

# 高雄市岡山區前峰國小【飛閱前峰】校訂課程

## 生活小尖兵

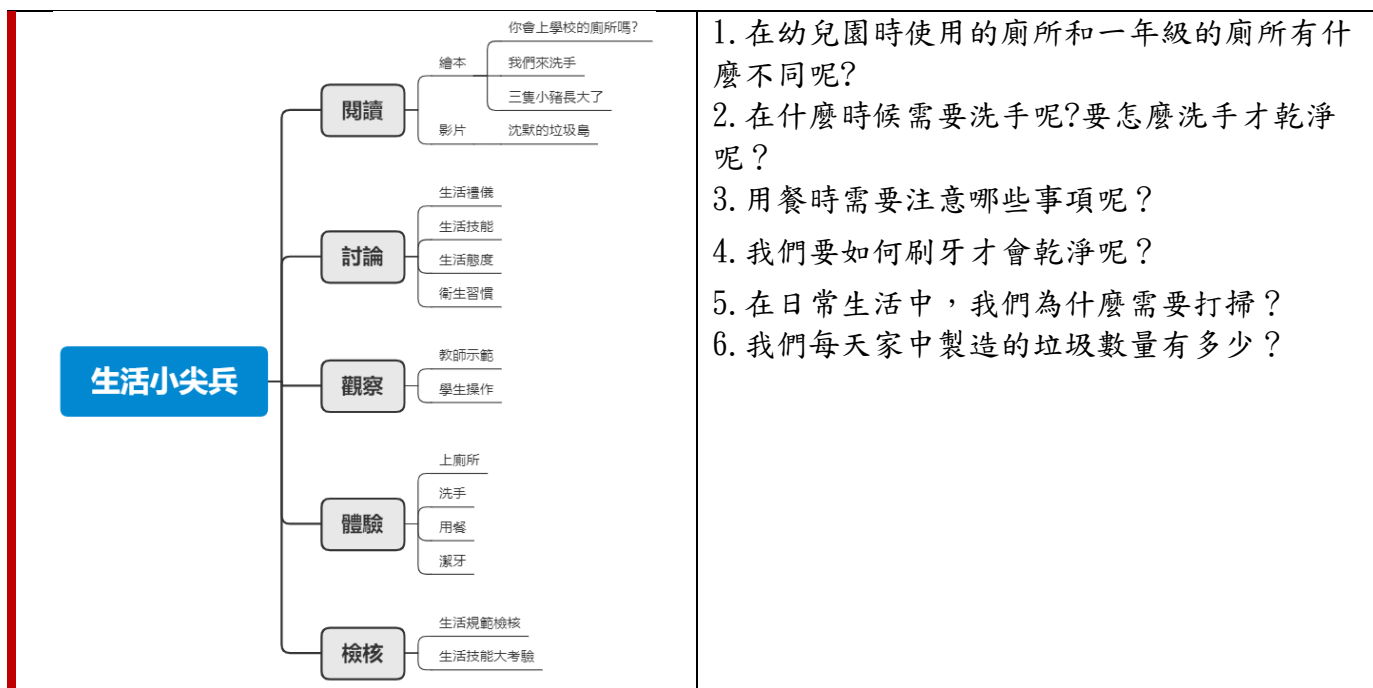
### 一、設計理念

學校生活的學習基地，剛入學的小朋友必須學習過團體生活的知識、技能和態度。因此，本課程從培養學生衛生習慣開始，逐漸加入在校園生活的技能，讓學生能適應團體生活暨學習遵守學校規範以及與人互動的禮儀。

本課程呼應學校愛己、愛人、愛學習的願景，培養學生本身良好的衛生、生活習慣，使學生具備身心素質與自我精進的核心素養；藉由繪本閱讀與討論探索生活規範之意義，學會尊重他人，並能省思自己的行為，培養道德實踐與公民意識的核心素養；透過體驗與在生活中實踐，具備系統思考與解決問題的核心素養。

### 二、教學設計

實施年級	一年級上學期	設計者	一年級教學團隊
跨領域/科目	生活、健康與體育	總節數	21 節
<b>核心素養：</b> <b>A1 身心素質與自我精進</b> 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <b>A2 系統思考與解決問題</b> 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <b>C1 道德實踐與公民意識</b> 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。			
學習重點	學習表現	【生活課程】 6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。 【健康與體育】 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	
	學習內容	【生活課程】 E-I-2 生活規範的實踐。 E-I-3 自我行為的檢視與調整。 【健康與體育】 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	
概念架構		導引問題	



