國民小學家庭教育推展策略與課程教案

活力家庭三重奏

國立台灣師範大學家庭教育研究與發展中心　編撰
教育部　出版
中華民國96年9月

序文

健康家庭從小做起

家庭是人類社會中最基本、最普遍、影響最深遠、最有足夠的韌性和適應性的社會團體；是人們出生、成長與終老的場所，因而對每個人的成長與健康具有特殊的意義與重要性。

過去多數人總認為在家庭中，父母扮演教育子女的重要角色，想要經營一個健康家庭，是父母的責任。但是近些年來，有更多得研究發現，在家庭中不只是父母能教育子女，子女也能對父母進行「文化反哺」，經營健康家庭絕對不只是父母的責任，孩子們也扮演重要的角色。

為讓家庭教育從小學做起，因此研發本套「活力家庭三重奏—國民小學家庭教育推展策略與課程教案」手冊。本手冊係以行動研究方式研擬適合小學之家人關係、家庭生活管理及家庭共學等教學主題教案，並提出具有符合國小學校教學現場需求之家庭教育推動策略。

本手冊的完成要感謝在過去一年中研發團隊的投入、試辦學校的協助、審查委員的建議，使手冊更臻完善。尤其是研發團隊的教師、研究生們，他們在教學、研究忙碌的生活中，還要犧牲睡眠時間，設計最佳的教案；更要在下班之後，不停的討論與修改。

本手冊分為二大部分，第一部份為「推展策略」、第二部分為「教案設計」。在推展策略中，提出在小學教育環境中的多元推展構想，例如「家庭教育日」、「家庭教育週」、「家庭教育月」等策略，學校可以視學校特色，自行彈性運用；而「教案設

計」部分，乃針對低、中、高年級的不同發展階段而設計，期望透過學校家庭教育的實施，孩子在健康家庭的營造過程中，也能扮演積極的角色。

再次期望師生攜手共同為「健康家庭」而努力，我們將永遠不會後悔，「如當初…，今天就…」。

國立台灣師範大學
人類發展與家庭學系副教授
周麗端

國民小學家庭教育推展策略與課程教案使用說明

壹、前言

家庭教育是影響孩子健康成長的重要關鍵。但隨著社會的變遷，這一代的孩子更勇於追求自我，親子互動亦趨多樣化。

根據研究顯示，除了父母是孩子的角色模範和生命示範，老師也是影響孩子生命的重要關鍵。但目前國內針對國小設計的家庭教育方案有限，為能落實家庭教育法第十二條規定「中等學校辦理正式課程外的親職教育課程與活動」之參考，及社區民間團體能執行家庭教育法第二條，教育部於2006年委託本中心進行「國民小學實施家庭教育推展策略與課程教案」之研發。

透過邀集學者、國小老師及實務工作者共同研究發展，並且實際收集學校之家庭教育課程需求，研發適合國小階段實施家庭教育方案，並編製此手冊，提供老師及相關工作推廣者，對國小學階段家庭教育內涵之了解，進而提升學生家庭教育的知能及老師推展家庭教育的能力，使學校與家庭系統交融，協力促進家庭教育的推展，期望能提高家庭生活品質。

貳、教材使用說明

一、編輯特色

本方案教材之編輯目的在於提供國小學校老師對於家庭教育推展有一套系統的教材資源，讓使用者藉由淺顯易懂的教材手冊內涵，對國小階段家庭教育內的主題有更深層的了解，進而透過推展和實施，提升學生家庭教育的知能和相關技能。

二、編輯理念

編輯原則以挑選適合國小生學習的家庭議題編輯而成，以家人關係、家庭生活管理與家庭共學為編撰主題。並依不同年級設計適切主題：家人關係著重情緒表達、家庭規則與家庭中人際關係，家

庭生活管理則以金錢價值觀、金錢的賺取、花費與儲蓄及需要與想要為主要議題，而家庭共學在於促進學生將學習內容落實於家庭生活，以休閒及家庭體驗活動為主。本教案教材之核心概念與方案活動列表如下列，分為三部份：

