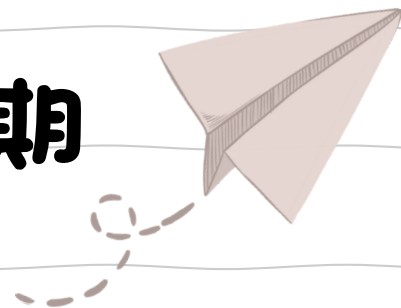


新北市瑞芳區瑞柑國民小學

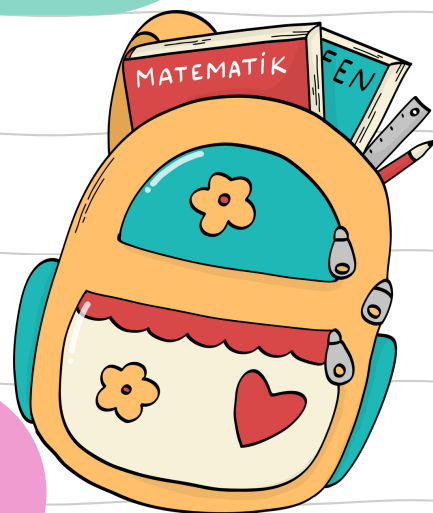
115學年度第1學期



家長日手冊



五年忠班



中華民國115年09月11日

天天都要 85110

- 『8』睡滿 8 小時：晚上 9 點前上床睡覺，睡滿 8 小時，有助於增加學習記憶力
- 『5』天天 5 蔬果：3 蔬 2 果能補充維生素，幫助消化系統讓腸道順暢
- 『1』四電少於一：每天看電視、玩電動、打電腦、用電話的時間少於 1 小時，用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘)
- 『1』天天運動 30 分：天天運動 30 分鐘，『快樂、長高、變聰明』
- 『0』零含糖飲料：每天喝足 1500cc (6 杯馬克杯) 的白開水

健康體位教育之

五大核心能力



維持良好體位全目標 (保我健康有活力)

8	睡滿8小時	
5	天天五蔬果	吃足一碗半的蔬菜 
1	3C小於1	戶外活動 取代久坐 
1	天天運動1小時	
0	喝足白開水	拒絕含糖飲料 30c.c.× 體重 

