



臺東縣家庭教育中心  
Taitung Family Education Center

# 107年度高級中學以下學校 家庭教育教學方案徵選 優良作品集



指導單位：  教育部、  臺東縣政府  
主辦單位：  臺東縣家庭教育中心

中華民國 107 年 11 月 30 日

# 目錄

- 一、臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選實施計畫。- 2 -
- 二、臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選得獎名單一覽表。- 10 -
- 三、家庭教育教學方案徵選【優等】

## ◎高中職教師組

國立關山工商高級職業學校 陳鈺欣 老師..... - 14 -

## ◎國中教師組

臺東縣立桃源國中 李宗遠 老師..... 32

臺東縣立卑南國中 張雅閔 老師..... 58

臺東縣立新生國中 黃瑞真 老師..... 67

臺東縣立都蘭國中 顧芷瑜 老師..... 86

## ◎國小教師組..... 94

臺東縣立興隆國小 陳美雲 老師..... 94

臺東縣立信義國小 康雅淨 老師..... 111

臺東縣立建和國小 謝婷媛 老師..... 122

臺東縣立建和國小 楊貴喬 老師..... 143

臺東縣立光明國小 余莉莉 老師..... 155

臺東縣立大鳥國小 徐筱薇 老師..... 168

臺東縣立忠孝國小 李若苹 老師..... 179

臺東縣立初鹿國小 陳春霞 老師..... 189

臺東縣立德高國小 張翠瑩 老師..... 194

臺東縣立綠島國小 李盈萱 老師..... 210

臺東縣立大南國小 林曉慧 老師..... 221

臺東縣立崁頂國小 李明憲 老師..... 231

## ◎幼兒園教師組..... 242

臺東縣立忠孝國小 林雅芬 老師..... 242

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
實施計畫

## 臺東縣 107 年度高級中等以下學校

### 家庭教育教學方案徵選實施計畫

#### 壹、依據：

一、教育部 107 年 2 月 2 日臺教社(二)字第 1070016444 號函辦理。

二、本中心 107 年度推展家庭教育計畫書辦理。

#### 貳、目標：

一、透過績優方案教材徵選，提升和深化學校教師對家庭教育意涵之認識和增進教學設計知能。

二、徵選優質方案教材，提供本縣機關、學校、團體推展家庭教育參考，達成推展家庭教育之目標。

#### 參、辦理單位：

一、指導單位：教育部、臺東縣政府

二、主辦單位：臺東縣家庭教育中心

三、協辦單位：臺東縣大島國民小學

肆、參加對象：本縣高級中等以下公、私立學校教師（含幼兒園）、大專院校學生組。

#### 伍、辦理時間：

一、送件時間：填寫報名表（附件 1~3）並檢附教學方案，自即日起至 107 年 11 月 15 日止（以郵戳為憑），免備文親送或逕寄至臺東縣大島國小教導處收（985 臺東縣大武鄉大島村 1 鄰 12 號），參賽作品一律不退件，請自行保留備份。

二、評選日期：107 年 12 月 10 日前公告評選結果。

#### 陸、徵選方式：

##### 一、參賽對象：

（一）教師組：高級中等以下公、私立學校教師，分成：國小教師組、國中教師組、高中職教師組、幼兒園教師組四組。

（二）大專院校學生組：本縣大專院校學生。

##### 二、教案主題如下：

（一）依據教育部高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱（如附件四），



徵選具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動，以「家人關係」、「家庭資源管理」等兩大主題軸為主。

(二) 送件內容以家庭教育課程教學設計、創新體驗活動方案…為主。

三、評選標準說明如下：

(一) 整體性 (25%)：方案結構完整、符合家庭教育、親子共學之精神。

(二) 創意性 (25%)：活潑生動富創意，能激發學生思考及學習動力。

(三) 可行性 (25%)：掌握主題、符應需求與年齡。

(四) 效益性 (25%)：執行成果或預期效益。

柒、參加辦法：

一、投稿教案版面規範：

(一) 稿件封面須包含題目、家庭教育主題軸、作者姓名、服務學校。

(二) 投稿教案（不含封面）以 A4 規格繕打（由左至右直式橫書編寫，內文 12 級標楷體，數字採用 Times New Roman，行距採 1.0）。圖片請掃描成 JPG 檔。教案內容為 Microsoft Word 可開啟之檔案型式；影音、影片檔為 Window Media Player 可播之檔案型式。

(三) 相關教案體例請參考附件三(教學設計、學習單、教學省思等)，請依正確體例設計教案。

二、繳交作品內容說明:繳交作品前請務必確認電子檔案皆可正常執行，將投稿教案（含紙本 1 份、電子檔光碟 1 片）及作者資料表、徵選作品授權同意書一份（如附件一、二）一併於規定時間送至收件地點。

捌、遴選名額與獎勵方式：

由家庭教育中心聘請學者專家擔任評審進行評分，各組評審出特優、優等、佳作與入選若干（中心得依送件數調整得獎比率）。

一、高中職教師組、國中教師組、國小教師組、公立幼兒園園長：依據臺東縣政府所屬教育專業人員獎懲標準辦理獎勵。

(一) 90 分以上列特優：嘉獎 2 次、禮券 2500 元。

(二) 89~85 分列優等：嘉獎 1 次、禮券 2000 元。

(三) 84~80 分列佳作：獎狀乙紙、禮券 1500 元。

(四) 79~75 分列入選：獎狀乙紙、禮券 1000 元。

二、公立幼兒園教保員：依據臺東縣政府及所屬機關公務人員平時獎懲標準辦理獎勵。

獎勵方式與禮券金額，同上述教師組。

三、大專院校學生組、私立幼兒園教師組：

(一) 90 分以上列特優：獎狀乙紙、禮券 2500 元。

(二) 89~85 分列優等：獎狀乙紙、禮券 2000 元。

(三) 84~80 分列佳作：獎狀乙紙、禮券 1500 元。

(四) 79~75 分列入選：獎狀乙紙、禮券 1000 元。

四、學校送件數與得獎，列入 107 學年度學校推動家庭教育評鑑特色加分項目。

#### 捌、注意事項

一、每人限參賽一件，如未獲入選恕不通知，參賽作品一律不予退件。

二、得獎者同意將得獎作品之著作財產權無條件讓與主辦單位，凡特優、優選教案均將收入彙編出版。主辦單位為推廣活動，得使用其得獎作品於國內外重製、公開播送、公開上映、公開演出、公開傳輸、散布、改作、編輯之權利，不另提供稿費。

三、參賽作品為參選人原始創作，不得為「已發表作品及曾在其他比賽獲獎或正在評選中作品」，亦不得為學位論文或接受補助之專案研究報告，參選作品如為已公開發表之作、仿冒或抄襲他人作品、著作權不明者、不符合本徵選辦法者，如經查證屬實將取消參賽資格，參選人應自負相關之法律責任，並由主辦單位追回該獎項獎金及獎狀，獎位不予遞補。

四、凡經評審通過之得獎作品，於此次活動以外媒體刊載使用時，均需註明其曾經參加本次活動甄選並入選。

#### 玖、預期效益

一、藉由家庭教育課程活動設計徵選，建構本縣學校家庭教育優質課程。

二、蒐集優良教材編製光碟、手冊，提升學校家庭教育效能。

拾、本計畫經核可後實施，修正時亦同。

【附件一】

臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選作者資料表

繳  
資  
概  
退  
請  
行  
存  
稿  
備

|             |                                                                                                                                                                   |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 收件號碼        | <input type="checkbox"/> 高中職教師組 <input type="checkbox"/> 國中教師組 <input type="checkbox"/> 國小教師組<br><input type="checkbox"/> 幼兒園教師組 <input type="checkbox"/> 大專院校學生組 |
| 教案主題<br>名稱  |                                                                                                                                                                   |
| 家庭教育<br>主題  | <input type="checkbox"/> 家人關係 <input type="checkbox"/> 家庭資源管理                                                                                                     |
| 作者姓名        |                                                                                                                                                                   |
| 服務學校        |                                                                                                                                                                   |
| 職稱          |                                                                                                                                                                   |
| 聯絡電話        | (O)<br>(H)<br>(行動)                                                                                                                                                |
| E - m a i l |                                                                                                                                                                   |
| 傳真號碼        |                                                                                                                                                                   |
| 備註          | 1. 請詳閱實施計畫。<br>2. 民國 107 年 11 月 15 日止，親送或郵寄(以郵戳為憑)皆可。                                                                                                             |

註：  
交料不件，自留底或份

【附件二】

臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選作品授權同意書

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 作品編號                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | (由主辦單位填寫) |
| 參選人員姓名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |
| <p>聲明事項：</p> <p>1. 同意遵守臺東縣家庭教育中心 107 年度家庭教育教學方案徵選活動之各項規定，保證本徵選作品係未經刊登使用之原創作品。</p> <p>2. 所有徵選作品概不退還（參選者請預留底稿），並由承辦單位籌組評選小組評選優良作品。</p> <p>3. 得獎之作品著作權仍屬原作者所有，而本作品參選作者同意本縣家庭教育中心對於本作品之著作財產權擁有專屬無償使用權，得公開展示、重製、編輯、推廣、公佈、發行之權利。</p> <p>4. 本作品參選作者擔保本作品內容合法和有效存在，未侵害或抄襲他人之著作，且未曾以任何方式出版或發行，特此聲明。本作品參選作者若有違反智慧財產權之情事，取消其入選資格並追回敘獎及禮券；如有不實而涉及違法，本作品參選作者願負擔一切法律責任，並賠償臺東縣政府教育處、家庭教育中心因此所受之損害。</p> <p>5. 未盡事宜及徵選相關事宜之調整、變更、解釋及其他相關事項得由主辦單位全權決定，隨時公告於教育處、本中心網站。</p> <p>6. 參選者報名徵選後視為了解、同意並將遵守各項規定，不得有任何異議，或有影響競賽之不當行為或言論，若有違反者，得由主、承辦單位決議後，不另說明並逕行取消其參選資格、得獎資格及追回所得獎項，同時函知所屬相關單位。</p> <p>參選者同意上述 1 至 6 項之規定，並遵守之。</p> <p>參選者姓名：_____ 簽章：_____</p> <p>身份證字號：_____</p> <p>(備註：同意書需經所有參選者皆簽署後，方可生效，否則視同放棄參選資格)</p> <p>中華民國 107 年      月      日</p> |           |

【附件三】

臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計參考格式

體例說明：

字體：中文採用標楷體，英文、數字採用 Times New Roman 大小：12 行距：1.0

採用中式標點

|                                      |         |             |      |
|--------------------------------------|---------|-------------|------|
| 主題名稱                                 |         | 學校          |      |
| 設計者                                  |         |             |      |
| 參考資料                                 |         | 適用年級        |      |
|                                      |         | 節數          |      |
| 設計理念                                 |         |             |      |
| 學生先備知能分析                             |         |             |      |
| 教學資源                                 |         |             |      |
| 教學方法                                 |         |             |      |
| 對應家庭教育指標                             |         | 九年一貫／高中能力指標 |      |
| 請參考教育部「高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱」，將指標融入課程中。 |         |             |      |
| 教學架構與安排                              |         |             |      |
| (以架構圖或表格概述整體的教學規劃)                   |         |             |      |
| 指標對應                                 | 教 學 活 動 | 時間          | 教學資源 |
|                                      |         |             |      |

高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱，請搜尋相關網站。

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選

得獎名單一覽表

臺東縣家庭教育中心 107 年度高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選得獎名單一覽表【優等】

| 項目     | 組別     | 校名   | 作者  | 獎勵                                                      |
|--------|--------|------|-----|---------------------------------------------------------|
| 優<br>等 | 高中職教師組 | 關山工商 | 陳鈺欣 | <p>優等作者每名獎勵：</p> <p>1. 嘉獎 1 次、</p> <p>2. 禮券 2000 元。</p> |
|        | 國中教師組  | 桃源國中 | 李宗遠 |                                                         |
|        |        | 卑南國中 | 張雅閔 |                                                         |
|        |        | 新生國中 | 黃瑞真 |                                                         |
|        |        | 都蘭國中 | 顧芷瑜 |                                                         |
|        | 國小教師組  | 興隆國小 | 陳美雲 |                                                         |
|        |        | 信義國小 | 康雅淨 |                                                         |
|        |        | 建和國小 | 謝婷媛 |                                                         |
|        |        | 建和國小 | 楊貴喬 |                                                         |
|        |        | 光明國小 | 余莉莉 |                                                         |
|        |        | 大鳥國小 | 徐筱薇 |                                                         |
|        |        | 忠孝國小 | 李若苹 |                                                         |
|        |        | 初鹿國小 | 陳春霞 |                                                         |
|        |        | 德高國小 | 張翠瑩 |                                                         |
|        |        | 綠島國小 | 李盈萱 |                                                         |
|        |        | 大南國小 | 林曉慧 |                                                         |
|        |        | 崁頂國小 | 李明憲 |                                                         |
|        | 幼兒園組   | 忠孝國小 | 林雅芬 |                                                         |



臺東縣家庭教育中心 107 年度高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選得獎名單一覽表【佳作】

| 項目 | 組別     | 校名   | 作者  | 獎勵                                     |
|----|--------|------|-----|----------------------------------------|
| 佳作 | 高中職教師組 | 關山工商 | 徐學強 | 佳作作者每名獎勵：<br>1. 獎狀乙紙、<br>2. 禮券 1500 元。 |
|    | 國中教師組  | 大王國中 | 王靖璇 |                                        |
|    |        | 長濱國中 | 黃文燕 |                                        |
|    |        | 東大體中 | 趙秀金 |                                        |
|    |        | 知本國中 | 藍千琇 |                                        |
|    |        | 海端國中 | 黃美玲 |                                        |
|    | 國小教師組  | 仁愛國小 | 周紋如 |                                        |
|    |        | 綠島國小 | 詹小慧 |                                        |
|    |        | 大南國小 | 許淑娟 |                                        |
|    |        | 新生國小 | 吳亭萱 |                                        |
|    |        | 綠島國小 | 阮惠婷 |                                        |
|    |        | 崁頂國小 | 許巧筠 |                                        |
|    |        | 大鳥國小 | 翁雪蓮 |                                        |
|    |        | 大鳥國小 | 呂榕榕 |                                        |
|    |        | 尚武國小 | 林晏如 |                                        |
|    |        | 加拿國小 | 莊美如 |                                        |
|    |        | 霧鹿國小 | 馬秀君 |                                        |
|    |        | 大武國小 | 林秋雨 |                                        |
|    |        | 綠島國小 | 李曉儒 |                                        |
|    |        | 大鳥國小 | 蔡漢傑 |                                        |
|    |        | 大鳥國小 | 吳麗惠 |                                        |
|    |        | 大鳥國小 | 陳蓉蓉 |                                        |
|    | 幼兒園組   | 東河國小 | 許筑喬 |                                        |

臺東縣家庭教育中心 107 年度高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選得獎名單一覽表【入選】

| 項目     | 組別    | 校名   | 作者  | 獎勵                                                                          |
|--------|-------|------|-----|-----------------------------------------------------------------------------|
| 入<br>選 | 國中教師組 | 鹿野國中 | 林建助 | <p>備註：入選獎以隨機方式排列。</p> <p>入選作者每名獎勵：</p> <p>1. 獎狀乙紙、</p> <p>2. 禮券 1000 元。</p> |
|        |       | 長濱國中 | 謝淑鳳 |                                                                             |
|        |       | 鹿野國中 | 邱孟華 |                                                                             |
|        |       | 知本國中 | 張揚佺 |                                                                             |
|        |       | 長濱國中 | 張佳穎 |                                                                             |
|        |       | 新生國中 | 張馨云 |                                                                             |
|        | 國小教師組 | 富山國小 | 陳意爭 |                                                                             |
|        |       | 綠島國小 | 陳奕君 |                                                                             |
|        |       | 建和國小 | 李金品 |                                                                             |
|        |       | 東海國小 | 何淑菁 |                                                                             |
|        |       | 尚武國小 | 陳柏仁 |                                                                             |
|        |       | 月眉國小 | 曾藝  |                                                                             |
|        |       | 廣原國小 | 洪苡真 |                                                                             |
|        |       | 加拿國小 | 徐金郁 |                                                                             |
|        |       | 電光國小 | 李惟曼 |                                                                             |
|        |       | 東清國小 | 徐婉真 |                                                                             |
|        |       | 綠島國小 | 巫佩娟 |                                                                             |
|        |       | 綠島國小 | 陳韻如 |                                                                             |
|        |       | 東河國小 | 鄭勝冀 |                                                                             |
|        |       | 溫泉國小 | 鄭震文 |                                                                             |
|        |       | 豐年國小 | 李天心 |                                                                             |
|        |       | 鸞山國小 | 黃秋娥 |                                                                             |
|        | 幼兒園組  | 大鳥國小 | 胡琦玉 |                                                                             |

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

高中職教師組  
國立關山工商高級職業學校  
陳鈺欣 老師

臺東縣家庭教育中心 107 年度家庭教育教學方案徵選

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |      |              |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------|
| 主題名稱 | 後來的我們                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 學校   | 國立關山工商高級職業學校 |
| 設計者  | 陳鈺欣 老師                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |      |              |
| 參考資料 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 岸見一郎 (2017)。改變人生的勇氣。臺北市：采實文化。</li> <li>2. 祈立峰 (2017)。讀古文撞到鄉民：走跳江湖欲練神功的國學秘笈。臺北市：聯經出版。</li> <li>3. 原口未緒 (2017)。圓滿離婚完全指南。臺北市：聯經出版。</li> <li>4. 陳雅玲、馬瑞聲 (2010)。公民與社會。臺北市：謳馨。</li> <li>5. 御姊愛 (2017)。單身生活，不是學會堅強就好。臺北市：哈林文化。</li> <li>6. 楊晴翔 (2017)。家事法官沒告訴你的事。臺北市：悅知文化。</li> <li>7. 劉宜君、Martin Mullaney (2016)。技術高中一般科目語文領域 C 版 III。臺北市：遠東圖書公司。</li> <li>8. 你有被討厭的勇氣嗎？阿德勒心理學帶給我們的六個人生小革命。<br/><a href="http://womany.net/read/article/7986">http://womany.net/read/article/7986</a></li> <li>9. 艾瑞克森社會心理發展階段<br/><a href="https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E5%9F%83%E9%87%8C%E5%85%8B%E6%A3%AE%E7%A4%BE%E4%BC%9A%E5%BF%83%E7%90%86%E5%8F%91%E5%B1%95%E9%98%B6%E6%AE%B5">https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E5%9F%83%E9%87%8C%E5%85%8B%E6%A3%AE%E7%A4%BE%E4%BC%9A%E5%BF%83%E7%90%86%E5%8F%91%E5%B1%95%E9%98%B6%E6%AE%B5</a></li> <li>10. 艾瑞克森(Erikson)的心理社會發展理論 (psychosocial developmental theory)<br/><a href="https://blog.xuite.net/kc6191/study/15177869-%E8%89%BE%E7%91%9E%E5%85%8B%E6%A3%A%E28Erikson%29%E7%9A%84%E5%BF%83%E7%90%86%E7%A4%BE%E6%9C%83%E7%99%BC%E5%B1%95%E7%90%86%E8%AB%96%28psychosocial+developmental+theory%29">https://blog.xuite.net/kc6191/study/15177869-%E8%89%BE%E7%91%9E%E5%85%8B%E6%A3%A%E28Erikson%29%E7%9A%84%E5%BF%83%E7%90%86%E7%A4%BE%E6%9C%83%E7%99%BC%E5%B1%95%E7%90%86%E8%AB%96%28psychosocial+developmental+theory%29</a></li> <li>11. 全國法規資料庫<br/><a href="http://law.moj.gov.tw/">http://law.moj.gov.tw/</a></li> <li>12. 被立祠供養？或成厲鬼殺死負心漢——林投姐故事的兩種結局<br/><a href="https://gushi.tw/lintoujie/">https://gushi.tw/lintoujie/</a></li> <li>13. 影片：星座不求人-渣男之歌<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=m9Cz_2Rkd0o">https://www.youtube.com/watch?v=m9Cz_2Rkd0o</a></li> <li>14. 影片：社群感情狀態改「喪偶」人妻挨告不用賠<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Sapu0UMu">https://www.youtube.com/watch?v=Sapu0UMu</a></li> </ol> | 適用年級 | 二            |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 節數   | 4(每節 50 分鐘)  |

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|      | <p><a href="#">Yio</a></p> <p>15. 影片：「是我配不上你！」分手的各種理由<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=p8DhLNNujAc">https://www.youtube.com/watch?v=p8DhLNNujAc</a></p> <p>16. 影片：小嫻何守正戶政事務所登記結婚後離婚<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=V_3F71hBr9Y">https://www.youtube.com/watch?v=V_3F71hBr9Y</a></p> <p>17. 影片：Groovetech "GT 空氣刀" -上市廣告（分手篇）<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=nSUHWbx1dPI">https://www.youtube.com/watch?v=nSUHWbx1dPI</a></p> <p>18. 影片：長照 2.0_ABC<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=_F4vf0vFW4A">https://www.youtube.com/watch?v=_F4vf0vFW4A</a></p> <p>19. 影片：長者健康均衡飲食<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=S64qhdUJ7qA">https://www.youtube.com/watch?v=S64qhdUJ7qA</a></p>                                                                                                                                |  |  |
| 設計理念 | <p>1. 設計背景</p> <p>綜觀偏鄉地區的學生組成因子包含多數單親家庭(包含離異家庭或喪偶家庭)，學生自幼可能直接或間接面臨到成人在處理感情關係中的爭執、焦慮、切割、互相貶抑等負面狀態，若沒有適時引導其抒發情緒或是學習分辨是非，在邁入青少年階段中仍會複製過往的兩性挫敗互動經驗，不僅會動搖學生對於維持感情忠貞度的信心，更有可能在分手後傷害他人或自己造成社會遺憾。</p> <p>在推動 108 新課綱之前，學校課程極少包含情感教育、家庭教育等選修課程，且高職體系中因規劃大量的實習課程，教師較少透過文選或歷史新聞等試圖引導學生在感情世界中遇到的謎團，因此更需要教師在有限課堂內帶入相關議題引發討論，一來是提升學習課文動機，二來也是教導學生省思生活品質。</p> <p>文本是以一英文短篇推理故事，謎底關鍵在於文中已提及女主角為獨居之身，但急中生智向警方宣稱丈夫隔日就回來，警察意識到此為女主角求救訊號，於是順利破門而入逮捕歹徒。本教案欲從獨身背景引導學生思考婚姻狀態中的分離與自我成長課題，希冀藉由從法律制度及心靈層次讓學生重新詮釋單親家庭的美麗與哀愁，亦能作為自己在經營感情時的借鏡。</p> <p>2. 設計理論</p> <p>(1) Eric H. Erickson 心理社會發展論</p> <p>心理社會發展包含一連串橫跨一生中的各種不同發展議題，每個人一生當中可區分為八個階段，在當下階段都必須盡可能找到資源並突破衝突，而後逐漸上升，最後完成其整體性的自我。</p> <p>而扣緊青少年成年早期的發展主題為友愛親密與孤癖疏離(親密與孤立)，若是能重新檢視並賦予單親家庭也有新契機之誕生，未來有助於他們願意建立更穩定且持久的伴侶關係。另外，融入老年期之發展主題為自我榮耀(統整)與悲觀絕望，更能引領他們覺察走到人生盡頭是無可避免的分離課題，和如何在人生舞台劇的尾聲依舊創造燦爛且值得回味的篇章。</p> <p>(2) Alfred Adler 個體心理學</p> |  |  |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                    |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
|          | 提及人生任務中有三大項指標，分別是友誼(與他人建立關係)、工作(對社會做出貢獻)及愛(維持親密)，所延伸出的議題即是要學習即使在感情或婚姻關係中觸礁了、中止了，也要懂得割捨別人的課題，不過份尋求他人的評價進而找到自己的定位。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                    |
| 學生先備知能分析 | <p>一年級的生涯規劃課程中有搭配生涯彩虹圖，進而讓學生去分析各年齡階段的角色有應該要完成的責任與義務，除了找到自己定位去追尋生涯方向外，同時也正學習如何面對親密關係的結合與分離。</p> <p>而在二年級的公民與社會課程裡頭中有討論到民法親屬篇章中的離婚子題，讓學生理解離婚會牽涉到後續較繁瑣的法律程序，進而引領學生檢視自我對於未來婚姻關係中的想像與準備度。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                    |
| 教學資源     | 電腦、單槍、喇叭、課程簡報(簡報 1~3)、學習單(附件 1~3)、媒材(影片 1~7)、補充教材(資料 1~7)。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                    |
| 教學方法     | <ol style="list-style-type: none"> <li>輔導預習：引領學生回顧先前生涯規劃時曾提及的生涯角色分配與責任關係圖，強調人最先接觸的社會化教養環境便是家庭，能分析並接納家庭狀態才能進一步規劃自己未來的人生方向。</li> <li>團體分享：透過小組內討論溝通，除了控制參與人數以降低學生在表露分享時的不確定感外，同儕亦可在聆聽過程中及時給予回饋，另外在面對要上台進行口頭摘要時，可以讓成員學習運用集體智慧，將重點予以歸納或延伸至相關議題。</li> <li>課堂討論：除了教師可統整歸納課程重點讓學生重溫學習經驗外，亦可適時根據當下情況調整議題之內容與深度，若有偏離主題亦能適時督導給予建議。</li> <li>媒材賞析：結合色彩、音效、圖片及文字之補充教材能引發學習動機，亦可認識時下學生對於現有素材之敏銳度。</li> <li>實作演練：運用調查、記載等活動，除了能提供省思之機會，更是發揮創意完成課程指定作業，讓學習不再只是流於聆聽與背誦。</li> </ol> |                    |
| 對應家庭教育指標 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 九年一貫／高中能力指標        |
| I-1-5-1  | 剖析家庭系統對個人的影響                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 「公民與社會」            |
| I-1-5-3  | 瞭解家庭發展歷程中可能出現的發展任務及壓力                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1-2-3-1 情愛關係的意義    |
| I-2-3-1  | 關懷家庭及家族中需要特殊照顧的人                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1-2-3-2 情愛與人的自主    |
| I-2-5-3  | 蒐集並與家人分享新知，營造學習型家庭                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3-6-3-1 婚姻成立與解消的影響 |
| II-5-5-1 | 規劃並執行家庭參與社區活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 「家政」               |
| II-5-5-2 | 規劃並落實簡樸又環保的家庭生活                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1-1 常見的家庭衝突與危機     |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2-1 家庭危機管理與家庭韌性的形成 |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 「性愛與婚姻倫理」          |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2-3 處理感情失落與戀愛關係的結束 |
| 教學架構與安排  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                    |

|       |                     |                                                 |                |
|-------|---------------------|-------------------------------------------------|----------------|
| 後來的我們 | 一、此恨綿綿無絕期？(50min)   | 1. 溫習心理社會發展理論<br>2. 剖析人物辨識分離焦慮<br>3. 接納變化尋求外界支援 | 學習單*1          |
|       | 二、好聚好散，幸福不難(150min) | 1. 連結法律保護彼此權益<br>2. 體察個人目標勇於改變<br>3. 重視健康推廣養生飲食 | 學習單*1<br>學習單*1 |

| 指標<br>對應                      | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 時間  | 教學<br>資源             | 教學<br>評量 |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------|----------|
| I-1-5-1 剖析家庭系統對個人的影響          | 一、此恨綿綿無絕期？<br><b>【課前準備】</b><br>(一)教師收集相關文章、短片或新聞，引導學生省思家庭成員的去留所帶來的改變。<br>(二)依據學生人數及性別比例分好組別，以利小組成員討論。<br><b>【暖身活動】</b><br>(一)複習先前在生涯規劃課程中曾提及之相關理論(例如 Super 的生涯角色彩虹圖或是 Erickson 心理社會發展論等概念)，先引領學生熟悉人生各階段可能須發展或解決的任務目標。<br>(二)將學生分組，回顧並討論英文第 3 冊第 2 課課文中老婦人可能因為那些原因而獨自生活，並推派代表將答案寫在黑板上。<br><b>【發展活動】</b>                                                                           | 50' | 資料 1<br>資料 2<br>資料 3 | 口頭評量     |
| I-1-5-3 瞭解家庭發展歷程中可能出現的發展任務及壓力 | (二)壯膽時間：一瞥都市傳說                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 10' |                      | 同儕評量     |
| I-2-3-1 關懷家庭及家族中需要特殊照顧的人      | (一)帶領學生檢視家庭關係的變化差異性，可歸類於兩大方向：老婦人的婚姻狀態與老婦人與他人互動狀態。例如：喪偶、離婚、不婚是屬於個人婚姻狀態選擇；而無子嗣、被子女拋棄、未與子女同住則是與他人互動的方式。<br>(二)壯膽時間：一瞥都市傳說<br>1. 透過鄉野傳奇故事(林投姐的一生)向成員分享舊時代女性在社會中所承受的社會壓抑，例如討論主題可如下：<br>(1)寡婦帶孩子的焦慮與辛酸。<br>(2)重組家庭在教養態度的注意事項。<br>(3)辨識利用宗教到底是救贖自己的苦痛還是淪為報復的手段。<br>(4)對於「渣男」、「腐女」要如何應付。<br>2. 可教導討拍或取暖等網路行為的英文用詞，再引領成員思考利用網路發文或散布訊息時可能帶來的正負面效益。<br>3. 發下學習單，請成員利用課餘時間調查弱勢民眾可以向那些公私立機關求助 | 35' | 簡報 1<br>影片 1         |          |
| I-2-5-3 蒐集並與家人分享              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     | 影片 2<br>資料 4         |          |
|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     | 學習單 1                | 實作評量     |

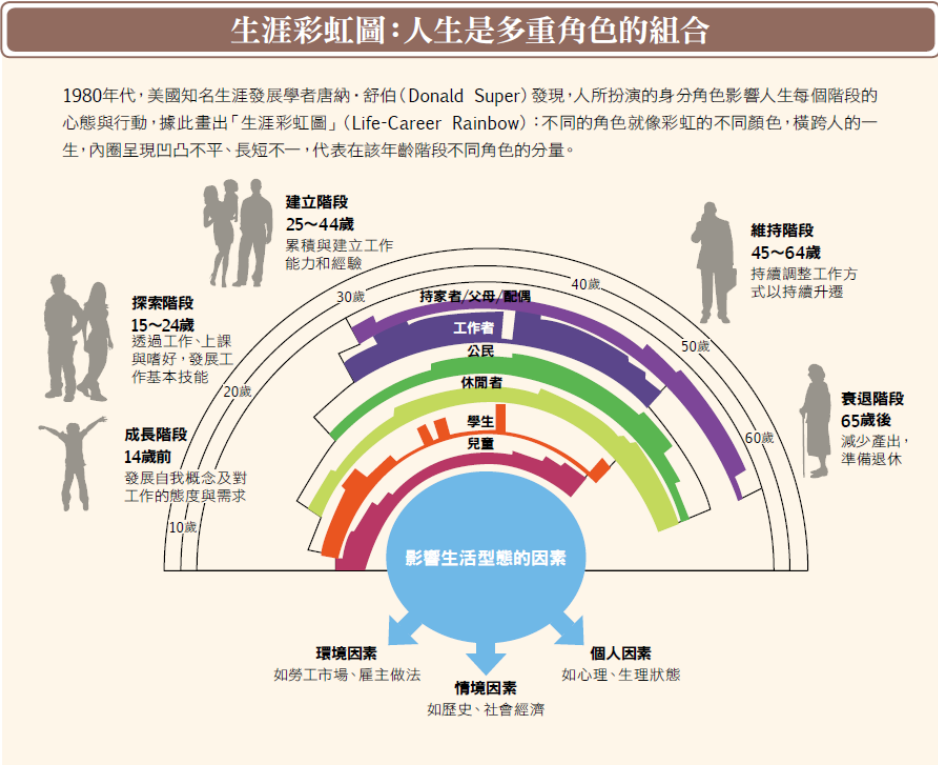
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                    |                         |                         |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------|-------------------------|
| <p>新知，營造學習型家庭</p>                 | <p>以度過生活危機。</p> <p><b>【綜合活動】</b></p> <p>(一)強調「愛恨只在一念之間」之概念，雙方要學習在關係中不斷學習檢視關係品質與自我需求才是繼續走下去的關鍵。</p> <p>(二)提示學生要善用網路或實體資源，才能在不傷害彼此情況下，又能得到最大利益。</p> <p>(三)預告下段課程會討論到離婚議題，建議學生可留意近期藝人或運動明星的新聞。</p> <p><b>【指導要點】</b></p> <p>(一)有關解釋心理學專業用詞時宜視時間情況與學生理解程度進行調整，或利用卡通人物當代表加深連結印象。</p> <p>(二)由此傳奇故事中有提及宗教介入報復與祭祀等情節，老師宜擁有敏感度帶領學生適時尊重各宗教對於善惡賞罰或輪迴轉世的概念。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>5'</p>                          |                         |                         |
| <p>I-2-5-3 蒐集並與家人分享新知，營造學習型家庭</p> | <p>二、<b>好聚好散，幸福不難</b></p> <p><b>【課前準備】</b></p> <p>(一)教師收集新聞案例，藉以從法律角度帶入婚姻關係中可能面臨的分離與衝突。</p> <p>(二)教師收集當地社區救助單位之相關文宣或活動資訊，活絡課堂氣氛並可充分宣傳。</p> <p>(三)準備當月營養午餐菜單供學生討論及參考，以利引導學生設計銀髮族養生菜單。</p> <p><b>【暖身活動】</b></p> <p>(一)邀請學生發表上次學習單中所蒐集到的社會救助單位有哪些，若有時間可以告知相對地理位置，鼓勵學生去市區購物或考證照時可以順道認識，強化地理概念。</p> <p>(二)說明本次課程主題街與法律與政策有關，一部分是從民法層面認識圓滿離婚守則，另一部分則是認識長照議題以設計銀髮族養生菜單。</p> <p><b>【發展活動】</b></p> <p>(一)趣味心理測驗-你的愛情弱點是什麼？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說明心理測驗內容，準備揭曉結果前再公布測驗主題。</li> <li>2. 引導學生思考在結束感情後除了療傷之外，也要能靜下心來去省思自己在關係中的成長與不足，避免一味怪罪對方而身陷受害者角色當中。</li> </ol> <p>(二)可惜不是你，陪我到最後</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 延續上述心理測驗，請成員分享自身經</li> </ol> | <p>150'</p> <p>20'</p> <p>120'</p> | <p>資料 5</p> <p>影片 3</p> | <p>口頭評量</p> <p>口頭評量</p> |
| <p>I-1-5-3 瞭解</p>                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                    |                         |                         |



|                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                      |             |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------|-------------|
| <p>家庭發展歷程中可能出現的發展任務及壓力</p> <p>I-2-3-1 關懷家庭及家族中需要特殊照顧的人</p>   | <p>驗或聽聞過那些分手的理由。</p> <p>2. 引領學生討論情愛關係中的成立與分裂可能帶來的影響。例如熱戀時被愛情沖昏頭，離婚時跟對方撕破臉。</p> <p>3. 將話題轉至更須嚴肅看待的離婚議題，透過民法解釋關於離婚的注意事項，提醒學生留意法律權益。</p> <p>(1)解釋協議離婚與判決離婚之差異。</p> <p>(2)說明監護權、親權與探視權之差異。</p> <p>(3)辨別贍養費與扶養費之差異。</p>                                                                                                                                                                                        |  | <p>簡報 2</p> <p>影片 4</p>              |             |
| <p>II-5-5-1 規劃並執行家庭參與社區活動</p>                                | <p>(三)對的人，出現</p> <p>1. 勸告結婚可以憑藉衝動綁住幸福，但離婚務必要深思熟慮不能草率行事，避免賠了夫人又折兵。</p> <p>2. 可透過學習單引導思考假若離婚後的生活情況，藉以強化走出舒適圈、邁入新氣象的勇氣。</p> <p>(1)離婚後想做什麼？</p> <p>(2)想住在什麼地方？理想的生活樣貌、人際關係如何？</p> <p>(3)1 年後、10 年後和死去時，希望成為怎樣的人？</p> <p>(4)你想做的這些事，是不離婚就辦不到的嗎？</p> <p>(5)如果這些事是你現在可以做到的，那你又是為什麼而離婚？</p> <p>(6)為了將來得以實現你想做的事，需要什麼條件？</p> <p>(7)什麼是你「現在」非做不可的事？</p> <p>3. 說明走入離婚此決定不再只是一道傷痛或是不堪回首的經歷，而是勇敢成全雙方分別追尋自己下半輩子的幸福。</p> |  | <p>簡報 3</p> <p>影片 5</p> <p>學習單 2</p> | <p>實作評量</p> |
| <p>I-1-5-3 瞭解家庭發展歷程中可能出現的發展任務及壓力</p>                         | <p>(四)我吃，故我還在</p> <p>1. 回顧上述課程中提到人總會面臨親友相繼過世、兒女成家離開故鄉等孤老終身的局面，因此嘗試接受孤獨與衰老是維持老年自尊的首要條件。</p> <p>2. 播放影片解釋長照政策在推動社會福利的作法，也可結合大專校院規劃相關照護科系以利培育人力，順勢引導成員思考生涯出路。</p> <p>3. 邀請成員分享準備給家中長輩餐點的經驗與觀察到的生活作息，再簡單介紹銀髮族之飲食原則。</p> <p>(1)口味上的轉變。</p> <p>(2)食材軟硬度的轉變。</p>                                                                                                                                                 |  | <p>影片 6</p>                          |             |
| <p>II-5-5-1 規劃並執行家庭參與社區活動</p> <p>II-5-5-2 規劃落實簡樸又環保的家庭生活</p> | <p>3. 邀請成員分享準備給家中長輩餐點的經驗與觀察到的生活作息，再簡單介紹銀髮族之飲食原則。</p> <p>(1)口味上的轉變。</p> <p>(2)食材軟硬度的轉變。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | <p>資料 6</p> <p>資料 7</p> <p>影片 7</p>  | <p>口頭評量</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     |       |      |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|------|
|  | <p>(3)食材纖維多寡的處理。</p> <p>(4)烹調方式的轉變。</p> <p>(5)食物與排泄、睡眠行為等相關變化。</p> <p>4. 發下學習單當回家作業，邀請成員思考並規劃長照中心的3天的供餐菜單，並鼓勵成員課後帶回去與長輩討論，認識長輩喜好程度，促進關係融洽。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>(一)統整民法上關於離婚的要件，強化學生對於法律議題的敏感度。</p> <p>(二)強調老年期的任務便是學習自我照顧與統合經驗，即使在婚姻關係中挫敗，也不能抹煞在其他方面曾付出的努力與犧牲。</p> <p>【指導要點】</p> <p>(一)提及離婚議題較為敏感，在聆聽單親家庭成員的憤怒時宜適時同理，但仍須避免一同批判誰是誰非。</p> <p>(二)強調此課程是藉由離婚的手續來督導未來在關係中宜謹慎且相互尊重，不能像情侶間分手如此隨興而漠視責任義務。</p> <p>(三)引導成員設計菜單時雖無法要求計算卡路里等專業資訊，但宜鼓勵成員就「衛生」、「好消化」、「少油」、「少鹽」、「方便性」等料理原則為出發點，較能引起成員學習動機。</p> | 10' | 學習單 3 | 實作評量 |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|------|

資料 1：Super 的生涯角色彩虹圖



<https://tw.images.search.yahoo.com/search/images?p=Super%E7%9A%84%E7%94%9F%E6%B6%AF%E8%A7%92%E8%89%B2%E5%BD%A9%E8%99%B9%E5%9C%96&f=r=yfp-search-sb&imgurl=https%3A%2F%2F3.bp.blogspot.com%2F-wWZn003bzslU%2FVL3prxX-WbI%2FAAAAAAAAnh4%2FCsuLuukn7AE%2Fw1440-h1116-no%2F%25E7%2594%259F%25E6%25B6%25AF%25E5%25BD%25A9%25E8%2599%25B9%25E5%259C%2596%25E5%259C%2596%25E8%25A7%25A3.png#id=1&iurl=https%3A%2F%2F3.bp.blogspot.com%2F-wWZn003bzslU%2FVL3prxX-WbI%2FAAAAAAAAnh4%2FCsuLuukn7AE%2Fw1440-h1116-no%2F%25E7%2594%259F%25E6%25B6%25AF%25E5%25BD%25A9%25E8%2599%25B9%25E5%259C%2596%25E5%259C%2596%25E8%25A7%25A3.png&action=click>

資料 2：Erickson 心理社會發展論圖表

**艾力遜 (E. Erikson) 「人生八階」成長理論**

| 發展階段 | 時期  | 發展任務VS 危機    | 順利發展                | 可能遇上的問題          |
|------|-----|--------------|---------------------|------------------|
| 1    | 嬰兒期 | 信任 VS 猜疑     | ☞ 信任別人，有安全感         | ☞ 焦慮不安、無助        |
| 2    | 幼兒期 | 自主 VS 羞怯疑惑   | ☞ 自信地學習             | ☞ 處事缺乏自信         |
| 3    | 學前期 | 進取 VS 罪疚     | ☞ 主動好奇              | ☞ 因不能達到別人要求而內疚退縮 |
| 4    | 少年期 | 勤奮 VS 自卑     | ☞ 得到讚賞，更加勤勉         | ☞ 遭遇挫折、自卑        |
| 5    | 青年期 | 自我認同 VS 角色混淆 | ☞ 明確的自我概念           | ☞ 徬徨迷失           |
| 6    | 成年期 | 親密 VS 疏離     | ☞ 建立親密關係，亦能保持自我的獨特性 | ☞ 人際關係疏離         |
| 7    | 中年期 | 傳承創新 VS 停滯   | ☞ 對周遭有抱負及關愛         | ☞ 對一切漠不關心        |
| 8    | 晚年期 | 自我整合 VS 悲觀絕望 | ☞ 滿意人生成就            | ☞ 悔恨舊事，遺憾        |

[https://tw.images.search.yahoo.com/search/images;\\_ylt=AwrtFSQvo.ZbAq4A3wtr1gt.;\\_ylu=X3oDMTE0bjk4ZWtqBGNvbG8DdHcxBHBvcwMxBHZAaWQDQjY2MDJfMQRzZWMDcG12cw--?p=Erickson%E5%BF%83%E7%90%86%E7%A4%BE%E6%9C%83%E7%99%BC%E5%B1%95%E8%AB%96&fr2=piv-web&fr=yfp-search-sb#id=0&iurl=https%3A%2F%2F1h3.googleusercontent.com%2F-zvQYT1SU8q0%2FWUswlu1xohI%2FAAAAAAAM800%2FcN7F1RVGYdAdwsrQhK6X6r58XRKHv5u4wCHMYCw%2Fs0%2FphppaQbFU&action=click](https://tw.images.search.yahoo.com/search/images;_ylt=AwrtFSQvo.ZbAq4A3wtr1gt.;_ylu=X3oDMTE0bjk4ZWtqBGNvbG8DdHcxBHBvcwMxBHZAaWQDQjY2MDJfMQRzZWMDcG12cw--?p=Erickson%E5%BF%83%E7%90%86%E7%A4%BE%E6%9C%83%E7%99%BC%E5%B1%95%E8%AB%96&fr2=piv-web&fr=yfp-search-sb#id=0&iurl=https%3A%2F%2F1h3.googleusercontent.com%2F-zvQYT1SU8q0%2FWUswlu1xohI%2FAAAAAAAM800%2FcN7F1RVGYdAdwsrQhK6X6r58XRKHv5u4wCHMYCw%2Fs0%2FphppaQbFU&action=click)

資料 3：Erickson 心理社會發展論圖表

| 適應的兩極對立傾向      | 適應良好所獲得的力量 | 對應到老化的主題內容     |
|----------------|------------|----------------|
| 統整 v.s. 絕望     | 智慧         | 一生的描述回顧與如何面對未來 |
| 生產繁衍 v.s. 頹廢遲滯 | 關懷         | 為人父母的成就、與世界的關係 |
| 親密 v.s. 孤獨     | 愛          | 親友及伴侶關係、親密能力   |
| 自我認定 v.s. 角色混淆 | 忠誠         | 生理機能退化調適、抉擇認定  |
| 勤勉 v.s. 自卑     | 能力         | 退休後的適應、價值觀傳承   |
| 主動 v.s. 罪惡感    | 目標         | 進取心、活動限制、終身副業  |
| 自主 v.s. 羞愧懷疑   | 意志         | 身心協調、自我意識與自主性  |
| 基本信任 v.s. 不信任  | 希望         | 價值觀、信仰、信念      |

[https://tw.images.search.yahoo.com/search/images;\\_ylt=AwrtFSQvo.ZbAq4A3wtr1gt.;\\_ylu=X3oDMTE0bjk4ZWtqBGNvbG8DdHcxBHBvcwMxBHZAaWQDQjY2MDJfMQRzZWMDcG12cw--?p=Erickson%E5%BF%83%E7%90%86%E7%A4%BE%E6%9C%83%E7%99%BC%E5%B1%95%E8%AB%96&fr2=piv-web&fr=yfp-search-sb#id=4&iurl=http%3A%2F%2Fwww.lct.tp.edu.tw%2Ffiles%2F1%2F1001%2Fimg%2F92%2Fclip\\_image002.gif&action=click](https://tw.images.search.yahoo.com/search/images;_ylt=AwrtFSQvo.ZbAq4A3wtr1gt.;_ylu=X3oDMTE0bjk4ZWtqBGNvbG8DdHcxBHBvcwMxBHZAaWQDQjY2MDJfMQRzZWMDcG12cw--?p=Erickson%E5%BF%83%E7%90%86%E7%A4%BE%E6%9C%83%E7%99%BC%E5%B1%95%E8%AB%96&fr2=piv-web&fr=yfp-search-sb#id=4&iurl=http%3A%2F%2Fwww.lct.tp.edu.tw%2Ffiles%2F1%2F1001%2Fimg%2F92%2Fclip_image002.gif&action=click)

資料 4：學學「討拍」、「取暖」、「刷存在感」3 個常用網路流行語的英文，偷偷抱怨朋友吧！

你常在臉書上「討拍、取暖、刷存在感」嗎？

今天要介紹的英文流行語，就是社群網站這三種最惱人的行為！

這些常見的概念，你會怎麼用英文表達呢？

#### 1. 討拍

我好可憐，大家快來安慰我！抱抱我，哄哄我，拍拍我，告訴我沒事沒事。

我們都會有需要安慰的時候，但過度密集釋出「我好悲慘」的訊息，實在不會給人太好的印象。流行語中，如此尋求慰藉的行為被稱為「討拍」(pity seeking, 尋求憐憫)。討拍的人自然就是 pity seeker 了。類似的概念有尋求關注 (attention seeking)。討拍的人常常展現的就是自憐 (self-pity)。你也可以說討拍的人在「開討拍大會」(is throwing a pity party)。大家適可而止 (真心奉勸)！

Your posts are pity-seeking and that turns girls off.

你 PO 文常常在討拍，妹子看了實在很消火。

## 2. 取暖

取暖的意思是覺得外面的世界天寒地凍，快被酷寒的世道凍傷了，需要社群網站上朋友們的溫暖！一般冷天取暖的英文是 get some warmth。至於和討拍很類似的網路取暖，英文是 sympathy seeking，也就是尋求同情的意思。

Most of us feel annoyed by sympathy-seeking because it feels like manipulative attention-seeking.

我們大多討厭取暖行為，因為感覺是在刻意操作以引起關注。

## 3. 刷存在感

明明沒什麼事情，卻又跳出來搏版面求關注以確保大眾還記得自己，就叫做刷存在感。

久沒消息的藝人突然出現在媒體上，講些無關緊要的話題；一陣子沒新聞的政治人物爆出驚世言論；名人公然放話要賭裸奔或跳海……都是很好的刷存在感例子，刷刷刷，證明自己的存在。英文講「大眾的認可」會用 validation 這字，動詞是 validate 點這邊聽發音，刷存在感可以說 validate your existence（認證自己的存在）或 prove your existence（證明自己的存在）。

Validate your own existence.

自己的存在感自己刷。

Validation 和 approval（認同）這兩個字在社群網路時代可說相當熱門。有些人對臉書的「讚」渴求到走火入魔的程度（addicted to Facebook likes），彷彿別人按讚就是對你存在的肯定，讓自己能感覺活著。一不小心，很容易成癮，如此的病症，稱為刷存在感成癮（validation addiction）。

It's really hard for someone like me who has an attention and validation addiction to be with someone that just doesn't talk or show any signs of interest.