「國民小學實施四小時家庭教育課程教案」－家人關係

年級	教學主題	重要概念	教學活動
低年級	家庭中的情緒表達	1. 家庭情緒是一個整體，每個家庭成員都不能完全獨立，都要受到家庭整體情緒的影響。保持個人良好而穩定的情緒，不僅能增進自己的身心健康，同時也能增進家人的身心健康。 2. 影響情緒發展的因素很多，包含：天生的性格、家庭的教育方式、學校課業成績、隨著年齡增長後的性格轉換、生活在何種社會與文化環境下、學校的同儕環境等。 3. 了解壓力來源，有效處理生活、課業與人際關係的困難，是度過情緒危機的關鍵。 4. 透過傾聽、同理、支持處理情緒的問題。 5. 學習面對自己的情緒、表達情緒與紓解情緒所造成的壓力。	活動一： 變臉！ 活動二： 怒氣也會爬樓梯！ 活動三： 我是小勇士！
中年級	家庭規則	1. 家庭規則是一種行動、方法，與家人協議所制定的守則，形成一種家庭功能運行的規範與習慣。 2. 家庭規則包括：受文化規範影響的家庭規則，以及日常生活中的家庭規則，皆以多樣的型態出現，成為我們生活的準則。 3. 良好的家庭規則使家庭功能運作良好，家人關係密切；不良的家庭規則會影響我們的價值觀與行為處世方法，進而影響人的一生。 4. 家庭規則是由家人共同努力、相互協調形成，家庭規則可以做適度改變。	活動一： 家庭規則停聽看 活動二： 家庭規則翹翹板 活動三： 家庭規則變變變

		5.每個家庭裡都有你喜歡與不喜歡的家庭規則。面對不喜歡的家庭規則，必須努力去接受它。 6.家庭規則沒有絕對的好或壞，你覺得好的家庭規則，對別的家庭而言，或許是不好的家庭規則，不應一味的與其他家庭作比較。	
	家人的獨特性與重要性	1.人生而不同，每個人都有自己的獨特性與重要性。 2.家庭裡，成員的性別、個性、興趣、特長都不相同，面對不同的成員會有不同的對待方式。愛的方式有可能不相同，很難做到完全的公平，但父母愛孩子的心是一樣的，應該感謝父母的付出。 3.老化是正常的生理現象。隨著年齡增加，人會逐漸衰老。 4.家中長輩知道的東西、會做的事情，有很多是我們所不知道、不會做的，這也是他們獨特與重要的地方。 5.每個家庭成員有不同的個性、優點與缺點，全家人的互動，構成我們獨特的家庭，每個人在家中都具有其重要性，缺一不可。	活動一： 其實我懂你的心 活動二： 你們都是我的最愛 活動三： 老人家的故事 活動四： 一個都不能少
高年級	家族中的人際關係	1.工商社會型態，使家庭結構朝向小家庭、多元化家庭發展；家人間互動機會減少，家族觀念逐漸薄弱。加強學生認識家庭與家庭間的人際轉變探索，促進家族互動優質化。 2.現代的家庭生活型態，使家族間聚少離多，把握相聚的品質及彼此分享的機會。引導學生體會家族人際牽連，並以正向而具體的方式，表達對家族間人際的感恩之情，營造溫暖和諧的親屬互動文化。	活動一： 家族資源多 活動二： 超級家族網絡支持多 活動三： 傳家寶貝網

		3. 家族間的緊密互動及相互體諒有助於家族關係的營造，透過家族記憶的追溯與及互相體諒以連結家庭的人際網絡。	

「國民小學實施四小時家庭教育課程教案」－家庭生活管理

年級	教學主題	重要概念	教學活動
低年級	金錢價值觀	1. 低年級學童對於金錢的來源及價值感模糊，可以透過日常生活事例講解建立其正確觀念，協助了解「天下沒有白吃的午餐」，錢財並非取之不盡的道理。 2. 針對物質要求，了解「想要」和「需要」之間的差別，學習合理的消費行為。 3. 金錢意義的形塑在兒童期甚為重要，應使了解物品的價值非僅限於錢數的多寡。	活動一： 錢從哪裡來 活動二： 錢，跑到哪裡去？ 活動三： 有價VS無價
中年級	金錢的賺取、花費與儲蓄	1. 家庭在一定期間所獲得的貨幣收入，稱為家庭收入；而家庭在一定期間支付的貨幣總額，稱為家庭支出。 2. 家庭的支出範圍甚廣，然而家庭的收入卻往往有限，實際了解家庭的支出狀況，有助於培養「謹慎用錢」的態度。 3. 儲蓄之道無它，唯有開源節流，積少成多。家庭財富的累積，需要全家人共同努力。	活動一： 家庭支出大調查 活動二： 適當支出好生活 活動三： 開源節流，共創財富
高年級	需要與想要	1. 家庭是個體學習成為消費者的第一個場域。藉由認識產品的價值與意義，教導如何購買與消費，顯現產品的價值。	活動一： 購夠樂