護眼 123 遠離近視好簡單

第 1 招 每 1 年定期檢查視力

第 2 招 幼兒 2 歲前不看螢幕，2 歲後 1 天不超過 1 小時

第 3 招 用眼 30 分鐘休息 10 分鐘，每天戶外活動達 120 分鐘

※年紀越小近視，度數增加越快，如果未加以控制，容易高度近視(度數>500 度)，

而高度近視易產生白內障、青光眼及黃斑部病變等，甚至視網膜剝離，增加失明的機會。

近視是疾病 打敗惡視力

護眼 123 遠離近視好簡單

第①招 每**1**年定期檢查視力

第②招 幼兒**2**歲前不看螢幕，2歲後1天不超過1小時

第③招 用眼**30**分鐘休息10分鐘，每天戶外活動達120分鐘

年紀越小近視，度數增加越快，如果未加以控制，容易高度近視(度數 > 500度)，而高度近視容易產生白內障、青光眼及黃斑部病變等，甚至視網膜剝離，增加失明的機會。

資料來源：衛生福利部國民健康署

瑞柑國小健康中心 關心您

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度班級經營計畫

班級：五 年 忠 班

導師：劉老師

項目	內 容	備註
班級經營理念	1. 學會和同學相處與溝通、適當的情緒表現，並培養對團體的責任感與服務心，良好的品德修養。 2. 培養孩子：樂觀、自發、積極、共好的人生態度； 培養孩子：細心、耐心、專心、精實的做事態度。 3. 營造乾淨清爽、適宜閱讀、有助學習的教室環境。 4. 多獎勵、少懲罰；多鼓勵、少責備；多關懷、少批評。 5. 協助孩子了解自己、尊重自己、肯定自己、發展自己潛能與擅用個人特質幫助學習與發展。 6. 注重學生語文寫作能力、數學邏輯訓練、運動體適能增強、藝文素養培長。 7. 培養孩子關心時事，批判能力與心得分享、發表訓練。 8. 記錄學生日常生活的點滴回憶照片、影音。	
具體作法	1. 建立<u>班訓</u>：「在對的時間、對的地點，做對的事。」「孝順父母、尊敬師長、友愛同學、認真負責、努力學習、動靜合宜。」 2. 每週一句格言、座右銘，提供孩子<u>勵志與品德</u>相關名言。 3. 提供每個孩子都有當<u>班級幹部</u>的學習機會。 4. <u>親師通訊</u>：聯絡簿、家庭訪問、LINE 班群或好友。 5. 公佈欄佈置，以孩子的作品為主，選錄學生作品充實「班級作品」欄，提供孩子相互<u>觀摩學習</u>的機會。 6. 善用「國語日報」進行讀報教育，培養<u>閱讀習慣</u>及<u>關心時事</u>。 7. 作業訓練重點為培養孩子<u>思考</u>的習慣與能力，培養<u>高層次創造思考能力</u>。 8. 「閱讀尋寶」、「閱讀學單」，培養<u>自我學習與創思能力</u>。 9. 本學期作文六篇，培養<u>寫作能力</u>與<u>創思能力</u>。 10. 閱讀「成語」、背誦「唐詩」等培養<u>語文能力</u>。 11. 提供做人處事、優秀小蕃薯等相關文章、故事、格言、佳句，深植孩子<u>倫理、孝道</u>的觀念，建立正確的人生觀。 12. 評量標準： (1) <u>定期考</u>：佔 50% (2) <u>平時成績</u>：合佔 50% 含複習考、習作、作品、上課態度、活動參與。	

班級重要活動	1. 推廣閱讀運動：尋寶筆記、國語日報、課外閱讀、共讀活動。 2. 健康成長活動：學習共好、天天運動、餐後潔牙。 3. 生活點滴記錄：小蕃薯心情日記畫寫簿、拍照、攝影。 4. 凝聚班級向心：班級慶生會、同樂會、登山攻頂，配合學校活動如運動會、淨山活動、淨社區。 5. 因材施教措施：針對每個孩子的努力和用心程度，安排不同的功課量，作業形式也可彈性修改，符合學生能力為主。 6. 課後學習加強：上課學習有落差者，利用課後時間進行補強（配合學校學習扶助班進行）。 7. 作業彈性補救：作業難度、數量，針對個人能力作調整。特殊原因偶爾缺交，給補寫機會；無正當理由缺交，依班規扣獎章懲罰並限時補寫補教交。	
家長配合事項	1. 善用溝通管道如聯絡簿、電話、LINE 或到校與老師面談，與老師保持聯繫。 2. 要求孩子自動完成回家作業，並初步檢查確認，養成「今日事、今日畢」的好習慣。 3. 每天簽閱聯絡簿，關心孩子的學習狀況，促進親子互動，拉近親子關係。 4. 注意孩子放學後的行為表現、休閒娛樂狀況，適時予以輔導協助。 5. 儘可能參與學校家長成長活動、親子活動，支援班級教學活動。 6. 家庭狀況需要協助的請與劉老師聯絡。	
備註	1. 本班這學期學生人數，男生計 5 人，女生計 8 人，總人數為 13 人。 2. 本學期孩子必備學習用品：字辭典、成語典、直笛、剪刀、膠水、鉛筆、橡皮擦、直尺、三角板、圓規、量角器、著色用具，以及其他個人所需用具(如抹布、衛生紙、潔牙用具)。請家長協助備妥，以利學生的學習。	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班