對我這樣渴望關注又刷存在感成癮的人來說，實在很難跟不說話或不表達任何興趣的人相處。

責任編輯：王愉賀

<https://buzzorange.com/vidaorange/2017/03/16/words-2/>

## 資料5：導致你分手的潛在問題！測試你的愛情弱點是什麼？

分分合合，是現代愛情的常態。牽手，還不是幸福的結局，而分手，也不一定是結束。走掉的愛情你還有挽回機會嗎？一起測試看看吧！

題目：獨自一人走在道路上，你最害怕前方會出現以下哪一種情景？

A：一座鬼影幢幢的死城

B：爬滿蜈蚣、毒蛇或毒蠍的爛泥巴地

C：閃電從密布的烏雲中不斷地打至地面

D：一隻四不像的巨獸



A

你和情人的人脈都不錯，交友廣闊，常常會為了朋友而影響到彼此的戀情進展，甚至於你們的談話內容，恐怕都在親朋好友身上打轉，久而久之，你們之間的感情不但沒有加分，反而會使彼此疏離，所以提醒你，要多把焦點放在彼此身上。

B

你常為小事和情人鬥嘴，看在別人眼裡，你們倆的愛情充滿「火藥味」，似乎沒有什麼浪漫情懷可言，可是你們就是經由這樣的拌嘴，而更加了解彼此。不過要小心，如果沒有好好控制自己的脾氣，恐怕會吵到要分手的地步。

C

你和情人的關係是有點黏又不會太黏，你們都很重視個人的空間，在愛情中要求保有一定的自由度，因此外人看你們多少會感到有些奇怪，搞不懂你們到底是不是一對戀人。不過要小心，太過自我會讓你們彼此漸行漸遠，最後導致戀情無疾而終。

D

你是個浪漫深情的人，在熱戀時會百分之百的全心投入，和情人間的互動常會讓旁人看的心生羨慕。不過要小心，你的耐力似乎沒有想像中的持久，有點喜新厭舊，所以一旦情人沒有達到你的要求時，你就想說 ByeBye，針對這點你最好深思。

【本文轉載自微信官方帳號「醬子聊星座」，經作者授權轉載】

<https://styletc.chinatimes.com/astrology/20181105003035-330602>

#### 資料 6：菜單範例

|                                              |                                     |                                     |                                       |                                       |
|----------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 豆干滷肉<br>玉米三色<br>味噌蘿蔔<br>美味時蔬<br>絲瓜蛋花湯<br>水果  | 炸雞翅<br>紅燒豆腐<br>蒸南瓜<br>美味時蔬<br>肉骨茶湯  | 炒烏龍麵<br>日式炸蝦<br>美味時蔬<br>薑絲蛤蠣湯<br>水果 | 皮韭肉燥<br>沙茶針菇<br>玉米燴蛋<br>美味時蔬<br>連鍋湯   | 甜醬燒鴨<br>百頁白玉<br>什錦冬粉<br>美味時蔬<br>玉米排骨湯 |
| 南瓜燴雞丁<br>四色醃醬<br>客家小炒<br>美味時蔬<br>榨菜肉絲湯<br>水果 | 香酥魚<br>白菜滷<br>咖哩洋芋<br>美味時蔬<br>絲瓜麵線湯 | 炒飯條<br>花枝捲<br>美味時蔬<br>虱目魚丸湯<br>水果   | 蜜汁燒肉<br>刈薯炒蛋<br>大瓜貢丸<br>美味時蔬<br>精力蔬菜湯 | 咖哩雞<br>燴三鮮<br>三杯米血<br>美味時蔬<br>日式味噌湯   |

|                                             |                                      |                            |                                          |                                       |
|---------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------|
| 豆干燒肉<br>玉米炒蛋<br>家常豆腐<br>美味時蔬<br>馬鈴薯濃湯<br>水果 | 日式洋蔥肉<br>螞蟻上樹<br>魚香茄子<br>美味時蔬<br>關東煮 | 廣東粥<br>地瓜芝麻球<br>美味時蔬<br>水果 | 滷大排<br>大瓜燴魚丸<br>青椒肉絲<br>美味時蔬<br>菜脯雞湯     | 宮保雞丁<br>芹香干絲<br>冬瓜肉片<br>美味時蔬<br>胡瓜排骨湯 |
| 鮮菇燒肉<br>三色燴蛋<br>咖哩四色<br>美味時蔬<br>鹹菜鴨湯<br>水果  | 三杯雞<br>萬珠肉末<br>什錦冬粉<br>美味時蔬<br>蘿蔔排骨湯 | 肉羹麵<br>QQ 滷蛋<br>美味時蔬<br>水果 | 香蔥豆豉雞<br>大瓜燴鮮菇<br>金茸粉絲<br>美味食蔬<br>玉米牛奶濃湯 | 紅燒魚片<br>客家小炒<br>三杯麵腸<br>美味食蔬<br>當歸湯   |

<http://www.ksvs.ttct.edu.tw/files/13-1000-9705-1.php>

### 資料 7：銀髮族飲食更需要色香味

#### 你應該要知道的食事

銀髮族容易發生因咀嚼不良、味覺改變、蛋白質攝取不足、熱量不足等營養問題。為避免此狀況發生，在銀髮族的食物中可用較易咀嚼的蛋品取代（但須注意膽固醇）、善用食材顏色的視覺刺激來取代味覺退化問題，並攝取均衡營養。

撰文＝吳映蓉（現任台灣營養基金會執行長、台北醫學大學保健營養系兼任助理教授、中華民國肥胖研究學會理事、美商 AnytimeFitnessTaiwan 首席營養顧問）

#### 咀嚼不良

很多老人牙齒不好，咀嚼困難，所以無法吃肉類、蔬菜類，而以澱粉類、肥肉、蛋為主要食物來源。久而久之，處於營養不均衡的狀態。像是無法吃瘦肉，容易蛋白質不足及缺乏鐵質，不能吃蔬菜，容易便秘，一直吃肥肉，容易血脂肪偏高。

#### 解決方式

1. 蛋白質來源除了蛋之外，肉質比較細嫩的魚也可以作為來源之一。
2. 瘦肉可以用紅燒的方式，把肉質變爛，再將肉用條理機打成肉泥，拌入煮很爛的飯或麵中，增加蛋白質攝取。
3. 蔬菜咬不動可以做成蔬菜濃湯，如菠菜玉米牛奶濃湯，增加纖維的攝取量。
4. 老人雖然沒牙齒，但也不喜歡什麼都打成泥，有些食物把持原來的樣子是可以軟爛的，盡量不要打成泥，如蒸地瓜、蒸馬鈴薯、蒸芋頭、蒸南瓜等等。

#### 味覺改變

老年人很容易東嫌西嫌，說食物不好吃、或沒有以前好吃，尤其會嫌東西不夠鹹……有時會覺得真的很難伺候，但是他們不是故意的，而是因為味覺退化，對於味道的感覺遲鈍了。

#### 解決方式

1. 有些老年人常抱怨口腔有苦味的，在進食之前，可先刷牙或漱口以改善口腔味道，或餐後攝取新鮮

水果，使口腔留下水果的清香。

2. 味覺改變也可能是因為鋅缺乏所造成的，可多選擇含鋅豐富的海產、蚵、魚類、雞肉、瘦牛肉、豆類和穀類來改善，記得要用他們可接受的烹調方式煮到軟爛。

3. 雖然食物很多都變成泥狀，但是烹調時可注意顏色的搭配，刺激老年人的食慾。

4. 多利用中藥、香料植物和低鹽調味料，如當歸，川芎，枸杞、黑棗、紅棗、九層塔、香菜、青蔥、薑、香菇、檸檬、八角等等，適當的搭配各種食物特性來烹調食物，減少烹調用油量，並且不失食物原味。

### 蛋白質吃得太少

老人家因為牙口不好，無法大口吃肉，唯一有辦法吃得下的蛋白質來源就是蛋，炒蛋、蒸蛋，整天吃蛋，很膩之外，又怕膽固醇太高，而且很多老人家，以為主食吃飽就好，沒有什麼是蛋白質食物的概念。但是，老人家蛋白質不足是非常嚴重的飲食問題，會導致免疫力下降，還有肌少症出現；免疫力下降，生病不容易復原，而肌少症是骨骼肌質量與強度逐漸流失的症候群，伴隨而來的是造成生活功能下降、生活品質變差，甚至有較高的機會跌倒、後續的併發症發生，進而造成死亡。

解決方式

1. 過往對於高齡者的蛋白質需要量建議為 0.8 公克/公斤，研究發現此建議量其實是不足的，無法阻止高齡者身體肌肉的流失，蛋白質需要提升到 1~1.5 公克/公斤。

2. 除了蛋白質的攝取量要足夠，每個餐次的蛋白質分配也是重要的因素。

3. 白胺酸 (Leucine) 已知是一種可以促進肌肉合成的胺基酸，可以建議高齡者多攝取富含白胺酸的食物，譬如牛肉、魚與豆類等等。

4. 維生素 D 除了參與體內調節鈣、磷的平衡，近年來更發現對維持肌肉功能、肌肉強度與身體功能表現扮演重要角色，因為在肌肉細胞上發現有維生素 D 接受器，活化後可以促進肌肉蛋白質的合成。所以，可以定時帶老人家外出曬太陽，增加維生素 D 的合成。

5. 若有機會，可以請專人引導長輩鍛鍊肌肉，增加肌肉的合成。

### 熱量攝取不夠

銀髮族千萬不要再惦記的「減肥」這件事，肥胖的高齡者有可能因為減重所伴隨的是肌肉流失，對於高齡者減重後再增重，也無法補償先前減重造成的肌肉量流失，因此肥胖的高齡者減重期間需密切監測肌肉量，以免肌肉流失造成肌少症的發生。而且，我們對銀髮族 BMI 的要求寬鬆很多，國外研究，高齡者若身體質量指數 BMI

(BodyMassIndex) <22 (公斤/公尺<sup>2</sup>)，會增加罹患肌少症的風險，BMI >30 (公斤/公尺<sup>2</sup>)，會增加因肥胖造成的致病率與致死率，因此建議高齡者的 BMI 在 22~30 (公斤/公尺<sup>2</sup>) 較為適合。

解決方式

1. 在均衡飲食的原則下，長輩有點微胖是好的，避免一直叫長輩減肥！

2. 鼓勵長輩多吃一點，不應該限制他們的飲食。

### 脹氣

老年人胃腸消化能力較低，常有未消化、吸收完全的食物容易在腸道內發酵，產生氣體，造成脹氣的情形。

解決方式



1. 建議少選用牛奶、奶製品。
2. 豆類要適量。
3. 有些蔬菜容易引起脹氣，尤其要注意洋蔥、大蒜、花椰菜、高麗菜等等，攝取也要適量。
4. 主食類的地瓜和芋頭容易引起脹氣，要適量食用。
5. 少喝汽水可樂等碳酸飲料。
6. 飯後不要馬上坐下、或是睡一下，可以藉由走動，增加腸胃蠕動。

## 便秘

老年人因牙齒不好，嫌蔬菜不好嚼或水果太酸；嫌水果水份多，一直要上廁所；因此多半不喜歡吃蔬果，使得膳食纖維攝取太少，引起腸蠕動異常，常有便秘問題。

### 解決方式

1. 用調理機將蔬菜、水果，連同渣打成果汁，鼓勵喝下去。
2. 多選擇全穀類及豆類以增加膳食纖維。記得運用烹飪技巧，煮得軟爛一點。
3. 如果老人家牙齒還可以咬，可選擇天然乾燥的水果乾，補充膳食纖維質。
4. 早餐可以麥麩（Bran）加入豆漿、牛奶、優酪乳等等，增加纖維攝取。
5. 可以攝取一些益生菌、優酪乳來增加腸道的好菌，以增加腸道的蠕動。
6. 鼓勵多喝水，除了可以解決便秘問題，幫助血液循環，防止血中廢物濃度過高。但是，盡量鼓勵白天多喝水，晚餐以後就該避免，免得半夜一直起身上廁所，不但干擾睡眠，還有跌倒受傷的風險。

內容提供＝《營養師的餐桌風景：吳映蓉博士的 30 道舒適餐食與營養生活學》，由凱特文化提供

<https://www.foodnext.net/life/health2/paper/4111132516>

---

# 別讓權益睡著囉~

班級：

姓名：

填寫日期：

1. 一個單親婦女/先生要帶著學齡前孩子一起打拼生活，你覺得他們最需要的前三項資源是什麼？請你寫出順序。

穩定的工作薪資：\_\_\_\_\_

立案的托育機構：\_\_\_\_\_

健全的扶養津貼：\_\_\_\_\_

善良的社區鄰里：\_\_\_\_\_

溫暖的親戚人力：\_\_\_\_\_

適當的房屋住所：\_\_\_\_\_

其他：

2. 就你所知，社區或鄉鎮中有那些可以提供生活津貼、就業媒合、醫療檢測、法律諮詢等補助的單位，請寫出至少 4 個公私立機構與其地址。

3. 你認為從事這些服務單位的人可能或必須具備那些人格特質？

4. 你怎麼看待學校協助申請並發放獎助學金給弱勢族群？

若你曾領取過，金錢如何使用？

若你從沒領取過，你覺得社會或學校可能還忽略了那些邊緣族群？



# 圓滿人生加油指南

班級：

姓名：

填寫日期：

1. 畢業後，你自己最先考慮的生活方向是什麼？請打勾。

☐ 至外縣市求職拓展視野

☐ 報考自願役報效國家

☐ 至大專校院求高深學問

☐ 參加產學合作機制

☐ 繼承家業重現家族霸氣

☐ 根留家鄉馬上投入職場

☐ 補習力拼公職機會

☐ 結婚生子培育下一代

☐ 還在猶豫中

☐ 其他：

2. 假設 20 年後，希望自己成為怎樣的人、有怎樣的生活條件或是人際關係如何？

3. 什麼是你「現在」非做不可的事？需要那些人力、物力支持你？

4. 假設現在的你面臨分手，請試想自己是哪一方面最需要改進？

5. 邀請你跳出舒適圈，跨越至學習圈中，願意挑戰的事情是什麼？





# 吃飯皇帝大

班級：

姓名：

填寫日期：

1. 就自己的飲食喜好或熟悉的食材中，請將其歸類至五色系統中吧！  
每項顏色代表至少包含 3 種食物。



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. 請你為逗趣的銀髮族活寶設計 3 天的餐點！寫越詳細越好。

早餐

午餐

晚餐

第一天

第二天

第三天

3. 邀請家中長輩評論給分，並檢視是否還有需要改進的地方！

- ☐ 非常好，同時有顧慮到年歲漸大的健康需求及喜好！
- ☐ 還不錯，孝心及誠意十足，我覺得沒有白養這孩子！
- ☐ 沒感覺，都是孩子自己愛吃的，但還可以接受！
- ☐ 天兒啊，看來需要好好調教激發家事潛能！

見證人簽名：



等吃飯！

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國中教師組  
臺東縣立桃源國中  
李宗遠 老師

# 臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |      |              |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------|
| 主題名稱     | 新手爸爸與全職媽媽                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 學校   | 臺東縣立<br>桃源國中 |
| 設計者      | 李宗遠                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      |              |
| 參考資料     | <p>書籍：</p> <p>1. 嬰兒老爸-手忙腳亂的日子，吉竹伸介文圖、張玲玲譯，格林文化出版。</p> <p>2. 世界標準教養法：教出有自信、會溝通、善思考的孩子，船津徹著，邱心柔譯，方智出版。</p> <p>影片：初為爸媽的考驗</p> <p>(<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QH0-A6Y_Z0s">https://www.youtube.com/watch?v=QH0-A6Y_Z0s</a>)</p>                                                                                                                   | 適用年級 | 7~9          |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 節數   | 2            |
| 設計理念     | <p>1. 透過漫畫，以新手爸爸的角度看待老婆、孩子帶來的生活改變與衝擊，以及如何平衡自己的身分轉變(爸爸)。</p> <p>2. 藉由討論讓學生能理解父母的在孩子出生時的不安、挫折以及夫妻重新適應與磨合，並讓孩子回家與父母討論自己出生時，因忙著照顧嬰兒與工作下的甘苦，增加親子的關係。</p> <p>3. 試著幫家人規畫一趟2天1夜的輕旅行，除了培養學生的組織統整能力外，也能在規劃的過程中回憶自己與家人曾經旅行的地方、父母開心出遊的情形。</p> <p>4. 透過影片中全職的新手媽媽與新手爸爸的相處生活，討論學生原生家庭的相處模式，體諒全職媽媽的辛勞。</p> <p>5. 討論並撰寫全職媽媽的整天行程，換算薪資後獲得的待遇，反思全職媽媽其實與爸爸的工作相比是同樣的辛苦卻無報酬。</p> |      |              |
| 學生先備知能分析 | <p>1. 家庭背景：施行課程的學生有16人，其中4位為單親、5位為隔代教養、1位寄居，因此在課程規劃上，除了以一般傳統的家庭敘述外，也可以引導學生就目前的家庭狀況作思考(如祖父母間的相處或詢問照顧者的家庭相處模式)。</p> <p>2. 文化背景：本校的行政區屬於原住民地區，學生多為布農族，傳統家庭男子多從事打獵(目前仍有)，女子多為在家照顧孩子，對於家庭的夫妻關係如何取得平等相處不理解，需要透過案例、故事、新聞等資訊提供學生思</p>                                                                                                                               |      |              |

|                                                                                                                                                                                                                     | <p>考男女進入家庭後的關係與角色轉變。</p> <p>3. 綜上，學生對於家庭的價值不甚了解，源自於原生家庭無法給予正確的觀念，透過本教案帶學生認識現代的家庭具有的功能，以及夫妻間健康的平衡關係，讓學生對於未來建立家庭能有良好的觀念。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 教學資源                                                                                                                                                                                                                | <p>1. 學習單(含引用的漫畫)。</p> <p>2. 單槍投影(影片播放)。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                              |
| 教學方法                                                                                                                                                                                                                | <div> <div>引起動機</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 詼諧漫畫討論新手爸爸的日常</li> <li>• 新手爸媽的日常影片討論家庭關係的平衡</li> </ul> </div> <div> <div>綜合活動</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 思考漫畫後未回答的問題，返家與父母討論</li> <li>• 規劃家庭的輕旅行，促進親子關係</li> <li>• 安排全職媽媽的整天行程與給付薪資</li> </ul> </div> <div> <div>討論與分享</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 分享學習單的答案，討論彼此的家庭價值觀</li> <li>• 反思母親工作的辛勞與無價</li> </ul> </div> |                                                                                                                                                                                              |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 九年一貫／高中能力指標                                                                                                                                                                                  |
| <p>I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責任</p> <p>I-2-1-1 關懷父母及家人多元的角色和責任</p> <p>I-2-1-2 主動和家人分享生活點滴</p> <p>I-2-1-3 關心和愛護家庭成員</p> <p>I-2-2-1 透過分享愛、價值及傳統，以提供家人情感支持</p> <p>I-3-4-1 瞭解約會、婚姻、家庭等關係的發展</p> <p>II-5-4-2 規劃並執行家庭休閒活動</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>家政4-2-2認識自己與家人在家庭中的角色</p> <p>社會5-1-4了解自己在群體中可以同時扮演多種角色。</p> <p>綜合1-1-1描述自己以及與自己相關的人事物</p> <p>健體6-1-2學習如何與家人和睦相處</p> <p>綜合2-4-2規劃適合自己的休閒活動，並學習野外生活的能力</p> <p>家政4-4-5策畫家人共同參與的活動，增進家人感情</p> |
| 教學架構與安排                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                              |
| <p><b>第一節- 詼諧漫畫下的含意與思考：</b>參考「嬰兒老爸-手忙腳亂的日子」書籍，由7篇新手爸爸的日常生活描述，討論故事未說完的事情或其背後的含意，以問答的方式讓學生探索自己的家庭關係、未來建立家庭遇到的困難以及期許的家庭生活是什麼。每篇故事除了讓學生反思外，也提出問題讓學生與自己的父母互動，回憶孩子剛出生的心情、建立家庭的困難、自己期待的家庭生活等，讓學生瞭解父母組織家庭的甘苦，從而體會、體諒與</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                              |

關懷自己的父母。在課程結束前，呼應 Ep6 的內容，幫助爸爸讓媽媽開心、重拾笑容，  
試著規畫一個 2 天 1 夜的輕旅行，讓爸爸媽媽都能身心靈獲得放鬆與快樂。

**第二節- 影片的討論，平衡家庭是夫妻的相處之道：**分享與交流第一節課的回家作業。播放「初  
為爸媽的考驗」影片(約 4 分鐘)，討論全職媽媽的整天行程有哪些，撰寫下來其空間的  
時間、內容、辛苦程度以及獲得的薪資報酬與全職的爸爸相比是否符合期待？

| 指標<br>對應                            | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                             | 時間   | 教學<br>資源    | 教學<br>評量                         |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------|----------------------------------|
| I-2-1-1 關<br>懷父母及家<br>人多元的角<br>色和責任 | <b>第一節- 嬰兒老爸</b><br><b>引起動機、學習單填答</b><br>師：「家裡還有弟弟或妹妹沒有超過 3 歲的同學嗎？」<br>學生思考自己的家庭成員後舉手。<br>師：「那弟弟妹妹是誰在照顧呢？」<br>學生思考自己的家庭照顧模式後回答。<br>師：「現在每位同學手邊有一份學習單，裡面有 8 篇故事，是一位日本新爸爸畫出她在孩子出生後的生活日常以及心得感想，我們一起看看跟討論。」<br>師：「看一下 EP1」<br>停頓 10 秒…… | 5min |             | 學生回答家<br>庭照顧幼兒<br>者是誰            |
|                                     | 師：「猜猜看爸爸的真心話會是什麼呢？寫下來」<br>生：「生產好可怕？」、「剛出生的寶寶有點醜」、「這長得像我嗎…怎麼都沒有毛？」<br>師：「嗯…那再回家問問看你的爸爸或媽媽看到剛出生的你時，他的真心話是什麼？寫下來。」<br>師：「接著看 EP2」<br>停頓 10 秒……                                                                                         | 5min | 學習<br>單 EP1 | 學生回答父<br>親的真心話<br>後完成學習<br>單 EP1 |
|                                     | 停頓 10 秒……                                                                                                                                                                                                                           | 5min | 學習          |                                  |



|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                         |                                            |                                                                                                       |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責任</p> | <p>師：「想想看，成為父親需要什麼訓練呢？寫下來。」</p> <p>生：「需要很會包尿布？」、「很會泡牛奶？」、「要很強壯的手來抱嬰兒」、「體力要很好、很強壯」</p> <p>師：「問問看，你的爸爸有為了當父親這個角色做過什麼訓練(學習)呢？是誰教他的？寫下來」</p> <p>師：「接著看 EP3」</p> <p>停頓 10 秒……</p> <p>師：「想想看，當了父母之後，最重要的事情還有哪些？」</p> <p>生：「應該還是睡覺吧…」、「賺更多的錢買尿布跟奶粉」、「想著小孩的功課吧？」、「小孩肚子餓不餓？」</p> <p>師：「問問看，你的父母在你剛出生的期間，認為最重要的事情是？寫下來。」</p> <p>師：「接著看 EP4」</p> <p>停頓 10 秒……</p> <p>師：「當父母生下你之後，凡事都以你優先，反而自己的身體健康會忽略了。想想看，當他們生病的時候，除了看醫生外，你還可以做些什麼事情呢？寫下來」</p> <p>生：「幫他拿冰敷袋」、「幫她做家事」、「做一碗粥給他喝」、「拿熱開水給他喝」</p> <p>師：「接著看 EP5」</p> <p>停頓 10 秒……</p> <p>師：「想想看，你多久會擁抱你的父母 1 次？寫下來。」</p> <p>生：「嗯…很久」、「今天才抱過!」、「大概 1 周 1</p> | <p>5min</p> <p>5min</p> | <p>單 EP2</p> <p>學習單 EP3</p> <p>學習單 EP4</p> | <p>學生回答成為父親可能的訓練有哪些並完成學習單 EP2</p> <p>學生回答當父母最重要的事情還有哪些並完成學習單 EP3</p> <p>學生回答有哪些方式可以照顧父母並完成學習單 EP4</p> |
| <p>I-2-1-3 關心和愛護家庭成員</p>        | <p>學生回答多久擁抱父母</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>4min</p>             | <p>學習單 EP5</p>                             | <p>學生回答多</p>                                                                                          |



|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                          |                   |                                  |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------|----------------------------------|
| <p>II-5-4-2</p> <p>規劃並執行家庭休閒活動</p>                        | <p><b>思考並規劃輕旅行，促進親子關係</b></p> <p>師：「接著我們回顧 EP6 的那個漫畫，父母因為相愛而結婚生子，但可能因為工作、照顧子女、照顧父母的種種壓力下，會失去了笑容。現在我們試著做個家庭的潤滑劑，幫忙設計一趟 2 天 1 夜的輕旅行，讓爸爸帶著你們全家一起出去玩吧！」</p> <p>學生思考後完成學習單。</p> <p>師：「記得回家後與父母一起完成未回答的問題喔！下次的課程再進行分享。」</p>                                                                                                                                                                                                                       | <p>6min</p>              | <p>學習單-輕旅行規劃表</p> | <p>EP7</p> <p>回家完成學習單-輕旅行規劃表</p> |
| <p>I-2-1-2 主動和家人分享生活點滴</p> <p>I-2-1-1 關懷父母及家人多元的角色和責任</p> | <p><b>第二節- 平衡家庭是夫妻的相處之道</b></p> <p><b>分享與討論第一節的學習單</b></p> <p>師：「同學，上一節課的學習單完成了吧！現在請同學上台分享一下自己的輕旅行規劃表，之後會把各位的輕旅行規劃表分享在教室後面，大家投票哪一個規劃 CP 值最高，老師再頒發 5 點做獎勵喔！」</p> <p>學生自願上台分享(視情況選擇 1~2 名學生)。</p> <p>師：「謝謝同學的分享。接下來我們進入新的主題，家庭的平衡關係。首先要先問一下各位同學，在家裡爸爸負責外出工作、媽媽全職照顧你的舉手？若相反是爸爸全職照顧你、媽媽出去工作的舉手？」</p> <p>簡單調查一下學生的家庭模式，也讓學生思考自己的家庭狀況。</p> <p><b>引起動機，影片討論夫妻在家庭中的分工</b></p> <p>師：「現在看一段影片，請同學觀察一下影片中的爸爸跟媽媽在家庭分工的情形。」</p> <p>播放初為爸媽的考驗(約 4min)</p> | <p>10min</p> <p>5min</p> |                   |                                  |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                |                          |  |  |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--|--|
| <p>I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責任</p>      | <p>師：「這是一對新手爸媽的生活日常，在台灣多數的家庭都是如此吧！看完之後有什麼感覺嗎？」</p> <p>生：「媽媽很可憐」、「其實爸爸也很辛苦」、「媽媽應該交代給爸爸一些事情做」、「爸爸都已經有小孩了還那麼愛打電動」、「其實我們家就是這樣…」、「爸爸自己照顧小孩之後才知道辛苦吧！」</p>                                                                                            | <p>5min</p>              |  |  |
| <p>I-2-2-1 透過分享愛、價值及傳統，以提供家人情感支持</p> | <p>師：「想想看，若你是影片中的媽媽，一定要等到生病，爸爸良心發現，才會有人幫忙做家事嗎？若你是影片中的爸爸，上班一整天很累了，你會願意做哪些家事嗎？」</p> <p>生：「若我是媽媽，我應該第一天就會跟丈夫說」、「我覺得丈夫工作很辛苦，還是會體貼他幫忙處理家裡的事情吧…」、「我若是爸爸，雖然上班辛苦，但若可以幫忙曬一下衣服、洗碗或幫孩子洗澡，老婆會減輕負擔而且開心吧！」</p> <p>學生自己思考後填寫學習單。</p>                          | <p>5min</p>              |  |  |
|                                      | <p>師：「現在換個角度思考看看，若我們列出全職媽媽的工作清單，請你依照他的工作內容給予他應得的報酬，我們計算看看媽媽的每月薪資。」</p> <p>學生先完成媽媽的每日工作清單後，填寫其對應的薪資報酬，計算每月的薪資。</p> <p>師：「同學完成媽媽的工作清單與其對應的薪資表了嗎？思考看看，全職媽媽的薪資會比你爸爸的還低嗎？」</p> <p>生：「似乎跟爸爸的薪資差不多…」、「哇…比爸爸的薪資還高呢！」</p> <p>師：「那…如果以薪資誰賺得多跟少來平分家事的</p> | <p>10min</p> <p>5min</p> |  |  |

|                                 |                                                                                                                                                                  |             |  |  |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--|--|
| <p>I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責任</p> | <p>多寡，對嗎？為什麼？」</p> <p>生：「對吧…因為賺得多，工作也辛苦，那回到家應該休息跟放鬆吧!」、「不對吧，家事應該是家裡的每位成員都應該要做的吧」、「我還沒賺錢，是不是家事都得我做啊!？」</p> <p>師：「所以…家庭的每位成員都是平等的，爸爸跟媽媽都要幫忙，當你們也長大的時候，也應該幫忙喔。」</p> | <p>5min</p> |  |  |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--|--|

### 課程照片



導讀新手爸爸的漫畫



引導學生思考漫畫的內容



學生反思自己的家庭模式



新手爸爸與全職媽媽的影片討論



## EP2 成為父親的訓練!

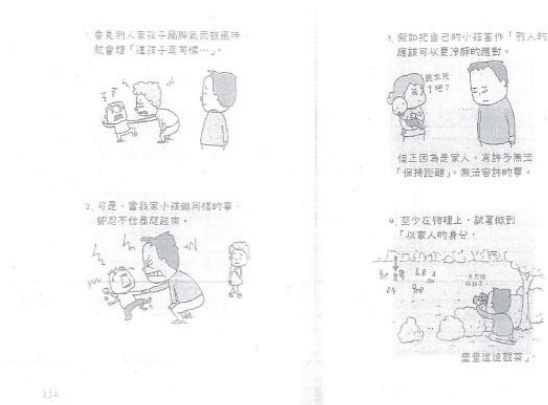


quote: 上班跟當爸爸沒兩樣。

想想看，成為父親需要什麼訓練？  
雖然爸爸，但媽媽也需要當個奶爸。

問問看，你的爸爸為了當父親這個角色做過什麼訓練(學習)呢？是誰教他的？  
問問阿公阿媽，自己在慢慢學習。

## 學生完成學習單，並回家與父母討論



quote: 即使是家人，也應該保留彼此的空間。

想想看，自己對父母說話的口氣與對老師的說話口氣一樣嗎？為什麼？  
不一樣，在家放鬆，在學校需要面子。

若有一個機會，你最想跟哪位同學交換父母？為什麼？  
不想換，因為她花錢最大的。

若「抽離」你是父母的兒女的身分，客觀來說，你覺得你的爸媽比別人好的地方在哪？  
(列出3點以上)

問問看，你的父母認為你比別人好的地方在哪？  
多聽話，乖乖的。

## EP7 家人的距離

1. 看見別人家孩子跟爸爸媽媽說話，就會想「這孩子真可愛……」。



2. 可是，當我家小孩做同樣的事，卻忍不住暴跳如雷。



3. 假如把自己的小孩當作「別人的孩子」，應該可以更冷靜的應對。



但正因為是家人，有許多無法「保持距離」，無法冷靜的事。

4. 至少在物理上，試著做到「以家人的身分」。



盡量保持距離。

quote: 即使是家人，也應該保留彼此的空間。

想想看，自己對父母說話的口氣與對老師的說話口氣一樣嗎？為什麼？

不一樣，因為老師會罵，媽媽打。

若有一個機會，你最想跟哪位同學交換父母？為什麼？

不想，因為我愛我的父母。

若「抽離」你是父母的兒女的身分，客觀來說，你覺得你的爸媽比別人好的地方在哪？  
(列出3點以上)

- ①: 媽媽會擔心我
- ②: 爸爸會教我學習
- ③: 父母教我做人的道理

問問看，你的父母認為你比別人好的地方在哪？

有愛心的。

## 學生完成學習單，並回家與父母討論

### 平衡家庭是夫妻的相處之道

班級: 14 座號: 14 姓名: 司徒軒

Q1: 你們家的相處模式也跟影片一樣嗎？

不一樣。

Q2: 若你是影片中的媽媽，也許不用等到生病，爸爸良心發現了，才有人能幫忙分擔家務，可以怎麼做呢？

可以拜託家人幫忙。

Q3: 若你是影片中的爸爸，上了一整天辛苦班，你願意再幫忙分擔哪些家務呢？

幫爸爸做飯，全部幫忙分擔。

Q4: 完成下表的媽媽日常，並填寫其對應的工作與薪資。

| 時間                                 | 工作內容           | 對應的職業 | 時薪    |
|------------------------------------|----------------|-------|-------|
| 06:00-07:00                        | 準備早餐           | 早餐店   | 100   |
| 07:00-08:00                        | 接送孩子上學         | 計程車   | 500   |
| 08:00-09:00                        | 整理房間、洗衣服       | 家庭主婦  | 1000  |
| 09:00-10:00                        | 上菜市場採購中餐、晚餐的食材 | 家庭主婦  | 1000  |
| 10:00-11:00                        | 準備嬰兒的副食品       | 家庭主婦  | 1000  |
| 11:00-12:00                        | 準備中餐           | 家庭主婦  | 500   |
| 12:00-13:00                        | 餵嬰兒吃飯、洗碗       | 家庭主婦  | 500   |
| 13:00-14:30                        | 哄嬰兒睡覺、曬衣服、摺衣服  | 家庭主婦  | 400   |
| 14:30-15:30                        | 陪小孩玩耍、念故事書     | 家庭主婦  | 100   |
| 15:30-16:00                        | 清洗晚餐食材         | 洗碗工   | 1000  |
| 16:00-17:00                        | 接送孩子           | 計程車   | 500   |
| 17:00-18:00                        | 準備晚餐           | 家庭主婦  | 400   |
| 18:00-19:00                        | 餵嬰兒吃飯、洗碗       | 家庭主婦  | 100   |
| 19:00-20:00                        | 念故事書、陪孩子寫功課    | 家庭主婦  | 300   |
| 20:00-21:00                        | 幫孩子洗澡          | 家庭主婦  | 200   |
| 21:00~                             | 睡覺             | 媽媽    | 10000 |
| 台計每天薪資 17600 元，每月(皆無休息)薪資 528000 元 |                |       |       |

### 教學省思

#### 1. 教案設計的構想：

- (1) 當初閱讀嬰兒老爸這本由日本插畫家所做的書籍後，發現由父親的角色思考由夫妻轉變為父母的變化還滿有趣的，因此節錄了部分章節讓學生透過閱讀、學習單的引導，思考自己的家庭模式與漫畫中的人物的相異，以及自己期待的家庭是具有怎樣的功能。
- (2) 看到初為爸媽的考驗影片時，覺得心有戚戚焉。曾看過一本書在討論父親與母親的角色變換，母親是在懷孕的時候，孩子在他肚子逐漸長大，就已經意識到自己的母親的責任，並開始規畫未來孩子出生時所需要的用品、教育等，積極的布置嬰兒房間；而父親則是比較感官的動物，因此對著無法觸碰到、清楚看到的孩子，是比較沒有感覺的，只有當孩子真正出生後，孩子開始叫爸爸，才逐漸意識到自己父親的角色。影片中給我們的感覺就是「爸爸還未意識到自己的責任」，不夠成熟、對於家庭的參與度不夠，這很值得讓學生思考並比較自己家庭內角色的分工狀況，是不是都由父母某一方負責？
- (3) 日劇「月薪嬌妻」的啟發：女主角因為求職碰壁下，被聘請作為「妻子」的工作，領有每月的薪資，做全職主婦應該要做的事情，掃地、拖地、曬衣服、摺衣服……等。反觀目前社會多數的家庭主婦是沒有領取薪資的，思考其工作的內容，都是辛苦的勞力，若因為爸爸出去工作辛苦勞累，而未體諒在家裡 24 小時努力工作的媽媽，是不公平的。

#### 2. 教學實施的感想：

- (1) 第一節課：學生對於閱讀漫畫的學習是覺得新奇的，因此在導讀的過程中是容易且易引起共鳴的。在與學生的互動討論過程中，發現學生的家庭差異很大，不一定具有完整的家庭，因此照顧者的工作除了父母外，也可能有阿公阿嬤、寄養家庭照顧者、外公外婆、單親的父或母，在課後回家討論的活動會遇到狀況，因此特別跟某幾位的學生說，詢問照顧者的經驗就好，但對於自己原生家庭給予的溫暖與照顧就比較難以引起共鳴與討論，僅能想像完整的家庭中，會有怎樣的相處。



(2) 第二節課：學生多數對於給予媽媽薪資這個想法是有意見的，認為爸爸賺錢辛苦，還要再給媽媽薪水是很奇怪的，但能理解其實媽媽照顧家庭所需要花費的時間與勞力是很多的，因此會努力幫忙分擔家務工作。

3. 結論：國中階段學生多數能了解家庭的功能與角色的責任，可以討論許多家庭的狀況並思考自己未來建立家庭時可以努力的方向，家庭價值是家庭教育重要的目標。

# 新手爸爸與全職媽媽 學習單

班級：            座號：            姓名：

Ep1 成為爸爸之後……

## 01 真正的感想

1. 「生產時的妻子」給我的震撼



2. 「剛出生的寶寶」給我的驚嚇



3. 腦子裡浮現許多事，可是



顧慮到大家，無法說出真心話。

4. 當爸爸的第一件事，



就是「把真心話藏心底」。

004

005

quote:當爸爸的第一件事情，就是把真心話藏心底

猜猜看，圖中爸爸的真心話是什麼？

問問看，爸爸看到剛出生的你時，他的真心話是什麼？



## 07 成為父親的訓練

1. 小時候、  
學生時代，  
不論做什麼  
都會被稱讚。



2. 成為上班族以後，  
做好工作是「分內事」，  
而且「不被稱讚」  
是理所當然的。

明明這麼努力...



當大人  
有點心酸。

3. 現在回想，  
原來那都是  
「成為父親的訓練」。



「只要習慣，就會找到其中的樂趣」，  
看來上班這件事和當爸爸沒兩樣。

quote: 上班跟當爸爸沒兩樣

想想看，成為父親需要什麼訓練？

問問看，你的爸爸有為了當父親這個角色做過什麼訓練(學習)呢？是誰教他的？

## 24 最重要的事

1. 和寶寶展開新生活的樣子，會是



2. 這一點取決於「寶寶晚上睡得夠不夠久」。



3. 慢性的睡眠不足，會摧毀爸媽的耐性，奪走所有的「從容」。



4. 這時，即使犧牲一切，也要確保睡眠時間。



打掃房間、整理儀容，這些是有「晚上好好睡覺的寶寶」，才辦得到的事。

054

055

quote: 有了小孩就成為睡眠不「族」

想想看，當了父母之後，最重要的事情還有哪些？

問問看，你的父母在你剛出生的期間，認為最重要的事情是？



1. 當爸爸之後的辛苦之一，



「身體不舒服，卻沒人訴苦。」

2. 如果被發現感冒了…



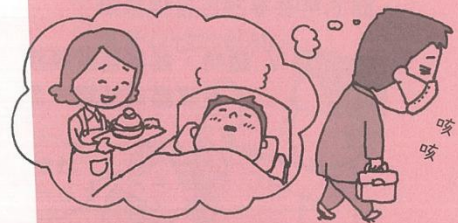
就會被輕蔑、隔離。

3. 甚至會被責難。



明明身體不適，身心都很脆弱。

4. 想要被妻子關心、照顧…



這對爸爸來說，  
已經是「妄想」啦！

## 30 妄想

068

069

quote: 有了小孩之後，爸爸必須身體強壯不生病

當父母生下你之後，凡事都以你優先，反而自己的身體健康會忽略了。想想看，當他們生病的時候，除了看醫生外，你還可以為他們做些什麼事情呢？

## 42 育兒的報酬

1. 幾乎每天，都會被孩子激怒。



2. 可是，把在沙發上  
睡著的孩子抱起來時，



094

3. 會感受到他半夢半醒間，  
用手環抱住我的脖子。



4. 這個「報酬」某種程度  
能消除爸爸媽媽白天的辛勞。



095

quote: 當獲得孩子的擁抱，父母白天工作的辛勞似乎就消除了

想想看，你多久會擁抱你的父母1次？

回家做做看，馬上給你的父母一個擁抱！

## EP6 爸爸的職責

1. 眼花撩亂、變化萬千的育兒生活，  
讓爸爸吃足苦頭。  
不過有件事，  
再辛苦也不可以忘記。



2. 那就是「媽媽非常辛苦」。  
如果媽媽有工作的話，辛苦更是加倍！



### 43 爸爸的職責

096

3. 爸爸的職責，說穿了，  
就是想盡辦法，逗媽媽開心。



4. 「我娶她，是為了看見她的笑容！」



請再次回想當初的決心，  
並深深烙印在腦海。

097

quote: 媽媽的辛苦需要爸爸的撫慰

想想看，結婚的理由可能是？

問問看，你的父母是因為什麼原因而交往？又是什麼原因決定了要結婚與生子？



## EP7 家人的距離

1. 看見別人家孩子鬧脾氣而被罵時，  
就會想「這孩子真可憐...」。



2. 可是，當我家小孩做同樣的事，  
卻忍不住暴怒起來。



### 51 距離

114

3. 假如把自己的小孩當作「別人的孩子」，  
應該可以更冷靜的應對。



但正因為是家人，有許多無法  
「保持距離」、無法容許的事。

4. 至少在物理上，試著做到  
「以家人的身分，



盡量遠遠觀察」。

115

quote:即使是家人，也應該保留彼此的空間。

想想看，自己對父母說話的口氣與對老師的說話口氣一樣嗎？為什麼？

若有一個機會，你最想跟哪位同學交換父母？為什麼？

若「抽離」你是父母的兒女的身分，客觀來說，你覺得你的爸媽比別人好的地方在哪？  
(列出3點以上)

問問看，你的父母認為你比別人好的地方在哪？



## 輕旅行規劃表

據統計處的資料，107年1月到8日來臺的旅客有7,126,206人次，平均每日有29,326人。

從統計中可以知道每天就有將近3萬人來臺灣進行觀光、商業或探親等活動，具抽樣的訪談中可知，多數人的旅行目的在促進彼此的關係、增進視野，而良好的規劃更可以幫助自己的成長。

下表為1個部落客至韓國旅遊安排的5天4夜旅行，請各位同學參考後，簡單為自己與親人進行1個短暫的2天1夜輕旅行吧！

### 韓國濟州島 初冬賞楓去 五天四夜 自由行 行程規劃表

| 2013 Jeju  | Time              | Schedule                                                                                                                                                                                                                 |
|------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Day 1      |                   | 第一天先在市區晃晃                                                                                                                                                                                                                |
| 11/16(Sat) | 06:30~09:20       | 復興航空GE866                                                                                                                                                                                                                |
|            | 09:30~11:00       | 入境濟州・搭機場巴士100到東門交叉路 Dongmun Rotary                                                                                                                                                                                       |
|            | 11:20             | HKJeju2 Check in 行李先寄放櫃台                                                                                                                                                                                                 |
|            | 中餐                | 黑豚家總店 / 흑돈가 본점 搭公車100號到正宗村경춘마을                                                                                                                                                                                           |
|            | 15:00~18:00       | 樂天超市・Check in                                                                                                                                                                                                            |
|            | 晚餐                | 中央交叉路・本粥                                                                                                                                                                                                                 |
|            | 晚間行程              | 中央地下街                                                                                                                                                                                                                    |
| Day 2      | 包車                | 西部路線1台車140,000韓元(約台幣3920) 8hr                                                                                                                                                                                            |
| 11/17(Sun) | 早餐                | The Forrest Hotel 自助早餐                                                                                                                                                                                                   |
|            | 09:00~10:30       | 1. Trickeye特麗愛3D美術館트릭아이미술관 (門票12000W)                                                                                                                                                                                    |
|            | 中餐<br>11:00-12:00 | 中文觀光區的馬肉套餐-濟州馬苑 제주마원                                                                                                                                                                                                     |
|            | 12:00~17:00       | 中文觀光區 중문리조트<br>1. 泰迪熊博物館 데디베어 뮤지엄 (門票8000W) 6號公車/機場巴士600<br>2. 天帝淵瀑布 천제연폭포 (門票2500W) 6號公車/機場巴士600<br>3. 大浦海岸柱狀節理帶 대포동지킴이<br>4. 哦！雪綠茶博物館(Insfree綠茶園) 설록차 뮤지엄 오설록 9號公車<br>5. Jeju Glass Castle濟州琉璃之城/玻璃城堡 제주유리의성 (門票9000W) |
|            | 晚餐                | 烤披薩的石頭爺爺 피자 굽는 돌하르방                                                                                                                                                                                                      |
|            | 晚間行程              | 七星商店街                                                                                                                                                                                                                    |
| Day 3      | 包車                | 西部路線1台車140,000韓元(約台幣3920) 8hr                                                                                                                                                                                            |
| 11/18(Mon) | 早餐                | The Forrest Hotel 自助早餐                                                                                                                                                                                                   |
|            | 09:00~12:30       | 1. ECOLAND 森林小火車樂園 에코랜드 (門票11000W) 5號公車<br>2. 山君不離 산곰부리 (門票6000W)<br>3. 濟州民俗村                                                                                                                                            |
|            | 中餐<br>12:30-13:30 | 仁顯玻璃屋咖啡廳用餐-Glass House 글라스하우스 鳳凰城渡假村-景觀餐廳Mint                                                                                                                                                                            |
|            | 13:30~17:00       | 涉地可支 섭지코지<br>1. 水上星球濟州 Aqua Planet JEJU 아쿠아플라넷<br>2. 仁顯玻璃屋Glass House 글라스하우스 景觀餐廳Mint<br>3. 日出峰성산일출봉 (僅山腳下拍照，未登山)<br>4. 神奇之路 도깨비도로                                                                                       |
|            | 晚餐                | ISAAC 吐司 이삭토스트、Café Beans                                                                                                                                                                                                |
|            | 公車                | 公車100號                                                                                                                                                                                                                   |
| Day 4      | 早餐                | HOBONG 吐司 호봉토스트                                                                                                                                                                                                          |
| 11/19(Tue) | 10:30~12:00       | 1. Emart 易買得<br>2. 七星商店街                                                                                                                                                                                                 |
|            | 中餐                | 僑村炸雞 고촌치킨 탐동점 emart旁邊                                                                                                                                                                                                    |
|            | 14:00~18:00       | 1. 濟州市政府站：懶惰農夫的酵素故事 公車100號<br>2. 東門水產市場                                                                                                                                                                                  |
|            | 晚餐                | 도너고黑豬肉烤肉店 黑豬肉一條街                                                                                                                                                                                                         |
|            | 晚間行程              | 中央地下街                                                                                                                                                                                                                    |
| Day 5      | 回家                |                                                                                                                                                                                                                          |
| 11/20(Wed) | 07:00             | Check out                                                                                                                                                                                                                |
|            | 09:00             | 寄明信片、返還Wifi Egg、免稅商店                                                                                                                                                                                                     |
|            | 10:10~11:05       | 復興 GE865 返台                                                                                                                                                                                                              |



## 我的 2 天 1 夜輕旅行規劃表

注意：請各位在完成下表時，需要考量時間(含交通的時間)及金錢，每日安排的活動不超過 4 個。

[illegible]



## 平衡家庭是夫妻的相處之道

班級：            座號：            姓名：

Q1：你們家的相處模式也跟影片一樣嗎？

Q2：若你是影片中的媽媽，也許不用等到生病、爸爸良心發現了，才有人能幫忙分擔家務，可以怎麼做呢？

Q3：若你是影片中的爸爸，上了一整天辛苦的班，你願意再幫忙分擔哪些家務呢？

Q4：完成下表的媽媽日常，並填寫其對應的工作與薪資。

| 時間          | 工作內容           | 對應的職業 | 時薪 |
|-------------|----------------|-------|----|
| 06:00~07:00 | 準備早餐           |       |    |
| 07:00~08:00 | 接送孩子上學         |       |    |
| 08:00~09:00 | 整理房間、洗衣服       |       |    |
| 09:00~10:00 | 上菜市場採購中餐、晚餐的食材 |       |    |
| 10:00~11:00 | 準備嬰兒的副食品       |       |    |
| 11:00~12:00 | 準備中餐           |       |    |
| 12:00~13:00 | 餵嬰兒吃飯、洗碗       |       |    |
| 13:00~14:30 | 哄嬰兒睡覺、曬衣服、摺衣服  |       |    |
| 14:30~15:30 | 陪小孩玩耍、念故事書     |       |    |
| 15:30~16:00 | 清洗晚餐食材         |       |    |
| 16:00~17:00 | 接送孩子           |       |    |
| 17:00~18:00 | 準備晚餐           |       |    |
| 18:00~19:00 | 餵嬰兒吃飯、洗碗       |       |    |
| 19:00~20:00 | 念故事書、陪孩子寫功課    |       |    |

|                               |       |  |  |
|-------------------------------|-------|--|--|
| 20:00~21:00                   | 幫孩子洗澡 |  |  |
| 21:00~                        | 就寢    |  |  |
| 合計每天薪資_____元，每月(皆無休息)薪資_____元 |       |  |  |

Q5：比較一下你爸爸與媽媽(Q4 計算)的薪資，哪一個比較高呢？

Q6：媽媽其實除了 Q4 中實際的以時計價的薪資外，還有那些沒有列到的呢？

Q7：想想看，在外面工作的爸爸與全職顧孩子的媽媽，誰的工作比較辛苦，為什麼？

Q8：在日本的女性，幾乎都是家庭主婦，也因此會把男性的薪資調高於女性，合理嗎？為什麼？

Q9：你覺得是否要支付薪資給全職媽媽呢？為什麼？





不論夫妻雙方是否有工作，皆是為了維繫家庭的和諧而努力著，因此對於彼此的「工作」都要尊重，並且體諒彼此的辛勞。夫妻是一輩子的，也是相扶持的戰友。

薪資參考表...網路新聞整理

| 行業                        | 收入              | 日期          |
|---------------------------|-----------------|-------------|
| 初級直銷商                     | 年收 3.5 萬        | 2017        |
| 雞排攤                       | 年收 24 萬         | <b>2013</b> |
| 工地粗工                      | 年收 30 萬         | <b>2015</b> |
| 台南粗工                      | 日薪 1050 元       | <b>2017</b> |
| 兼任教師                      | 年收 40 萬         | <b>2016</b> |
| 汽車原廠黑手師傅                  | 年收 45 萬         | <b>2015</b> |
| 入行三年保險業務員                 | 年收 50 萬         | <b>2015</b> |
| 福州快遞小哥                    | 年收 55 萬         | <b>2015</b> |
| 年資七年工程師                   | 年收 60 萬         | <b>2011</b> |
| 公車司機                      | 年收 60 萬（一天開四趟）  | <b>2011</b> |
| 汽車原廠 20 年黑手師傅             | 年收 60 萬         | <b>2016</b> |
| 建大輪胎廠作業員                  | 年收 60 萬         | <b>2016</b> |
| 台南工業區腳踏車零配件外派越南廠長         | 年收 60 萬         | <b>2017</b> |
| 流通業年資三年區顧問                | 年收 70 萬         | <b>2015</b> |
| 汽車業新人                     | 年收 70 萬         | <b>2017</b> |
| 公車駕駛最高                    | 年收 98 萬         | <b>2017</b> |
| 住院醫生                      | 年收 100 萬        | <b>2013</b> |
| 汽車原廠廠長                    | 年收 100 萬        | <b>2013</b> |
| 單店紅豆餅攤老闆                  | 年收 120 萬        | <b>2016</b> |
| 台大助理教授                    | 年收 125 萬        | <b>2017</b> |
| 中小企業總經理                   | 年收 150 萬        | <b>2017</b> |
| 流通業行銷部門經理                 | 年收 150 萬        | <b>2017</b> |
| 正新輪胎中國區銷售總裁               | 年收 200 萬        | <b>2015</b> |
| 食品鮮食廠廠長                   | 年收 200 萬        | <b>2015</b> |
| 台大財經系教授                   | 年收 250 萬        | <b>2016</b> |
| 上市公司財務長                   | 年收 300 萬        | <b>2016</b> |
| 鴻海專理（比課長大、比副理小，約有 10 年年資） | 年收 300 萬（薪水+分紅） | <b>2015</b> |
| 高科技公司高階主管                 | 年收 400 萬        | <b>2014</b> |
| 搬家公司老闆                    | 年收 500 萬        | <b>2013</b> |
| 現代汽車超業                    | 年收 560 萬        | <b>2007</b> |
| 電視名嘴                      | 年收 600 萬        | <b>2013</b> |
| 富邦金控董事                    | 年收 800 萬        | <b>2014</b> |

|           |           |             |
|-----------|-----------|-------------|
| 華為地區銷售副總裁 | 年收 2500 萬 | <b>2016</b> |
| 賀寶芙直銷 總裁  | 年收 3000 萬 | <b>2016</b> |
| 王牌分析師     | 年收 3000 萬 | <b>2013</b> |
| 本土一線主持 胡瓜 | 年收 1 億    | <b>2017</b> |
| 雅芳營運長鐘彬嫻  | 年收 3.4 億  | <b>2003</b> |
| 頂級藝人周杰倫   | 年收 6.7 億  | <b>2015</b> |