1. 在幼兒園時使用的廁所和一年級的廁所有什麼不同呢?
2. 在什麼時候需要洗手呢?要怎麼洗手才乾淨呢?
3. 用餐時需要注意哪些事項呢?
4. 我們要如何刷牙才會乾淨呢?
5. 在日常生活中，我們為什麼需要打掃?
6. 我們每天家中製造的垃圾數量有多少?

### 學習目標

1. 認識日常生活中健康的生活習慣。
2. 發覺影響日常生活中衛生習慣的態度與行為。
3. 能於生活中嘗試運用基本衛生習慣的技能。
4. 覺察學校生活規範與禮儀訂定的意義，並願意遵守與實踐。
5. 覺察學校生活規範與禮儀，願意檢視並調整自己的行為。

<b>融入之議題</b> (學生確實有所探討的議題才列入)	<b>實質內涵</b>	● 戶外教育。 戶 E6 學生參與校園的環境服務、處室的服務。
	<b>所融入之單元</b>	● 第六單元
<b>學習資源</b>	我們來洗手 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=PqmYscSf4Fw">https://www.youtube.com/watch?v=PqmYscSf4Fw</a> 學校午餐好時光系列-三隻小豬長大了 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=PubZMSYM2pE">https://www.youtube.com/watch?v=PubZMSYM2pE</a>	

### 學習單元活動設計

學習活動流程	時間	備註
<p align="center"><b>第一單元 我會上廁所</b></p> <p>活動一 我會上廁所</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師提問並請學生分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你使用過的廁所長的怎麼樣？</li> <li>2. 你是如何上這些廁所的呢？</li> </ol> <p>二、發展活動</p> <p>(一)導引問題：在幼兒園時使用的廁所和一年級的廁所有什麼不同呢？</p> <p>(二)閱讀與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師播放並導讀《你會上學校的廁所嗎？》繪本。</li> <li>2. 討論：</li> </ol>	4 節	關於教材、學習單、環境、設備、人力資源的提醒，或教學過程中的注意事項。

<p>(1)學校的廁所和家裡的廁所有什麼不同？</p> <p>(2)要怎樣使用學校的廁所呢？</p> <p>(3)為什麼上完廁所要沖水呢？</p> <p>(4)萬一發生便便大到馬桶外怎麼辦呢？</p> <p>(5)上完廁所後要做哪些事情？</p> <p>(6)如果在上課時想上廁所怎麼辦呢？</p> <p>(7)為什麼上廁所前要先敲門呢？</p> <p>(8)為什麼要保持廁所的乾淨呢？</p> <p>(9)上廁所完後為什麼要洗手呢？</p> <p>3. 觀察與體驗：</p> <p>(1)教師使用廁所道具，示範上蹲式廁所的步驟：進廁所→敲門→進門→鎖門→站好位置→如廁→擦拭→穿戴整齊→沖水→開門→洗手。</p> <p>(2)教師抽三位學生上台練習，其他學生在台下檢查台上學生是否有做錯的地方。</p> <p>(3)教師帶學生到廁所練習進出廁所的步驟。</p> <p>4. 討論：</p> <p>(1)為什麼有些廁所會髒髒、臭臭的呢？</p> <p>(2)為什麼有學生會在上課中想上廁所呢？</p> <p>三、綜合活動</p> <p>(一)教師統整說明：</p> <p>1. 上廁所的重要性。</p> <p>2. 上廁所的步驟。</p> <p>3. 影響上廁所衛生習慣的態度和行為。</p> <p>4. 上廁所的禮儀和習慣。</p> <p>(二)撰寫學習單：如廁技能大考驗。</p>		
<p style="text-align: center;"><b>第二單元 洗手我最行</b></p> <p>活動二：洗手我最行</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師提問：在學校很多時候都需要洗手，你知道為什麼要洗手嗎？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)導引問題：在什麼時候需要洗手呢?要怎麼洗手才乾淨呢？</p> <p>(二)閱讀與討論：</p> <p>1. 教師播放並導讀《我們來洗手？》繪本。</p> <p>2. 討論：</p> <p>(1)什麼時候要洗手？</p> <p>(2)為什麼要洗手？</p> <p>(3)細菌藏在哪裡呢？</p>	4 節	