學習領域或科目：國語

教師：劉老師

項目	內 容	備註
學習目標	1. 每週「閱讀尋寶筆記」或「閱讀學習單」一篇、「時事解析」一則。 2. 適度背誦、記憶課文內容，並加入藝術成分-節奏或表演。 3. 精熟每課內容之聽、說、讀、寫。必要時背誦課文的重要段落。 4. 配合課文安排，學期「作文」六篇。 5. 能認真精讀，深究內容，歸納大意。練習用心智圖整體課文重點。 6. 能聆聽他人說話，感受說話者的情緒，能系統歸納他人發表之內容。 7. 能將閱讀材料與實際生活情境相聯結，透過生活化的語文，學習解決問題，將知識轉化為能力。 8. 能體會生活中處處皆學問，培養處處探索、學習的精神。 9. 能運用所學進行各類文體文章的寫作及詩歌創作。 10. 可外廣泛閱讀，增加語文能力與知識，養成閱讀習慣。	
教學方式	1. 直接教學 2. 合作學習 3. 小組討論 4. 小組發表 5. 實務操作	
作業設計	1. 生字、語詞書寫練習，查字典認識部首、筆劃、造詞。 2. 課文圈詞造句，語詞短文。 3. 國語習作、作業簿、預習單、複習單。 4. 閱讀尋寶、作文 5. 成語理解與運用(閱讀素養) 6. 課外閱讀	
方式 評量	1. 紙筆測驗 2. 態度檢核 3. 分組創作 4. 參與討論 5. 課堂問答 6. 實務操作	
家長配合事項	1. 幫孩子準備工具書：辭海、成語典，教育部國語辭典(平板或手機上網)。 2. 指導孩子養成正確的寫字習慣、注意筆順及國字的結構。 3. 查辭典、成語典時能給予孩子適當的幫助及引導。 4. 耐心的聽完孩子朗讀、背誦或是心得分享。 5. 提供協助孩子完成造句、閱讀尋寶、短文、時事解析和作文。 6. 注意孩子各項作業的習寫與訂正。	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班

學習領域或科目：數學

教師：劉老師

項目	內 容	備註
學習目標	1. 認識並製作折線圖。 2. 認識倍數與因數及其關係和應用。 3. 三角形的邊長關係、內角和，四邊形的性質並認識多邊形。 4. 公倍數與最小公倍數、公因數與最大公因數、解題與應用。 5. 認識面的垂直與平行、角柱與圓柱、角錐與圓錐、球。 6. 整數四則運算。 7. 分數的擴分、約分與加減。 8. 面積(平行四邊形、三角形、梯形)的變化與應用。 9. 用分數表示相除結果、整數乘以幾分之一、乘以 $1/2$ 與除以 2。 10. 認識善行、圓心角和幾分之幾圖。	
教學方式	1. 定義解說 2. 合作學習 3. 小組討論(學習共同體) 4. 小組發表 5. 實務操作	
作業設計	1. 課本習題演練 2. 數學習作 3. 數學作業簿 4. 課前預習單 5. 課後複習單 6. 定期考前複習	
評量方式	1. 紙筆測驗 2. 學習態度 3. 討論參與 4. 分組報告 5. 課堂解題 6. 作業及實務操作	
家長配合事項	1. 指導孩子養成每天思考數學題目的習慣。 2. 在孩子計算思考的過程當中適時給予孩子適當的幫助及引導。 3. 耐心且鼓勵的方式來指導孩子思考問題與計算練習。 4. 注意孩子各項作業的訂正。 5. 備妥數學學習必備用具:直尺、三角板、量角器、圓規，蒐集各種立體形體(如包裝盒)……等。	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班 學習領域或科目：體育 教師：劉老師

