

屏東縣新庄國小 103 學年度第一學期法定課程活動計畫

屏東縣 新庄 國小 103 學年度 第 一 學期 一~六 年級 活動課程計畫

一、活動配合課程範疇：節能減碳

二、活動課程計畫內涵：

- 1.隨手關電-養成隨手關電的好習慣，長時間不用的電器設備時亦要拔掉插頭，以減少待機時間所耗得能源。
- 2.環保杯筷多攜帶-出門在外要謹記攜帶，健康環保都具備。
- 3.資源回收好處多多-不要的東西要分類；回收資源，減少浪費。
- 4.二手傳承-舊書傳承給學弟妹，舊衣傳承給弟妹。
- 5.雙面影印+e-mail -作業、報告要印出來時皆使用雙面，減少紙張使用、多善用 e-mail。
- 6.多走路少騎/開私人汽、機車-短程距離多走路或騎腳踏車，長程距離多搭公眾運輸工具。
- 7.自備購物袋，減少使用塑膠袋-買一個購物袋，可以使用久久；使用塑膠袋，容易使用一次即丟，且容易排放出二氧化碳以及甲烷。
- 8.選購再生紙-可以減少砍伐樹林，且可以保護森林；除了保護森林以外，每顆樹每年還可以吸收掉 12 公斤的二氧化碳。
- 9.淋浴代替泡澡-泡一次澡所消耗的能源相當於沐浴的 4 倍，沐浴時間亦不要太長，可以減省很多的能源。

- 10.多買生鮮食品，少用冷凍食品-冷凍食品在生產過程中所消耗的能源較生鮮食品還要多上 10 倍。
- 11.若要開/騎私人用車，多跟同事朋友共乘-一星期只要有 2-3 天與同事共乘一輛車，就能減少約 1590 磅的二氧化碳。
- 12.少搭飛機-每搭一次會排放大量的二氧化碳，所以盡量減少搭乘飛機，可以將省下的機票錢去投資再生能源計畫。
- 13.吃多少，煮多少-盡量餐餐吃完，不保存不丟棄，既惜物又衛生。
- 14.想看書時，多上圖書館-減少機器的使用以及減少砍伐樹林。
- 15.多種樹-增加樹木來吸收二氧化碳。
- 16.商店購物拒絕不必要的塑膠袋，若真的無法避免，將塑膠袋多次使用。
- 17.多使用綠色商店的綠色商品。
- 18.充電完畢，立即拔掉插頭以減少消耗電力的時間，例:手機電池、刮鬍刀等電器用品。
- 19.盡可能用當地食材或季節性食品，以減少運輸時間和二氧化碳的排放。
- 20.以省電燈泡代替白熾燈泡，以節約能源。
- 21.汽車要定期保養可以幫助減少廢氣排放。
- 22.盡量洗完衣服後在戶外晾乾衣服，以減少使用脫水機、烘乾機的次數。
- 23.非必要時，多走樓梯，少搭乘電梯，以減少使用能源。
- 24.外出旅行時，多自備牙刷、牙膏、拖鞋、毛巾等個人用品，以減少一次性即丟的物品。

25.若需要開冷氣，溫度盡量調在 26~28°C，並搭配電風扇的使用，以減少電源浪費。

26.照明需求低的走廊、房間等，設定隔盞開燈。

27.避免過度消費，以減少垃圾量。

28.買二手家具、書，減少砍樹用量。

活動期程	活動名稱	活動目標	活動內容	參加對象	節數	備註
103. 10. 22 (三)	節能減碳宣導(環 境)	重視環境及地球生態，保護地球	以宣導方式實施	全校師生	1	

