

南投縣中原國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	安心未來/災害應變，我可以！		年級/班級	一年級/甲乙班
彈性學習課程類別	☒ 統整性(☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	4 節(3-6 週，每週 1 節)
			設計教師	林昀靚
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☒ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☒ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	實踐	與學校願景呼應之說明	運用多元教學策略及活動，學習防災避難知識及技巧，並實踐於日常生活中。	
設計理念	本課程以認識災害、學習保護自己為主軸，透過圖文或影片說明(災前的預防、災害的應變保護)、角色扮演與實際演練，讓孩子了解常見災害(如火災與地震)，並學會基本的避難動作與防災準備，以校園或教室為例，進行逃生路線的練習。課程注重「做中學」，藉由多元活動強化學習動機，培養學童自我保護意識與行動能力。			
總綱核心素養具體內涵	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。	領綱核心素養具體內涵	國-E-A1 認識國語文的重要性，培養國語文的興趣，能運用國語文認識自我、表現自我，奠定終身學習的基礎。 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

課程目標	1.培養學生具備災害的警覺意識。 2.了解基本避難技巧，懂得如何應對災害的發生，正確的逃生，保護自己。 3.完成家庭防災卡。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
三	防災初體驗- 認識避難技巧 /1 節	【健體】 1a-I-1 認識基本的健康常識 3c-I-2 表現安全的生活活動行為。 【國語文】 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。	【健體】 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 【國語】 Cb-I-1 各類文本中的親屬關係、道德倫理、儀式風俗等文化內涵。	1. 了解什麼是避難技巧 2. 了解避難技巧的重要性 3. 了解如何建立避難技巧 4. 了解家庭防災卡的運用	1. 透過影片及教師引導，學生了解什麼是避難技巧。 2. 透過影片及教師引導，學生了解面對不同災害，有不同的避難技巧，並理解學會避難技巧的重要性，可以保命。 3. 指導學生完成防災卡	口頭評量 說出日常生活中常見的災害 說出面對災害發生時的正確態度及避難保命的重要性 實作評量 完成防災卡	自編 1. https://www.youtube.com/watch?v=oufPnV0mKLk 畫面曝光！小朋友發現火災急叩 119 驚嚇中求救 TVBS 新聞 2. https://www.youtube.com/watch?v=EhQ9Surcdtm 日本 311 強震 14 年 難忘海嘯、核災 【民生八方事】 2025031005 3. https://www.youtube.com/watch?v=EhQ9Surcdtm

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
		1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 防E5不同災害發生時的適當避難行為。 環E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。					.com/watch?v=8eIR8raY6Fs 台灣中南部連日暴雨成災，多個鄉鎮淹水山壁塌方－BBC News 中文 4. https://www.youtube.com/watch?v=v1GNAcgRgIU #地震 #颱風 #火災 #水災好可怕？ 四招教你安全應對！ 賑災基金會 X 臺灣吧 5. https://www.youtube.com/watch?v=c1E9j_Xdnso 火災避難逃生要領 微學習影片 6. https://www.youtube.com/watch?v=gWsSAfe52EM 地震來時我不怕－防震知識一把抓

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
							7. https://www.youtube.com/watch?v=kVAdBSj120m 【樂樂帶你探險去】台灣常見的災害有哪些？要怎麼預防火災、溺水？火災發生時該怎麼辦？跟著樂樂一起到 #滬尾防災宣導主題館認識防災知識囉～ 小行星樂樂 TV 8. https://www.nfa.gov.tw/kid/index.php?code=list&ids=658 家庭防災卡 (消防署兒童網)
四	防災初體驗- 火災發生時， 如何避難！/1 節	【健體】 3c-I-2 表現 安全的生活 活動行為。	【健體】 Ba-I-1 遊戲場 所與上下學情境 的安全須知。	1. 了解火災發生的嚴重性。 2. 了解預防火災的方法。	1. 透過影片或圖片引導 學生知道火災發生的嚴重性。	口頭評量 能說出基本火場 逃生原則	自編 1. https://www.fire.taichung.gov.tw/video/index1.asp?Parser=17,6,211,,,12,,,2

