃球夢的人，我認為他達成夢想的關鍵，就是他抱有永不放棄的精神，一分一秒都不鬆懈。

三、你覺得成功的人都是運氣好嗎？還是有其他因素，請舉例說明。

我覺得成功的人不一定是靠運氣，或許一半一半，因為有時很努力不見得會被看到，可是我相信只要努力，一定會比沒努力好很多，就更有機會成功。


五、在遇到失敗、挫折沮喪的時候，我應該用怎麼樣的心情去調適？

我應該用平靜的心情去調適，並跟自己說人生的挫折很多，這只是其中一次，不要沮喪。

教師評分	很不錯	還可以	要加油	1. 能利用網路查詢資料，完成典範人物的生命曲線圖。 2. 能體會成功的人，都是必須付出辛苦的努力。
	✓			
自我評量	很不錯	還可以	要加油	家長簽名和鼓勵 有夢最美 希望相隨
			✓	



活動五「籃球高手」：教師自編學習單～「灌籃高手」



灌籃高手

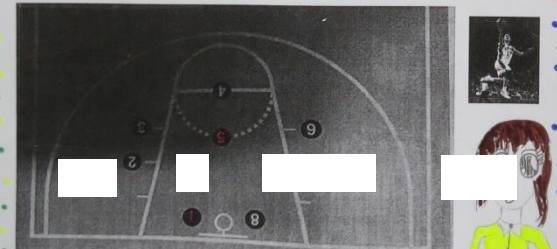


五年【卷】班【14】號 灌籃高手：【阿信】

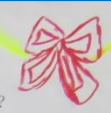
小朋友，你是否也想像為一位灌籃高手呢？現在，就展現你的真功夫吧！

一、從這次籃球課程中，你學會哪些籃球技巧？

- 運球：**
 - 重心放低。
 - 以指腹控球，向地板反覆推送。
 - 眼睛注視前方。
 - 另一手做出保護動作。
- 傳接球：**
 - 指尖迎向來球的方向。
 - 接球後，手臂輕往後擺，減緩接球的力量。
 - 以指腹持球於胸前，單腳向前跨出，重心在前。
 - 雙手將球推出，大拇指朝下，其他手指指向前。
 - 傳球是只能動一隻腳，不可雙腳移動傳球。
- 投籃：**
 - 雙手持球，掌心朝向目標，雙腳開立與肩同寬，膝關節彎曲，身體微向前傾，重心放在前腳掌。
 - 投球時，手臂伸直，手腕下壓，藉由前腳掌往上蹬的力量，將球朝目標推出。
- 比賽：**
 - 能了解比賽時基本運用的術語及犯規動作。
 - 能了解籃球每個守備位置的名稱，及進攻時的簡單策略。

二、請將你發現最佳投籃的地點等記錄下來，並在籃球場地圖上畫下說明簡圖。



三、你覺得在籃球比賽中，團隊合作重要嗎？為什麼？

我覺得很重要，因為如果一個球隊沒有好的團隊精神，就算有再好的球員，不合作還是無法贏得比賽。

四、你覺得這次籃球比賽中，勝利組別獲勝的關鍵原因是甚麼？為什麼？

勝利組別的獲勝關鍵就是努力與合作，因為他們常常利用下課時間練習，在比賽中也展現出非常團結的精神。

五、我在這次課程學會了什麼，並且運用在這次比賽中，對團隊有什麼貢獻或自己的進步？

在這次的課程中，我學會了灌籃的方法和基本觀念，我也了解到了運球和傳球這兩項的技巧，所以我覺得這次我對團隊最大的貢獻和進步就是我更懂得團結合作在比賽中的重要性。

教師評分	很不錯	還可以	要加油	1. 能學習籃球動作的基本技巧。
自我評量	很不錯	還可以	要加油	2. 能體會和學習團隊合作的重要性。
家長簽名和鼓勵				阿信 團隊力量大！

參考網址：
http://www.cosmiccare.org/Magazine/2011/201110_true.asp 宇宙光雜誌/哈佛小子籃球夢

	與基本規則。				
運動規則 (20%)	3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	1. 能了解比賽時基本運用的術語及犯規動作。 2. 能了解籃球每個守備位置的名稱，及進攻時的簡單策略。			✓
戰術戰略 (20%)	3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	1. 能了解團隊合作精神，並樂於參與遊戲。 2. 能了解比賽時，與隊友溝通的重要性。	✓		
評分者簽章與回饋	參與活動非常認真，學習也積極求時技巧教學並虛心向較好技巧的同學請教，漸漸掌握要領。洪莉				
我的表現	經過老師的教導，一個從來對籃球沒興趣的我現在我開始對籃球有興趣!! 我會繼續加油的!! 我覺得我這次的表現還不錯。				
家長的回饋	很棒				

班級		姓名		家長簽章	
項目	能力指標	評分規準	表現優異	認真用心	已經做到
基本動作 (60%)	3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	1. 能做出各種運球、傳球、投籃動作的基本要領。	✓		
		2. 能做出曲線運球、行進間傳球的基本動作要領。	✓		
		3. 能了解和做出接球投籃動作與基本規則。	✓		
運動規則 (20%)	3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	1. 能了解比賽時基本運用的術語及犯規動作。 2. 能了解籃球每個守備位置的名稱，及進攻時的簡單策略。			✓
戰術戰略 (20%)	3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	1. 能了解團隊合作精神，並樂於參與遊戲。 2. 能了解比賽時，與隊友溝通的重要性。	✓		
評分者簽章與回饋	學習態度非常認真，從對籃球而生到積極學習的表現基本要領也漸漸掌握，和團隊也能好好合作。				
我的表現	在沒有參與灌籃高手課程前我非常排斥打籃球，甚至連基本運球都不能掌握好，但在老師的指導及同學的協助下，我不僅學會基本技巧還能上場比賽，在整個課程的學習上，我非常用心，雖然沒有辦法打得很好，但是我知面對問題，努力練習就是進步的鑰匙。				
家長的回饋	沒事多運動，比玩3C用品好。				

肆、教學方法

七、教學資源

教材資料：

- (十四) 100年《國小國語4上·教師手冊》第八課《哥倫布的航海夢》。
台北：康軒文教事業。
- (十五) 《成功孩子必讀世界偉人傳記》系列30冊。台北：台灣麥克股份有限公司。
- (十六) 100年《健體領域5上》課本。第壹單元「安全生活」六、「籃球高手」課本第28-33頁。台北：康軒文教事業。

參考資料：

- (十七) 李琪明等著(2007)。德智體群美五育理念與實踐。臺北市：教育部
- (十八) 張曉華、郭香妹、康瑛倫、陳俊憲、陳惠芬、陳鳳桂、張雪莉
(2008)。表演藝術120節戲劇活動課：九年一貫藝術與人文領域表演藝術教學現場執教手冊。台北：書林出版有限公司。
- (十九) 方淑貞譯(2008)。用圖把作文課變創意了。台北：格林文化。
- (二十) 林玫伶編著(94)。閱讀心得寫作王。台北：康軒文教事業。
- (二十一) 莊右昇著。健康與體育學習領域民俗與體育教學示例(四)-籃球樂趣。取自
<http://laes.ntcu.edu.tw/Research/Content.aspx?sid=8&bid=319> 教育部國民小學健康與體育學習領域教學研究中心

八、教具與教學媒體應用

- (六) 教師自編教學簡報、閱讀理解測驗及教學活動的學習單。
- (七) 教師運用 X-mind 軟體編製傳記人物《哥倫布》的心智圖和魚骨圖，進行組織圖的教學。
- (八) 學生進行傳記人物感想的習寫，透過網路平板的運用，將成果置放班級交流的意見平台，加以同儕作品觀摩、回饋和修正，增進自主的學習能力。
- (九) 學生運用點讀筆進行小組創作，並完成實作評量及期末成果展表演。
- (十) 學生運用平板電腦進行資料查詢，學生小組的實作評量。

九、教學省思

本方案課程設計的發想，源自學校運用教育部閱讀磐石獎的經費，購置《成功孩子必讀世界偉人傳記》的30冊書籍，我們身為學校閱讀推動小組的成員，為了讓這套好書能物盡其用，結合當時王佩蘭校長推動閱讀教育的圖示教學，設計了100年度《德智體群美五育理念與實踐》教材教法設計徵選國小教師組優等作品——「愛的時光機」。隨著時光的飛逝，教師每年不斷提升的教學增能，學生也未曾停下成長的腳步；我們運用新學習的PIRLS閱讀理解四層次提問，學校新購置的資訊設備——點讀筆和ipad，新加入的外聘表演藝術教師，每年以不同的四年級學生進行教學，增修設計這個新的教學方案。雖然我們使用相同的課外延伸閱讀文本，卻呈現了另一種新的教學設計風格，這些方案也正是教師們「教與學」的實錄，如同偉人傳記中，主角在某一時期所留下彌足珍貴的歲月痕跡。

在表演藝術課程中，教師希望透過真人博物館的呈現，孩子們能夠將偉人們奮鬥的歷程，更深植於他們小小的心靈之中，充分的將人物形象活化在心中。面對這些教師平日要他們多寫一些功課，總是叫苦連天的孩子，卻因為喜歡表演，鉅細靡遺的不斷翻閱偉人傳記，仔細地研究書中的內容，揣摩書中人物的動作及言行，甚至有些孩子的家長，也一起參與製作表演的道具。雖然這些並不是專業級的道具，但孩子們的努力，讓這些偉人們都真實的「活」了起來，不僅孩子本身很有成就感，身為教師的自己也很感欣慰！而這次的活動也讓我們體認到，其實要孩子閱讀並不難，如果能有一個有趣的教學方案或方法，孩子們怎能抵擋閱讀的誘惑呢？

我們也發現當孩子經由閱讀名人傳記後，更有興趣投入參與學習活動；在籃球課學習的過程中，因為沉浸於對林書豪的崇拜情境，孩子們增加籃球技能的學習動力，以及提升學習的成效。在學習豪小子的氛圍下，他們彼此之間互相鼓勵與督促，不再有人是課堂上的客人。

在「籃球高手」的活動後，孩子們再度興起籃球熱的運動氣氛，也影響不愛運動的同學開始積極參與練球的活動。下課時間，孩子們會一起在操場上打籃球，切磋和精進彼此的球技，也熱絡原本校園中，除了樂樂棒球的校隊運動外，更多樣化的體育活動。

在這個以德育為本的五育方案中，我們欣喜若狂的看到孩子們一直在成長改變；名人的魅力，偶像的崇拜，合作的力量，讓他們透過社會化的學習，在不斷的「進化」與蛻變中，能朝向更「有品」、健康幸福的未來，展現出學校教育的真正影響力！

基隆市 107 年度辦理十二年國民基本教育精進國民中學及國民小學
教學品質計畫教師課程教學實踐研究優等

東光國小行動研究報告

研究題目：
《聽說讀寫，有策略!》低年級閱讀理解之行動研究



《聽說讀寫，有策略!》低年級閱讀理解之行動研究

趙為娣、陳湘玲、蔡佩娟、林俊魁

基隆市東光國小教師

摘要

本研究以東光國小二年級 10 位學生為對象，語文領域課程為主要行動場域，二年級導師為主要研究及教學者，期程為 107 年 2 至 7 月，並於 11 月進行追蹤評量。研究中教師運用《聽說讀寫，有策略!》低年級讀本和學習筆記進行教學，以「親近它」、「理解它」、「運用它」三步驟的閱讀理解策略，透過漸進式釋放學習責任來幫助學生進行學習。本研究採質量並重的研究方法，記錄學生在課堂中聽、說、讀、寫各項學習歷程的表現，進行閱讀理解能力前後測的分析比較，並在研究中及教學後進行學生訪談的資料蒐集。研究結果發現，學生在後測的讀寫及聽寫能力，整體均有顯著的進步；在後續追蹤評量中也發現，近 80% 的學生持續該項能力，並能將所學策略運用到各個學習領域中。

壹、前言

閱讀教育是學習的基礎，從閱讀教育開始，能培養學生基礎語文表達能力；養成閱讀習慣後，更能深化到理解、歸納、評論、賞析與創新等高層次思考能力，提升思考邏輯組織力，跨越和整合學習領域的學習內容。

依據教育部提出的《十二年國民基本教育課程綱要總綱》，十二年國民基本教育之核心素養，強調培養以人為本的「終身學習者」，分為「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」三大面向，三大面向再細分為九大項目。在「自主行動」面向中的「系統思考與解決問題」項目，於國民小學教育階段，學生需要具備問題理解、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。據此，閱讀理解策略的教學，即是達成此能力有效的教學方法。

我們希望此行動研究方案，落實國語文領域的核心素養，以「閱讀」與「寫作」二項的學

習表現為主要教學向度，希望學生能擁有閱讀能力（learn to read），並能透過閱讀而有所得（read to learn）～能擁有探索事物的樂趣，深入思考和多元觀點的能力。

依據上述觀點，本研究希望達成主要之研究目的如下：

1. 教師以有效的閱讀理解教學，來建立學生的閱讀素養。
2. 教師能提升學生的閱讀興趣，強化閱讀理解、解決問題與批判思考的能力。
3. 教師透過運用閱讀理解策略的文本及學習筆記，來增進學生閱讀理解的能力。
4. 教師透過運用鷹架理論及合作學習的教學策略，增進學生的閱讀學習能力。

依據上述研究目的，本研究列出主要之研究問題如下：

1. 教師運用《聽說讀寫，有策略!》的閱讀理解讀本進行教學，是否能有效增進學生的閱讀理解能力？
2. 學生透過《聽說讀寫，有策略!》的學習筆記，是否能有效增進閱讀理解能力？
3. 教師運用六何法及提問等策略，透過分析故事的情節及組成結構之教學策略，能否增進學生的閱讀理解能力？
4. 教師運用找出故事中的證據及線索的策略，是否能培養學生解決文本問題的能力？

貳、名詞釋義

一、閱讀理解策略

從學齡前開始，孩子就有許多機會聆聽故事，故事體中有趣的內容、高潮迭起的情節、鮮明的人物特質，都是吸引孩子喜愛的原因。然而閱理解策略目前在實務教學中，有許多不同的理論及方法。

本研究以《聽說讀寫，有策略!》低年級讀本中，三篇故事體繪本節錄文章為教學文本，運用學習筆記「親近它」、「理解它」、「運用它」三步驟的教學策略，透過漸進式釋放學習責任，幫助學生進行有效學習。其中，讀本使用的閱讀理解策略，分為「識字詞彙、閱讀理解、理解監控」三部份，「閱讀理解」又細分「連結、摘要」二項策略。

二、閱讀理解能力

本研究所指閱讀理解能力，是指教師為了解學生的閱讀理解能力，進行相同試題的前後測評量分數，評量結果的得分愈高，表示學生的閱讀理解能力愈好。

研究者前後測的試題分為讀寫和聽寫二部份，依據讀寫施測內容進行：擷取推論、詮釋整合、賞析評估、辨完整句、國字注音和讀寫總和進行分析；依據聽寫施測內容進行：寫出重點、組織重點、表達觀點分項和聽寫總和進行分析。

參、文獻探討

本行動方案主要在探究低年級的閱讀理解策略，以《聽說讀寫，有策略！》低年級讀本和學習筆記內容，結合陳欣希教授「思考泡泡」網站的素養導向多元評量網頁，作為方案中閱讀策略之資料來源。本方案主要的閱讀理解策略如下（陳欣希編著，2017）：

一、單一詞彙

根據**部件**（語詞的內部線索）或上下文推論以了解詞義。

二、連結

若讀者有「**連結策略**」，表示——讀者在閱讀時，**能連結自身經驗、連結文內訊息，甚至連結相似文本**，使閱讀達連貫性且比對自己的所得。

（一）**連結讀者**，是指讀者將「正在讀的內容」與「長期記憶的經驗知識」相連結，包含：與文本主題有關的生活經驗、背景知識。

（二）**連結訊息**，是指讀者將「讀過的訊息」與「先前暫存在工作記憶裡的文章訊息」相連結，如：句子與句子間的連結，段落與段落間的連結。

三、摘要

若讀者有「**摘要策略**」，表示——讀者在閱讀時，能擷取文本中重要訊息——或是依**文類特色**、

資料來源：素養導向：5 多元評量_聽寫能力（紀錄、大意、感想）。思考泡泡。民 107 年 8 月 31 日，取自：<http://blog.roodo.com/hsinhsi/archives/62047901.html>

肆、研究方法

一、研究者、研究對象及場域

本行動研究主要採質量並重的研究方法，主要記錄二年級學生在課堂裡所呈現的聽、說、讀、寫各項學習表現，針對學生的閱讀理解能力進行前後測比較，進行閱讀理解能力分析的學習歷程。本行動研究期程自 107 年 2 月起至 107 年 7 月止，並於 11 月進行追蹤評量，並於研究中及研究後進行學生訪談。

（一）研究者

本研究以二年級導師為主要研究者與教學者，四年級導師為主要協同教師。研究過程中，由研究者及協同研究者共同進行備課及教學後討論。

（二）研究對象及場域

研究對象為本校 106 學年度二年級學生 10 位，班級中有一位學生在服用過動症的藥物，一位高功能妥瑞症學生，一位疑似學習障礙學生，由特教老師評估觀察中。學生均有意願認真向學，多數家長的配合度極高。

二、研究架構

本研究目的在探究運用《聽說讀寫，有策略！》低年級讀本和學習筆記的課程內容，透過教師們的共同備課及教學討論，以協同教學的方式實施，對學生的教學成效之影響。研究架構

如下圖：



圖 1 研究架構圖

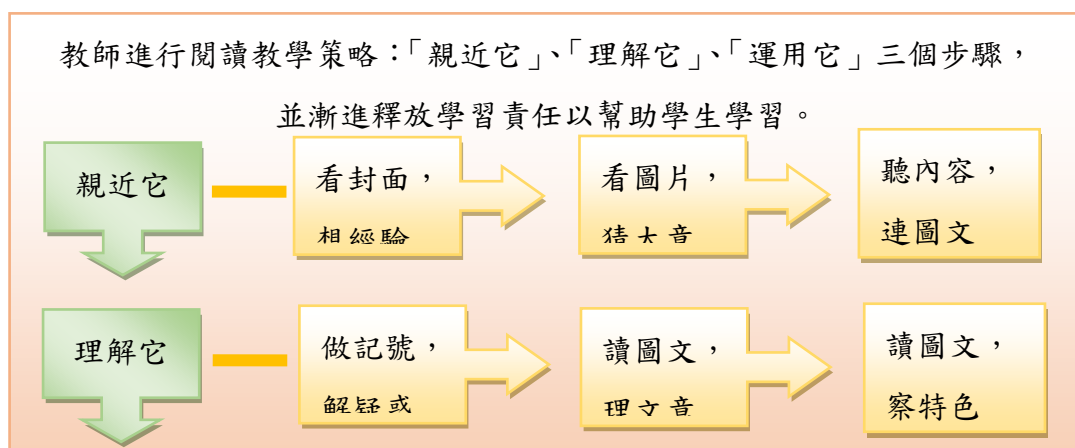
三、資料蒐集與研究流程

本行動方案採質量並重研究為主，主要資料來源如下：學生的《聽說讀寫，有策略！》讀本和學習筆記，評量學生閱讀理解能力的前後測試題，教師的教學省思，教學中及後的學生訪談資料等。

教師採取行動研究的目的，是希望在教學中，能增進教師自我省思及對話，建構對學生更適性的教學內容，使其樂於主動參與及嘗試改變學習情境，並發展教師多元教學策略，及自我監控的學習課堂。

基於上述理念，本研究實施流程如下：

教師運用《聽說讀寫，有策略！》書籍進行共同備課：
決定教學活動及流程、思考教學評量及其多元性



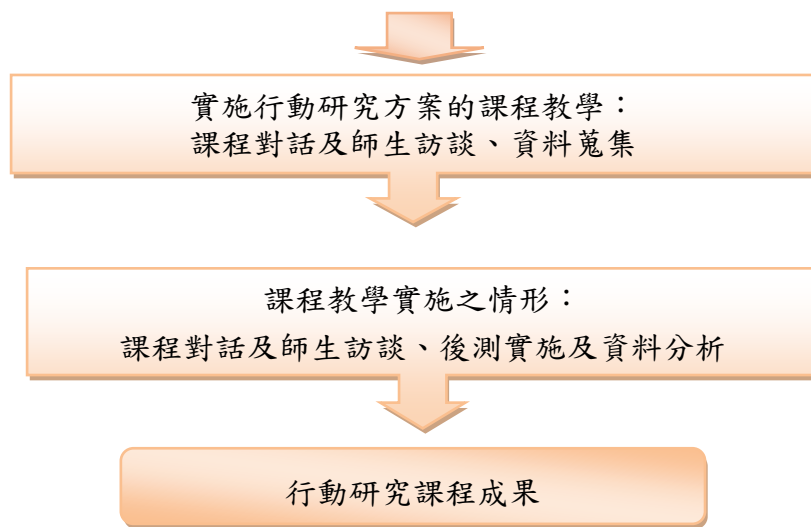


圖 2 研究流程圖

四、行動方案主要分析資料

本行動方案的主要分析資料來源為：學生的《聽說讀寫，有策略！》低年級讀本和學習筆記，以及針對了解學生的閱讀理解能力，進行相同試題的前後測評量。

研究者針對讀寫施測內容進行：擷取推論、詮釋整合、賞析評估、辨完整句、國字注音等五分項和讀寫總和共六項進行分析。研究者針對聽寫施測內容進行：寫出重點、組織重點、表達觀點等三分項和聽寫總和共四項進行分析。

五、課後追蹤評量施測

研究者為了更深入探究行動方案的課程，對學生持續學習的影響力，在教學活動結束後的11月中，對學生實施與前後測相同試題的追蹤評量，以了解學生閱讀理解的學習成效與內化程

度。

伍、資料管理及研究倫理

本研究的對象學生資料和方案之教師已匿名化處理，均以編號方式來呈現。在蒐集資料和訪談期間，為了釐清研究問題和調整教學內容，教師盡可能於課程施實後，立即進行方案的細節修正與討論，共同準備下一階段活動的進行及教具製作。

在資料編號部份，本研究所建立之資料，主要包括：教師及學生的訪談稿和學生作品等，所有資料均進行編號。茲將本研究資料編號處理方式分述如下：

一、為了便於資料歸類、彙整，及維護研究的倫理，學生均以代號命名，訪談資料編號以日期方式呈現，如：S01/1070626。

二、在教師部分為了便於以資料整理，二年級導師以 T 編號方式來呈現。

陸、行動發現與反思

經由方案中運用《聽說讀寫，有策略！》低年級讀本和學習筆記進行交互教學，依據「親近它」、「理解它」、「運用它」教學三步驟，我們將學生在課堂裡所呈現的聽、說、讀、寫各項成果，進行閱讀理解能力的分析後，分成下列三個部分來討論：

一、親近文本

閱讀一本書，從觀看書籍封面，預測書籍內容，並回想相關經驗開始，因此透過讀本中的教學步驟，讓學生學習如何親近一本書。首先從讀本一〈愛蓋章的國王〉開始，教師引導全班共作，學生藉由看封面的課名和圖片，以勾選的方式連結讀本的內容(圖 3)。藉由讀本一〈愛蓋章的國王〉師生共學的歷程，教師引導學生共作，漸漸進步到學生兩兩分享、口說預測的內容，最後於讀本三〈慢吞吞王國〉，學生意識到自己的學習方式，能將所預測的內容與圖片和故事名稱相連結，書寫成段落文字(圖 4)。



圖 3 讀本一〈愛蓋章的國王〉

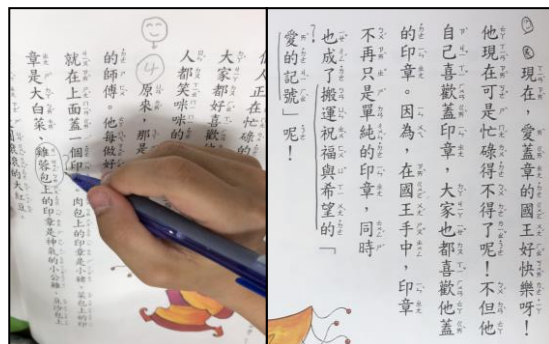
圖 4 讀本三〈慢吞吞王國〉

預測故事的發展能幫助學生發揮想像力並投入故事中，了解主角的認知。

學生 S10 在學習筆記中預測讀本三〈慢吞吞王國〉的故事內容時寫著：「很慢的國王喜歡慢吞吞的做事，但是皇后不喜歡慢吞吞的做事，後來生出一個小王子。」學生 S10 能有效連結所學，預測時能將故事封面和讀本名稱相結合，有助於進一步的發展理解方向。

二、理解文本

閱讀故事內容的當下，指導學生運用策略，覺察自身閱讀上的困擾（圖 5），將問題加以分類（圖 6），進而選擇適合解決並歸

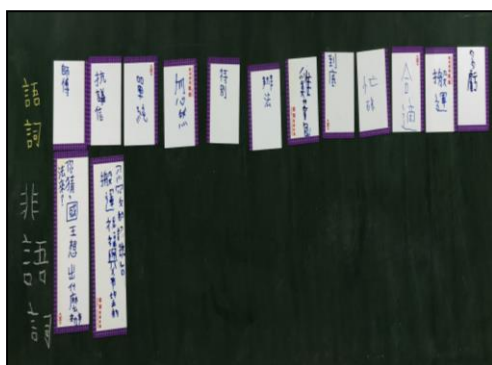


理解監控
所困擾的
的方法解

圖 5 以「○」和「—」標示讀本中不懂之處

納方法(圖 7)，以獲得解決問題的能力，幫助學生理解文本內容。閱讀故事首先從師生共作開始，教師漸進釋放學習責任，進階到小組合作，最後是學生獨自思考，引導發現和解決閱讀問題，以習得閱讀的策略與技能。

圖 5 以「○」和「—」標示讀本中不懂之處



7	6	4	5
檢 查 打 字	流 程	元 帥	戰 術
查 一 查 打 字	查 一 查 打 字	查 一 查 打 字	查 一 查 打 字
程 序 打 字 查 一 查 打 字	程 序	程 序 打 字 查 一 查 打 字	程 序 打 字 查 一 查 打 字
✓	✓	✓	✓

圖 6 將閱讀問題加以分類

圖 7 選擇方法以解決語詞問題

理解文本的首要條件，是讓學生將思考外
中不懂之處做記號，解決閱讀問題，習得策略
進學生閱讀理解能力。配合讀本中安排的三次
師將學習責任漸漸釋放和轉移，讓學生個人習
為解決問題的「能力」，並由多次練習



顯化，將文本
和方法，以增
循環教學，教
得「方法」，成

圖 8 理解文本延伸運用

「培養」能力。進而在不同文本和領域課程中練習，讓學生「穩定」能力。例如：學生 S05、
S06 和 S10 在綜合活動領域中發現閱讀問題，將課本中不懂的地方做記號後，運用讀本中提供
解決語詞的方法—拆詞，解決閱讀上的問題(圖 8)。