然而...上述所列的職業皆屬於「正職」，有簽契約、有享勞健保的，若以台灣「兼職」的勞工而言，時薪僅 **150** 元。

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國中教師組  
臺東縣立卑南國中  
張雅閔 老師

# 臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計參考格式

體例說明：

字體：中文採用標楷體，英文、數字採用 Times New Roman 大小：12 行距：1.0

採用中式標點

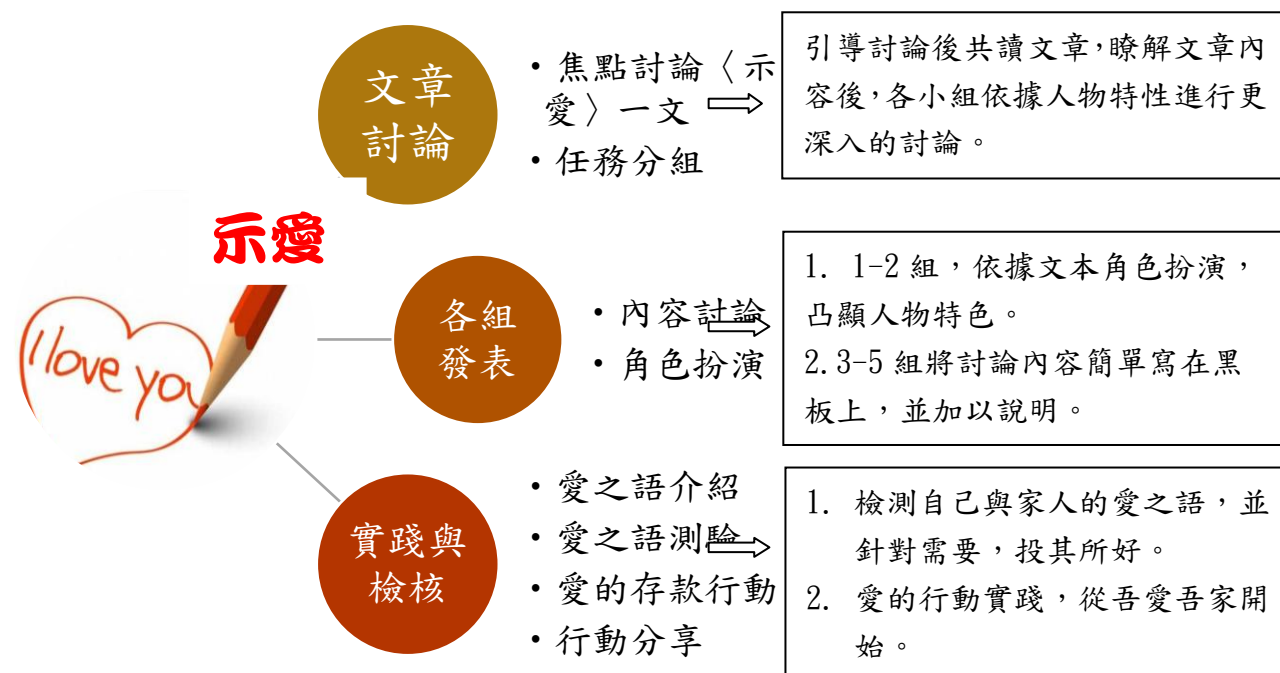
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |        |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|
| 主題名稱     | 示愛—愛的實踐家                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 學校   | 卑南國中   |
| 設計者      | 張雅閔                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |      |        |
| 參考資料     | 廖玉蕙，2006 年，《不信溫柔喚不回》，九歌出版社                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 適用年級 | 7-9 年級 |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 節數   | 3      |
| 設計理念     | <p>1. 在我們的文化中，大家普遍習慣含蓄的示愛方式，把別人對自己的好視為理所當然，而忽略了愛的表達是生活中重要的一環。藉由廖玉蕙〈示愛〉一文，用ORID焦點討論廖玉蕙的〈示愛〉，輔以角色扮演的戲劇對話，帶入愛的五種語言介紹與行動實踐，讓學生省思自己與家人的關係，透過彼此的對話、溝通與分享，充實生活經驗及新知能，藉此改善家庭關係，使家人之間的互動更加緊密。</p> <p>2. 以此為基礎，冀望日後可以將愛的行動拓展在其他入際互動上，讓生活充滿愛與關懷的正面能量，增進人際和諧。</p>                                                          |      |        |
| 學生先備知能分析 | <p>青少年時期因為身體急速成長，親子關係相當不穩定也容易發生衝突，這個時期的孩子比較彆扭，羞於表達心中的愛意，孩子對於家人，不是不愛，而是不知道如何表達對家人的情感。</p>                                                                                                                                                                                                                       |      |        |
| 教學資源     | <p>1. 終身教育司首頁<br/> <a href="https://depart.moe.edu.tw/ED2400/News_Content.aspx?n=84EAABCC9E60E20A&amp;sms=192DA19CAF96AADC&amp;s=8586869C403D3806">https://depart.moe.edu.tw/ED2400/News_Content.aspx?n=84EAABCC9E60E20A&amp;sms=192DA19CAF96AADC&amp;s=8586869C403D3806</a></p> <p>2. 數位教學資源網，許瓊文〈示愛教學設計〉</p> |      |        |

|                                                                                  | <p><a href="https://etoe.tc.edu.tw/index/vrs/did/9039">https://etoe.tc.edu.tw/index/vrs/did/9039</a></p> <p>3. 永遠沒有機會說出口的愛</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=rpwwmB_iclI">https://www.youtube.com/watch?v=rpwwmB_iclI</a></p> <p>4. 人際關係必殺技-愛的五種語言</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=pSg0EOMQuk4">https://www.youtube.com/watch?v=pSg0EOMQuk4</a></p> <p>5. 八種透過實際行動表達你的愛的方法</p> <p><a href="http://www.knowledger.info/2014/05/12/8-simple-ways-show-your-love-without-words/">http://www.knowledger.info/2014/05/12/8-simple-ways-show-your-love-without-words/</a></p> <p>6. 發現你的愛之語—愛的語言評量檢測</p> <p><a href="http://web.tsvs.ntpc.edu.tw/wp-content/uploads/sites/7/2016/05/love.pdf">http://web.tsvs.ntpc.edu.tw/wp-content/uploads/sites/7/2016/05/love.pdf</a></p> <p>7. 回溫廣告家人篇</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=2bxguPkQFws">https://www.youtube.com/watch?v=2bxguPkQFws</a></p> <p>8. 一位媽媽寫給「叛逆兒子」的一封信</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=81e0HN2sy0U">https://www.youtube.com/watch?v=81e0HN2sy0U</a></p> |                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 教學方法                                                                             | ORID 焦點討論教學法、發表教學法、角色扮演法、合作學習、實作評量、同儕互評                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                     |
| 對應家庭教育指標                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 九年一貫／高中能力指標                                                                                                         |
| 主題軸 I：家人關係<br>(1) 瞭解家庭<br>I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責任<br>I-1-4-1 認識並實踐青少年在家庭中的角色和責任 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 九年一貫課程綱要重大議題—家政教育<br>4-2-1 瞭解個人具有不同的特質<br>4-3-2 瞭解家人角色意義及其責任<br>4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受<br>4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人 |

|                                                                                                                                                            |                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| (2) 關懷家人<br>I-2-1-2 主動和家人分享生活點滴<br>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷<br>I-2-2-3 與家人分享生活經驗<br>I-2-4-4 營造家庭生活中與家人分享的機會<br>I-2-5-1 反思與家人的互動關係<br>I-2-5-2 瞭解並實踐自己的家庭責任 | 感情<br>4-4-1 肯定自己，尊重他人<br>4-4-6 建立學習型家庭概念，運用於生活中 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|

### 教學架構與安排

(以架構圖或表格概述整體的教學規劃)



| 指標對應             | 教學活動                                                                 | 時間   | 教學資源 | 教學評量 |
|------------------|----------------------------------------------------------------------|------|------|------|
| I-2-5-1 反思與家人的互動 | 第一節—〈示愛〉文本討論<br><b>【引起動機】</b><br>一、影片欣賞：<br>透過影片〈永遠沒有機會說出口的愛〉瞭解影片內容。 | 5min | 單槍投影 |      |



|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |       |          |              |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|--------------|
| 關係                 | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=rpwwmB_i">https://www.youtube.com/watch?v=rpwwmB_i</a><br><a href="#">cII</a><br>二、透過影片，詢問學生這段影片主要在傳達什麼？(參考答案:愛要及時，珍惜每個跟家人相處的當下。)<br><br><b>【發展活動】</b><br>三、猜一猜:〈示愛〉這一篇文章內容在表達什麼？是誰對誰示愛？我們平時如何示愛？<br>四、共讀〈示愛〉文章。<br>五、在這篇文章裡頭，你看了什麼？有哪些角色？發生了什麼事情？兩代之間，對於「愛」的不同表達習慣有什麼差異？<br><br>六、分組討論<br>每一組任務不同，題目抽籤決定。1-2 組同學上台演出人物對話情節，3-5 組討論完，請同學先上台將答案簡單寫上，並派人加以介紹。 |       | 機、電腦     | 發表教學法        |
|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3min  | 單槍投影機、電腦 | ORID 焦點討論教學法 |
|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 5min  | 機、電腦     |              |
|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2min  | 腦        |              |
|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 20min |          | 合作學習         |
|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |       | 溫 老師 五卡版 | 發表教學法        |
| 4-2-1 瞭解個人具有不同的特質  | <b>【綜合活動】</b> 各組發表<br>1. 請演出作者與兒子、女兒的相關對話情節。<br><b>【角色扮演】</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 5min  | 單槍投影機、電腦 | 角色扮演法        |
| 4-3-2 瞭解家人角色意義及其責任 | 2. 請演出作者廖玉蕙對母親的示愛情節。(模擬扭捏、緊張、欲言又止……)<br><b>【角色扮演】</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 5min  | 腦        | 角色扮演法        |
|                    | -----第一節 結束-----                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |          |              |

|                                  |                                                                                                                                                                                     |             |                                     |                       |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------|-----------------------|
| <p>I-2-5-1 反思與家人的互動關係</p>        | <p>第二節課--〈示愛〉文本討論</p> <p>3. 女兒對媽媽如何示愛？感覺怎麼樣？讓你想<br/>到什麼？學到什麼？有什麼重要的領悟？<br/>猜測女兒的個性，會是一個什麼樣的人？<br/>文章哪裡可以看出示愛的力量？【討論】</p>                                                            | <p>5min</p> | <p>單槍<br/>投影<br/>機、電<br/>腦</p>      | <p>合作學習<br/>發表教學法</p> |
| <p>4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受</p> | <p>4. 兒子怎麼對媽媽說話？感覺怎麼樣？讓你想<br/>到什麼？學到什麼？有什麼重要的領悟？<br/>猜測兒子的個性，會是一個什麼樣的人？<br/>【討論】</p> <p>5. 作者廖玉蕙選擇女兒的哪一種示愛方式向母親示愛？她面臨什麼阻撓、困擾？面對示愛的態度與表現如何？猜測廖玉蕙的個性，會是一個什麼樣的人？文章哪裡可以看出示愛的力量？【討論】</p> | <p>5min</p> | <p>溫 老<br/>師 五<br/>卡版</p> <p>板書</p> | <p>同儕互評</p>           |
| <p>I-2-2-2 使用適當的方式表</p>          | <p>【小結】同儕互評+老師講評</p> <p>a. 請同學針對小組討論、分享及角色扮演，討論人物個性，對照接受女兒示愛的安慰，及自己拙於示愛的窘境，呈現出兩代之間，對於「愛」不同的表達習慣，講出各組的優缺點。</p> <p>b. 引導孩子省思自己與家人的互動：</p> <p>【影片欣賞】愛的存款介紹--人際關係必殺技-愛的五種語言</p>         | <p>5min</p> | <p>單槍<br/>投影<br/>機、電</p>            |                       |

|                           |                                                                                                       |       |          |         |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|---------|
| 達對家人的愛<br>與關懷             | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=pSg0EOMQuk4">https://www.youtube.com/watch?v=pSg0EOMQuk4</a> | 5min  | 腦        |         |
|                           | 全班討論示愛有哪些方式？有哪些我們可以改變的地方？接下來，我們可以怎麼實踐？                                                                | 5min  |          | 焦點討論教學法 |
| I-2-1-2 主動和家人分享生活點滴       | 七、【愛之語測驗】<br>a. 瞭解自己的愛之語（課堂測驗）<br>b. 瞭解家人的愛之語（拿回家給家人測驗）                                               | 10min | 愛之語測驗單   | 實作評量    |
| I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷 | C. 請同學分享自己的愛之語<br><br>【小結】                                                                            |       |          | 發表教學法   |
| I-2-2-3 與家人分享生活經驗         | a. 進行愛的表達以「投其所好，非己所要」為原則，讓接受者（存款人）有幸福的感受。<br>b. 開始愛的實踐活動：先瞭解家人的愛之語後，開始在愛的存摺上記錄愛的行動。                   | 5min  | 愛的存摺學習單  |         |
|                           | -----第二節結束-----<br>第三節—實踐與分享                                                                          |       |          |         |
| I-2-4-4 營造家庭生活中與家人分享的機會   | 【引起動機】<br>一. 影片欣賞：回溫廣告家人篇<br><br>參考網址：                                                                | 5min  | 單槍投影機、電腦 |         |

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                 |       |              |               |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------|---------------|
| 4-4-6 建立學習型家庭概念，運用於生活中   | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=2bxguPkQFws">https://www.youtube.com/watch?v=2bxguPkQFws</a>                                                                                                                                           |       |              | 發表教學法         |
| 4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情 | <p>【發展活動】</p> <p>二. 請同學分享家人的愛之語，針對家人的部分，你做了什麼投其所好的愛家行動？家人的感受怎麼樣？你的感受又是如何？</p>                                                                                                                                                                   | 10min | 單槍<br>投影機、電腦 |               |
| I-2-5-1 反思與家人的互動關係       | <p>三. 組內分享愛的行動，有沒有遇到什麼問題？請組員協助找出解決方法（或將問題寫紙條上傳給老師，讓大家一起想辦法解決。）</p>                                                                                                                                                                              | 10min |              | 合作學習<br>發表教學法 |
| I-2-5-2 瞭解並實踐自己的家庭責任     | <p>四. 欣賞其他同學的愛的存款學習單。（去除姓名，將同學的學習單掃描後用投影機播放，請大家一起檢視學習有沒有問題？提出解決方案後供參考。）</p> <p>五. 綜合活動</p> <p>【影片欣賞】一位媽媽寫給「叛逆兒子」的一封信</p> <p>參考網址：<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=81e0HN2sy0U">https://www.youtube.com/watch?v=81e0HN2sy0U</a></p> | 5min  | 單槍<br>投影機、電腦 |               |
| I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責  | <p>【討論】看完這部影片，你有什麼感覺？印象最深刻的是哪一段話？為什麼老師要大家看這部片子？（各小組請將答案寫在黑板上，最後</p>                                                                                                                                                                             | 5min  | 板書           | 合作學習<br>發表教學法 |

|                                            |                                                                                                                                                                            |  |  |  |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| <p>任</p> <p>I-1-4-1 認識並實踐青少年在家庭中的角色和責任</p> | <p>由老師講解)</p> <p>【小結】</p> <p>愛的存款簿是將每個人對家人、家庭的付出、關心、肯定的能力，存進屬於我們家的一本簿子。為了讓愛的帳戶存款豐厚，因此，鼓勵家中的每位成員學習用心存款，一起參與學習，並付出愛的行動，存款即能穩定增加，讓家庭更為和諧，讓每個人都能感受到幸福感。</p> <p>---第三節結束---</p> |  |  |  |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱，請搜尋相關網站。

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國中教師組  
臺東縣立新生國中  
黃瑞真 老師



# 臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選

|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 主題名稱                                                                                                                                                                                                | 惜金也愛家－青少年金錢管理融合親子關係之方案發展                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 學校                                                                                                                                                                                                                                                                            | 新生國中 |
| 設計者                                                                                                                                                                                                 | 黃瑞真                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
| 參考資料                                                                                                                                                                                                | 1. 103 年兒童及少年生活狀況調查(民 107)。衛生福利部統計處。<br><a href="https://dep.mohw.gov.tw/DOS/cp-1771-3602-113.html">https://dep.mohw.gov.tw/DOS/cp-1771-3602-113.html</a><br>2. 106 年台東縣家庭收支概況通報(民 107)。台東縣政府縣政統計資訊網。 <a href="https://goo.gl/17igJB">https://goo.gl/17igJB</a>                                                                                      | 適用年級                                                                                                                                                                                                                                                                          | 九年級  |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 節數                                                                                                                                                                                                                                                                            | 9 節  |
| 設計理念                                                                                                                                                                                                | 在相關社會調查研究中，可發現 71.1% 的青少年零用錢以父母親或家人供給者為主要來源，而青少年與父母意見不一致的原因，除了生活習慣 37.9%、課業問題 37.7% 外，青少年與父母因購物、消費的價值差異與父母發生意見不一致的情形佔了 29.9% (購物佔 14.8%、用錢方式 14.4%)，亦即為第三大主因，而導師經驗中，也發現此意見不一致，常引發親子衝突，例如：父母常抱怨孩子不懂賺錢的辛苦、錢花在不該花的項目上（如：名牌手機、網咖），學生常抱怨父母給的零用錢不夠、對自己用錢有太多干涉，因此，本課程以金錢使用為主要探討內容，透過課程活動促進親子雙方針對金錢管理上的衝突與價值差異進行體認及溝通，進而減低衝突、增進親子關係，並針對未來轉換成親子教育方案的實施方式給予建議。 |                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
| 學生先備知能分析                                                                                                                                                                                            | 1. 基礎溝通原理。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
| 教學資源                                                                                                                                                                                                | 1. 繪本：媽媽的紅沙發。<br>2. 理財軟體、APP (如：Andro Money 理財幫手、哈拉記帳、卡娜赫拉家計簿)                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
| 教學方法                                                                                                                                                                                                | 講述法、小組討論法、角色扮演、主題探討作業                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 九年一貫／高中能力指標                                                                                                                                                                                                                                                                   |      |
| I-2-4-2 瞭解並關懷青少年階段親子衝突的成因與因應<br>I-2-4-3 關懷家庭成員的需求與期待<br>I-2-5-1 反思與家人的互動關係<br>I-2-5-2 瞭解並實踐自己的家庭責任<br>II-4-4-1 運用家庭資源訂定自己的合理生活目標<br>II-4-4-2 瞭解家庭財務狀況<br>II-4-5-1 運用家庭資源訂定家庭目標<br>II-4-5-2 探索家庭理財知能 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 綜2-4-1 覺察自己與家人溝通的方式，並體驗經營家庭生活的重要。<br>綜2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用<br>綜2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。<br>綜2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。<br>家4-4-2 運用溝通技巧，促進家庭和諧。<br>家4-4-3 調適個人的家庭角色與其他角色間的衝突<br>家4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案<br>家3-4-3 建立合宜的生活價值觀<br>家3-4-5 瞭解有效的資源管理，並應用於生活中 |      |

| 週次                                     | 第一週                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 時間                | 90 分鐘                                                                                                                                                                                  |             |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 單元主題名稱                                 | 「金」的價值                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                   |                                                                                                                                                                                        |             |
| 單元目標                                   | 1. 體認親子金錢價值的差異<br>2. 促進親子針對金錢價值進行對話                                                                                                                                                                                                                                           |  | 指標對應              | I-2-4-2 瞭解並關懷青少年階段親子衝突的成因與因應<br>I-2-5-1 反思與家人的互動關係<br>II-4-4-2 瞭解家庭財務狀況<br>綜2-4-6有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用<br>家3-4-3 建立合宜的生活價值觀<br>家4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案<br>家3-4-3 建立合宜的生活價值觀 |             |
| 指標對應                                   | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | 時間                | 教學資源                                                                                                                                                                                   | 教學評量        |
| I-2-4-2<br>I-2-5-1<br>家3-4-3           | 1. 課前作業<br>(1)價格天書：學生選三樣覺得很有價值的東西，將其拍成照片，貼於作業上，選父母其中一人及另一個與你不太熟悉的人，填寫你願意花多少錢買它?記得在別人回答時不可透露出你物品的底價喔~<br>(2)我家生活的金靠山：訪問父母，並記錄下來。                                                                                                                                               |  |                   | 附件一<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>附件二                                                                                                                                         | 作業單         |
| I-2-4-2<br>I-2-5-1<br>家3-4-3           | 2. 活動一：價值的天書<br>藉由此活動使學生體認價格並不等於價值，價值是依據個人所不同的。盲目追求價格反而落入了價值的迷思，並學習尊重別人的價值判斷。<br>(1) 請同學分享估價落差最大的一件物品，並說明別人給與此價錢的原因。<br>(2) 請同學組內彼此分享大家的作業後，討論下列問題：<br>①猜一猜價錢近似或差距大的共同原因。<br>②每個人的原因有錯嗎?為什麼?<br>③與自己父母差別最大的項目是?父母的原因是?自己是否也常因為父母與自己價值認同上的差異而常有衝突?<br>④什麼是價值?什麼是價格?這兩個東西是一樣的嗎? |  | 5 分鐘<br><br>20 分鐘 | 附件一                                                                                                                                                                                    | 小組討論        |
| II-4-4-2<br>綜2-4-6<br>家4-4-4<br>家3-4-3 | 3. 活動二：我家生活的金靠山<br>(1)請同學分享訪問的內容。                                                                                                                                                                                                                                             |  | 20 分鐘             | 附件二                                                                                                                                                                                    | 作業單<br>口頭分享 |

|                                           |                                                                                                                                                                    |       |                |            |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------|------------|
|                                           | <p>①父母覺得工作最辛苦的地方是？你有什麼感想？</p> <p>②父母用了哪些金錢管理原則，是值得我們效法的？</p> <p>③在聽完大家的分享後，你覺得父母工作、持家對家庭最大的價值是什麼？</p>                                                              |       |                |            |
| II-4-4-2<br>綜 2-4-6<br>家 4-4-4<br>家 3-4-3 | <p><b>4. 活動三：金錢管理名言堂</b></p> <p>(1)將父母金錢管理的哲學，及生活中應用的其他成功名人的例證，與同學分享後，以小組為單位製作成海報展示。</p> <p>例如：樂在節約的王永慶、勤儉建國的蔣經國</p>                                               | 35 分鐘 | 全開<br>海報<br>一張 | 海報<br>小組報告 |
| 教學提醒                                      | <p>1. 本週的作業較多，建議可安排在開學前的暑假或寒假作業，於開學後進行課程。</p> <p>2. 海報展示亦可結合學校進行比賽，促進學生參與動機，並藉由海報展示，促進青少年思考金錢的價值觀。</p> <p>3. 轉換成親子團體方案時，帶領者準備不同世代喜歡的物品，來進行兩代估價競賽，並從中討論親子的價值差異。</p> |       |                |            |

## 價值的天書

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 座號：\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_

請在你的身邊找出三樣你覺得很有價值的東西，將其拍成照片後貼在作業上。請尋問你父母及另一個和你不太熟悉的人，願意花多少錢買你貼出照片的物品？並訪問他們出這個價錢的原因，將其原因紀錄下來。

|          |                       |                       |                       |
|----------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 物品<br>實照 | 例：<br>nike 球鞋一雙       | 例：<br>孫燕姿簽名 cd 一張     | 例：<br>與自己長相一樣的公仔      |
| 父或母      | 出價                  元 | 出價                  元 | 出價                  元 |
|          | 原因                    | 原因                    | 原因                    |
| 受訪者      | 出價                  元 | 出價                  元 | 出價                  元 |
|          | 原因                    | 原因                    | 原因                    |
|          |                       |                       |                       |

看完大家填寫的價錢，你有什麼感想呢？

## 我家生活的「金」靠山

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 座號：\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_

父母是家庭的經濟支柱，我們來看看他們對金錢的看法是？他們怎麼賺取金錢？用什麼原則、方法管理家裡的金錢。

一、 父母認為錢很重要嗎？為什麼？

二、

---

---

---

三、

---

---

---

四、 父母是怎麼管理自己的金錢？運用了哪些方法？

---

---

---

五、 依據父母的金錢管理座右銘，搜尋新聞或書籍，找一則真人實例，並將其簡報或影印短篇故事帶來與同學分享。

| 週次                                                   | 第二週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |      | 時間                                                                                                                                                                                                                     | 90 分鐘                                   |             |  |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------|--|
| 單元主題名稱                                               | 「金」碧輝煌我的家                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |      |                                                                                                                                                                                                                        |                                         |             |  |
| 單元目標                                                 | 3. 瞭解家庭收支花費情形<br>4. 體認經營家庭的辛勞<br>5. 因應家庭情形調整金錢使用                                                                                                                                                                                                                                                                       | 指標對應 | I-2-4-3 關懷家庭成員的需求與期待<br>II-4-4-1 運用家庭資源訂定自己的合理生活目標<br>II-4-4-2 瞭解家庭財務狀況<br>II-4-5-1 運用家庭資源訂定家庭目標<br>II-4-5-2 探索家庭理財知能<br>綜2-4-6有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用<br>綜2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。<br>家4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案 |                                         |             |  |
| 指標對應                                                 | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      | 時間                                                                                                                                                                                                                     | 教學資源                                    | 教學評量        |  |
| II-4-4-2<br>II-4-5-1<br>II-4-5-2<br>家4-4-4<br>綜2-4-6 | 1. 活動一：家理萬「金」—家庭花費猜一猜<br>(1) 請小組依據上星期的課前作業(附件一，家理萬「金」訪問單)，先小組討論一個家庭有哪些收入與開銷？並依據各組所訪問得的收支名稱及大約小組平均金額，記錄在記錄單上，例如房貸，大約每個月從 15000~30000 元。<br>(2) 於黑板上畫上「家」的形狀，採小組接力競賽的方式，輪流寫出一個家庭需要有哪些開支。<br>(3) 統計一下每個月一個家庭需要多少收入才能應付開支。(老師可根據台東縣的調查，與同學補充台東縣的家庭平均各項的花費及開銷)<br>(4) 請各組分享各家財政部長的甘苦談。<br>心得分享：當你看到家庭收支數據及財政部長的甘苦談後，你的想法為何？ |      | 5 分鐘<br><br>15 分鐘<br><br>10 分鐘<br><br>10 分鐘<br><br>5 分鐘                                                                                                                                                                | 附件二：家理萬「金」記錄單<br><br><br><br><br>小組加分海報 | 作業單<br>心得分享 |  |
|                                                      | 2. 活動二：話「金」好書——繪本「媽媽的紅沙發」欣賞<br>(1) 繪本故事欣賞(附件三)。<br>(2) 繪本內容討論：引導學生討論下列問題，藉此讓學生體認家庭中每個份子都很重要，即使小朋友存下的小銅板，都是成就全家夢想、協助家庭度過難關的重要主角。<br>①這個故事最讓你感動的情節是什麼？為什麼？                                                                                                                                                               |      | 15 分鐘<br>20 分鐘                                                                                                                                                                                                         | 媽媽紅沙發繪本 ppt 或書籍                         |             |  |
|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                                                                                                                                                                                                                        |                                         |             |  |
|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                                                                                                                                                                                                                        |                                         |             |  |
|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                                                                                                                                                                                                                        |                                         |             |  |

|                                                                              |                                                                                                         |       |          |     |
|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|-----|
|                                                                              | <p>②為什麼這家庭最後可買得起全家的夢想-「紅沙發」，這是誰的貢獻？</p> <p>③上節課提到，家庭需要許多錢來經營，父母也因著錢產生許多壓力，這時的你可如何為家裡盡一份心力，分擔家中的責任呢？</p> |       |          |     |
|                                                                              | <p>3. 課後作業：課後小省思（附件四）</p> <p>發下課後作業單，請同學沈澱心情，寫下心得感想。</p>                                                | 10 分鐘 | 附件四      | 作業單 |
| <p>I-2-4-3</p> <p>II-4-4-1</p> <p>II-4-5-1</p> <p>家 4-4-4</p> <p>綜 2-4-1</p> | <p>4. 交待下星期作業：發下每個學生一張民意投票單、一個信封，請帶回給家長填答，並於下星期上課前收齊交回。</p>                                             |       | 第三週的附件一「 |     |
| 教學提醒                                                                         | <p>1. 此部分作業一亦可同上週結合假期作為寒暑假作業。</p> <p>2. 轉換成親子團體方案時，可進行親子零用錢論壇，讓兩代進行對話與看法討論。</p>                         |       |          |     |



## 家理萬「金」小偵探

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 座號：\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_

一個家庭運作，需要許多金錢來維持，你知道一個家庭每個月會有哪些花費與收入嗎？請訪問父母或最清楚家計的家人，問問他一個月內家庭的大約花費，以及擔任家中財政部長的甘苦談喔～



### 尋找 家中的財政部長

訪問對象：\_\_\_\_\_

受訪時間：\_\_\_\_\_

管理財政的至理名言：\_\_\_\_\_

管理財政的甘苦談：\_\_\_\_\_

最快樂的事：\_\_\_\_\_

最有壓力的事：\_\_\_\_\_



支出：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_\_  
約\_\_\_\_\_元

## 家理萬「金」討論單

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 第\_\_\_\_組 記錄小苦力\_\_\_\_ 出席成員\_\_\_\_

一個家庭運作，需要許多金錢來維持，根據我們的訪問結果，將家庭會有的大概花費與收入寫在底下吧！

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

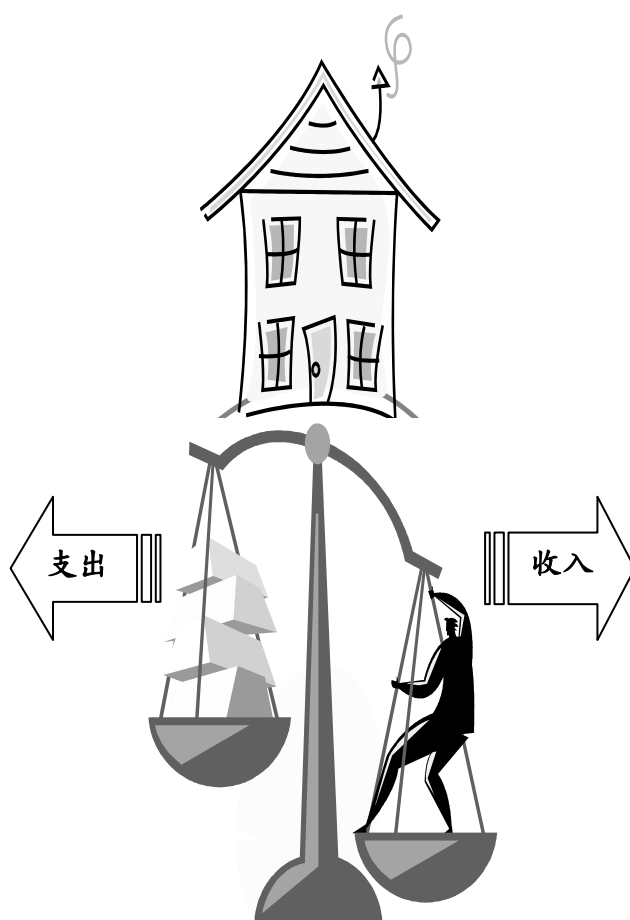
支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

支出：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元



來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

來源：\_\_\_\_  
約\_\_\_\_元

### 書籍介紹：媽媽的紅沙發

【作者】文圖/威拉·畢·威廉斯

【譯者】

柯倩華

【出版者】三之三文化事業出版公司

台北縣新店市民權路 100-1 號 5 樓

電話：02-22192199

傳真：02-22189730

【內容簡述】

一場大火燒毀了一切，小女孩削洋蔥打工，媽媽努力賺小費及生活費，外婆努力討價還價節省開支，共同經營一個購買沙發的夢想。

【內容提要】

小女孩和媽媽買鞋回家後，發現家門前停了消防車，濃煙及大火吞蝕了家中的一切，還好外婆和貓咪都沒有事。當她們搬新家的時候，街坊鄰居及親戚們全都來幫忙，有的送披薩、冰淇淋，有的送窗簾，有的送地毯，有的送餐具，還有的送玩具，然而令人感動的是她們得到了許多的掌聲，倍感溫馨。



資料來源：<http://life.edu.tw/data/plan/091/H53600-0000006/>

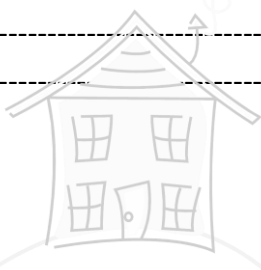


## 課後小省思

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 座號：\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_

今天上完課  
後，我的心得  
是……

我的家庭是否也有個夢想呢？（例如：買家具、出遊），我可以在金錢使用上怎麼調整，幫助家人早日達到夢想？



老師回饋：



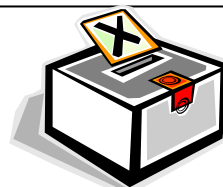
| 週次                                       | 第三週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |      | 時間                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 90 分鐘                                       |      |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|------|
| 單元主題名稱                                   | 「金」需要溝通                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                             |      |
| 單元目標                                     | 1. 了解青少年的零用錢需求<br>2. 體認父母角色對青少年零用錢使用的擔憂<br>3. 促進親子針對金錢使用問題的進行溝通                                                                                                                                                                                                                                                                   | 指標對應 | I-2-4-2 瞭解並關懷青少年階段親子衝突的成因與因應<br>I-2-4-3 關懷家庭成員的需求與期待<br>I-2-5-1 反思與家人的互動關係<br>I-2-5-2 瞭解並實踐自己的家庭責任<br>II-4-4-1 運用家庭資源訂定自己的合理生活目標<br>II-4-5-2 探索家庭理財知能<br>綜2-4-1 覺察自己與家人溝通的方式，並體驗經營家庭生活的重要。<br>綜2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。<br>家4-4-2 運用溝通技巧，促進家庭和諧。<br>家4-4-3 調適個人的家庭角色與其他角色間的衝突<br>家4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案<br>家3-4-5 瞭解有效的資源管理，並應用於生活中 |                                             |      |
| 指標對應                                     | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      | 時間                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學資源                                        | 教學評量 |
|                                          | 1. 課前準備：將收回的民意投票箱，統計結果後，製成 powerpoint 或海報。                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 附件一                                         |      |
| I-2-4-2<br>I-2-4-3<br>家 4-4-3<br>家 4-4-4 | 2. 活動一：我的金錢需求-歌曲欣賞與討論「我要錢」<br>(1)歌曲欣賞。<br>(2)民意大聲公:請同學依據自己的想法，大聲喊出自己的答案。(對、不對)<br>①國中生應該有自己的零用錢？<br>②我想要有零用錢(或是有更多零用錢)？<br>(3)小組討論：請小組將討論答案寫在海報上<br>①歌曲中的青少年將零用錢花在不少地方，就你們自己的經驗，國中生為什麼要有零用錢？要花在什麼地方？為什麼？<br>②歌曲中的青少年聽起來父母似乎不太願意給他太多零用錢，你覺得原因是什麼？<br>④除了歌曲中提到的原因外，你覺得還有哪些原因是父母不願意給太多零用錢的原因？<br>(4) 民意論壇：請各組派代表上台發表你們的想法，若贊同給予熱烈掌聲。 |      | 5 分鐘<br>2 分鐘<br><br>8 分鐘<br><br>15 分鐘                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 撥放器、歌詞單（附件二）<br><br><br><br><br>各組一張海報一支麥克筆 | 心得分享 |
| I-2-4-2                                  | 3. 活動二：開票時刻—父母的看法                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 海報                                          | 心得分享 |

|                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                    |             |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------|------|
| I-2-4-3<br>家 4-4-3<br>家 4-4-4                                                                    | <p>(1)運用海報或 ppt 展示父母的看法。讓學生瞭解父母對國中生有零用錢的看法、父母所擔心的問題、及如何讓父母增加或減少零用錢的作法。</p> <p>(2)討論與分享：為了讓父母安心我們的金錢使用，我們可以怎麼做？（老師適時補充與分享）</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 5 分鐘<br><br>10 分鐘  | 或 ppt       |      |
| II-4-5-2<br>綜 2-4-1<br>家 4-4-4<br>家 3-4-5                                                        | <p><b>4. 活動三：充實金錢掌握力—即席問答與工具分享</b></p> <p>為求讓父母信任我們具有金錢管理能力，統整上節課所提及的，儲蓄、管帳(清楚自己的消費)是很重要的。</p> <p>(1) 儲蓄概念相關概念搶答賽(可設計成是非、選擇或問答，例題如下)</p> <p>①未滿十八歲不能去銀行開戶存款。</p> <p>②請解釋通儲和定存的不同。</p> <p>③設定提款卡密碼要考慮那些原則？</p> <p>④利用郵局或銀行儲蓄有什麼好處呢？</p> <p>(2) 計帳軟體分享與操作示範</p> <p>註：坊間有許多記帳的軟體，方便便利，例如可拍照記帳、掃描 QR code，甚至有可愛卡通介面，教師可介紹幾種，鼓勵學生嘗試使用。</p> <p>例如：Andro Money 理財幫手、哈拉記帳、卡娜赫拉家計簿等。</p> <p>註：若時間充足，也可帶領學生分組利用電腦或手機搜尋軟體、安裝軟體、試用並介紹。</p> | 10 分鐘<br><br>10 分鐘 | 電腦、智慧型手機    | 搶答競賽 |
| I-2-4-2<br>I-2-4-3<br>I-2-5-1<br>II-4-5-2<br>綜 2-4-1<br>家 4-4-2<br>家 4-4-3<br>家 4-4-4<br>家 3-4-5 | <p><b>5. 活動四：溝通狀況劇</b></p> <p>(1)當遇到零用錢問題時，我們該怎麼像父母表達，才是最好的呢？請小組討論並演出。（老師可先提示重點，例如家裡的狀況、考量父母的擔心、自己的需求是否合理.....等等，不一定要好的結局，也可以寫親子間常發生的狀況）</p> <p>(2)各組表演 3 分鐘。老師加以補充與說明，檢討各組所飾演的主角哪些部分很好，哪些部分可以怎麼改善。（時間不足時選擇三組表演即可）</p> <p>教師歸納：溝通的正向原則（我訊息、同理心、協商與討論）</p>                                                                                                                                                                      | 7 分鐘<br><br>15 分鐘  | 狀況劇討論單（附件三） | 戲劇演出 |

|                                                                                                             |                                                                                                                                                |      |              |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------|-----|
| I-2-4-2<br>I-2-4-3<br>I-2-5-1<br>I-2-5-2<br>II-4-5-2<br>綜 2-4-1<br>家 4-4-2<br>家 4-4-3<br>家 4-4-4<br>家 3-4-5 | <b>6. 課後回餽作業：「計帳練習」或「愛的金契約」二選一</b><br>(1) 練習運用老師分享的計帳軟體，練習計帳一個星期後，與父母討論一週花費，並寫下 300 字的心得。<br>(2) 練習寫下愛的「金」契約，向父母表達你的想法，也讓父母安心你的用錢狀況喔~並請父母給予回饋。 | 3 分鐘 | 愛的「金」契約（附件四） | 作業單 |
| 教學提醒                                                                                                        | 1. 轉換成親子團體方案時，可用圈叉牌讓父母表示意見，讓親子共同互動討論立下愛的契約。                                                                                                    |      |              |     |



## 民意投票箱



親愛的家長：

本週綜合領域活動課將繼續第三週有關金錢管理的課程，將與孩子探討零用錢的使用與管理，為了讓孩子更瞭解父母的用意及苦心，麻煩您勾選下列問題選項，填答完後請放入信封封起，我將於課程上統計各家長的意見，並與學生分享討論，謝謝您的合作！

| 題目                                                                                                                                                                                                                                                       | 非常同意                     | 同意                       | 普通                       | 不同意                      | 非常不同意                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 國中生應該要有零用錢。                                                                                                                                                                                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 零用錢可以幫助國中生練習管理金錢。                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 父母會視孩子表現決定零用錢的多寡。                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 我會擔心孩子的哪些金錢問題？<br><input type="checkbox"/> 向別人借錢 <input type="checkbox"/> 花錢買違禁品（香菸、酒、毒品等） <input type="checkbox"/> 將吃飯錢省下去買其他東西<br><input type="checkbox"/> 不會保管錢（把錢遺失） <input type="checkbox"/> 亂花錢買不必要的東西 <input type="checkbox"/> 其他_____         |                          |                          |                          |                          |                          |
| 5. 哪些情形我會決定減少孩子的零用錢。（可複選）<br><input type="checkbox"/> 向別人借錢 <input type="checkbox"/> 花錢買違禁品（香菸、酒、毒品等） <input type="checkbox"/> 將吃飯錢省下去買其他東西<br><input type="checkbox"/> 不會保管錢（把錢遺失） <input type="checkbox"/> 亂花錢買不必要的東西 <input type="checkbox"/> 其他_____ |                          |                          |                          |                          |                          |
| 6. 哪些情形我會增加孩子的零用錢。（可複選）<br><input type="checkbox"/> 懂得儲蓄 <input type="checkbox"/> 幫忙做家事 <input type="checkbox"/> 學校表現優良（課業、生活）<br><input type="checkbox"/> 買貴重物品前或有特殊需求時，會先和我商量，並尊重我的看法<br><input type="checkbox"/> 其他_____                              |                          |                          |                          |                          |                          |
| 7. 我最希望孩子怎麼使用零用錢？                                                                                                                                                                                                                                        |                          |                          |                          |                          |                          |
| 8. 其他與此主題有關，想跟孩子說的話……                                                                                                                                                                                                                                    |                          |                          |                          |                          |                          |

## 歌曲介紹：我要錢

主唱：張震嶽

專輯名稱：阿嶽正傳

詞曲：張震嶽

就是因為認識了一個新的女生  
所以我買了一頂新的帽子  
她說她禮拜三願意跟我出去逛逛街  
可惜口袋裡剩下兩張五十元  
喔 媽媽 我要錢 喔 爸爸 我要錢  
喔 媽媽 我要錢 喔 爸爸 我需要你的錢

為了那個女生我想了很多方法  
說說笑話吃吃水果看電影  
你也知道交朋友常常需要金錢幫忙  
可能還需要買一套洋裝給她  
喔 媽媽 我要錢 喔 爸爸 我要錢  
喔 媽媽 我要錢 喔 爸爸 我需要你的錢

我承認有時候常偷開車子出去玩  
但至少沒有發生什麼意外  
也承認在外面偷抽煙但我已經戒掉  
希望可以再多給幾張啊  
喔 媽媽 我要錢 喔 爸爸 我要錢  
喔 媽媽 我要錢 喔 爸爸 我需要你的錢  
媽媽 我要錢 爸爸 我要錢  
媽媽 我要錢 爸爸 我需要你的錢

## 溝通狀況劇

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 第\_\_\_\_組 記錄小苦力\_\_\_\_ 出席成員\_\_\_\_

### 演員名單……

|             |                      |
|-------------|----------------------|
| 小華：_____ 飾演 | 其他角色（_____）：_____ 飾演 |
| 父親：_____ 飾演 | 其他角色（_____）：_____ 飾演 |
| 母親：_____ 飾演 | 其他角色（_____）：_____ 飾演 |

小華最近覺得零用錢不夠用，因為\_\_\_\_\_，  
但是因為之前發生過\_\_\_\_\_

所以他很擔心若開口跟父母多要零用錢會不答應，但是還是得與父母溝通一下，於是  
他跟母親、父親說\_\_\_\_\_

母親聽了他的話後說：可是\_\_\_\_\_，

如果\_\_\_\_\_，

父親說：而且\_\_\_\_\_，

假如\_\_\_\_\_，

小華聽了，感到非常\_\_\_\_\_，臉上露出\_\_\_\_\_的表  
情，並說\_\_\_\_\_。（故事結束）

## 愛的「金」契約

親愛的爸媽，我\_\_\_\_\_，在民國\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日，想與你們商量我零  
用錢使用與管理的問題，我希望\_\_\_\_\_

我知道你們一定會擔心我會\_\_\_\_\_，

因此我列出下列幾點保證：

1. 我一定\_\_\_\_\_
2. 我一定\_\_\_\_\_
3. 我一定\_\_\_\_\_
4. 我一定\_\_\_\_\_
5. 我一定\_\_\_\_\_

親愛的孩子，經過商量我們決定☐同意 ☐不同意你的提議，

我們相信你一定遵守你的諾言，但是如有違背，我們決定使用下列方式處理：

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

本契約在我們彼此愛的見證下成立！

立約人：

親愛的孩子\_\_\_\_\_（簽名） 親愛的爸媽\_\_\_\_\_（簽名）

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國中教師組  
臺東縣立都蘭國中  
顧芷瑜 老師

# 臺東縣家庭教育中心 107 年度家庭教育教學方案徵選

|                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 主題名稱                                                                                                                                                    | 家, 無可取代                                                                                                                                                                                                      | 學校                                                                                             | 都蘭國中 |
| 設計者                                                                                                                                                     | 顧芷瑜                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                |      |
| 參考資料                                                                                                                                                    | 1. Mary Hoffman (2014)。了不起的妳。<br>台北市:小魯文化出版。                                                                                                                                                                 | 適用<br>年級                                                                                       | 八年級  |
|                                                                                                                                                         | 2. 獅門娛樂發行(2017)，史蒂芬·切波斯基導演，<br>影片名稱【奇蹟男孩】。<br>3. Sanne Miltenburg(2016)。爸爸專賣店。<br>童夢館出版。<br>繪本影片網址：<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=h0gp-_HAK64">https://www.youtube.com/watch?v=h0gp-_HAK64</a> | 節數                                                                                             | 3    |
| 設計理念                                                                                                                                                    | 藉由學習，更愛家人                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                |      |
| 學生先備知能<br>分析                                                                                                                                            | 1. 能關心和愛護家庭成員。<br>2. 能使用適當的方式表達對家人的愛與關懷。<br>3. 能參與家庭活動並與家人分享經驗。                                                                                                                                              |                                                                                                |      |
| 教學資源                                                                                                                                                    | 繪本、影片、網路相關資源                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                |      |
| 教學方法                                                                                                                                                    | 分組討論、自我檢核、學習單、角色扮演                                                                                                                                                                                           |                                                                                                |      |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                              | 九年一貫／高中能力指標                                                                                    |      |
| I-2-4-1 關懷青少年階段的父母<br>I-2-4-2 瞭解並關懷青少年階段親子衝突的成因<br>與因應<br>I-2-4-3 關懷家庭成員的需求與期待<br>I-2-4-4 營造家庭生活中與家人分享的機會<br>I-2-5-1 反思與家人的互動關係<br>I-2-5-2 瞭解並實踐自己的家庭責任 |                                                                                                                                                                                                              | 無                                                                                              |      |
| 教學架構與安排                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                |      |
| 家，無可取代                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                |      |
| 課程架構                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                |      |
| 課程流程                                                                                                                                                    | 教學時間                                                                                                                                                                                                         | 課程內容                                                                                           |      |
| 單元一<br>了不起的你                                                                                                                                            | 45 分鐘                                                                                                                                                                                                        | 1. 透過繪本讓學生了解家人對自己價值觀的影響。<br>2. 學生能說出家人對自己的用處。<br>3. 學生以行動表示本身對家人的用處。<br>4. 親師生進行家人 VS 自己用處學習單。 |      |
| 單元二<br>奇蹟男孩                                                                                                                                             | 45 分鐘                                                                                                                                                                                                        | 1. 教師經由影片引導學生深入思考影片中各角色的心情。                                                                    |      |

|                                                                        |                                                          | 2. 學生透過分組活動討論奇蹟男孩學習單相關問題及上台分享及提問。<br>3. 親師生進行家人壓力學習單。                                      |                                |                   |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------|
| 單元三<br>家人專賣店                                                           | 45 分鐘                                                    | 1. 教師透過網路資源呈現繪本內容。<br>2. 學生分組討論繪本並進行角色扮演。<br>3. 教師與學生討論各角色的立場與相關問題。<br>4. 學生與家人完成家人專賣店學習單。 |                                |                   |
| 指標<br>對應                                                               | 教 學 活 動                                                  | 時間                                                                                         | 教學<br>資源                       | 教學<br>評量          |
| I-2-4-3<br>I-2-4-4<br>I-2-5-1<br><br><br>I-2-4-4<br>I-2-5-1<br>I-2-5-2 | 單元一：了不起的你                                                | 45 分鐘                                                                                      | 繪本<br>圖片<br>電腦<br><br>分組<br>討論 | 家人 VS 自己<br>用處學習單 |
|                                                                        | (一) 準備活動<br>教師先提示學生看繪本須注重的層面，如家人互動以及主角心態上的改變，後以電腦呈現繪本內容。 | 5 分鐘                                                                                       |                                |                   |
|                                                                        | (二) 發展活動<br>1. 討論繪本中，媽媽與阿媽對葛莉絲的影響。                       | 10 分鐘                                                                                      |                                |                   |
|                                                                        | 2. 教師引導學生想想家人對自己的用處並上台分享。                                | 15 分鐘                                                                                      |                                |                   |
|                                                                        | 3. 教師引導學生反思自己對家人的用處並上台分享。                                | 10 分鐘                                                                                      |                                |                   |
|                                                                        | (三) 綜合活動<br>結論與歸納                                        | 5 分鐘                                                                                       |                                |                   |
|                                                                        | 請學生課後完成「家人 VS 自己用處學習單」，以行動回饋家人，以保有感恩的心。                  |                                                                                            |                                |                   |
|                                                                        | 單元二：奇蹟男孩                                                 | 45 分鐘                                                                                      |                                |                   |
|                                                                        | (一) 準備活動<br>1. 請學生於課前時間欣賞奇蹟男孩影片，記錄自己印象深刻的地方及其原因。         | 課前                                                                                         |                                |                   |
|                                                                        | 2. 教師簡略重述該影片內容，使學生重新再熟悉。                                 | 5 分鐘                                                                                       |                                |                   |
| I-2-4-1<br>I-2-4-2<br>I-2-4-3<br>I-2-4-4                               | (二) 發展活動<br>1. 利用學習單進行劇情討論相關問題，如奧吉的爸媽為什麼要送他上學？           | 15 分鐘                                                                                      | 分組<br>討論                       | 奇蹟男孩學<br>習單       |
|                                                                        | 2. 分組討論後，上台分享及各組提問。                                      | 10 分鐘                                                                                      |                                |                   |
|                                                                        | (三) 綜合活動                                                 |                                                                                            |                                |                   |
|                                                                        |                                                          |                                                                                            |                                |                   |



|                                          |                                                                                                                                                    |                    |                            |                     |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|---------------------|
| I-2-5-1<br>I-2-5-2                       | <p>1. 結論與歸納</p> <p>教師可以各組提問的問題，善加解釋各角色在家庭中的壓力及其因應之道，如奧吉姊姊長期渴望父母關注的心情是如何換成另一種動力？</p> <p>2. 解釋並說明家人壓力學習單的內容及教師期望學生達成的目標，若無法改變現狀，則可以哪種角度或心態來面對現況。</p> | 10 分鐘<br><br>5 分鐘  |                            | 家人壓力學習單             |
|                                          | <p>單元三：家人專賣店</p> <p>(一) 準備活動</p> <p>教師先提示學生看繪本影片須注重的層面，如主角在換爸爸的過程中心態上的改變，後以電腦呈現繪本內容。</p>                                                           | 45 分鐘<br><br>8 分鐘  | 繪本<br>影片<br>電腦             | Youtube---<br>爸爸專賣店 |
| I-2-4-3<br>I-2-4-4                       | <p>(二) 發展活動</p> <p>1. 分組討論改編繪本內容並上台演出，主題為 XX 專賣店，XX 可以是任何家人。</p> <p>2. 教師發下空白紙，請每個寫下自己想要的家人並上台分享。</p>                                              | 22 分鐘<br><br>10 分鐘 | 分組<br>角色<br>扮演<br>個人<br>分享 |                     |
| I-2-4-1<br>I-2-4-2<br>I-2-5-1<br>I-2-5-2 | <p>(三) 綜合活動</p> <p>結論與歸納</p> <p>1. 教師歸納各家人角色的立場與辛苦的一面，沒有一百分的家人，多用體諒的心包容家人的一切。</p> <p>2. 教師說明「家人專賣店學習單」，請學生課後完成，藉此可了解家人彼此間的想法。</p>                  | 5 分鐘               |                            | 家人專賣店<br>學習單        |

# 單元一～ 家人用處學習單

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_

親愛的孩子們：

從小到大，爸爸媽媽等家庭成員，為了讓你健康長大，都付出自己的努力。現在你有能力回報家人，把感恩家人的心化為實際的行動！

仔細想想每個家人對你的用處，以及你對他們的用處是什麼呢？也許你還是個多功能的小幫手呢！用實際行動感恩家人付出，寫在學習單中，得到家人認同時，要請他們簽上大名喔！

| 家人角色 | 對我  | 用處    |      |
|------|-----|-------|------|
| 例：媽媽 |     | 萬能點菜機 |      |
| 1.   |     |       |      |
| 2.   |     |       |      |
| 3.   |     |       |      |
| 我    | 對家人 | 用處    | 家人簽名 |
|      |     |       |      |
|      |     |       |      |
|      |     |       |      |
|      |     |       |      |

## 單元二～ 奇蹟男孩學習單

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_

1. 根據影片, 你覺得奧吉長甚麼樣子, 請你把他畫下來。
2. 如果你是奧吉的爸媽, 你會不會送他上學? 為什麼?
3. 奧吉媽媽為了奧吉放棄了什麼? 請列出奧吉媽媽影響奧吉的地方。
4. 奧吉姐姐維亞是否也需要關心, 她的需求是什麼? 她如何面對這樣的壓力?
5. 想想自己和家人的心理需求及壓力各是什麼?