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
		3b-I-3 能與生活中嘗試運用生活技能。 【國語文】 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 防E5不同災害發生時的適當避難行為。 環E12養成對災害的警覺心及敏感	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 【國語】 Cb-I-1 各類文本中的親屬關係、道德倫理、儀式風俗等文化內涵。	3. 了解並演練火災發生時的求救方法。 4. 了解校園火災發生時的疏散逃生路徑。	2. 引導學生討論預防火災的方法。 3. 模擬火災發生時情境，並指導學生演練逃生求救的方法。 4. 引導學生演練校園火災發生時的疏散逃生路徑。	操作演示 能正確完成火災時逃生路徑演練	消防宣導短片(春節篇)- 台中市政府消防局 2. 火災避難逃生要領影片(內政部消防署)。 https://www.youtube.com/watch?v=cIE9j_XDnso

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
		度，對災害 有基本的了 解，並能避 免災害的發 生。					
五	防災初體驗- 地震發生時， 如何避難!/1 節	【健體】 3c-I-2 表 現 安全的生活 活動行為。 3b-I-3 能 與 生活中嘗試 運用生活技 能。 【國語文】 1-I-1 養成 專心聆聽的 習慣，尊重 對方的發 言。 1-I-2 能學 習聆聽不同 的媒材，說	【健體】 Ba-I-1 遊戲場 所與上下學情境 的安全須知。 Ca-I-1 生活中 與健康相關的環 境。 【國語】 Cb-I-1 各類文 本中的親屬關 係、道德倫理、 儀式風俗等文化 內涵。	1. 了解地震發生的嚴重 性。 2. 了解並練習地震發生 時的自救方法。 3. 了解校園地震發生時 的疏散逃生路徑。 4. 了解全民防災 e 點通 網站內容	1. 透過繪本、影片或圖 片引導學生了解地震發生 的嚴重性。 2. 模擬地震發生時情境， 並指導學生演練逃生求救 的方法。 3. 引導學生演練校園地 震發生時的疏散逃生路 徑。 4. 導覽全民防災 e 點通網 站內容	口頭評量 說出地震避難口 訣及原則 操作演示 能正確完成地震 時逃生路徑演練	自編 1. 【地科小知識】東西 跟地板怎麼搖來搖去 的？為什麼會發生地震 呢？ 小行星樂樂 TV https://www.youtube.com/watch?v=nQZzx12GUag 2. 【中央氣象署數 位科普網】 https://edu.cwa.gov.tw/PopularScience/index.php/kids/earthquake/ 3. 地震時的應變 微學習 影片(內政部消防署) https://www.youtube.com/watch?v=AVE2VocMFNg 4. 地震來時我不怕

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
		出聆聽的內容。 防E5不同災害發生時的適當避難行為。 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。					一 防震知識一把抓： 抗震保命 3 步驟篇 https://www.youtube.com/watch?v=dKnIvqH_FME 5. 全民防災 e 點通 https://bear.emic.gov.tw/MY2/ 6. 希望的翅膀繪本
六	防災初體驗- 校園安全我最行 /1 節	【健體】 3c-I-2 表現安全的生活活動行為。 3b-I-3 能與生活中嘗試運用生活技能。	【健體】 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 【國語】	1. 學生熟練在不同情境中火災發生時的求生技巧與疏散路線。 2. 學生熟練在不同環境中地震發生時的避難技巧與疏散路線。	1. 透過實際演練操作，引導學生熟練在不同情境中火災發生時的求生技巧與疏散路線。 2. 透過實際演練操作，引導學生熟練在不同環境中地震發生時的避難技巧與疏散路線。	口頭評量 分享逃生演練心得與省思	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
		【國語文】 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 防E5不同災害發生時的適當避難行為。 環E12養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發	Cb-I-1各類文本中的親屬關係、道德倫理、儀式風俗等文化內涵。		3. 針對火災及地震的演練過程，分享心得及反思。		

附件 3-3（國中小各年級適用）

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確 學習階段之 2 以上領域， 請完整寫出 「領域名稱+ 數字編碼+內 容」	可由學校自訂 若參考領綱，至 少包含 2 領域以 上				自選/編教材須經課發 會審查通過
		生。					

【第二學期】

課程名稱	安心未來/災害應變，我可以！		年級/班級	一年級/甲乙班
彈性學習課程類別	☒ 統整性(☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	4 節(3-6 週，每週 1 節)
			設計教師	林昀靚
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☒ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☒ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	實踐	與學校願景呼應之說明	運用多元教學策略及活動，學習防災避難知識及技巧，並實踐於日常生活中。	
設計理念	本課程以認識災害、學習保護自己為主軸，透過圖文或影片說明(災害的應變保護)、角色扮演與實際演練，讓孩子了解常見災害(如火災與地震)，並學會基本的避難動作與防災準備，其中防災背包是緊急應變災害的隨身用品，面臨災害時，防災背包可保護我們的生命安全，協助我們即時遠離災害。課程注重「做中學」，藉由多元活動強化學習動機，培養學童自我保護意識與行動能力。			
總綱核心素養具體內涵	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。	領綱核心素養具體內涵	國-E-A1認識國語文的重要性，培養國語文的興趣，能運用國語文認識自我、表現自我，奠定終身學習的基礎。 健體-E-A1具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