三、運用文本

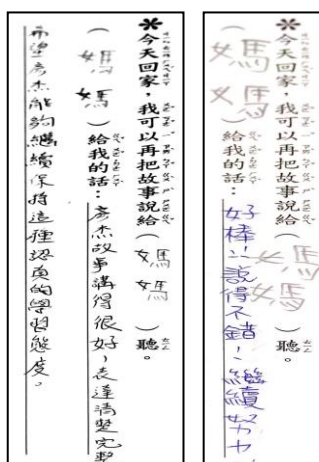
從親近文本到理
目的是將文本實際加
說讀寫，有策略！》學
生認識故事體的架構



解文本，最終
以運用。《聽
習筆記，讓學
來整理重

點—原因、經過、結果，和完整句的條件—像魚一樣，有頭、身體、尾巴，使學生在親近與理

解讀本後，學習重述故事，並將故事介紹給他人聽(圖



9)。

策略的運用是從篇幅少的讀本開始，逐步擴大閱讀
較多的篇章，採漸進的方式教導學生重述故事重點，以

較長、字詞
提升閱讀理

解能力。運用讀本一〈愛蓋章的國王〉重述故事時，研究者發現 100%的學生有提到故事重點，20%的學生有論及故事細節。教師藉由讀本二〈國王的長壽麵〉再次示範和練習重述故事，到讀本三〈慢吞吞王國〉時，大約 50%的學生可以提及

故事的細節，以完整句呈現故事原貌，從家長的回饋中可獲得雙向實證(圖 10)。而從前後測中發現(圖 13、圖 14)，以完整句重述故事重點，對學生閱讀理解能力，尤其對於故事結構的理解很有幫助。

四、讀寫能力施測

在研究前後，研究者針對二年級的 10 位學生進行聽寫和讀寫兩項能力施測(以下簡稱前測和後測)，分別就讀寫和聽寫兩部分進行討論：

(一)讀寫能力

教學前後學生閱讀故事〈原始人學說話〉，研究者針對讀寫施測內容進行擷取推論、詮釋整合、賞析評估、辨完整句、國字注音等五分項和讀寫總和共六項進行分析，十位學生在接受《聽說讀寫，有策略！》讀本和學習筆記教學後，讀寫能力整體有顯著的進步(圖 11、圖 12)，其中以學生 S01 進步最多，與該生在課堂中的學習表現呈現正相關。

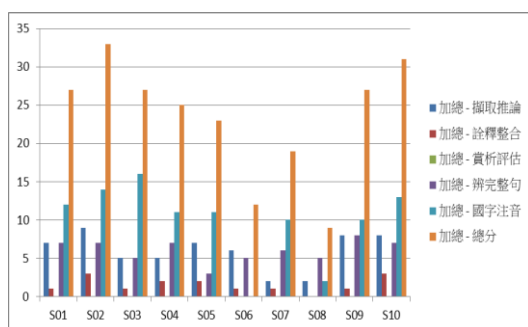


圖 11 讀寫前測

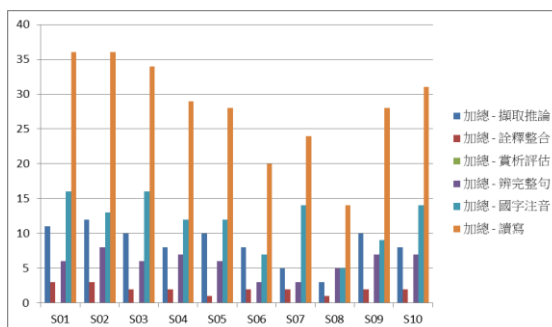


圖 12 讀寫後測

在理解文本內容部分，區分成擷取推論、詮釋整合、賞析評估三分項，60%以上的學生可以從故事內容進行推論和整合，獲得近滿分的成績，然而在賞析評估此一分項，

請學生書寫文章中 2-6 段的內容所要強調的重點，100%的學生仍無法理解故事要強調的內容，例如 S03 書寫：「原始人很高興。」S10 書寫：「強調原始人很高興很高興。」都無法書寫到作者想強調的是：「原始人開心時，只會說很高興，不會說其他的話。」

在國字注音和辨完整句兩分項中，學生在後測的表現相當穩定，其中 S01 和 S03 在國字注音、S02 在辨完整句分項呈現滿分。

(二) 聽寫能力

教學前後學生聆聽故事〈等一下〉，研究者針對聽寫施測內容進行寫出重點、組織重點、表達觀點等三分項和聽寫總和共四項進行分析，10 位學生在接受《聽說讀寫，有策略！》讀本和學習筆記教學後，聽寫能力整體有顯著的進步(圖 13、圖 14)，其中以學生 S02 進步最多，除了與該生在課堂中的學習表現呈現正相關外，該生受訪時表示：「從讀本和學習筆記裡面學到怎麼聽重點和記重點。」(S02/1070626)

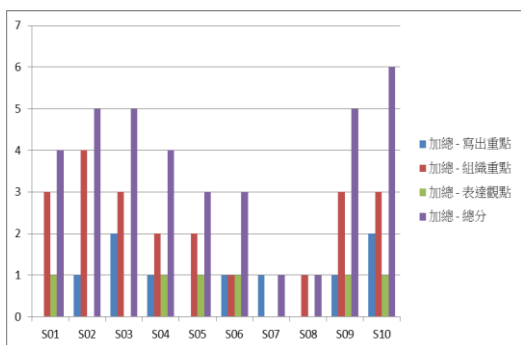


圖 13 聽寫前測

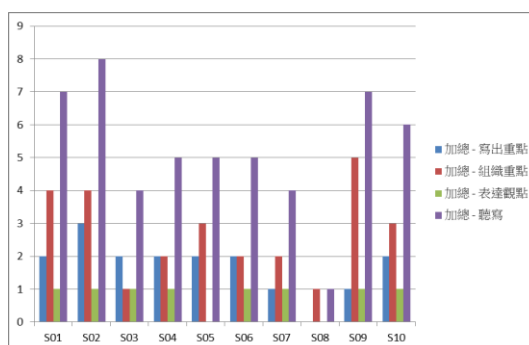


圖 14 聽寫後測

學生在寫出重點分項中，研究者依據學生聆聽後在記錄區寫出或畫出的訊息來評分。



圖 15 學生 S01 記錄重點(前測)

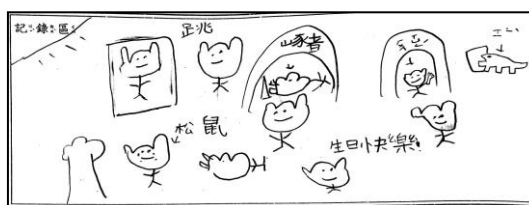


圖 16 學生

S01 記錄重點(後測)

以學生 S01 為例，該生在前測時無法即時記錄故事重點，記錄的內容顯現不出與故事的相關性(圖 15)，而在進行完《聽說讀寫，有策略！》低年級讀本和學習筆記教學後進行後測，雖然該生記錄的訊息仍缺少邏輯性，但記錄的內容就能畫出多量的點狀訊息，也能記錄與故事相關的人事時地物(圖 16)。

在組織重點分項中，從前測結果顯示大多數學生能寫出故事主角和故事概略經過，但故事的結構仍不夠完整，故事的細節也不夠具體，而在實施《聽說讀寫，有策略！》低年級讀本和學習筆記教學後，教師引導學生從認識完整句開始，師生共作了解完整句的結構，學習以完整句和故事體的架構來整理重點後，明顯看出學生的進步。

小	他	在	山	上	開	心	的	跳	來	。
他	立	去	山	上	開	心	的	跳	來	。
又	去	山	上	開	心	的	跳	來	。	
有	多	山	上	開	心	的	跳	來	。	
上	朋	友	在	山	上	開	心	的	跳	來
個	們	面	對	面	開	心	的	跳	來	。
外										

一	大	早	小	金	就	心	來	了	用	着	他
去	跟	朋	友	，	他	是	了	一	一	一	一
說	：「	我	是	在	山	上	開	心	的	跳	來
嗎	？	」	小	金	又	去	山	上	開	心	的
「	我	是	在	山	上	開	心	的	跳	來	。
小	金	就	心	來	了	用	着	他			
是	朋	友	說	：「	你	們	快	學	吧		
說	：「	你	們	快	學	吧					

圖 17 學生 S09 組織重點(前測)

圖 18 學生 S09 組織重點(後測)

以學生 S09 為例，前測中能寫出主角和主角拜訪的朋友，但是看不出故事的結果，文句也缺乏完整性(圖 417)。後測中，學生寫出人(主角和朋友)、事(祝福朋友生日)、時(一大早)和故事的原因、重要細節與結果，語句的輪廓也比之前完整(圖 18)，可見得學生理解能力與組織能力的提升。

在表達觀點分項中，讓學生聆聽故事後寫出感想，依據所寫評論的具體性和連結自身經驗

的程度來評分。學生前測和後測所呈現出來的差異不大(圖 19)，感想中幾乎沒有連結自身經驗，書寫內容仍停留在故事本身，此部分可做為後續教學努力的方向。



圖 19 學生 S06、S10、S05 表達觀點(後測)

在教學結束後，研究者請研究對象針對授課教材、教師教學、教學活動、個人學習幾個面向給予回饋，以提供研究者未來教學上的參考。班上十位學生表示喜歡《聽說讀寫，有策略！》這套教材，也表示從教材中獲益良多，更喜歡學習與挑戰不同的教學和學習策略，研究者訪談學生 S01、S06、S07 後，給予教學和學習的回饋如下：

學生 S01：「我可以和同學分工合作，討論怎麼解決學習筆記裡面的問題。」、「不會的語詞我可以用拆詞、部件和查資料，好多老師教的方法來解決問題。」

學生 S06：「學習筆記有很多題目，讓我們看題目、和老師同學討論，解決問題。」、「我喜歡這樣上課，可以學到很多沒有學過的東西。」

學生 S07：「跟別的老師或以前上的東西不一樣，我喜歡這樣上，裡面內容比較容易懂。」、「讓我知道書本裡有不懂的地方，我可以怎麼解決問題。」

(S01、S06、S07/1070705)

在教學過程中研究者發現，《聽說讀寫，有策略！》以三篇同類型的故事體文本進行教學，讓學生持續累積經驗，可以強化學生對文本的掌握，吸引學生持續閱讀與學習。在教學中教師透過示範、步驟化、漸進釋放責任，有助於學生階段性的學習，學生較容易習得閱讀策略。由訪談中得知，本套教材對學生而言，最感困難的部分是「理解文本」中解決語詞問題的方法，

因此教師在帶領學生解決語詞問題時，師生共作的過程相當重要，需要多次示範、實作帶領學生習得方法後，再漸進到小組合作解決，最後才能獨自思考與解決問題，學生才能確實掌握閱讀策略的方法。

柒、結論與省思

(一)研究結論

本研究以國小二年級學生為研究對象，自 107 年 2 月開始至 7 月，進行為期六個月的時間，運用《聽說讀寫，有策略！》低年級教材所提供的「親近它」、「理解它」、「運用它」三段學習步驟，循序引領研究者了解「方法取向」的語文領域課程。

教材的設計以引導學生更有能力去發現問題、解決問題，主動探究學習的方法與策略為目的，讓文本與學生個人生活經驗相連結，不僅學習內容知識，更可學習方法策略。

研究者藉由實施這套教材，在學生學習方面看到以下成長：

1. 透過文本的閱讀，不僅大量識字，同時累積閱讀實力。
2. 運用理解監控策略，解決閱讀困擾，有助於文本理解。
3. 進行閱讀寫作時，可以運用完整的句子表達內心感想。
4. 透過三階段引導教學，重述故事能力更為完整與精熟。
5. 能主動與同儕分享自己的想法，甚至聆聽不同的意見。

我們以相同的前後測問卷，於研究結束後 11 月中，進行同班級學生的追蹤評量，除一位學生轉學外，其他研究對象的聽寫和讀寫能力分析如下：

1. 聽寫能力：

有 2 位學生的成績比後測時進步，4 位學生與後測相同，3 位學生則退步。

2. 讀寫能力：

有 7 位學生的成績比後測時進步，有 2 位學生成績退步。

從分析學生追蹤評量施測結果，研究者發現學生在聽寫評量的「表達觀點」和讀寫評量的「賞析評估」兩項評量重點，仍需要教師持續建立與穩定該項能力。不過值得肯定的是，多數學生追蹤評量明顯進步，本行動研究已達成預期目標，顯示學生持續將閱讀理解策略運用於所學中，在國語文領域課程中循序漸進認真學習，並成為生活中「帶著走」的能力。

(二)研究建議

根據研究結果與討論，本研究提出對實施《聽說讀寫，有策略！》教材各方面的建議，以做為未來教學上的參考：

1. 低年級的學童對事物充滿好奇，教師若能善用學童主動探索的特性，結合教材內容，將能引發學習興趣，可達到更進階的學習與成長。

2. 學生在表達對讀本的感想時，教學者可以強調讀本與學生自身關聯性，與學習者產生連結，學生在書寫評論時會更具體。

3. 進行閱讀理解差異化教學時，中高學習成就的學生可以由其自由發揮，開展對閱讀理解的思維與學習面向；對於低成就的學生，教師應搭建學習鷹架，給予示範、提示、模仿等學習策略，讓學生將思考外顯化，以習得的「方法」成為「能力」，由多次練習培養成為一種學習「素養」。

4. 閱讀理解策略的教學不僅重視教師的「怎麼教」，也著重於學生「如何學」。因此在運用本教材時，教師應調整教學方法，透過示範教學、學習責任漸進釋放，並結合教材中的教學三步驟—親近、理解、運用，帶領學生運用策略學習如何讀，協助學生思考與解決問題，並藉由多次練習以靈活運用於各個領域與生活中。

孩子的學習是長遠不間斷的，本方案中閱讀素養導向的教學研究成果，除了在閱讀理解教學策略中，希望能提供老師們教學上的參考與方向，更希望老師能透過現場實務教學，發現孩子們學習理解時個別的差異化，開發出更多元適性的方法，讓每位孩子依據自己的程度，培養自己的能力，展現自己的素養，邁向屬於自己的未來！

捌、參考文獻

朱鵬瑾(2016)。運用提問策略提升二年級學童閱讀理解能力之行動研究(未出版之碩士論文)。

國立屏東大學，屏東市。

許育健(2015)。**高效閱讀：閱讀理解問思教學**。臺北市：幼獅文化。

陳欣希(編著)(2017)。**聽說讀寫，有策略！低年級：讀本、學習筆記**。臺北市：天衛文化

圖書股份有限公司。

素養導向：5多元評量_聽寫能力(紀錄、大意、感想)。思考泡泡。民107年8

月31日，取自：<http://blog.roodo.com/hsinhsi/archives/62047901.html>

課文本位閱讀理解教學(無日期)。閱讀策略成分表。民107年8月31日，取

自：http://pair.nknu.edu.tw/pair_System/Search_index.aspx?PN=Reader

教育部國民及學前教育署 105 學年度健康體位輔導與推廣計畫
健康體位融入學校領域教學模組競賽特優

健康有養 · 樂活遊氧



105 學年度健康促進學校輔導計畫 健康體位學校融入領域教學模組競賽特優

- ✦ 參賽學校： 基隆 市 東光 國小
- ✦ 主題名稱：健康有養•樂活遊氣
- ✦ 參賽人員：陳湘玲、蔡佩娟、陳俊光、魏竹君、簡秀文
- ✦ 作品大綱：

■ 背景與目的：

此次的教學活動設計，延伸三年級下學期健體領域課本第四單元「飲食與健康」，及第六單元「健康小達人」的內容，結合劉影梅教授指導「85210」健康體位的核心概念，教師以自編教材，將課本部份的相關內容，進行一系列有意義的統整課程活動。

■ 特色策略：

- 1.教師以 85210 的概念，設計檢核學習單，請學生自省改進方式，邀請家人一起參加。
- 2.教師以自編的跳繩影片，讓學生以競賽遊戲的方式，學習跳繩技能，增進學習樂趣。
- 3.校慶邀請福智文教基金會及里仁有機店到校設攤，以有機飲食及無添加物零食的概念，讓學生透過有機食品試吃及買賣物品，體會消費時應有的選擇方法。
- 4.教師以自製的「健康飲食金字塔」拼圖遊戲，及數學假鈔進行實際的零食買賣，運用遊戲教學讓學習變得更有趣，更加深了學生的學習記憶，能在實際生活中加以應用。
- 5.運用小組討論及組織圖教學，讓學生了解 NG 食物問題及解決方式，成為飲食小達人。

■ 推動成果：

經由此次的教學，午餐時老師會聽到學生喃喃自語說：「今天吃地瓜，和馬鈴薯一樣，是五穀根莖類。」、「今天的湯有玉米，老師上課有說它是五穀根莖類，不是蔬菜類。」也會看到學生拿起飲料罐，或食物的包裝袋，研究成份後說：「還好，這瓶飲料是沒有加香料的。」

下課時，學生會主動討論想要挑戰的跳繩技巧，並找同學一起練習。兒童朝會的宣導，教師自製影片裡油脂類的笑點，成了學生的話題。這些生活點滴，都是教學感動的能量...

✦ 作品花絮



- 1.「健康飲食金
- 2.跳繩教學個人
- 3.以數學代幣進行
- 4.以 T 型圖來分析
- 5.護理師以組織

作品名稱：健康有養・樂活遊氣

設計背景：

「健康有養・樂活遊氣」的教學活動設計，是以三年級學生為主要教學對象，搭配下學期健康與體育課本的第四單元「飲食與健康」，及第六單元「健康小達人」的內容，並結合陽明大學劉影梅教授指導的「85210」健康體位核心概念，以自編教材將課本部份的相關內容，進行一系列有意義的統整課程活動，此為本作品之設計理念。

設計策略：

- (一) 活動一結合學生舊經驗，教師以 85210 的健康核心概念，自編設計檢核學習單，請學生記錄和檢視是否符合此健康概念；並自省及改進自己的方式，讓自己及家人更健康。
- (二) 活動二中，教師延伸 SH150 安排晨光時間的跳繩活動，以自編的影片，讓學生學習新的跳繩技能。再以競賽的方式，增進學習樂趣，透過學習單，讓學生發現自己的進步。
- (三) 校慶邀請福智文教基金會及里仁有機店到校設攤，以有機飲食及無添加物零食的概念，讓學生透過有機食品試吃及買賣物品，體會消費時應有的選擇方法，讓自己更健康。
- (四) 在六大類飲食的教學活動中，以師生合作自製的「飲食金字塔」拼圖，運用拼圖遊戲讓學習變得更有樂趣，也更加深學習記憶。
- (五) 教師介紹董氏基金會網站與本次課程相關的遊戲軟體及影片，學生可以利用午休或課餘時間，至教室的電腦操作區進行遊戲或觀賞影片，增加學習的樂趣及記憶。
- (六) 飲食添加物的課程中，教師結合數學，運用模擬教學，讓學生以數學假鈔進行實際的零食買賣，記錄選擇。教師結合榮譽卡，提供更多代幣給表現好的學生，增進學習動機。
- (七) 教師運用多元的教學策略及評量方式，如：個人和小組合作學習及競賽，分組口頭及實作報告等，結合自製多媒體教學影片及簡報，進行本次活動設計。
- (八) 善用飲食金字塔自製教具，協同行政人員、學校護理師等人，進行跨年級與行政的協同教學，並運用兒童朝會進行全校性的宣導。經由教職人員的生動的表演，加深印象，特別是油脂類的害處，表演獲得滿堂喝采，學生在右邊徵答中，也都能有正確的回答。

活動成效：

(一) 教學成效：

本次教學活動的成效，以三年級教學的學生為問卷對象，進行此次教學的課後問卷。本次問卷共 7 題，檢測學生課後對於學習內容，在認知、情意、技能三方面，是否能有成長和改變。問題分析結果如下：

1. 問題 1：我能學會飲食金字塔的六大類食物的分類。(認知)

❖分析結果 1：透過實際的操作和遊戲競賽，大部分學生對於飲食六大類的分類都很熟悉，甚至可以互相檢核，此教學有一定的成效。

2. 問題 2：上完課後，我認識了食品添加物，在買東西的時候會「消費停看聽」(認知)

❖分析結果 2：透過食物添加物的課程，及幸福便利店的實際操作，讓孩子在購買食物時更能注意食物中的添加物，維護自己和家人的健康。

3. 問題 3：上完課後，吃零食和東西的時候，我會注意食品的成份。(技能)

❖分析結果 3：透過食物添加物的課程，及幸福便利店的實際操作，讓孩子在購買食物時更能注意食物中的添加物，維護自己和家人的健康。

4. 上完課後，我學會更多跳繩的技巧。(技能)

❖分析結果 4：體育老師上課時教了許多跳繩的方式和技巧，讓跳繩更有樂趣。

5. 上完課後，我變得更喜歡跳繩活動，每天會更主動完成這項運動。(情意)

❖分析結果 5：晨間動一動時間，可以看見孩子主動跳繩，甚至主動練習新的跳繩技巧，大家玩得不亦樂乎，跳繩再也不是一件乏味的事情了！

6. 我願意在日常生活中，選擇比較健康的食物，和減少吃紅燈食物的次數，讓自己變得更健康。(技能)

❖分析結果 6：上過 NG 食物大解密的課程，孩子們知道盡量選擇健康食物，但若是很想吃 NG 食物，也能提醒自己吃的次數，和選擇替代食物來滿足自己吃的慾望。

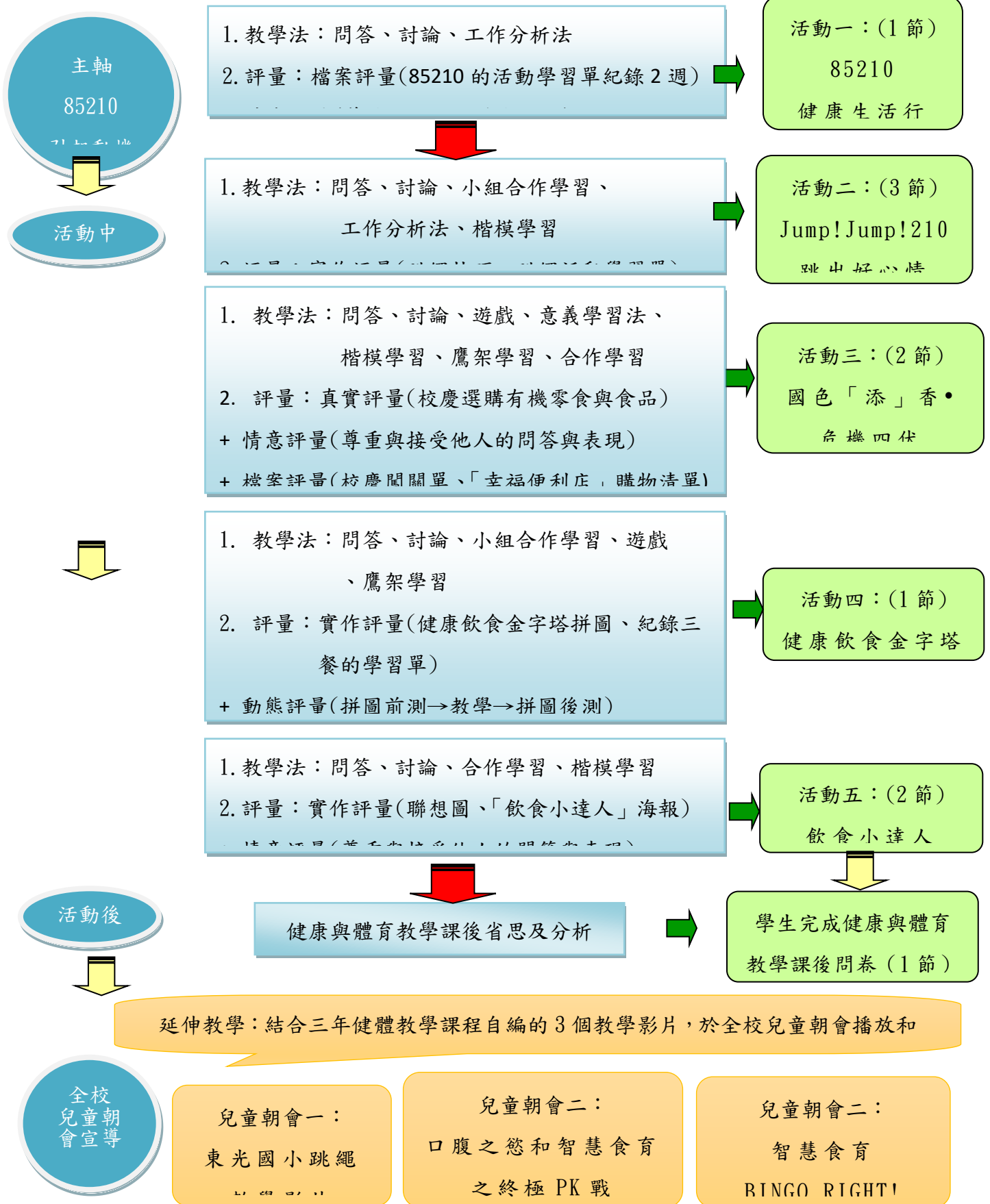
(二) 教學心得反思：

在此次教學活動中，以 85210 的健康核心概念為教學主軸；在健康教學部分，重點透過飲食金字塔來認識六大類食物，及減少吃有食品添加物成份的零食。經由此次的教學，午餐時教師常聽到學生喃喃自語說：「今天吃地瓜，和馬鈴薯一樣，是五穀根莖類。」、「今天的湯有玉米，老師上課有說它是五穀根莖類，不是蔬菜類。」下課時，又會聽到學生拿著早餐，討論這是哪一類？也會拿起飲料罐，或食物的包裝袋，仔細研究一下成份，然後自言自語說：「還好，這瓶飲料是沒有加香料的。」

在健康飲食金字塔的教學中，教師原本擔心班級中三位特教生會不理解，使小組拼

教材統整的課程地圖一

我們以 85210 的健康概念為教學設計主軸，以問答法、討論法、遊戲教學、小組合作學習等教學方式，結合多元化的實作評量設計，來提升學習的樂趣和成效，模式進行如下：



教材統整的課程地圖二

健康有養・樂活遊氣

活動一(1節)