## 單元二～ 家人壓力學習單

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_

親愛的孩子們：

在「奇蹟男孩」的影片中，奧吉因為外表的因素，承受不少外界的壓力。換個角度思考，他的爸爸、媽媽和姊姊因奧吉也產生不同程度的壓力，例如奧吉媽媽必須放棄自己的論文(事業成就)來全心照顧奧吉；奧吉姊姊因為家人的注意力都放在弟弟身上，因而感受不到愛，幸好後來因為溝通讓家人能敞開心胸，發現每個人的需求，這些事情時常發生在每個家庭中！試著去了解家人的各種壓力來源，也替他們想想辦法或改變對待這些壓力的態度，提供心理上的支持，相信這些都是拉近家人距離的好機會喔！

| 家人角色 | 壓力來源 | 解決辦法 |
|------|------|------|
|      |      |      |
|      |      |      |
|      |      |      |
|      |      |      |

# 單元三～ 家人專賣店學習單

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_

家人專賣店九宮格遊戲規則：

1. 先在九宮格寫下對這位家人的期盼，例如我想要會說故事的爸爸。
2. 兩人都填寫完自己的九宮格後(不能讓對方看到答案)，開始猜測對方的答案，答對的就圈起來，最後看看是否有一連線，有連線者，可跟老師領取獎勵喔！

※※遊戲開始~~~~~

我想要會說故事的爸爸

|  |     |  |
|--|-----|--|
|  |     |  |
|  | 說故事 |  |
|  |     |  |

我想要會幫忙做家务的兒子

|  |       |  |
|--|-------|--|
|  |       |  |
|  | 幫忙做家务 |  |
|  |       |  |

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立興隆國小  
陳美雲 老師

**臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計參考格式**

|                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                 |      |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| <b>主題名稱</b>                                       | 聰明打掃，讓家更乾淨                                                                                                                                                                                                                                      | <b>學校</b>                                                                                                                                                                       | 興隆國小 |
| <b>設計者</b>                                        | 陳美雲                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                 |      |
| <b>參考資料</b>                                       | 《兒童清潔安全教育教師手冊》<br>《聰明打掃-我的家事小秘笈》                                                                                                                                                                                                                | <b>適用年級</b>                                                                                                                                                                     | 三年級  |
|                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>節數</b>                                                                                                                                                                       | 6 節  |
| <b>設計理念</b>                                       | 花王與靖娟兒童文教基金會2011年開始合作推廣清潔安全宣導教育，107年暑假本人收到推廣教材的申請公文，鑒於家事分工是性別平等教育探討家庭成員角色分工不受性別限制的方式之一(也是CEDAW廣告中宣傳的內容之一)，為讓期末有班級性平推動成果產出，也藉此讓學生更加熟練打掃技能，於是申請《聰明打掃-我的家事小秘笈》教材，希望透過課程，讓三年級孩子將這些技能擴展回家中，與家人共做，以促進家庭環境整潔並聯繫家人間的關係。                                 |                                                                                                                                                                                 |      |
| <b>學生先備知能分析</b>                                   | 本班學生在低年級時能分擔班級打掃工作，並每日擦拭個人座位和地面，在家大多能清洗個人餐具，有基本的擦拭、清洗技能。                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                 |      |
| <b>教學資源</b>                                       | 1. 靖娟兒童安全文教基金會兒童清潔安全教育《聰明打掃-我的家事小秘笈》、<br>《兒童清潔安全教育教師手冊》<br>2. 《朱家故事》繪本 PPT （查詢日期:107.11.06）<br>出處 <a href="http://www.smps.hc.edu.tw/school/data/files/201205070949412.ppt">http://www.smps.hc.edu.tw/school/data/files/201205070949412.ppt</a> |                                                                                                                                                                                 |      |
| <b>教學方法</b>                                       | 教師講述、小組討論、個別實作                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                 |      |
| <b>對應家庭教育指標</b>                                   |                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>九年一貫／高中能力指標</b>                                                                                                                                                              |      |
| II-2-2-1 瞭解並實踐家務技巧<br>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷   |                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>【綜合領域】</b><br>2-2-1 實踐個人生活所需技能，提升生活樂趣<br>2-2-3 參與家庭事務，分享與家人休閒互動的經驗與感受<br><b>【家政教育】</b><br>3-2-2 觀察自己家庭的生活習慣<br>3-2-3 養成良好的生活習慣<br><b>【性別平等】</b><br>1-2-7 瞭解家庭成員的角色分工，不受性別的限制 |      |
| <b>教學架構與安排</b>                                    |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                 |      |
| 本活動設計因學校課程安排多已規劃，因此改以 4 個早自習時間和 1 節國語課、1 節藝文課進行教學 |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                 |      |

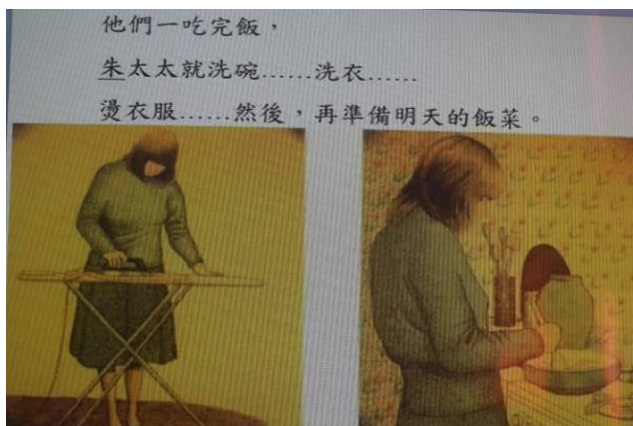
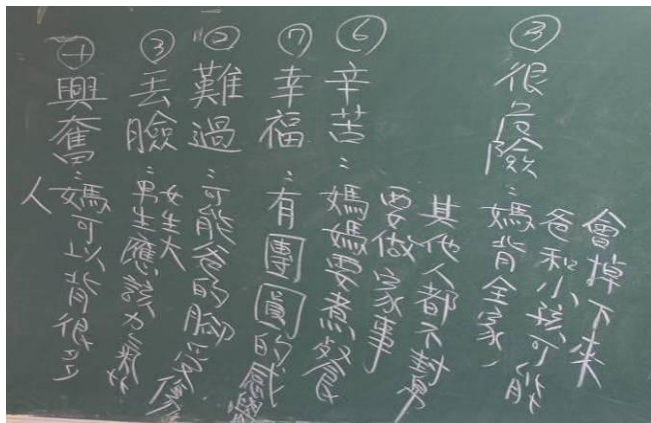
聰明打掃，  
讓家更乾淨

家事大探討  
(2節)

我是家事高手  
(2節)

省思與感恩  
(2節)

| 指標<br>對應                                               | 教 學 活 動                                                                     | 時間    | 教學<br>資源                        | 教學<br>評量                    |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------|-----------------------------|
| <b>【性別平等】</b><br>1-2-7 瞭解家<br>庭成員的角色<br>分工，不受性別<br>的限制 | 一、《朱家故事》繪本閱讀與討論<br>教師採邊唸讀繪本內容邊提問討論的方式進行共讀<br>1. 封面上有哪些人？看到這樣的封面，你的感受和聯想有哪些？ | 15 分鐘 | 朱家<br>故事<br>繪本<br>ppt<br><br>黑板 | 學生能透過封面詮釋個人感受並預測故事內容        |
|                                                        | 2. 第五個跨頁中的媽媽沒有被畫家畫出臉部表情，你覺得這時候的媽媽有什麼感覺？                                     |       |                                 | 學生能透過觀察臆測媽媽心情，間接體會家人擔負家事的辛勞 |





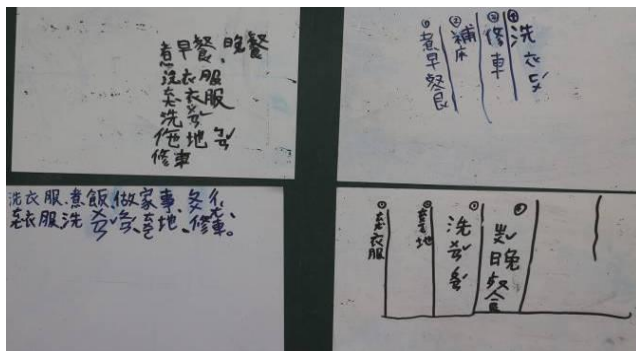
傷心 痛苦 不開 很忙 佳過 莫過 辛苦 覺得小孩不  
疲倦 都遺傳 小孩不禮貌 孝順

※學生提到小吉、小利的行為「遺傳」爸爸，教師建議學生將「遺傳」改成「學習」或「模仿」，並另舉一正向例子，說明家中長輩的行為或觀念對孩子有潛在的影響。

3. 故事中的媽媽回來後，朱先生和小孩有哪些改變？這樣的改變讓他們全家感覺如何？

## 二、家事是誰的事？

1. 什麼是家事？繪本中朱太太做的家事有哪些？除了這些，家裏還有哪些家事？你們家的家事大多由誰來做呢？



### 學生討論繪本中朱太太做的家事



學生利用《我的家事小秘笈》內頁註記家中家事執行者

學生說出大家  
一起做家事很  
開心

學生能舉例說出家事項目有哪些？

學生根據自己  
家中情形分享  
家務執行者

小白  
板

聰明  
打掃—  
我的  
家事  
小秘  
笈學  
生手  
冊

## 【家政教育】

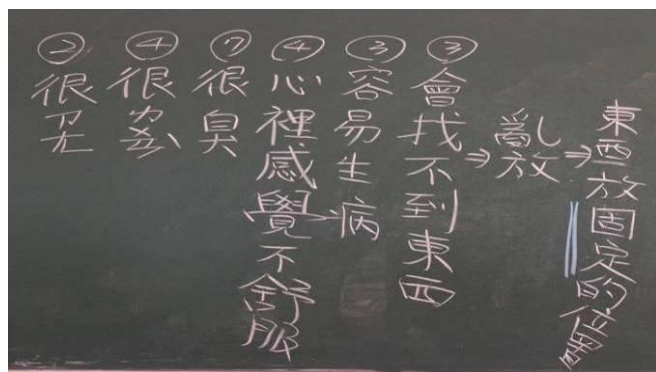
### 3-2-3 養成良好的生活習慣

3. 身為家庭的一份子，看到媽媽或阿嬤承擔大部分的家事，覺得她們很辛苦，未來你願意花時間分擔哪些家事，請在1、2頁中圈出來



## 第一節結束

1. 如果家裡都不打掃，家裏會變成什麼樣子？



第  
1  
組

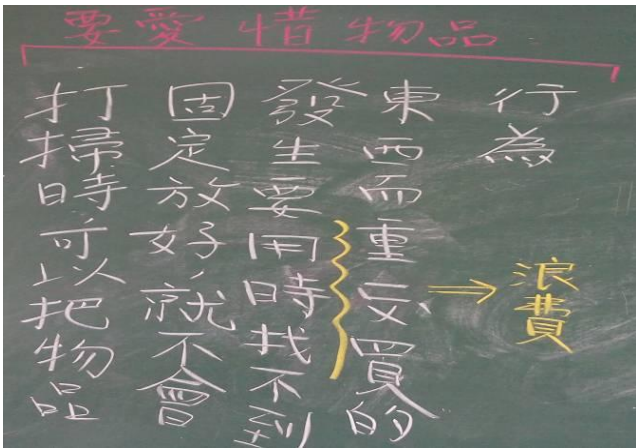
聰明  
打掃—  
我的  
家事  
小秘  
笈學  
生手  
冊

學生能根據記錄分析現況並提出個人能力與意願可從事之家事項目

能口頭說出打掃的重要

小組  
討論

能小組討論並  
紀錄打掃的重

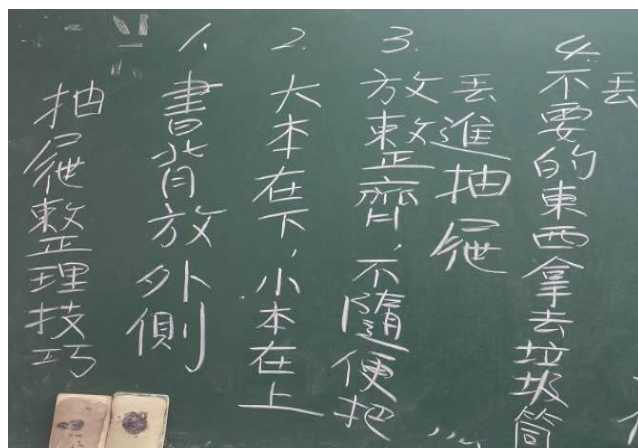
|                         |                                                                                      |                                      |       |                                 |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------|---------------------------------|
|                         |                                                                                      |                                      | 小白板   | 要                               |
|                         | 第2組                                                                                  | 不讓塵璊住進來就不會過敏、生病<br>如果沒打掃，客人來家裏會覺得不舒服 |       |                                 |
|                         |     |                                      |       |                                 |
| II-2-2-1 瞭解並實踐家務技巧      | 教師補充打掃的重要                                                                            |                                      | 10 分鐘 |                                 |
| 【綜合領域】                  | 3. 觀看《我的家事小秘笈》第4頁，要成為家事高手有哪些小秘笈呢？                                                    |                                      |       |                                 |
| 2-2-1 實踐個人生活所需技能，提升生活樂趣 |   |                                      | 5 分鐘  | 聰明打掃-我的家事小秘笈學生手冊                |
|                         | 4. 教師現場以班級兩位學生抽屜的照片為例，讓學生說說看抽屜要如整理與收納？                                               |                                      |       | 能知道家事高手的小秘訣-整理高手、收納高手、聰明高手、分工高手 |
|                         |  |                                      |       | 學生抽屜實圖                          |
|                         | 學生1抽屜整理情形                                                                            |                                      |       |                                 |



II-2-2-1 瞭解並  
實踐家務技巧  
【綜合領域】  
2-2-1 實踐個  
人生活所需技  
能，提升生活樂  
趣



學生 2 抽屜整理情形



學生發表抽屜整理的技巧

5. 請學生依照討論結果實際動手整理自己的抽屜

10 分鐘



6. 請學生說說整理完抽屜的感受透過學生發現：「整理完的抽屜看起來很舒服、很整齊、很乾淨」來體會打掃的重要。

黑板

能說出整理抽  
屜的技巧

能依據討論的  
技巧實際動手  
整理

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                         |                               |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------|-------------------------------|
| <p>II-2-2-1 瞭解並實踐家務技巧<br/>【綜合領域】<br/>2-2-1 實踐個人生活所需技能，提升生活樂趣</p> | <p style="text-align: center;"><b>第二節結束</b></p> <p><b>一、家事小撇步</b></p> <p>1. 活用打掃工具就能讓自己成為家事的聰明高手，請利用《我的家事小秘笈》第5、6頁圖片，將髒污和對付髒污的工具貼在適當的位置上。</p>  <p>2. 學生發表清理各種髒污的工具。</p> <p>每個家庭備有的清潔工具和使用習慣各不相同，學生分享自身的使用經驗，讓學生看到不同清潔工具可使用的時機，學會用不同的工具完成打掃的任務(學生藉此學到:當找不到想要的工具時，也能以其他替代工具打掃)</p> <p>3. 學生利用《我的家事小秘笈》第7頁內容發表打掃的基本原則</p> <p>(1)打掃前，請先從打開窗戶並從整理物品開始</p> <p>(2)打掃時要「由上而下」</p>  | <p>15 分鐘</p> | <p>聰明打掃-我的家事小秘笈學生手冊</p> | <p>能察覺家中髒污出現位置並選擇適當工具清潔髒污</p> |
|                                                                  | <p>5 分鐘</p> <p>聰明打掃-我的家事小秘笈學生手冊</p> <p>能說出打掃兩原則背後思考理由</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                         |                               |

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                       |                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <p>II-2-2-1 瞭解並實踐家務技巧<br/>【綜合領域】<br/>2-2-1 實踐個人生活所需技能，提升生活樂趣</p> | <p>4. 學生學習擰乾抹布以及擦拭桌子的方法</p>  <p>將水分徹底擰乾的正確方法</p> <p>1 將沾濕的抹布捲成條狀</p> <p>2 以一手在上、一手在下的方式，縱向握住抹布，雙手往手腕內側扭轉抹布。</p> <p>3 盡量扭乾抹布，直到擠不出水分為止。</p> <p>無法完全擰乾水分的方式</p>  <p>使用方法</p> <p>1 將擦桌布摺疊成差不多手掌大小後，參照圖示紅色箭頭方向，從頭到尾徹底擦拭。</p> <p>2 擦桌布變髒後，折翻到乾淨的另一面繼續擦拭。</p> <p>5. 學生動手實際操作清洗抹布、擰乾抹布和擦拭桌面的技巧</p>  <p>學生表示仍習慣以橫向握住抹布來擰乾抹布</p> <p>6. 教師指導學生擦拭窗戶的方式</p> <p>(1) 先將報紙捏成手可以握取的大小</p> <p>(2) 將報紙一小部分沾水，以畫圈方式擦拭玻璃</p> <p>(3) 再用另一面乾的報紙擦乾玻璃</p> <p>(4) 利用濕抹布擦拭窗溝和窗條</p> <p>教師補充介紹賣場販賣之玻璃清潔劑可幫助清潔玻璃，但非必須購買，因此類產品仍為化學物質，對環境不環保，一般用水即可清潔玻璃</p> | <p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> | <p>抹布<br/>水桶</p> <p>報紙<br/>窗戶</p> <p>能實際動手清洗、擰乾抹布並體驗擦拭桌面的順序</p> <p>學生動手擦拭玻璃</p> |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|





7. 學生觀看靖娟兒童文教基金會 2018 清潔安全宣導影片，請學生說說掃地、拖地要領和注意事項

8 分鐘

(1) 掃把和拖把要拿好，以免打到人  
(2) 雙手握掃把(一隻手在腰部位置，一隻手在肩下附近)，讓掃把底部和人垂直，由角落(內)往中間(外)掃

(3) 拖把擰乾後從角落(內)向中間(外)拖，拖過的地方，沒乾前不要踩

8. 學生實際動手清掃教室、拖地(採分派方式進行)

20 分鐘



學生使用掃把和笨斗的姿勢越來越順手

清潔  
安全  
宣導  
影片

學生能實地經驗使用掃把和拖把的方式

學生能說出打掃完的快樂與舒適感受

|                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                              |              |                                                   |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------|
| <p>2-2-3 參與家庭事務，分享與家人休閒互動的經驗與感受</p> <p>1-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷</p> | <div data-bbox="355 96 994 577" data-label="Image"> </div> <p>9. 學生分享打掃完的感受</p> <p>第三、四節結束</p> <p>一、個人打掃省思</p> <p>1. 發表自己的家事紀錄表執行情形，哪些家事項目學生有定期或主動完成？哪些家事學生預計想學習或執行卻未達成？什麼原因讓自己沒有機會執行或學習此一家事項目？</p> <p>2. 從同學的發表中，我們可以發現什麼現象？</p> <p>→會動手整理自己的房間</p> <p>→我們會做比較簡單的家事，例如：餵狗</p> <p>→假日做的家事較多一點</p> <p>→洗碗盤這件家事我都没做，可是有洗自己的餐具</p> <p>3. 學生填寫自己的家事紀錄省思欄位</p> <p>二、我的感謝</p> <p>1. 從《我的家事小秘笈》第1、2頁的紀錄中，我們發現原本家中家事多由媽媽和奶奶擔負，在經過一個禮拜的家事體驗後，大家都有做家事要花力氣、很辛苦的感受，身為家中一份子，有沒有想表達感謝的對象？會想用哪種方式對家人表示感謝？</p> <p>→用說的表示</p> <p>→以後多主動做家事</p> <p>→寫卡片感謝</p> <p>2. 全班動手製作感謝卡片(除了此一感謝方式，教師亦鼓勵學生回家後直接用說的向家人表示感謝，並持續與家人一起做家事，讓家人間有多餘的時間，共同從事其他休閒活</p> | <p>2 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>30 分鐘</p> | <p>家事紀錄單</p> | <p>學生能發表個人在家做事的情形</p> <p>學生能省思個人參與家事的歷程、發現與感受</p> |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------|



|  |                                                                                                            |                         |                          |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------|
|  | <p>動)</p>  <p>第五、六節結束</p> | <p>紙張<br/>繪圖<br/>工具</p> | <p>學生製作卡片<br/>給予家人回饋</p> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------|

#### 教學省思：

去年擔任科任教師，每次走進二甲教室，總覺得這一班教室的地面光滑有亮澤，在確定擔任本班導師時，對孩子的打掃技能很是放心，但是實際看著孩子們每日打掃時間的清掃效能，卻發現並不是原先想的那麼美好，孩子們單手掃地，掃過的地方仍有細屑殘留，等到垃圾好不容易集中了，孩子們卻站在畚斗前將垃圾掃進畚斗裡，然後就可以看到畚斗邊掃邊退後、垃圾被掃進畚斗底下的畫面，再加上學生邊打掃邊聊天，態度不夠嚴謹，整個打掃活動時間，耳邊不斷傳來導師的提醒，叫孩子們做好自己的打掃工作。導師除了平時打掃時間實地指導學生如何使用掃把、畚斗和拖把的方式外，將本教材拿出來與孩子們討論似乎也是迫切需要的，個人希望透過此教材讓孩子們重視打掃的重要、端正打掃的態度，並熟練打掃技能，這樣導師才不用在孩子們放學後，還要另花時間獨自清掃教室。

在進行課程時，師生發現大部分學生家中的家事仍多是女性負責，雖然孩子看了《朱家故事》繪本後，能理解朱太太的辛苦，也能說出「男生也可以多參與家事」的感受，但從孩子的手冊和家事紀錄中，發現多數的孩子雖在課程進行期間有主動做家事，但次數仍不多，且會挑簡單的家事來做，後來孩子們也表示，平時都是大人叫才會去做家事，從這裡我們可以看出家長對孩子的疼愛，另外，有些孩子在家事規劃項目上表示想清洗家中碗盤，但在家事紀錄盤點後發現：孩子們會清洗自己的便當盒，卻並未執行清洗碗盤這件事，這是否與家長不放心孩子、怕孩子打破碗盤有關呢？因此，個人認為當初執行本教材，希望讓孩子與家人共做家事、促進親子互動關係的目標未有效達成，不過，孩子們的打掃技能隨著時間推行確實有所進步，畢竟學校能長期提供規律且定時的打掃時間，讓孩子分工、共同參與打掃工作，如果換個角度思考，「班級」是孩子們在「學校」的「家」，他們其實也有與「家人」（同學和老師）共同做家事，體會「一起做家事省時又輕鬆」的感覺。

最後，個人覺得本課程在引起動機時雖然使用了《朱家故事》這一常見的繪本，但透過繪本封面聯想以及在邊看邊討論繪本角色感受下，可以發現孩子的回應無形中也透露他們的家庭生活樣態，雖然老師有藉此引發學生省思關於家庭角色扮演的刻板印象，但這樣的討論未在此次課程花時間著墨，學生的印象不深刻，觀念也不會因此就被顛覆，我們學校地處偏遠的農村環境，家

長仍習慣著「男主外，女主內」的分工型態，孩子們常看到男性從田裡回到家跑去和朋友喝酒聊天，時間到再回家吃飯、洗澡、睡覺的生活樣態，當孩子習以為常也隨之認定後，便看不到身為家人(包含男性和學生本身)也要共同擔負家庭責任的認知，縱使有學生在校從事打掃工作來熟練其家事技能，但孩子們如果未重視家事這件事、未體會女性從事農作之餘還要操持家務的辛勞，便無法因為體貼家人而願意主動做家事。透過本課程，自己也重新檢視自己教養孩子的方式，檢討自己是否為孩子做太多？我的孩子目前仍跟班上學生一樣，需要透過「被要求」，才會動手做家事，未來確實需要將家事逐一羅列，讓全家討論分配，養成家人定期清掃的習慣，不能再讓自己的孩子當家中的少爺和公主了，要不然個人在學校和家庭的立場就不一致了！

值得欣慰的是，在家事記錄學習單的家長回饋中，家長普遍給予孩子肯定的讚許，雖然孩子做家事有時候是看個人心情來決定其主動性，但若是被家長要求，也都能配合家長的指示去做家事，不會抱怨或拖延，這可能跟孩子未到達青春期的年齡，情緒波動較穩定，因此能聽話配合家長的安排，這是家長們感謝孩子的地方。

## 學習單:第一面

親愛的家長您好：

本班近日正利用早自習時間進行家事訓練課程，學生認識到要成為家事高手的小祕訣有：

- (1)整理高手—整理物品時要縮小集結整理
- (2)收納高手—物品放在固定位置，使用後放回原位
- (3)聰明高手—活用打掃工具
- (4)分工高手—全家同心協力一起打掃

另外，我們也學習到打掃工作的兩個基本原則：

- (1)打掃前，先將窗戶打開，並從整理物品開始打掃
- (2)打掃時要「由上而下」

學生在校透過影片觀看和實際動手操作，練習了掃地、拖地、擦窗戶、擦桌子和整理抽屜的技巧，老師希望將這些家事技巧延伸到家庭中，讓孩子與家長共同參與家事，增進親子間的互動，後面紀錄表是孩子想參與的家事工作，空白部分，家長可以另外與孩子共同規劃，鼓勵孩子多多體驗各種家事項目與技巧。

雖然學習單設計孩子體驗家事的時間不長，但老師仍期待家長讓孩子在活動結束後持續參與家務，因為從孩子在校的討論中，我們發現：

- (1)家事大部分是奶奶和媽媽在做(沛荃、薇妮)
- (2)小孩子雖然有做家事，但做的不多。(冠逸)
- (3)男生也要多參與家事(炫亦)

在共讀《朱家故事》繪本時，班上的炫亦提到：「小孩都遺傳(學習)朱先生(不做家事，只會吆喝朱太太)」炫亦的這句話讓我們意識到：「孩子受到家長的影響是無形且深刻的。」目前班上孩子家中的家事似乎仍多由女性負責(這讓人擔心孩子看久了，也對此現象習以為常)，透過本次課程以及後續與家人的實作，我們期待孩子真正體驗到：「全家人一起做家事，很開心!」除了有機會開發孩子主動參與家事的興趣，也間接促進親子間的溝通與互動，教師在此懇請家長協助與配合，感謝您！ 三甲導師陳美雲

## 學習單:第二面

| 項目<br>日期 | 打掃<br>廁所 | 整理<br>房間 | 清理<br>地板 | 東西 |  |  |  |
|----------|----------|----------|----------|----|--|--|--|
| 1/9      |          |          |          |    |  |  |  |
| 1/10     |          |          |          |    |  |  |  |
| 1/11     |          |          | ✓        |    |  |  |  |
| 1/12     | ✓        | ✓        | ✓        |    |  |  |  |
| 1/13     |          | ✓        |          |    |  |  |  |
| 1/14     | ✓        |          | ✓        |    |  |  |  |

學生家事省思

我覺得家事真的要常做，  
要不然家裡會很髒亂。我  
的想法是要常常打掃，  
想方法讓家裡變得更  
乾淨，讓媽媽打掃  
得更輕鬆。

以後  
沛荃願意  
主動常打掃。  
不是媽媽叫才  
去打掃嗎？  
可以邀請爸爸也一  
起來做家事喔！

家長回饋

沛荃從二年級開始會自己清洗便當盒，光是這點  
已讓媽媽感到窩心。這回家事訓練課程，讓他更  
積極做家事，他以前會折被子、掃地、拖地、擦桌子，  
不過都是一時興起，或是因為媽媽要求他……

沛荃還算聽話的孩子，希望經由這回的訓練，他會  
喜歡做家事，發現做家事是件紓壓及療癒的事，  
是（我覺得這對所有人來說都是有難度的！）

收效具



| 項目<br>日期 | 洗衣服 | 買東西 | 洗石碗盤去地 | 洗衣服 | 味貓 | 帶狗散步 |
|----------|-----|-----|--------|-----|----|------|
| 11/9     | ★   | ★   |        |     | ★  | ★    |
| 11/10    |     | ★   |        | ★   | ★  |      |
| 11/11    |     |     | ★      |     |    |      |
| 11/12    |     |     |        |     |    |      |
| 11/13    |     |     |        |     |    |      |
| 11/14    |     |     |        | 想的  |    |      |

學生家事省思

我做家事的時候心裡是「快黑」做完因為就不用一直做  
 我做家事我心裡覺得是看到家裡台台淨淨  
 淨讓我很舒服因為家裡讓人看到覺得很台淨  
 我要先忙媽媽：先洗衣服因為我學會用洗衣機  
 洗衣服，可是我還不會洗石碗盤要  
 先忙媽媽：我先洗石碗

家長回饋

她在家裡是會幫我在家事  
 有時家裡有客人她也會幫忙  
 收拾桌面清理，為有一處反正是  
 做的不夠細心，很趕

| 項目<br>日期 | 洗衣服                                                                                                                                                                                              | 疊衣服 | 煮菜 | 買東西 | 洗碗 | 餐桌 |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|-----|----|----|
| 11/9     | ★                                                                                                                                                                                                | ★   | ★  | ★   | ★  |    |
| 11/10    |                                                                                                                                                                                                  |     | ★  |     | ★  |    |
| 11/11    |                                                                                                                                                                                                  |     | ★  |     |    |    |
| 11/12    |                                                                                                                                                                                                  |     |    | ★   |    | ★  |
| 11/13    |                                                                                                                                                                                                  |     |    |     |    |    |
| 學生家事省思   | <p>我學到如果一直不洗碗的話會引起<del>累</del>，也會變的很<del>累</del>，還有如果一直不<del>擦</del>桌子的話，桌上會有<del>污</del>。</p> <p>我在<del>房間</del>做家事時，心、裡覺得很累。做完家事後覺得很舒適。以後我做比較簡單的家事，因為這樣可以讓<del>自然主動</del>大人比較<del>忙</del>。</p> |     |    |     |    |    |
| 家長回饋     | <p>他很會幫忙做事<br/>有時候會看他高興才做<br/>還是很感謝他幫家中工作<br/>讓阿公、阿媽可以做其他的事情</p> <p>阿媽許學鳳</p>                                                                                                                    |     |    |     |    |    |

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】  
國小教師組  
臺東縣立信義國小  
康雅淨 老師



# 臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                   |             |         |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------|
| 主題名稱                                                              | 我是家電小達人                                                                                                                                                                                                                                                           | 學校          | 台東縣信義國小 |
| 設計者                                                               | 康雅淨                                                                                                                                                                                                                                                               |             |         |
| 參考資料                                                              | 1. 網路資料<br>https://www.youtube.com/watch?v=8lqT6y3SYmg<br>https://www.youtube.com/watch?v=Y8QzKGpO-v0&t=1s                                                                                                                                                        | 適用<br>年級    | 四年級     |
|                                                                   | 2. 繪本:南瓜湯/作者:海倫·庫柏/出版社:和英<br>3. 大同電鍋說明書                                                                                                                                                                                                                           | 節數          | 5 節     |
| 設計理念                                                              | 1. 因多年來任教於偏鄉學校,發現部分學生家庭生活功能不彰,尤其常需自理三餐。因此,學會使用家中電器用品以解決生活上的困境有其必要性,依此,針對家庭資源中的電器物品進行著墨,讓每位學生能主動去思考並察覺家中已存有的家電用品,進而瞭解其用途以及在使用時的方法與注意事項。<br>2. 如何正確使用家中電鍋並進行料理,是現代生活中每個家庭成員必備的能力,於此,設計了使用電鍋小口訣並進行南瓜湯製作體驗活動,讓學生瞭解電鍋的功能與使用技巧。<br>3. 最後,透過和家人共做的回家任務,達到親子互動與增進家人情感的目的。 |             |         |
| 學生先備知能分析                                                          | 1.已認識家中常用的家電用品<br>2.家庭中已有使用電鍋煮飯的經驗<br>3.已經會使用電腦上網查詢資料                                                                                                                                                                                                             |             |         |
| 教學資源                                                              | 1. 電腦教室、網路設備 2. 黑板、粉筆 3. 碗筷 4. 衣服 5. 掃把 6. 量米杯<br>7. 海報紙數張 8. 簽字筆 9. 抹布 10. 大同電鍋(含內鍋) 11. 南瓜塊 12. 食鹽<br>13. 「使用電鍋小口訣」學習單 14. 「尋找家電精靈」學習單<br>15. 「我想為你做羹湯」任務單 16. 「善用家電精靈」紀錄單                                                                                      |             |         |
| 教學方法                                                              | 1. 分組合作學習法 2.實際操作體驗法 3.討論教學法                                                                                                                                                                                                                                      |             |         |
| 對應家庭教育指標                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   | 九年一貫／高中能力指標 |         |
| I-2-2-4 參與家庭活動並與家人分享參與經驗                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   | 綜合 2-2-3    |         |
| II-4-1-1 認識個人成長所需的家庭資源                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                   | 綜合 2-2-2    |         |
| II-4-2-1 瞭解家庭資源的意涵                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                   | 資訊教育 2-2-1  |         |
| II-5-2-2 瞭解並實踐家務技巧                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                   |             |         |
| 教學架構與安排                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   |             |         |
| (一)課程架構:                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   |             |         |
| <div>我是家電小達人</div> <div>活動一、家電精靈在我家</div> <div>尋找家電精靈 (1 節)</div> |                                                                                                                                                                                                                                                                   |             |         |

112

活動二、電鍋料理我最行

善用家電精靈 (1 節)

好喝的南瓜濃湯 (2 節)

銅板食譜大 PK (1 節)

(二)教學目標：

1. 能發掘家電用品的用途、使用方法及注意事項。
2. 能運用家電用品處理生活問題。
3. 能積極參與活動並達成學習目標。
4. 能認識生活中各種家電用品。
5. 能使用家電用品幫忙做簡易家事。
6. 能說出家電用品的使用方法及注意事項。
7. 能與家人透過共做而增進情感。

活動一、家電精靈在我家(二節)：

該活動規畫首要在讓每位學生能主動去思考並察覺家中已存有的家電用品，進而瞭解其用途以及在使用時的方法與注意事項。

活動二、電鍋料理我最行(三節)：

如何正確使用家中電鍋並進行料理，是現代生活中每個家庭成員必備的能力。

利用本教學規劃讓學生瞭解電鍋的功能與教授學童學會正確使用電鍋並進行烹煮與料理，以及透過和家人共做，達到親子互動與增進家人情感的目標。

| 指標<br>對應 | 教 學 活 動                                                                         | 時間    | 教學<br>資源 | 教學<br>評量 |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|----------|
| II-4-1-1 | 活動一、家電精靈在我家<br>【尋找家電精靈】                                                         | 80 分鐘 |          | 口頭評量     |
|          | 一、引起動機：                                                                         | 40 分鐘 |          |          |
|          | 教師：放學後回到家，媽媽、爸爸或爺爺、奶奶都不在家，但這時候肚子又非常餓，你會怎麼辦？                                     | 5 分鐘  |          |          |
|          | 學生舉手發言：我會開冰箱找食物吃、煮飯來吃、煮泡麵吃、烤土司來吃、……等。<br>教師：大家有沒有發現，在這些答案中，有一些是需要靠家裡的家電用品來完成的喔！ |       |          |          |
|          | 二、發展活動：                                                                         | 32 分鐘 |          |          |
|          | 1 教師：請想一想，家裡有哪些家電呢？                                                             |       |          |          |
|          | 學生：電鍋、冰箱、洗衣機、烘碗機、微波爐                                                            | 4 分鐘  |          | 口頭評量     |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |                      |              |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------|--------------|
| II-4-2-1 | <p>烤箱、電風扇、吹風機……等。</p> <p>2. 教師再請學生仔細思考，哪些家電是小學生可以自己操作的，或可經由大人協助完成的。</p> <p>3. 老師先示範並請學生練習簡單的家事（晾衣服、摺衣服、掃地、拖地、擦窗戶、擦桌子、擺碗筷、盛飯、倒垃圾、洗碗、清理洗手台…），並討論出「會做」和「做得好」的訣竅。</p> <p>4. 分組討論：請每組學生進行討論「哪些家電可以協助做哪些家事？」。</p> <p>參考答案:如下<br/> 電鍋 → 煮飯<br/> 電風扇 → 吹乾衣服<br/> 吹風機 → 吹乾頭髮<br/> 掃地機器人 → 掃地<br/> 洗碗機 → 洗碗盤、餐具<br/> 烘碗機 → 烘乾碗盤、餐具<br/> 洗衣機 → 洗衣服<br/> 微波爐 → 加熱食物<br/> 烤箱 → 烤土司、麵包</p> <p>5. 黑板發表：每組派一人上台，於黑板上寫下所討論的答案。</p> | 5 分鐘  | 衣服、碗筷、掃把             | 實作評量<br>口頭評量 |
|          | 三、綜合活動：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 10 分鐘 |                      |              |
|          | 1. 完成「尋找家電精靈」學習單。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 8 分鐘  | 黑板、粉筆<br>「尋找家電精靈」學習單 | 觀察評量         |
|          | 2. 愛的叮嚀:下課前，再次提醒學生，做家事是對家人情感的表現，要感謝家人對自己的付出，而當自己有能力時，也要多多回饋，一切就從基礎的做家事開始。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 5 分鐘  |                      |              |
|          | 第一節結束                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 3 分鐘  |                      |              |
|          | 【善用家電精靈】                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |       |                      |              |
|          | 一、引起動機：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                      | 紙筆評量         |
|          | 教師提問:在這麼多的家電用品中，是否每一種都會使用呢?有沒有遇到過困難呢?使用前又要注意什麼?請你說一說。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 40 分鐘 |                      |              |
|          | 學生:要先閱讀說明書。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5 分鐘  |                      |              |
|          | 二、發展活動：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                      |              |
|          | 1. 上網查詢與紀錄：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                      |              |
|          | (1)教師請學生們個別上網查詢：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 25 分鐘 |                      |              |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                  |                                                                                      |                                                 |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <p>II-5-2-2</p> | <p><b>Q1:</b>在使用各類家電用品時要注意的事項?<br/>         例如:<b>電鍋</b>:插上電鍋電源線與按下開關時,雙手要保持乾燥。<br/> <b>吹風機</b>:不要在浴室裡或較潮濕的地方使用。<br/> <b>微波爐</b>:使用時,不可放入鐵製器皿、遠離微波爐。<br/> <b>Q2:</b>當我們不使用家電時,又要如何處理呢?<br/>         例如:不使用時,要將電線收好。<br/>         收納時,吹風機的電線不可太過彎折。<br/>         (2)將所查資料摘要、整理後,寫在紀錄單上。<br/> <b>三、綜合活動:</b><br/>         1. 交換「善用家電精靈」紀錄單:<br/>         每位學生必須至少和二位同學交換手上的紀錄單並閱讀。<br/> <br/>         第二節結束<br/> <br/> <b>活動二、電鍋料理我最行:</b><br/> <b>【好喝的南瓜濃湯】</b><br/> <b>一、引起動機:</b><br/>         教師:大家知道廚房裡除了炒菜鍋以外,還有一種煮飯的電器用品,請問是甚麼?<br/>         學生:是電鍋。<br/>         教師:沒錯,今天老師要教大家利用電鍋,來煮好喝的南瓜濃湯喔!<br/> <b>二、發展活動:</b><br/>         1. 繪本故事欣賞-南瓜湯<br/> <a href="#">南瓜汤.mp4</a><br/>         2. 教師引導學生回顧繪本故事並口述煮南瓜湯的步驟。<br/>         3. 播放電鍋蒸煮南瓜湯的網路影片。<br/> <a href="#">海鮮南瓜濃湯   超香濃高飽足   菜單研究所036.mp4</a><br/>         4. 教師發下學習單,教唸「使用電鍋小口訣」並說明電鍋使用的方法與注意事項:<br/> <b>※使用電鍋小口訣:</b><br/>         插電源、手要乾,兩杯水,是關鍵,外一杯、內一杯,放鍋蓋、壓開關,用電鍋、我最讚。<br/> <b>※注意事項:</b></p> | <p>10 分鐘</p> <p>120 分鐘</p> <p>80 分鐘</p> <p>3 分鐘</p> <p>65 分鐘</p> <p>8 分鐘</p> <p>4 分鐘</p> <p>6 分鐘</p> <p>7 分鐘</p> | <p>網路資源、「善用家電精靈」紀錄單</p> <p>紀錄單</p> <p>影片</p> <p>網路</p> <p>影片</p> <p>「使用電鍋小口訣」學習單</p> | <p>口頭評量</p> <p>口頭評量</p> <p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> |
| <p>II-5-2-2</p> | <p>4. 教師發下學習單,教唸「使用電鍋小口訣」並說明電鍋使用的方法與注意事項:<br/> <b>※使用電鍋小口訣:</b><br/>         插電源、手要乾,兩杯水,是關鍵,外一杯、內一杯,放鍋蓋、壓開關,用電鍋、我最讚。<br/> <b>※注意事項:</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                  |                                                                                      |                                                 |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                           |                                                                                                                                |                                                             |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|  | <p>(1)插上電鍋電源線與按下開關鍵時，雙手要保持乾燥。</p> <p>(2)除了內鍋的水外，外鍋還要再加入一杯量米杯的水量。</p> <p>5. 電鍋料理南瓜湯實作活動：</p> <p>(1)教師將全班分成二至三組，並將事先洗好、切好的南瓜塊發下，(每組大約一顆南瓜)。</p> <p>(2)各組學生先準備好一個電鍋及內鍋，以及二瓶 600 毫升之礦泉水。接著，將切好的南瓜塊放入電鍋之內鍋，加入二瓶礦泉水後，再於電鍋外鍋放入一杯量米杯的水量，按下開關，進行蒸煮、等待。</p> <p>6. 討論與比較：</p> <p>題目：為何要先使用電鍋而不用瓦斯爐直接煮南瓜湯的理由。</p> <p>參考答案：因為利用瓦斯爐煮南瓜湯需在旁攪拌，才能避免鍋子燒焦。或是，電鍋在烹煮時，可有較多的時間去做別的家事、較能節省時間、安全……等。</p> <p><b>三、綜合活動：</b></p> <p>1. 待電鍋跳起後，各組加入少許的鹽進行調味後，拿小碗盛湯，品嚐好喝的南瓜濃湯。</p> <p>2. 分享心得與收拾、整理。</p> <p style="text-align: center;">第三、四節結束</p> <p><b>【銅板食譜大 PK】</b></p> <p><b>一、引起動機：</b></p> <p>教師：在上一節課，我們品嚐了好喝的南瓜湯，也學到了做法，而現在，老師要大家動一動腦，請各組小朋友討論並設計一份一百元以下的食譜，而且使用電鍋來進行烹煮。</p> <p><b>二、發展活動：</b></p> <p>1. 教師發給每組一張海報紙和簽字筆。</p> <p>2. 食譜大特搜：</p> <p>每位學生先於電腦教室中，利用網路搜尋功能查找食譜資料(找出省錢又營養的美味食譜)。</p> <p>3. 各組進行討論：每位學生和該組同學討論後，決定最終版本並於海報上寫下銅板食譜。</p> | <p>35 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>12 分鐘</p> <p>7 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>40 分鐘</p> <p>1 分鐘</p> <p>24 分鐘</p> <p>1 分鐘</p> <p>13 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> | <p>量米杯</p> <p>南瓜塊</p> <p>大同</p> <p>電鍋、</p> <p>內鍋</p> <p>食鹽、</p> <p>小碗、</p> <p>抹布</p> <p>海報、</p> <p>簽字筆</p> <p>網路</p> <p>資源</p> | <p>實作評量</p> <p>口頭評量</p> <p>實作評量</p> <p>實作評量</p> <p>紙筆評量</p> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |              |      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------|------|
| I-2-2-4 | <b>三、綜合活動：</b><br>1. 依序發表：<br>每組三分鐘，派一位代表，輪流上台發表該組所設計的銅板食譜。<br>2. 食譜大 PK:<br>全班進行舉手投票，由班長於黑板上紀錄，選出 <b>最想吃的、最省錢的與最少材料的</b> 食譜後，再由教師講評、給獎點。<br>3. 完成任務單並帶回家。<br>（請每位學生選擇一份食譜並記下來，回家後和家人共同動手做料理與品嚐。）<br>選擇食譜時，可思考：<br>(1) 想做哪種料理<br>(2) 需要哪些材料<br>(3) 需要哪些步驟<br>(4) 做完請誰吃<br><br><p style="text-align: center;">第五節結束</p> | 15 分鐘 |              |      |
|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 9 分鐘  | 食譜           | 口頭評量 |
|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 4 分鐘  | 海報           | 實作評量 |
|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2 分鐘  | 「我想為你做羹湯」任務單 | 紙筆評量 |

學習單如下頁(共四張)

# 「尋找家電精靈」學習單

班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

一、小朋友，你知道家電精靈可以協助我們做哪些家事嗎？

而你又會使用哪些家電精靈呢？請在下列□中打✓，  
並連連看。

☐ 吹風機 ·

· 煮飯

☐ 電 鍋 ·

· 烤土司

☐ 電風扇 ·

· 炒菜

☐ 烤 箱 ·

· 掃地

☐ 微波爐 ·

· 流汗時

☐ 瓦斯爐 ·

· 洗完頭髮

☐ 掃地機器人 ·

· 加熱食物

☐ 烘碗機 ·

· 烘乾碗盤



# 善用家電精靈紀錄單

班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

◎親愛的家電小達人，請你將網路上查到的資料，摘要、整理後，  
用自己的話寫在下面：

**Q1:** 在使用各類家電用品時要注意的事項？

答：

(一) 我所查尋的家電用品是：\_\_\_\_\_

要注意的事項：

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

(二) 我所查尋的家電用品是：\_\_\_\_\_

要注意的事項：

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

**Q2:** 當我們不使用家電用品時，又要如何處理呢？

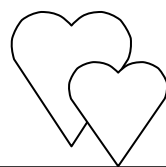
答：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# 我想為你做羹湯任務單



班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



適合小四生動手做的電鍋料理

食譜名稱：\_\_\_\_\_

日期： 年 月 日

| 所需材料 | 預估價錢(元) |
|------|---------|
| 1.   |         |
| 2.   |         |
| 3.   |         |
| 4.   |         |
| 5.   |         |

總計： 元

製作步驟

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 
6. 

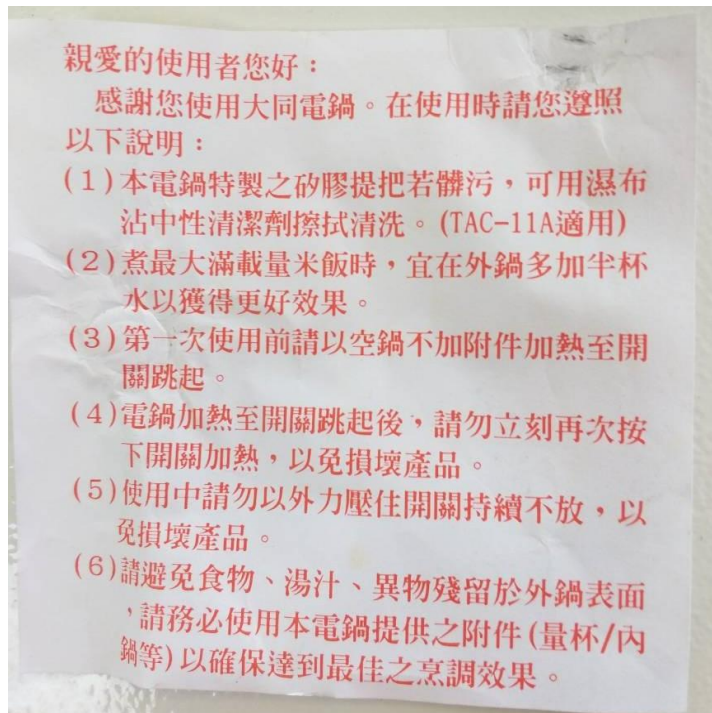
※我想邀請\_\_\_\_\_一起品嚐這道電鍋料理!