項目	內 容	備 註
學習目標	1. 體適能認知、提升活動與挑戰。 2. 鍛鍊肌耐力與平衡感、支撐擺盪。 3. 熟練拋球、直球、滾球、打擊、傳接、跑壘等動作。 4. 田徑、壘球擲遠之基本技巧熟練。 5. 提升籃球技巧。 6. 桌球基本練習。 7. 排球基本練習。	
教學方式	1. 技巧示範 2. 直接教授 3. 實作練習 4. 小組討論	
作業設計	1. 定力訓練活動 2. 暖身活動訓練 3. 實作練習活動 4. 分組競賽活動 5. 體適能提升活動	
評量方式	1. 體能測驗 2. 技巧測驗 3. 態度檢核 4. 肢體發展表現 5. 參與程度 6. 運動家精神表現	
家長配合事項	1. 鼓勵孩子遵守紀律、運動規則。 2. 鼓勵孩子培養運動習慣、運動家精神。 3. 欣賞孩子個人獨特的特質。 4. 協助孩子改善運動精神、態度、技能。 5. 協助孩子注意環境危險因子，保障身心安全。 6. 鼓勵孩子多方面的嘗試以發覺不同的興趣與發展。	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班 學習領域或科目：綜合活動 教師：劉老師

項目	內 容	備 註
學習目標	1. 團隊合作 (1) 團隊中的我 (2) 我是關鍵小螺絲 (3) 合作齊步走 2. 學習規劃師 (1) 我的學習有計畫 (2) 我的學習不「卡」關 (3) 學習行動匙伴家時 3. 「特」別不一樣 (1) 特質大探索 (2) 特質你我他 4. 化險為夷 (1) 危機四伏 (2) 啟動危機偵察雷達 (3) 維安特勤隊	
方式教學	1. 自我觀察 2. 分組探索 3. 分組討論 4. 小組發表 5. 活動參與	
設計作業	1. 學習活動單 2. 活動參與體驗 3. 活動體驗分享 4. 落實生活實踐	
評量方式	1. 態度檢核 2. 分組報告 3. 課堂討論 4. 實務操作 5. 生活實踐	
家長配合事項	1. 指導孩子適應團體紀律生活、與人互動技巧。 2. 協助孩子規畫學習內容、程序、時間安排。 3. 多讓孩子參與家庭事務、社區的活動。 4. 多帶孩子參與不同族群、不同性質的活動，也能為社區服務。 5. 協助孩子認識生活週遭的自然與人為環境，能意識環境的潛在危機，並能適切面對與處理。	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級:五年忠班 學習領域或科目:社會 教師:葉老師

項目	內 容	備 註
學習目標	1. 理解大航海時期臺灣扮演的角色，與當時不同族群來臺發展的原因與影響。 2. 認識清帝國治理臺灣的方式與轉變，並探討該政權的統治所帶來的影響。 3. 了解臺灣的地理位置與特色，並能覺察其所帶來的影響與發展。 4. 了解臺灣史前文明、原住民族與清代漢人如何開發臺灣土地，並理解各自的文化特色。 5. 了解臺灣人地互動的脈絡與變遷，並理解生態保育與永續發展的重要性，培養出迎向共好的觀念。 6. 探究自己在課程中感興趣的主題，並透過活動轉化為行動，達成主動學習的能力。	
教學方式	1. 同儕討論 2. 教師引導 3. 資料蒐集與整理 4. 任務發表與分享	
作業設計	1. 課本練習 2. 習作練習 3. 口頭報告	
評量方式	1. 課堂表現：小組討論狀況、發表、上課參與等。 2. 課本紀錄及習作練習。	
家長配合事項		

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班

學習領域或科目：自然

教師:黃老師

領域學習	自然	授課教師	黃老師
項目	內容		備註
教學目標	● 知識目標：理解自然科學的基本概念，認識生活中的自然現象及其成因。 ● 探究能力目標：培養觀察、提問、實驗、紀錄、分析與解決問題的能力。 ● 實作能力目標：能正確使用簡單的實驗器材，依照步驟進行操作並記錄結果。 ● 態度目標：培養主動學習、細心觀察、合作討論及尊重科學證據的態度。 ● 生活應用目標：能將自然科學知識應用於日常生活，培養愛護環境與珍惜自然資源的意識。		
教學方式	● 講述教學：透過教師引導與生活經驗連結，介紹自然科學概念。 ● 實作教學：安排簡單實驗、觀察及操作活動，讓學生從做中學。 ● 探究教學：鼓勵學生提出問題、猜想、驗證並說明結果。 ● 合作學習：透過分組討論與合作實驗，培養溝通及團隊合作能力。 ● 多媒體教學：運用圖片、影片及數位教材，協助學生理解抽象概念。 ● 生活化教學：將課程內容與日常生活經驗連結，提高學生學習興趣與應用能力。		
作業設計	● 課後練習：完成課本及習作相關題目。 ● 觀察紀錄：觀察生活中的自然現象，簡單記錄結果。 ● 學習單：完成課堂重點學習單。 ● 生活應用：將課堂所學應用於日常生活。		