85210，

健康生活行

1. 學習單一「我的健康生活全紀錄」
2. 學習單二「我的健康生活全Go Go!」

活動五(2節)：

飲食小達人

1. 以圖像組織圖引導學生討論含糖飲料。(聯想圖→概念圖→T形圖)
2. 觀看相關影片，並與家長分享健康概念。

活動四(1節)：

健康飲食金字塔

1. 健康飲食金字塔拼圖
2. 「均衡飲食 easy 配」學習單

活動二(3節)：

Jump!Jump!210

跳出好心情

1. 教四種(前滾翻、後滾翻、雙手立、

活動三(2節)：

國色「添」香・危機四伏

1. 教室模擬買賣食品，於校慶實際操作
2. 「食」在好「味」道簡報遊戲
3. 董氏基金會的飲料紅綠燈遊戲

融入改編教材單元：健康與體育第4、6單元
自編教學時間：健康4節、體育3節、綜合活動2節

健康體位融入領域教學候組門卷

教學計畫	適用年級	三年級	授課時間	自編9節
	融入領域和版本	1.健康與體育(康軒版、自編) 2.綜合活動(自編)		
設計理念	<p>本次「健康有養・樂活遊氣」的教學活動設計，是以學生針對三年級下學期健康與體育課本的第四單元「飲食與健康」，及第六單元「健康小達人」的課文內容，已經概覽後具有相關的先備知識。因本校隸屬基隆市健康體位校群，在教學重點中，結合陽明大學劉影梅教授指導的「85210」健康體位核心概念，以自編教材將課本部份的相關內容，進行一系列有意義的統整課程活動。</p> <p>在活動一的教學活動設計中，我們以學校推動多年「85210」的健康概念出發，以教師自編檢核表的設計，讓學生透過每天生活習慣的記錄和自省，了解自己應</p>			

該要再加強的項目；並請學生以訪問家長的方式，幫家人和自己每天進行「85210」的登記，再請家長依孩子的表現做出鼓勵和回饋，讓家庭的每位成員都能更健康。

依據劉影梅教授研究跳繩的好處顯示，每天跳繩 30 分鐘，「不只能長高，還可能變聰明、學習表現更好。」由於基隆容易下雨，跳繩活動即使雨天也能在室內進行，容易推廣養成學生運動的好習慣。因此，在活動二教師自編跳繩教學的活動設計中，我們持續深化學生在晨間的兒童朝會及動一動時間，進行以計次為主的跳繩活動。我們讓學生嘗試以「前、後迴旋，雙手交叉前迴旋，雙人動作橫排跳」，共四種不同的跳繩方式，運用小組合作學習的遊戲競賽策略，依自己程度選擇不同挑戰方式的差異化教學，增加學生對跳繩的興趣，也從中培養學生的體能和耐力。最後，透過學習單的記錄檢核，讓學生省思自己的學習興趣、想法及成長表現，透過自主學習的樂趣，培養每天運動 30 分鐘，達成每週 210 運動目標。

在活動三中，首先我們以食品添加物對身體的危害為觀點，進行「0 含糖飲料」的概念教學。並在課程中說明食品添加物對身體的影響，搭配遊戲及午餐教育，檢核並掌握學生的學習狀況。另外，欲讓學生能夠學以致用，在課程教學中模擬購物情形，運用代幣讓學生親自採買食品，與學生的生活經驗結合。最後，教師再透過 85210 的檢核表，提醒學生於下課及運動後適時補充水份，並結合數學課的「毫升和公升」單元，請學生檢視自己水壺的刻度容量，規畫如何每天喝 1500 cc 以上的白開水。

在活動四中，我們以課本「健康飲食及消費」的主題為教學重點，在校慶的園遊會的闖關活動中，邀請里仁有機店及福智文教基金會，到校設置有機健康飲食及無添加物的零食宣導，引起學生的學習動機和興趣。接著，我們再以「天天 5 蔬果」的概念，透過師生共同製作的「飲食金字塔」拼圖，教師以問題討論、個人和小組遊戲競賽的方式，讓學生認識六大類的食物，及每日應攝取的份量。此外，我們請學生記錄每天三餐的飲食，並分析是否養成「均衡攝取六大類食物」的好習慣，最後請家長和孩子在親子時間，一起檢視和規畫健康飲食的目標。因此活動五中，以海報製作檢核日常飲食的 NG 食物，希望能讓我們的身體更健康。

最後，我們延伸飲食金字塔與跳繩的教學，成為全校性的的宣導教學活動。護理師協同五年級導師，共同錄製「每日飲食指南」的影片於兒童朝會播放，並讓學生透過有獎徵答的方式，更了解影片中的內容，及每日的健康飲食概念。人有食慾，便需有智慧的食育，希望以自製影片，讓學童反思充斥在生活中的各項紅燈食物，只要一點小改變，就可以讓紅燈食物成為負擔少一點的小確幸美食！我們可以透過智慧食育的學習，進而規劃自己的飲食內容，營造更健康的生活。

對應能力
指標

一、活動一：

4-1-3-4 利用課後或假日時間，邀集家人或朋友，一同到戶外從事身體活動。

二、活動二：

3-1-1-1 瞭解跑、跳、爬、擲等動作的方式。

3-1-1-2 由遊戲中表現跑、跳、改變方向、急停等動作。

3-1-1-3 對簡單性軸心運動能表現協調與平衡的動作，如：重心轉移、伸展等。

3-1-4-2 於遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。

3-1-4-3 於身體活動中表現手眼、手腳及全身性的協調能力。

4-1-3-3 依據個人興趣及生活作息，安排每天至少運動 30 分鐘，每週至少運動 210 分鐘以上。

三、活動三：

2-1-1-2 體認人對有誘人味道、外表、氣味、聲音或質地的食物會產生吃的動機。

2-1-1-3 討論提供成長及身體活動所需的六大類食物。

2-1-1-4 每日攝取多樣化食物，以維持身體健康。

2-1-1-5 依據健康原則準備簡單且立即可吃的食物，並滿足生理及心理的需求。

7-1-2-4 舉例指出標示完整、檢驗合格、衛生安全的健康產品或服務。

四、活動四：

2-1-3-2 實踐三餐規律、各大類營養素攝取均衡的飲食原則。

2-1-3-5 養成喝白開水的習慣，少喝含糖飲料。

五、活動五：

2-1-1-2 體認人對有誘人味道、外表、氣味、聲音或質地的食物會產生吃的動機。

2-1-1-4 每日攝取多樣化食物，以維持身體健康。

2-1-1-5 依據健康原則準備簡單且立即可吃的食物，並滿足生理及心理的需求。

六、兒童朝會：

4-1-3-4 利用課後或假日時間，邀集家人或朋友，一同到戶外從事身體活動。

2-1-4-3 以少糖、少鹽、少油、多纖維的原則，選擇有益健康的高營養密度食物。

2-1-4-4 瞭解零食、速食與休閒飲料不是飲食中必須的成分並減少攝取量。

7-1-1-1 描述自己對健康的想法，並分辨是否合乎健康理念。

<p>教 材</p>	<p>一、 自編投影片：「食」在好「味」道 <u>35</u> 張</p> <p>二、 自編影片：</p> <p>1. 教學影片：</p> <p>(1) 東光國小跳繩教學影片 <u>5 分 53 秒</u> https://www.youtube.com/watch?v=PXu513JZXQU</p> <p>(2) 口腹之慾和智慧食育之終極 PK 戰 <u>5 分 17 秒</u> https://www.youtube.com/watch?v=n51q9eQrf84</p> <p>(3) 智慧食育 BINGO RIGHT! <u>8 分 10 秒</u> https://www.youtube.com/watch?v=5WbwYygOdF0</p>
<p>教 材</p>	<p>二、 自編影片：</p> <p>2. 成果影片：</p> <p>(1) 成果東光國小校慶世界地球日-健康教學主題關關活動 <u>9 分 56 秒</u> https://www.youtube.com/watch?v=Tk6n0H9iT8o</p> <p>(2) 飲食金字塔學生上課活動影片 <u>6 分 13 秒</u> https://www.youtube.com/watch?v=0ZU7ZS1xHKE</p> <p>三、 學習單：自編 <u>6</u> 份</p> <p>1. 活動一(1)學習單一：「我的健康生活全紀錄」</p> <p>2. 活動一(2)學習單二：「我的健康生活全紀錄～加油 Go Go Go! 」</p> <p>3. 活動二：跳繩活動學習單</p> <p>4. 活動三(1)東光國小 44 周年校慶世界地球日闖關單學習單</p> <p>5. 活動三(2)「幸福便利店」的購物清單</p> <p>6. 活動四：「均衡飲食 easy 配」學習單</p> <p>四、 其他：自編 <u>4</u> 份</p> <p>1. 活動二：跳繩活動計數成績表</p> <p>2. 活動三：師生共同製作「飲食金字塔拼圖」及遊戲</p> <p>3. 活動五：「飲食小達人」海報</p> <p>4. 健康與體育教學課後問卷</p>

參考資料

1. 《國小健康與體育課本第六冊》。出版者：康軒文教事業。
2. <http://www.ym.edu.tw/active/>劉影梅老師個人網站
3. http://www.ym.edu.tw/ymnews/225/a1_2.html 陽明電子報／劉影梅老師研究團隊發現：跳繩有助學童長高、腦力好
4. <http://health99.hpa.gov.tw/Article/ArticleDetail.aspx?TopicNo=56&DS=1-Article> 衛生福利部國民健康署/健康九九網站/健康教學方法的選擇與應用
5. http://www2.jtf.org.tw/psyche/happy_jumping/teach.php 董氏基金會/跑跳好心情網站
6. <http://www.vow99.org/>健康之音／認識無所不在的化學「食品添加物」
7. <http://youtu.be/d2vkqCtiR2c> 我們喝的飲料是這樣做出來的
8. <https://nutri.jtf.org.tw/index.php?idd=1&aid=47&bid=366&cid=2036> 董氏基金會/食品營養特區
9. <https://nutri.jtf.org.tw/index.php?idd=12&aid=31&id=324> 董氏基金會/飲料看燈行遊戲
10. http://www.twhealth.org.tw/index.php?option=com_zoo&task=item&item_id=753&Itemid=22 財團法人全民健康基金會/搞懂食品添加物 少點負擔 多點健康
11. <https://www.youtube.com/watch?v=yHkSEHEaJEQ&t=542s> 新北市中正國小跳繩教學影片


整體創新
特色

1. 從活動一開始結合學生的舊經驗，教師以 85210 的健康核心概念，自編設計一系列檢核學習單，請學生記錄和檢視自己的每日生活，是否能符合此健康概念；並自省及改進自己的生活方式，讓自己及家人朝著健康的人生道路邁進。
2. 活動二中，教師延伸學校 SH150 安排晨光時間的跳繩活動設計，以自編的跳繩教學影片，讓學生學習新的跳繩技能。接著，教師以個人及小組遊戲競賽的方式，增進學生的學習樂趣，並透過跳繩學習單的紀錄，使學生能發現自己的成長進步。
3. 校慶園遊會闖關活動，邀請福智文教基金會及里仁有機店到校設攤，以有機飲食及無添加物零食的概念，讓學生透過實際的有機食品試吃及買賣物品，更能體會在消費時應有的選擇方法，讓自己的身體減少不必要的負擔，減少添加物對自己身體可能造成的危害，就可以變得更健康。
4. 在活動六大類飲食的教學活動中，教師以師生合作自製的「飲食金字塔」拼圖，運用拼圖遊戲讓學習變得更有樂趣，也更加深學習記憶。
5. 教師介紹董氏基金會網站與本次課程相關的遊戲軟體及影片，學生可以利用午休或課餘時間，至教室的電腦操作區進行遊戲或觀賞影片，增加學習的樂趣及記憶。
6. 在活動飲食添加物的課程中，教師結合數學課程，運用模擬實際的遊戲教學方式，讓學生以數學附件的假鈔，進行實際的零食買賣交易，並記錄思考購買的選擇。教師亦結合班級學生表現的榮譽卡記錄，在這次主題活動課堂表現良好的學生，可以運用累計的榮譽卡來兌換假鈔進行真買賣，增進學生學習動機。
7. 教師運用多元的教學策略及評量方式，如：個人和小組合作學習及競賽，分組口頭及實作報告等，結合自製多媒體教學影片及簡報，進行本次活動設計。
8. 活動中善用飲食金字塔自製教具，教師們協同行政人員、學校護理師等人，進行跨年級與行政的協同教學錄影，並運用兒童朝會進行全校性的宣導。經由教師及護理師的親自現身表演，讓學生有更多親近感，加深學習印象，特別是對油脂類的害處，教師生動的演技，搏得全校滿堂喝采，學生在有獎徵答題目中，也都能有正確的回答。
9. 活動中運用語文領域常用的圖像組織圖，以小組討論的方式、圖像的呈現，讓孩子更深刻了解 NG 食物的問題，做一個知道如何吃得健康的飲食小達人。



教學實施內容 (含教學活動)

能力 指標	教學活動及流程	實施 時間	教學媒體 運用	備註 說明
4-1-3-4	<p style="text-align: center;">【活動一：85210，健康生活行】</p> <p>一、學生先備知識：</p> <p>(一) 因本校為基隆市健康體位學校，學生於課前兒童朝會及相關課程，已具有「85210」健康體位核心的基本概念。</p> <p>(二) 學生已學習課本第六單元相關內容。</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>二、引起動機</p> <p>學生已有學校贈送的健康墊板，課餘使用墊板進行遊戲，增進學習的樂趣和知識。</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>三、師生進行提問討論及互動：</p> <p>(一) 教師提問：你們知道「85210」是什麼意思？</p> <p>(二) 教師以自編的「我的健康生活全紀錄」學習單，</p>	<p>自編</p> <p>1 節</p>	<p>三下健體課本第六單元「健康小達人」</p> <p>1. 自編 「我的健康生活全紀錄」</p> <p>2. 自編 「我的健康生活全紀錄～加</p>	<p>課本</p> <p>自編</p> <p>自編</p>

	<p>請學生每天回家記錄自己是否做到「85210」。</p> <p>(三) 教師請學生課堂分享和省思自己的記錄成果。</p> <p>四、教師請學生持續記錄自己是否做到「85210」，並登記在「我的健康生活全紀錄～加油 Go Go Go!」學習單中。</p> <p>五、教師請學生還沒做到的項目，訂下這週自己的改善計畫，並訪問能和自己一起參與的家人，成為85210的樂活家庭。</p> <p>六、教師鼓勵學生參加全市85210圖文創作比賽。</p>		<p>油 Go Go Go!」</p> <p>85210 圖文創作</p>	
--	---	--	---	---

活動一：學習單一「我的健康生活全紀錄」



我的健康生活全紀錄

三年【 】班【 】號 姓名：【 】



親愛的小朋友：

「彩色人生＝均衡的飲食＋規律的運動＋良好生活習慣」！

為了讓自己的人生更多彩多姿，現在請你將學校的健康課及平時學習到的知識，落實在自己的健康生活中，養成陪伴自己一生的好習慣。請你每天提醒自己和記錄是否做到，完成後在記錄表裡打✓，也請家人幫你加油和簽名哦！

日期	8	5	2	1	0	每日健康小語，每天要背起來哦！
	睡滿 8小時	天天 五蔬果	看電視、打電腦、 電動及用電話少 於2小時	運動 30分鐘（跳 繩600下）	喝足 白開水 (1500 c.c.)	
4/20(四)						人生最重要的投資是健康！
4/21(五)						運動可以改善體能、促進健康、預防慢性病、退化性疾病的發生。
4/22(六)						運動生活化，全家一起來。
4/23(日)						擁有良好的健康體適能才是健康的保證。
4/24(一)						吃好早餐能使人精力充沛，增加專注度與學習。
4/25(二)						彩色人生等於均衡的飲食加上規律的運動加上良好生活習慣。

跳繩訓練原則

初級的程度每跳50次後休息2分鐘，然後再跳50次，如此反覆三次，每天早晚共練習兩次（共跳300次）。熟練了之後，每跳100次休息3分鐘，然後再跳100次休息3分鐘，再跳100次，以這種方式在每天早晚共跳兩次（合計600次）。

跳繩的好處

- 1.長高：早晨是運動最佳的時候。劉影梅教授在台灣的研究發現，跳繩20週的學生比對照組多長了1.5公分。
- 2.身體均衡發展：首先由基本的跳法練習，再循序漸進的學較難的跳法。
- 3.消除神經性疲勞：運動時，新鮮的氧氣不斷地供給腦部，消除了腿部的疲勞，使工作的效率提高。
- 4.減肥：運動時會藉著流汗而排出水分，可以說是減肥的最佳辦法。
- 5.防止老化：跳繩運動中有70%是下肢的運動。如果能持續從事跳繩運動，就會使自己比實際年齡更年輕。
- 6.消遣：無論在遊玩的時候，下課以後，甚至運動會、課外活動時間均可從事跳繩的活動。

家長簽名回饋：

活動一：學習單一「我的健康生活全紀錄」學生作品

我的健康生活全紀錄

三年【忠】班【】號 姓名：【】

親愛的小朋友：

「彩色人生=均衡的飲食+規律的運動+良好生活習慣」！

為了讓自己的人生更多彩多姿，現在請你將學校的健康課及平時學習到的知識，落實在自己的健康生活中，養成陪伴自己一生的好習慣。請你每天提醒自己和記錄是否做到，完成後在記錄表裡打✓，也請家人幫你加油和簽名哦！

日期	8 睡滿 8小時	5 天天 五蔬果	2 看電視、打電腦、 電動及用電話少 於2小時	1 運動 30分鐘(跳 繩600下)	0 喝足 白開水 (1500 c.c.)	每日健康小語，每 天要背起來哦！
4/20(四)	✓	✓	✓	✓	✓	人生最重要的投資是健康！
4/21(五)	✓	✓	✓	✓	✓	運動可以改善體能、促進健康、預防慢性病、退化性疾病的發生。
4/22(六)	✓	✓	✓	✓	✓	運動生活化，全家一起來。
4/23(日)	✓	✓	✓	✓	✓	擁有良好的健康體適能才是健康的保證。
4/24(一)	✓	✓	✓	✓	✓	吃好早餐能使人精力充沛，增加專注度與學習。
4/25(二)	✓	✓	✓	✓	✓	彩色人生等於均衡的飲食加上規律的運動加上良好生活習慣。

跳繩訓練原則

初級的程度每跳50次後休息2分鐘，然後再跳50次，如此反覆三次，每天早晚共練習兩次(共跳300次)。熟練了之後，每跳100次休息3分鐘，然後再跳100次休息3分鐘，再跳100次，以這種方式在每天早晚共跳兩次(合計600次)。

跳繩的好處

- 1.長高：早晨是運動最佳的時候。劉影梅教授在台灣的研發發現，跳繩20週的學生比對照組多長了1.5公分。
- 2.身體均衡發展：首先由基本的跳法練習，再循序漸進的學較難的跳法。
- 3.消除神經性疲勞：運動時，新鮮的氧氣不斷地供給腦部，消除了腿部的疲勞，使工作的效率提高。
- 4.減肥：運動時會藉著流汗而排出水分，可以說是減肥的最佳辦法。
- 5.防止老化：跳繩運動中有70%是下肢的運動。如果能持續從事跳繩運動，就會使自己比實際年齡更年輕。
- 6.消遣：無論在遊玩的時候，下課以後，甚至運動會、課外活動時間均可從事跳繩的活動。

活動一：學習單二「我的健康生活全紀錄～加油 Go Go Go！」



我的健康生活全紀錄～加油 Go Go Go!

三年【 】班【 】號 姓名：【 】

親愛的小朋友：

彩色人生＝均衡的飲食＋規律的運動＋良好生活習慣！

「良好的生活習慣」是需要長時間的培養才能建立。如果你之前有還沒做到的項目，請你訂下這週自己的改善計畫。

我的改善或助人計畫：

- 我已經是健康小達人！我會和大家分享自己如何做到的經驗。
- 我要努力或助人的項目是：睡滿8小時 天天五蔬果 四電少於2
運動30分鐘 喝足白開水

我要改善或協助他人的內容： _____



請你每天完成後在表格裡打✓，並訪問能和你一起參與的家人，成為85210的樂活家庭，這樣全家人都會更健康哦！

日期	8		5		2		1		0		每天85210 都做到請打✓
	睡滿 8小時		天天 五蔬果		看電視、打電腦、電動 及用電話少於2小時		運動30分鐘(學生: 跳繩600下)		喝足白開水 (1500 c.c.)		
	學生	家長	學生	家長	學生	家長	學生	家長	學生	家長	
4/26(三)											<input type="checkbox"/> 我是健康小達人
4/27(四)											<input type="checkbox"/> 我是健康小達人
4/28(五)											<input type="checkbox"/> 我是健康小達人
4/29(六)											<input type="checkbox"/> 我是健康小達人
4/30(日)											<input type="checkbox"/> 我是健康小達人

總檢核	<input type="checkbox"/> 一級棒	<input type="checkbox"/> 一級棒	<input type="checkbox"/> 一級棒	<input type="checkbox"/> 一級棒	<input type="checkbox"/> 一級棒	<input type="checkbox"/> 我是健康小達人
	<input type="checkbox"/> 要加油	<input type="checkbox"/> 要加油	<input type="checkbox"/> 要加油	<input type="checkbox"/> 要加油	<input type="checkbox"/> 要加油	

☺請家長寫下替孩子加油的話，或自己參與85210的感想，這樣會讓孩子更有活力哦！

教學實施內容（含教學活動）

能力 指標	教學活動及流程	實施 時間	教學媒 體運用	備註 說明
<p>3-1-1-1</p> <p>3-1-1-2</p> <p>3-1-4-3</p>	<p style="text-align: center;">【活動二：Jump!Jump!210，跳出好心情】</p> <p style="text-align: center;">〔一〕 團結合作一起來</p> <p>一、 引起動機</p> <p>（一） 進入董氏基金會-跑跳好心情網站，介紹跳繩運動的好處與安全注意事項。</p> <p>（二） 教師請學生觀賞自編的「東光國小跳繩教學影片」，進行本次教學說明。</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>（三） 教師示範或分享自己跳繩運動的經驗。</p> <p>二、 教師進行提問：</p> <p>（一） 師生共同示範教導跳繩基本動作。</p> <div style="text-align: center;">  </div> <ol style="list-style-type: none"> 1. 各位同學跳繩時有先注意繩子的長度是否合乎自己的身高嗎？如果太長要怎麼做？ 2. 在跳繩時有先注意自己和同學的安全距離嗎？如果距離太近要怎麼做？ 	<p>自編</p> <p>1 節</p>	<p>董氏基金會：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 跑跳好心情網站 2. 東光國小跳繩教學影片 	<p>他編</p> <p>自編</p>

3. 如果要跳的好、跳的久有什麼要注意的地方？

(二) 練習過程中，對於還未學會的學生進行個別指導。待學生精熟後，兩兩一組相互指導與練習。

(三) 進行活動：

1. 開始活動前進行 30 秒跳繩次計進行能力分組，兩兩一組。



2. 分組完畢後，兩人中的第一位先跳，第二位先幫第一位跳的計數，跳完後交換。教師再依此成績進行異質分組。

3. 一分鐘跳繩比賽規則：

(1) 將學生分 4~6 組，以各組平均數為成績，排出名次。

(2) 以本班為例，14 位學生分為 3 人一組，若不足 3 人則以 2 人一組或 4 人一組。

(3) 比賽時該組 3 人同時跳繩，由各組第

一位幫第一位學生計數，各組第二位學生幫第二位學生計數，依此類推。

(4) 剛跳完組別的學生可先短暫喝水休息一輪，下一輪再幫忙計數。



三、教師總結學習重點

跳繩的重點要注意呼吸和節奏，並且還要多多練習，有好的體能才能讓自己跳的好、跳的久。

【活動二：Jump!Jump!210，跳出好心情】

〔一〕團結合作一起來

(一) 活動方式：以小組方式（2或3人一組）進行。

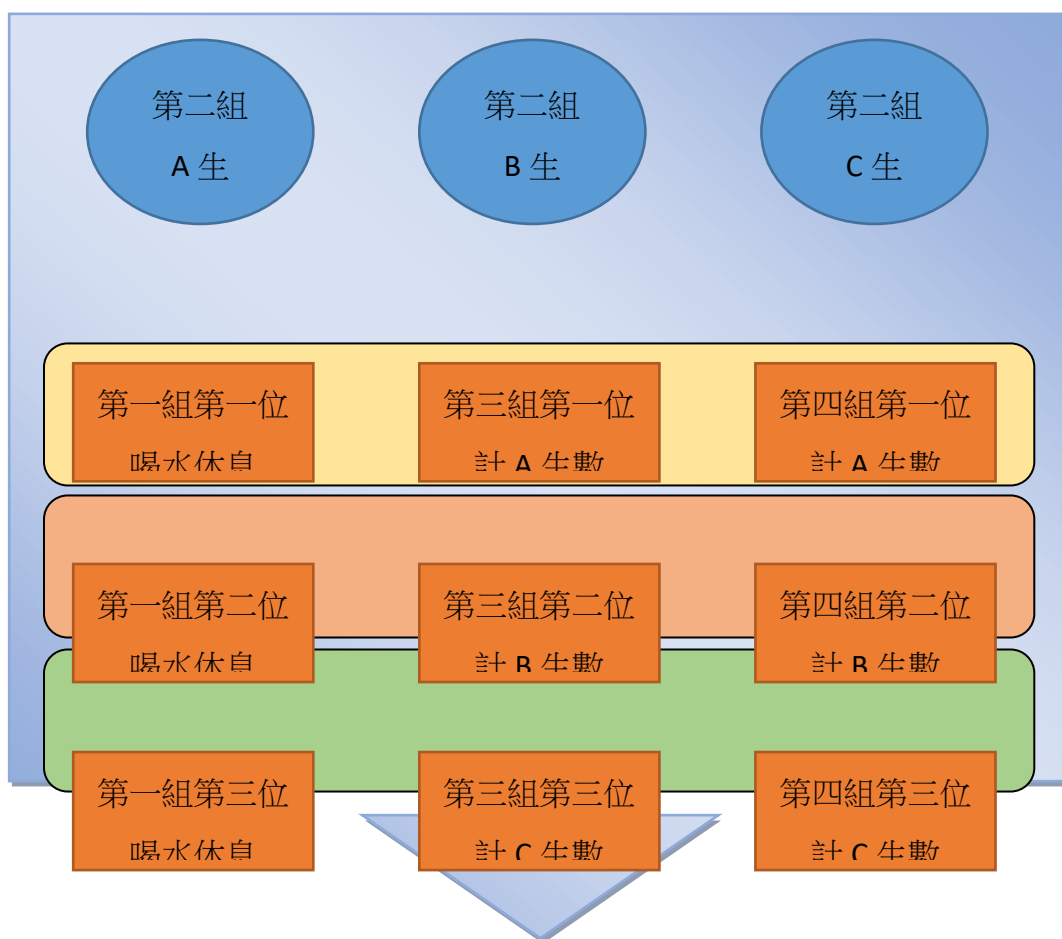
(二) 活動計分：

各組以個人跳數的次數為分數，進行每人總數的相加後，除以人數來計算平均分數。

(三) 活動內容：

1. 因為全班14人，分成3人一組，另二人一組，共分5組。
2. 練習賽：先以30秒跳繩計時賽為練習，以小組方式進行練習。
3. 正式賽：每人一分鐘跳繩計數賽，小組跳完總數的平均數挑選出冠軍