## 使用電鍋小口訣 學習單

### ※使用電鍋小口訣：

插電源、手要乾，兩杯水，洽洽好，外一杯、內一杯，放鍋蓋、壓開關，用電鍋、我最讚。

### ※使用大同電鍋的注意事項：



### ※參考資料:適合小四生的電鍋料理之一

◎南瓜湯食譜：（與家人或師長共做）

一、準備材料:南瓜塊(在家時可請大人幫忙切好)、胡椒、鹽。

二、製作步驟:

1. 將南瓜塊放入電鍋中蒸熟，大約二十五分鐘即可。
2. 取出蒸熟的南瓜塊並放入另一個湯鍋中並加入約 900 毫升的水。
3. 開瓦斯後轉小火，約煮十分鐘後關火。
4. 加入胡椒、鹽，調味。
5. 用小碗盛湯後，請家人或師長進行享用。

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立建和國小  
謝婷媛 老師

臺東縣家庭教育中心 107 年度家庭教育教學方案徵選

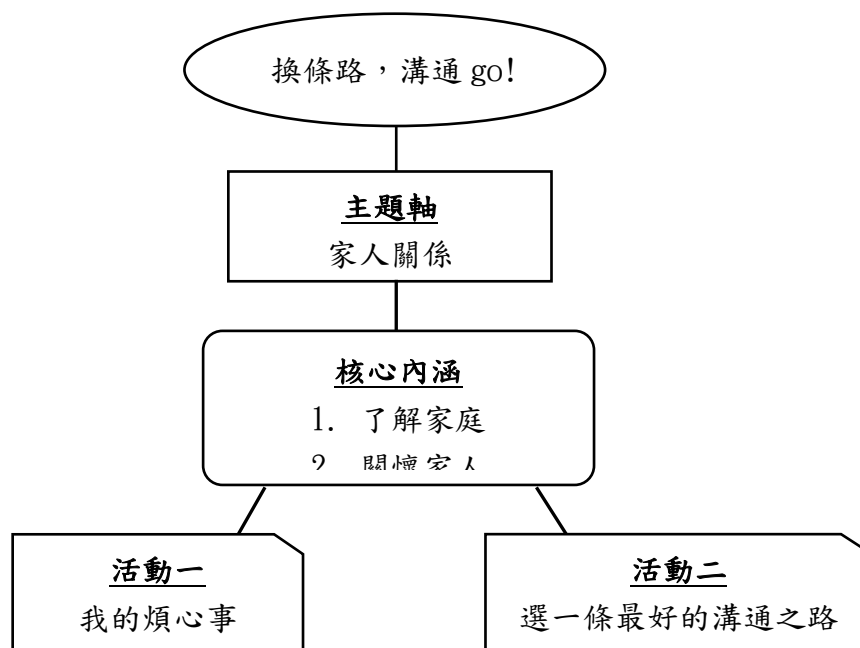
|                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 主題名稱                                                                                  | 換條路，溝通 go!                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 學校                                                                                                                                                                | 建和國小  |
| 設計者                                                                                   | 謝婷媛                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                   |       |
| 參考資料                                                                                  | ·影片「愛需要用心溝通」<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=GNN06W7ckok">https://www.youtube.com/watch?v=GNN06W7ckok</a><br>·南一版六上綜合活動教材第十一冊<br>·守望台線上書庫<br><a href="https://wol.jw.org/cmn-Hant/wol/d/r24/lp-ch/1102011121#h=12">https://wol.jw.org/cmn-Hant/wol/d/r24/lp-ch/1102011121#h=12</a><br>·繪本「莎莉，離水遠一點」   | 適用年級                                                                                                                                                              | 六年級   |
|                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 節數                                                                                                                                                                | 共 4 節 |
| 設計理念                                                                                  | <p>上學期在某堂討論課程中，我分享了自己曾經和家人意見不合的經驗，沒想到卻引發了學生的共鳴，課堂頓時變成吐苦水大會一樣，大家紛紛講著自己的父母會怎樣說教，怎樣反應…等無奈的情況。</p> <p>因此，我設計這個主題活動，透過活動一「我的煩心事」讓學生能夠說一說自己和家人溝通困難的地方，再透過大家的討論，找到問題的原因。接著，進行活動二「選一條最好的溝通之路」，讓學生知道溝通有好幾種方法，學習用對的方法去進行溝通，兩方就能夠雙贏。此活動先從案例討論建立觀念，接著在課堂中練習溝通的技巧，再將技巧帶到實際生活中應用。</p> <p>希望透過這樣的練習，幫助學生不僅是與家人，在人際關係上也能有所助益。</p> |                                                                                                                                                                   |       |
| 學生先備知能分析                                                                              | <p>學生家庭情況穩定，家長大部分都能關注學生的學習及生活。但是，學生和家人發生衝突時，往往怕被罵而不說出自己的想法，只是不悅地依照家人的要求去做。</p>                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                   |       |
| 教學資源                                                                                  | <p>影片「愛需要用心溝通」、繪本「莎莉，離水遠一點」、PPT「換條路，溝通 go」、南一版六上綜合活動教材第十一冊電子書、學習單「煩心事，說一說」、「我的溝通記事」</p>                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                   |       |
| 教學方法                                                                                  | <p>討論教學法、發表教學法、合作學習法</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                   |       |
| 對應家庭教育指標                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 九年一貫／高中能力指標                                                                                                                                                       |       |
| 家庭I-1-3-1 瞭解家庭成員的發展樣貌，並正向看待家庭成員（綜合1-3-5）<br>家庭I-1-3-2 瞭解兒童的家庭責任<br>家庭I-2-3-3 主動關懷家族成員 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>綜合活動</p> <p>1-3-5 覺察生命的變化與發展歷程。</p> <p>2-3-3 覺察家人的生活方式，分享改善與家人相處的經驗。</p> <p>健康與體育</p> <p>6-2-1 分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。</p> <p>6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係</p> |       |

上的重要性。

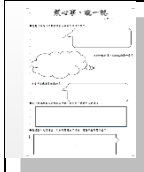
6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。

6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。

### 教學架構與安排



| 指標對應                                                                                                           | 教學活動                                                                                                                                                              | 時間   | 教學資源                                                                                                  | 教學評量             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 家庭 I-1-3-1<br>家庭 I-1-3-2<br>家庭 I-2-3-3<br>綜合 1-3-5<br>綜合 2-3-3<br>健康 6-2-1<br>健康 6-2-2<br>健康 6-2-3<br>健康 6-2-4 | <b>第一節</b><br><b>活動一-我的煩心事</b><br><b>引起動機</b><br>教師以繪本書名和封面圖片提問，學生回答，進行繪本封面圖預測。<br>問題：作者為什麼要替這個故事定書名為「莎莉，離水遠一點」？你覺得這句話應該是誰說的？（可能是莎莉在海邊玩水，媽媽提醒她的話…）<br><b>發展活動</b> | 2 分鐘 | 繪本「莎莉，離水遠一點」<br> | 學生能預測故事內容，主動回答問題 |

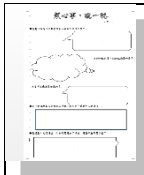
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                |                              |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
|  | <p>1. 師生共讀繪本「莎莉，離水遠一點」。</p> <p>2. 教師提問，學生回答：這一本書每一頁左邊和右邊有什麼特色？（左邊和右邊沒什麼關係、左邊是媽媽的故事右邊是小孩的故事、…）</p> <p>3. 教師提問：</p> <p>(1)媽媽似乎一直講著她要告訴莎莉的話，但是莎莉卻沉浸在自己的世界中。你覺得作者要透過這個故事表達什麼？（大人和小孩的世界不一樣、大人很愛提醒小孩一些事，但小孩不一定想聽…）</p> <p>(2)如果故事中的媽媽走到莎莉旁邊問她：「你在做什麼？」故事會變成怎樣？（莎莉可能會跟媽媽講她想像的東西、媽媽可能就不會一直碎碎念）</p> <p>(3)如果莎莉有回答媽媽的話，故事會變成怎麼樣？（媽媽知道她在做什麼，可能就不會一直碎碎念、他們有可能會聊天起來…）</p> <p><b>總結</b></p> <p>1. 教師：大人和小孩所想的或許真的不太一樣，所以我們需要彼此了解，讓我們能夠去參與彼此的世界。</p> <p>接下來，請在學習單上分享你和家人常發生不愉快的事件，不限定在和家長的互動，和兄弟姊妹之間的也可以。下次上課我們要討論大家書寫的內容，如果有人不想公開內容，可以在學習單上特別註明。</p> <p>2. 學生書寫學習單的一到三個框框（常和家人發生不愉快的事、當時內心的想法、當下如何回應家人），寫完後交給老師。</p> | <p>30 分鐘</p> |                                                                                                                | <p>學生能專心聆聽故事，並參與討論回答問題</p>   |
|  | <p><b>第一節 結束</b></p> <p>-----</p> <p><b>第二節</b></p> <p>（教師上課前將學生書寫的學習單內容進行分類並拍照）</p> <p><b>準備活動</b></p> <p>老師說明：上次學習單上大家書寫的問題，老師進行了分類，等一下我們要進行討論。我們</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <p>8 分鐘</p>  | <p>學習單<br/>「煩心事，說一說」</p>  | <p>學生能回想自身經驗，並於學習單中書寫下來。</p> |
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>10 分鐘</p> |                                                                                                                |                              |



|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |       |                                                                                                                            |                                                   |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|  | <p>先來看一部影片。</p> <p><b>發展活動</b></p> <p><b>一、影片討論</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 播放影片「愛需要用心溝通」。</li> <li>2. 師生進行影片討論。</li> </ol> <p>問題：</p> <p>(1)影片中的孩子跟爸爸的關係一開始怎麼樣？(不好，講沒幾句爸爸就生氣了。)</p> <p>(2)發生了什麼事，讓孩子很懊悔？(如果他有接爸爸的電話，爸爸就不會跑回銀行領錢而發生車禍。)</p> <p>(3)孩子想像回到餐桌時的對話，他有跟爸爸分享他想買房子的事，那時候他們的關係怎麼樣？(關係很好。)</p> <p>(3)爸爸希望的是什麼？(孩子能跟他分享他要做的事，讓爸爸知道怎麼幫助他。)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. 教師小結：有很多衝突，其實有時候只要改變一下想法，在回應上做點調整，和家人的關係就會不一樣。我們不要等到發生了遺憾的事才後悔，我們要在之前就先改變。</li> </ol> <p><b>二、分析問題的原因</b></p> <p>(發下學生上次書寫的學習單「煩心事，說一說」)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師說明學習任務：等一下我們要看大家和家人相處時有哪些困擾的地方，請同學們腦力激盪，想想衝突的原因是什麼。</li> </ol> <p>*請留意，只能提供有建設性的正向建議，能夠幫助同學改善跟家人的關係。</p> <p>舉例來說：弟弟常常愛告狀，可能是他想要有所表現，引起爸爸媽媽的注意。或者，弟弟之前是否跟你有什麼不愉快沒有得到紓解，所以想找你麻煩。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 教師播放學生學習單書寫的內容圖片，請同學提出問題的可能原因，並給予建議。當事人將可能的原因寫在學習單的第四格(為什麼我和家人會因為這件事不愉快呢？聽聽別人的看法…)。</li> </ol> | 25 分鐘 | <p>影片「愛需要用心溝通」</p>  <p>學習單「煩心事，說一說」</p> | <p>學生專心觀看影片，並依影片內容回答問題</p> <p>學生觀看學習單書寫的內容，提出</p> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|





|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                          |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>二、練習</b></p> <p>2. 說明任務：上次大家在學習單上書寫和家人之間有衝突的事件，等一下要兩兩一組，進行戲劇演出，應用學習到的溝通原則，練習如何溝通。</p> <p>3. 分組並進行任務。</p> <p>4. 各小組進行演出，並說明應用了哪些溝通的方法。</p> <p><b>總結</b></p> <p>1. 教師說明：今天大家學習了將溝通的原則放進自己和家人的衝突中，進行良性的溝通。希望大家能夠將學習到的方法應用在實際生活中，一開始或許不會很順利，但是透過反覆的練習和反省，一定會有所進步。</p> <p>2. 教師發下檢核單「我的溝通記事」說明，請學生回家後記下一件自己和家人溝通的事件，並省思自己使用了哪些溝通方法，是否有需要調整的地方。</p> <p style="text-align: center;">第四節 結束</p> <p>-----</p> | <p>35 分鐘</p> <p>2 分鐘</p> | <p>「煩心事，說一說」</p>  <p>學習單<br/>「我的溝通記事」</p>  | <p>能和組員合作，討論溝通的方式，並進行演出</p> <p>學生能將習得的溝通技巧應用在生活中，並且記錄下來，進行省思</p> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|

### 教學省思

#### 「3C」、「洗澡」是大家共同的痛

第一堂課程，學生們在學習單上寫出常跟家人發生不愉快的事。回收了學習單後，我來進行整理。在家庭中，因為「3C 產品」引發糾紛，這我可以理解，畢竟這也是「時代趨勢」，但好玩的是，緊迫在後的家庭引爆點竟然是「洗澡問題」。

「不要再玩了，去洗澡!」、「還不去洗澡!」、「快點去洗澡啦!都幾點了!」看著孩子在學習單上寫下家長對他們說的內容，我不禁也要煩躁起來了。

#### 我哪敢啊!

當我們進行討論時，從大家書寫的內容可以看到，大部分的學生在和家人發生不愉快的事件時，內心有很多氣憤的想法，但是當下卻不將自己的想法說出來，而是心不甘情不願地照著家長所要的去做。但是，一樣的衝突卻反覆地在家中發生。

我問學生，為什麼你們不把心裡的話跟爸媽說呢？學生們用一種老師怎麼能問這個問題的吃

驚語氣說：「我哪敢啊!」、「我一講，媽媽就會講更多，照著她的意思做比較好」、「等一下給我鐵沙掌怎麼辦?」、「老師，你明天不想見到我了嗎?」逗得我哈哈大笑。我在心裡默默地說著：「真是乖寶寶啊!現在這麼聽話順從的孩子已經越來越稀少了。」

但是，聽話的乖寶寶不太會引起家庭戰爭，就不需要學習溝通了嗎?抱怨一點一點的累積在心裡，不滿的情緒有一天會找到一個黑洞爆發吧!**溝通，是一生都需要學習的功課，即使是孩子也不例外。**

「你說說看嘛!不試試看怎麼知道?」我鼓勵的說著。

「老師，如果我問我媽為什麼總是要催我洗澡，我媽自己一定也不知道。」一位孩子無奈的說著。

「喔!那你如果真的問了她，她不也就會開始思考這個問題了嗎!說不定她也會發現自己好像沒必要每天一直催你洗澡。搞不好因為這樣，你從此擺脫每天被媽媽碎念去洗澡的命運。這樣也有達到溝通的目的啊!」

那孩子似乎被我說服了，但是要踏出一步，好像…有點困難…

### 充滿「官方說法」的戲劇演出

前三堂課我們學習替對方的行為找個正向的原因，改變想法，好好進行溝通。我們也學到了選擇對的方式，並且善用溝通的技巧來進行溝通。當孩子們利用這些技巧實作進行角色扮演時，每一組的呈現都像處於大同世界一般，「好和善」、「好完美」。

「你們覺得今天這樣的練習，能夠幫助你們學習溝通嗎?」戲劇結束後我問孩子。有人偷笑，有人竊竊私語地說「好假喔!」、「真實狀況不會這麼順利」。小洋說：「真實情況是，阿公會說：『你講話沒大沒小』，然後我就不敢講話了。」

「我也覺得真實情況好像不會這麼完美，不過，**溝通本來就是需要不斷練習的**。有時候溝通前，就是需要先進行腦中劇場，猜想對方可能會怎麼說，你要怎麼回應。老師這個年紀也還會有溝通失敗的時候，但是比起以前我更能知道自己哪裡出了問題，這就是練習而來的省思能力。」

### 勇敢邁出一步吧!

學生們拿到檢核單「我的溝通記事」時，又哀號了一次。「老師，我不敢說啦!」、「講那些話有點噁心。」、「天啊!一定會被罵死的。」

把溝通冠上作業的壓力，每個人就要確實的去執行。然而，事實證明，壓力果然能讓人成長。孩子們學習跟家長說出自己的想法、學習達成共識、遵守承諾，他們發現其實父母不像自己想像的那樣可怕，取得信任後，原來他們也是可以跟父母、阿公、阿嬤或其他家人溝通的。

### 自我成長

進行這個課程時，我也不斷的回頭去看過去自己和家人相處的情況，如同這群孩子一樣，我也曾隱藏自己內心的不滿，依照家人想要的去做，但卻是越來越失去了快樂，直到有一天再也受不了了，開始叛逆的青春。現在想想，要是當時有說出來，是不是能少繞一點路?

但過去的這些零零種種，卻也幫助我能夠去同理孩子的想法和感受，進而鼓勵他們去突破不敢溝通的困難。能拆下孩子帶好的面具，讓他們敞開心胸說點真心話，真是一件感到舒坦的事。



## 教學活動照片

說明：師生共讀繪本「莎莉，離水遠一點」，發現大人的想法和小孩的想法差異很大。



## 教學活動照片

說明：觀看影片「愛需要用心溝通」，進行討論。如果事情重來一次，好好跟家人溝通，就能減少遺憾的事發生。





## 教學活動照片

說明：透過圖片說明，學習溝通的技巧。



## 教學活動照片

說明：透過案例討論，分析每種溝通的方式會帶來的後果，選擇最好的溝通之路。







## 教學活動照片

說明：學生分組討論，用戲劇的方式演出溝通的情況，並說明使用了哪些溝通技巧。



# 教學活動照片

說明：學生書寫學習單「煩心事，說一說」，同學針對問題提出可能的原因與建議。

**煩心事，說一說**  
六甲：戴子安

◆請畫出和寫出你常被家人「碎念」的事？

在秋、冬、春時，媽媽常對我說不要穿短袖。

\*對於被碎念的這件事，你的想法是什麼？

又不會很冷。

\*當下你是怎麼回應的？

好啦！好啦！又不會冷，會冷我會自己穿外套。

◆為什麼家人會這樣碎念我呢？聽聽別人的看法...

- 1.怕我感冒
- 2.女也自己覺得冷
- 3.關心我

◆聽過別人的建議後，你有什麼想法？或者，想要做些什麼改變？

我感冒也會心疼，希望我的身體健康，以後天冷時，要在我媽女面前穿外套。

**煩心事，說一說**  
六甲：高庭雯

◆請畫出和寫出你常被家人「碎念」的事？

你不要再看電視了啦！快一點去洗澡啦！你不知道洗衣服的人很累嗎？而且你都看多久了。

\*對於被碎念的這件事，你的想法是什麼？

阿嬤煩，明明看電視吵鐘，而且幫她洗衣服的是我。

\*當下你是怎麼回應的？

好啦！你很煩，而且洗衣服的人是我，勸你不要浪費口水在那邊急我，煩死了！

◆為什麼家人會這樣碎念我呢？聽聽別人的看法...

- 1.家人希望我快點把該用的東西用好。
- 2.不喜歡我太晚洗澡，怕我感冒。
- 3.家長想看電視，才叫我去洗澡。

◆聽過別人的建議後，你有什麼想法？或者，想要做些什麼改變？

後來我覺得阿嬤其實在關心我，然後我會盡量早一點洗澡，並用好的口氣回答。

轉變想法，自然能心平氣和的回應。 95%

**煩心事，說一說**  
六甲：高庭雯

◆請畫出和寫出你常被家人「碎念」的事？

你不要再看電視了啦！快一點去洗澡啦！你不知道洗衣服的人很累嗎？而且你都看多久了。

\*對於被碎念的這件事，你的想法是什麼？

阿嬤煩，明明看電視吵鐘，而且幫她洗衣服的是我。

\*當下你是怎麼回應的？

好啦！你很煩，而且洗衣服的人是我，勸你不要浪費口水在那邊急我，煩死了！

◆為什麼家人會這樣碎念我呢？聽聽別人的看法...

- 1.家人希望我快點把該用的東西用好。
- 2.不喜歡我太晚洗澡，怕我感冒。
- 3.家長想看電視，才叫我去洗澡。

◆聽過別人的建議後，你有什麼想法？或者，想要做些什麼改變？

後來我覺得阿嬤其實在關心我，然後我會盡量早一點洗澡，並用好的口氣回答。

轉變想法，自然能心平氣和的回應。 95%

**煩心事，說一說**  
六甲：高庭雯

◆請畫出和寫出你常被家人「碎念」的事？

你不要再看電視了啦！快一點去洗澡啦！你不知道洗衣服的人很累嗎？而且你都看多久了。

\*對於被碎念的這件事，你的想法是什麼？

阿嬤煩，明明看電視吵鐘，而且幫她洗衣服的是我。

\*當下你是怎麼回應的？

好啦！你很煩，而且洗衣服的人是我，勸你不要浪費口水在那邊急我，煩死了！

◆為什麼家人會這樣碎念我呢？聽聽別人的看法...

- 1.家人希望我快點把該用的東西用好。
- 2.不喜歡我太晚洗澡，怕我感冒。
- 3.家長想看電視，才叫我去洗澡。

◆聽過別人的建議後，你有什麼想法？或者，想要做些什麼改變？

後來我覺得阿嬤其實在關心我，然後我會盡量早一點洗澡，並用好的口氣回答。

轉變想法，自然能心平氣和的回應。 95%



## 檢核表

說明：學生書寫學習單「我的溝通記事」，學生記錄溝通方法的方法，並進行省思。

**我的溝通記事**

六甲 王冠元

**\*溝通對象：**媽媽

**\*事件說明：**  
我媽媽想王冠元一點電腦  
女馬：「五分鐘，不要像之前五分鐘後又五分鐘。」  
我：「好。」

**\*使用的技巧：**

|                                            |                                              |                                            |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> 慎選溝通時間 | <input checked="" type="checkbox"/> 以尊重的態度聆聽 | <input checked="" type="checkbox"/> 清楚表達想法 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 達成共識   | <input checked="" type="checkbox"/> 遵守約定     | <input type="checkbox"/> 做一件感謝對方的事         |
| <input type="checkbox"/> 其他 _____          |                                              |                                            |

**\*結果：**

☒ 有良好的溝通，因為我有明白表達想法，也有遵守約定。

☐ 沒有良好的溝通，因為 \_\_\_\_\_

**\*分享：（收穫、失敗的原因、下次的調整、其他想法）**  
我以前總是要求只要守約定媽媽也可以很好講話的，且這樣才不會像以前都要等到媽媽生氣才聽話。

遵守約定就能取得媽媽的信任。  
92 %

**我的溝通記事**

六甲 董嘉佑

**\*溝通對象：**媽媽

**\*事件說明：**  
這兩天我都比車文少練習鋼琴，被媽媽念了一下，於是  
我跑去找媽媽，跟她溝通了一下練習的時間。  
我媽媽說我可以每天練習九分鐘的鋼琴，好不好？  
媽媽：OK！阿！能多學久一點是更好！  
我：好！  
媽媽：那你遵守約定喔！不要只說都不練。

**\*使用的技巧：**

|                                          |                                              |                                            |
|------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 慎選溝通時間          | <input checked="" type="checkbox"/> 以尊重的態度聆聽 | <input checked="" type="checkbox"/> 清楚表達想法 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 達成共識 | <input type="checkbox"/> 遵守約定                | <input type="checkbox"/> 做一件感謝對方的事         |
| <input type="checkbox"/> 其他 _____        |                                              |                                            |

**\*結果：**

☒ 有良好的溝通，因為我和媽媽都達成共識。

☐ 沒有良好的溝通，因為 \_\_\_\_\_

**\*分享：（收穫、失敗的原因、下次的調整、其他想法）**  
我覺得我上完這單元後，越來越會溝通了，以前的我只會生氣，跟現在完全不一樣，真令人開心，希望我能保持下去。

真棒！  
92 %

**我的溝通記事**

六甲 戴予安

**\*溝通對象：**媽媽

**\*事件說明：**  
討論我天冷時的保暖式  
我跟媽媽說：我最近可以穿外套  
取代穿長袖嗎？而媽媽說，穿外套  
也可以保暖，攜帶也較方便。最  
後媽媽同意我穿外套保暖。

**\*使用的技巧：**

|                                   |                                              |                                            |
|-----------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 慎選溝通時間   | <input checked="" type="checkbox"/> 以尊重的態度聆聽 | <input checked="" type="checkbox"/> 清楚表達想法 |
| <input type="checkbox"/> 達成共識     | <input checked="" type="checkbox"/> 遵守約定     | <input type="checkbox"/> 做一件感謝對方的事         |
| <input type="checkbox"/> 其他 _____ |                                              |                                            |

**\*結果：**

☒ 有良好的溝通，因為可以穿外套保暖，不必穿長袖。

☐ 沒有良好的溝通，因為 \_\_\_\_\_

**\*分享：（收穫、失敗的原因、下次的調整、其他想法）**  
這次溝通，我們解決了這一項問題，也都得到好的溝通，我想，以後不必再為這件事情而爭吵了。

93 %

**我的溝通記事**

六甲 劉宜瑋

**\*溝通對象：**媽媽

**\*事件說明：**  
媽媽說：「快去洗澡。」我說：「媽媽，我可不可以在每天都  
固定六點去洗澡？」媽媽說：「因為你保證每天都  
要六點洗澡喔！」我：「好。」

**\*使用的技巧：**

|                                          |                                          |                                            |
|------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 慎選溝通時間          | <input type="checkbox"/> 以尊重的態度聆聽        | <input checked="" type="checkbox"/> 清楚表達想法 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 達成共識 | <input checked="" type="checkbox"/> 遵守約定 | <input type="checkbox"/> 做一件感謝對方的事         |
| <input type="checkbox"/> 其他 _____        |                                          |                                            |

**\*結果：**

☒ 有良好的溝通，因為媽媽說六點去洗澡，我就六點洗。

☐ 沒有良好的溝通，因為 \_\_\_\_\_

**\*分享：（收穫、失敗的原因、下次的調整、其他想法）**  
我的收穫是讓我學習到如何和媽媽溝通，因為常常為了洗澡和我吵架，我有了固定的時間洗澡，這樣我們兩個都有信心。

93 %





# 上課 PPT-換條路，溝通 go!

|                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>換條路，溝通go!</p>                                                                                                                                                                                                                                                | <p>如果你走在路上，看到了這個標誌</p>                                                                        | <p>你會怎麼做？</p>                                                                                                               |
| <p>換條路，還是可以到達目的地</p>                                                                                                                                                           | <p>換個方式溝通，或許能達到更好的效果</p>                                                                      | <p>障礙一：父母想跟你談在學校發生的事，但是你心情不好，不想聽</p> <p>這些選擇會有什麼後果呢？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 直接拒絕<br/>你生氣地說：「不要煩我！」</li> </ul>                                                                           |
| <p>1. 直接拒絕<br/>你生氣地說：「不要煩我！」</p> <p>後果：<br/>• 你對父母發脾氣後，心裡很內疚。<br/>• 父母因為你不好的態度而生氣，而真的做了不好的事，所以不敢說出來。</p> <p><b>雙輸</b></p>                                                                                                                                       | <p>障礙一：父母想跟你談在學校發生的事，但是你心情不好，不想聽</p> <p>這些選擇會有什麼後果呢？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 直接拒絕<br/>你生氣地說：「不要煩我！」</li> <li>2. 勉強回答<br/>你雖然不想聽，還是勉強敷衍回答：「喔！」</li> </ul> | <p>2. 勉強回答<br/>你雖然不想聽，還是勉強敷衍回答：「喔！」</p> <p>後果：<br/>• 你勉強地回答，心裡其實沒有在聽，隨著時間，不悅的情況會越來越加劇。<br/>• 父母知道你有回答，就繼續說，現在的心情，當講了幾句後發現你根本不想談，火氣慢慢火大起來。</p> <p><b>後果看造化</b></p>                                              |
| <p>障礙一：父母想跟你談在學校發生的事，但是你心情不好，不想聽</p> <p>這些選擇會有什麼後果呢？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 直接拒絕<br/>你生氣地說：「不要煩我！」</li> <li>2. 勉強回答<br/>你雖然不想聽，還是勉強敷衍回答：「喔！」</li> <li>3. 先不談學校的事，談其他的事<br/>你跟父母說：「讓我想一想，明天再談這件事。」並主動開起其他話題，「今天誰來家裡了？桌上有一包餅乾。」</li> </ul> | <p>3. 先不談學校的事，談其他的事<br/>你跟父母說：「讓我想一想，明天再談這件事。」並主動開起其他話題，「今天誰來家裡了？桌上有一包餅乾。」</p> <p>後果：<br/>• 你表達了自己的心情，可以不用當下談不想談的事，心裡會舒服一些。<br/>• 父母知道你的想法，信任你。</p> <p><b>雙贏</b></p>           | <p>障礙二：父母叫你洗澡，但你正在看看看的節目。</p> <p>這些選擇會有什麼後果呢？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 不回答，繼續看</li> </ul>                                                                                                 |
| <p>1. 不回答，繼續看</p> <p>後果：<br/>• 你還看心裡邊擔心，等一下會被罵。<br/>• 父母可能會繼續叫你洗澡，幾次後，以後常常會為了這件事吵架。</p> <p><b>雙輸</b></p>                                                                                                                                                        | <p>障礙二：父母叫你洗澡，但你正在看看看的節目。</p> <p>這些選擇會有什麼後果呢？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 不回答，繼續看</li> <li>2. 勉強回答，但繼續看<br/>你敷衍回答：「知道了！」但仍舊坐在椅子上看電視。</li> </ul>              | <p>2. 勉強回答，但繼續看<br/>你敷衍回答：「知道了！」但仍舊坐在椅子上看電視。</p> <p>後果：<br/>• 你覺得自己有回答了，安心的繼續看。<br/>• 父母聽到你的回答，暫時相信你，但後來會大起來，以後會不信任你說的話。</p> <p><b>失去父母的信任是很可怕的事</b></p>                                                       |
| <p>障礙二：父母叫你洗澡，但你正在看看看的節目。</p> <p>這些選擇會有什麼後果呢？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 不回答，繼續看</li> <li>2. 勉強回答，但繼續看<br/>你敷衍回答：「知道了！」但仍舊坐在椅子上看電視。</li> <li>3. 說出你的想法，並遵守諾言<br/>你跟父母說：「再十分鐘這個節目就要結束了，我一定馬上會去洗澡。」節目一結束，馬上積極地準備洗澡。</li> </ul>                 | <p>3. 說出你的想法，並遵守諾言<br/>你跟父母說：「再十分鐘這個節目就要結束了，我一定馬上會去洗澡。」節目一結束，馬上積極地準備洗澡。</p> <p>後果：<br/>• 你說明了自己的想法，放心地看完這個節目。<br/>• 父母知道你的想法，因為你遵守諾言的行為，每件事會對你更放心。</p> <p><b>雙贏</b></p>        | <p>找到最好的溝通之路<br/>讓家庭走上幸福之路</p>  <p>臺灣資源：可達科技工作室<br/>https://wei.go.org/twcn.html?url=/id/244p<br/>c/v/110201127045-12</p> |

## 煩心事，說一說

六甲：↵

◆請畫出和寫出你常會跟家人發生不愉快的事？↵

↵

↵

↵

↵

↵

↵

↵

\*對於這件事，你的想法是什麼？↵

\*當下你是怎麼回應的？↵

↵

↵

◆為什麼我和家人會因為這件事不愉快呢？聽聽別人的看法…↵

↵

↵

↵

◆聽過別人的建議後，你有什麼想法？或者，想要做些什麼改變？↵

↵

# 我的溝通記事

六甲 \_\_\_\_\_

\*溝通對象:

\*事件說明:

\*使用的技巧:

- |                                   |                                   |                                    |
|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 慎選溝通時間   | <input type="checkbox"/> 以尊重的態度聆聽 | <input type="checkbox"/> 清楚表達想法    |
| <input type="checkbox"/> 達成共識     | <input type="checkbox"/> 遵守約定     | <input type="checkbox"/> 做一件感謝對方的事 |
| <input type="checkbox"/> 其他 _____ |                                   |                                    |

\*結果:

- ☐ 有良好的溝通，因為 \_\_\_\_\_
- ☐ 沒有良好的溝通，因為 \_\_\_\_\_

\*分享: (收穫、失敗的原因、下次的調整、其他想法)

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立建和國小  
楊貴喬 老師

臺東縣家庭教育中心 107 年度家庭教育教學方案徵選

|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                      |      |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------|
| 主題名稱                                                | 幸福家庭                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 學校                   | 建和國小 |
| 設計者                                                 | 楊貴喬                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                      |      |
| 參考資料                                                | 壹、繪本圖書<br>1. 樓上的外婆和樓下的外婆<br>2. 水蜜桃阿嬤<br>3. 六上南一版國語第六課課文—紀念照<br>貳、網路資源<br>電影主題曲 mv「幸福路上」-蔡依林<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=uYykvQA4mqM">https://www.youtube.com/watch?v=uYykvQA4mqM</a><br>青少年幸福家庭教育影片-學習和好<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=dJ9x2q6os_E">https://www.youtube.com/watch?v=dJ9x2q6os_E</a> | 適用年級                 | 六年級  |
|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 節數                   | 6 節  |
| 設計理念                                                | 高年級的孩子逐漸步入青春期的身心發展也開始有明顯變化，原本乖巧，聽話的孩子也逐漸有強烈的自我意識，並重視同儕認可，然而，家庭是孩子生長最初的环境，父母的一言一行，都會給孩子潛移默化的影響，因此本教案以「幸福家庭」為課程核心，透過繪本導讀、情境模擬、討論教學和實作教學，引導孩子體會與感受與家人的互動模式，更藉由學習單及短文撰寫喚起孩子對家人平時互動關係的察覺，期待孩子能將省思後的行為具體實踐在家庭生活中，增進家人感情。                                                                                                                |                      |      |
| 學生先備知能分析                                            | 1. 學生能使用適當的方式表達對家人的愛與關懷。<br>2. 學生能與家人分享生活經驗。<br>3. 學生會參與家庭活動並與家人分享參與經驗。<br>4. 學生有口頭報告基本能力，並能專心聆聽他人意見。                                                                                                                                                                                                                             |                      |      |
| 教學資源                                                | 單槍、電腦、繪本簡報、網路短片、學習單                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                      |      |
| 教學方法                                                | 多媒體教學、閱讀教學、情境模擬教學、討論教學法                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                      |      |
| 對應家庭教育指標                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 九年一貫／高中能力指標          |      |
| I-2-3-1 關懷家庭及家族中需要特殊照顧的人<br>I-2-3-2 瞭解並關心家庭中可能的語言或肢 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 6-1-2 關心和愛護家庭成員。【健體】 |      |

體暴力，並採用適當的方法避免傷害

I-2-3-3 主動關懷家族成員

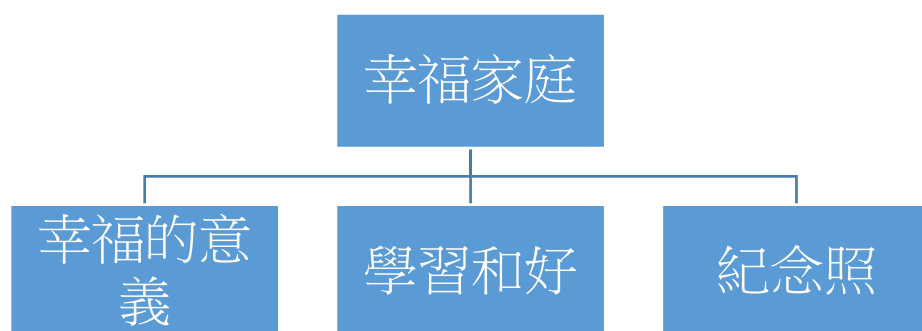
6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，認識壓力。【健體】

2-3-11 認識處理衝突的方法，促進兩性和諧相處【性別平等】

5-3-5 舉例說明在民主社會中，與人相處所需的理性溝通、相互尊重與適當妥協等基本民主素養之重要性。【社會】

### 教學架構與安排

#### 一、教學架構圖



#### 二、教學安排

| 子題名稱  | 節數 | 教 學 重 點                                                                                                                     |
|-------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 幸福的意義 | 二  | 從電影主題曲 MV「幸福路上」的欣賞與討論開始，導入「樓上的外婆和樓下的外婆」和「水蜜桃阿嬤」繪本導讀與討論，讓學生認識不同的家庭型態和家人互動的模式，進而瞭解家庭在面臨不同的問題時，只要家人能彼此支持，共同面對困難，每個家庭都能擁有幸福的生活。 |
| 學習和好  | 二  | 藉由「青少年幸福家庭教育影片-學習和好」的欣賞與討論，學生能聯想到與家人互動時的應對方式，進而省思自己的言行是否恰當，希望能培養學生尊重並體貼家人的態度。                                               |
| 我的家人  | 二  | 從「國語第六課課文—紀念照」課文文意理解，延伸聯想與家人的生活中紀念照的故事，從描述紀念照的人事時地物，重溫當時與家人的美好回憶，進而了解關心家人的重要。                                               |

| 指標對應                     | 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 時間                      | 教學資源                              | 教學評量                                                 |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------|
| I-2-3-1 關懷家庭及家族中需要特殊照顧的人 | <p align="center"><b>第一、二節幸福的意義</b></p> <p><b>壹、引起動機：</b></p> <p>一、電影主題曲 MV「幸福路上」</p> <p>這部 MV 的主角小琪，六歲時跟著爸媽一起搬家到台北，懵懂無知的他，不懂什麼叫做幸福，卻十分期待在「幸福路」的新生活。長大後，她仍然不斷追尋她想要的幸福，直到媽媽一通電話通知她阿嬤過世了，小琪匆匆回到台灣，才發現原來幸福就在身邊。</p> <p>二、引導討論</p> <p>1. 從這部 MV 中，你印象最深刻的畫面或歌詞是什麼？</p> <p>2. 看完這部 MV，會讓你聯想到妳生活中的什麼情境或人物嗎？</p> | 10 分                    | 資訊<br>設備<br>電影<br>主題<br>曲 MV      | <p>學生能專心欣賞影片</p> <p>學生能參與討論</p>                      |
|                          | <p><b>貳、發展活動：</b></p> <p>欣賞了電影主題曲 MV「幸福路上」後，我們來一起共讀繪本，認識不同的家庭型態和家人互動的模式。</p> <p>一、繪本共讀—樓上的外婆和樓下的外婆</p> <p>老師請同學輪流朗讀繪本內容，並提問討論繪本內容。</p> <p>1. 為什麼湯米喜歡找樓上外婆聊天？</p> <p>2. 你會用什麼話來形容湯米和樓上的外婆和樓下的外婆的關係。</p> <p>3. 這本書裡一共提到多少家人？</p> <p>4. 你覺得湯米一家人的關係如何？</p> <p>二、繪本共讀—水蜜桃阿嬤</p> <p>老師請同學輪流朗讀繪本內容，並提問討論繪</p>   | <p>20 分</p> <p>20 分</p> | <p>繪本<br/>簡報</p> <p>繪本<br/>剪報</p> | <p>學生能專心閱讀繪本簡報</p> <p>學生能參與討論</p> <p>學生能專心閱讀繪本簡報</p> |



|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                         |               |                                                |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------|------------------------------------------------|
| <p>I-2-3-3 主動關懷家族成員</p>                    | <p>本內容。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 水蜜桃阿嬤和那些家人生活在一起？</li> <li>2. 水蜜桃阿嬤一家人遭遇了哪些困難？</li> <li>3. 他們如何面對或解決這些困難？</li> <li>4. 在家庭生活中曾經有哪些困擾你的經驗？<br/>你如何解決這些困難？</li> <li>5. 如果你的朋友也向水蜜桃阿嬤一樣的境遇，請試著說一段話來鼓勵他，讓他能有正向的思考並勇敢的面對生活？</li> <li>6. 請學生完成學習單。</li> </ol> <p><b>參、綜合活動：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生分享學習單內容。</li> <li>2. 教師總結：每個家庭都有不同的家庭成員，也會面臨不同的問題及情境，只要家人能彼此支持，共同面對並解決困難，每個家庭都能擁有幸福的生活。</li> </ol> | <p>20<br/><br/>10 分</p> | <p>學習單</p>    | <p>學生能參與討論</p> <p>學生能完成學習單</p> <p>學生能分享學習單</p> |
| <p>I-2-3-2 瞭解並關心家庭中可能的語言或肢體暴力，並採用適當的方法</p> | <p><b>第三、四節 學習和好</b></p> <p><b>壹、引起動機：</b></p> <p>一、影片欣賞—青少年幸福家庭教育影片-學習和好</p> <p>佳佳和同學出去玩，超過了和家人約定的回家時間，爸爸打電話提醒佳佳該回家了，但佳佳還想延後回家時間，於是爸爸生氣的要家家立刻回家。</p> <p><b>貳、發展活動：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師以提問方式與學生討論文影片內容。 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 爸爸為什麼要打電話給<u>佳佳</u>？爸爸當時的心情如何？</li> <li>(2) <u>佳佳</u>回到家後心情如何？她對爸爸說</li> </ol> </li> </ol>                                                                   | <p>7<br/><br/>13</p>    | <p>學習和好短片</p> | <p>學生能專心欣賞影片</p> <p>學生能參與討論</p>                |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                  |              |                                                  |
|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------|
| <p>避免傷害</p> <p>I-2-3-2 瞭解並關心家庭中可能的語言或肢體暴力，並採用適當的方法避免傷害</p> | <p>了什麼？</p> <p>(3) 為什麼佳佳後來想向爸爸道歉？</p> <p>(4) 媽媽向佳佳說明「和好」有哪三個步驟？</p> <p>(5) 為什麼要說出對方的感受？</p> <p>(6) 請問家中成員個人的態度會影響家庭氣氛嗎？</p> <p>2. 教師請同學發表家中發生類似情境時，家人的對話模式是如何？</p> <p>(1) 有功課不會寫，需要家人指導或協助。</p> <p>(2) 飯後，爸媽要你幫忙收拾碗盤或洗碗。</p> <p>(3) 你看卡通看的正起勁，家人卻要你回房間溫習功課。</p> <p>3. 教師請學生想一想，用平常回話的態度，家人聽了會有什麼感受，怎樣的表現是更適當的表達方式。</p> <p>4. 同學在小組中分享自己的表達方式。</p> <p>5. 小組代表上臺分享不同的表達方式。</p> <p><b>參、綜合活動：</b></p> <p>教師總結：每個家庭成員都有不同的性格，我們常常急於表達自己的想法，而忘了家人也需要被尊重與了解，因此練習表達出體貼對方的言語與行動，會讓家人的情感更和諧。</p> | <p>20</p> <p>15</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>5</p> | <p>學習單</p>   | <p>學生能參與討論</p> <p>學生能完成學習單</p> <p>學生能分享學習單內容</p> |
| <p>I-2-3-3 主動關懷家族成員</p>                                    | <p><b>第五、六節 紀念照</b></p> <p><b>壹、引起動機：</b></p> <p>教師請學生朗讀六上南一版國語第六課課文——紀念照。</p> <p><b>貳、發展活動：</b></p> <p>一、教師引導討論</p> <p>1. 作者小時後，全家人拍紀念照的神情是如</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>5</p> <p>20</p>                               | <p>國語電子書</p> | <p>學生能朗讀課文</p> <p>學生能參與討論</p>                    |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |                          |                                   |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------------------|
| <p>I-2-3-3 主動關懷家族成員</p> | <p>何？</p> <p>2. 拍照當天，作者照鏡子時，為什麼愁眉苦臉？</p> <p>3. 拍照前，家人的心情各是如何？</p> <p>4. 作者為什麼覺得照片的構圖十分好笑？</p> <p>5. 作者在文章中傳達濃濃的思鄉之情，從文章中的哪裡最能看出來？</p> <p><b>二、紀念照：</b></p> <p>1. 從小到大，有哪一張和家人的合照是你覺得具有紀念性的照片，能帶它來為同學介紹，並寫一篇說明照片人事時地物的短文(教師於課前請學生準備相片)。</p> <p>2. 教師說明紀念照的短文內容需介紹照片的人事、時、地、物，並說明印象深刻的理由，以及現在重溫照片的感受。</p> <p>3. 教師發下紀念照學習單，請學生貼照片及完成短文。</p> <p>4. 請學生上臺分享紀念照，並朗讀短文。</p> <p>5. 教師請學生將紀念照學習單帶回家與家人分享，共同回憶當時的情境，並請家長給予回饋。</p> <p><b>參、綜合活動：</b></p> <p>教師總結：不論是和家人一起出遊或是一同聚會，在歡樂的氣氛下，我們都會和家人拍下合照，而這份美好的回憶，就要時時拿出來好好溫習，細細品味當下的點點滴滴，也提醒我們愛要即時，把握與家人相處的時光。</p> | <p>30</p> <p>20</p> <p>5</p> | <p>學生生活照片</p> <p>學習單</p> | <p>學生能完成學習單</p> <p>學生能分享學習單內容</p> |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------------------|

# 六年級生命教育課程學習單

姓名：\_\_\_\_\_

1. 你覺得水蜜桃阿嬤很辛苦嗎？為什麼？

---

---

2. 在家庭生活中你過得如意嗎？曾經有哪些困擾你的經驗？

---

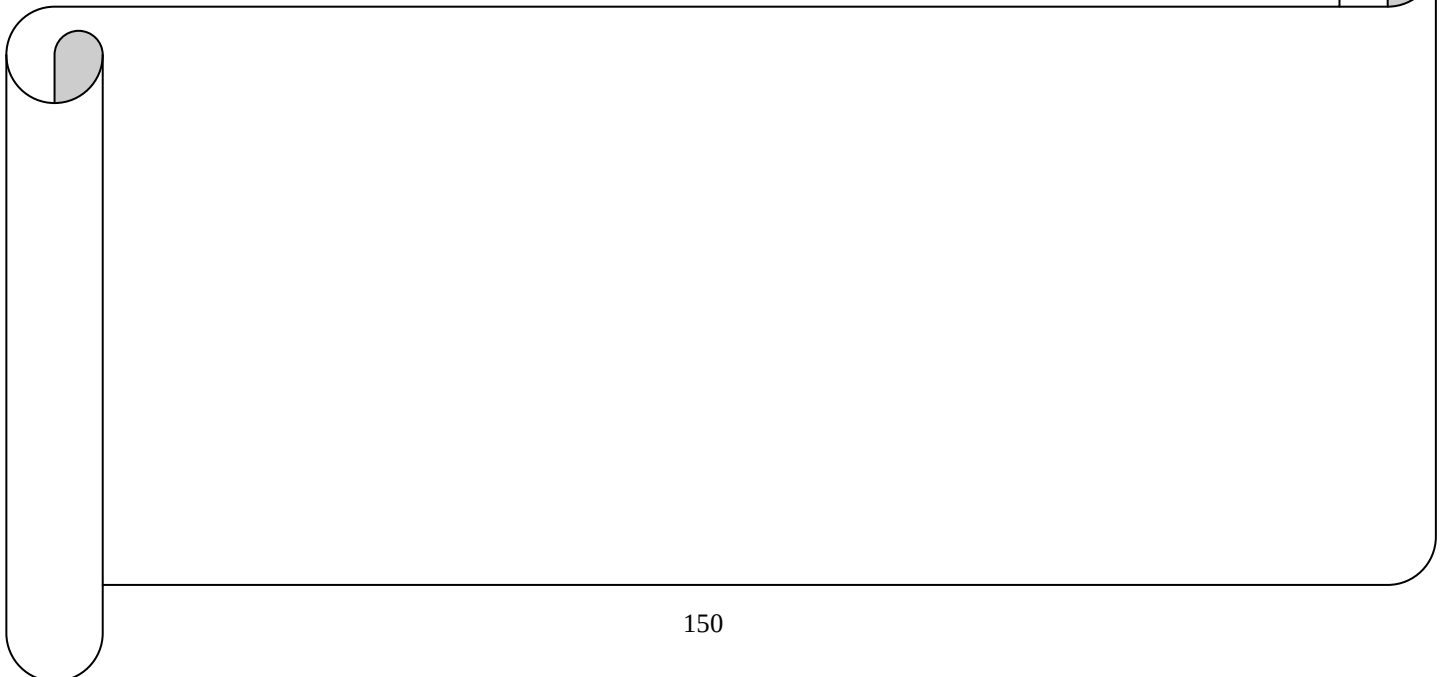
---

3. 假設你的朋友像影片中的境遇，請試著說一段話來鼓勵他，讓他能有正向的思考並勇敢的面對生活？

---

---

1. 請你設計一張以『珍惜生命』為主題的海報，並著色喔！



# 學習和好

六年甲班姓名：\_\_\_\_\_

## ◆我和家人的對話

| 稱謂 | 他/她最常對我說的話 | 他/她最常對我的說話態度 | 我最常對他/她說的話 | 我最常對他/她的說話態度 |
|----|------------|--------------|------------|--------------|
|    |            |              |            |              |
|    |            |              |            |              |
|    |            |              |            |              |
|    |            |              |            |              |

| 我明白當時他/她的感受是..... | 我更適當的表達方式 | 我的說話態度 |
|-------------------|-----------|--------|
|                   |           |        |
|                   |           |        |
|                   |           |        |
|                   |           |        |

◆學習更適當的表達方式後，說一說，有哪裡感受到不一樣？你願意回家練習對家人適當的表達嗎？為什麼？

---



---



---

六、從小到大，有哪一張和家人的合照是你覺得具有紀念性的照片，請帶它來為大家介紹，並寫一篇描述照片人事時地物及感受的短文嗎？

---

---

---

---

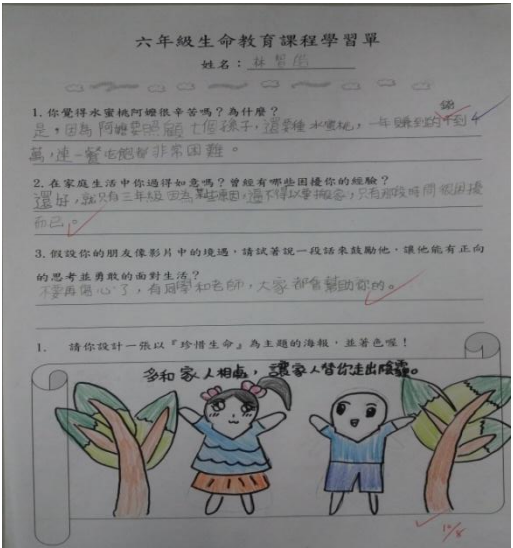
---

---

---

---

---

|              |                                                                                     |                                                                                      |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>幸福的意義</p> |    |    |
|              | <p>全班共讀「樓上的外婆和樓下的外婆」繪本</p>                                                          | <p>學生分享閱讀「水蜜桃阿嬤」繪本後感想</p>                                                            |
| <p>幸福的意義</p> |   |   |
|              | <p>學生在學習單上寫下感受</p>                                                                  | <p>學生在學習單上寫下感受</p>                                                                   |
| <p>學習和好</p>  |  |  |
|              | <p>學生欣賞青少年幸福家庭教育影片-學習和好</p>                                                         | <p>同學在小組中分享自己對家人的表達方式。</p>                                                           |



學習和好

**學習和好**  
六年甲班 姓名：張心怡

◆我和家人的對話

| 情境 | 他/她最常對我說的話 | 他/她最常對我的說話態度 | 我最常對他/她說的話 | 我最常對他/她說話的態度 |
|----|------------|--------------|------------|--------------|
| 媽媽 | 趕快去唸書      | 有點生氣         | 等一下！       | 生氣           |
| 爸爸 | 上課要加油！     | 開心           | 嗯！好！       | 敷衍           |
| 姐姐 | 你不要跟我吵     | 不耐煩          | 哼！不理我！     | 生氣           |
| 弟弟 | 姐姐陪我玩      | 期待           | 不要吵！等姑姑回來  | 不耐煩          |

我明白當時他/她的感受是——  
擔心我沒唸書  
希望我學業進步  
希望我可以安靜  
希望我可以陪他去公園玩

我更適當的表達方式  
好！  
好！你也加油！  
好吧！  
我們和姑姑去玩好不好

我的說話態度  
認真  
認真  
認真  
認真

◆學習更適當的表達方式後，說一說，有哪裡感受到不一樣？你願意回家練習對家人適當的表達嗎？為什麼？  
家人不會覺得我口氣不好，也不會嫌我學業不好。我願意回家練習，因為我懂得和家人和睦相處是一件好事。  
good! %

學生在學習和好學習單上寫下與家人對話當時的感受，以及更適當的表達方式。

**學習和好**  
六年甲班 姓名：黃清怡

◆我和家人的對話

| 情境 | 他/她最常對我說的話 | 他/她最常對我的說話態度 | 我最常對他/她說的話 | 我最常對他/她說話的態度 |
|----|------------|--------------|------------|--------------|
| 爸爸 | 不要一直玩平板！   | 有點生氣         | 好呀！        | 敷衍           |
| 爸爸 | 快去拍貓咪！     | 開心           | 喔！         | 生氣           |
| 媽媽 | 趕快去洗澡！     | 提醒           | 等一下啦！      | 敷衍           |

我明白當時他/她的感受是——  
擔心我玩太久  
怕我吵到他們的休息  
洗澡時間到了

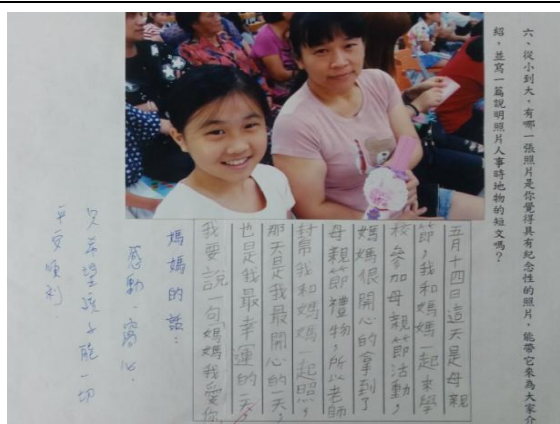
我更適當的表達方式  
爸爸，我會注意時間的  
好！我不會一直吵  
我知道！

我的說話態度  
認真  
認真  
認真

◆學習更適當的表達方式後，說一說，有哪裡感受到不一樣？你願意回家練習對家人適當的表達嗎？為什麼？  
我學懂我和家人之間要互相尊重，說話時不要容易生氣，因為都互利的感受，我已經回家練習，因為這樣家人之間就會少爭吵。  
good! %