一、活動配合課程範疇：性侵害防治宣導

二、活動課程計畫內涵：免於性侵害－預防方法

- 1.你的身體是屬與你的，任何人親近你（包括親人）若為你帶來不舒服的感覺，或你覺得不喜歡，你有權利拒絕，並說“不”。
- 2.若有人碰觸\撫摸你，事後卻要你保密，你不要照做，一定要說出來，因為：
 - a.擁抱，親吻是很好的，但從來不會是個密祕。
 - b.若你感到不安全·不舒服，你就不須聽從對方（大人·小孩·朋友）的話來保密。
- 3.每個人都有自己的親密界限，你可以建立屬於自己的，並有信心的讓別人知道。
- 4.若有人問路或請你幫忙，請他找大人並立即走開（若他真的需要協助，會找力較好的大人，而非小孩）。
- 5.不要走近坐汽車內的陌生人：陌生人邀請你不管坐車走路·均需拒絕。
- 6.身上隨時備有零錢，可以打電話。
- 7.出入偏僻場所要結伴而行（暗處·公廁....）。
- 8.男\女生都可能受到性侵犯。
- 9.陌生人\熟人都可能是侵犯者，不是只有外表看起來像壞人才會傷害人（壞人字不會寫在臉上）。
- 10.外出要告訴父母\親人，你的去處\和誰同去，並留下清楚的聯絡方式（如：電話\住址）。
- 11.記住在緊急狀況可以協助你的人之電話號碼。
- 12.遇暴露性器官變態者：（社會秩序維護法：於公共場合或公眾得出入之場所，任意裸體或行為放蕩之姿勢者，而有妨害善良風俗，不聽勸阻者。處新台幣6,000元以下罰鍰）
 - a.首要，不表現出害怕狀態（理直氣壯不用怕），最好的應對方式就是不予理會（暴露狂在醫學上被視為心理層面有病的人，這樣的人喜歡透過別人的驚嚇與尖叫聲來達到自我的生理亢奮）。
 - b.鎮靜走到人多之處。
 - c.進入就近的商店告訴大人向其求助，並打電話報警。

d.就近告訴老師・警察。

13.在建築物內或偏僻場所遇狀況：

a.鎮定.假裝向某方向喊某人之名或吹哨子（隨時就帶在身上），然後加速離開。

b.用各種藉口拖延（如：場地不合適.身體不適.拉肚子...）再伺機脫逃。

c.用沙子.袋子...攻擊(需視狀況,避免無用的攻擊而徒增激怒加害者)。

d.保護你的生命為最重要(有了生命始有機會制服加害者,避免他再傷害其他人)。

e.想盡辦法使自己弄得很髒，讓對方不想接近你。

14.受到性傷害時,儘速告訴你信任的大人,若他不信則要繼續告訴其他大人,直到有人相信

15.當你願意說出來,你是個有智慧又勇敢的小孩,不但你可以得到保護,其他人也可以得到保護;而傷害你的人也有機會被制裁及得到幫助(加害者的特質),避免他再去傷害其他人。

活動期程	活動名稱	活動目標	活動內容	參加對象	節數	備註
103. 9. 10 (三)	性侵害防治宣導	讓學生能夠保護自己，免受性侵害威脅	以演說方式、配合戲劇表演說明。	全校師生	1	

一、活動配合課程範疇：敬老體驗宣導活動(家庭教育)

二、活動課程計畫內涵：

『家有一老，如有一寶』高齡者的生活經驗對於學童及其父母總能提供可貴的參考價值，積極串連祖孫三代，讓不同世代密切交流互動，增進成年子女與老年父母或及孫子女與祖父母間的相互了解與關係和諧，形塑『敬老、孝親』的優良社會風氣與文化。

一、喚起各界對親情、孝道及敬老尊賢之家庭倫理道德之重視。

二、鼓勵祖孫經由互動與互惠的代間學習，增進家庭世代情感凝聚。

三、倡導家庭文化傳承延續，強調祖父母是聯繫家庭和社會的根本元素，彰顯祖父母是社會文化重要資產。

四、透過教育搭起世代橋樑，建立親善及無年齡歧視的社會。

五、增進在地鄉土文化的認識，提倡祖孫正當休閒活動，增進家庭世代情感凝聚。

活動期程	活動名稱	活動目標	活動內容	參加對象	節數	備註
103.10.8 (三)	敬老體驗宣導活動(家庭)	家有一老、如有一寶。重視家中老人	以電話聯繫學生爺爺、奶奶的興趣及嗜好，並讓學生關懷家中長者。	全校師生	1	

屏東縣 新庄 國小 103 學年度 第 一 學期 一~六 年級 活動課程計畫

一、活動配合課程範疇：家庭暴力防治宣導(家暴)- 屏東縣希望家園協進會宣導

二、活動課程計畫內涵：

家庭暴力可依施暴型態的不同，分為

1. 身體上不法侵害

- (1) 舉凡以打、捶、踢、推、拉、扯、咬、扭、捏、撞牆、揪髮、扼喉、使用武器或工具所造成之肢體傷害，有時可看見（瘀傷或割傷），有時看不見（腦震盪或脫臼）。
- (2) 性暴力。