(四) 活動位置



1. 各組平均分數計算方式：最後將 A 生、B 生、C 生的總數相加除以 3；
2 人一組的即總數相加除以 2 即得出平均分數。

2. 獲勝組別：平均分數最高組別得勝。

教學活動及流程

能力 指標	教學活動及流程	時間	體運用	備註 說明
3-1-4-3	<p>【活動二：Jump!Jump!210，跳出好心情】</p> <p>〔二〕戰術應用拼第一</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 請學生分享上次跳繩活動的體驗與感想</p> <p>(二) 教師進入董氏基金會-跑跳好心情網站，介紹跳繩前迴旋外的進階動作。</p> <p>(三) 教師講解各動作要領，並請學生上來一起示範。</p> <p>二、教師進行提問：</p> <p>(一) 師生共同示範教導跳繩進階動作。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 進行後迴旋、雙手開叉前迴旋和前回旋，有什麼相同或不同或者需要注意的地方嗎？ 2. 進行雙人動作橫排跳有什麼要注意的地方嗎？ 3. 單人跳和雙人跳有什麼不同的地方？ <p>練習過程中，對於還未學會的學生進行個別指導。待學生精熟後，兩兩一組相互指導與練習。</p> <p>(二) 進行活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 依照上次活動分組，講解規則，進行一分鐘跳繩比賽。 	自編 1 節	董氏基金會：跑跳好心情網站	他編



	<p>2. 依跳繩難易度進行加權分數：</p> <p>(1) 前迴旋每跳一次算一分</p> <p>(2) 後迴旋每跳一次算二分</p> <p>(3) 雙手開叉前迴旋每跳一次算三分</p> <p>(4) 雙人動作橫排跳，每跳一次算四分</p> <p>3. 最後將總分除以該組人數，得出平均數 即為總成績，排出名次。同樣該組同時 上場，由各組學生進行計數。</p> <p>三、教師總結學習重點</p> <p>分組跳繩比賽的重點，除了個人的體能和 技巧外，挑戰的項目要精熟，重點更要和 組員溝通討論，分配每個人適合的挑戰項 目，才能拿高分。</p>			
--	---	--	--	--

【活動二：Jump! Jump! 210，跳出好心情】

〔二〕戰術應用拼第一

(一) 活動方式：以小組方式 (2 或 3 人一組) 進行。

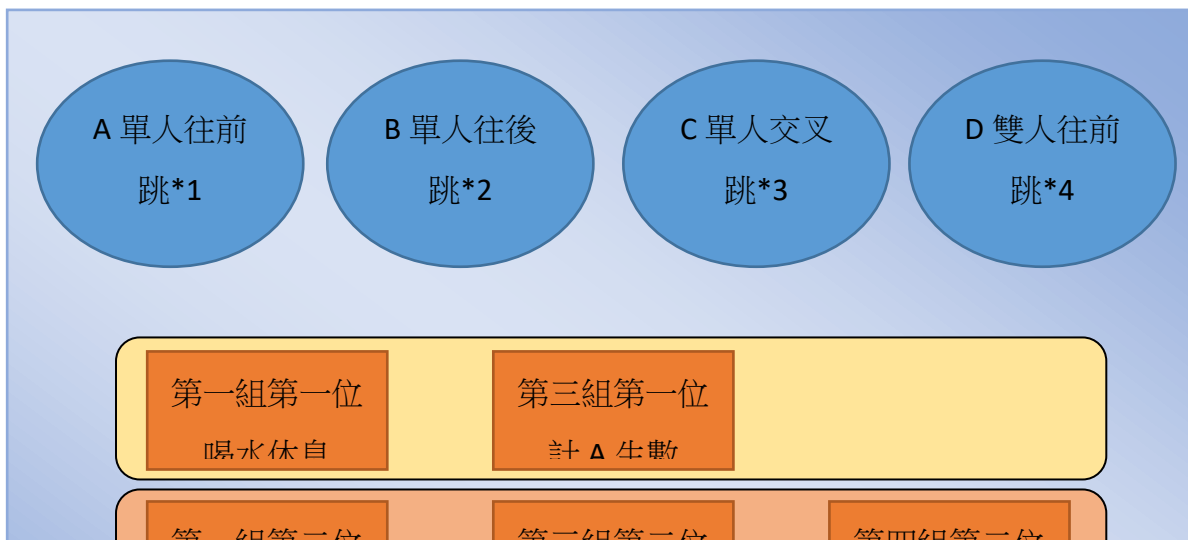
(二) 活動位置及加權計分方式：

1. A 位置：單人往前跳，1 次*1=1 分
2. B 位置：單人往後跳，1 次*2=2 分
3. C 位置：單人交叉跳，1 次*3=3 分
4. D 位置：雙人往前跳，1 次*4=4 分



(三) 活動內容：

1. 學生自己挑戰要哪一種跳繩的方式。
2. 小組成員每人只能挑一種方式，不可以重覆。
3. 平均分數最高組別為冠軍。





1. 各組平均分數計算方式：

最後將該組選擇參加的二個項目總數乘以該
加權值(*1、*2、*3、*4)總數除以 2 即得出平均數

2. 獲勝組別：平均分數最高組別得勝。

3. 學生可選擇組別的方式：

[一] 團結合作一起來

(一) 跳繩活動計數成績表一

組別	A 生	B 生	C 生	總數(A 生+B 生+C 生)	平均	名次
1	75	120	81	270	90	5
2	114	76	82	272	90.6	4
3	113	119	101	333	111	1
4	152	63	102	317	105.3	3
5	104	110		214	107	2

〔二〕戰術應用拼第一

（二）跳繩活動計數成績表二

組別	A*1 前迴旋	B*2 後迴旋	C*3 雙手交叉 前迴旋	D*4 雙人動作 橫排跳	總數 (A*1+B*2+C*3+D*4)	平均	名次
1	69	32	92		409	136	1
2	69、69		23		207	69	3
3	108	88	30		265	124	2
4	83			7	111	37	5
5				34	136	68	4

說明：因 3 人一組，全班 14 位，人數無法除盡，故採取平均數最高的來排名次。

教學實施內容 (含教學活動)

能力 指標	教學活動及流程	實施 時間	教學媒 體運用	備註 說明
3-1-4-3	<p style="text-align: center;">【活動二：Jump!Jump!210，跳出好心情】</p> <p style="text-align: center;">〔三〕自我突破創佳績</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 請學生分享自己小組上次跳繩活動如何溝通、分配競賽項目的過程。</p> <p>(二) 教師講解跳繩學習單的內容，並鼓勵學生在等下的活動中能自我突破。</p> <p>二、教師進行「跳繩活動學習單」教學：</p> <p>(一) 教師提問和說明學習單的內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 各位同學上次的活動，有沒有誰知道第一名的冠軍隊伍是怎麼分配挑戰項目的？為什麼？ 2. 如果你們有第二次機會重新挑戰，你會如何建議你的小組接受你的想法？ 3. 在活動中，要記錄一分鐘最多可以跳幾下，你可以努力突破自己上次的記錄。 <p>(二) 進行活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 將學生分為二組，一位跳繩(跳繩者需自己額外默數減少爭議)，另一位幫忙計數(需報出次數給跳繩者聽到)，跳完後二者互換。 2. 依序進行學習單中的內容和完成習寫： <ol style="list-style-type: none"> (1) 一分鐘前迴旋(自己默數跳幾下開始累) (2) 一分鐘後迴旋 (3) 一分鐘雙手交叉前迴旋 (4) 我一分鐘最多可以跳繩幾下(鼓勵他們突破剛剛成績) 	自編 1 節	自編「跳繩活動學習單」	自編



	<p>(5) 連續跳繩不間斷。</p> <p>(6) 我最喜歡哪種跳法</p> <p>(7) 我對跳繩的感想</p> <p>三、教師總結學習重點</p> <p>此學習單重點，除了讓學生了解自己的體能與能力，並鼓勵學生試著在活動中突破自我記錄。</p>			
--	---	--	--	--

活動二：學習單一「跳繩活動學習單」

跳繩活動學習單

班級： 年 班 姓名：

1. 我一分鐘最多可以跳繩 _____ 下。
2. 我可以連續跳繩 _____ 下不間斷。
3. 我最喜歡哪種跳法？①前迴旋②後迴旋③雙手交叉前迴旋④雙人動作橫排跳
因為： _____。
4. 我覺得如果可以重新再比一次，在第二個活動比賽中，小組會如何分配？
_____。
5. 我對跳繩的感想：



跳繩活動調查表：請撕下交回。

1. 前迴旋，我一分鐘可以跳幾下： _____。
2. 前迴旋，我跳幾下後會開始累： _____。
3. 後迴旋，我一分鐘可以跳幾下： _____。
4. 雙手交叉前迴旋，我一分鐘可以跳幾下： _____。



活動二：學習單

跳繩活動學習單

班級：三年 乙 班 姓名：


- 我一分鐘最多可以跳繩 152 下。
- 我可以連續跳繩 178 下不間斷。
- 我最喜歡哪種跳法？①前迴旋 ②後迴旋 ③雙手交叉前迴旋 ④雙人動作橫排跳
 因為：④因為它可讓同學的默契更好，也因為它難度較高如會跳會很有成就感。
- 我覺得如何可以重新再比一次在活動比賽，小組會如何分配？
 我想跟方翔跳雙動作橫排跳。
- 我對跳繩的感想：
 我覺得跳繩不但能一下子就達到天需要的運動量也可以訓練體能和同學之間的默契和感情。我覺得跳繩的動作如要學會較難的跳法時，就會很有成就感，跳繩真是個一舉多得的運動呀！

跳繩活動調查表，請撕下交回。

- 前迴旋，我一分鐘可以跳幾下：152
- 前迴旋，跳幾下後會開始累：108
- 後迴旋，我一分鐘可以跳幾下：68
- 雙手交叉前迴旋，我一分鐘可以跳幾下：43

-7-

教學實施內容（含教學活動）

能力指標	教學活動及流程	實施時間	教學媒體運用	備註說明
2-1-1-2 2-1-1-3 2-1-1-4 2-1-1-5	<p style="text-align: center;">【活動三：國色「添」香危機四伏】</p> <p>一、準備活動：</p> <p>教授本活動前，學生已學習健康與體育的課本第 78 頁，對「消費停看聽」的行為已有基本概念。</p>  <p>二、引起動機</p>	<p style="text-align: center;">共 2 節</p>		<p style="text-align: center;">自編</p>
	<p>(一)校慶分享</p> <p>學生在校慶活動中，依照課程所學內容進行個人午餐的採買，採買單位涵蓋各班級準備之食物與里仁有機蔬食等關卡，透過學校統一發的學習闖關單，讓學生體驗有添加食品添加物及未添加食品添加物的食品。</p> <p>1. 大家來找有機食品(健康食品)</p> <p>(1)三忠 幸福柑仔店—福智文教基金會</p> <p>(2)四忠 有機愛地球—吃出健康來</p> <p>(3)里仁有機店 友愛地球里仁有機蔬食</p> <p>2. 分享</p> <p>有機食品的三關，安排專業導覽志工協助學生認識有機食品，並讓學生試吃體驗，請兩位同學分享。</p>	<p style="text-align: center;">校慶活動</p>	<p style="text-align: center;">校慶成果影片</p> <p style="text-align: center;">東光國小 44 周年校慶世界地球日關關單</p>	<p style="text-align: center;">自編</p> <p style="text-align: center;">自編</p>



三、食品添加物的教學

(一)「食」在好「味」道

事前集結學生在校慶購買的食品清單，針對常買的食品做教學檢核，並教食品添加物的成份、影響等內容。



1. 什麼是食品添加物

根據食品衛生管理法第一章第三條規定，食品添加物的定義是：「本法所稱食品添加物係指食品之製造、加工、調配、包裝、運送、貯存等過程中，用以著色、調味、防腐、漂白、乳化、增加香味、安定品質、促進發酵、增加稠度、增加營養、防止氧化或其他用途而添加於食品或接觸於食品之物質。」

2. 常見的食品添加物的種類有哪些？

(1) 香料

(2) 色素

第 1 節

「食」在
好「味」
道的簡報
檔

自編

(3)防腐劑

(4)甜味劑

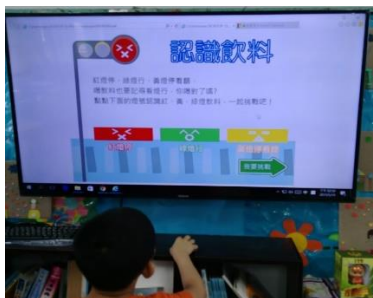
3. 大家來找碴

拍攝常見的食品成份表，運用兩兩對照的方式，建立學生的學習鷹架，知道未來買東西時要先注意食品的成份，依照食品成份選擇食物。



4. 小遊戲大檢核

透過自製判讀選擇的題目來檢核學生的學習情形，並於董氏基金會網站中進行相關的遊戲，以加強學生的練習。



5. 小柯南大發現

(1)魔鬼藏在細節裡，選擇時「停看聽多行」！

- ①「停」：”停”下想一想需要嗎？
- ②「看」：”看”標示
- ③「聽」：”聽”正確資訊

自編
網站

④「多」：”多”新鮮少加工

⑤「行」：付諸”行”動

(2)成份標示停看聽

①食品添加物越多，越是不健康食品。

②成份介紹過長的可能比較不健康。

③成份介紹較詳細清楚的，大家可能會比較安心食用。

④最健康的飲品是水跟 100%的低脂鮮乳

四、幸福便利店

請學生依前段教學的內容，透過教師協同教學的方式，讓學生依序購買理想的零食，零食含有機的與含許多添加物的品項多款，讓學生實際操作。

(一)購買零食

(二)討論與分享

(三)習寫學習單



第 2 節

五、教師總結學習重點

購買零食時，仍要注意食品的成份，不要選擇色素、香料、防腐劑與甜味劑等添加物。

「幸福便 自編



活動三：東光國小 44 周年校慶世界地球日關關單

(一)三忠 幸福柑仔店—福智文教基金會

(二)四忠 有機愛地球—吃出健康來

(三)里仁有機店 友愛地球—里仁有機蔬食



基隆市東光國民小學慶祝 44 周年「神采 236、幸福長久久」校園
 earth day 東光倫理多元好 young • 世界地球日【關關卡】兒獎
 班級：三(), 座號：__, 姓名：__

關卡 章 號	06 1	06 2	06 3	06 4	天 5
關主	消防局 1	消防局 2	交通隊	經國管理學院 信義區衛生所	信鼎技術服務股份 有限公司 (基隆廠)
議題 地點	家庭教育 社會科教室	(晴)大運動場 (雨)星光運動場	(晴)大運動場 (雨)星光運動場	健促 星光運動場	環境教育 星光運動場
主題	煙霧滅火體驗	住宅防災宣導	交通安全我最行	吃喝玩樂聰明選	地球守護聯盟

活動三：「幸福便利店」的購物清單



三年忠班第 () 組的購物清單

小朋友，經過校慶的闖關和健康課的學習內容，你知道看起來既美味又好吃的食物，可能有對身體危害的食品添加物，例如：色素、人工香料、防腐劑、甜味劑等。

現在「幸福便利店」要開張了，每位小朋友會有 50 元的零用錢，請和小組同學討論後，一起決定如何購買東西並共享這段美好的休閒時光。

零食的名稱	天然或有添加物	價錢	數量	小計	選擇的理由 (請✓)	
有機糙米圈	天然食物	一小把 20 元			<input type="checkbox"/> 感覺比較健康 <input type="checkbox"/> 對身體是健康的 <input type="checkbox"/> 看食物的成份 <input type="checkbox"/> 食物的價錢可接受 <input type="checkbox"/> 沒有吃過想試試看 <input type="checkbox"/> 其他：	
糙米米果	天然食物	一小把 25 元				
天然洋芋卷	天然食物	一小把 15 元				
洋芋片 (海鹽口味)	天然食物	一小把 10 元				
吉福小餅	天然食物	一小把 10 元				
梅精軟糖	天然食物	一顆 5 元				
葡萄柚軟糖	天然食物	一顆 5 元				
黑糖の梅	天然食物	一顆 5 元				
乖乖桶軟糖	有添加物食物	一顆 5 元				<input type="checkbox"/> 看起來很好吃 <input type="checkbox"/> 食物的價錢便宜 <input type="checkbox"/> 沒有吃過想試試看 <input type="checkbox"/> 其他：
乖乖	有添加物食物	一大把 15 元				
模範生超寬條餅	有添加物食物	一大把 5 元				
總價						

☺我對這次消費的結果：滿意 不滿意 為什麼？_____

☺解決的方法：_____

我的健康宣言

1. 健康的食物也能很美味，我會做到多吃有益身體健康的食物，減少吃垃圾食物。
2. 我願意多花一點零用錢，買比較健康的食物。
3. 我願意花一點時間，看食物的成份。

活動三：「幸福便利店」第一組的購物清單



幸福便利店

三年級第一組購物單

小朋友，經過校慶的闖關和健康課的學習內容，你知道看起來既美味又好吃的食物，可能有對身體危害的食品添加物，例如：色素、人工香料、防腐劑、甜味劑等。

現在「幸福便利店」要開張了，每位小朋友會有 50 元的零用錢，請和小組同學討論後，一起決定如何購買東西並共享這段美好的休閒時光。

食品的名稱	天然或有添加物	價錢	數量	小計	選擇的理由 (請✓)
有機提子圈	天然食物	一小把 20 元	2	40	<input checked="" type="checkbox"/> 感覺比較健康
糙米米果	天然食物	一小把 25 元	2	50	<input checked="" type="checkbox"/> 對身體是健康的
天然洋芋卷	天然食物	一小把 15 元	3	45	<input checked="" type="checkbox"/> 看食物的成份
洋芋片 (海鹽口味)	天然食物	一小把 10 元	4	40	<input checked="" type="checkbox"/> 沒有吃過想試試看
吉福小餅	天然食物	一小把 10 元	3	30	<input checked="" type="checkbox"/> 其他：想看看天然
梅精軟糖	天然食物	一顆 5 元	2	10	<input checked="" type="checkbox"/> 食物的口感
葡萄油軟糖	天然食物	一顆 5 元	2	10	<input checked="" type="checkbox"/> 和味道。
黑糖の梅	天然食物	一顆 5 元	2	10	
乖乖桶軟糖	有添加物食物	一顆 5 元	5	25	<input checked="" type="checkbox"/> 看起來很好吃
乖乖	有添加物食物	一大把 15 元	2	30	<input checked="" type="checkbox"/> 食物的價錢便宜
模範生超寬條餅	有添加物食物	一大把 5 元	2	10	<input type="checkbox"/> 沒有吃過想試試看
				♥ 總價	300元 康的食物比較

◎我對這次消費的結果： 滿意 不滿意 為什麼？因為我們覺得能用假錢買到天然又健康的食物，所以很值得。

◎解決的方法：假錢買到天然又健康的食物，所以很值得。

我的健康宣言

1. 健康的食物也能很美味，我會做到多吃有益身體健康的食物，減少吃垃圾食物。
2. 我願意多花一點零用錢，買比較健康的食物。
3. 我願意花一點時間，看食物的成份。
4. 我願意將學習到的健康知識和家人分享。

宣誓人：[]

活動三：「幸福便利店」第二組的購物清單



幸福便利店

三年忠班第二組購物單

小朋友，經過校慶的闖關和健康課的學習內容，你知道看起來既美味又好吃的食物，可能有對身體危害的食品添加物，例如：色素、人工香料、防腐劑、甜味劑等。

現在「幸福便利店」要開張了，每位小朋友會有 50 元的零用錢，請和小組同學討論後，一起決定如何購買東西並共享這段美好的休閒時光。

零食的名稱	天然或有添加物	價錢	數量	小計	選擇的理由 (請✓)
有機糙米圈	天然食物	一小把 20 元	3	60	<input checked="" type="checkbox"/> 感覺比較健康
糙米米果	天然食物	一小把 25 元	2	25	<input checked="" type="checkbox"/> 對身體是健康的
天然洋芋卷	天然食物	一小把 15 元	3	45	<input type="checkbox"/> 看食物的成份
洋芋片 (海鹽口味)	天然食物	一小把 10 元	4	40	<input type="checkbox"/> 食物的價錢可接受
吉福小餅	天然食物	一小把 10 元	2	20	<input checked="" type="checkbox"/> 沒有吃過想試試看
梅精軟糖	天然食物	一顆 5 元	4	20	<input checked="" type="checkbox"/> 其他： 我們把錢買 沒添加物贈物通
葡萄柚軟糖	天然食物	一顆 5 元	3	15	把剩下的錢買想
黑糖の梅	天然食物	一顆 5 元	9	45	吃的東西
乖乖桶軟糖	有添加物食物	一顆 5 元	3	15	<input checked="" type="checkbox"/> 看起來很好吃
乖乖	有添加物食物	一大把 15 元	2	30	<input type="checkbox"/> 食物的價錢便宜
模範生超寬條餅	有添加物食物	一大把 5 元	3	15	<input checked="" type="checkbox"/> 沒有吃過想試試看
				總價	350元

☺我對這次消費的結果：滿意 不滿意 為什麼？天然的洋芋片沒想像中好吃

☺解決的方法：買別的口味或自己做來吃。

我的健康宣言

1. 健康的食物也能很美味，我會做到多吃有益身體健康的食物，減少吃垃圾食物。
2. 我願意多花一點零用錢，買比較健康的食物。
3. 我願意花一點時間，看食物的成份。
4. 我願意將學習到的健康知識和家人分享。

宣誓人：周... 吳宸言、林... 林...



教學實施內容 (含教學活動)

能力 指標	教學活動及流程	實施 時間	教學媒 體運用	備註 說明
2-1-3-2 2-1-3-5	<p style="text-align: center;">【活動四：健康飲食金字塔】</p> <p>我們以「天天5蔬果」的概念，讓學生認識六大類的食物，及每日應攝取的份量。</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師先將飲食金字塔的食物隨意擺放，以前測的方式讓學生依吃最多到吃最少的邏輯，由下而上的擺放。</p> <div data-bbox="392 734 868 1010" data-label="Image"> </div> <p>二、學習內容</p> <p>教師依照健康飲食金字塔的架構，向學生講述六大類食物的類別及份量。</p> <p>(一) 全穀根莖類：吃最多</p> <p>(二) 蔬菜類、水果類：吃多些</p> <p>(三) 低脂乳品類、豆蛋魚肉類：吃適量</p> <p>(四) 油脂類、堅果種子類：吃最少</p> <div data-bbox="261 1458 603 1709" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="644 1464 970 1709" data-label="Image"> </div> <p>三、檢核</p> <p>教師講述之後，請學生再依小組及個人的方式，進行圖卡、詞卡與金字塔之配對，建立健康飲食的觀念。</p>	共 1 節	「健康 飲食金 字塔」 拼圖	自編

(一) 合作學習檢核



(二) 個別檢核



四、結合生活經驗

與午餐教育結合，請學生將課堂所學的六大類份量詞卡進行實物對照，讓學生可以將課堂所學與生活經驗結合，學以致用。



五、教學評量及實踐

(一) 教師發給學生自編的「飲食均衡 easy 配」學習單，請學生依照 85210 中，「天天五蔬果」的健康原則來自我檢核，。

(二) 學生回家記錄自己的三餐食物，並請家長和孩子一起檢核三餐飲食的內容，協

「均衡
飲食 自編

	<p>助孩子是否有均衡飲食的習慣。</p> <p>(三) 請學生檢核自己是否能成為「均衡攝取六大類食物」的健康小達人，並檢視自己需要注意再多攝取的六大類食物，才能變得更健康。</p> <p>(四) 教師請學生分享學習單中，自己的三餐食物，並說明是六大類中的哪一類，並請全班學生一起討論分享，要吃哪些食物才健康，假日也要學習保持均衡飲食的好習慣。</p>		<p>easy 配」學 習單</p>	
--	--	--	----------------------------	--

活動四：「均衡飲食 easy 配」學習單

5

天天五蔬果

三年【 】班【 】號 小達人：【 】

日期	我的三餐飲食記錄						做到 請打✓
	早 餐		午 餐		晚 餐		
4/27 (四)	1.	<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 (種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1.紫米飯 2.蜜汁素雞 (豆類) 3.枸杞絲瓜 4.小白菜 5.海芽湯 (蔬食無肉日)	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (3 種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1.	<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 (種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input type="checkbox"/> 天天五蔬果
4/28 (五)	1.	<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 (種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1.白米飯 2.椰汁咖哩雞 (含馬鈴薯、胡 蘿蔔、雞肉) 3.彩椒燴金菇 4.炒小刈菜 5.白菜豆腐湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (3 種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 (肉類、豆類)	1.	<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 (種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input type="checkbox"/> 天天五蔬果
4/29 (六)	1.	<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 (種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1.	<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 (種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1.	<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 (種) <input type="checkbox"/> 水果類 (種) <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input type="checkbox"/> 天天五蔬果
檢核	<input type="checkbox"/> 我是「均衡攝取六大類食物」的健康小達人！(本校週三午餐含低脂乳品類和水果) <input type="checkbox"/> 我要多攝取的六大類食物，在 () 打✓：						

全穀根莖類 蔬菜類 水果類 低脂乳品類 豆魚肉蛋類

小朋友，健康的食物是活力的來源，每天要攝取均衡的飲食，才能讓你長得又高又壯哦！請你依照 85210 中天天五蔬果的健康原則，透過記錄自己三餐的食物，運用健康飲食金字塔的六大類來檢核，完成後請在 打 。

活動四：「均衡飲食 easy 配」學習單學生作品

☺請家長們和孩子一起檢核三餐飲食的內容：

看完孩子寫的學習單內容，我會更注意孩子的假日三餐飲食均衡。

其他的感想： _____

請家長簽名： _____

均衡飲食 easy 配

三年【忠】班【6】號

小達人：【】

小朋友，健康的食物是活力的來源，每天要攝取均衡的飲食，才能讓你長得又高又壯哦！請你依照 85210 中天天五蔬果的健康原則，透過記錄自己三餐的食物，運用健康飲食金字塔的六大類來檢核，完成後請在 打 。