學生在學習和好學習單上寫下與家人對話當時的感受，以及更適當的表達方式。

紀念照



學生貼紀念照及完成短文，家長給予回饋。



學生貼紀念照及完成短文，家長給予回饋。

教學省思

本次家庭教育教案設計以家人關係為主題軸，從認識幸福家庭的意義開始，進而學習與家人互動時能瞭解對方的心意並運用適當的語言表達，最後以重溫紀念照的方式，回顧家庭生活的甜蜜時光，讓學生明白愛要即時的重要。

在進行幸福的意義課程時，需要學生表達鼓勵他人的正向語言，卻有學生不知如何下筆，也許是因為在生活環境中，較少說出鼓勵他人的言語，也可能誤以為負面言語能激勵人心，因此，引導學生多說讚美或鼓勵別人的話，讓接受話語的人也能受到鼓舞。

進行學習和好的課程時，因為時間不足的關係，未能讓家長參與而有點小小的遺憾。學生和家人的對話，常因為習慣性的說「等一下」，而造成親子之間關係的緊張，當老師引導學生仔細思考家人當時的感受時，大部份的學生都能反省到自己的言行太過自私，也能寫出更適當的表達方式，若能請學生回家後，讓家長在學習單中對於學生的表現給予讚美或回饋，更能讓課堂討論的內容落實在家中生活中，促進家庭和諧。

讓全班同學最難忘的應該是紀念照的課程，因為大多數的同學都帶來了小時候的家庭照，縱然課程已結束，大家仍樂此不疲的分享彼此的相片和當時的故事，應該是家庭給予足夠的溫暖，讓學生們也樂於分享這一份幸福。

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立光明國小  
余莉莉 老師

臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計

|                                                                       |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                              |             |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 主題名稱                                                                  | 小工具大方便                                                                                                                                                                | 學校                                                                                                                                                                                                                                           | 臺東市         |
| 設計者                                                                   | 余莉莉                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                              | 光明國小        |
| 參考資料                                                                  | 1. 綜合活動第七冊(2018)。臺南：南一書局<br>2. 生活竅門 <a href="http://www.wh.nm.cninfo.net">http://www.wh.nm.cninfo.net</a><br>3. 李坤崇(2001)。綜合活動學習領域教材教法。<br>臺北：心理出版社                   | 適用年級                                                                                                                                                                                                                                         | 國小四年級       |
|                                                                       |                                                                                                                                                                       | 節數                                                                                                                                                                                                                                           | 9 節(360 分鐘) |
| 設計理念                                                                  | 家庭生活中常常會需要利用一些家庭常見的工具，或是操作家庭電器來幫忙完成家事。本教學活動設計以小組討論、發表分享和實作練習等方式，引導學童認識各類家庭五金及家電用品，並學會如何正確安全的操作；進一步學童能將這些技能運用於處理生活周遭的事物上，學習有效率的執行家務工作；養成主動參與家庭事務的好習慣，以增進與家人的互動關係和情感交流。 |                                                                                                                                                                                                                                              |             |
| 學生先備知能分析                                                              | <p>1. 良好的家庭生活習慣：</p> <p>已經能充分瞭解並學會自己應該在每日的時間中完成分內事，如良好整潔習慣、能自己整理書包、能如期做完作業等。</p> <p>2. 參與家務工作：</p> <p>已經能主動參與簡單的家務工作，如餐前的放碗筷、餐後的擦桌子等，養成家人共同完成家庭事務的習慣。</p>             |                                                                                                                                                                                                                                              |             |
| 教學資源                                                                  | 視聽媒體設備、網路資源、家庭五金、家電用品                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                              |             |
| 教學方法                                                                  | 師生問答、引導思考、合作學習、問題解決、實作練習                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                              |             |
| 對應家庭教育指標                                                              |                                                                                                                                                                       | 九年一貫能力指標                                                                                                                                                                                                                                     |             |
| 主題軸：家庭生活管理<br>核心內涵：家庭生活經營與管理<br>II-5-1-2 參與家務工作<br>II-5-2-1 瞭解並實踐家務技巧 |                                                                                                                                                                       | 綜合活動<br>1-2-1 欣賞與表現自己的長處，並接納自己。<br>2-2-1 實踐個人生活所需的技能，提升生活的樂趣。<br>2-2-2 操作一般的家庭工具及家電用品，參與家庭生活並增進與家人互動品質。<br>家政教育<br>3-2-3 養成良好的生活習慣<br>3-2-6 察覺個人生活中可利用的資源<br>4-2-5 激發對家庭或生活問題的好奇心及敏銳觀察力<br>生涯發展教育<br>3-2-1 覺察如何解決問題及做決定<br>3-2-2 培養互助合作的工作態度 |             |

## 教學架構與安排

### 家事好幫手

- 覺察在日常生活中，可運用家庭工具及電器來處理生活問題。
- 說出自己家中常使用的家庭工具與電器用品，及其用途。
- 小組討論後，將家庭工具和電器的用途及使用方法，運用心智圖的方式呈現。

### 家庭小精靈

- 分享參與家庭活動時，你曾經使用過哪些電器或工具？以及印象深刻的經驗。
- 討論家庭工具及家電操作和收納時，應注意的事項及如何避免意外的發生。
- 透過九宮格學習單，省思操作家庭工具與電器的方法、步驟和注意事項，以及樂趣和改變。

### 巧手妙趣

- 引導學童正確使用家庭工具及電器的方法，並指導其遵守安全守則。
- 利用闖關活動學習操作不同的家庭工具和家電，並檢核學童實際操作的能力。

### 家務好樂事

- 分享利用家庭工具及電器，協助處理家事、服務家人所帶來的樂趣。
- 在生活中實踐操作各類家庭工具和家電用品，完成家事記錄學習單。
- 學會善用生活資源，養成主動參與做家事的好習慣。

| 指標對應          | 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 時間 | 教學資源           | 教學評量                          |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------|-------------------------------|
| 家政教育<br>3-2-6 | <p style="text-align: center;"><b>【家事好幫手】</b></p> <p>一、引起動機<br/>教師以單元頁情境圖讓學童觀察圖中的主角正在使用什麼家庭工具或電器。</p> <p>二、發展活動<br/>(一)教師問：他們在做什麼？為什麼要做這些？你的家裡有這些東西嗎？<br/>請學童自由發表想法。</p> <p>(二)教師問：為了便利家庭的各項事務，會準備哪些工具或器具？什麼時候會用到？<br/>請小組組內進行分享和討論。</p> <p>(三)教師引導學童說出家庭工具包括：鐵鎚、螺絲起子、尖嘴鉗、針線盒、各式刀具、……常使用的家庭電器包括：電鑽、洗衣機、電鍋、烤箱、吸塵器…</p> <p>三、綜合活動</p> | 10 | 綜合活動課本<br>視聽設備 | 問答                            |
| 家政教育<br>4-2-5 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 30 |                | 問思<br><br>發表<br><br>識並說出名稱和用途 |

|                                         |                                                                                                                                                          |                      |                                          |                                              |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 生涯發展<br>3-2-1<br>3-2-2                  | <p>(一)小組進行討論和分享在日常生活中，是如何運用家庭工具及電器來處理生活問題。</p> <p>(二)將家庭工具和電器的用途及使用方法、注意事項，繪製成心智圖。</p> <p>(三)各組完成家事好幫手心智圖後，上台發表。</p> <p>(四)各組彼此觀摩相互學習，並提出心智圖相關問題和修正。</p> | 10<br>40<br>20<br>10 | 海報<br>紙<br>著色<br>用具                      | 積極<br>參與<br>討論<br>小組<br>分工<br>合作<br>口齒<br>清晰 |
| 綜合活動<br>1-2-1                           | <p>【家庭小精靈】</p> <p>一、引起動機</p> <p>學童認識家庭工具和電器的名稱和使用方式後，教師提問：協助家人處理事務時，你還使用哪一種家庭工具或電器？是否發生過令人難忘的事？說說當時的情形與感受。</p>                                           | 10                   |                                          | 自由<br>發表<br>經驗                               |
| 綜合活動<br>2-2-1                           | <p>二、發展活動</p> <p>(一)大家都有實際操作過一些家庭工具及電器的經驗，如何掌握操作的要點？如果不當使用可能會有什麼狀況？收納時要注意什麼？</p> <p>(二)教師引導學童認識各種電器說明書的內容，包括：功能、使用步驟、保養方法、電源使用須知，及重要的安全指示。還會附有產品保證書。</p> | 30                   | 家庭<br>工具<br>電器<br><br>說明<br>書<br>保證<br>書 | 問答<br>自由<br>發表<br>提問                         |
| 綜合活動<br>1-2-1<br>家政教育<br>3-2-3<br>3-2-6 | <p>三、綜合活動</p> <p>(一)學童依據課堂上的學習和自己的生活經驗，完成九宮格學習單。</p> <p>(二)聆聽完同學的分享後，省思操作這些家庭工具與電器為生活帶來什麼改變？在與家人的相處上創造了什麼樂趣？</p>                                         | 30<br>10             | 學習<br>單                                  | 認真<br>書寫<br>心得<br>回饋                         |
| 生涯發展<br>3-2-1<br>3-2-2                  | <p>【巧手妙趣】</p> <p>一、引起動機</p> <p>透過實際體驗的活動，讓學童學習操作和熟練運用各種家庭工具和家電。教師先確定闖關體驗活動的各個關卡，師生共同準備所需要的用具。</p>                                                        | 10                   | 小工<br>具<br>家電                            | 師生<br>討論                                     |
|                                         | <p>二、發展活動</p> <p>第一關：吹風機~閱讀使用說明書，安全操作</p> <p>第二關：熱水瓶、電鍋~閱讀使用說明書，安全操作</p> <p>第三關：針線盒~用針線縫鈕扣固定在一塊布上</p>                                                    | 50                   |                                          | 攜帶<br>用具                                     |



|                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                |         |                                       |
|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|---------------------------------------|
| <p>綜合活動<br/>2-2-2<br/>家政教育<br/>3-2-3</p>                    | <p>第四關：螺絲起子~利用螺絲起子將螺絲鎖在木頭上<br/>第五關：刀具操作~正確而安全使用削皮刀、水果刀<br/>第六關：果汁機、鬆餅機~教師說明示範後，實際操作</p> <p>三、綜合活動</p> <p>(一)利用闖關活動，教師檢核學童實際操作的能力，並適時提醒操作時容易忽略的細節和安全。</p> <p>(二)教師鼓勵讚美學童能獨立或分工完成闖關體驗，非常的厲害，這也是一種成就感呢！並引導學童說出在體驗活動中，自己操作種器具的心得，</p> <p>(三)教師說明這些家庭常見的小器具操作並不複雜，但使用時是需要的細心和耐心，才能事半功倍。</p> | 20             | 筆記本     | <p>實作練習觀察</p> <p>專注聆聽</p> <p>踴躍發表</p> |
| <p>綜合活動<br/>1-2-1</p>                                       | <p>一、引起動機</p> <p>教師提問：學會這些小工具的操作後，你想為家人做什麼事呢？將會為你的生活創作什麼奇蹟呢？</p> <p>二、發展活動</p>                                                                                                                                                                                                         | 10             |         | <p>分享想法</p>                           |
| <p>綜合活動<br/>2-2-2<br/>家政教育<br/>4-2-5</p>                    | <p>(一)教師提問：學會使用家庭工具及電器，為你解決了哪些生活上的問題？你覺得自己還想要學習哪些生活上的技能呢</p> <p>(二)教師發下一周家事紀錄表，請學童在家實際運用學習到的技能，為家人服務，或協助處理家庭事務；文字紀錄要包含人事時地物。</p> <p>(三)學童透過觀察與實踐家務小撇步，分享和家人如何分工合作並有效率的執行家務工作。</p>                                                                                                      | 10<br>30<br>10 | 一周家事紀錄表 | <p>自由發表</p> <p>完成紀錄表發表分享</p>          |
| <p>綜合活動<br/>2-2-1<br/>家政教育<br/>3-2-3<br/>生涯發展<br/>3-2-1</p> | <p>三、綜合活動</p> <p>(一)教師提問請學生省思：<br/>為什麼我們要學會操作這些家庭工具和電器？當我們和家人一起分擔家庭事務時的感受為何？</p> <p>(二)教師總結：<br/>各種家庭工具和電器是我們居家生活的好幫手。我們透過實際操作的過程中，學會善用生活資源就可以為自己解決許多生活問題，進而能獨立負責一些家庭事務，使生活更便利，做家事更有效率。</p>                                                                                            | 10<br>10       | 筆記本     | <p>問思發表</p> <p>歸納總結</p>               |
| ~課程結束~                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                |         |                                       |

## 學習單一家庭小精靈

四年甲班 姓名：

學習目標：1. 認識家庭工具和電器的名稱、用途，及使用方法。

2. 運用家庭工具和電器來處理生活問題。

說明：請您讀完九宮格的題目後，再依據課堂上的學習和自己的生活經驗完成學習單。

|                                                   |                                           |                                                   |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <p>請寫出3個家庭常使用到的便利工具。</p> <p>1</p>                 | <p>請寫出3個家庭常使用到的電器用品。</p> <p>2</p>         | <p>使用家庭工具或電器用品時，要注意哪些事情呢？（寫2個）</p> <p>3</p>       |
| <p>寫出一個你操作家庭工具或電器用品時的方法和步驟，以及注意事項。</p> <p>4</p>   | <p>你最喜歡做的家事是什麼？使用了哪些工具或電器？</p> <p>5</p>   | <p>回想一下，在你使用家庭工具或電器用品時，曾經發生什麼趣事或危險呢？</p> <p>6</p> |
| <p>在學習操作家庭工具或電器用品的過程中，曾經遇到什麼困難？你怎麼辦？</p> <p>7</p> | <p>家庭工具或電器用品，在收納時要注意甚麼？（寫2個）</p> <p>8</p> | <p>學會操作這些家電和工具，會為你的生活帶來了什麼樂趣或改變呢？</p> <p>9</p>    |



## 學習單二家務好樂事

四年甲班 姓名：

學習目標：1. 熟練操作家庭工具和電器，將這些技能運用於處理生活周遭事物。

2. 學習獨立負責或參與打理一些家庭事務，以增進與家人的互動關係。

說明：請您運用人事時地物的寫法，將你在生活中運用家庭工具和電器的情形記錄下來。

| 日期   | 家事達人紀錄表                                                                                                                 |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11/2 | 今天的一大早，我在廚房用烤麵包機烤了五片香蒜麵包，先抹上醬料再放入麵包機裡面，烤個 3-5 分鐘的時間就可以拿出來了，媽媽提醒我很燙---要用隔熱套拿喔！我們一家人享受豐盛的早餐。我聞到了幸福的味道，下一次我要製作巧克力吐司給家人嘗一嘗。 |
|      |                                                                                                                         |
|      |                                                                                                                         |
|      |                                                                                                                         |
|      |                                                                                                                         |
|      |                                                                                                                         |
|      |                                                                                                                         |
|      |                                                                                                                         |

## 教學省思

綜合活動學習領域著重體驗意義與生活實踐，讓學童接觸真實的環境事物，掌握體驗事物及現象的感覺，進而將這種體驗概念化、實踐化與生活化。故本教學活動設計是以綜合活動領域為主，適時融入家政教育、生涯發展的議題能力指標，掌握「親身體驗、做中學、嘗試錯誤」的精神，引領學童運用心到、口到、眼到、耳到、手到和腳到的全方位體驗來學習；著重教學活動的實踐、體驗、省思與分享，將之體現於生活實踐，增進家人之間的情感交流，進而創造美好的社會。

家庭生活中，時常會利用一些家庭常見的工具，或是操作家庭電器來幫忙完成家事。中年級的學童在之前已經學習參與簡單的家務工作，養成與家人共同完成家庭事務的習慣；並能透過做家事培養勤勞負責的良好態度。在這個學習階段關於「家庭生活與管理」則是在主動參與家務工作之外，更能學習使用家庭工具及運用家務的技巧，有效率地完成和分擔家務工作；讓學童能獨立負責打理一些家庭事務，勇於嘗試不怕受挫，使其學會體貼家人，懂得做事的方法，進而透過實踐習得的家務技巧，身體力行體會出工欲善其事必先利其器的道理。

秉持上述的設計理念，規劃了四個教學活動。第1個『家事好幫手』鼓勵學童說一說曾經使用過哪些家庭工具和電器用品，藉以了解他們的先備知識，大家都有參與家事的經驗，有些可能要上安親班或補習沒有時間嘗試，有些則是在家人的指導下有豐富的體驗，我相信父母肯放手願意教，孩子都是願意主動參與家務的。第2個『家庭小精靈』則是運用九宮格設計9個提問，孩子們根據前一堂課習得的知識和應有的態度，再回顧自己的經驗進行紙筆回答，完成後全班經由分享發表一起連連看，看到孩子寫下：長大後我一定也會是個好媽媽、好爸爸，這不就是成就感和責任感的展現嗎？！

第3個『巧手妙趣』的體驗學習，更是深度接觸孩子內心世界的活動，我感受到學生在闖關體驗中盡力表現出自己所長，用心尋求自我超越，並在模仿學習中努力追求創新突破；活動中發生跳電的小意外，對為師的我不啻為挑戰呢！我竟然依靠自己順利地排除狀況讓活動順暢進行。第4個『家務好樂事』則是在生活中實踐所學所知，從孩子們的談紀錄中我感受到家庭的溫暖和家人熱絡的互動，如此美好的親子關係就是建立在一點一滴的身教和言教啊！

回到初衷檢核這次的教學目標是否達成了呢？我們從認識各類家庭工具及家電用品的名稱功能和注意事項，再到實際操作各類家庭工具及家電用品，學童已然慢慢學會善用生活資源，並逐步養成自己主動做家事的良好習慣，相信能使家庭生活更便利，能增進家人感情融洽，一起發現和創造生活的樂趣！

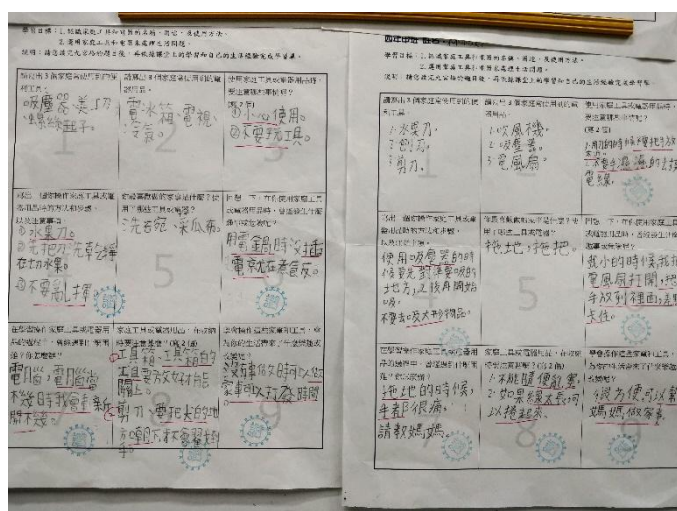
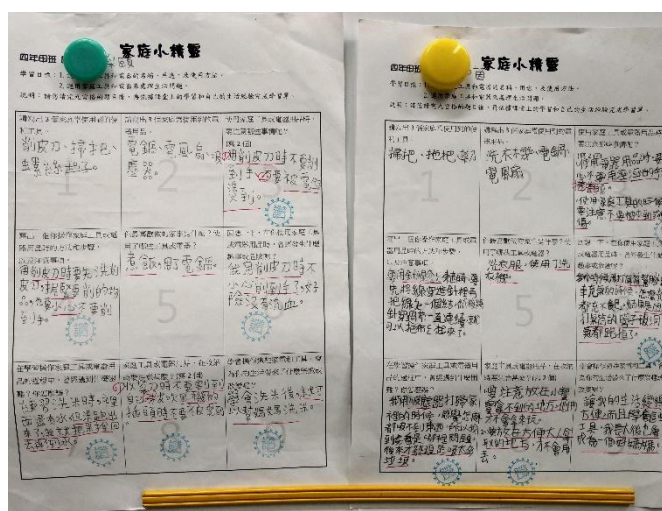
## 活動照片

**說明：【家事好幫手】** 覺察在日常生活中，可運用家庭工具及電器來處理生活問題；並將家庭工具和電器的用途及使用方法，運用心智圖的方式呈現。





**說明：【家庭小精靈】** 分享參與家庭活動時，你曾經使用過哪些電器或工具？印象深刻的經驗；再透過九宮格學習單，省思操作器具的方法、步驟和注意事項。





說明：【巧手妙趣】學童習得了知識並建立了良好的態度之後，設計闖關活動讓其實際操作不同的家庭工具和家電，以檢核學童運用器具的技能和能力。





說明：【巧手妙趣】學童習得了知識並建立了良好的態度之後，設計闖關活動讓其實際操作不同的家庭工具和家電，以檢核學童運用器具的技能和能力。





**說明：【家務好樂事】** 在生活中實踐操作各類家庭工具和家電用品，完成家事記錄學習單；能實際善用生活資源，養成主動參與做家事的好習慣並能促進家人的美好關係。



| 家務好樂事 四年甲班 姓名：                                                                                                        |                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 學習目標：1. 熟練操作家庭工具和電器，將這些技能運用於處理生活周遭事物。<br>2. 學習獨立負責或參與打理一些家庭事務，以增進與家人的互動關係。<br>說明：請您運用人事時地物的寫法，將您在生活中運用家庭工具和電器的情形記錄下來。 |                                                                                                                |
| 日期                                                                                                                    | 家事達人紀錄表                                                                                                        |
| 11/2                                                                                                                  | 今天一大早，我在廚房用烤麵包機烤了五片香蔥麵包，先抹上醬料再放入麵包機裏面，烤個3-5分鐘的時間就可以拿出來了，媽媽提醒我還要一要用隔熱套拿呢！我們一家人享受豐盛的早餐，我感到很開心，下次我要製作巧克力吐司給家人嘗一嘗。 |
| 11/3                                                                                                                  | 今天媽媽在廚房讓我拿刨刀削蘋果，一開始手都一直滑，但是後來就比較熟了，把蘋果終於削好了，我把蘋果分給妹妹吃，下次我還要拿刨刀削其他的水果。                                          |
| 11/4                                                                                                                  | 今天晚上在房間，妹妹洗好澡後媽媽讓我拿吹風機，幫妹妹吹乾頭髮，妹妹說好燙啊！我不小心拿太近，吹到妹妹的頭髮，真是對不起她呢！下次姐姐會更小心注意的。                                     |
| 11/5                                                                                                                  | 今天晚上，媽媽要把地板的時候，我自告奮勇的說：我先拿吸塵器把地板的灰塵吸一吸，首先我把插頭插進插孔，插上電源，我吸啊吸，把整個客廳的灰塵都吸的乾乾淨淨的，好累喔！終於體會到媽媽的辛苦了。                  |
| 11/6                                                                                                                  | 阿嬤今天拿出榨汁器，要我幫忙榨檸檬汁，我先把檸檬拿到廚房洗一洗，阿嬤教我先把檸檬切一半，然後到榨汁器裡，我使盡兩年的力氣，擠出兩杯檸檬汁，加了幾顆冰塊，然後跟阿嬤一起喝，好冰涼好舒服呀！                  |
| 11/7                                                                                                                  | 今天洗完澡，媽媽在浴室教我使用洗衣機，洗衣服時媽媽說先放一些水，再把衣服丟進去，最後再倒一些洗衣精，體驗過怎麼使用洗衣機，這樣以後就可以自己洗衣服了，也能讓媽媽馬馬車車許多。                        |
| 11/8                                                                                                                  | 今天晚上，媽媽在廚房做飯時，讓我幫忙洗米，首先裝一些水，用木把米搓一搓，洗乾淨，放到電子鍋裡，等半個小時，就開始煮飯了，肚子開心，晚上我們全家一起享用香噴噴的白米飯。                            |

| 家務好樂事 四年甲班 姓名：                                                                                                        |                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 學習目標：1. 熟練操作家庭工具和電器，將這些技能運用於處理生活周遭事物。<br>2. 學習獨立負責或參與打理一些家庭事務，以增進與家人的互動關係。<br>說明：請您運用人事時地物的寫法，將您在生活中運用家庭工具和電器的情形記錄下來。 |                                                                                                                |
| 日期                                                                                                                    | 家事達人紀錄表                                                                                                        |
| 11/2                                                                                                                  | 今天一大早，我在廚房用烤麵包機烤了五片香蔥麵包，先抹上醬料再放入麵包機裏面，烤個3-5分鐘的時間就可以拿出來了，媽媽提醒我還要一要用隔熱套拿呢！我們一家人享受豐盛的早餐，我感到很開心，下次我要製作巧克力吐司給家人嘗一嘗。 |
| 11/3                                                                                                                  | 今天傍晚，我去廚房用菜刀幫媽媽切小蕃瓜，要切之前媽媽先示範給我，她說要「滾」一下，手也要抬起來，才不會切到手。我第一切小蕃瓜，切得很好玩，但是我一直切得很慢，希望下次可以切得「快」。                    |
| 11/4                                                                                                                  | 今天晚上，媽媽請我去廚房幫電子鍋煮飯，我先洗好米，再把米放進電子鍋，加入適量的水量，選擇煮飯的按鈕，按好後就等著煮好了，我覺得煮飯很有趣，希望下次還有機會。                                 |
| 11/5                                                                                                                  | 今天晚上，我洗好澡，用電風扇吹頭髮，我先把吹風機的插頭插進牆上的插孔，再調整到適合的風量，也要小心吹風機時不要放到了我的頭髮，都會被吹到，所以以後我不會一直拿到。                              |
| 11/6                                                                                                                  | 今天晚上，我去廚房拿刨刀削蘋果，我先把蘋果洗好，再用刨刀削，削好後用水果刀切一半，把蘋果的皮切掉，再切成一片片的，就可以吃了，我都切得不好看，希望下次可以切得「漂亮」。                           |
| 11/7                                                                                                                  | 今天下午，我在廚房拿大麵麵包用烤麵包機，我先插插頭，再打開烤麵包機，把大麵麵包進去，烤一分鐘就好了，拿出來時要小心，因為很燙，烤好之後，我覺得很好吃，也覺得烤箱很好用。                           |
| 11/8                                                                                                                  | 今天晚上，媽媽叫我拿吸塵器吸客廳的沙發，媽媽先示範給我，要我先打開吸塵器，再用吸塵器吸，也要注意要把手上的吸塵器拿穩，因為吸塵器雖然很重，可是付完時也很有趣。                                |



臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立大鳥國小  
徐筱薇 老師

臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計

|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                        |      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 主題名稱<br>設計者                                                                                                                                                | 愛家「心」行動<br>徐筱薇                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 學校                                                                                                                                                                                     | 大島國小 |
| 參考資料                                                                                                                                                       | <b>【網路資源】：</b><br>1. 高級中等以下學校家庭教育課程綱要<br><a href="http://www.tssh.ntpc.edu.tw/ischool/public/resource_view/open.php?file=02cdadadc67eea97dddf7822938bbac.pdf">http://www.tssh.ntpc.edu.tw/ischool/public/resource_view/open.php?file=02cdadadc67eea97dddf7822938bbac.pdf</a><br>2. 媽媽的一天<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=oPwv97nilla">https://www.youtube.com/watch?v=oPwv97nilla</a><br><b>【繪本】：</b><br>1. 《早起的一天》，賴馬(2002)，和英出版社。 | 適用<br>年級                                                                                                                                                                               | 三年級  |
| 節數                                                                                                                                                         | 5 節                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                        |      |
| 設計理念                                                                                                                                                       | 本校位於排灣族的部落中，學生的家庭型態十分多元，主要照顧者多非親生父母，加上父母婚姻狀況的不穩定，對於家庭成員稱謂及角色易混淆，盼透過教學來讓學生了解家庭型態分類，並知道家中照顧者對學生的付出，用心體會進而引導出自身角色被賦予的責任與權利。最後，在製作排灣族食物的繁雜程序中，讓學生感受平日照顧者對自己的用心及無怨無悔，獻上親手做的「奇拿富」來表達對家人的愛。                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                        |      |
| 學生先備知能<br>分析                                                                                                                                               | 1. 學生能理解老師的說明和提問。<br>2. 學生熟悉小組討論的學習方式。<br>3. 學生能專注聆聽，透過老師的引導完成學習單。<br>4. 學生能大方分享心情及看法。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                        |      |
| 教學資源                                                                                                                                                       | 1. 繪本 ppt<br>2. 電腦及單槍<br>3. 學習單<br>4. 籤紙<br>5. 小米、豬肉、鍋子、卡斯爐                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                        |      |
| 教學方法                                                                                                                                                       | 1. 講述及討論。<br>2. 角色扮演。<br>3. 示範並指導學生實作。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                        |      |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 九年一貫／高中能力指標                                                                                                                                                                            |      |
| I-1-2-1<br>比較家庭成員間的角色、權利及責任（家政 4-2-2）<br>I-1-2-2<br>描繪自己的家庭，並從中探討不一樣的家庭型態<br>I-1-2-3<br>瞭解家庭的獨特傳統<br>I-2-2-1<br>透過分享愛、價值及傳統，以提供家人情感支持（健體 6-1-2）<br>I-2-2-2 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>【語文領域】</b><br>2-2-1 能培養良好的聆聽態度。<br>2-2-2 能確實把握聆聽的方法。<br>3-2-1 能充分表達意見。<br>3-2-2 能合適的表現語言。<br><b>【綜合活動】</b><br>2-2-3 參與家庭事務，分享與家人休閒互動的經驗和感受。<br><b>【社會】</b><br>3-2-1 理解並關懷家庭內外環境的變化與 |      |

使用適當的方式表達對家人的愛與關懷

調適。

6-2-3 實踐個人對其所屬之群體(如家庭和學校班級)所擁有之權利和所負之義務。

### 【藝術與人文】

1-2-4 運用視覺、聽覺、動覺的創作要素從事展演活動，呈現個人感受與想法。

### 【家政議題】

1-3-6 運用烹調方法，製作簡易餐點。

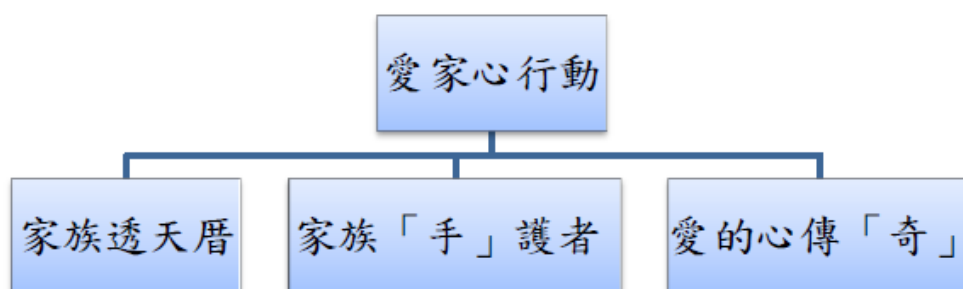
4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。

4-2-3 適當地向家人表達自己的需求與情感。

4-2-4 察覺家庭生活與家人關係。

## 教學架構與安排

教學課程架構圖：



| 子題名稱    | 節數 | 教 學 重 點                                                      |
|---------|----|--------------------------------------------------------------|
| 家族透天厝   | 2  | 觀察故事中主角及家庭成員的生活日常，了解家庭組織及型態，並能描繪出自己的家庭。                      |
| 家族「手」護者 | 1  | 觀察影片中家人默默付出的照顧，了解家庭成員的角色、權利及責任，並透過角色扮演能同理家人的付出，進而做到自己該分擔的責任。 |
| 愛的心傳「奇」 | 2  | 透過學習製作排灣族的傳統食物「奇拿富」，承接家人的傳統，表達對家人的愛。                         |

| 指標<br>對應 | 教 學 活 動                                                                                                             | 時間 | 教學<br>資源 | 教學<br>評量 |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------|----------|
|          | <p>◎活動一：家族透天厝</p> <p>第一、二節</p> <p>壹、準備活動</p> <p>教師準備：</p> <p>繪本 PPT、學習單</p> <p>學生準備：</p> <p>剪刀、膠水</p> <p>貳、發展活動</p> |    |          |          |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |                       |           |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------|-----------|
| 語 2-2-5 | <p>一、引起動機</p> <p>師生共讀繪本《早起的一天》PPT，先略過最後一頁“家族圖”不讀。</p>                                                                                                                                    | 4'  | 繪本<br>PPT<br>電腦<br>單槍 | 能專心<br>閱讀 |
| 語 3-2-1 | <p>二、發展活動</p> <p>(一) 根據繪本內容，提問：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 小珍珠為什麼要早起？</li> <li>2. 小珍珠早起發現家人們在做什麼事？</li> <li>3. 小珍珠提到：「今天今天好忙。」她今天做了哪些事情？</li> <li>4. 傍晚有哪些之前出現過的家人回來了呢？</li> <li>5. 你覺得小珍珠的家人共有幾人？</li> <li>6. 跟你同住的家人有哪些？</li> </ol> <p>(二) 填寫學習單：</p> | 13' |                       | 能踴躍<br>發表 |
| 社 3-2-1 |                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |                       |           |
| 家 4-2-2 | <p>1. 說明：</p> <p>每個家都有一棟透天厝，有的人是二層、有的是三層、有的是四層，兄弟姊妹住在一樓，爸媽及其兄弟姊妹住在二樓，祖父母及其兄弟姊妹住在三樓，若還有曾祖父母則住在四樓，住的越高則輩份越高。</p>                                                                                                                                                             | 8'  |                       |           |
|         | <p>2. 打開繪本最後一頁之“家族圖”，讓學生觀察作者對於小珍珠家人的排列方式是否有符合說明之原則。</p>                                                                                                                                | 5'  | 繪本<br>PPT             | 能仔細<br>觀察 |



|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |     |           |         |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------|---------|
| 家 4-2-2 | 3.請利用剪貼完成「我家的透天厝」(以 A3 印出)學習單。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 25' | 剪刀、膠水、學習單 | 能完成學習單  |
| I-1-2-2 | (三) 討論與分享：<br>將學習單展示與同學分享後，老師提問：<br>1.觀察其他同學的學習單，同住的家人部分和自己的有哪些不同處？<br>2.有聽過雙親家庭、單親家庭、雙薪家庭、三代同堂家庭、隔代家庭這些名詞嗎？<br>3.老師介紹各種家庭型態類別。<br>4.你覺得小珍珠的家庭是哪種型態？為什麼？<br>5.你覺得你的家庭是屬於哪種型態？為什麼？<br>6.你覺得會不會有別種家庭型態？是怎樣的模式？                                                                                                                                                                             | 20' |           | 能參與討論   |
| 家 4-2-4 | 參、綜合活動<br>一、價值澄清：<br>家庭的型態有很多種，家的幸福感來自於家中每個成員的認同及合作經營，而不在於固定的形式，懂得為彼此付出，就會獲得家給予的溫暖及安全感。<br><br>二、作業：<br>為你的「家族透天厝」著色，布置你的家，添加你喜愛的色彩。<br><br>◎活動二：家族「手」護者<br>第三節<br>壹、準備活動<br>教師準備：<br>影片：《媽媽的一天》<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=oPwv97nillA">https://www.youtube.com/watch?v=oPwv97nillA</a><br>、學習單<br>學生準備：<br>需在上課前一週觀察家人每天在家工作生活情形。<br>貳、發展活動<br>一、引起動機<br>欣賞影片《媽媽的一天》。 | 5'  |           |         |
| 家 4-2-4 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3'  | 電腦單槍      | 能專心欣賞影片 |

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |     |           |            |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------|------------|
| I-1-2-1<br>社 6-2-3 | <b>二、發展活動</b><br><b>(一) 根據影片內容，提問：</b><br>1. 影片中，令你印象最深刻的是哪一個畫面？<br>2. 這雙手在一天之中做了哪些事情？<br>3. 你覺得家中是否也有這樣的一雙手？是誰？<br>4. 你覺得這雙手在做這些事情的時候，會出現怎樣的心情？<br>5. 你覺得影片中哪些事情是你可以自行負擔或和家人合作完成的？<br><b>(二) 狀況劇《大人的一天》：</b><br>1. 老師準備寫有“爸爸”“媽媽”“爺爺”“奶奶”的籤紙。<br>2. 讓學生上台抽出即將要扮演的角色。<br>3. 請學生拿出小白板記錄及思考，揣摩該角色於某天之“早晨”、“上午”、“中午”、“下午”、“晚上 6 點到 9 點”、“晚上 9 點後”這些時段會進行的活動。<br>4. 學生互相討論：若在同一時空中，家人是否有共同合作之事件，可對於自己的紀錄進行修改，討論出共做事項。<br>5. 依時間點分成六幕，請學生上台表演。<br><b>(三) 根據演出，提問：</b><br>1 你覺得哪個角色的扮演最為容易及困難？為什麼？<br>2 你覺得家中缺了這位困難角色者，會出現怎樣的狀況？<br>3 你覺得大人們為什麼都要外出去工作？<br>4 還記得《早起的一天》中主角小珍珠為家人做了哪些事情嗎？<br>5 本次角色扮演中沒有出現孩子的角色，你覺得孩子在這家庭中可以完成哪些活動？<br>6 你覺得孩子一定要做這些嗎？為什麼？<br>7 你覺得你自己在家中需要擔負的責任有哪些？<br>8 除了做家事，你覺得還有可以讓家人感受到溫暖的行為？<br><b>參、綜合活動</b><br><b>一、價值澄清：</b><br>家庭中每位成員都有自己扮演的角色、權利跟責任，他們總是為我們默默的付出，這些生活瑣事所推砌起來的是滿滿的愛。<br>孩子雖然年紀小但也有該負擔的責任，參與家務不是唯一可做的還有友愛兄弟姊妹、關心家人、保護自己、養成良好習慣等，都是我們可以做到的。 | 6'  | 籤紙        | 能踴躍發表      |
| 社 6-2-3            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 15' |           | 能揣摩抽出角色並演出 |
| 藝 1-2-4            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |     |           | 能參與討論      |
| 語 3-2-1            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 10' |           | 能踴躍發表      |
| 家 4-2-2            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |     |           |            |
| 綜 2-2-3            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |     | 繪本<br>PPT |            |
| I-1-2-1            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 4'  |           |            |



|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                     |                                                              |                           |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <p>I-2-2-2</p> | <p>二、作業：</p> <p>回家思考家人一直為我們做了哪些事？你的感受為何？你能給予他什麼回饋？請完成「守護我手為你」的學習單上。</p> <p>◎活動三：家的傳「奇」</p> <p>第四、五節</p> <p>壹、準備活動</p> <p>教師準備：</p> <p>前一天先泡小米，再準備豬肉</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師說明：“奇拿富 cinavu”是我們排灣族傳統食物，我們要承接家人的手藝，而每個家庭所包的材料會有些微不同，分享各家的獨特的內餡材料，並親手為家人做”奇拿富”來表達對家人的愛。</p>  <p>二、發展活動</p> <p>(一) 食材討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你家中”奇拿富 cinavu”內包的材料有哪些？</li> </ol> <p>答：月桃葉、假酸漿葉、豬肉、小米、糯米、芋頭粉、蝸牛、小魚苗、魚肉。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 你知道這些材料的排灣族語怎麼說嗎？</li> <li>3. 你知道社區路邊可以找到哪些做”奇拿富 cinavu”的材料？在哪個位置？</li> </ol> <p>答：月桃葉、假酸漿葉、蝸牛</p> <p>(二) 食材採集：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 蝸牛因處理上較為困難，此次不列入準備食材中。</li> <li>2. 步行至部落採集月桃葉及假酸漿葉。</li> </ol> <p>(三) 做法討論及實作：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 燙月桃葉殺菌。</li> <li>2 小米和生豬肉拌在一起。</li> <li>3 拿出 2-3 片洗好的假酸漿葉。</li> <li>4 放上拌好的小米跟豬肉。</li> <li>5 把假酸漿葉及內餡食材包起來。</li> <li>6 拿月桃葉包捆起來。</li> <li>7 拿線綁住固定。</li> </ol> | <p>2'</p> <p>2'</p> <p>5'</p> <p>15'</p> <p>50'</p> | <p>學習單</p> <p>月桃葉<br/>假酸漿葉<br/>鍋子<br/>卡斯爐<br/>生豬肉<br/>小米</p> | <p>能完成學習單</p> <p>實作評量</p> |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------|

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |    |     |  |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----|--|
| <p>家 4-2-3</p> <p>I-2-2-2</p> | <p>8 放入鍋中水煮半小時即完成。</p> <p>(四) 清理環境</p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p><b>一、試吃及分享：</b></p> <p>在學校試吃自己親手做的”奇拿富 cinavu”，帶回部分”奇拿富 cinavu”與家人分享。</p> <p><b>二、老師說明：</b></p> <p>表達愛的方式有很多種，平常都是家中大人們為我們準備飲食，今日帶回我們自己做的”奇拿富 cinavu”給一直照顧我們的長輩，告訴他們，我們已經長大了，謝謝他們對我們的愛。</p> <p>~~課程結束~~</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 8' | 奇拿富 |  |
| <p>教學省思</p>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在繪製家庭透天厝的部分，學生對於「姑姑」VS「阿姨」、「叔叔」VS「伯伯」、「堂哥」VS「表哥」等稱謂易混淆，以往常使用「同姓氏」做為判別的方法，在現代從母姓的狀況變多後，已經不能拿來做為辨別的技巧，可能要帶領學生思考，爺爺、奶奶及外公、外婆的住處所出現的家人來做為分辨的依據，讓學生腦中有形象出現較易記憶及判定。</li> <li>2. 在談論多元型態家庭時，因每個孩子的家庭結構不同，需放慢腳步觀察孩子對於單親及隔代教養的心理敏感度，有些孩子大方面對父母離異狀況，有些孩子會介意父母未共同生活，在談論的同時需給予正向支持，若排斥狀況嚴重，需另行單獨私下進行引導。</li> <li>3. 狀況劇〈大人的一天〉，需提前請學生在上課前一周在家進行觀察，查看家人每天在家所做的家事或工作有哪些，當學生抽到的角色是家中沒有的，老師可以機動轉換在該生家中扮演同樣工作角色的其他家人，比如：抽到媽媽換成演奶奶，較能貼近學生本身親身經歷，也才能達到活動之目的。</li> <li>4. 對於愛的回饋，學生往往只想到「做家事」、「幫忙按摩」、「寫卡片」等較具體看的見之行為，需再給予引導才會往較抽象之「思考」、「習慣」上來找答案，希望藉由課程讓學生知道愛的表達其實非常的多元。</li> <li>5. 學生對於奇拿富的製作，充滿超高的興趣，也許這是他們常見的食品，在這次課程可以透過親手製作來送給家人，展現出他們長大的樣子，給予他們滿滿的成就。</li> </ol> |    |     |  |

附件一 學習單

請找出家中與你同住的家人稱謂，剪下黏貼在「我的家族透天厝」的學習單上，若有稱謂未列出，可利用空白格自己填寫再下黏貼。

|     |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 稱謂卡 | 爺爺 | 爸爸 | 外公 | 舅媽 | 哥哥 | 弟弟 | 姊姊 | 妹妹 |
| 奶奶  | 外婆 | 媽媽 | 舅舅 | 叔叔 | 伯父 | 舅媽 | 嬸嬸 | 伯母 |
| 姑姑  | 阿姨 | 姑丈 | 姨丈 | 表哥 | 表姊 | 表妹 | 表弟 | 堂哥 |
| 堂姊  | 堂妹 | 堂弟 |    |    |    |    |    |    |



# 我的家族透天厝

姓名：

四樓

三樓

二樓

一樓



# 保護我手為你

姓名：

家人總是<sup>ㄟ</sup>在<sup>ㄟ</sup>身<sup>ㄟ</sup>旁<sup>ㄟ</sup>守<sup>ㄟ</sup>護<sup>ㄟ</sup>著<sup>ㄟ</sup>我<sup>ㄟ</sup>，現<sup>ㄟ</sup>在<sup>ㄟ</sup>可<sup>ㄟ</sup>以<sup>ㄟ</sup>換<sup>ㄟ</sup>我<sup>ㄟ</sup>們<sup>ㄟ</sup>動<sup>ㄟ</sup>手<sup>ㄟ</sup>做<sup>ㄟ</sup>做<sup>ㄟ</sup>看<sup>ㄟ</sup>，  
為<sup>ㄟ</sup>家<sup>ㄟ</sup>人<sup>ㄟ</sup>做<sup>ㄟ</sup>一<sup>ㄟ</sup>件<sup>ㄟ</sup>事<sup>ㄟ</sup>表<sup>ㄟ</sup>達<sup>ㄟ</sup>心<sup>ㄟ</sup>中<sup>ㄟ</sup>感<sup>ㄟ</sup>謝<sup>ㄟ</sup>。

想<sup>ㄟ</sup>想<sup>ㄟ</sup>看<sup>ㄟ</sup>家<sup>ㄟ</sup>人<sup>ㄟ</sup>一<sup>ㄟ</sup>直<sup>ㄟ</sup>為<sup>ㄟ</sup>你<sup>ㄟ</sup>做<sup>ㄟ</sup>了<sup>ㄟ</sup>哪<sup>ㄟ</sup>些<sup>ㄟ</sup>事<sup>ㄟ</sup>？你<sup>ㄟ</sup>有<sup>ㄟ</sup>什<sup>ㄟ</sup>麼<sup>ㄟ</sup>感<sup>ㄟ</sup>受<sup>ㄟ</sup>？如<sup>ㄟ</sup>果<sup>ㄟ</sup>  
可<sup>ㄟ</sup>以<sup>ㄟ</sup>你<sup>ㄟ</sup>會<sup>ㄟ</sup>怎<sup>ㄟ</sup>麼<sup>ㄟ</sup>回<sup>ㄟ</sup>饋<sup>ㄟ</sup>他<sup>ㄟ</sup>們<sup>ㄟ</sup>的<sup>ㄟ</sup>愛<sup>ㄟ</sup>？

|                                                                                                                   |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 家 <sup>ㄟ</sup> 人 <sup>ㄟ</sup><br>稱 <sup>ㄟ</sup> 謂 <sup>ㄟ</sup>                                                    |  |  |  |  |
| 家 <sup>ㄟ</sup> 人 <sup>ㄟ</sup><br>為 <sup>ㄟ</sup> 你 <sup>ㄟ</sup><br>做 <sup>ㄟ</sup> 的 <sup>ㄟ</sup><br>事 <sup>ㄟ</sup> |  |  |  |  |
| 你 <sup>ㄟ</sup> 的 <sup>ㄟ</sup><br>感 <sup>ㄟ</sup> 受 <sup>ㄟ</sup>                                                    |  |  |  |  |
| 我 <sup>ㄟ</sup> 想 <sup>ㄟ</sup><br>回 <sup>ㄟ</sup> 饋 <sup>ㄟ</sup>                                                    |  |  |  |  |
| 是 <sup>ㄟ</sup> 否 <sup>ㄟ</sup><br>有 <sup>ㄟ</sup> 做 <sup>ㄟ</sup><br>到 <sup>ㄟ</sup>                                  |  |  |  |  |



臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立忠孝國小  
李若苹 老師



# 臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計參考格式

體例說明：

字體：中文採用標楷體，英文、數字採用 Times New Roman 大小：12 行距：1.0

採用中式標點

|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |                                                                               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 主題名稱                                                                                                                                                                         | 愛家三重奏                                                                                                                                           | 學校                                                                            | 忠孝國小<br>博愛分校 |
| 設計者                                                                                                                                                                          | 李若苹                                                                                                                                             |                                                                               |              |
| 參考資料                                                                                                                                                                         | 1. 南一三上社會：第一單元 家庭與我。<br>2. 各種各樣的家-家庭大書。                                                                                                         | 適用<br>年級                                                                      | 三            |
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 | 節數                                                                            | 3            |
| 設計理念                                                                                                                                                                         | 本班學生人數2名，有一日在上國語課時，與學生討論課本內容，提問表姊是爸爸那邊親戚？還是媽媽那邊的親戚時，發現學生對家族成員稱謂，不是那麼地熟悉，因此藉由愛的一重奏與二重奏，讓學生認識自己的家庭組成與家族成員稱謂。最後透過「阿嬤的衛生紙」影片所傳達的感動，化作愛的行動來表達對家人的感謝。 |                                                                               |              |
| 學生先備知能<br>分析                                                                                                                                                                 | 1. 了解自己的家庭組合。<br>2. 能以口語或書寫表達個人意見、感受。                                                                                                           |                                                                               |              |
| 教學資源                                                                                                                                                                         | 歌曲海報、各種各樣的家-家庭大書繪本、投影設備、電腦、烏克麗麗、學習單、家族成員稱謂小卡、YOUTUBE 影片：阿嬤的衛生紙、電話、八開圖畫紙、彩色筆、蠟筆、愛的家庭樹小卡、愛的禮券、南一三上社會課本家庭樹附件。                                      |                                                                               |              |
| 教學方法                                                                                                                                                                         | 1. 繪本閱讀、2. 討論教學法、3. 實作教學法、4. 學習單                                                                                                                |                                                                               |              |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                 | 九年一貫／高中能力指標                                                                   |              |
| I-1-1-1 認識家庭成員的姓名、生日、關係及適當稱呼（家政 4-1-1）。<br>I-1-1-2 描述家庭對個人的意義與功能。<br>I-1-2-2 描繪自己的家庭，並從中探討不一樣的家庭型態。<br>I-2-2-1 透過分享愛、價值及傳統，以提供家人情感支持（健體6-1-2）。<br>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷。 |                                                                                                                                                 | 語文領域                                                                          |              |
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 | 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。<br>2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。<br>5-I-4 了解文本中的重要訊息與觀點。 |              |
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 | 家政教育                                                                          |              |
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 | 4-1-3 認識家庭的組成份子與稱謂。                                                           |              |