<p>(4)細菌為什麼可怕？</p> <p>3. 觀察與練習</p> <p>(1)教師示範並說明洗手的五步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. 濕：開水龍頭把手淋濕，並抹上肥皂或洗手乳。</li> <li>b. 搓：肥皂起泡後，將手心、手背、指縫搓揉 20 秒。</li> <li>c. 沖：用清水將雙手沖洗乾淨不殘留。</li> <li>d. 捧：水沖洗水龍頭後，關閉水龍頭。</li> <li>e. 擦：用乾淨毛巾、紙巾將手擦乾或用烘手機將手烘乾。</li> </ol> <p>(2)學生在教室跟著老師的動作做練習。</p> <p>(3)學生分組，一組學生練習洗手，一組學生觀察洗手的學生是否有做確實，並交換練習。</p> <p>4. 討論與分享：洗手時的注意事項。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>(一)教師統整說明：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 洗手的時機和重要性。</li> <li>2. 影響洗手衛生習慣的態度和行為。</li> <li>3. 洗手的步驟。</li> <li>4. 洗手的禮儀。</li> </ol> <p>(二)撰寫學習單：洗手技能大考驗</p>		
<p style="text-align: center;"><b>第三單元 快樂用餐趣</b></p> <p>活動三：快樂用餐趣</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師提問：在學校吃午餐和在家吃飯有什麼不一樣的地方呢？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)導引問題：用餐時需要注意哪些事項呢？</p> <p>(二)閱讀與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師播放影片《學校午餐好時光系列-三隻小豬長大了》，請學生觀察吃飯時應該要注意的事項。</li> <li>2. 討論： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)吃飯前要注意哪些事情呢？為什麼？</li> <li>(2)吃飯時要注意哪些事情呢？為什麼？</li> <li>(3)吃飯後要注意哪些事情呢？為什麼？</li> </ol> </li> </ol> <p>(三)討論：在學校的用餐禮儀</p> <p>教師提問：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)在學校用餐前需要注意哪些事項？為什麼？</li> <li>(2)在學校用餐時需要注意哪些事項？為什麼？</li> <li>(3)在學校用餐後需要注意哪些事項？為什麼？</li> </ol> <p>(四)觀察與體驗</p>	2 節	

<p>1. 教師示範並說明：</p> <p>(1) 餐前的準備</p> <p>a. 打菜的學生洗手、穿著打菜服、戴帽子、戴口罩。</p> <p>b. 取餐的學生洗手、戴口罩，拿著餐盒排隊。</p> <p>(2) 取餐的規矩</p> <p>a. 排隊盛飯菜的學生需戴口罩，依序排隊。</p> <p>b. 盛飯菜時定量不挑食。</p> <p>(3) 用餐的規矩</p> <p>a. 用餐時不交談、細嚼慢嚥。</p> <p>b. 在規定的時間內用餐完畢。</p> <p>(4) 餐後的收拾</p> <p>a. 飯後擦桌子、刷牙。</p> <p>b. 打菜的學生收拾餐桶抬回廚房。</p> <p>2. 將學生分組，每組輪流當打菜的服務生、取餐的學生進行練習。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>(一) 教師統整說明在學校吃午餐時需要注意的用餐禮節。</p> <p>(二) 撰寫學習單：用餐禮儀大考驗。</p>		
<p style="text-align: center;"><b>第四單元 護齒小尖兵</b></p> <p>活動四、護齒小尖兵</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師提問：為什麼我們需要刷牙呢？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 導引問題：我們要如何刷牙才會乾淨呢？</p> <p>(二) 討論</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>請學生發表需要用到刷牙的時機。</li> <li>請學生發表需要刷牙的原因。</li> <li>請學生分享自己刷牙的方式。</li> </ol> <p>(三) 聆聽</p> <p>老師示範刷牙步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>手比「讚」，握住牙刷刷柄，將牙刷放在牙齒跟牙齦的交界處，刷毛傾斜 45 度。</li> <li>由左上牙齒的外側面開始刷，從牙齒和牙齦交界處，小幅度的左右來回刷。</li> <li>刷牙順序從左上頰側(外側面)→前牙唇側(外側面)→右上頰側(外側面)→右上舌側(內側)→前牙舌側(內側)→左上舌側(內側)。</li> <li>下排牙齒，重複一樣的順序與動作(左→前→右)注意牙刷的動作從上排左邊後牙開始刷，接著刷到前牙再到右邊。</li> </ol> <p>(四) 體驗</p> <p>學生練習正確刷牙方法</p> <p>(1) 拿起牙刷，小範圍(約 2 顆牙齒)左右來回刷牙齒的外側面</p>	4 節	