日期	我的三餐飲食記錄						做到請打 <input checked="" type="checkbox"/>
	早餐		午餐		晚餐		
4/27 (四)	1. 全日豆漿 2. 魚羊乳	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 () 種 <input type="checkbox"/> 水果類 () 種 <input checked="" type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1. 紫米飯 2. 蜜汁素雞 (豆類) 3. 枸杞絲瓜 4. 小白菜 5. 海芽湯 (蔬食無肉日)	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (3) 種 <input type="checkbox"/> 水果類 () 種 <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1. 米造米飯 2. 大黃瓜 3. 蕃茄炒蛋 4. 青江菜 5. 巴木	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (3) 種 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 (2) 種 <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 天天五蔬果
4/28 (五)	1. 土司 2. 草莓果西 3. #7 西餅	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 () 種 <input type="checkbox"/> 水果類 () 種 <input checked="" type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1. 白米飯 2. 椰汁咖哩雞 (含馬鈴薯、胡蘿蔔、雞肉) 3. 彩椒燴金菇 4. 炒小刈菜 5. 白菜豆腐湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (3) 種 <input type="checkbox"/> 水果類 () 種 <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 (肉類、豆類)	1. 麥面 2. 高麗菜 3. 紅蘿蔔 4. 玉米 5. 豆包 6. 糖 7. 醬	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (3) 種 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 (1) 種 <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 天天五蔬果
4/29 (六)	1. 煎包 高麗菜香菇 2. 糯米分紅薯 3. 醬 4. 醬 5. 醬	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (2) 種 <input type="checkbox"/> 水果類 () 種 <input checked="" type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1. 稀飯 2. 炒菜 3. 酒蛋 4. 豆干 5. 鹽焗花 6. 四季豆 7. 紅薯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (3) 種 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 (1) 種 <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	1. 水餃 2. 南瓜玉米粥 3. 蘋果	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 (4) 種 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 (1) 種 <input type="checkbox"/> 低脂乳品類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 天天五蔬果
檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 我是「均衡攝取六大類食物」的健康小達人！(本校週三午餐含低脂乳品類和水果) <input type="checkbox"/> 我要多攝取的六大類食物，在 () 打 <input checked="" type="checkbox"/> ： () 全穀根莖類 () 蔬菜類 () 水果類 () 低脂乳品類 () 豆魚肉蛋類						

☺請家長們和孩子一起檢核三餐飲食的內容：




看完孩子寫的學習單內容，我會更注意孩子的假日三餐飲食均衡。

其他的感想：均衡的飲食，規律的生活與運動，能讓我們健康又快樂！

請家長簽名：

☺健康小站：油脂類來源，盡量從全穀根莖類、蔬菜、魚、豆、堅果類，所提供的不飽和油脂攝取。

教學實施內容（含教學活動）

能力 指標	教學活動及流程	實施 時間	教學媒 體運用	備註 說明
<p>2-1-1-2</p> <p>2-1-4-4</p> <p>2-1-3-5</p>	<p style="text-align: center;">【活動五：飲食小達人】</p> <p style="text-align: center;">〔一〕如人飲水，好壞自知</p> <p>一、引起動機：</p> <p>（一）教師請學生思考愛吃的食物，引導學生以實際的生活經驗進入提問討論，引起學生的學習動機。</p> <p>提問：有哪些是你們愛吃，但好像又不太健康的食物呢？</p> <p>（二）學生透過小組討論，利用小白板寫出愛吃的食物，並貼於黑板上請孩子們上台分享食物好吃及不健康之處。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>二、以圖像組織圖概念，引導學生討論：</p> <p>教學流程：聯想圖→概念圖→T形圖→含糖飲料影片→家長在 line 上的回饋</p> <p>（一）聯想圖</p> <p>1. 從孩子愛吃的食物裡取一種食物來實作。</p> <p>提問：提到含糖飲料，你們會想到什麼？</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2. 小組討論：學生針對提問進行小組討論，每一個小白板只寫一個答案，鼓勵孩子寫越多越好。</p>	<p>自編</p> <p>1節</p>	<p>小白板、 白板筆</p>	



3. 展示聯想結果：學生將寫好的小白板展示



於黑板，與同學分享。

(二) T 型圖

1. 根據(一)聯想圖的結果，與學生討論將小白板內容分為好處和壞處兩類。
2. 教師總結歸納喝含糖飲料壞處比好處多



三、教師以含糖飲料的問題，進行教學主題。

- (一) 教師播放教學影片：「我們喝的飲料是這樣做出來的」。
- (二) 教師針對影片內容提問和師生進行討論，一句感想回家寫在聯絡簿中。
 1. 人工檸檬汁中酸酸的味道，是用什麼添加物做出來的？
 2. 果汁中有混濁不透明效果，是加了何種添加物呢？
 3. 人工咖啡中，咖啡色的顏色是用什麼添加物呢？
 4. 看完影片，對於含糖飲料你有什麼新

聯想圖

自編

網路影片 6 分 3 秒：「我們喝的飲料是這樣做

引用

的想法？

5. 想喝冰冰涼涼的飲料，又能兼顧健康，應該怎麼做呢？

(三) 教師總結：含糖飲料大多是調配出來的，加了很多添加物，對於人體有害，應該盡量少喝或是不喝，以白開水代替最健康。

(四)



四、教師以班級 line 群組，親師共享健康分享的好時光：

(一) 教師將學生課堂看過：「我們喝的飲料是這樣做出來的」的影片網址，置於班級 line 群組上，與家長共享健康影片，並了解學生的家庭健康飲食情形。

(二) 家長根據影片內容，針對教師提問在群組上進行回饋。教師布題一如下：

各位家長您好：因為配合健康課本第四飲食與健康，及第六單元健康小達人，在今天教學中我延續校慶時福智文教基金會闖關的零食添加物的問題，請孩子看了節目影片(網址如下)，並請孩子回家寫下簡單的感想在聯絡簿中，希望您也能觀看影片的內容，和孩子一起討論，並將您的想法回饋到此群組中或私line給我。

已讀 20
下午 2:56

我們喝的飲料是這樣做出來的

【影片-6分3秒】

<http://youtu.be/d2vkoCtiR2c>

你喝的飲料...

雖然那些配方都是可食用...



已讀 20
下午 2:58

請您依照上面影片中的內容，以選擇題的方式回答即可，選項內容如下，可以複選(可以選二個以上的意思)：

已讀 20
下午 2:58

出來的」

班級
line 群
組：
網路影
片 6 分 3
秒：「我
們喝的
飲料是
這樣做
出來的」

引用

	<p>(三) 教師布題二：家長題目回答選項如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 我已經看完影片，沒有什麼的想法。 2. 看完影片後，我有更認識飲料中添加物的成份。 3. 我會注意和減少孩子喝像影片中所說的含糖飲料次數。 4. 我有和孩子一起討論影片的內容，並約定減少或不喝影片中的含糖飲料。 5. 我有其他的想法：舉例您回答的方式，可以只回答數字，如：2，3 <p>(四) 家長選擇貼近自己想法的選項或方式進行回饋，並與其他家長經驗交流，提供更多的溝通訊息。</p> <p>1. 家長 1 回饋內容：</p> <div data-bbox="288 1496 963 1912" style="background-color: #e0e0e0; padding: 10px; border-radius: 10px;"> <p>陳老師及各位家長晚安， 剛才和兩個小孩一起觀賞影片，感想如下：</p> <p>由於我和先生，平常就很少喝飲料，所以家裡平常沒有飲料，最常喝的就是白開水。 飲料只有偶爾外出或是在特別節日時才會買、會喝。</p> <p>我的建議是：家長盡量能以身作則，少喝少買，若家中冰箱一打開就是飲料，那麼想要少喝也會很困難。</p> </div>		<p>班級 line 群 組家長 回饋想 法</p>	<p>成效</p>
--	--	--	--	-----------

補充一下：
由於甜食很美味，
所以我平常會煮些甜湯或自製甜點來解饞，
(盡量減少添加物)
例如：紅豆湯，綠豆湯，芋頭甜湯，地瓜湯，洋菜凍...

2. 家長 2 回饋內容：

觀賞完的感想
從孩子小時，就常教導孩子，如何觀察飲料的成份，由此讓孩子們自發性的節制，
出門時我們一定攜帶水壺，平常也不會主動購買飲料

3. 家長 3 回饋內容：

我們也沒喝影片中的東西，都是喝茶包壺的，沒去喝杯配飲的 下午 9:15

2,3 下午 9:16

我們家冰箱也沒有飲料 下午 9:16

家裡只有牛奶。 下午 9:17

這些我們不會去喝的，老師大可放心 下午 9:17

要學老師養身，泡花茶 下午 9:18

五、教師在課堂和學生進行家長回饋意見及
分享討論，並統整結論分析：

(一) 全部的家長都有回答選擇 2, 3，如下：

1. 選項 2：看完影片後，我有更認識飲料中
添加物的成份。
2. 選項 3：我會注意和減少孩子喝像影片
中所說的含糖飲料次數。

(二) 半數家長有選擇 4，內容如下：

	<p>選項 4：我有和孩子一起討論影片的內 容，約定減少或不喝影片中的含糖飲料。 (三)教師和學生互動討論，家長無法和孩子 討論影片的原因，並嘗試可能行的解決 方式。例如：外配子女因母親不太識 字，對影片內容不易理解，所以請孩子 回家說明影片內容告訴家長，增進親子 間的了解互動。</p>			
--	--	--	--	--

7 教師依家長選擇 4 的家庭概況進行分析結果，內容說明如下：



1. 未選擇 4 的家長，多是因為家庭教養方式，或班級特教生的學習障礙，親子間比較沒有進行討論功課或問題的習慣。
2. 有選擇 4 的家長，除了家長比較關注孩子的學習，也有因為孩子是比較主動學習，所以會找家長一起討論，促進親子間的互動，能更容易培養健康促進的好習慣。

教師播放影片：「我們喝的飲料是這樣做出來的」

學生回家寫一句學習到的內容，在聯絡簿的統整歸類如下：

- ☺生 1.讓我知道下次買東西要看成份。
- ☺生 2.要少吃有色素和糖漿的飲料。
- ☺生 3.以後買東西的時候，會注意加了什麼化學東西。
- ☺生 4.讓我知道大部份的含糖飲料，都是用化學藥劑調出來的，我以後會少喝。
- ☺生 5.我知道化學飲料怎麼做的，以後要少喝。

教學實施內容 (含教學活動)

能力指 標	教學活動及流程	實施 時間	教學媒體 運用	備註 說明
2-1-1-3	<p style="text-align: center;">【活動五：飲食小達人】</p> <p style="text-align: center;">〔二〕NG 食物大解密</p> <p>一、引起動機：教師以含糖飲料喚起學生記憶，並複習含糖飲料內含了哪些添加物。</p> <p>二、NG 食物大解密</p> <p>（一）教師提問和師生共同討論：</p> <p>今天我們要來分析NG食物到底哪裡“NG”呢？請每一組找出想分析的三種食</p>  <p>（二）繪製海報：每一組就討論出來的三種食物，分別針對食物中所含「六大類別」、食物本身的「主要問題」、及想吃的「解決方式」來進行討論，並寫在海報上與</p>  <p>（三）教師分組巡視和教學指導注意事項：</p>	自編 1節	NG 食物 大解密白 海報 2 張 (教師提 供標題 字)	自編

1. 教師巡視行間，提醒各組的食物盡量不重複，才能知道更多食物的訊息。
2. 六大類別：提醒孩子食物中所含六大類別不只一種，要盡量寫出來。
3. 解決方式：解決方式的內容，孩子通常僅提供一種方式，教師可以鼓勵他們想出多一點方式，以供大家參考。
4. 繪製海報時，請孩子先以鉛筆打草稿，等大家確認海報內容後，再用著色用具繪製。

(四) 小組海報內容分享：

1. 每組派一名同學上台，就海報內容進行報告。
2. 每組分享後，其他組別可以給予回饋或是提供其他意見。
3. 每組分享後，由教師統整概念：NG食物可以吃，但吃的數量或是次數若能注意，既能享受美食，也不怕太多添加物吃進身體造成負擔。



三、 護士姐姐的話～健康貼心小叮嚀：

- (一) 將 NG 食物大解密的海報請護理師檢視，請護理師提供小朋友一些意見。
- (二) 護理師到班上與同學們一起針對海報上的內容做討論，並提供孩子一些正確的想法。

午休
健康
分享
時間



	<p>(三) 將護理師所補充的重點增加在海報上，並貼於教室外的走廊上，與全校師生成果分享。讓全校其他學生也能共同了解和關注此主題的內容，讓教學活動的思考及成效，能做更大的擴散，使更多學生能受到正確的健康知識影響，實踐在自己的生活中和進行改善，規畫自我健康的活動及飲食。</p>		<p>NG食物 大解密海 報 2 張成 果張貼門</p>	<p>自編</p>
--	--	--	--	-----------



活動五：飲食小達人小組實作成果報告

(一) 第一組成果及護士姐姐到班級分享的內容



NG食物	六大類別	主要問題	解決方式	護士姐姐的話
蛋糕	加工 全穀根莖類 油脂類	太甜 是加工食品 有體健康	只要 生日吃 改吃 手工蛋糕	容易有膨鬆劑 挖掉奶油，或訂奶油少的蛋糕
香草 泡芙	全穀根 莖類	加香料 防腐劑 甜味	一個月 改吃一次 吃手工茶凍	高熱量，高油，高糖 有吃有動，消耗熱量
堅果 巧克力 球	堅果種子類	甜味 香料色素	記錄一個禮拜 吃一次改吃 里仁黑糖梅	油脂成份高， 一次限制吃3-5顆

(二) 第二組成果及護士姐姐到班級分享的內容

NG食物	六大類別	主要問題	解決方式	護士姐姐的話
炸蛋堡	豆魚肉蛋類 油脂類	回鍋油	每一個月吃1次	一個月吃一次 把外層酥脆皮剝掉
炒飯	全穀根莖類 豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類	太油 調味料太多	盡量少吃	不知不覺容易多吃 一週吃一次
洋芋片	全穀根莖類 蔬菜類 油脂類	太鹹 太油膩	自己做餅乾吃	用小碟子裝，吃之前喝一大杯水， 讓自己有飽足感，不在看電視時吃

肪，減肥不容易呀！

Q4:紅燈食品我們可以吃嗎?為什麼?

A:紅燈食品還是可以吃，因為其中的成份還是有人體可以攝取的營養，例如：炸雞排是豆蛋魚肉類中的「肉」類，只是油炸過的表皮麵衣不宜多吃，因為吸附的油脂量高。

Q5:影片中的豬豬吃了紅燈食品雞排，健康女神秀秀如何建議豬豬?

A:多吃蔬果；多運動（跳繩）；一周吃一次（水果不宜吃太多，因水果含糖量多，對身體不健康，宜選擇當季水果為佳）

Q6:影片中，豬豬不只吃了雞排，還喝了珍珠奶茶，健康女神秀秀又如何建議豬豬呢?

A:吃珍珠就少吃飯，例如：原本每餐吃3碗飯量，當天改為1碗；奶茶的「奶」由奶油或是奶粉改成鮮奶，因此選擇鮮奶茶較佳；全糖飲料改成半糖或是無糖。

Q7:看完影片後，你覺得我們平常能不能吃雞排或喝珍珠奶茶呢?為什麼?

A:可以，因為食品中仍有人體可以攝取的營養，只要正確的選擇飲食的種類及份量，並且多多運動，如此，我們也還是可以吃雞排或是喝珍珠奶茶的。



(二) 頒獎

對於有回答問題且正確的學生，請大家到台

	<p>上領獎，獎品為環保水杯，因校內大力提倡環保理念，也希望學生能多喝水少喝飲料，因此，此次獎品贈送環保水杯。</p>  <p>三、重點總結</p> <p>下課前，複習前述問題之重點內容，讓學生加強學習印象與記憶。</p>			
--	---	--	--	--

教學實施內容（含教學活動）

能力 指標	教學活動及流程	實施 時間	教學媒 體運用	備註 說明
4-1-3-4 7-1-1-1	<p style="text-align: center;">【兒童朝會二】</p> <p style="text-align: center;">影片名稱：東光國小跳繩教學影片</p> <p>一、引起動機</p> <p>運用兒童朝會時間，學校 2~6 年級學生觀看跳繩自製宣導影片，內容涵蓋跳繩的注意事項、基本動作等內容。</p> <p>二、學習內容</p> <p>對前述之自製影片，透過有獎徵答的方式幫助學生釐清跳繩之注意重點，並請學生示範後，全校學生於操場直接練習的方式，讓學生建立正確的運動觀。</p> <p>（一）教師提問</p> <p>Q1:跳繩時，與前後左右的同學距離相距多少較為安全？</p> <p>A:前後 1 公尺的距離</p> <p>Q2:跳繩時，有哪些注意事項是必須遵守的？</p>	兒童 朝會 40 分 鐘	影片名 稱：東 光國小 跳繩教 學影片	自編

A:跳繩前暖身，避免抽筋或其他運動傷害；
穿著運動鞋，不能穿拖鞋；與旁人保持適當距離；身體不舒服的時候應立即停止，勿逞強；不能在飯後立即跳繩，最後在飯前或是飯後1~2小時再運動；注意節奏與速度。

Q3:跳繩需要運用哪些動作?

A:徒手原地立定跳躍、徒手原地跑步跳、徒手原地開合跳、徒手原地前後跳、徒手原地跳躍+雙手繞環、頭上水平空迴旋、左(右)體側空迴旋、體前空迴旋、前(後)迴旋、雙手交叉前迴旋、雙人動作橫排跳等



(二) 學生示範

邀請學生在看過影片及提問的重點複習後試試看，預計邀請三位示範，並預告頒獎後全校學生至操場練習。



(三) 頒獎

對於有回答問題且正確的學生，以及示範跳繩的學生到台上領獎，獎品為環保水杯，因校內

大力提倡環保理念，也希望學生能多喝水少喝飲料，因此，此次獎品贈送環保水杯。



三、 個別練習

頒獎後，教師帶領全校學生至操場集合後馬上個別練習，學生倆倆一組互相提醒姿勢及注意事項，再徵求雙人動作橫排跳的自願生挑戰默契，找出最佳默契後鼓勵全校繼續練習。



四、 小一新生禮物～跳繩

校本健促項目為跳繩，每位小一入學的新生，學校會贈送跳繩，讓學生在東光都能健康滿分！

教學心得反思及成效（學生反應、評量結果）

一、健康與體育教學課後問卷

三年忠班 姓名：【 】

親愛的小朋友：

上完這次的課程，相信你更有 85210 的健康概念囉！現在，請你依照自己的學習情形，回答下面的問題。

問卷題目	達成度
1. 我能學會飲食金字塔的六大類食物的分類。(認知)	<input type="checkbox"/> 我已經學會 <input type="checkbox"/> 我還不太熟
2. 上完課後，我認識了食品添加物，在買東西的時候會「消費停看聽」。(認知)	<input type="checkbox"/> 比較會做到 <input type="checkbox"/> 和以前差不多
3. 上完課後，吃零食和東西的時候，我會注意食品的成份。(技能)	<input type="checkbox"/> 比較會做到 <input type="checkbox"/> 和以前差不多
4. 上完課後，我學會更多跳繩的技巧。(技能)	<input type="checkbox"/> 我已經學會 <input type="checkbox"/> 我還不太熟
5. 上完課後，我變得更喜歡跳繩活動，每天會更主動完成這項運動。(情意)	<input type="checkbox"/> 比較會做到 <input type="checkbox"/> 和以前差不多
6. 我願意在日常生活中，選擇比較健康的食物，和減少吃紅燈食物的次數，讓自己變得更健康。(技能)	<input type="checkbox"/> 比較會做到 <input type="checkbox"/> 和以前差不多
7. 我上完這次的課程，我覺得自己的感想或收穫是：	

～跳繩 ING，活力 ING！85210，健康來按鈴！～

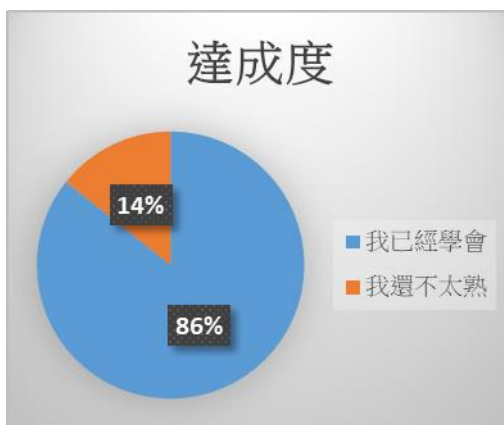
二、教學問卷成效分析

(一)問卷對象：本校三年級學生(班級共 14 人，二位特教生學習困難未作答，12 人填答)(二)問卷結構：本問卷共 7 題，檢測學生課後對於學習內容，在認知、情意、技能三方面，是否有成長和改變。

(三)問題分析結果：

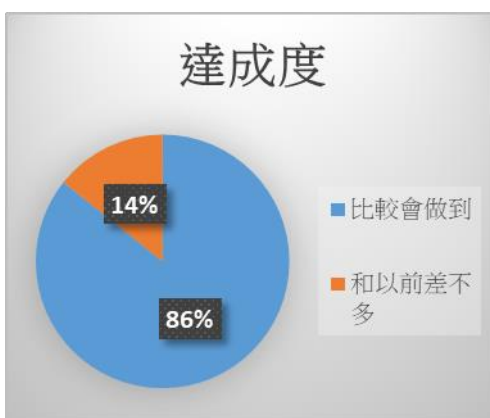
1. 問題 1：我能學會飲食金字塔的六大類食物的分類。(認知)

❖分析結果 1：透過實際的操作和遊戲競賽，大部分學生對於飲食六大類的分類都很熟悉，甚至可以互相檢核，此教學有一定的成效。



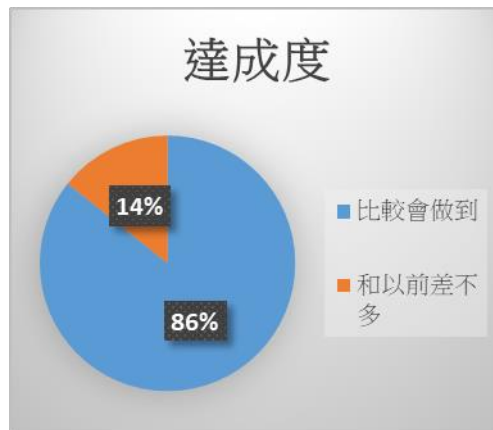
2. 問題 2：上完課後，我認識了食品添加物，在買東西的時候會「消費停看聽」。(認知)

❖分析結果 2：透過食物添加物的課程，及幸福便利店的實際操作，讓孩子在購買食物時更能注意食物中的添加物，維護自己和家人的健康。



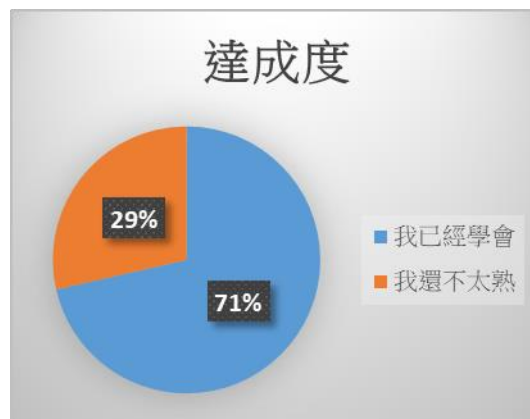
3. 問題 3：上完課後，吃零食和東西的時候，我會注意食品的成份。(技能)

❖分析結果 3：透過食物添加物的課程，及幸福便利店的實際操作，讓孩子在購買食物時更能注意食物中的添加物，維護自己和家人的健康。



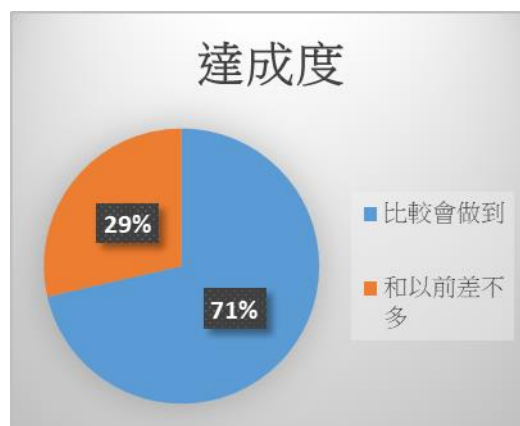
4. 上完課後，我學會更多跳繩的技巧。(技能)

❖ **分析結果 4:** 體育老師上課時教了許多跳繩的方式和技巧，讓跳繩更有樂趣。



5. 上完課後，我變得更喜歡跳繩活動，每天會更主動完成這項運動。(情意)

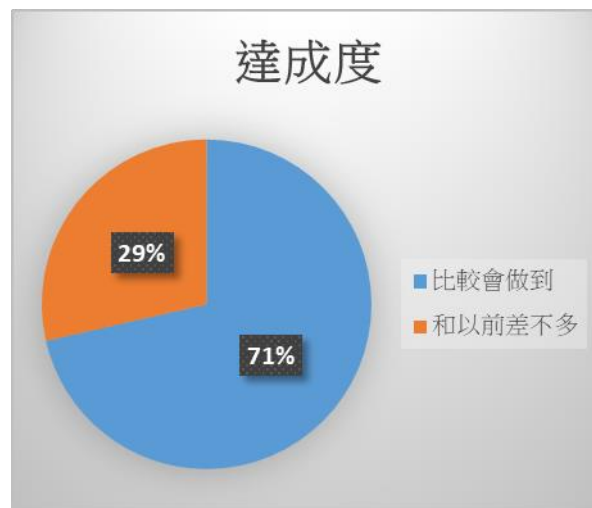
❖ **分析結果 5:** 晨間動一動時間，可以看見孩子主動跳繩，甚至主動練習新的跳繩技巧，大家玩得不亦樂乎，跳繩再也不是一件乏味的事情了！



6. 我願意在日常生活中，選擇比較健康的食物，和減少吃紅燈食物的次數，讓自己變得更健康。(技能)

❖ **分析結果 6:** NG 食物大解密的課程中，孩子們學會盡量選擇健康食物，但若是想吃 NG 食

物，能提醒自己吃的次數，和選擇替代食物來滿足自己想吃的慾望。



7. 開放性問題：我上完這次的課程，我覺得自己的感想或收穫是

(1) 學生感想 1：

7. 我上完這次的課程，我覺得自己的感想或收穫是：
我學到飲食金字塔、飲食紅綠燈等飲食分類方法，我也知道了怎樣知道有添加物的食品、添加物的種類、用途和壞處。我也知道雙槳、橫排跳等高難度跳法，讓我覺得跳繩不再單調、乏味，反而很有挑戰性。
~跳繩 ING，活力 ING！85210，健康來按鈴！~

(2) 學生感想 2：

7. 我上完這次的課程，我覺得自己的感想或收穫是：
老師教會了我們什麼叫健康的食物，什麼叫不健康的食物，改變了我們的身骨，所以現在買東西的時候我會「消費停看聽」，雖然好像我的跳繩不太熟，但是我會讓自己的身骨更加健康，更加努力，還有我和家人有些食物種的比較健康，晚上或中午我建議可以吃點水果。
~跳繩 ING，活力 ING！85210，健康來按鈴！~

(3) 學生感想 3：

1. 我上完這次的課程，我覺得自己的感想或收穫是：
老師給我們看了添加物的飲料，我看了心裡不敢再喝了，但是我還是想再喝，所以我決定一個星期喝1~2次。跳繩課讓我學會了很多花式、技能，而且可以得到一天的運動量，真是一舉二得呢！

(4) 學生感想 4:

7. 我上完這次的課程，我覺得自己的感想或收穫是：
沒想到我有很多健康的小細節都沒注意到，例如食物的成份。
現在我會多注意，讓自己更健康。我的跳繩次數有增加，我現在可以連續跳15下。

附錄：學生作品學習單

一、活動一：學習單一「我的健康生活全紀錄」學生作品

8
5
2
1
0

我的健康生活全紀錄~加油Go Go Go!

