

◆ 「人—己」初階

週次	日期	單元	課程主題	課程內容	課程目標
1		一 認 識 自 己	相見歡	暖身活動——認識你真好 介紹課程——無價珍寶 訂定班級公約 我的小檔案	1. 認知——學生知道每個生命都是獨一無二的 1-1 幫助學生認識每個生命都有獨特之處，並知道自己是獨特的 1-2 幫助學生認識什麼是「特點」，並從外在特徵來認識自己
2	每個生命都獨特		暖身活動——到底誰是誰 繪本欣賞——酷老師逛動物園 延伸討論 金句時間	2. 情意——幫助學生願意瞭解與珍惜自己的獨特之處 2-1 使學生體會認識自己特點的重要與好處 2-2 使學生願意更多的從外在認識自己的特點	
3	獨特的我		暖身活動——你很特別 繪本欣賞——Guji Guji 延伸討論 金句時間	3. 行為——學生能找出自己的外在特點 3-1 使學生能發掘自己的外在特徵 3-2 幫助學生能說出自己的特點（綜合活動能力指標 1-1-1）	
4	我是誰		體驗活動——特點你我他 反思活動——我是誰 金句複習		
5		二 欣 賞 自 己	我欣賞的特點	暖身活動——森林圖畫 繪本欣賞——森林大會 延伸討論 金句時間	1. 認知——學生知道造物者給自己的特點都有值得欣賞之處 1-1 幫助學生知道欣賞自己特點的重要 1-2 幫助學生瞭解何謂「優點」，並瞭解善用特點將會使其成為優點
6	特點變優點		暖身活動——你很特別 繪本欣賞——鹽巴與砂糖 延伸討論 金句時間	2. 情意——學生願意欣賞與發揮自己的特點 2-1 使學生體會欣賞自己特點的重要 2-2 使學生願意欣賞並發揮自己的特點。（綜合活動能力指標 1-3-3）	
7	我可以欣賞我的特點		暖身活動——貝琳達的舞台 反思活動——我的特點秀 延伸活動——小小表演家 金句時間	3. 行為——學生能欣賞並發揮自己的特點成優點 3-1 幫助學生能說出欣賞自己的三個特點 3-2 幫助學生能善用並發揮自己的特點	
8		三 接	是「不同」不是「不好」	暖身活動——猜鼻子 繪本欣賞——小琪的藍絲帶 延伸活動 金句時間	1. 認知——學生知道外表不影響自己的價值，應接納自己所有特點 1-1 讓學生瞭解每個人各有特色，不需與人比較 1-2 使學生知道應用正面眼光看待與接納自己的外表

9	納自己	接納我自己	暖身活動——你是唯一 繪本欣賞——兩株蕃茄 延伸討論 金句時間	2. 情意——學生願意更喜歡並珍惜自己 2-1 使學生願意用正面的眼光看待自己的每個特點 2-2 使學生願意接納自己所有外表特點 3. 行為——幫助學生能接納自己所有的特點 3-1 幫助學生能說出自己外表特徵的好處 3-2 學生能喜歡及珍惜自己(綜合活動能力指標 1-2-1)
10		我是有價值的	暖身活動——動物大觀園 反思活動——寶貝大作戰 金句時間	
11	四勇敢與信心	建立自信	暖身活動——一二三，什麼花 繪本欣賞——一、二、三 飛吧 延伸討論 金句時間	1. 認知——幫助學生知道自己有能力面對問題 1-1 幫助學生認識生活中引起害怕、擔心的因素 1-2 幫助學生瞭解建立自信的重要 2. 情意——幫助學生對自己有信心，願意面對問題 2-1 幫助學生願意面對自己的害怕與憂慮 2-2 幫助學生體會自己有克服困難的能力，願意培養信心嘗試新的事物 3. 行為——幫助學生能勇敢面對生活中的問題 3-1 幫助學生能找出害怕與憂慮的原因 3-2 幫助學生能克服恐懼，帶著信心面對新事物
12		面對害怕的事	暖身活動——請跟我走 繪本欣賞——我怕黑 延伸討論 影片欣賞——林鴛鴦離巢 金句時間	
13		我能做得到	暖身活動——I can do it! 反思活動——我能做得到 延伸活動——信心小勇士	
14		學期結業 課程回顧	暖身活動——繪本尋迷蹤 體驗活動——快樂大事記 延伸活動——幸福時光	

課程安排說明：

- ◎ 建議完整生命教育教學之執行至少安排 12 堂課（扣除第一堂『相見歡』與第十四堂『學期結業課程回顧』）；配搭學生本，學生學習效果會更好。
- ◎ 對於初次上課之班級，第一堂課可安排相見歡活動，目的在於讓孩子與志工相互認識並建立生命教育概念；於 4 月初，可安排生命蛻變活動；母親節時，可安排母親節相關活動；聖誕節時，可安排戲劇表演活動。以上活動、戲劇演出彩虹均備有相關資料。