課程目標	1. 認識防災背包的重要性。 2. 了解防災背包的內容物。 3. 了解防災背包內容物的使用方式。 4. 了解防災背包定期檢查更新的重要性。
------	--

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
三	防災包運用-認識防災背包/1 節	【健體】 3b-I-3 能與生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-2 表現安全的生活活動行為。 【國語文】 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 防E5不同災害	【健體】 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 【國語】 Cb-I-1 各類文本中的親屬關係、道德倫理、儀式風俗等文化內涵。	1. 了解防災背包的重要性。 2. 了解各種災害的避難需求。	1. 教師透過影片，引導學生思考防災背包的重要性。 2. 教師引導學生討論各種災害的避難需求。小組討論思考防災背包內容可能有哪些。	口頭評量 說出防災背包的重要性 實作評量 小組討論記錄 防災背包內容	自編 1. https://www.youtube.com/watch?v=-xd0mEncOro 緊急避難包準備(教育部防災教育資訊網) 2. https://www.youtube.com/watch?v=iR7Ayi7006w 3 天內恐有規模 5 餘震？防災包銷售激增 3 成

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		發生時的適當避難行為。 防 E9 協助家人定期檢查急救包及防災器材的期限。 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。					
四	防災包運用-我會準備防災背包/1 節	【健體】 3b-I-3 能與生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-2 表現安全的生活活動行為。 【國語文】 1-I-1 養成專心聆聽的習	【健體】 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 【國語】 Cb-I-1 各類文本中的親屬關係、道德倫理、儀式風俗等文化內涵。	1. 提出防災背包設計重點。 2. 提出防災背包的內容物。	1. 學生能提出上一節課小組的防災背包設計重點。 2. 透過內政部消防署消防防災館網站，師生討論防災背包的內容物。思考小組討論的防災背包物品用途及必要性，透過種類檢核，確認是否確實將防災背包準備妥當。	口頭評量 能說出防災背包的內容物	自編 內政部消防署消防防災館 https://www.tfdp.com.tw/cht/index.php?code=list&flag=detail&ids=51&article_id=106

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經 課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				
		慣，尊重對方的發言。 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 防E5不同災害發生時的適當避難行為。 防 E9 協助家人定期檢查急救包及防災器材的期限。 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。					

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
五	防災包運用-我的防災背包 /1 節	【健體】 3b-I-3 能與生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-2 表現安全的生活活動行為。 【國語文】 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 防E5不同災害發生時的適當避難行為。 防 E9 協助家人定期檢查急救包及防災器材的期限。 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的	【健體】 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 【國語】 Cb-I-1 各類文本中的親屬關係、道德倫理、儀式風俗等文化內涵。	1. 能分辨防災背包中各物資的必須性。 2. 完成防災背包學習單。	1. 複習防災背包的概念，各物資的必須性。補充：因應個別需求防災背包也會有些微差別，且須定期更新防災背包內容，並放入先前寫過的防災卡。 2. 指導學生完成防災背包學習單。	紙筆評量 完成防災背包學習單	自編 防災背包學習單 全民防災 e 點通網站 (緊急避難包) https://bear.emic.gov.tw/MY2/account/emergencyKit

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		了解，並能避免災害的發生。					
六	防災包運用-防災背包面面觀 /1 節	【健體】 3b-I-3 能與生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-2 表現安全的生活活動行為。 【國語文】 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 防E5不同災害發生時的適當避難行為。 防 E9 協助家人定期檢查急救包及防災器材的期限。	【健體】 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 【國語】 Cb-I-1 各類文本中的親屬關係、道德倫理、儀式風俗等文化內涵。	1. 發表著色圖與防災背包學習單內容。 2. 了解防災背包的重要性，並能落實檢視。	1. 指導學生發表自己的著色圖與防災背包學習單內容。 2. 透過防災背包學習單內容，總結防災背包的重要性，並能落實檢視。 3. 地震防災教育小測驗搶答	口頭評量 能分享學習單內容 口頭評量 回答地震防災教育問題	自編 防災背包學習單 地震防災教育小測驗搶答

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。					

註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。