評量方式	● 課堂表現 20% ● 習作 20% ● 平時評量 20% ● 期中(末) 40%	
家長配合事項	● 完成實驗作業 ● 完成習作作業	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班

學習領域	英文	授課教師	王老師
項目	內容		備註
教學目標	1. 能聽懂並跟讀故事對話。 2. 能聽懂並說出日常用語。 3. 能聽懂、辨識並說出所學的單字及句子。 4. 能聽辨及運用字母拼讀法念出組成的字詞。 5. 能閱讀並理解短文並整合資訊。 6. 能認識中外主要節慶習俗及由來。 7. 能認識外國風土民情，並能從多元文化觀點，瞭解及尊重不同的文化及習俗。		
教學內容	1. Theme words and grammar focus 2. Sentences 3. Daily Talk 4. Phonics practice		
教學方式	1. Phonics 自然發音法 2. Role play 角色扮演法 3. TPR 肢體反應教學法 4. Game Competition 遊戲化學習		
作業設計	1. Workbook 習作 2. Projects 3. Show and tell		
評量方式	1. Classroom performance 20% 2. Homework 30% 3. Quiz and Oral Test 20% 4. Exam- Midterm & Final 30%		
家長配合事項	1. Remind kids to finish homework		

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班

學習領域	健康	授課教師	王老師
項目	內容		備註
教學目標	1. 介紹結交新朋友的技巧、以互相尊重與信任的原則維繫友誼。 2. 教導與家人的衝突處理技巧、與同學相處的原則、建立自信及自我潛能開發的心法。 3. 進入青春期，生長發育快速發展，每日必須注意攝取均衡營養的食物以滿足成長需求，學會自己準備營養健康的餐食是成為成人的基本技能。 4. 在校園生活中觀察同學互動時發生的危險情境並思考因應之道，理解安全規則建立的重要性且願意遵守，並能知道校園的安全救援系統，可以在危機發生時找到協助的人。 5. 介紹急救與處理關節扭傷的原則，如何操作繃帶關節 8 字型包紮法，以及受傷後的護理方式。		
教學方式	1. 重點講述與引導 2. 多媒體影音觀賞 3. 分組討論與經驗分享 4. 角色扮演與實作練習		
作業設計	1. 課堂上完成相關的學習單、小組討論或口頭發表等		
評量方式	1. 課堂表現參與互動 40% 2. 小組討論或口頭發表 40% 3. 學習單 20%		
家長配合事項	1. 多關懷孩子與家人或同學的互動，並討論遇到相關衝突時可能的應對方式。 2. 與孩子一起留意餐點是否營養均衡，不偏食不挑食，六大類食物都要攝取。 3. 若有受傷後患部的清潔與護理，不論是幫自己或幫家人，都可試著讓孩子自己動手做做看。		