三年【忠】班【13】號 姓名：【 】

親愛的小朋友：

彩色人生=均衡的飲食+規律的運動+良好生活習慣！

「良好的生活習慣」是需要長時間的培養才能建立。如果你之前有還沒做到的項目，請你訂下這週自己的改善計畫。

我的改善或助人計畫：

我已經是健康小達人！我會和大家分享自己如何做到的經驗。

我要努力或助人的項目是：睡滿8小時 天天五蔬果 四電少於2

運動30分鐘 喝足白開水

我要改善或協助他人的內容：我要動作快一點，把事情做好，然後睡滿8小時，陪爸爸一起運動，過著更健康的日子。

請你每天完成後在表格裡打✓，並訪問能和你一起參與的家人，成為85210的樂

我的改善或助人計畫：

我已經是健康小達人！我會和大家分享自己如何做到的經驗。

我要努力或助人的項目是：睡滿8小時 天天五蔬果 四電少於2

運動30分鐘 喝足白開水

我要改善或協助他人的內容：我會多喝開水，少喝含糖飲料，每節下課喝一杯水。

請你每天完成後在表格裡打✓，並訪問能和你一起參與的家人，成為85210的樂

二、活動二：「跳繩活動學習單」學生作品

跳繩活動學習單

班級：三年 志 班 姓名：

1. 我一分鐘最多可以跳繩 150 下。

2. 我可以連續跳繩 161 下不間斷。

3. 我最喜歡哪種跳法？①前迴旋②後迴旋③雙手交叉前迴旋④雙人動作橫排跳
因為：④我相培養默契。

4. 我覺得如果可以重新再比一次，在活動二比賽，小組會如何分配？
我和 德軒。

5. 我對跳繩的感想：

希望我的跳繩能不斷變強也希望大家可以學跳繩這運動。

跳繩活動調查表：請撕下交回。

1. 前迴旋，我一分鐘可以跳幾下：160

2. 前迴旋，我跳幾下後會開始累：101

3. 後迴旋，我一分鐘可以跳幾下：50

4. 雙手交叉前迴旋，我一分鐘可以跳幾下：96

三、活動五：「飲食小達人」學生分組討論「含糖飲料」的聯想圖，好處及壞處的T型圖



四、活動五：「飲食小達人」學生分組成果海報作品，張貼於教室走廊牆上



五、教師以綜合領域的課程，延伸活動三的食品添加物教學活動，及活動五的「飲食小達人」海報，討論對 NG 食物的解決方式，可以自己動手做食物。

自己動手做食物，減少食品添加物可能的危害，更安全和更健康！



✧自己動手做美味可口的蘋果烤吐司、香蕉烤吐司。因為糖的熱量較高，所以此次教學中，烤吐司沒有灑糖粒，改以添加其他食物，減少糖份吸收。



✧教師以圖片說明要製作的食物名稱及方式。



✧學生動手打蛋汁後，將吐司沾蛋汁，還要進行濾蛋汁的步驟。



✧ 學生把番茄和小黃瓜切片，放在吐司上，享受自己動手做的美食。



✧ 學生將做好的多元口味烤吐司及養生茶，拿至全校各班和老師們共享





基隆市 104 年度教師正向管教範例彙編實施計畫
個案輔導案例佳作



基隆市信義區東光國民小學
陳湘玲、王繡霞 老師
基隆市信義區月眉國民小學
涂芝嘉(特教老師)



基隆市 104 年度甄選彙編校園正向管教範例

壹、 案例說明

一、 名稱：動量小子的天空

二、 目標：

- (一) 協助個案建立自我學習策略，提升其注意力並增進學習成效。(認知)
- (二) 協助個案學習傾聽和理解他人的觀點，進而接受和改進自己的做法。(認知)
- (三) 協助個案增進自己的行為表現，及情緒控制的能力。(技能)
- (四) 協助個案增進同儕間的情感，培養團體生活的適應力。(情意)
- (五) 協助個案增進品德教育的內涵，學習負責和尊重的良好態度。(情意)

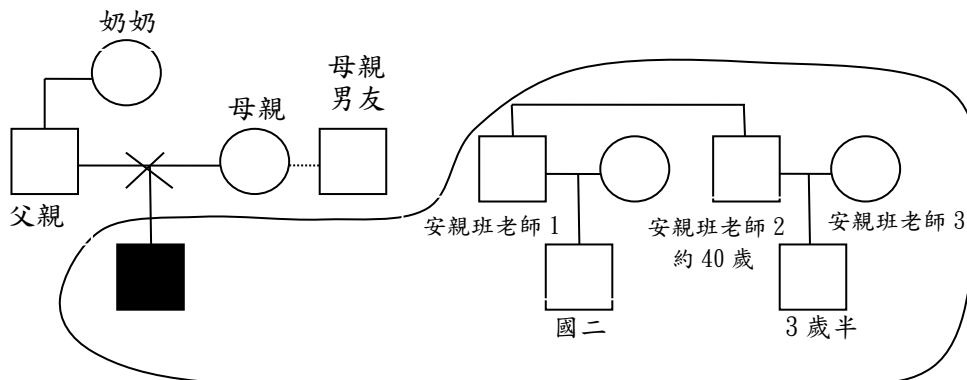
三、 對象：

(一) 個案基本資料：

小儒是就讀普通班的小學四年級男生，六個月大時，出過車禍，頭部受重擊，左側腦下膜出血，住院一個月後康復，造成幼兒期有發展遲緩現象。個案大班時，經署立基隆醫院之醫師診斷為注意力不足症候群，持續服藥至今；四歲起在基隆仁仁醫院做早療。小儒就讀小學時，一直有學習上的困難，但他頗具繪畫天份，也很喜歡跑步。

(二) 家庭背景概況：

1. 個案家庭和主要人際關係圖



2. 個案家庭概況陳述

小儒就讀幼稚園時父母已離異，原本和父親及奶奶居住在台北，父親經濟狀況不佳。母親表示因她假日探望小儒時，發現父親都沒有照顧他，身上時常髒兮兮，所以決定將小儒帶基隆自己照顧。小儒的母親和男朋友住一起，和小儒感情不錯，母親表示男朋友也會幫忙管教小儒，小儒偶爾會向老師提及叔叔和他相處的情形。目前父母很少聯絡，小儒很少會提到爸爸。

小儒三年級時，母親因時常需要加班，若工作忙碌時期，要晚上十二點才能回家，所以會請安親班的老師帶回家照顧小儒。安親班的老師是二位兄弟一起合作經營，家中也有孩子會和小儒一起玩；四年級暑假時，老師帶小孩去學習游泳，也都會帶小儒一起去，對待小儒像照顧自己的孩子一般，對小儒的教育方式是恩威並施。小儒在三年級期末時，母親突然換工作至台北和住宿舍，只有偶爾利用週末回基隆帶小儒回家，母親因工作中常未接電話或失去聯絡，安親班老師如同父親般照顧小儒，小儒也會常向特教老師提到想媽媽。

（三）個案的主要管教方式：

因小儒的父母在他就讀小學前已離婚，剛離婚時小儒偶爾假日會回去台北住父親家；就讀小學後，父母已不太聯絡，主要管教權在母親身上。二年級下學期因母親換工作，小儒轉學至本校就讀，母親若加班無法回家，安親班二位老師，即擔任老師兼保姆的工作。小儒母親的個性有點情緒化，採取既嚴格又放任的兩極化態度來管教小孩，時常因為被小儒常犯錯的行為惹怒，因為生氣而嚴厲處理孩子，或又因為生氣的情緒而決定不再管小儒，使老師常感到非常困擾，不知若告知母親孩子犯錯的行為，她是會配合解決問題，或是因情緒採取置之不理的態度，甚或因情緒又未履行配合老師教學的事項。

所幸安親班老師對小儒的管教方式，可以幫助老師解決母親忽晴忽雨管教態度造成的困擾。安親班老師對小儒管教保持應有的原則，獎賞和處罰並重，因為時常兼任保姆工作，會帶小儒出去玩和買東西給他當獎勵，若是犯錯處罰因為很男老師很有威儀，所以小儒會因害怕處罰而比較不敢隨意犯錯。當小儒犯錯時，他會請求老師不要告訴母親或安親班老師，以避免處罰；老師發現小儒這個想法後，會和安親班老師先套招，故意扮白臉向安親班老師求情，先原諒他這一次，請他要記得改善。因為小儒比一般學生更害怕處罰，這個方法出乎意料的非常有成效，既能讓小儒感受到老師真的關心他，不想他被處罰，也能讓他為了怕被處罰，犯錯後總是更力求表現悔改的誠意，做出比自己平日更良好的行為。

（四）個案的飲食健康情形：

小儒長得很瘦弱，體重也過輕，平衡感不佳，但體力尚可，非常好動。因為吃過動症藥「利他能」，使他早餐食欲不佳，加上他的偏食習慣，又特別偏好不利ADHD的不健康甜食，所以吃飯時間也常造成師長的困擾，常會將未吃完的早餐放書包或抽屜而發臭，或趁大家不注意將不愛吃的午餐偷倒掉。

四、問題類型：

小儒的各項領域成績不佳，有嚴重的注意力不集中問題，是ADHD學生，具有低EQ和SQ，在班級中的人際關係極差。他的個性非常自我中心，且遇到不如意的事情，每次總是怪罪他人，覺得自己受別人欺侮，常向老師告狀同學打他，或向母親告狀同學和老師都欺侮他，母親便會語帶情緒的打電話給老師討公道，造成任課老師很大的困擾。

小儒課餘時常一個人在學校遊盪，打掃時間常不見蹤踪；下課時間因無聊想和同學玩，卻又無法遵守規則而和同學起爭執；課堂進行時常自言自語，或說話干擾老師授課；以及令人困擾的偏差行為，例如：隨意攻擊他人、罵人、說謊等，情形嚴重時，他會一直在座位地上趴著，完全無法上課。

他做事從常不考慮後果，母親小時候帶他坐捷運，不知道看到什麼走丟了，後來去服務台認領回來。三年級時，母親公司旅遊帶他去韓國玩，也差點鬧失蹤。他常切擦子，還曾把碎塊塞進耳朵，母親帶去請醫生幫忙取出。國語課本發不到一週，書皮就掉了，第二週第一課也爛掉了，他都把筆畫多的字戳破。母親買筆給他，也是很快就壞了。

五、情境說明：

（一）具有ADHD的獵人特質：

小儒具有符合ADHD因打獵生存的需要，當獵人天生具有的特質實例說明如下。

1. 靈敏的感官：

他具有「眼觀四方、耳聽八方」的行為能力。例如：每當學校有不同於平日的人、事、活動，小儒總是立即上演失蹤記去看熱鬧，老師也因此學會若學校有不同於平日的活動，指派小幫手同學必須特別注意小儒的行為動向。有一次，老師問他為何會上課還跑去校長室前面？他說聽到廣播找校長，看到停車場有比較多的車子，辦公室的工友阿姨一直拿東西跑來跑去，所以學校今天有來賓，他去校長室看來賓在做什麼。

2. 敏捷反應：

他具有「說時遲、那時快」的反應。例如：午餐或剛下課的時間，小儒常會趁人群移動時，一溜煙的跑不見，去做自己想做的事；像是怕被處罰，而趕快偷溜去洗昨天自己忘記帶回家的碗。

3. 活動力旺盛：

他具有四處尋找追逐獵物的活動力。例如：每天早上到校時，會溜到校園去探尋各班教室的情形，是否有特別的活動；若是發現特殊情形，當天就會利用下課等時間，再溜去看後續發生的情況，並到處宣揚此事。

4. 豐富的創意：

他具有腦筋急轉彎的創造力，是天生的藝術家。因為小儒喜歡動手操作，以觸覺為主要的學習方式，在美勞作品常能顯現他的創造力。

5. 生理的特質：

他具有敏感體質、偏食、睡眠特別的情形。此部份師長均歸因為服用「利他能」的副作用，所以會視當時情形，給予小儒個別差異的要求。因此處理小儒每日的早午餐問題，也是導師的困擾。

6. 情緒的特質：

他的情緒起伏較一般人大，容易有情緒困擾。例如：小儒總是覺得自己受到某幾位同學的欺侮，和班上某幾位人際關係極差的同學起衝突；甚至當同學因忙於課業都沒空和他玩時，他會去找學校中認識的安親班同學爭吵，或欺侮隔壁較低年級的學生。

7. 行為的特質：

他時常上課不專心、愛說話，容易分心發呆，收東西的動作慢且凌亂，持續力和自制力很弱。例如：校慶和戶外教學等特殊大型活動，小儒得知消息後就會開始異常興奮，每天不斷的詢問相關問題，上課時更是不專心；老師發覺此問題後，盡可能不讓他太早知道有活動的事情，如果情況許可會活動當日才會告知他此事。

8. 其他的特質：

他具有喜歡冒險、衝動、幻想多…等的行為特徵。例如：老師接到小儒母親很生氣打電話來，說小儒昨天被同學午餐時關到廁所裡和被打；經老師詢問同學後，發現並無此事，小儒才承認因為最近同學下課在說鬼故事很恐怖，所以幻想自己被人關到廁所的恐怖情形。

(二) 學習情形：

1. 小儒三年級上課注意力集中時間不超過十分鐘，雙手時常不停玩弄小東西，或把書本和抽屜

的東西拿出來隨意放滿地，座位和書包凌亂不堪，甚至會發出臭味。

2. 小儒三年級上課時容易睡著，加上注意不集中缺陷，因腦傷影響智力和學習，在課堂作業常不會習寫，必須利用課餘或回家完成。三年級時母親和安親班老師會幫忙加以指導和督促，三年級下學期老師申請特教鑑定後，特教老師會協助作業的習寫和訂正，各科成績為班級後5%。

3. 小儒遇到不會的功課或生氣的事，會故意用力敲桌子，或踹椅子發出巨大的聲響，以誇張的方式表達自己的不滿。

（三）人際關係：

1. 小儒受母親的情緒及行為影響很大，個性和處事的方法與母親很雷同，有時難以預期他們的行為和解決問題的方法。例如：週六校慶活動開始前，任教他校的特教老師，為了下週特教鑑定細節，特別到校找母親面談，小儒卻一直未到校，母親也未接電話。活動中因同學在不同場地活動，其他班級家長告知導師，看到小儒一個人坐在教室，特教老師立即到教室問小儒母親在哪裡？他說不知道，特教老師因為找不到母親只好回家。一直等到班級活動表演，母親才又突然出現，經導師詢問原因，她說早上小儒心情不好，所以吵著不要來校慶才晚到，好不容易把他送到學校，她和朋友到別班去看表演。

2. 小儒時常一個人在教室和校園中遊盪，因為無聊會去打同學當成遊戲，總是惡人先告狀和責怪他人，充滿憤怒情緒，容易記仇報復，怕責罰而說謊等問題，使得同學都不喜歡和他做朋友。下課無聊沒人陪他玩時，他會在導師身旁，述說近日發現學校的新事物，與家中或安親班中發生的情形。

3. 小儒因吃過動症藥物，午餐有偏食、吃不下和吃太慢的問題，常引起同學的困擾和抱怨。

（四）心理分析：

1. 小儒的個性容易緊張，常為小事而亂發脾氣，顯現浮躁或不耐煩的情緒，遇挫折喜歡默默哭泣，極度自我中心。

2. 小儒的負面想法多，對話中常提到不合常理害怕的事，例如：學校做防震宣導和演練，他那個星期就會一直問老師，最近是不是會地震？萬一把我壓死怎麼辦？我要躲到哪裡才不會被壓死？結果在防震演練當天，全班同學都已至走廊排好隊，要走至操場空曠處集合避難，他突然又衝回教室亂拿同學的安全帽戴著，在教室裡滿場跑讓人追，說是要躲開地震。

六、採行策略：

小儒在二年級下學期中，因母親換工作的關係，才轉至本校就讀。三年級新學期開始，個案班級換新導師，提出小儒為特教生鑑定名單，新兼任的特教老師才發現，他在低年級已進行特教鑑定，因期中轉學未完成特教轉銜工作，所以必須三年級再重新鑑定。因此，教師進行特教鑑定所需資料的整理，並在四年級完成正式鑑定的工作。

教師在個案中年級的學習裡，所採行的具體策略說明如下：

（一）運用閱讀及品德教學活動，使個案建立正向思考的行為模式

本校以閱讀和品德教育為推動重點，曾榮獲教育部閱讀磐石及品德績優特色學校，導師為基隆市閱讀推動教師，所以利用繪本故事為品德教育的自編主題教材，協助個案學生學習正向的人際溝通

方式，學習自我行為管理。

(二) 建立個案正確的飲食和運動習慣，減少藥物副作用，以增進學習專注力

小儒因長期服用利他能的過動藥物，早餐通常食慾不佳，加上他喜歡吃甜食，又有偏食的習慣，體重略有過輕。研究結果顯示，早餐若是吃得好，可以幫助孩子腦部細胞傳遞，不但比較能集中注意力學習，對各方面的精神狀也會有所助益；要從飲食調理體質，也就是拒絕「垃圾食物」，若是攝取過多醣類（澱粉類），如：餅乾，汽水，糖果，甜食，可能間接造成過動兒嗜睡，間接影響專注力。

本校為基隆市健康促進教育的健康體位校群中心學校，由本班四年級開始進行三年之相關行動研究，我們以85210為健體核心概念：每天睡滿8小時，天天5蔬果，四電少於2，0含糖飲料，天天運動30分鐘（一週七天為210分鐘），內容包含均衡攝取六大類食物之教育，來改善個案偏食的不良習慣，並建立正確的飲食和運動習慣。

(三) 增加個案的運動時間，以增進學習專注力及肢體協調性

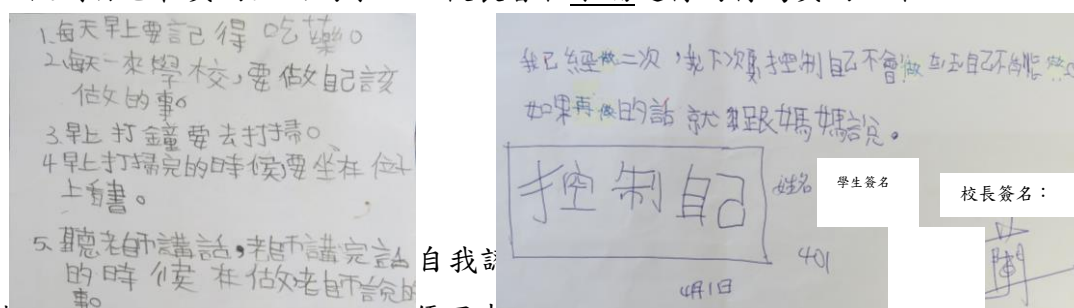
由於過動兒需要的運動量比正常孩童多3到5倍，近幾年許多書籍和研究均指出，每天30分鐘有氧運動，能增進多巴胺分泌，提升注意力，能讓大腦變得更聰明，提高IQ和EQ，讓過動的人更專心。球類運動等動作複雜，需要大量注意力的運動，能同時鍛鍊動作協調性與專注力系統，讓人保持60到90分鐘的全神貫注，改善閱讀學習障礙。

本校配合教育部SH150（每週5天在校運動150分鐘，天天運動30分鐘）計畫，規畫每週二次早上教師朝會的時間，全校學生進行「動一動時間」，體育老師依各年級學生能力，設計不同的運動項目。此時兼任特教老師亦配合到校，由導師找幾位班級小天使，陪同小儒進行運動，並每學期安排小儒進行肢動治療。由於小儒喜歡跑來跑去，班上體育課在教足球和籃球運動，導師會請小儒下課多去跑步或打球，規定當日要完成的跑步圈數等，完成後才能去玩，增加他的運動量，小儒也會很開心的和同學一起玩和運動。

(四) 適時提供增強物進行獎賞，並訂立行為契約進行規範

小儒有過動學生常見的偏差行為，教師主要班級榮譽卡制度，減少喜愛的獎賞物，以及行為契約個案的管教。行為契約是由教師和學生共同簽訂的書面承諾，簽字的學生必須遵守行為契約所訂的條件；內容包括：1. 期望與適當的學生行為；2. 學生表現適當行為的特殊時間；3. 對表現適當行為的獎賞或積極支持；4. 如果學生沒有表現適當的行為，將採取懲罰或改正性行為。

當導師難以管理小儒的行為時，校長會適時的給予小儒關懷，和提供所需資源。因為小儒很怕被媽媽打，所由校長扮黑臉和小儒立契約，導師扮白臉向校長求情，如果他的不當行為再犯，校長就會告知母親，請他要學「控制自己」，做到自己在契約上面的承諾。校長曾和小儒進行的行為契約如下：



教師會透過言語的傳遞，請小儒思考解決問題的具體方法，並加強他正向行為的回饋。老師具

體的做法，例如：在學校的榮譽卡制度，小儒蓋榮譽卡的數量比班級學生條件寬鬆，老師會和他較容易能達成的目標進行規畫，建立他的自信心。在班級經營「我們一班都是長」的安排中，小儒成為導師的「小幫手」，有其負責的專門特殊工作，如：每天發批改完的作業，使其能建立自我存在價值，他也非常主動樂意和細心完成此任務。在班級的打掃時間，小儒從三年級剛開始什麼都不會做，一直在全校亂跑的情形，導師花一學期教他用抹布拖地的方法，他因為把地擦亮可以獲得讚美和成就感，打掃時間也會和同學比賽誰比較乾淨，主動認真的把地擦好。

（六）運用座位安排，以小組合作競賽的方式，使個案能遵守班級常規

教師將的小儒座位，安排在自己附近的位置；座位旁安排班級小天使，協助提醒和照顧小儒的課業及行為；因小儒喜歡競賽遊戲的勝利感，小組制約能增進其行為的表現。

（七）運用觀察和價值澄清的方式，讓個案學習應有的同理心及正向行為

小儒的人際關係極差，經老師觀察其主要原因，是他常和同學發生爭執，「永遠都是別人的錯」，總是合理化自己的行為並向老師或母親惡人先告狀，扭曲事實，因為班級學生個性多較溫和，加上三年級時語言表達力較差，常是有苦難言而被冤枉。

俗話說：「最美麗的心，就是同理心！」教師先以同理心技巧，讓小儒充份表達，當他覺得被了解後，引導他「發現自己的錯誤及不合理性」，甚或找出其謊言的謬誤。在認知澄清後，讓他了解某些傷害的、不合理與攻擊的行為，是需要被設限的；對於設限的行為，教師提供他下次正向的替代方案，讓他能學習正確的行為。

（八）運用深呼吸技巧及認輔制度，使個案釋放情緒並建立安全感

小儒剛讀三年級時，遇到不愉快的事情，常會莫名的尖叫，或亂踢桌椅和打同學；老師開始教他以站立的方式，重覆緩慢數一至十的深呼吸方式，來釋放情緒的壓力。在他情緒平穩後，再以上述策略，建立其認知自我情緒表達的正確方式。

若個案有情緒不願意表達，教師以支持與陪伴引導他說出哭泣的原因，讓他了解母親沒有要遺棄他，建立他的安全感。此外，學校安排班級科任老師，及具經驗和愛心的義工媽媽，擔任的小儒認輔老師，每週利用一個下課時間，關心小儒的生活情形。

（九）教師隨時掌握個案的學習情形，與家長保持密切連繫

小儒剛讀三年級時，導師常會突然在上班時間，接到仍在上班中小儒媽媽的電話，告知他「剛才」在科任的體育課被同學打或欺侮。因為體育課是接近放學回家時間，老師為了避免事情擴大，時常必須放下手邊的工作，了解並處理發生的情形。經老師詢問後才發現，小儒媽媽給他零錢，以便他隨時打電話給媽媽，小儒也總是能找到空檔溜去打電話，母親便會工作中立刻或回家打電話給導師「興師問罪」。

老師為了建立與母親的良好關係，主動聯絡告知小儒每次學校突發事件的處理情形，在逐漸獲得母親信任後，也希望家長不要養成孩子「隨時打電話告狀的習慣」，如果有需要打電話給家長的情形，請小儒告知導師一起在辦公室打電話。導師打電話前，會了解實際發生的情形，在電話中先告知母親及老師處理方式，才讓小儒和母親表達自己想法，若過程中有不實的情形，導師會在小儒說完電

話後告知實情。如此做法，一來可讓母親隨時掌握小儒學校的情形，彼此可以互相配合；二來減少了許多不必要處理問題的時間，及避免小儒為了怕處罰而說謊，將事情變得複雜化。

七、進行流程

茲將上述採行策略，分別以課程教學的內容，班級經營及輔導方法等，說明如下：

(一) 以閱讀教育課程教學活動，協助個案進行有效學習，及增進同儕互動

1. 三年級《喬治與瑪莎》主題繪本教學

教師設計三年級的閱讀課程主題：「喬治和瑪莎—友誼萬萬歲！」，以《喬治與瑪莎》系列主題的七本橋樑書，希望學生能學習喬治和瑪莎二位好朋友互動的幽默，並透過閱讀理解圖示教學策略的引導，增進閱讀及寫作能力，及能更珍視同儕間的友誼（活動設計詳如附件一）。



《喬治與瑪莎》的幽默，並發現這是有約系列



此外，因學校多年來推廣閱讀教育，以學生閱讀習慣的建立，及閱讀興趣的培養開始，逐漸使其深入了解閱讀內容，小儒也因閱讀，他看課外書時能保持較長時間的專心，老師也使他安靜最好的方法。學校也會定期辦理閱讀相關活動，如：與作家活動、書展等，使小儒能充滿學習樂趣。



此愛上閱讀

2. 三年級《謊言小精靈》主題繪本教學

由於小儒時常有衝動而不顧後果的行為，為了避免和減少處罰，他發展出一套自我生存的說謊哲學，除了造成自己和他人相處間的問題，更是教師班級經營之重大困擾。因此教師以「謊言」為主題，運用繪本進行教學內容，讓個案能了解說謊的壞處比好處更多，最後謊言都會被拆穿，說謊的人也逃避不了應有的處罰（活動設計詳如附件二）。