<p>(2)從左邊白齒開始往前刷到右邊白齒。</p> <p>(3)刷牙齒的咬合面。當刷咬合面的時候，注意要怎麼握牙刷呢？把牙刷放在咬合面上，從上排左邊開始水平刷到右邊，再換下排。</p> <p>(4)當刷完牙齒的時候，最後記得輕輕的刷舌頭，因為舌頭上的舌苔會有食物殘渣與細菌也需要清潔，才不會造成口臭。（老師按照正確刷牙步驟幫忙小朋友刷牙。）</p> <p>三、綜合活動</p> <p>(一)刷牙技能大考驗：</p> <p>三個小朋友一組，一人刷牙、一人檢查、一人記錄。</p> <p>(二)教師綜合說明：當吃東西後要馬上清潔牙齒，才不容易蛀牙，刷牙時要確保每個地方都要清潔，並且要輕輕刷才不會傷害牙齒。</p>		
<p style="text-align: center;"><b>第五單元 打掃小尖兵</b></p> <p>一、引起動機</p> <p>導引問題：在日常生活中，我們為什麼需要打掃？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)討論</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在學校時，教室有哪些地方，是我們需要一起打掃的區域呢？</li> <li>2. 要如何打掃才會乾淨？</li> </ol> <p>(二)聆聽</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師示範並說明掃具的使用方法與注意事項： <ul style="list-style-type: none"> <li>(1)使用掃把、畚箕：掃把頭應朝下，拿錯方向會刺到別人。掃把勿當馬騎。畚箕應該拿低使用。</li> <li>(2)使用拖把：應拿低使用，清洗拖把時應避免水花濺到別人，使用完的拖把以及水桶應清洗乾淨擰乾再收。</li> <li>(3)使用抹布：勿甩抹布，使用抹布時應清洗乾淨擰乾，水才不會甩到別人。</li> <li>(4)使用後收拾掃具的方法。</li> </ul> </li> <li>2. 學生上台演練如何正確使用掃具。</li> <li>3. 教師指導並糾正錯誤的地方。</li> </ol> <p>(三)觀看「正確又安全的使用掃具」影片。</p> <p>(四)體驗</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生分成三組：一組學生掃地、一組學生拖地、一組學生擦桌子，輪流體驗。</li> <li>2. 教師觀察學生使用掃具的情形並給予提醒和鼓勵。</li> <li>3. 打掃完後必須將掃具歸位。</li> </ol> <p>三、綜合活動</p> <p>(一)打掃技能大考驗</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師將全班分成三組：掃地組、拖地組、擦桌子組，並選四位打掃技能優秀的學生當作關主，一人是掃地關主、一人當拖地關主、一人是擦桌子關主、另一人則是收拾掃具關主。</li> </ol>	4 節	