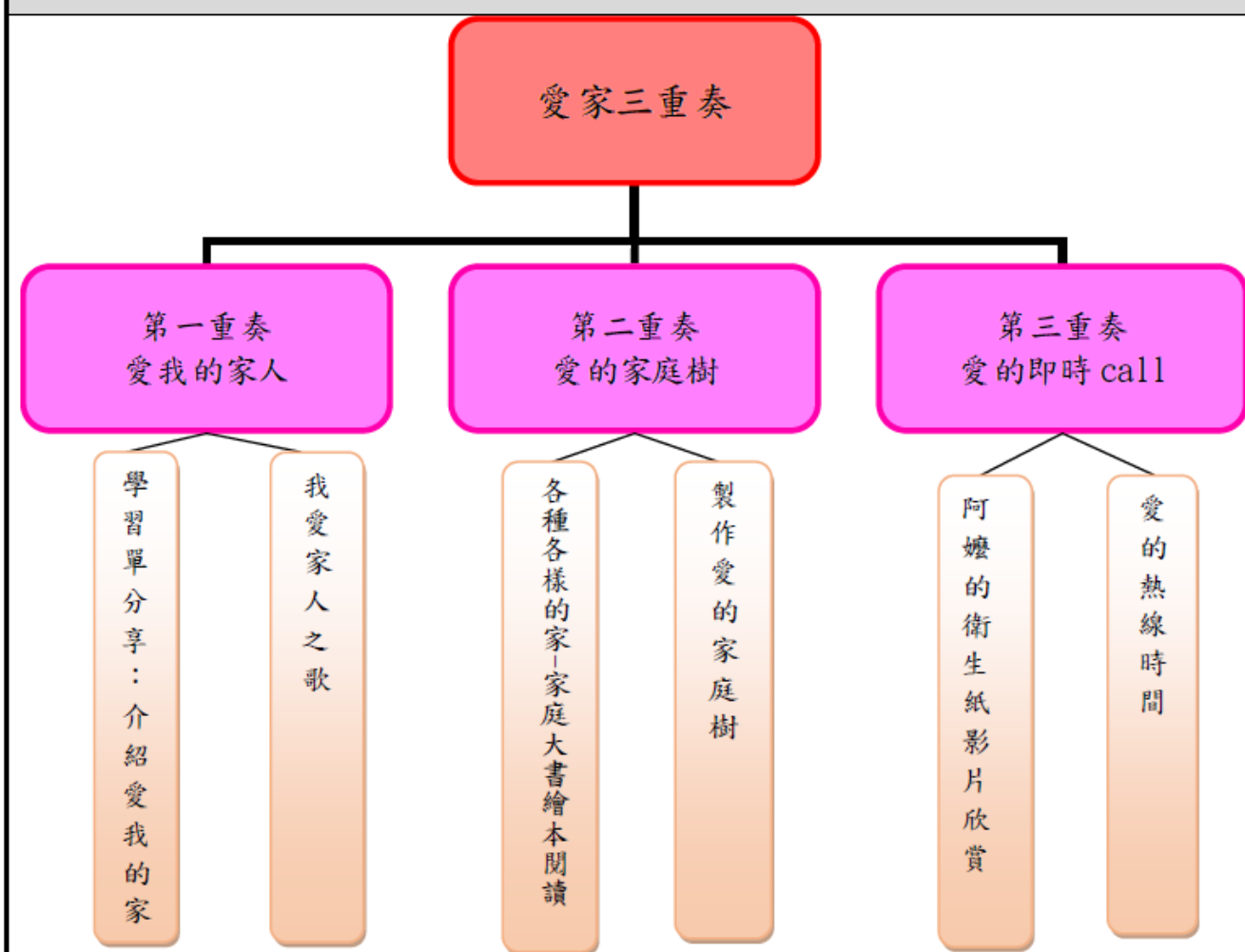
4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。

4-2-3 用適當的語詞向家人表達自己的需求與情感。

健康與體育

6-1-2 學習如何與家人和睦相處。

### 教學架構與安排



| 指標對應                                                     | 教學活動                                                                                                              | 時間 | 教學資源                  | 教學評量                     |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------|--------------------------|
| 家庭教育<br>I-1-1-1 認識家庭成員的姓名、生日、關係及適當稱呼。<br>4-1-3 認識家庭的組成份子 | 一、愛家的第一重奏<br><u>課前準備</u><br>教師發下愛我的家人學習單，給學生帶回去填寫。<br><u>引起動機</u><br>(一)介紹愛我的家人<br>教師將自己愛我的家人學習單，透過投影設備的呈現，向學生分享。 | 5  | 學習單<br><br>學習單<br>投影設 | 學習單評量<br><br>課堂參與<br>學習單 |

|                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                              |                                                      |                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <p>與稱謂。</p> <p><b>語文領域</b></p> <p>1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。</p> <p>2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> | <p>(二)請學生分享自己的家人(學習單)。</p> <p><b>發展活動</b></p> <p>(一)我愛家人之歌</p> <p>1. 教唱我愛家人之歌(改編自阿美族童謠歌曲)，教唱前拿出家庭成員稱謂小卡，複習家庭成員稱謂，再來解釋歌曲意思。</p> <p>師：爸爸的 Amis 稱謂怎麼說呢？</p> <p>學生：wama 或是 mama</p> <p>師：媽媽的 Amis 稱謂怎麼說呢？</p> <p>學生：Ina 或是 wina.</p> <p>師：哥哥和姊姊的 Amis 稱謂呢？</p> <p>學生：KaKa.</p> <p>師：弟弟和妹妹的 Amis 稱謂呢？</p> <p>學生：safa.</p> <p>歌曲：</p> <p style="padding-left: 40px;">Kiso a wama .(依照學生家庭成員)</p> <p style="padding-left: 40px;">(爸爸你呀)</p> <p style="padding-left: 40px;">Okaolahan ako.</p> <p style="padding-left: 40px;">(我真的很愛你)</p> <p style="padding-left: 40px;">Ya keter keter iso.</p> <p style="padding-left: 40px;">(你的生氣生氣呀!)</p> <p style="padding-left: 40px;">Ya tawa tawa iso</p> <p style="padding-left: 40px;">(你的笑容笑容呀!)</p> <p style="padding-left: 40px;">Okaolahan ako.</p> <p style="padding-left: 40px;">(我就是非常愛你)</p> <p>(二) Q&amp;A 時間</p> <p>1. 唱完上面歌曲，與學生討論，在家裡最喜歡和誰相處。</p> <p>師：小朋友，唱完上面歌曲後，在家裡你最喜歡誰呢？為什麼？</p> | <p>10</p> <p>20</p> <p>5</p> | <p>備<br/>電腦設備</p> <p>歌曲海報<br/>烏克蘭麗麗<br/>家庭成員稱謂小卡</p> | <p>口語評量</p> <p>課堂參與<br/>口語評量</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------|

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                      |                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------|------------------------|
| <p><b>家政教育</b></p> <p>4-1-3 認識家庭的組成份子與稱謂。</p> <p>4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。</p>          | <p>學生：(自由回答)</p> <p>2. 與學生討論每個人的家庭組合都一樣嗎？</p> <p>師：每個人的家庭組合都一樣嗎？</p> <p>學生：(自由回答)</p> <p>師：有哪些家庭組合呢？</p> <p>學生：(自由回答)</p> <p><b>綜合活動</b></p> <p>(一)教師總結本節活動重點。</p> <p>(二)預告下一節課要繪製「愛的家庭樹」，請學生回去參考南一三上社會課本家庭樹附件，並問家人自己的家族組合。</p> <p>第二節 愛的家庭樹</p> <p><b>課前準備</b></p> <p>1. 繪本：各種各樣的家-家庭大書。</p> <p>2. 老師的家庭樹。</p> <p>3. 八開圖畫紙、彩色筆、蠟筆。</p> <p><b>引起動機</b></p> <p>(一)與學生一起共讀各種各樣的家庭-大書繪本。</p> <p>(二)Q&amp;A 時間：</p> | <p>5</p>           | <p>南一三上社會課本家庭樹附件</p> |                        |
| <p><b>語文領域</b></p> <p>1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。</p> <p>2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> | <p>師：這本書提到家庭的組成有哪些呢？</p> <p>學生：(依照書本內容或是自由回答)</p> <p>師：在你家裏的家庭成員有哪些人呢？</p> <p>學生：(依照昨日問家人自己的家族組合回答)</p> <p>師：繪本當中有沒有哪一頁的內容描述，跟你們家的情況最接近？</p> <p>學生：(自由回答)</p>                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>10</p> <p>5</p> | <p>繪本</p>            | <p>專心聆聽問題<br/>回答內容</p> |

|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------|------------|
| 家政教育                  | 發展活動                                                                                              |    |                            |            |
| 4-1-3 認識家庭的組成份子與稱謂。   | (繪製愛的家庭樹)<br>(一) 老師提問<br>師：書上有提到家庭樹，小朋友你們有畫過屬於自己的家庭樹嗎？<br>生：(自由回答)<br>學生回答完畢後，老師把自己家庭樹展示出來並和學生分享。 | 5  |                            |            |
| 4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。 | (二) 繪製愛的家庭樹<br>1. 在畫愛的家庭樹前，請學生翻開社會課本家庭樹附件，並分享自己的家族組合。<br>2. 發下八開圖畫紙、彩色筆、蠟筆，請學生自製愛的家庭樹。            | 25 | 八開圖<br>畫紙<br>彩色筆<br>蠟筆     | 實作評量       |
|                       | 綜合活動                                                                                              |    |                            |            |
|                       | 老師歸納本節課的概念。                                                                                       |    |                            |            |
|                       | (師：雖然我們來自不同的家庭，家庭成員組合也不一樣，只要家人彼此支持與互愛，都是幸福美滿的家庭，除了珍惜自己的家人，也要懂得尊重他人的家庭。)                           | 5  |                            | 專心聆聽       |
|                       | 第三節 愛的即時 call                                                                                     |    |                            |            |
|                       | 課前準備                                                                                              |    |                            |            |
|                       | 1. 愛的即時 call 小卡、愛的禮券。                                                                             |    |                            |            |
|                       | 2. 「阿嬤的衛生紙」影片。                                                                                    |    |                            |            |
|                       | 引起動機                                                                                              |    |                            |            |
|                       | 播放「阿嬤的衛生紙」影片。                                                                                     |    |                            |            |
|                       | (一)Q&A 時間：                                                                                        | 5  | Youtub<br>e 影片<br>投影設<br>備 | 專心聆聽問<br>題 |
|                       | 師：影片中阿嬤常常給男主角什麼東西？                                                                                |    |                            |            |
|                       | 學生：依據影片內容回答。                                                                                      | 5  | 電腦設<br>備                   | 回答內容       |
|                       | 師：男主角長大後，覺得他和阿嬤的關係變得怎麼樣如何？                                                                        |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |
|                       |                                                                                                   |    |                            |            |

|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                     |                                           |                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|------------------------------|
| <p>家庭教育</p> <p>I-2-2-1 透過分享愛、價值及傳統，以提供家人情感支持(健體 6-1-2)、</p> <p>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷。</p> <p>健康與體育</p> <p>6-1-2 學習如何與家人和睦相處。</p> | <p>學生：依據影片內容回答。</p> <p>師：影片最後男主角有什麼改變呢?請說說看。</p> <p>學生：依據影片內容回答</p> <p>師：在家中，有沒有最想感謝的人?</p> <p>學生：(自由回答)</p> <p>(二)愛的熱線時間</p> <p>1.發下愛的即時 call 小卡，請學生寫下想感謝哪位家人與感謝的話語。(字數不均)</p> <p>2.請學生依照自己愛的即 call 小卡內容，打電話給要感謝的家人。</p> <p>3.發下愛的禮券後，請學生填寫想為哪位家人做什麼事，填寫完畢後，請學生帶回家執行任務，任務完成後，請家人在禮券上簽名</p> <p>綜合活動</p> <p>1. 請學生發表本節課的感想。</p> <p>2. 教師總結本節課的概念。</p> <p>[ 愛家三重奏結束]</p> | <p>20</p> <p>10</p> | <p>愛的即時 call 小卡</p> <p>電話</p> <p>愛的禮券</p> | <p>課堂參與、實作評量</p> <p>活動感想</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|------------------------------|

高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱，請搜尋相關網站。



# 愛の家 - 重奏 - 介紹愛我的家人

班級：

姓名：

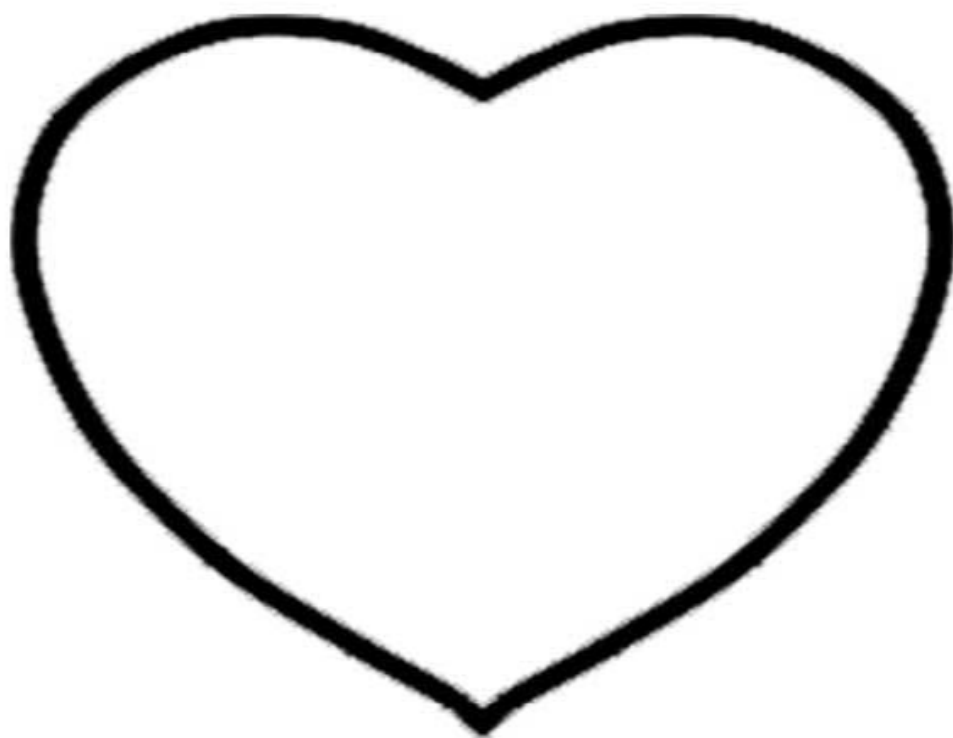
我是\_\_\_\_\_，我的家人共\_\_\_\_\_人，接下來我要介紹

我最愛的家人：

| 稱謂<br>(並畫下家人樣子) | 外表特徵<br>(例如：眼睛大) | 個性<br>(例如：善良) | 興趣 |
|-----------------|------------------|---------------|----|
| 家人稱謂：我          |                  |               |    |
| 家人稱謂：           |                  |               |    |
| 家人稱謂：           |                  |               |    |

|                                                               |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 家 <sup>カ</sup> 人 <sup>ニ</sup> 稱 <sup>ヲ</sup> 謂 <sup>フ</sup> ： |  |  |  |
| 家 <sup>カ</sup> 人 <sup>ニ</sup> 稱 <sup>ヲ</sup> 謂 <sup>フ</sup> ： |  |  |  |
| 家 <sup>カ</sup> 人 <sup>ニ</sup> 稱 <sup>ヲ</sup> 謂 <sup>フ</sup> ： |  |  |  |
| 家 <sup>カ</sup> 人 <sup>ニ</sup> 稱 <sup>ヲ</sup> 謂 <sup>フ</sup> ： |  |  |  |

# 愛的即時 CALL 小卡模型樣式



愛的禮券樣式

愛的禮券

\_\_\_\_ VVIP，恭喜您獲得：

A large, empty rounded rectangular box with a thin black border, intended for a drawing or a photo.

愛的 VVIP 簽名：

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立初鹿國小  
陳春霞 老師

# 臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計參考格式

體例說明：字體：中文採用標楷體，英文、數字採用 Times New Roman 大小：12

行距：1.0 採用中式標點

|                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                          |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 主題名稱                                                                                                                                  | 謝謝您的愛                                                                                                                                                                                            | 學校                                                                                                                                                                                                                       | 初鹿國小 |
| 設計者                                                                                                                                   | 陳春霞                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                          |      |
| 參考資料                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  | 適用年級                                                                                                                                                                                                                     | 二    |
|                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  | 節數                                                                                                                                                                                                                       | 三    |
| 設計理念                                                                                                                                  | <p>「家」是每一個人誕生最先接觸的環境，也是成長中最重要的學習環境，家庭發揮的功能是學校無法取代的，孩子對父母理應心存感激。但隨著少子化時代，每個孩子都是爸媽捧在手心中的寶。父母為孩子做牛做馬，照顧得無微不至，孩子視為理所當然，顯少會主動表達感謝。因此，設計此課程，先體驗母親的辛勞，感受母親的辛勞後，期望能引發學生感恩的心，最後以實際主動直接的行動對家人說出感謝與表達愛。</p> |                                                                                                                                                                                                                          |      |
| 學生先備知能分析                                                                                                                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生已能描述自己的家庭狀況。</li> <li>2. 學生能安靜聆聽他人說話</li> <li>3. 學生能適時提出自己的意見。</li> <li>4. 學生能將感受及想法完整的說出來。</li> </ol>                                               |                                                                                                                                                                                                                          |      |
| 教學資源                                                                                                                                  | 單槍投影機、學習單                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |      |
| 教學方法                                                                                                                                  | 討論與發表、角色扮演                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                          |      |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                  | 九年一貫／高中能力指標                                                                                                                                                                                                              |      |
| I-2-1-1 關懷父母及家人多元的角色和責任<br>I-2-1-3 關心和愛護家庭成員                                                                                          |                                                                                                                                                                                                  | <p>語 B-1-1-9<br/>能主動參與溝通，聆聽對方的說明。</p> <p>語 C-1-1-1-1<br/>能清楚明白的口述一件事情。</p> <p>語 C-1-4-9-2<br/>能依主題表達意見。</p> <p>綜 1-1-2-1<br/>說出自己在家庭與班級中的角色。</p> <p>健 6-1-2-4<br/>學習如何與家人和睦相處。</p> <p>兩 2-1-6<br/>瞭解家庭的特質與每個人的義務與責任。</p> |      |
| 教學架構與安排                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                          |      |
| <p>「我愛我的家」分成二個子活動進行，首先進行「角色扮演」，利用課前與課中的時間，讓兒童扮演母親的角色，要照顧家人、教孩子寫作業、餵孩子吃飯及體驗媽媽懷孕的辛苦。一連串的角色扮演活動，希望學生體驗家人對我們照顧時的辛勞。學生有所「感」之後，接著進行「愛的宣</p> |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                          |      |

言」活動，希望學生用最直接的行動力，大方對家人說出的話語。透過討論和分享將對家人的愛說出口，並能以行動來表現對家人感恩的心。

| 指標<br>對應 | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 時間   | 教學<br>資源            | 教學<br>評量     |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------|--------------|
| 1-2-1-1  | <p>一、引起動機</p> <p>##體驗活動</p> <p>1. 課前體驗活動，用氣球放進衣服裡，讓學生體會媽媽懷孕的過程，到下午第一節孩子生出來。</p> <p>*體驗懷孕的過程，生活作息如常(打掃、上課、下課、上廁所、吃午餐、午休……)。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 感謝你的愛</p> <p>1. 課中角色扮演，孩子生出來之後，同學兩兩一組，其中一個先扮演媽媽的角色，同組的另外一位同學扮演孩子。媽媽需要教孩子寫作業、餵孩子吃東西、說故事給孩子聽…，就像家中的母親一樣要負責照料孩子的一切。一節課結束後，母親與孩子互相交換角色。</p> <p>*學生進行課前體驗活動與課中角色扮演時，老師負責拍照，做為下一節課的上課素材。</p> <p>2. 教師請學生仔細觀看課前體驗活動與課中角色扮演體驗活動的照片。</p> <p>3. 教師提問：「說說看，你在活動中，有什麼感受呢？」</p> <p>4. 教師引導學生回答：</p> <p>(1) ○○懷孕挺著大肚子上廁所很○○。</p> <p>(2) ○○教孩子寫作業很○○。</p> <p>(3) ○○餵孩子吃東西很○○。</p> <p>(4) ○○說故事給孩子很○○。</p> <p>(5) ○○懷孕趴著睡覺很○○。</p> <p>(6) ○○懷孕走路很○○。</p> <p>(7) ○○懷孕拖地很○○。</p> <p>(8) ……</p> <p>*老師總結：從你們剛剛的發表中，可以知道媽媽平日照料我們的生活是那麼的辛苦。我們從小到大都是受到家人用心、辛苦的照顧，才能健康平安長大。</p> <p>5. 那你們可以做什麼？來表達對家人的感謝呢？</p> | 40 分 | 照片<br>單槍<br>投影<br>機 | 參予度          |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 40 分 |                     |              |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 5 分  |                     | 專心聆聽         |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 15 分 |                     | 口頭發表         |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 15 分 |                     | 口頭發表<br>專心聆聽 |



|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |     |     |                                     |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-------------------------------------|
| 1-2-1-3 | <p>6. 教師引導學生回答：</p> <p>(1) 我可以幫忙做家事。</p> <p>(2) 我每天都會記得向家人問好。</p> <p>(3) 媽媽下班後，我會幫他按摩。</p> <p>(4) 我陪爺爺、奶奶散步。</p> <p>(5) 做卡片送給家人。</p> <p>(6) 向家人說謝謝。</p> <p>(7) 倒茶給家人喝。</p> <p>(8) 幫爸爸洗車。</p> <p>(9) ……</p> <p>(二) 愛的宣言</p> <p>1. 教師：剛剛你們說了很多對家人表達感謝的方法。現在，我們針對「對家人說感謝的話」這個部分，多想一想，可以對家人說哪些感謝的話。</p> <p>2. 小朋友，現在請你來想一想有什麼心裡的話想告訴家人呢？</p> <p>3. 學生發表。</p> <p>4. 教師請兒童把剛剛說的話寫在學習單上~「愛的宣言」。</p> <p>(三) 超級任務</p> <p>1. 請小朋友回家將自己剛剛寫的「愛的宣言」說給家人聽，家人聽了之後請家人在學習單上寫「家人的回饋」，並在簽上名字。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 教師總結：小朋友們「感謝與愛」要及時大方說出來，讓為我們付出的家人有所感受。</p> | 5 分 | 學習單 | <p>口頭發表</p> <p>實作評量</p> <p>專心聆聽</p> |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-------------------------------------|

高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱，請搜尋相關網站。

# 謝謝您的愛



二年甲班 姓名：( )

我好愛我的家！

家人總是呵護著我，我好幸福！

我要大聲的告訴他們，『我愛你們！』

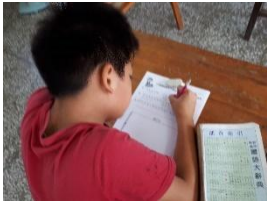
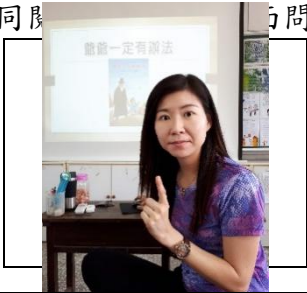
|                                                             |                                                              |
|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 媽媽：謝謝您<br>【                      】<br><br>我愛您               | 爸爸： 謝謝您<br>【                      】<br><br>我愛您               |
| 媽媽的回饋：<br><br><br>簽名：                                       | 爸爸的回饋：<br><br><br>簽名：                                        |
| 【              】：謝謝您<br>【                      】<br><br>我愛您 | 【              】： 謝謝您<br>【                      】<br><br>我愛您 |
| 家人的回饋：<br><br><br>簽名：                                       | 家人的回饋：<br><br><br>簽名：                                        |

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立德高國小  
張翠瑩 老師

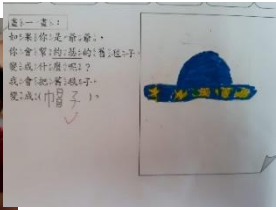
臺東縣家庭教育中心 107 年度家庭教育教學方案徵選

|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                       |                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------|
| 主題名稱                                                                                                                                                                         | 惜福感恩我最棒~                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 學校                    | 臺東縣關山鎮<br>德高國小 |
| 設計者                                                                                                                                                                          | 張翠瑩                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                       |                |
| 參考資料                                                                                                                                                                         | 繪本” 爺爺一定有辦法”<br>作者： <u>菲比·吉爾曼</u><br>譯者： <u>宋珮</u><br>繪者： <u>菲比·吉爾曼</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 適用<br>年級              | 2 年級           |
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 節數                    | 6 節            |
| 設計理念                                                                                                                                                                         | 1. 本校學區主要為德高原民社區，因家長謀生人口外流，學校班級的家庭結構多為隔代教養，多數由年邁爺爺奶奶扶養照顧，為了能讓孩子了解年長照顧者的辛勞及體會年長照顧者擁有的豐富生活經驗，本教案應運而生。<br>2. 再者，除了社經階層稍弱勢，校內一半學生家庭功能不彰，所以希望藉由本課程的實施，能讓孩子與家庭關係緊密度增加，也能讓孩子珍惜與家中長輩的相處，並能主動關懷老一輩的親人。<br>3. 教學時，對於失親、單親或隔代教養之家庭，會特別關注孩子的反應，不傷及當事人的心理感受，並巧妙的將感恩對象轉移至主要照顧者或擴及其他親人身上。<br>4. 最末希望孩子能親身活化資源再利用的好處，所以設計了環保議題的延伸活動，增進孩子融入議題的手作體驗，做為舊物翻新賦予新生命的實踐，使廢棄物品延續生命。 |                       |                |
| 學生先備知能<br>分析                                                                                                                                                                 | 1. 康軒一下生活 單元三 珍惜與感恩 活動一 幫助我成長的人<br>2. 生活課已學習過家人之間的關係及稱謂，了解親人之間的長幼順序和不同的親疏關係；以及家庭的結構及種類與成員變化的原因。                                                                                                                                                                                                                                                             |                       |                |
| 教學資源                                                                                                                                                                         | 網路影片、電腦視聽設備、繪本、學習單、彩色用品、單槍投影機、襪子、針線、空盒、紙杯、寶特瓶、瓶蓋等資源回收物                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                       |                |
| 教學方法                                                                                                                                                                         | 體驗與探索、實作、學習單                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                       |                |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 九年一貫／高中能力指標           |                |
| I-2-1-1 關懷父母及家人多元的角色和責任<br>I-2-1-3 關心和愛護家庭成員<br>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷<br>I-2-3-1 瞭解家庭及家族中需要特殊照顧的人<br>I-2-3-3 主動關懷家族成員<br>II-4-2-2 瞭解家庭日常消費情形<br>II-5-5-2 規劃並落實簡樸又環保的家庭生活 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 【國語】3-4-2 關懷世人與照顧弱勢團體 |                |
| 教學架構與安排                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                       |                |

| <div style="text-align: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 0 auto; width: 150px;">惜福感恩<br/>我最棒</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">           爺爺奶奶<br/>讓我了解你         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">           爺爺奶奶<br/>您辛苦了         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">           神奇巧手<br/>妙創意         </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">           1. 學習單設計<br/>2. 各自介紹爺爺奶奶         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">           1. “爺爺一定有辦法”繪本導讀<br/>2. 超級比一比<br/>3. 學習單總結回顧         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">           1. 襪娃製作<br/>2. 立體造型人物製作         </div> </div> </div> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |    |             |                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 指標<br>對應                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 時間 | 教學<br>資源    | 教學<br>評量                                                                                                    |
| I-2-1-3 關心和愛護家庭成員<br><br>I-2-1-1 關懷父母及家人多元的角色和責任<br>I-2-3-3 主動關懷家族成員                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>壹、準備活動【爺爺奶奶讓我了解你】</p> <p>一、引起動機：</p> <p>學生事先完成教師設計的學習單，，學習單的內容為：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 爺爺(奶奶)的年紀、長相特徵？</li> <li>2. 爺爺(奶奶)最喜歡做的三件事情？</li> <li>3. 請嘗試畫出爺爺(奶奶)的年紀、長相特徵？</li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>圖示 1. 完成學習單    2. 展示學生學習單</p> <p>4. 利用學習單介紹分享自己的爺爺(奶奶)。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>圖示 1. 介紹人物特徵    2. 分享對爺爺(奶奶)的感覺</p> <p style="text-align: center;"><b>第一節 結束~</b></p> <p>二、發展活動【爺爺奶奶您辛苦了】</p> <p>教師播放「爺爺一定有辦法」ppt，呈現繪本內容，全班共同閱讀並討論問題。</p> <div style="text-align: center;">  </div> |    | 彩色用具<br>學習單 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口頭發表</li> <li>2. 討論發表</li> <li>3. 態度評量</li> <li>4. 學習單</li> </ol> |

|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>I-2-3-1 瞭解家庭及家族中需要特殊照顧的人</p> <p>II-5-5-2 規劃並落實簡樸又環保的家庭生活</p><br><p>II-4-2-2 瞭解家庭日常消費情形</p> <p>II-5-5-2 規劃並落實簡樸又環保的家庭生活</p> | <div data-bbox="483 98 866 387" data-label="Image"> </div> <p>圖示 1. 教師鉅... 融入繪本故事</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.在這本書中，爺爺的巧手為約瑟製造了什麼東西？</li> <li>2.當約瑟覺得爺爺做給他的東西變得破舊時，約瑟為什麼捨不得丟呢？</li> <li>3.如果你是約瑟，你喜歡有這樣子的一個爺爺嗎？</li> <li>4.爺爺常常都能把舊的東西變成新的，你覺得他是怎樣的人？</li> <li>5.在現實生活中有哪些東西可以一用再用？</li> </ol> <div data-bbox="547 927 802 1552" data-label="Image"> </div> <p>圖示 1. 2. 教師依次將問題做提問</p> <p>三、綜合活動</p> <p>活動一:”超級比一比”</p> <p>教師在螢幕上顯示一張老人的相片和一張小孩的相片</p> <div data-bbox="459 1704 735 2024" data-label="Image"> </div> | <p>電腦投影設備<br/>「爺爺一定有辦法」ppt</p><br><ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口頭發表</li> <li>2. 態度評量</li> </ol><br><p>自製投影片<br/>電腦投影設備</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                     |                                                                                                             |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>I-2-3-3 主動關懷家族成員</p>         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口頭發表</li> <li>2. 討論發表</li> <li>3. 態度評量</li> <li>4. 學習單</li> </ol> |
| <p>II-5-5-2 規劃並落實簡樸又環保的家庭生活</p> | <p>圖示 發表想法</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 老人和小孩外表長相有什麼不同？</li> <li>2. 老人和小孩行為動作有什麼不同？</li> <li>3. 那自己家裡的阿公阿嬤有什麼拿手厲害的地方？</li> <li>4. 完成學習單。</li> </ol> <p>(1)讀完”爺爺一定有辦法”繪本，請把約瑟的毯子變身的過程畫下來。</p>   <p>單</p> |  | <p>彩色用具<br/>學習單</p> |                                                                                                             |
| <p>II-5-5-2 規劃並落實簡樸又環保的家庭生活</p> | <p>(2)如果你是爺爺，你會幫忙把<u>約瑟</u>的舊毯子變成什麼呢？我會把舊毯子變成？</p>   <p>圖示 1. 孩子分享想法 2. 將提問以繪畫方式呈現</p> <p>5. 課程回顧，並 家人時保感恩。</p>                    |  |                     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習單</li> <li>2. 討論發表</li> <li>3. 態度評量</li> </ol>                  |

I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷

## II-5-5-2 規劃 並落實簡樸又 環保的家庭生 活

II-5-5-2 規劃  
並落實簡樸又

\*教師總結:教師引導小朋友要多關心家裡的長輩,因為他們身體機能退化,在生活上有許多的不便。但老人家的生活經歷豐富,能為家中節省許多不必要的花費,更可以從他們身上學到很多知識,因此要多尊重家裡的長輩。

## 第二 三節 結束~

延伸活動：【神奇巧手妙創意】

藉由繪本”爺爺一定有辦法”中約瑟爺爺的巧手能化腐朽為寶貝，我們也來討論生活中哪些東西可以重複使用或改變使用方式，使物品延續生命，並試著去實踐生活中可以做環保的議題。

### 一、引起動機



1. 上課前請孩子回家先觀察尋找家中正在使用之「舊變新」的物品有哪些？並準備一樣再利用物品到校。
2. 學生展示家中資源回收的『寶貝』，並向同學說明製作過程及使用方法。



圖示 1. 集 環保船

## 二、發展活動

### (一)襪娃製作

1. 舉例生活中，如廢棄列印紙背面仍可以重複列印、做計算紙或發給小朋友折飛機、畫

單槍投  
影機

襪子、針  
線、鑰匙

環保的家庭生活

II-5-5-2 規劃  
並落實簡樸又  
環保的家庭生活

圖…………。

2. 老師拿出一個用舊襪子做成的『環保襪娃』，詢問孩子這種回收利用資源素材為?做為舊物翻新賦予新生



圖示 1. 襪娃作品      2. 收集的舊襪展示

3. 發下襪子，舊衣布料等再利用資源，讓孩子嘗試創作有趣可愛的襪娃。



圖示 1. 嘗試穿針引線      2. 縫製襪娃

4. 發表展示作



圖示 圖完成

(二)立體造型人物製作

請學生事先收集大小不一空盒瓶罐，集思廣益建造一創意立體造型，讓學生體驗合作樂趣無窮。

(一)引起動機:活動前指導學生收集回收可利

圈

1. 實作評量
2. 口頭發表
3. 態度評量

黑板  
空盒  
紙杯  
寶特瓶  
瓶蓋等

用的資源，如：瓶瓶罐罐，空盒，紙杯，瓶蓋等。



圖示：孩子收集了許多可回收再利用的資源。

(二)發展活動



圖示：孩子動手用瓦片設計簡單立體造型人物。

步驟 1. 請孩子討論創意立體造型主題。

步驟 2. 討論負責分工。

步驟 3. 創意剪貼，積沙成塔。

步驟 4. 展示作品。



圖示：兩人通力合作完成環保機器人作品。

(三)教師總結：

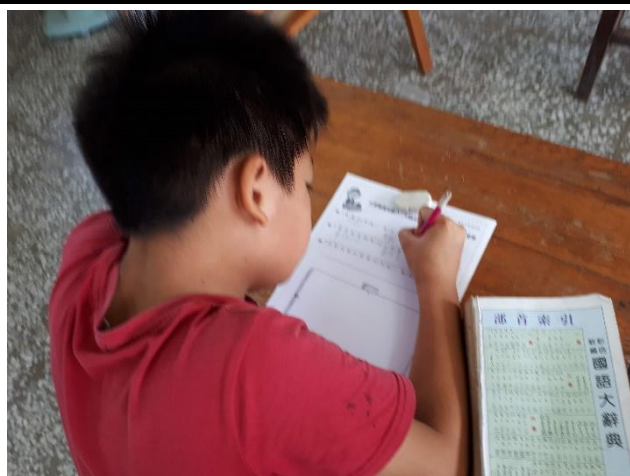
1. 資源回收物品仍具價值，不但可以拿來充分利用及美化生活，而且資源再利用也能為我們生活的環境盡一份心力。
2. 除了希望小朋友都能學習到”爺爺一定有辦法”繪本中的約瑟爺爺利用舊物將之活用的無限樂趣，也別忘了回家對一直以來照顧自己的

II-5-5-2 規劃  
並落實簡樸又  
環保的家庭生  
活  
I-2-2-2 使用  
適當的方式表  
達對家人的愛  
與關懷

|  |                         |  |  |  |
|--|-------------------------|--|--|--|
|  | 爺爺奶奶道聲感謝喔！<br>第四五六節 結束~ |  |  |  |
|--|-------------------------|--|--|--|



# 台東縣德高國小 107 年度品格教育教學成果暨省思

| 活動                                                                                                                                                                                  | 活動一 | 班級                                                                                  | 二年甲班      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 家庭教育                                                                                                                                                                                | 感恩  | 活動主題                                                                                | 爺爺奶奶讓我了解你 |
|                                                                                                     |     |   |           |
| 說明：請學生事先完成學習單。                                                                                                                                                                      |     | 說明：完成學習單提問後，展示學生學習單                                                                 |           |
|                                                                                                    |     |  |           |
| 說明：學生介紹學習單主要人物的五官及臉部特徵，再來分享對爺爺(奶奶)的感覺。                                                                                                                                              |     |                                                                                     |           |
| 教學省思：<br>1. 在”感恩的心”學習單中，能讓孩子清楚一起生活的長輩的背景資料，包含長輩的年紀及喜好，並藉由親手繪畫長輩臉譜，讓孩子感恩歲月在老人家身上刻畫的痕跡，也希望孩子與家中長輩的關係能更加親密。<br>2. 班級孩子表示很愛家中長輩，除了日常生活關心自己，成長過程亦皆由長輩照料打理，未來也可再針對此一活動規畫延伸，期能更加增進祖孫雙方的關係！ |     |                                                                                     |           |

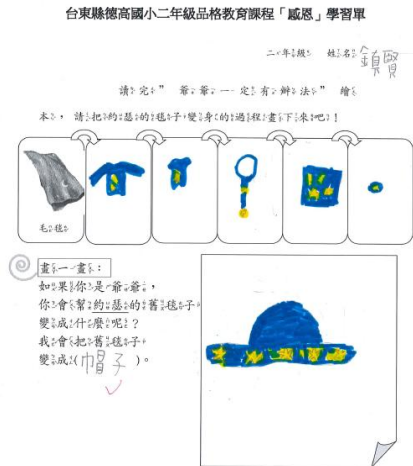


## 台東縣德高國小 107 年度品格教育教學成果暨省思

| 活動                                                                                                      | 活動二                                                                                 | 班級             | 二年甲班     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------|
| 家庭教育                                                                                                    | 感恩                                                                                  | 活動主題           | 爺爺奶奶您辛苦了 |
|                        |   |                |          |
| 說明：針對”爺爺一定有辦法”繪本，教師作前言鋪陳。                                                                               |                                                                                     | 說明：孩子認真融入繪本故事。 |          |
|                       |  |                |          |
| 說明：教師依次將所設計之問題做提問                                                                                       |                                                                                     |                |          |
| 教學省思：                                                                                                   |                                                                                     |                |          |
| 1. 學生能從繪本影片中知道 <u>約瑟</u> 爺爺的巧手為 <u>約瑟</u> 帶來了生活歡樂，跟自己與家中的長輩大為相似，甚至孩子更加大力稱讚自己的家中長輩，課程中觀察其神情湧現出對爺奶的驕傲與感恩！ |                                                                                     |                |          |
| 2. 教學後發現這本繪本能帶給孩子重視家中長輩的存在性，也能與現實生活中的經驗做連結，孩子紛紛表達對爺奶的感謝，未來應可對此再進行進階課程。                                  |                                                                                     |                |          |

## 台東縣德高國小 107 年度品格教育教學成果暨省思

| 活動 | 活動三 | 班級 | 二年甲班 |
|----|-----|----|------|
|----|-----|----|------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                    |    |                                                                                     |          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 家庭教育                                                                                                                                                                                                                                                                               | 感恩 | 活動主題                                                                                | 爺爺奶奶您辛苦了 |
|                                                                                                                                                                                                   |    |   |          |
| 說明：教師請小朋友說說看老人與小孩的外顯行為特徵。                                                                                                                                                                                                                                                          |    | 說明：教師作課程回顧，並引導學生懂得對家人時保感恩。                                                          |          |
|                                                                                                                                                                                                  |    |  |          |
| 說明：請孩子完成”爺爺一定有辦法”讀後學習單。                                                                                                                                                                                                                                                            |    |                                                                                     |          |
| <p>教學省思：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 孩子能針對學習單上問題依序畫出毯子變身的過程，顯示對繪本有適當的理解。並能發揮自己獨特的創意，把舊毯子創意的聯想可變身為其他生活中利用的衣物。</li> <li>2. 藉由<u>約瑟</u>爺爺的巧思創意了解到，除了可從長輩身上吸收到許多知識，而且他們更能善用隨手可得的資源來輔助生活環境。教學過程中循循引導小朋友須多關心家裡的長輩，因為隨時間他們身體機能逐漸退化，生活上也愈加不便，珍惜相處時間才是唯一的感恩方式。</li> </ol> |    |                                                                                     |          |

## 台東縣德高國小 107 年度品格教育教學成果暨省思

| 活動   | 活動四 | 班級   | 二年甲班               |
|------|-----|------|--------------------|
| 品格教育 | 感恩  | 活動主題 | 延伸活動：神奇巧手妙創意(襪娃製作) |



說明：學生展示家中資源回收的物品，並向同學說明製作過程及使用方法。



說明：老師拿出一個用舊襪子做成的『環保襪娃』，做為舊物翻新賦予新生命的實例。



說明：讓孩子嘗試穿針引線然後縫製出一個可愛的襪娃。

教學省思：

1. 請孩子用舊襪子做成『環保襪娃』，做為舊物翻新賦予新生命的實踐，使物品延續生命，並試著去實踐生活中可以做環保的議題。
2. 本單元課程中繪本裡面的約瑟爺爺，不僅懂得資源回收再利用並讓舊物重生來美化生活，更希望孩子能實踐生活中資源再利用，為環境盡一份心力。設計了此一環保議題的延伸活動的同時，也看見了孩子融入課程的手作體驗樂趣，很值得！

## 台東縣德高國小 107 年度品格教育教學成果暨省思

| 活動   | 活動三 | 班級   | 二年甲班                   |
|------|-----|------|------------------------|
| 家庭教育 | 合作  | 活動主題 | 延伸活動：神奇巧手妙創意(立體造型人物製作) |





說明：孩子動手前先設計的立體造型人物。



說明：孩子收集了許多可回收再利用的資源。



說明：兩人通力合作完成環保機器人作品。

教學省思：

1. 請孩子將所收集的資源回收物做成『環保機器人』，做為舊物翻新賦予新生命的實踐，使物品延續生命，並試著去實踐生活中可以做環保的議題。
2. 孩子對於動手手作十分感興趣，也熱衷積極的投入活動，設計者希望孩子不僅只是開心實踐資源再利用，同時也能為環境盡一份心力，且課程進行時，更看見了孩子融入課程的體驗樂趣！

# 台東縣德高國小二年級家庭教育學習單



二年級 姓名：

 1. 爺爺的年紀、長相特徵？

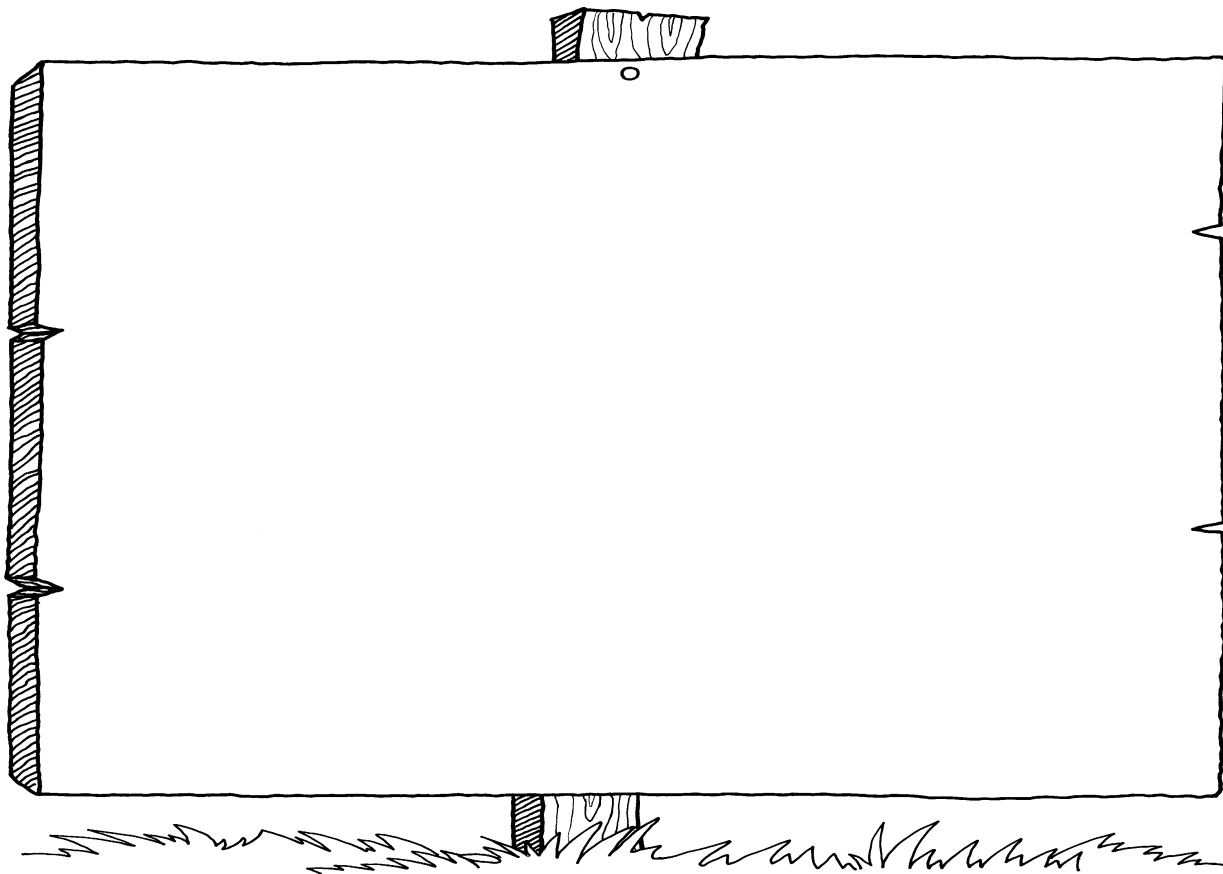
---

 2. 爺爺最喜歡做的三件事情？

---

 3. 請嘗試畫出爺爺的年紀、長相特徵？

---

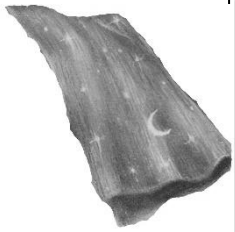


# 台東縣德高國小二年級家庭教育學習單

二年級 姓名



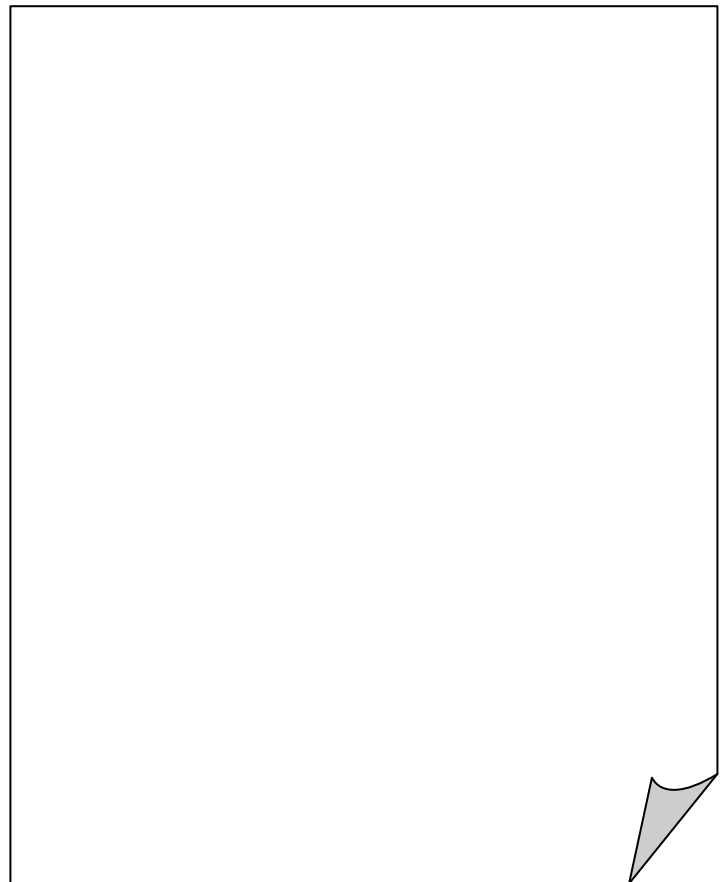
讀完”爺爺一定有辦法”繪本，請把約瑟的毯子變身的



毛毯

畫一畫：

如果你是爺爺，  
你會幫約瑟的舊毯子  
變成什麼呢？  
我會把舊毯子  
變成( )。





臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立綠島國小  
李盈萱 老師

## 臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選

體例說明：

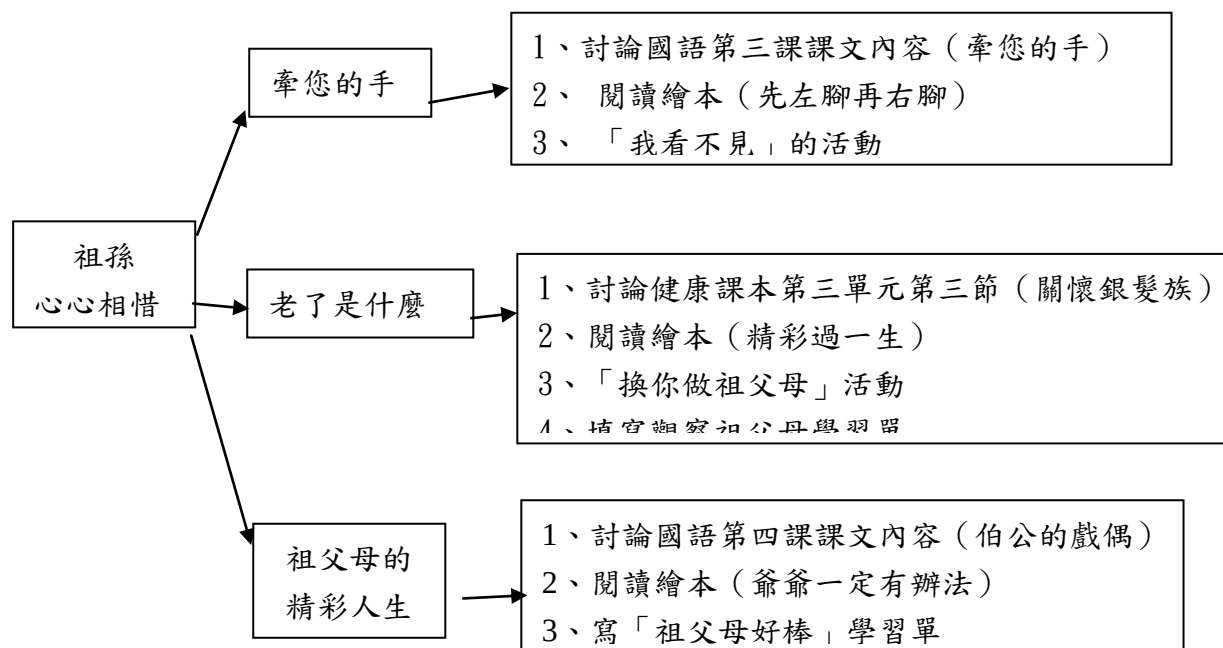
字體：中文採用標楷體，英文、數字採用 Times New Roman 大小：12 行距：1.0 採用中式標點

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |             |      |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------|
| <b>主題名稱</b>     | <b>祖孫心心相惜</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>學校</b>   | 綠島國小 |
| <b>設計者</b>      | 李盈萱                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |             |      |
| <b>參考資料</b>     | 南一國語課本、翰林健康課本、繪本「先左腳再右腳」、「精彩過一生」、「爺爺一定有辦法」                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>適用年級</b> | 三年級  |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>節數</b>   | 3 節  |
| <b>設計理念</b>     | <p>先以國語課本第三課「牽您的手」詩歌，作者回憶小時候，爺爺、奶奶牽著他的手出門學走路的情形；現在，換作者牽著爺爺、奶奶的手，鼓勵他出門學走路為討論內容，閱讀繪本「先左腳再右腳」，體驗活動「我看不見」，了解祖父母牽孫子的心情，以及被帶領者的感受，讓兒童分享與祖父母相處的經驗與感覺，萌生感謝之情。</p> <p>接著透過健康課本第三單元第三節「關懷銀髮族」，閱讀繪本「精彩過一生」，紀錄祖父母身體心理觀察紀錄表，例如：常常咳嗽、走路很慢、常常喊背部痠痛...等等，與兒童共同討論關心祖父母的身體與心理變化。</p> <p>最後，以探討國語課本第四課「伯公的戲偶」，作者到伯公家，觀察到伯公喜歡珍藏戲偶以及他的生命故事，閱讀繪本「爺爺一定有辦法」，挖掘祖父母的優點，統整三節課所學，教導學生關懷祖父母，培養良好的祖孫情。</p> |             |      |
| <b>學生先備知能分析</b> | <p>學生先備知能已了解國語課本第三課及第四課課文內容後，所以再透過閱讀相關繪本延伸課文中情意方面的技能，讓學生能從中回憶與祖父母相處的經驗與感覺，並關心祖父母的身體與心理變化，了解祖父母的平日生活及興趣，陪伴祖父母，讓祖父母老年生活能更充實、有意義。</p>                                                                                                                                                                                                                                           |             |      |
| <b>教學資源</b>     | <p>南一國語課本、翰林健康課本、繪本「先左腳再右腳」、「精彩過一生」、「爺爺一定有辦法」</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |             |      |
| <b>教學方法</b>     | 討論、觀察、發表、學習單(附件四、五)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |             |      |

| 對應家庭教育指標                                                                                                        | 九年一貫／高中能力指標                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I-2-2-1 透過分享愛、價值及傳統，以提供家人情感支持。<br>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷。<br>I-2-2-3 與家人分享生活經驗。<br>I-2-2-4 參與家庭活動並與家人分享參與經驗。 | 1、語文 C-2-1-2-3 在看圖或觀察事物後，能以完整的語句簡要說明其內容。<br>E-1-4-2-2 能和別人分享閱讀的心得<br>2、人權 1-2-2 知道人權是普遍的、不容剝奪的，並能關心弱勢。 |