運用繪本進行教學內容，讓個案能了解說謊的壞處比好處更多，最後謊言都會被拆穿，說謊的人也逃避不了應有的處罰（活動設計詳如附件二）。

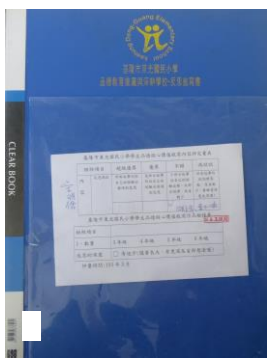
小儒經過幾次因說謊受到更嚴厲的處罰後，也發現老師會求證事實，清楚告知他的三次被信任的機會已用完，不會只隨便聽他的謊言。當每次老師都如同名偵探柯南，總是能揭開他的謊言，媽媽也不再像以前一樣被他騙，相信同學隨便欺侮他，老師故意處罰他，而打電話到學校找老師與師問罪，他開始思考和學習誠實認錯的重要性，也逐漸減少說謊的次數。



(二) 以學校品德和人權教育活動，建立個案自我省思能力，並改進自己的行為

因本校 99 年度申請為教育部補助辦理品德教育推廣與深耕市「友善校園人權教育」示範學校，教師結合本校的「友善校園人權教育」班級經營營造計畫，進行班級學生品德教育核心價值與的敘寫。

教師目的在培養學生養成每日反思的習在教師引導下，學生進行品德核心價值的敘位學生敘寫的作品，張貼在校園中進行分



學校，及本品德·人具體行為

慣，每月初寫活動，每月享，藉此讓

學生了解和學習他人實踐的策略。每學年結束後，教師指導學生進行自己一年的品德核心價值總省思，並請家長簽名和鼓勵；隔年再進行二年品德自省改善省思，直至六年級畢業，將其集結成個人檔案，校長也會親自閱覽，每年給予鼓勵和建議（活動計畫詳如附件三）。

因為品德敘寫需要以一整個段落文章來表達，小儒的語文程度難以自己完成敘述，所以剛開始他並未習寫。下學期有特教老師介入教學後，導師請特教老師協助小儒完成，因為作品可以張貼在校園，校長會親自批閱，並到班級讚美學生的作品，所以他都很主動完成此作業，而且在老師的協助下，會認真和「誠實」的省思自己的行為。

此外，本校結合大學的社團，辦理「品德教育～小紳士小淑女生營」，讓小儒透過闖關遊戲活動，學習「禮貌」、「誠實」的重要性。



活體驗

(三) 以運動和健康飲食的概念，提升個案的專注力和改善偏差行為

研究顯示幾乎有半數過動兒，在協調上顯現各種困難，有的是平衡上的困難，如：學自行車不易；有的是手眼協調很差，如在擲球、投籃球、打棒球有困難。好動固然是好動兒的行為特徵，但主要問題在於孩子對於活動，無法專注持久或貫徹到底；因此在教學上實施運動的持久訓練，能幫助孩子提升專注力，可改善其偏差行為。

為了解決小儒具有上述的過動兒問題，由於導師兼任學校的學務組長，所以也會利用規畫學校的健促及品德教育活動時，幫助小儒在活動中能更有效的學習。因此，特教師老師配合全校每週二天，由體育教師規畫晨間動一動的時間，請導師安排四位班級小天使，陪小儒一起練習如何丟球和接球。因為已學會基本動作，下課的時間，孩子們也會開心的一起打躲避球，增加小儒的運動量及肢體協調性，也增進小儒和同學間的互動和學習樂趣。

每年校慶結合健康促進教育辦理的闖關活動，如：一年級的「養成慣」，二年級的「飲食金字塔」或「飲食紅綠燈」，中年級的視力和牙齒級的灌籃高手或運動等多元主題，讓小儒以遊戲方式有效增進健體知識。



運動好習
保健，高年

校慶結合學院健康與體育相關學系的學生，以簡單的運動器材進行體
訓練，增進孩子的平衡感和肌耐力等，也讓小儒能有更多元的
會。



適的學習
運動機

由於小儒很喜歡吃糖，時常會趁著媽媽不注意在家中拿糖吃，甚至一天能吃掉一大把。學校邀請了財團法人慈心有機農業發展基金會到校，以食品添加物的危害為主全校性的活動。我們透過《巫婆的妙方》的動畫介紹和戲劇表演，以及做汽水，讓學生了解化學添加物會對身體產生的不健康影響，並請學生小達人的宣誓，願意多吃健康的食物（闖關活動卡詳見附件五）。小儒個活動，當老師和母親不讓他多吃零食，比較能願意配合減量。



題，進行
實際動手
進行健康
也因為這

(四) 以特教老師課業的介入輔導，增進個案的學習成績

大部分過動兒的智商和正常的兒童是相同的；但由於注意度短暫、缺乏衝動控制力、過多活動、注意力差、不專心、無法遵守教室規則，因此造成某些功課常會明顯落後，即使智商相同或高於一般

同學，其學業成就也較他們差。小儒也是屬於這種情形，他的課業學習常有困難，功課無法獨立完成，因此導師會和特教老師和安親班老師密切聯絡，以能完成「每日的回家作業」為主要目標，較困難的國數領域作業，由特教老師加以輔助，讓小儒盡可能完成課程的基本學習和理解。

八、所需資源：

(一) 人力設備：

1. 學校資源

- (1) 同儕團體：班級同學、青梅竹馬的二位安親班照顧個案的同學。
- (2) 教師資源：班級導師，特教老師，科任老師，具特教專長的隔壁班導師。
- (3) 行政資源：校長、總務主任。
- (4) 愛心義工：具有愛心、耐心及輔導基礎能力的義工家長（詳見附件六），以及個案好友的班級義工媽媽。

2. 機構資源：基隆市署立醫院兒童心智科完成過動鑑定

3. 其他資源：個案的安親班老師及司機。

(二) 教材：

除了特教老師針對個案的行為問題進行輔導外，導師在課程中，亦融入增進人際關係的繪本教學，如：喬治與瑪莎的教學主題，學習如何交新的好朋友；品德教育的《我撒了一個謊》和《謊言小精靈》主題繪本教學的繪本。

九、效益評估：

個案經過二年的學習後，在人際互動、情緒管理、自我行為管理等能力等，已有明顯進步，分述內容如下：

- (一) 個案低年級時常會在全校閒晃或亂打人，甚至嚴重時會發出奇怪的尖叫聲。因為個案和校長訂立了行為契約，以及比較能感受師長的關心（他曾主動畫了二張有愛心的卡片，送給導師和特教老師，表達自己的感謝，和表示喜歡老師教他，老師收到卡片真的感動不已），接受師長的教導，願意了解和接受自己的錯誤原因，進而學習控制自己的行為和情緒，發脾氣時能利用深呼吸較快的控制自己；和同學有爭執時，也能學習多站在對方立場思考，學習主動道歉，和感恩他人的幫助。
- (二) 由於個案三年級時常來不及吃早餐，也未吃過動症的利他能，所以個案學習的專注力一直不佳。經由老師和母親懇談了解狀況後，協助個案早上上學前能吃早餐和完成吃藥，中午由導師提醒個案用藥，課堂學習專注力明顯提升，也比較能完成準時作業。
- (三) 個案非常喜歡吃甜食，經過二年的健康促進教育的活動和課程，全班共同進行垃圾食物減量，每天運動30分鐘，個案比較能建立良好的健康飲食及習慣。
- (四) 因鑑定過程中，特教老師在課業上的介入指導，配合個案到校時間，提早到7:30就開始進行特教課程，對個案的課程學習和行為管理有很大的幫助，更可以減少個案發生的問題行為，避免不良的人際關係。

(五)學校的打掃時間，個案從在全校閒晃，變成一位主動積極、快樂的班級小幫手；學會認真用心的拖地，主動幫老師發作業，也從中得到了自我的肯定。

貳、延伸學習：

由於導師負責本校閱讀教育的推廣，在個案中年級特教鑑定的過程中，為有效解決個案的行為問題，實施二個主題教學方案，有融入增進人際關係的繪本教學，以《喬治與瑪莎》系列主題的七本橋樑書，讓個案學習如何交朋友的方式，學習彼此的優點；小組同學利用平板電腦，拍下自己的好朋友，來增進同儕的情感。教師亦透過閱讀理解圖示教學策略的引導，增進學的閱讀及寫作能力，及分享閱讀的樂趣。小儒因為很喜歡畫圖，所以透過此次的教學，會主動和喜愛閱讀課外讀物，在中年級的學習過程中，也能學習將自己的想法，用心智圖來表現（活動設計詳如附件一）。

教師進行品德教育的《謊言小精靈》主題繪本教學的繪本（活動設計詳如附件二），讓個案能了解說謊是錯誤的行為，透過班級謊言主題書的陳列，小儒也會主動說自己不應該和書中的主角一樣說謊，並主動去閱讀其他品德主題的相關繪本。

此外，建立一個友善和關懷的環境，校長、主任、老師們、義工媽媽和同學，給予個案多一點的包容及鼓勵，特別是校長會定期關心個案的學習情形，鼓勵個案的進步行為，晚上陪同老師們一起留校主持個案會議，如此建立良好親師關係的溝通和合作，才是讓個案能學習進步的關鍵。

參、回饋與建議：

一、校長、家長和其他老師的回饋：

三年級時，班上家長告訴老師說：「低年級每次送自己的孩子來上課，都看到小儒在教室亂跑；現在好多了，會乖乖坐好自己的位子上。」因為小儒坐安親班車子到校的關係，每天約七點十分就會到校，時常會藉此機在全校閒晃或亂打人。因此，導師和小儒約定，七點半特教老師到校上課前，他只能坐在位子上看書和吃早餐，因為老師會落實和他約定的獎懲方式，所以情況有很大的改善。

校長和其他老師也表示，小儒在行為方面進步很多，和同學的衝突事件有減少，也較具反省認知能力，知道自己的錯誤地方。打掃時間，因為學會了拖地的方法，從中獲得成就感，也較能認真進行下午的打掃工作。

二、母親的回饋：

雖然孩子還是會和同學有所爭吵，回家仍會抱怨別人的錯誤或生氣，但頻率已有減少，行為有獲得改善，所以感謝校長和老師們的耐心與付出。

肆、心路小語：愛和包容，讓裝了永續電池的勁量小子，揮灑熱力在屬於自己的天空中。

注意力缺陷的孩子，
就像少了一根筋的冒失鬼一樣，
動不動就打人、闖禍。
如果我們可以有
多一點的包容和認識，
多一點的同理和技巧，
這群常弄得他人不知所措的孩子
將會有多一點的空間與機會。
我們期盼營造一種有愛無礙的氛圍，
讓這一群注意力缺陷的孩子，
如同一般的孩子一樣～
能有健康快樂的童年
也有充滿陽光，充滿甜蜜回憶的快樂時光。

～修改自「過動兒」網站

俗話說：「天下無不散的筵席」，學校因為特教生增加，原本二校併用的特教老師，改為增置一位專任特教老師，特教老師也盡力的完成小儒的個案交接資料，希望能讓小儒已逐漸穩定的學習，能夠繼續成長。雖然小儒即將升五年級，學校也會更換導師，由於在小學校中，高年級導師也對小儒的情形時有所聞，所以在四年級終完成小儒特教的鑑定工作，也算是為小儒高年級的學習，讓老師們能比較有一個清楚規畫的方向。

但晴天霹靂的是在8月開學前幾天，導師接到小儒母親要辦學，每次只要小儒學習有狀況，轉學早已成為隨意呼喊的口號，(因為小儒因母親工作的關係，低年級由他校轉至本校，這種情形，確實容易讓小儒輕易的將轉學放在嘴邊，特別是在被處罰的時候)，原本以為這次也是類似的情形，沒想到這次真的因為母親可能再婚的家庭因素，小儒必須改至和爸爸住。爸爸從事搬家的工作，時常不在家，經濟狀況也不佳，將由同住的奶奶代為照顧。這讓原本過動的特教生問題，又加上社會問題的因素，也讓老師們既擔心又難過。

回想起小儒三年級的學習過程，根本是一連串導師和他「鬥智」策略遊戲的連載。母親雖然很愛小儒，但當他犯錯誤時，會非常嚴厲的打他和懲罰，小儒也因此發展了一套如何避免處罰的策略——先下手為強和「說謊」；向母親混淆自己犯錯的真相，母親因急於保護小儒，根本不會再聽其他人的說明。從三年級導師剛教小儒時，只要體育課或科任課下課等零散時間，他和同學發生任何爭執，總是在導師還未了解此事的情況下，他就以「迅雷不及掩耳的速度」，「立即」用學校公用電話向母親報告，內容一定是他被同學如何欺侮的情形，絕口不提他欺侮別人的相關事項。接著，導師總立刻在措手不及中，接到母親暴跳如雷的電話而百口莫辯，這樣疲憊的情形持續快一學期。因此，導師積極的

訓練班級學生當小幫手，「杜絕」小儒能「先」打電話的機會，帶著小儒放學前立即一起將「實情」告知母親，建立彼此間「信任」的基礎，也讓問題得以妥善和有效的解決。

小儒快四年級時，母親因經濟因素而換工作住到台北，常無法接學校的電話和未回覆，也時常數週才有空見小儒一次面，食宿全交由安親班的老師處理；幸而安親班的老師是兄弟共同經營，也把小儒當自己的孩子一樣照顧，甚至暑假每天帶著小孩和小儒一起游泳。特教老師和導師不得不配合母親的時間，約在中秋節懇談三小時，才能將小儒現在渴望母愛及學習的情形加以說明。

俗話說：「信任是開啟心扉的鑰匙，誠摯能搭起心靈的橋樑。」當老師們和家長終於建立了如實的基礎，卻終究無法改變這突如其來的家庭因素。每個孩子都有一個屬於自己的夢，老師們也只能遙寄自己的祝福，期盼小儒在新的環境中，勁量小子能找到一片屬於自己的天空！

伍、參考資料：

1. 過動兒部落格發表之文章 (2015)。檢自：<http://www.fjih.tp.edu.tw/pri04/adhd/index.htm>
2. 教育部愛的教育網。伴隨情緒困擾身心障礙學生之輔導紀實～以小翔的個案為例。檢自：<http://140.111.34.180>。
3. 詹姆斯. 瑪歇爾 (1997)。喬治和瑪莎(1至7輯) (楊茂秀譯)。台北市：遠流。
4. 約翰. 瑞提(John J. Ratey) (2012)。聰明學習靠運動：運動改造大腦，讓 IQ 高，EQ 好的關鍵密碼 (謝維玲譯)。新北市：野人。

件一：三年級《喬治與瑪莎》主題繪本教學

一、設計理念：

我們以《喬治與瑪莎》系列主題的七本橋樑書，希望三年級的學生能由平常接觸的好朋友為主題，透過閱讀理解圖示教學策略的引導，增進閱讀及寫作能力，及能更珍視同儕間的友誼。

二、教學目標：

1. 透過閱讀理解圖示教學策略的引導，增進閱讀及寫作能力。(認知)
2. 小組合作利用平板電腦，拍下自己的好朋友，增進同儕學習樂趣。(技能)
3. 能領會朋友間分享的真誠義涵，及閱讀分享的樂趣。(情意)

三、能力指標：

1. 3-2-1-1 在討論問題或交換意見時，能清楚說出自己的意思。
2. 5-2-14-3 能從閱讀的材料中，培養分析歸納的能力。
3. 5-2-5 能利用不同的閱讀方法，增進閱讀的能力。
4. 5-2-8-3 能在閱讀過程中，培養參與團體的精神，增進人際互動。
5. 6-2-3-2 能以短文寫出自己身邊的人、事、物。



四、教學活動設計：

教學活動流程及內容設計	教學時間	教學資源	理解策略	圖示教學
<p>活動一：超級好朋友比一比</p> <p>(一) 引起動機：</p> <p>1. 教師提問：</p> <p>小朋友，你曾經在卡通裡，看過哪些人物彼此是好朋友？他們有什麼不同？教師以小朋友最喜歡的卡通人物，例如：海綿寶寶和派大星、魯夫和喬巴等，進行舉例說明。</p> <p>2. 小朋友回答後，老師告訴小朋友我們要來認識一對好朋友，看看發生在他們之間的故事。</p> <p>(二) 教學流程：</p> <p>1. 教師帶領學生共讀<u>喬治與瑪莎</u>第一冊的第一則故事。</p> <p>2. 教師在黑板畫 T 型表，引導學生進行兩位主角的比較。</p> <p>(1) 看完這則故事，你覺得<u>喬治</u>和<u>瑪莎</u>有什麼不同？</p> <p>(2) 學生回答後，教師將長條紙分給回答的學生，請學生將答案分成<u>喬治</u>和<u>瑪莎</u>兩個部分，寫在不同的紙上，寫好後貼在黑板</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; width: 40px; text-align: center;">喬治</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; width: 40px; text-align: center;">瑪莎</div> </div>	<p>4 節</p>	<p>教師使用簡報檔，以第一則文章進行班級共讀</p> <p>長條紙 磁鐵片</p>	<p>比較 討論</p>	<p>比較圖</p> <div style="text-align: center; margin-top: 200px;"> </div>

<p>(3) 師生共同討論完第一則故事後，教師再依序導讀第一冊的四則故事，共讀後討論，再仿(1)請學生將答案貼在黑板上。</p> <p>(三) 學生實作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班共讀後，將共讀書分給每組每人一本同冊的書籍，大家閱讀後共同討論完成比較圖作業單。 2. 發給小朋友兩張 A4 紙張，請他們將喬治和瑪莎的圖像畫下來，再將比較圖作業單上的答案黏貼在兩隻河馬旁。 3. 學生寫完後，將各組作業單黏貼在黑板上，供大家參考與欣賞。 <p>(四) 意見回饋： 互相欣賞他人的作品，並給予回饋意見。</p>		<p>學習單 磁鐵片</p> <p>教師課堂巡視了解學生進行狀況，並進行課間指導</p>		
<p>活動二：好朋友的證據大搜查</p> <p>(一) 引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 上節課大家已經把喬治和瑪莎的故事看完，也發現這兩個好朋友有很大的不同，但是她們到底是不是好朋友？ 2. 教師問幾位小朋友的想法後，教師請小朋友再回到讀本中找一找證據。 <p>(二) 教學流程：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師以第 1 冊第 2 則故事說明，最後瑪莎留下來說：「我寧願你留下來和我再一起。」這點可說他們是朋友。 2. 學生找到證據後，請將重要的描述或內容寫在學單上。 <p>(三) 學生實作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小組再度閱讀<u>喬治與瑪莎</u>不同的文本，找出證據並寫在作業單。 2. 教師將個人的學習單貼在黑板，全班共同分享和觀摩他人內容。 	3 節	<p>學習單 磁鐵片</p>	找出證據 延伸	文本 證據圖
<p>活動三：我的麻吉一級棒</p> <p>(一) 引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 閱讀完<u>喬治與瑪莎</u>的故事後，教師引導學生發現朋友之間的友誼，是要靠自己平常生活中，彼此一點一滴累積而來的。 2. 教師引導全班共同討論和歸納，如何與朋友相處的方法。 	6 節			


<p>(二) 我的麻吉讚美他</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師引導學生思考每個人都有優點，要和朋友間能相處融洽，必須多發現他人的優點，也要多展示自己的優點。 2. 教師請學生分組用 ipad 拍下自己的好朋友，並說出讚美好朋友的話，讓他知道自己的優點，並向好朋友學習。 <p>(三) 「我的好朋友」寫真記錄</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀賞喬治與瑪莎的 DVD 影片，請學生說出欣賞影片和閱讀書籍，有何相同和不同之處。 2. 聯想力大考驗： 請學生運用想像力，以譬喻修辭來形容自己的好朋友。如：以譬喻句型「…是…」，「像…一樣」，「有如…一般」等，來練習寫作。 3. 運用上面完成的譬喻修辭內容，及相關形容好朋友的成語，完成一篇作文，題目：「我的好朋友」。 		<p>ipad</p> <p>影片</p>	<p>聯想</p>	<p>聯想圖</p>
---	--	-----------------------	-----------	------------



《喬治與瑪莎》好友比較圖

小組成員：(



 喬治	瑪莎
1. 他是一個 () 的人。 B () : 2.	1. 她是一個 (很喜歡做菜) 的人。 B1 : 瑪莎很喜歡做分裂豆子湯。 2.

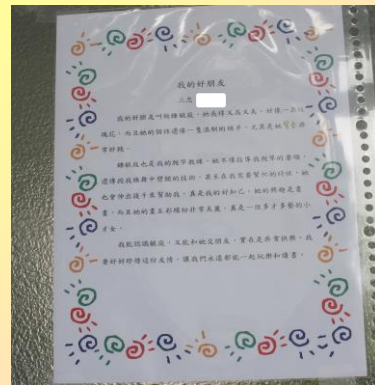
四年級圖文詩創作作品：



學生分組用 ipad 拍下自己的好朋友



教室張貼主題作文：我的好朋友



附件二：三年級《謊言小精靈》主題繪本教學




一、設計理念：

由於個案容易有說謊的行為，造成自己和他人相處間的問題，及教師班級經營之困擾，故教師以「謊言」為主題，運用繪本內容教學，對個案進行品德教育，促進其自我行為之改善。

二、能力指標：

1. 語 E-3-7-10-2 能將閱讀內容，思考轉化為日常生活中解決問題的能力。
2. 社 4-3-4 反省自己所珍惜的各種德行與道德信念。
3. 綜 1-3-1-2 欣賞並接納他人。

三、教學活動設計

教學活動流程及內容設計	節次	教學資源和成果
<p style="text-align: center;">活動一：我撒了一個謊</p> <p>(三) 引起動機：教師以說故事的方式，以《我撒了一個謊》的繪本故事前半段，引領學生進入探討主題。</p> <p>(四) 教師提問：提到「說謊」你會聯想到什麼？請學生在九十秒內將聯想到的事情，以擴散思考的方式，寫在小白板上。</p> <p>(五) 教師請學生課堂口頭分享學習單的內容。</p> <p>(六) 教師提問：在生活中遇到什麼情形，你可能會選擇說謊？</p>	2	<p>《我撒了一個謊》的繪本</p> <p>小白板</p>
<p style="text-align: center;">活動二：謊言小精靈</p> <p>(一) 教師以說故事的方式，請學生預測《我撒了一個謊》的繪本故事後半段結局為何？</p> <p>(二) 教師以《謊言小精靈》的繪本故事，請學生思考比較它和《我撒了一個謊》繪本內容之相同處，例：說謊後會產生怪物或小精靈，讓自己變得很不安；最後都選擇和父母說實話，引領學生的進入探討主題。</p> <p>(三) 教師提問：「說謊」有什麼好處和壞處？請學生分組討論並以 T 型圖表示出來，並派人上台發表。</p> <p>(四) 教師提問：當你想說謊時，什麼原因會影響你決定說實話？ 例：怕被處罰、想得到利益（好處）、想獲得肯定、怕傷害他人（為他人好）、不想讓別人知道自己的想法、不想讓別人知道自己的想法、愛面子或怕丟臉、想看他人受騙的感覺、討厭對方（人）不喜歡對方交待的事情、怕對方不喜歡自己。</p> <p>(五) 教師歸納總結學生說謊的原因與理由，並說明「誠實為上才是最好的策略」，可以避免謊言帶來的不良後果。</p>	2	<p>班級主題書櫃：</p>  <p>T 型圖教學：</p>  <p>學生討論結果：</p> 



壹、依據：

- 一、99 學年度教育部補助辦理品德教育推廣與深耕學校計畫。
- 二、教育部 99 年度『友善校園』學生事務與輔導工作計畫。
- 三、基隆市光光國民小學 99 年度「友善校園人權教育」示範學校計畫。
- 四、基隆市光光國民小學 97~101 年度校務發展計畫。

貳、目的：

- 一、強化班級自治功能，建立友善校園規範，提昇學生善良品德與日行一善的實踐力。
- 二、建構班級網頁，以資訊融入方式，結合品德教育核心價值，培養學生反思敘寫能力，型塑友善、信任、開放之校園文化。
- 三、提升學生善良品德的反省力與實踐力以啟發思辨，進而提升學生對於自身行為與判斷的反省意識。
- 四、營造有利學生品德發展與溫暖關懷的學習環境，推動以學生為主體的品德教育活動，深化學生正向行為。
- 五、統整正式、非正式課程及校園整體文化，融合現行教育政策、課程教學或相關活動，據以推動並深化學校品德教育的內涵與功能。
- 六、協助學生建立自己的價值系統，發展其道德判斷能力，付諸實行，成為一個對自己、家庭、社會、國家負責任的人。

參、實施對象：全校師生。

肆、具體措施：

一、品德教育核心價值的敘寫

- (一) 每月初在教師的引導下進行品德核心價值的敘寫活動，藉由敘寫活動提高學生品德意識。
- (二) 每月將學生敘寫的作品公佈進行分享，藉由分享讓學生了解他人實踐的策略。

二、反思習慣的培養與提升

- (一) 配合各班班級經營計畫，教師引導學生每日養成反思的習慣，於班級反思時間與好朋友進行分享。
- (二) 結合班級「自信有品•行愛成長」日行一善暨反思敘寫聯絡簿，每月一次將反思的事件敘寫下來，藉由省思、內化與實踐，提升品德正向態度。

三、「我們一班都是長」的設立

- (一) 為提升學生品德實踐及領導能力，於班級經營計畫中建立「我們一班都是長」制度，例如：班長、副班長、圖書角管理員、英語小老師、民意小代表、體位長、環保小天使、電器長等，班級師生共同討論班級成員的幹部人選與規範，包括職稱、職責、獎懲制度等，建立班級成員的責任心、榮譽感。
- (二) 結合校內榮譽制度，期末進行班級表揚活動，以實際行動鼓勵學生的優良行為。