新北市瑞芳區瑞柑國民小學115學年度第1學期教學計畫班級:五年

忠班 學習領域或科目:資訊

教師:黃老師

項目	內 容	備 註
學習目標	1.認識基本資訊工具的操作方式。 2.培養正確使用電腦與網路的習慣。 3.學習資料搜尋、整理與簡單應用。 4.培養資訊安全與網路使用的基本觀念。 5.能運用資訊科技完成簡單的學習任務。	
教學方式	以討論、實際操作、分組合作及實作活動為主，搭配影片與學習單，引導學生分享想法、學習溝通合作，並將所學應用於生活中。	
設計作業	1.課堂學習單：完成課程相關學習單。 2.心得分享：簡單寫下本次課程的學習心得。 3.生活實踐：將課堂所學應用在日常生活中。	
評量方式	1.課堂參與：觀察學生參與討論及活動的情形。 2.學習單：檢視學習單完成情況。 3.實作表現：評量學生合作與實際操作能力。 4.學習態度：觀察學生的學習態度及團隊合作表現。	
家長配合事項	1.鼓勵孩子完成課堂作業及學習單。 2.關心孩子的學習情況與生活表現。 3.鼓勵孩子主動參與家務及生活實作。 4.與學校保持良好溝通，共同協助孩子學習成長。	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115學年度第 1 學期教學計畫

班級：五年忠班

學習領域	藝術	授課教師	薛老師
項目	內容		備註
教學目標	以「皮影戲」為課程核心，結合視覺藝術與表演藝術，透過戲偶製作與自我介紹展演，訓練口語表達。 認知發展： 了解傳統皮影戲的文化意涵與技藝傳承，並認識手繪POP字體與藝術家梵谷的基礎概念。 技能培養： 學習戲偶關節製作與操作技巧，並透過紙黏土、毛根等媒材提升空間造型能力。 情意態度： 透過展演建立自信心，並藉由感恩卡製作培養感恩的心，學會尊重與欣賞多元藝術表現。		
教學內容	配合課程：技藝傳承、表演任我行 一. 手繪POP字體 THANK YOU 感謝卡 二. 紙黏土畫作 (技藝傳承中的紙黏土創意應用) 三. 現代簡易皮影戲偶的製作及自我介紹 四. 扭扭聖誕樹 (利用毛根手作簡易的桌上型聖誕樹裝飾) 五. 我的梵谷風自畫像 (認識大師-梵谷)		
教學方式	鑑賞引導：介紹戲偶結構與操作方式，以傳統與現代皮影戲影片導入主題，啟發跨領域表演動機。欣賞梵谷名畫啟發美感。 技法示範：創意紙黏土捏塑、毛根建構及POP字體等媒材技法。 實作與展演：安排充足的舞台時間讓學生操作皮影戲偶進行自我介紹展演，並完成各項實作任務。 同儕分享：引導學生專注觀賞他人表演並給予正向回饋，互相觀摩藝術作品。		
作業設計	於課堂內完成各單元之美術作品（包含POP感謝卡、紙黏土畫作、皮影戲偶、毛根聖誕樹、梵谷風自畫像），以及戲偶自我介紹展演。		
評量方式	課堂表現 60%（包含課堂參與度及討論） 實作評量 40%（作品完整度與創意表現）		
家長配合事項	1. 提醒孩子備好課堂所需工具與材料。 2. 孩子帶回家的作品，請家長多多給予讚美及鼓勵。		

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級： 五 年忠班

學習領域	音樂	授課教師	劉老師
項目	內容		
教學目標	本課程將透過歌曲演唱、音樂欣賞及多元音樂活動，引導學生認識藝術歌曲及其發展與特色，感受不同時期、地域與調性的音樂風格，並從生活經驗中發現音樂創作的靈感來源。課程中也將透過歌唱與聆聽活動培養學生對旋律、節奏及音樂表現的感受力，認識不同音樂元素與表現方式，並藉由歌曲的演唱與音樂活動，鼓勵學生勇於表達、享受音樂，逐步建立對音樂的興趣與欣賞能力。		
教學方式	以歌唱、聆聽、律動及音樂欣賞等方式進行，搭配生活經驗與有趣的音樂活動，培養對音樂的興趣與自信。		
作業設計	以課堂上能完成為主，包含小組合作、學習單等		
評量方式	課堂表現 40% 參與討論 40% 實際操作 10% 學習單 10%		
家長配合事項	若家長近期發現學生對某些歌曲、音樂或音樂相關內容特別感興趣，也歡迎與老師分享與討論，適時將學生感興趣的元素融入活動，更貼近學生的生活與興趣，提升參與音樂課程的動機與樂趣。		