### 教學架構與安排

(以架構圖或表格概述整體的教學規劃)



| 指標對應 | 教學活動 | 時間 | 教學資源 | 教學評量 |
|------|------|----|------|------|
|------|------|----|------|------|

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     |           |    |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------|----|
| 語文<br>C-2-1-2-3 | <p style="text-align: center;"><b>【牽你的手】</b></p> <p>活動一：牽您的手</p> <p>1. 一起朗讀國語第三課「牽您的手」。</p> <p>外頭的鳥兒在唱歌，外頭的陽光在招手，我小的時候，你總是這麼對我說，哄著我，牽著我，一步一步，慢慢的走，外頭的鳥兒在唱歌，外頭的陽光在招手，現在我長大了，也要這麼對你說，牽著你那粗糙的手，一步一步，慢慢向前走，來，慢慢來，左腳向前走一步，嗯，很好，來，慢慢來，右腳向前跨一步，嗯，好極了我們一步一步，慢慢走向外頭，向陽光招招手，聽鳥兒在唱歌，來，讓我牽您的手，就像小的時候，您牽著我那稚嫩的手。</p> <p>2. 教師提問：</p> <p>(1)在這首詩中，您和我指的是誰？從文章裡哪個線索可以發現？</p> <p>(2)這首詩中，您和我是如何互動？</p> <p>(3)您和長輩平常如何互動？</p> <p>活動二：閱讀繪本「先左腳，再右腳」</p> <p>1. 繪本內容討論：</p> <p>(1)巴柏在巴比成長中，做了些什麼？</p> <p>(2)巴比在巴柏生病期間，做了些什麼呢？</p> <p>(3)巴比與巴柏之間有哪些事情讓你感動的呢？</p> <p>(4)祖父母陪伴你的歷程中，哪些事情是讓你感動的呢？</p> <p>活動三：我看不見</p> <p>1. 讓學生閉眼，由另一個學生帶領走到目的地，互相交換。</p> <p>2. 學生分享被帶領的心情。</p> <p>教師歸納：</p> <p>小時候你學走路就像你眼睛閉起來一樣，小心翼翼一步一步走，想像著你沒有人帶領走路時的心情是害怕又緊張，但是有人帶領你</p> |     | 國語<br>課本  |    |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 7'  |           |    |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 13' | 單槍<br>PPT |    |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 20' |           | 口語 |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     |           | 實作 |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     | 健康<br>課本  |    |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 7'  | 繪本        | 口語 |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                       |                                                 |                                         |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------|
|  | <p>走的時候，就像家人牽著你學走路一樣，心情是那麼安定。</p> <p>~第一節課結束~</p> <p><b>【老了是什麼】</b></p> <p>活動一：關懷銀髮族</p> <p>1、教師以課本圖例引導兒童發表對於老化的感覺。</p> <p>2、教師提問並引導兒童發表：家中是否有老年人？老年人在外觀和生理上有那些特徵？</p> <p>活動二：閱讀繪本「精彩過一生」</p> <p>1. 教師介紹繪本「精彩過一生」，請兒童仔細聆聽，並注意故事中描述各個成長階段的心理與身體的變化，教師提問：</p> <p>(1)你怎麼知道爺爺奶奶變老了？</p> <p>(2)故事中小時候、長大、年老三個階段，你對哪一個印象最深刻？為什麼？</p> <p>(3)書中爺爺奶奶是以什麼心情面對人生？</p> <p>活動三：換你當祖父母</p> <p>1. 指定學生拿取某樣物品，拉住他的手，讓他的手感受到阻力，讓學生體會老人家拿東西的感覺。</p> <p>2. 學生分享心得。</p> <p>教師歸納：</p> <p>老了的時候，身體機能會越來越不好，我們應該要時時關心。</p> <p>活動四：填寫「觀察祖父母」學習單</p> <p>~第二節課結束~</p> <p><b>【祖父母的精彩人生】</b></p> <p>活動一：閱讀伯公的戲偶</p> <p>1. 一起朗讀國語課本第四課「伯公的戲偶」</p> <p>教師提問：</p> <p>(1)伯公幾歲了？</p> <p>(2)伯公他最喜歡做的事情是什麼？</p> <p>(3)你覺得伯公讓作者佩服的地方是什麼？</p> <p>活動二：閱讀繪本「爺爺一定有辦法」</p> <p>教師提問：</p> | <p>13'</p> <p>20'</p> <p>7'</p> <p>13'</p> <p>20'</p> | <p>學習單</p> <p>國語課本</p> <p>單槍 PPT</p> <p>學習單</p> | <p>實作</p> <p>紙筆</p> <p>口語</p> <p>紙筆</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------|

|  |                                                                                                                                                                           |  |  |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
|  | <p>(1)為什麼約瑟總是會說爺爺一定有辦法？</p> <p>(2)約瑟的媽媽為什麼沒有發現爺爺有能力將廢物利用這件事？</p> <p>(3)最後約瑟在爺爺身上學到什麼？</p> <p>活動三、寫「祖父母好棒」學習單</p> <p>仔細去觀察你的祖父母，看看是否有值得讓你學習之處，記錄下來並分享。</p> <p>~第三節課結束~</p> |  |  |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|



附件四

《觀察祖父母》學習單      三 甲 姓名：\_\_\_\_\_

◎身體老化

※ 小朋友，請你仔細想想祖父母的樣子，寫出他們和我們不同的部分。

皮膚

眼睛

頭髮

手

健康狀況

動作

心情

我想說的話

◎ 身體老化的

※ 小朋友，請你仔細想想祖父母的樣子，寫出他們和我們不同的部分。

|               |                       |
|---------------|-----------------------|
| 皮膚：<br>變黑。    | 眼睛：<br>不好。            |
| 頭髮：<br>變白。    | 手：<br>粗糙。             |
| 健康狀況：<br>常吃藥。 | 動作：<br>變慢。            |
| 心情：<br>很好。    | 我想說的：<br>祝爺爺、奶奶身體好一點。 |

◎ 身體老化的

※ 小朋友，請你仔細想想祖父母的樣子，寫出他們和我們不同的部分。

|               |                      |
|---------------|----------------------|
| 皮膚：<br>皺巴巴。   | 眼睛：<br>看不到。          |
| 頭髮：<br>白白的。   | 手：<br>很粗糙。           |
| 健康狀況：<br>很健康。 | 動作：<br>慢吞吞。          |
| 心情：<br>不開心。   | 我想說的：<br>我很感謝外婆跟我長大。 |

◎ 身體老化的

※ 小朋友，請你仔細想想祖父母的樣子，寫出他們和我們不同的部分。

|                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| 皮膚：<br>變得皺巴巴的。  | 眼睛：<br>看不到。         |
| 頭髮：<br>變白。      | 手：<br>沒力。           |
| 健康狀況：<br>常常去醫院。 | 動作：<br>很慢。          |
| 心情：<br>不願意接受。   | 我想說的：<br>奶奶，祝您天天快樂。 |

◎ 身體老化的

※ 小朋友，請你仔細想想祖父母的樣子，寫出他們和我們不同的部分。

|                  |                      |
|------------------|----------------------|
| 皮膚：<br>很多黑斑。     | 眼睛：<br>大大的。          |
| 頭髮：<br>白黑黑的。     | 手：<br>粗粗的。           |
| 健康狀況：<br>常常忘東忘西。 | 動作：<br>很快。           |
| 心情：<br>普通。       | 我想說的：<br>身體健康，奶奶祝您康。 |

附件五

《祖父母好棒》學習單    三 甲 姓名：\_\_\_\_\_

◎祖父母優點

※ 小朋友，請你仔細想想祖父母值得讓你學習的地方有什麼？

我的祖父母平常喜歡做……

我最佩服他(她)的是……

我最想跟她(他)說的話是……

《祖父父母之好棒》學習單

三 甲 姓 名: 蘇

◎ 祖父父母之優點

※ 小朋友: 請你仔細想想祖父父母值得讓你學習的地方有什麼?

我的祖父父母平常喜歡做.....

看電視

我最佩服他(她)的是.....

她的菜很好吃

我最想跟他(她)說的話是.....

祝你開開心心

《祖父父母之好棒》學習單

三 甲 姓 名: 陳

◎ 祖父父母之優點

※ 小朋友: 請你仔細想想祖父父母值得讓你學習的地方有什麼?

我的祖父父母平常喜歡做.....

家事

我最佩服他(她)的是.....

做家事很厲害

我最想跟他(她)說的話是.....

謝謝您愛護我

《祖父父母之好棒》學習單

三 甲 姓 名: 鄭

◎ 祖父父母之優點

※ 小朋友: 請你仔細想想祖父父母值得讓你學習的地方有什麼?

我的祖父父母平常喜歡做.....

工作、煮菜

我最佩服他(她)的是.....

煮菜、教我台語

我最想跟他(她)說的話是.....

爺爺奶奶謝謝你們

《祖父父母之好棒》學習單

三 甲 姓 名: 戴

◎ 祖父父母之優點

※ 小朋友: 請你仔細想想祖父父母值得讓你學習的地方有什麼?

我的祖父父母平常喜歡做.....

做運動

我最佩服他(她)的是.....

縫衣服

我最想跟他(她)說的話是.....

謝謝爺爺奶奶

教學省思：

綠島大多數的孩子因為父母工作的關係，都需要依賴祖父母的照顧，但是小孩卻不會去思考要去感恩祖父母，包括作者自己的孩子也是祖父母在照顧，當孩子漸漸長大，就會忘記過去跟祖父母相處的時光，透過此活動，從國語課本內容和繪本《先左腳再右腳》，讓孩子回憶過往祖父母照顧自己的經驗，有孩子說最感動的地方是孩子陪爺爺走路的那段故事，也有孩子說最感動的地方是故事的全部，只可惜孩子鮮少討論到自己跟祖父母感動故事，但是也有說出跟祖父母做很多很多事情，例如：一起睡覺、陪他們聊天..等等，也算是有開啟孩子與祖父母的關係連結。

再來討論健康課本內容與繪本《精彩過一生》，讓孩子去觀察自己祖父母身體的變化，最多小孩問我學習單上的問題是健康狀況，原來他們並不知道怎樣去形容祖父母是否健康，解釋完之後，果真有些小孩有注意到祖父母常常去醫院或常常在吃藥，對於祖父母的身體狀況往往只用口述，孩子很難理解，於是設計「換你當祖父母」這活動，讓孩子感受到當祖父母拿東西不方便的感覺，進而知道平常要如何協助他們。

最後討論國語課本和繪本《爺爺一定有辦法》，讓孩子挖掘自己祖父母的超能力，進而學習他們的優點，果真有孩子挖掘了祖父母的能力，例如：教國語、教台語、種的菜很高、縫衣服。

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立大南國小  
林曉慧 老師

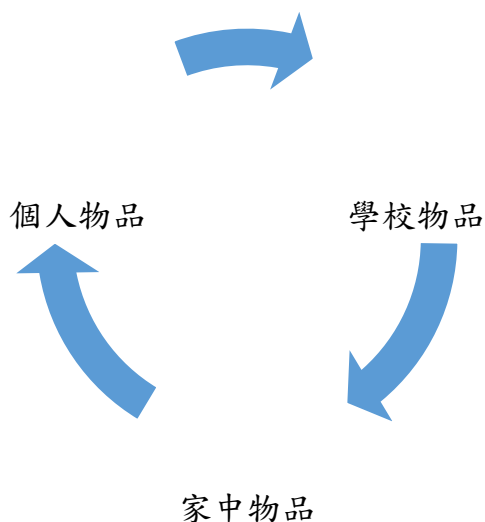


臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |      |        |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|
| 主題名稱     | 我的物品，我整理！                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 學校   | 大南國民小學 |
| 設計者      | 林曉慧                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |        |
| 參考資料     | 1. 南一二上國語第二課—我長大了。<br>2. 康軒二上生活課本第四單元—讓住家環境更美好。<br>3. 10 種「口袋式摺衣法」完整步驟！ 衣物整齊收納不再亂，取自：<br><a href="https://info.babyhome.com.tw/article/17213">https://info.babyhome.com.tw/article/17213</a><br>4. 口袋式摺衣法教學影片，取自：<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=J03hnFoX1Tg">https://www.youtube.com/watch?v=J03hnFoX1Tg</a> | 適用年級 | 低年級    |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 節數   | 2 節    |
| 設計理念     | 班上的學生對於物品的收納和整理有待加強，常常沒有自己隨手把物品歸位，課本、學習單、學用品等，都是用塞的塞進抽屜及個人置物櫃中，造成位置抽屜的凌亂，常常要找一樣東西，要先全部拿出來後又再塞回去，因此希望藉由這個課程期盼讓學生養成習慣，隨時保持個人抽屜的整潔，在使用完物品後將物品歸位，並且期盼學生能將好習慣延伸到家中的個人物品整理，將自己的物品整理好。                                                                                                                                            |      |        |
| 學生先備知能分析 | 1. 知道物品的分類，例如：書本類、文具類、衣物類。<br>2. 對於個人物品有一定的認知。<br>3. 會整理自己的衣物。                                                                                                                                                                                                                                                             |      |        |
| 教學資源     | <a href="https://info.babyhome.com.tw/article/17213">https://info.babyhome.com.tw/article/17213</a><br>10 種「口袋式摺衣法」完整步驟！ 衣物整齊收納不再亂<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=J03hnFoX1Tg">https://www.youtube.com/watch?v=J03hnFoX1Tg</a><br>口袋式摺衣法教學影片                                                                  |      |        |
| 教學方法     | 示範法                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |        |

| 對應家庭教育指標             | 九年一貫／高中能力指標                           |
|----------------------|---------------------------------------|
| II-4-1-3 整理個人的物品與玩具。 | 綜 2-1-1-3 經常保持個人的整潔，並維護班級與學校共同的秩序與整潔。 |

### 教學架構與安排



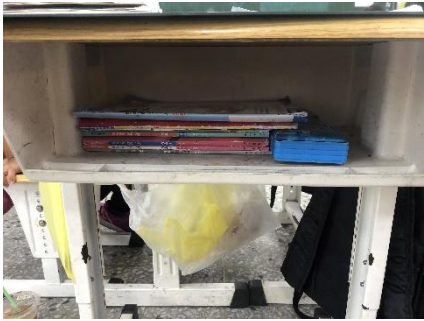
| 指標<br>對應                              | 教 學 活 動                                                                                                                                                                           | 時間 | 教學<br>資源 | 教學<br>評量 |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------|----------|
| 綜 2-1-1-3 經常保持個人的整潔，並維護班級與學校共同的秩序與整潔。 | <p>《第一節課》</p> <p><b>壹、引起動機：</b></p> <p>老師：「我們來檢查抽屜，看看誰的最整齊？」</p> <p>請學生互相觀察自己的抽屜與同學的抽屜。</p> <p><b>貳、主要活動</b></p> <p><b>一、物品的分類</b></p> <p>(一)將所有物品從抽屜及教室中個人置物櫃中全部拿出來，分成書本類及文具</p> | 4  |          | 能保持抽屜整齊  |

|                      |                                                                                                                                                                                        |             |        |                  |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------|------------------|
| II-4-1-3 整理個人的物品與玩具。 | <p>類和學用品類。</p> <p>(二)請學生將書本類分成兩個部分，在教室上課的國語數學課本放抽屜，其餘科任課的書本及字典等放在櫃子裡。</p> <p>(三)文具類的鉛筆、橡皮擦等不用時要用鉛筆盒裝好。</p> <p>(四)學用品類如彩色筆、蠟筆、筆記本一級文化課程用具整理好整齊的放在櫃子裡。</p>                               | 18          | 學用品、課本 | 能正確將個人物品分類       |
| II-4-1-3 整理個人的物品與玩具。 | <p><b>二、將物品歸位</b></p> <p>(一)將所有物品分類好後請學生將物品歸位。</p> <p>(二)融入班級經營中，隨時提醒學生將物品隨手歸位，養成習慣，每天放學後派班上的最後長檢查座位及鐵櫃，並提醒學生將個人物品的整理放妥後再離開。</p> <p>(三)將整理個人物品的習慣延伸至家中的個人物品。</p> <p>(四)檢查抽屜及個人置物櫃。</p> | 18          | 學用品、課本 | 能將個人物品分門別類並正確擺放好 |
| II-4-1-3 整理個人的物品與玩具。 | <p><b>《第二節課》</b></p> <p><b>三、家中個人物品整理-衣物類</b></p> <p>(一)播放口袋式摺衣法教學影片。</p> <p>(二)教學生運用「口袋式」摺衣法讓衣服怎麼都都不會亂。</p> <p>※口袋式摺衣法：在摺衣物的時候，創造出一個袋口，固定衣物不鬆脫的摺法。</p> <p>(三)學生開始動手摺自己帶來的衣服褲子</p>     | 5<br><br>10 | 口袋式摺   |                  |

|                             |                                                                                                                                                                  |                             |                                                 |                                        |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <p>II-4-1-3 整理個人的物品與玩具。</p> | <p>或是外套。</p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、用口袋式摺衣法摺完衣服後，丟丟看自己摺的衣服掉下去後會不會散開。</p> <p>二、檢視自己的抽屜及櫃子是否看起來很整齊，並且回去整理自己的物品或衣物。</p> <p>三、日後於班級經營中隨時提醒學生維持隨時整理好個人物品良好的習慣。</p> | <p>20</p> <p>3</p> <p>2</p> | <p>衣法教學影片</p> <p>10 種「口袋式摺衣法」完整步驟！衣物整齊收納不再亂</p> | <p>能學會用口袋式摺衣法摺衣服</p> <p>能隨時整理好個人物品</p> |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------|

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>教學評估</p> | <p>教學者根據活動設計進行後，從實施對象、過程與教學者根據活動設計進行後，從實施對象、過程與教學，從實施對象、過程與成果等方面進行分析與說明：</p> <p>一、教學實施對象</p> <p>這份教案設計主要以作者所帶的二年級學生為教學對象，因為平日在班級經營當中常常發現學生的抽屜非常凌亂，甚至還有好幾天前的食物及垃圾塞在抽屜中，雖然都有請學生整理，但兩三天後抽屜又亂了，針對這個狀況進行教學，教學生將個人物品正確的分類，並隨時歸位，期盼藉由這個課程養成學生整理物品的好習慣。</p> <p>二、教學過程</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 小朋友都非常樂意將自己的抽屜整理好，只是欠缺方法，所以藉由親自指導孩子，教孩子將個人物品分類好，孩子當天上完課都能隨時將物品歸位。</li> <li>2. 本教案設計之課程活動，切合孩子的生活經驗，尤其是口袋式摺衣法，小朋友知道這個摺衣服的方法之後都迫不及待地趕緊動手嘗試。</li> <li>3. 藉由學校物品的整理帶入家中物品的整理，期盼讓學生從中了解身為班級或家庭一份子應盡之責任，應該隨時將個人物品或班級物品歸位，進而養成整理自己物品的好習慣。</li> </ol> |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | <p>三、教學成果</p> <p>1. 學生從中獲得成長</p> <p>學生在課程完成後明白自己應養成隨時整理自己物品的好習慣，找東西的時候才不會找不到。</p> <p>2. 培養孩子愛物惜物的好習慣</p> <p>利用這個課程活動來讓學生整理自己的物品，可以讓孩子學會自己整理物品，並學會判斷物品的使用情況，珍惜自己的物品。</p> <p>3. 增加親子間的互動</p> <p>透過學習如何整理，將這個習慣帶回家中，不僅能增加親子之間的互動，也能讓親資之間的關係更加緊密。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>省思與建議</p> | <p>一、教學前</p> <p>在教學前平日我就有要求學生要整理抽屜，只是一直沒有好好利用完整的時間教他們如何整理、如何將個人物品分類，所以過沒多久就又会發現學生的抽屜又變亂了。</p> <p>二、教學後</p> <p>這一次透過教案編寫，親自指導學生如何將物品分類、如何正確地擺放，課程結束後學生還是能依照分類將個人物品分類，保持抽屜及個人置物櫃的整潔，目前我仍是每天每節下課提醒學生保持抽屜物品的擺放，之後慢慢減少提醒次數，讓學生養成習慣。</p> <p>摺衣服的部分有學生告訴我她回去有馬上折給家人看，我覺得這樣不僅能促進親子關係，也能建立孩子將自己衣物整理好的習慣。</p> <p>三、建議</p> <p>(一)這份教案其實就是班級經營的一部分，只是我們都沒有好好花時間來教學生如何整理物品、如何分類，除了低年級，或許中高年級的老師也能用來教學生如何整理自己的個人物品。</p> <p>(二)若時間上允許，我認為能將這份教案延伸到家中個人物品的整理，教案中只有教學生如何折衣服，或許能夠實際帶著學生去每個同學家中看看，激發學生的動力，讓學生互相學習，自己整理家中的個人物品，有一個好的動機讓他們繼續維持下去。</p> |

|        |                                                                                     |                                                                                      |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 抽屜前後對照 |    |    |
|        | 學生 A 整理前                                                                            | 整理後                                                                                  |
|        |    |    |
|        | 學生 B 整理前                                                                            | 整理後                                                                                  |
|        |  |  |
|        | 學生 C 整理前                                                                            | 整理後                                                                                  |
|        |  |  |
|        | 學生 D 整理前                                                                            | 整理後                                                                                  |





學生 E 整理前



整理後



學生 F 整理前



整理後



學生 G 整理前



整理後

|      |                                                                                      |                                                                                      |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|      |     |    |
|      | 學生 H 整理前                                                                             | 整理後                                                                                  |
|      |     |    |
|      | 學生 I 整理前                                                                             | 整理後                                                                                  |
|      |   |  |
|      | 學生 J 整理前                                                                             | 整理後                                                                                  |
| 整理過程 |  |                                                                                      |



|                         |                                                                                      |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>個人置物櫃</p> <p>整理後</p> |    |
| <p>介紹</p> <p>口袋式摺衣法</p> |    |
| <p>實際折折看</p>            |   |
| <p>小朋友折</p>             |  |
| <p>成功啦</p>              |  |

臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

國小教師組  
臺東縣立崁頂國小  
李明憲 老師

臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計參考格式

|                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |                                                                        |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------|
| 主題名稱                                                                                                                                                                              | 家                                                                                                                                                                                 | 學校                                                                     | 炭頂國小 |
| 設計者                                                                                                                                                                               | 李明憲                                                                                                                                                                               |                                                                        |      |
| 參考資料                                                                                                                                                                              | 繪本「朱家故事」、「我爸爸」                                                                                                                                                                    | 適用年級                                                                   | 中年級  |
|                                                                                                                                                                                   | <a href="https://moe.familyedu.moe.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=209">https://moe.familyedu.moe.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=209</a>                                             | 節數                                                                     | 3    |
| 設計理念                                                                                                                                                                              | <p>透過朱家故事繪本，引導孩子觀察家中的家務工作大多由家中的哪一位成員負責完成，並思考這樣的分工是否適合？藉由討論家事，幫助學生認識自己與家人在家庭中的角色並參與家庭活動，增加家庭凝聚力。</p> <p>透過我爸爸繪本，讓孩子思考自己與父母的關係，以及自己是否了解自己的父母，並鼓勵使用適當的方式並適時的表達對家人的愛與關懷，擁有一顆感謝的心。</p> |                                                                        |      |
| 學生先備知能分析                                                                                                                                                                          | 學生能觀察家中家務工作分配狀況以及對家中父母的生活及工作有初步的了解。                                                                                                                                               |                                                                        |      |
| 教學資源                                                                                                                                                                              | 單槍、電腦、繪本 PPT、學習單                                                                                                                                                                  |                                                                        |      |
| 教學方法                                                                                                                                                                              | 多媒體教學、全班討論、閱讀教學、學生實作、心得分享                                                                                                                                                         |                                                                        |      |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   | 九年一貫／高中能力指標                                                            |      |
| I-1-2-2 描繪自己的家庭，並從中探討不一樣的家庭型態<br>I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責任<br>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷<br>I-2-2-3 與家人分享生活經驗<br>I-2-2-4 參與家庭活動並分享參與家庭活動經驗<br>II-5-1-2 參與家務工作<br>II-5-2-1 瞭解並實踐家務技巧 |                                                                                                                                                                                   | 了解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。【健體】6-2-2<br>瞭解家庭如何透過分享愛、價值及傳統，來提供情感支持。【健體】6-1-2 |      |
| 教學架構與安排                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                   |                                                                        |      |
| (以架構圖或表格概述整體的教學規劃)                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                   |                                                                        |      |
| <pre> graph TD     A[家] --- B[家事小幫手]     A --- C[我的爸爸]     A --- D[我愛我的家人]           </pre>                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |                                                                        |      |

| 子題名稱   | 節數 | 教 學 重 點                            |
|--------|----|------------------------------------|
| 家事小幫手  | 1  | 1. 繪本「朱家故事」導讀<br>2. 能完成「家事小幫手」學習單  |
| 我的爸爸   | 1  | 1. 繪本「我爸爸」導讀<br>2. 能完成「我的爸爸」學習單    |
| 我愛我的家人 | 1  | 1. 繪本「愛心樹」導讀。<br>2. 能完成「我愛我的家人」學習單 |

| 指標<br>對應                                     | 教 學 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 時間          | 教學<br>資源            | 教學<br>評量                        |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|---------------------------------|
| I-1-2-2 描繪自己的家庭，並從中探討不一樣的<br>家庭型態            | <p style="text-align: center;"><b>第一節</b><br/><b>【家事小幫手】</b></p> <p><b>壹、 準備活動</b><br/>一、播放「愛家舞一舞」歌曲，請同學聆聽音樂中的歌詞，眼耳口手心五到，五種愛的行動，鼓勵同學運用在生活當中。<br/>二、引導學生分享、介紹自己的家人。</p> <p><b>貳、 發展活動</b><br/>一、進行繪本「朱家故事」導讀<br/>1. 從繪本的封面發現了甚麼？<br/>2. 每天早上，爸爸和兩個兒子都做什麼事？<br/>3. 爸爸和兩個兒子出門後，媽媽都做什麼事？<br/>4. 每天傍晚，爸爸和兩個兒子回家後，都做什麼事？<br/>5. 用完晚餐後，媽媽都做什麼事？<br/>6. 用完晚餐後，爸爸和兩個兒子都做什麼事？<br/>7. 有一天傍晚發生了什麼事？如果你是朱家媽媽，要上班還要完成許多家務事，你會有什麼感受？<br/>8. 朱媽媽不見了，爸爸和兩個孩子只好怎麼辦？<br/>9. 朱媽媽還沒回來，朱家變得怎樣？<br/>10. 有一天晚上，家裏沒東西吃了，就在這個時候，朱太太走進門了，父子三人做什麼事？</p> | 5<br><br>20 | CD<br><br>繪本<br>PPT | 學生能聆聽並分享<br><br>學生能專注於繪本導讀及問題探討 |
| I-2-2-4 參與家庭活動並分享參與家庭活動經驗<br>II-5-1-2 參與家務工作 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                     |                                 |



|                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                   |                      |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------|----------------------|
| <p>I-1-2-1 比較家庭成員間的角色、權利及責任</p> | <p>11. 後來發生了什麼改變？<br/>12. 如果你是朱媽媽，你會有甚麼感受呢？</p> <p>二、老師與學生討論家中的家事有哪些？</p> <p>三、這些家事是否需要特定的性別才完成？或是其他性別也可以學習如何完成家務工作？</p> <p>四、從這個故事中學到甚麼？</p>                                                                                   | <p>10</p>          |                   | <p>學生能聆聽並分享</p>      |
| <p>II-5-2-1 瞭解並實踐家務技巧</p>       | <p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、老師發下我是家事小幫手學習單請學生填寫。</p> <p>1. 請觀察在家裡以下的家事主要由誰來完成呢？</p> <p>2. 你覺得這些家是應該由誰負責？為什麼？</p> <p>3. 你認為有哪些家事是自己可以完成的？</p> <p>4. 完成家事工作後，你的感受是甚麼？</p> <p>二、透過我是家事小幫手學習單，讓孩子回家後能體驗家事的辛勞並能分擔家事，讓家人有共多的時間可以相處。</p> | <p>5</p> <p>10</p> | <p>我是家事小幫手學習單</p> | <p>學生能完成家事小幫手學習單</p> |



|                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                       |                                    |                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------|
| <p>瞭解家庭如何透過分享愛、價值及傳統，來提供情感支持。</p> <p>【健體】6-1-2 了解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。【健體】6-2-2</p> <p>I-2-2-2 使用適當的方式表達對家人的愛與關懷</p> | <p style="text-align: center;"><b>第三節</b><br/><b>【我愛我的家人】</b></p> <p><b>壹、準備活動</b></p> <p>一、請同學上台分享我的爸爸學習單。</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p>一、繪本「愛心樹」導讀</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在這個故事中有兩個主角分別是誰？</li> <li>2. 樹為什麼快樂？</li> <li>3. 男孩長大後，樹為什麼孤獨？</li> <li>4. 男孩為什麼不想吃蘋果、盪鞦韆、爬樹、玩耍？</li> <li>5. 男孩需要錢的時候？樹怎麼說？</li> <li>6. 樹很快樂，為什麼？</li> <li>7. 樹很傷心，是為了什麼事？</li> <li>8. 男孩想要一條船做什麼？樹為什麼要幫男孩達成願望？</li> <li>9. 樹最後剩下什麼？樹為什麼要對小男孩說抱歉？</li> <li>10. 樹很快樂，為什麼？</li> </ol> <p>二、假如你是男孩，你會怎麼對待樹？</p> <p>三、生活中，誰像樹一樣對你付出？</p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、老師發下我愛我的家人學習單請學生填寫，共同討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 平常照自己的家人是？</li> <li>2. 家人對你的照顧，讓你印象最深刻的一件事情是？</li> <li>3. 請寫下對家人的感謝</li> </ol> <p>二、請學生上台發表與同學分享自己對家人的感謝。</p> | <p>5</p> <p>15</p> <p>15</p> <p>5</p> | <p>繪本<br/>PPT</p> <p>我愛我的家人學習單</p> | <p>學生能專注於繪本導讀及問題探討</p> <p>學生能完成我的爸爸學習單</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------|

高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱，請搜尋相關網站。



家事小幫手



請學生先觀察朱家故事繪本封面。



進行繪本朱家故事導讀，讓學生了解繪本內容。

家事小幫手



全班一起討論繪本內容，針對老師的提問，學生踴躍回答。



看完繪本，與同學分享自己的想法。

我的爸爸



請學生觀察我爸爸繪本的封面。



進行繪本導讀，讓學生了解繪本內容。



我的爸爸



與學生一同討論繪本內容。



完成我的爸爸學習單。

我愛我的家人



進行繪本愛心樹導讀。



同學仔細聆聽繪本內容。

我愛我的家人



學生進行我愛我的家人填寫--父母照顧自己的過程中，最感動的一件事情



請學生將心中想感謝父母的話寫在學習單中。

# 我是家事小幫手

各位小朋友：

請觀察在家裡以下的家事主要由誰來完成呢？請在空格中打✓吧！

| 項 目  | 完成者 | 備註 |
|------|-----|----|
| 曬衣服  |     |    |
| 打掃廁所 |     |    |
| 洗碗盤  |     |    |
| 拖 地  |     |    |
| 掃 地  |     |    |
| 倒垃圾  |     |    |
| 洗衣服  |     |    |
| 其 他  |     |    |

你覺得家事應該誰來做？為什麼呢？

---

---

※你認為有哪些家事是自己可以完成的？請空格中打個✓，並寫下你做  
完家事後的感想吧！

| 項 目  | 我可以做到 | 完成的情形 |
|------|-------|-------|
| 曬衣服  |       |       |
| 打掃廁所 |       |       |
| 洗碗盤  |       |       |
| 拖 地  |       |       |
| 掃 地  |       |       |
| 倒垃圾  |       |       |
| 洗衣服  |       |       |
| 其 他  |       |       |

做完家事，我的感受是 \_\_\_\_\_



# 我的爸爸

各位小朋友：

在每天的相處當中，你是否了解爸爸呢？請你觀察或是訪問爸爸，並記錄下來

|        |  |
|--------|--|
| 爸爸的姓名  |  |
| 工 作    |  |
| 興 趣    |  |
| 個 性    |  |
| 喜歡的節目  |  |
| 喜歡吃的東西 |  |

※爸爸不用上班時，一天當中做了哪些事情呢？

※爸爸對我的期待是甚麼？我要如何做到？

# 我愛我的家人

各位小朋友：

在我們每天的生活中，受到家人很多照顧，請回答下列問題：

※平常照顧我的家人是：

---

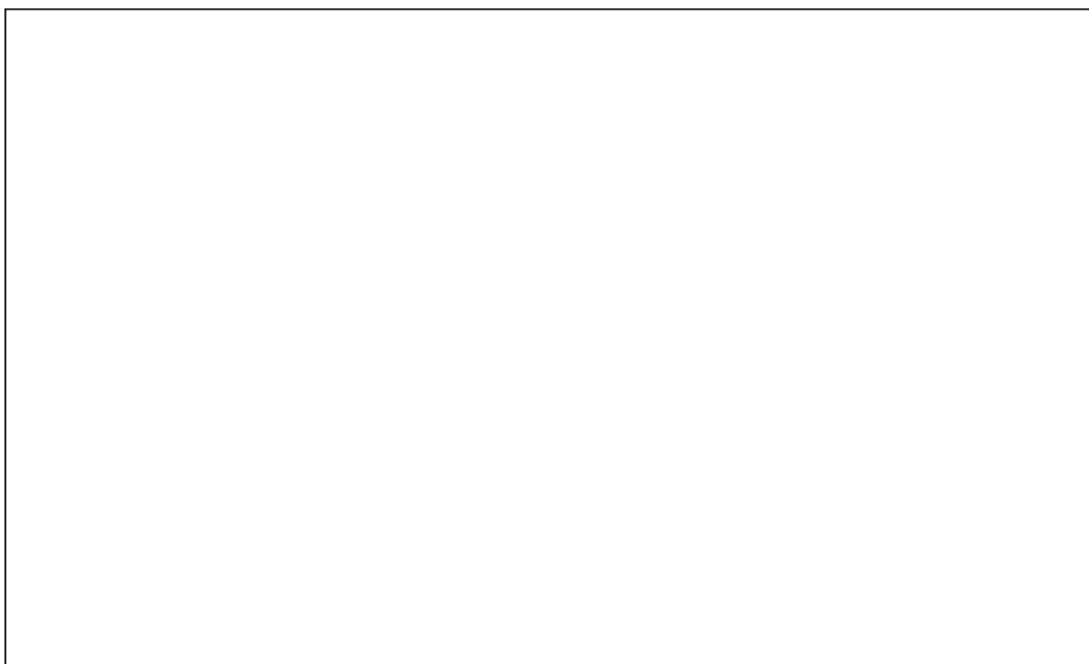
※讓你印象最深刻的一件事情：

---

---

※請寫下對家人的感謝或是以繪畫表達：

---



臺東縣 107 年度  
高級中等以下學校  
家庭教育教學方案徵選  
【優等】

幼兒園教師組  
臺東縣立忠孝國小  
林雅芬 老師

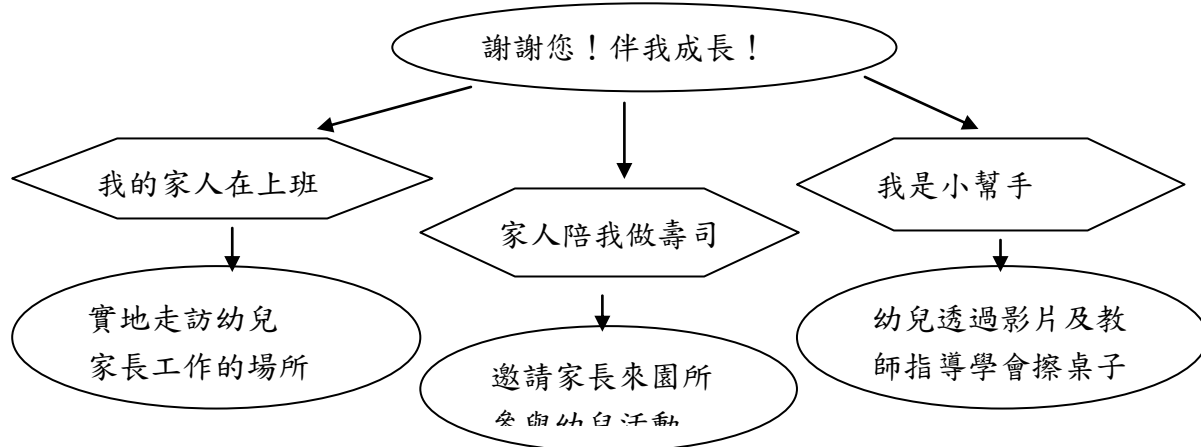
臺東縣 107 年度高級中等以下學校家庭教育教學方案徵選設計

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |      |        |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|
| 主題名稱 | 謝謝您！伴我成長！                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 學    | 台東縣成功鎮 |
| 設計者  | 林雅芬                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 校    | 忠孝國小   |
| 參考資料 | <p>一、書籍及文章</p> <p>1. 學前教保法令選輯 教育部編印 中華民國 102 年 2 月</p> <p>2. 幼兒園課程與教學設計 蔡瑾靜五南出版社</p> <p>3. 媽媽變魔術 作者：童嘉 出版社：天下雜誌</p> <p>4. 親子天下雜誌</p> <p>5. 幼兒園教保活動課程大綱 分區輔導及推廣小組主編</p> <p>6. 繪本「我的朋友」作者：五味太郎 出版社：上誼</p> <p>二、網路資源</p> <p>1. <a href="https://www.youtube.com/results?search_query=%E5%B7%A7%E8%99%8E%E6%93%A6%E6%A1%8C%E5%AD%90(巧虎擦桌子)">https://www.youtube.com/results?search_query=%E5%B7%A7%E8%99%8E%E6%93%A6%E6%A1%8C%E5%AD%90(巧虎擦桌子)</a></p> <p>2. 文化部 兒童文化館</p> <p><a href="http://children.moc.gov.tw/garden/detail.php?id=201305A01">http://children.moc.gov.tw/garden/detail.php?id=201305A01</a>(上網日期:2018 年 11 月 05 日)</p> <p>3. 孩子有樣學樣，做個好樣的大人（中文字幕）</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Hk186f04x2U">https://www.youtube.com/watch?v=Hk186f04x2U</a></p> <p>(上網日期:2018 年 11 月 08 日)</p> | 適用年級 | 幼兒園    |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 節數   | 五節課    |
| 設計理念 | <p>幼兒園為了培養及增進幼兒閱讀能力，每周一到五會重覆和孩子讀一本書，當老師和孩子在讀「我的朋友」這本書時，師生一起討論「我跟我的朋友（ ）做（ ）」，很多孩子分享的是他們除了好朋友外，最喜歡的還是和家人一起做任何事，畢竟，在幼兒的世界裡，和家人在一起是一件最幸福的事，而且，現今社會資訊發達，家長也會不定時傳一些親子活動的照片和老師分享，所以，師生討論的結果，我們的課程從「我的朋友」再接「我的家人」繼續</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |      |        |

|                                                                                                                                                                                          | 進行孩子和家人的親密互動。                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>學生先備知能分析</b>                                                                                                                                                                          | 1. 幼兒能夠以口語及繪畫表達出個人意見。<br>2. 幼兒可以參與團討並能聆聽及發表想法。                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>教學資源</b>                                                                                                                                                                              | 一、教師：課程所需的所有的資源、學習單的設計及家長通知單<br>二、學生：彩色筆及一顆愉悅學習的心。<br>三、器材：電腦、單槍、網路設備、喇叭 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>教學方法</b>                                                                                                                                                                              | 繪本引導教學法、討論教學法、資訊融入教學法、實作教學法、發表教學法                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 對應家庭教育指標                                                                                                                                                                                 |                                                                          | 九年一貫／高中能力指標                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 一、了解家庭<br>I-1-1-1 認識家庭成員的姓名、生日、關係及適當稱呼（家政 4-1-1）<br>I-1-1-2 描述家庭對個人的意義與功能<br>二、關懷家人<br>I-2-1-1 關懷父母及家人多元的角色和責任（社會 5-1-4）<br>I-2-1-2 主動和家人分享生活點滴（綜合 1-1-1）<br>I-2-1-3 關心和愛護家庭成員（健體 6-1-2） |                                                                          | *國語文領域<br>2-1-1-2 喜歡聆聽別人發表。<br>2-1-1-3 能養成仔細聆聽的習慣。<br>3-1-1-5 能用完整的語句回答問題。<br>*健康與體育學習領域<br>1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。<br>6-1-2 學習如何與家人和睦相處。<br>*社會學習領域<br>5-1-4 瞭解自己在群體中可以同時扮演多種角色。<br>*家政教育<br>4-1-1 認識家庭的組成分子與稱謂。<br>*綜合活動學習領域<br>1-1-1-1 探索並分享對自己的感受。<br>1-1-1-2 探索並分享與自己相關人士的感受。<br>1-1-1-3 探索並分享與自己相關事物的感 |

受。

### 教學架構與安排



| 指標對應              | 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 時間   | 教學資源             | 教學評量             |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------|------------------|
| 2-1-1-2 喜歡聆聽別人發表。 | <p>第一、二節 我的家人在上班</p> <p>壹、準備活動</p> <p>(一)教學準備</p> <p>1. 電腦、單槍、網路設備</p> <p>2. 活動前先徵求家長同意，允取師生到家長工作地點拜訪。</p> <p>(二)引起動機：假日生活分享(師生對話)</p> <p>老師：星期日，<u>秉憲</u>的媽媽傳 LINE 給老師，分享<u>秉憲</u>放假陪媽媽上班，當媽媽的小幫手。</p> <p>芷瑄：老師，我也有去媽媽的早餐店</p> <p>小語：放假日，爸爸媽媽休假，我們出去玩。</p> <p>嘉宥：我媽媽也有上班，我們可以去看我媽媽上班。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>(一)團體討論與發表：</p> <p>1. 一連串的股份後，<u>嘉宥</u>想邀請大家去媽媽上</p> | 5 分鐘 | 影片<br>電腦<br>單槍設備 | 能以清晰的口語表達想法並參與分享 |



|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                         |                                                      |                              |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------|
| <p>1-1-1-2 探索並分享與自己相關人士的感受。</p> | <p>班的地方。</p> <p>2. 幼兒們也想出去散步，所以，徵求家長同意後，我們決定吃完點心出去走走，並拜訪家長工作的場所。</p> <p>(二)實地拜訪</p> <p>1. 芷瑄媽媽的早餐店</p> <p>2. 小語媽媽的餐廳－田媽媽餐廳</p> <p>3. 嘉宥媽媽－成功鎮農會</p> <p>參、綜合活動</p> <p>(一)分享：</p>                                                                                                                                                                                                             | <p>60分鐘</p>             |                                                      | <p>能合宜使用禮貌用語</p> <p>實地參訪</p> |
| <p>3-1-1-5 能用完整的語句回答問題。</p>     | <p>1. 幼兒分享今日參觀家人工作的情形</p> <p>2. 幼兒關心家人的工作並謝謝家人辛苦工作。</p> <p>3. 鼓勵幼兒回家後，與家人分享學校生活點滴</p> <p>(二)學習單：我和我的家人( )在( )做( )</p> <p>(三)幼兒回家邀請家長來園所和孩子一起參與課程～壽司料理</p> <p>第三、四節 家人陪我做壽司</p> <p>壹、準備活動</p> <p>(一)教學準備</p> <p>1. 家長和幼兒一組，全班分成兩大組(兩桌)</p> <p>2. 教師和點心阿姨準備和介紹食材</p> <p>3. 食材：海苔片、白米飯、小黃瓜、蛋絲、紅蘿蔔</p> <p>4. 工具：竹簾、保鮮膜、碗、盤子、湯匙</p> <p>5. 電腦、單槍、網路設備</p> <p>(二) 家長與老師一起分配食材和工具</p> <p>貳、發展活動</p> | <p>15分鐘</p> <p>10分鐘</p> | <p>學習單</p> <p>電腦、單槍、網路設備</p> <p>海苔片、白米飯、小黃瓜、蛋絲、紅</p> | <p>能針對談話內容表達想法</p>           |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |    |            |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----|------------|
| 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。        | (一)引起動機：教師介紹壽司的做法                                                                                                                                                                                                                                               | 5 分鐘  | 蘿蔔 |            |
|                           | 1. 壽司竹簾上鋪好海苔片，再鋪米飯，上方邊緣處留出 1 釐米的空白，米飯黏手時可以先手上沾點水再按壓。                                                                                                                                                                                                            |       |    |            |
|                           | 2. 將小黃瓜、紅蘿蔔、蛋絲、苡松放在海苔中間位置，向測前捲起即可。                                                                                                                                                                                                                              |       |    |            |
|                           | 3. 捲的時候一定要壓緊，捲到頭以後，固定一下再撤竹簾。                                                                                                                                                                                                                                    |       |    |            |
| 5-1-4 瞭解自己在群體中可以同時扮演多種角色。 | 4. 完成之後即可手用好吃的壽司了。                                                                                                                                                                                                                                              | 35 分鐘 |    | 能選擇均衡營養的飲食 |
|                           | (二)家長與幼兒一起按教師說明的步驟做壽司。                                                                                                                                                                                                                                          | 20 分鐘 |    |            |
|                           | 參、綜合活動                                                                                                                                                                                                                                                          | 10 分鐘 |    |            |
|                           | (一) 大家一起享受美味壽司。                                                                                                                                                                                                                                                 | 10 分鐘 |    | 能樂於參與各種活動  |
|                           | (二) 親子律動                                                                                                                                                                                                                                                        |       |    |            |
|                           | (三)謝謝家人來學校陪我一起上課                                                                                                                                                                                                                                                |       |    |            |
|                           | <p style="text-align: center;">第五節 我是小幫手</p> <p>一、準備活動：</p> <p>(一)教學準備</p> <p>1. 「我會擦桌子」動畫影片</p> <p>2. 電腦、單槍、網路設備、小毛巾、水桶、夾子、吊衣架</p> <p>3. 學習單</p> <p>(二)引起動機：說演故事—「咪咪會做家事」</p> <p><b>灰灰</b>：咪咪，快點，快點，好多小朋友要去騎腳踏車，我們趕快一起去。</p> <p><b>咪咪</b>：灰灰我現在忙著在做家事！你不要吵</p> |       |    |            |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                 | 5 分鐘  | 影片 |            |

|                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |                                                                                               |                                                        |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|                                                             | <p>我！</p> <p><b>灰灰</b>：你到底在做什麼家事？</p> <p><b>咪咪</b>：我要幫我媽媽擦桌子、掃地啊；晾衣服還要去菜園拔菜啊……</p> <p><b>灰灰</b>：好！好！你不要再說了？我看我也要回家幫我媽咪做家事。</p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一)團體討論與發表：</p> <p>1. 灰灰要找咪咪去騎腳踏車，咪咪為什麼不想去呢？</p>                                                                                   | 5 分鐘  | 自編故事                                                                                          |                                                        |
| <p>3-1-1-5 能用完整的語句回答問題。</p>                                 | <p>2. 咪咪在家會幫忙做那些家事？</p> <p>2. 你們會幫忙做什麼家事？</p> <p>3. 如果在學校裡，你們會幫忙做什麼事呢？</p> <p>4. 我們在學校吃完點心和午餐要擦桌子，可是，很多人小毛巾都擰不乾、桌子擦不乾淨，怎麼辦呢？</p> <p>(二)生活自理～「我會擦桌子」</p> <p>1. 播放「我會擦桌子」影片。</p> <p>2. 老師示範如何摺毛巾。</p> <p>3. 老師示範如何擦桌子。</p> <p>4. 分組練習：將幼兒分成3組，每組練習如何摺毛巾 → 擰乾毛巾 → 擦桌子 → 洗毛巾 → 夾毛巾。</p> | 25 分鐘 | 紙偶                                                                                            |                                                        |
| <p>1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。</p> <p>1-1-1-3 探索並分享與自己</p> | <p>三、綜合活動：</p> <p>(一)幼兒發表學會擰毛巾及會擦桌子的心得</p> <p>(二)我會幫忙教室大掃除</p> <p>(三)學習單：我會擦桌子</p>                                                                                                                                                                                                  | 5 分鐘  | <p>影片</p> <p>電腦</p> <p>單槍設備</p> <p>毛巾</p> <p>桌子</p> <p>水桶</p> <p>夾子</p> <p>吊衣架</p> <p>學習單</p> | <p>能認真觀看</p> <p>能使用清潔工具清理環境</p> <p>能熟悉各種用具的操作動作，建立</p> |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |                |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------|
| <p>相關事物的感受。</p> | <p>(四)放假在家，我會主動幫家人做家事。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  | <p>生活自理技能。</p> |
| <p>教學省思</p>     | <p>幼兒階段的孩子是心智發育初期，父母是他們學習表達與溝通能力最主要的對象。親子相處的方式，會深刻影響到他們日後的生活態度與人格特質。所以爸媽不僅是孩子的導師，更是他們第一個生活夥伴。對孩子來說，父母是他們最重要的情感依靠，但這樣的情感並不是與生俱來，而是需要不斷經營、才會產生更緊密的關係，所以，幼兒園希望學校的課程可以在家長這個部分設計更多的元素，讓家長參與，讓幼兒跟家長的情感更緊密、家長更是幼兒成長過程中最好的夥伴。</p> <p>由於目前的少子化，加上父母親忙於工作之故，因此，許多家長對子女的教育多數採放任或是溺愛，凡事幫孩子都做好好的，讓孩子視家長的付出為理所當然，孩子認為「我要什麼」，父母親都要竭盡所能的提供，導致孩子不但對自己所擁有的不滿足，更是不懂得幫忙家裡分擔家事。父母的寵愛也養成孩子只有看見「自己的需求」，完全沒有想到自己在家庭中是否也有需要擔負的責任，教養了只懂得茶來伸手、飯來張口的「慣小孩」，不但生活自理能力差，在做事能力或是人際關係上也連帶受到影響。有鑑於此，幼兒園希冀透過課程規劃，讓孩子看到父母需辛苦的工作，回到家也需照顧家人，而我們實地走訪父母工作的場所，幼兒更加可以體會家長的辛苦。</p> <p>除了家庭，幼兒園更是孩子啟蒙智慧、養成教育的第一階段，透過課程、透過實作，我們希望孩子的基本生活及自我照顧能力可以養成，更隨著年齡的漸增，孩子不但可以照顧自己，更可以幫家人分憂解勞、分擔部分家事，我們也很高興，幼兒就是如此的天真、如此可愛、貼心，他們從不吝嗇對家人或照顧者說聲「謝謝」或「我愛你」，他們也很喜歡當個小幫手，幫家人做一些簡單的家事，所以，身為幼教老師，深深覺得用愛心去灌溉這群小幼苗是件幸福的事。</p> |  |  |                |