四、定期召開班會與學生代表大會

- (一) 班級每月召開班會，蒐集與討論班務並提出對學校的建議。
- (二) 班級民意小代表出席自治市辦理的學生代表大會，將班級意見適時的反應與表達。

(三) 討論並分享日行一善的策略與實踐經驗。

五、班級網頁友善校園相關資料的建置

(一) 以資訊融入方式，結合品德核心價值與具體行為準則，提供相關資源供班級成員瀏覽與參考。

(二) 建置班級成員意見交換與討論的平台，培養學生關心公共事務並勇於提出自己的想法。

伍、本實施計劃所需經費由學校相關經費項目支出。

陸、本計劃經校長核准後實施，修正時亦同。



附件三：「友善校園品德・人權教育」班級經營營造計畫

品德核心價值與具體行為準則

月份	核心價值	具體行為	備註
一月	合作 Cooperation	低：能與別人共同完成任務，並從中學習別人的優點，關懷團隊的成員。	上學 期末
		中：能積極參與各類團體自治活動，如班會、學生自治組織與活動、服務隊…等，並遵守規則與尊重紀律，重視團體的榮譽。	
		高：能參與各類團體活動，貢獻自己的專長，並運用各種方式表達自己的意見、感受或做法，主動與人溝通。	
二月	專注 Concentration 自律 Autonomy	低：老師或同學在台上講話時注意聽，不插嘴。	下學 期初 開學
		中：注意聽別人講話，不邊玩邊做功課。	
		高：以全神貫注來表示對人、對事的重視，三思而後行，對自己的言行負責，不找藉口或怪罪他人。	
三月	尊重 Respect	低：能說出並分辨班上同學間在性別、族群或其他方面之不同。平時能經常說請、謝謝、對不起以及能做到師生間、同學間之經常問候。	性別 平等 月
		中：能了解生活中仍存在對性別、族群、弱勢歧視現象，能說出改善方法，並在班級與學校中進行實踐。	
		高：能夠了解省思、學習關懷世人或照顧弱勢團體，並演練或實踐。	
四月	友愛 Friendship	低：主動與人打招呼，和同學相處要和氣不吵架。	兒童 節 婦幼 節
		中：對待同學要和善、不排斥、不爭吵、不打架、不譏笑，並能寬恕別人不對的行為。	
		高：幫助弱小及身心障礙的同學，不排斥他，平時多說讚美的話，少說批評的話。	
五月	孝順 Filial piety	低：幫助父母分擔家事。	母親 節
		中：能心存感激、關心父母健康，不與父母及長輩爭執，要聽父母的話	
		高：能敬老慈幼，謹言慎行，凡事不讓父母操心	
六月	責任 Responsibility	低：能按時完成學校的功課，以及在家裡長輩所交待的工作。	畢業 季
		中：能認真分擔家務、完成自己在學校所分配的整潔工作、自治任務。	
		高：能描述個人在自治團體中的重要性，並樂意完成團體交付的任務。	
九月	關懷 Caring	低：能主動服務、關心家人、同學或師長。	友善校 園週、 家庭教 育-祖
		中：主動協助他人解決問題，平等對待每一位同學，不歧視表現比自己差的同學。	

月份	核心價值	具體行為	備註
		高：主動關心全球所面臨的各類如環保、飢餓、犯罪、疫病、基本人權等課題。	孫週
十月	正念 Positive	低：能表現自己的優點。	生命教育月
		中：會採取各種不同的方法來處理事情。	
		高：用正向語言表達意念。	
十一月	正義 Justice	低：能遵守遊戲或競賽規則。	國防教育宣導
		中：對於對的事，能勇敢表達自己想法。	
		高：處事公平、公正、不偏私，並以公正的態度，排解朋友間的糾紛。	
十二月	感恩 Gratitude	低：能說出同學、兄弟姐妹、父母、老師等為自己所做的事情，利用卡片表達感恩。	期末感恩活動
		中：受到別人的幫助，能表達感謝之意，並會記在心裡。	
		高：能從事學校或社區服務工作，以具體行動表達感恩之回饋行為並能夠分享從事感恩行為之後的心理感受。	

基隆市光光國民小學慶祝 40 周年『活力看世界 溫馨愛家園』校慶



班級：_____



姓名：_____

園遊會闖關卡

☺圖示代表的闖關活動主題：

- 健康促進教育
- 國際多元文化教育
- 環境教育
- 生命教育

闖關主題和攤位美食		過關章	闖關主題和攤位美食		過關章
一忠	養成運動好習慣 ～知識篇		一孝	養成運動好習慣 ～技能篇	
二忠	飲食金字塔		三忠	口腔保健我最行 ～找找蛀牙藏哪裡？ 油飯、炒米粉、紅茶、 越南河粉、印尼薑黃飯	
四忠	①3010 視力精靈 ②新住民飲食大賞 越南春捲、涼麵、現煮咖啡、 馬來西亞肉骨茶湯、各國紅茶展、 東南亞零食品嚐會		五忠	灌籃高手 油飯、炒米粉、花枝丸、 義賣：手做幸運手鍊、康乃馨	
六忠	①樂活·減碳 ②六年級減碳行動展 漢堡、熱狗、甜不辣、 炒米粉、水果盤、壽司		六孝	①環境保育地球美麗 ②六年級減碳行動展 乾冰汽水、炸冰淇淋、 烤香腸、貢丸湯、康乃馨	
消防局	防災安全—煙霧逃生 (二樓音樂教室)		消防局	防災安全—滅火器 (幼稚園前)	
信義區衛生所	健康促進教育— 防菸拒檳 樂活一生		警察局交通隊	交通安全教育— 交通安全我最「行」	
愛·在全球	闖關的國家：印度、斯里蘭卡、越南、印尼、菲律賓、柬埔寨 ☺地點：星光運動場				學習成果展
我的闖關感想					

校長的話

各位小朋友，身為地球的一份子，不但要「身體好」、「重視安全」，還要體會自己與「地球環境」及「其他國家人民」的密切關係，如此才能真正成為 21 世紀具有「國際視野」的新公民哦！加油！Go！



基隆市光光國小 102 年度健康促進、家庭和環境教育宣導—化學添加物飲食對健康的危害



健康大進擊～巫婆的妙方

_____年_____班

件六：基隆市光光國小個案學生訪談關懷紀錄表

紀錄者：義工媽媽

訪談日期	訪談內容要點	備註
102.09.23	第一次與 <u>小儒</u> 接觸，發覺這個小孩，很少談論家人，只說假日都在玩電腦，話不多，但可以感受到他需要被關心。	導師說明：若和 <u>小儒</u> 熟悉後，他就會滔滔不絕的說著自己的事。
102.10.21	陪他看書與他建立關係後，發覺他喜歡恐龍的書，所以每次都會特別找書與他分享，他總是清描淡寫的說說媽媽帶他去哪兒玩。	
102.11.25	經過幾次的接觸，漸漸地開始願意談論跟自己有關的事。有一次他說老師很不高興同學做的事，訂了飲料而他卻沒有。現在開始在學校碰到面，也會和義工媽媽打招呼。	導師說明：班級學生認真參加活動，導師請全班喝飲料，訂購了全班數量，但因 <u>小儒</u> 當天犯了嚴重的錯誤，導師將他的飲料送給高年級學生。 <u>小儒</u> 非常喜歡吃零食和飲料，只要因處罰沒有領到，都會怪罪別人不公平，和隨意杜撰事實。
103.01.06	因為學校 12/24 期末成果展的關係，有幾週沒有下來找我的他，在學校碰到面時，忽然對我說：對不起！我忘記要下去找義工媽媽了。	
103.02.24	第二學期開學不久，知道 <u>小儒</u> 媽媽回來基隆與他同住， <u>小儒</u> 跟我說他以後不會再來圖書室找我了，因為他即將轉學，他還說會想念義工媽媽們，之後就真的沒有下來圖書室。	導師說明： <u>小儒</u> 遇到不順心的事，常會說要轉學，或吵著要轉學（他因為母親工作的關係，轉學至校校）。所以老師也告知母親，若真的有需要轉學的事，請先和導師討論處理方式，不要讓孩子養成以轉學為理由的習慣。

107 學年度基隆市東光國小學校教師專業發展實踐方案

表 1、教學觀察（公開授課）－觀察前會談紀錄表

授課教師：陳湘玲 任教年級：六年級 任教領域/科目：綜合領域

回饋人員：蔡佩娟 任教年級：六年級 任教領域/科目：綜合領域

備課社群：107 學年度東光國小「語文領域課文文本分析與教學實施」學習社群

教學單元：自編生命教育 星空中最美的人心－陳樹菊阿嬤

觀察前會談(備課)日期：107 年 9 月 4 日 地點：六忠教室

預定入班教學觀察(公開授課)日期：107 年 9 月 7 日 地點：六忠教室

一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：

(一) 核心素養：

1. 綜-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。
2. 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。

(二) 學習表現：

1. 3b-III-1 持續參與服務活動，省思服務學習的意義，展現感恩、利他的情懷。
2. 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動策略。

(三) 學習內容：

1. Cb-III-1 對周遭人事物的關懷。
2. Cb-III-2 服務學習的歷程。
3. Cb-III-3 感恩、利他情懷。
4. Ab-II-2 學習行動策略。

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：

(一) 學生先備知識：

1. 學生在五年級綜合領域第九冊第三單元《人際高峰會》中，體會參與社會服務的意義。
2. 學生在五年級國語文領域第九冊第四課《服務人群》課文中，對陳樹菊阿嬤的家庭背景，及其服務他人犧牲奉獻的精神，有基本的認識與了解。

(二) 起點行為：

1. 學生五年級在學校開始，已經有服務低年級學弟妹的學習經驗及體會。
2. 在語文領域閱讀理解課程中，已經學會運六何法的摘要策略，能運用此基本能

力，來探討分析問題的形成原因及結果。

(三)學生特性：

- 1.班級中教師以異質分組的方式安排小組座位，班上總共有 16 位學生，其中資源班孩子便占了 3 位，過動症 2 名，疑似亞斯伯格症過動 1 名。雖然班級氣氛活潑，但資源班孩子常有隨意發言或出其不意的動作出現，老師有時要花較多的時間處理臨時出現的狀況。因學生學習狀況亦有差異，教師藉由分組加分及個人得分，讓孩子集中精神上課，並能提升自信心和踴躍發言。
- 2.有部份班級學生反應較快，所以教師教學時可提供較多具思辨性的教學素材，引導學生進入更高層次思考的學習動機。

三、教師教學預定流程與策略：

(一) 活動一：準備活動（含引起動機）

教師運用自編《星空中最美的人心—陳樹菊阿嬤》的簡報及教學影片，使學生了解主角人物故事的生平故事，引起他們的學習動機。

(二) 活動二：發展活動

教師以 ORID 焦點討論法來提問討論，給予學生正向的回饋，使學生認知經由討論可以得出更高層次的答案，尊重每個人多元的想法，並於學生發表想法後，進行統整歸納。

- 1.教師以自編簡報中，陳樹菊阿嬤的語錄，引發學生對人物主角生平的問題思考和討論。
- 2.教師播放《給小朋友的信》—陳樹菊阿嬤專訪的影片，提出問題討論，請學生思考和回答。

(1)陳樹菊阿嬤為何那麼好心，捐款給需要幫助的人？

(2)把賺來的錢捐出去，陳樹菊阿嬤為何不會不捨得？你的想法呢？

- 3.教師介紹陳樹菊阿嬤家庭背景和生平事蹟，包含她對愛心捐款的想法和方法，以及她的大愛榮獲無數獎項的肯定，讓學生能有更具體實際的了解與體會。

(三)活動三：綜合活動及教學評量

- 1.教師以簡報提出更深入高層次的問題討論，請學生小組討論思考和回答。

(1)陳樹菊阿嬤的愛心表現在哪些地方？

(2)陳樹菊阿嬤的有哪些地方值得我們學習？

(3)你自己遭遇過什麼困難？有人幫忙時，你的心情如何？

2. 教學評量：課堂口語發表及學習單評量

老師以自編「積德不積財的賣菜大嬸—陳樹菊女士」生命教育學習單，請學生對人生存在價值的問題重新思考，在課堂小組討論分享後，並將自己的想法寫在學習單。自己回家完成學習單後，和家長一起分享學習到的內容及自我成長。

(1)陳樹菊阿嬤的語錄中，你最喜歡哪一句？或是你覺得哪句話最令人感動呢？

(2)我從陳樹菊阿嬤身上學到的事有哪些？

3.教師統整教學重點：

陳樹菊阿嬤的生命故事，讓我們了解陳樹菊阿嬤的助人精神，並進行自我成長的省思與對話；希望自己能向陳樹菊阿嬤學習，並開啟自己對生命的無限熱情。

四、學生學習策略或方法：

(一)教師扮演引導者的鷹架角色，以 ORID 焦點討論法來提問討論，給予學生正向的回饋，使學生認知經由討論可以得出更高層次的答案，增進學習思考的廣度和深度。

(二)教師以學生「生活情境」中，實際會發生的問題來進行提問引導，讓學生從實際生活應用中，學習思考問題的角度和方法，及其生活中可實踐的多元性。

五、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：

(一)課堂口語評量：

老師以提問方式，請學生進行深度的問題思考，以個別舉手或小組討論的方式回答。

(二)學習單評量：

老師以自編「積德不積財的賣菜大嬸—陳樹菊女士」生命教育學習單，請學生對服務他人的生命價值問題重新思考及探討，並將自己的想法與改變寫下來。

六、觀察工具(可複選)：

表 2-1、觀察紀錄表

表 2-2、軼事紀錄表

表 2-3、語言流動量化分析表

表 2-4、在工作中量化分析表

表 2-5、教師移動量化分析表

表 2-6、佛蘭德斯（Flanders）互動分析法量化分析表

七、回饋會談日期與地點：（建議於教學觀察後三天內完成會談為佳）

日期：107年9月10日(系統提供小日曆)

地點：六忠教室

107 學年度基隆市東光國小學校教師專業發展實踐方案

表 2-1、觀察紀錄表

授課教師： <u>陳湘玲</u> 任教年級： <u>六年級</u> 任教領域/科目： <u>綜合領域</u>					
回饋人員： <u>蔡佩娟</u> 任教年級： <u>六年級</u> 任教領域/科目： <u>綜合領域</u>					
教學單元： <u>自編生命教育 星空中最美的人心—陳樹菊阿嬤</u> ；教學節次：共 <u>2</u> 節，本次教學為 <u>1-2</u> 節					
觀察日期： <u>107</u> 年 <u>9</u> 月 <u>7</u> 日					
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)	評量 (請勾選)		
			優良	滿意	待成長
A 課程 設計 與 教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。			✓	
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要) 1. 老師運用自編教學簡報進行二節完整的課堂教學，增進學生對學習內容的理解。 2. 教師以陳樹菊阿嬤的生活實例，設計由淺至深的探究問題，及需要小組討論的深度思考問題，引導學生逐步了解課堂的學習重點。 3. 單元活動結束，教師進行本節課重點內容的統整，請學生思考服務精神在生活實踐中的重要性。			
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。				
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。				
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。				
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。			✓	
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	(請文字敘述，至少條列二項具體事實摘要) 1. 教師運用自編《星空中最美的人心—陳樹			
A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。					

授課教師：陳湘玲 任教年級：六年級 任教領域/科目：綜合領域

回饋人員：蔡佩娟 任教年級：六年級 任教領域/科目：綜合領域

教學單元：自編生命教育 星空中最美的人心—陳樹菊阿嬤；教學節次：共2節，本次教學為1-2節

觀察日期：107年9月7日

層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)	評量 (請勾選)		
			優良	滿意	待成長
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。	<p>《菊阿嬤》的簡報及播教學影片，使學生了解主角人物故事的生平故事，引起學習動機。學生在課堂均能專心觀看影片及簡報內容，並進行課堂問題討論及舉手發表。</p> <p>2. 教師以問題中心討論焦點法，運用高層次及生活化的問題，激發學生的課堂參與度，學生大都能主動進行討論和分享。</p> <p>3. 教師適當的運用提問來引導，增進學生對問題再次深入思考與探究。</p>			
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。		✓		
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	<p>1. 教師依據課堂簡報內容中的陳樹菊阿嬤語錄，以自編「積德不積財的賣菜大嬸—陳樹菊女士」學習單，請學生針對學習單的問題進行小組討論，並請小組學生將自己的想法分享發表，回家後個別完成全部的學習單。</p> <p>2. 教師於小組學生口頭發表學習單中，對陳樹菊阿嬤語錄的想法，及值得學習的地方後，依據各組學生回答內容，給予回饋和再深入討論的提問。例如：為何選擇喜歡語錄的第一條？和自己的生活經驗相關或其他原因？</p>			
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。				
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。				
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)				

107 學年度基隆市東光國小學校教師專業發展實踐方案

表 3、教學觀察（公開授課）－觀察後回饋會談紀錄表

授課教師： <u>陳湘玲</u> 任教年級： <u>六年級</u> 任教領域/科目： <u>綜合領域</u>
回饋人員： <u>蔡佩娟</u> 任教年級： <u>六年級</u> 任教領域/科目： <u>綜合領域</u>
教學單元： <u>自編生命教育 星空中最美的人心—陳樹菊阿嬤</u> ；教學節次：共 <u>2</u> 節，本次教學為第 <u>1-2</u>
回饋會談日期： <u>107年9月10日</u> 地點： <u>五忠教室</u>
請依據觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：
一、教與學之優點及特色（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：
1. 授課教師二節課堂的時間節奏掌握良好，教學均能順暢進行，將本次自編單元教授完成。
2. 教師進行提問時，個別學生和小組學生都能主動踴躍發言，積極參與並發表自己的想法，師生共同進行深入的問題討論及探究。
3. 學生在課堂大都能用心進行學習單問題討論和習寫，對課堂教授內容具有學習興趣及熱情。
二、教與學待調整或改變之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：
1. 在此次教學中，學生已經具備生命教育的基本學習知識，教師可嘗試運用延伸教學的差異化教學概念，來設計進階的學習單，依據學生的程度差異，自我挑戰學習單的難易度，增進學習評量和自我成長的意義。
2. 因授課教師為科任教師，學期初才剛開始授課，對學生的學習表現及氛圍尚不熟悉。經過此次的教學，對學生的學習情形更能掌握，下次的延伸教學中，可以更多一些學生小組發表及同儕互動，增進多元的教學方法及學習成效。

積德不積財的賣菜大嬸 - 陳樹菊女士



單元名稱
濟世救人 (慈善家)
積德不積財的賣菜大嬸—陳樹菊女士

建議對象：國小4-6年級 教學時間：80分

陳樹菊，1951年生於台東，一家八口仰賴父親賣菜維生，她在就讀臺東仁愛國民小學畢業後，因為家貧，母親難產沒有錢繳5000元保證金，無法獲得醫治而亡；於是，她開始賣菜。1969年，三弟患流行性感冒，經仁愛國小發起樂捐得以住進醫院，但仍病故。陳樹菊將其他弟妹拉扯長大，至今未婚，皈依佛教吃素。

多年賣菜，她買了房子，但生活非常刻苦，每天花不到100元，卻很樂意捐款。陳樹菊曾捐100萬元給佛光學院；1997年，捐款100萬元，給母校仁愛國小成立急難救助獎學金；2005年，再捐450萬元給仁愛國小蓋圖書館。陳樹菊女士認養三名孤兒院童，並曾捐給孤兒院100萬元。她的目標是存1000萬元成立基金會，讓窮人吃飯、看醫生。2010年，陳樹菊女士獲選為美國時代雜誌最具影響力人物第八位，《富比士》雜誌則將她選入2010年亞洲慈善英雄人物第48位。



簡報製作：新竹市民富國小 楊熙朝老師
簡報編修：基隆市東光國小 陳湘玲老師

簡報重點目錄

- 語錄
- 影片欣賞和討論
- 生平事蹟
- 問題討論和學習單
- 值得學習的地方



語錄

• 我只是個平凡人物，默默的做，沒什麼。

• 拿錢去幫助人，其實自己收穫很大。那種**快樂的感覺**，很平靜，是**從內心裡發出的快樂**。

只要自己有能力就要趕快去做，不必等到長大，也不必等變成有錢的時候。

—陳樹菊



語錄

陳樹菊語錄

- 錢，要給需要的人才有用。
- 我的龜毛，是在建立商譽和信用。
- 因為碰到那些不好的人，反而激發了我的鬥志和骨氣、強化了我的耐力、增進了我的智慧、磨練了我的心志。他們改變了我的命運。他們就是我最大的恩人，我應該要謝謝他們對我不好。
- 人生最重要的是「忍」。生活環境困苦，別人對我不好，我可以一忍百忍，在忍耐中成長。
- 生命中最好的方式，就是完成我想要完成的事，然後在工作中倒下來。



資料來源／寶瓶文化

製表／陳宛茜

聯合報

影片欣賞

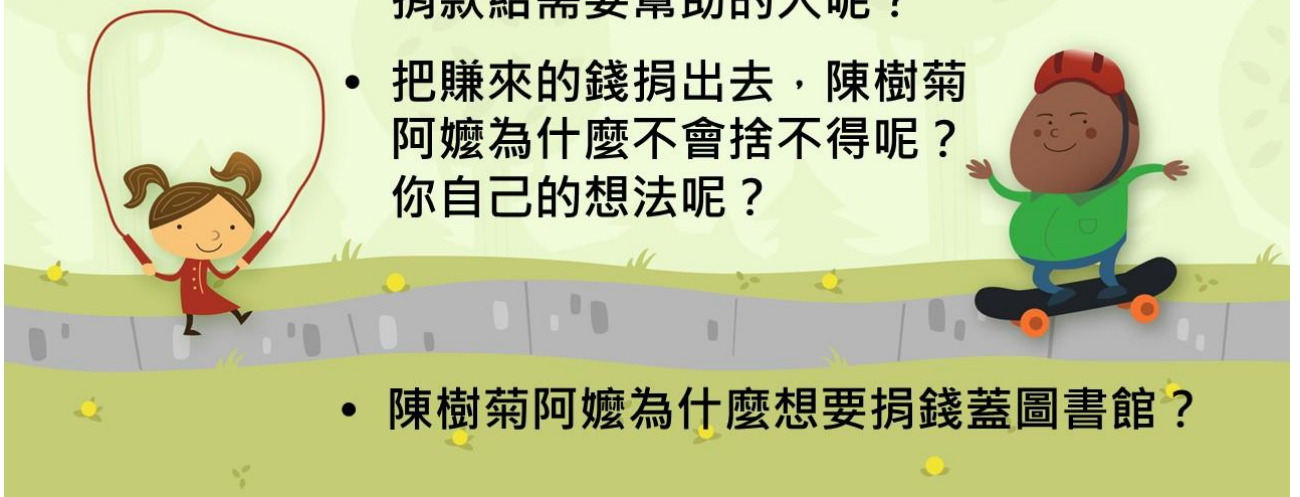
康軒國語2上 第7課 《給小朋友的信》

陳樹菊專訪教學影片([超連結](#)) 6' 10"



想一想，說一說

- 陳樹菊阿嬤為什麼會那麼好心捐款給需要幫助的人呢？
- 把賺來的錢捐出去，陳樹菊阿嬤為什麼不會捨不得呢？
你自己的想法呢？



- 陳樹菊阿嬤為什麼想要捐錢蓋圖書館？

生平事蹟：家庭背景

- 陳樹菊1951年生於台東，一家八口仰賴父親賣菜維生，
- 她在就讀臺東仁愛國民小學畢業後因為家貧，母親難產沒有錢繳5000元保證金，無法獲得醫治而亡；於是，她開始賣菜。
- 1969年，三弟患流行性感冒，經仁愛國小發起樂捐得以住進醫院，但仍病故。
- 陳樹菊將弟妹拉拔長大，至今未婚，皈依佛教吃素。



愛心捐款和目標

- 多年賣菜，她買了房子，但生活非常刻苦，每天花不到100元，卻很樂意捐款。
- 陳樹菊曾捐100萬元給佛光學院；1997年，捐款100萬元，
- 給母校仁愛國小成立急難救助獎學金；2005年，再捐450萬元給仁愛國小蓋圖書館。
- 陳樹菊認養三名孤兒院童，並曾捐給孤兒院100萬元。
- 她的目標是存1000萬元成立基金會，讓窮人吃飯、看醫生。

主要榮獲獎項

- 2010年，陳樹菊女士獲選為美國時代雜誌最具影響力人物第八位，
- 《富比士》雜誌則將她選入2010年亞洲慈善英雄人物第48位。



問題討論

- 問題1：陳樹菊女士的**愛心**表現在哪些方面？
- 問題2：陳樹菊女士**有哪些地方**值得我們學習？
- 問題3：自己遭遇過什麼困難？有人幫忙時，你的心情如何？

學習單 1：積德不積財的賣菜大嬸-陳樹菊女士

學習單 2：依文章內容畫出陳樹菊的生命時間線



星空中的最美人心 這顆小行星命名「陳樹菊」

星空中的最美人心 這顆小行星命名「陳樹菊」

8140 出版時間：2018/09/04 07:16



台東賣菜慈善家陳樹菊，資料照片

台東賣菜慈善家陳樹菊(68歲)曾獲《華比士》年度亞洲慈善英雄獎 (Heroes of Philanthropy)，也成為《時代》雜誌的百大人物，從菜市場走向國際，這次也將高掛星空。

《中央社》報導，鹿林天文台所發現的小行星發現的編號第281561號小行星命名為Taitung，台東；另編號第278986號小行星命名為Chenshuchu，為陳樹菊名字的英譯。

資料來源 <https://tw.appledaily.com/new/realtime/20180904/1423444> 蘋果日報



附件二：教學評量的自編學習單

「生命之愛·愛在臺灣」典範學習—少年生命教育教材系列1—濟世救人(慈善家)

積德不積財的賣菜大嬸—陳樹菊女士

班級：【 六 】年忠班 座號：【 12 】 姓名：【 林以因 】

親愛的小朋友，讀完陳樹菊阿嬤的生命故事，我們了解她為窮人、為社會犧牲奉獻的精神，以及她幫助別人的方式。現在請你將學習到的內容，根據下面的問題，寫下自己的成長省思。

Thank!

① 錢，要給需要的人的人才有用。

② 我的龜毛，是在建立商譽和信用。

③ 因為到那些不好的人，反而激發了我的鬥志和骨氣、強化了我的耐力、增進了我的智慧、磨練了我的心志。他們改變了我的命運。他們是我最大的恩人，我應該要謝謝他們對我不好。


④ 人生最重要的是「忍」。生活環境困苦，別人對我不好，我可以一忍百忍，在忍耐中成長。

⑤ 生命中最好的方式，就是完成我想要完成的事，然在工作中倒下來。

⑥ 我只是個平凡人物，默默的做，沒什麼。

⑦ 只要自己有能力就要趕快去做，不必等到長大，也不必等變成有錢的時候。

⑧



「宁愿去幫助人，其後自己收穫很大，那種快樂的感覺，很平靜，是從內心裡發出的快樂」
—陳樹菊

☐ 陳樹菊阿嬤的語錄中，你最喜歡哪一句？或是你覺得哪句話最令人感動呢？為什麼？

我選第 1 句，因為：錢若不用就等於是廢紙，還不如拿去做些有意義的事。

☐ 我從陳樹菊阿嬤身上學到的事：謙卑行事最重要。

☐ 我能學習做到的事：能學習幫助他人 能學習謙卑行事

😊 我的學習表現：很不錯！ 還可以！ 再加油！

評分內容	很不錯	還可以	再加油	學習目標
教師評分	★			了解陳樹菊阿嬤的助人精神，能願意向她學習，並開啟自己對生命的無限熱情。
家長的話：	<input checked="" type="checkbox"/> 很棒！ <input type="checkbox"/> 繼續加油哦！			
♡ 的鼓勵：	<u>施比受更為有福</u>			

圖片來源: https://www.luckydog.tw/event/facebook_smilemit_posts_event_20170506_44030 設計者: 基隆東光國小 陳湘琳