2. 精神上不法侵害

- (1) 言詞攻擊：以言語或語調威脅、恐嚇或企圖折損自尊的行為。例如辱罵三字經、謾罵對方的無能愚蠢、恐嚇殺死全家、威脅再也見不到小孩等語。
- (2) 心理或情緒惡待：以羞辱、瞪眼、不實指控、跟蹤、監視、冷默、鄙視、忽略、虐待動物、破壞物品等使對方心生痛苦或畏怖的舉動。
- (3) 經濟控制：不給生活費、過度控制家庭財務、強迫擔任保證人、強迫借貸等惡性傷害自尊的行為。

3. 家庭暴力防治

1. 如何辨識孩子遭受虐待

- 有立即診治需求、但未就醫或延誤就醫

- 不合年齡的性知識或性行為（撫摸下體行為）
- 害怕與異性接觸
- 有不明的金錢、玩具、食物來源
- 對被觸摸的反應激烈
- 不願接近父母或其他照顧者
- 經常在外遊蕩而不敢或不願回家
- 圖書作品呈現扭曲的自我形象、低自尊心（如圖片中扭曲的身體、渺小的自己）

2.對受虐兒童、青少年的危機處理

- 基本資料：姓名、性別、住址、電話、家庭成員、年齡
- 被誰打？為何事被打？用拳頭或器物打？
- 發生受虐的時間及頻率？
- 目前傷勢狀況？（請留意衣服覆蓋下的身體）
- 家庭互動狀況？可利用之資源？
- **通報社工單位：113**
-

3.如何協助

- 保持鎮靜
- 解除孩子的心理壓力、相信孩子所說的話
- 肯定孩子的勇氣
- 提供安全溫和的環境
- 傾聽、接納、信任、不指責、不批判
- 說明處理流程
- 適時回應，與孩子共同面對事實
- 不批評施虐者
- 不對案情做主觀的批判與分析

活動期程	活動名稱	活動目標	活動內容	參加對象	節數	備註
103.12.31 (三)	希望家園家庭暴力防制宣導(家 暴)	防範家暴事件及 113 專線宣導	以表演方式實施	全校師生	1	集合場

一、活動配合課程範疇：性別平等

二、活動課程計畫內涵：

性別平等教育並非男孩與女孩的戰爭，它是對人身體的尊重，對人性的尊重，尊重自己也尊重別人，須要家庭、學校、社會共同的努力。傳統的「性別刻板印象」認為大部分男生都是比較外向的，像是衝動、攻擊性強、有雄心、喜好理科的。而女生呢？好像相對之下女生就有點內向、偏靜態了，像是敏感的、保守的、富同情心的、喜好文科、體力較差的。請 不要再有性別刻板印象，不要再以「男兒有淚不輕彈」，

「男生不可撒嬌」「女生不宜追求高成就」，男女原本就有生理、心理上的差異，但其差異不會比個體間的 差異來得大。尊重差異，檢視偏見，重新調整，持平出發，才能真的享有性別平等的生活空間。畢竟我們的社會是兩性共治、充滿平等，愛和尊重的社會，二十一世紀的我們須具有『雙性化』的行為特質，剛柔並濟的人格特質，也就是說男生可以開始學習體貼，溫柔，表達情感，而女性也可以學習獨立，理性思考、、、。不管是男是女，請記住一件事：「我的身體—我決定」，請不要讓別人隨便拿你的身體開玩笑，如果你不喜歡，請大聲的說出來，讓他們知道你不欣賞這樣的笑話。「我的身體—我決定」指的不只是保護自己免於一些過火玩笑的騷擾。同時也是請你以言語和行為，學習尊重別人的功課。

活動期程	活動名稱	活動目標	活動內容	參加對象	節數	備註
104.1.7 (三)	認識你、認識我宣 導(性別)	讓學生明白性別的不同，並培養 學生有尊重他人的意識與能力。	以演說方式、配合戲劇表演說 明。	全校師生	1	
104.1.14 (三)	性平有獎徵答(性 別)	藉由問答方式讓學生明瞭性別 的知識。	有獎徵答活動	全校學生	1	