<p>2. 每人發一張檢核表，通過考驗者蓋章。</p> <p>(二)教師綜合說明：為了維護大家優良的讀書環境，確實地做好打掃工作不但是負責任的表現，也可以使我們的生活環境更加優質，大家一起分工合作才能減輕大家的負擔，讓事情很快就能完成。</p>		
<p style="text-align: center;"><b>第六單元 環保小尖兵</b></p> <p>一、引起動機</p> <p>導引問題：說說看，我們每天家中製造的垃圾數量有多少？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)討論</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你的垃圾丟哪裡？</li> <li>2. 垃圾桶的垃圾要丟到哪裡？</li> <li>3. 垃圾車的垃圾到哪裡去了呢？</li> <li>4. 垃圾對我們生活環境產生的不良影響有什麼呢？</li> </ol> <p>(二)影片觀賞</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師播放地球環境影片〈心靈環保兒童生活教育動畫 5〉 16 沈默的垃圾島（國語版）</li> <li>2. 教師請學生說說看，在影片中看到了什麼？</li> </ol> <p>(三)聆聽</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 垃圾分類的類別。</li> <li>2. 垃圾分類的方法。</li> </ol> <p>(四)體驗</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師準備四個回收箱與一個垃圾桶，並蒐集一些類別的物品。</li> <li>2. 教師準備圖卡：垃圾、紙張、鐵鋁罐、塑膠杯、鋁箔包</li> <li>3. 教師與學生共同將蒐集到的物品分類到各個回收箱中。</li> <li>4. 教師抽三個學生練習分類。</li> </ol> <p>三、綜合活動</p> <p>(一)垃圾分類大考驗</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 全班分成 2 組。</li> <li>2. 學生每人手中有二項物品。</li> <li>3. 請學生用接力的方式將手中的物品放入回收箱中</li> <li>4. 能正確分類的組別獲勝。</li> </ol> <p>(二)教師綜合說明：我們每天都會製造垃圾，有些垃圾需要很久很久的時間才會腐爛消失不見，如果我們減少垃圾量，或將垃圾做有效的分類，讓可以再利用的垃圾可以去做有用的東西，對我們的環境是有幫助的。</p>	3 節	

附錄(一)教學重點、學習紀錄與評量方式對照表

單元名稱	學習目標	表現任務	評量方式	學習紀錄/ 評量工具
第一單元 我會上廁所 第二單元 洗手我最行 第三單元 快樂用餐趣 第四單元 護齒小尖兵 第五單元 打掃小尖兵 第六單元 環保小尖兵	1. 認識日常生活中健康的生活習慣。	能說出健康的生活習慣。	口頭發表	評量表
	2. 發覺影響日常生活中衛生習慣的態度與行為。	能說出影響日常生活中衛生習慣的態度與行為。	口頭發表	評量表
	3. 能於生活中嘗試運用基本衛生習慣的技能。	能用衛生的方式上廁所、洗手及用餐。	實作	檢核表
	4. 覺察學校生活規範與禮儀訂定的意義，並願意遵守與實踐。	能說出學校生活規範與禮儀訂定的意義，並表示願意遵守。	口頭報告	評量表
	5. 覺察學校生活規範與禮儀，願意檢視並調整自己的行為。	覺察生活作息和活動的規律性，清楚並完整地說出班級生活規範及其訂定的原因，並表達願意遵守。	學習單	生活規範檢核表

附錄：評量標準與評分指引

<b>學習目標</b>		4. 覺察班級生活規範與禮儀，理解訂定的意義，並願意遵守與實踐。				
<b>學習表現</b>		【生活課程】 6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。				
<b>評量標準</b>						
<b>主題</b>		<b>A 優秀</b>	<b>B 良好</b>	<b>C 基礎</b>	<b>D 不足</b>	<b>E 落後</b>
	<b>表現描述</b>	覺察生活作息和活動的規律性，清楚完整地表達生活規範和活動規則訂定的原因，以學習調整行為。	覺察生活作息和活動的規律性，清楚地表達生活規範和活動規則訂定的原因，以學習調整行為。	覺察生活作息和活動的規律性，簡單地表達生活規範和活動規則訂定的原因，以學習調整行為。	在他人的協助下，覺察生活作息和活動的規律性，表達生活規範和活動規則訂定的原因，以學習調整行為。	<b>未達 D級</b>
	<b>評分指引</b>	覺察生活作息和活動的規律性，清楚並完整地說出班級生活規範及其訂定的原因，並表達願意遵守。	覺察生活作息和活動的規律性，清楚地表達班級生活規範及其訂定的原因，並表達願意遵守。	覺察生活作息和活動的規律性，簡單地表達班級生活規範及其訂定的原因，並表達願意遵守。	在他人的協助下，覺察生活作息和活動的規律性，表達班級五項生活規範及其訂定的原因	<b>未達 D級</b>
	<b>評量工具</b>	生活規範檢核表				
	<b>分數轉換</b>	95-100	90-94	85-89	80-84	79 以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。