		2.想要的往往不是真的需要。想要的太多易造成貪得無饜，而變成物質的奴隸。 3.了解擁有的，分辨出真正的需要，再依照重要性排出優先順序。 4.金錢的使用來自於自我控制的力量，成人藉由身教與言教傳遞控制金錢的能力。	活動二： 生日禮物 活動三： 我的選擇

「國民小學實施四小時家庭教育課程教案」－家庭共學

年級	教學主題	重要概念	教學活動
低年級	家庭休閒活動	1.休閒是自由時間、自主活動，更是主觀的一種體驗、心靈狀態。 2.不同的家庭生命週期有不同的休閒需求，了解童年期的休閒特性有利於規劃家庭休閒。 3.規劃家庭休閒要注意時間因素、休閒資源、活動類型，以減少休閒阻礙。 4.社會文化的規範與父母教養的方式，會影響對休閒的選擇與態度，教師可以鼓勵兒童發現自己的興趣，選擇多元的休閒活動，避免受限於刻板印象。	活動一： 休閒時間： family time 活動二： 休閒活動： 休閒志願 活動三： 休閒體驗： 休閒分享餐
全年級	家庭體驗活動	1.家庭共學是一個理念、一種精神，強調「共」這個元素，是家人一起、在愉悅的氣氛中，自然而然的分享、互動而有所得（學習）。 2.一起經歷的事件，能夠豐富家人共同的話題、也成為全家共有的回憶，在生活中增加彼此對話的機會、更能幫助家人彼此了解。 3.家庭共學是家人共同玩在一起、彼此互動，在活動裡都感到趣味、好玩，能夠運用各種感官體察生活，舒展身心的活動。	活動一： 貼心愛語 活動二： 體驗大自然 活動三： 回饋時間

三、使用說明

教師使用此課程時，教學前應先評量學生對家庭議題的理解狀況，再選擇適用的教學活動，閱讀活動的重要概念及建議，並可結合九年一貫其他相關領域之內涵實施教學，使學生對活動有整體概念。

手冊分為教案及推展策略二部份，教案區分為低中高年級，各包括1-2個主題，每個主題下各包含三個單元，除說明每個主題相關之重要內容外，為方便設計或教授家庭教育課程老師者參考，手冊中並指出各主題之「重要概念」，並列舉「教學活動範例」與「評量項目」、「參考資料」、「相關領域指標」等相關資源。使用本手冊的老師，可依學生之需要或所處地區之特性，選擇適合的主題、活動，靈活、彈性的加以修改、組合、運用之，單元活動間無必然順序關係，但有年級上的序列性。顧及區域性及學生的差異，老師在使用教材應先檢視酌予修改後使用。推展策略部份：分為單一主題家庭日、單一主題家庭週及多元主題家庭週，學校在推動時可擇合適學校狀況之主題及策略規劃家庭教育日的活動。

四、評量說明

本項課程內附評量相關附件，供教師配合活動過程加以評量，而評量方面輔以問答、觀察法、紙筆測驗及其他方式進行，教學評量運用需視學生學習狀況而訂定。

活力家庭三重奏

國民小學家庭教育推展策略與課程教案

目錄

主編序文.....2
國民小學實施家庭教育推展策略與課程教案使用說明.....4

壹、推展策略篇

一、家庭教育活動方案活動延伸與運用.....16
二、全國家庭週.....26

貳、課程教案篇
◎家人關係◎

低年級

撰寫人：唐乃華

★ **教學主題：家庭中的情緒表達**.....
一、主題故事.....48
二、重要概念.....49
三、主要活動架構…..52
四、活動設計.....53
變臉.....53
怒氣也會爬樓梯.....57
我是小勇士.....62

中年級

撰寫人：江依恬

★ 教學主題：家庭規則.....

一、主題故事.....66

二、重要概念.....68

三、主要活動架構…..70

四、活動設計.....71

家庭規則翹翹板.....71

訂做我們的家庭規則.....74

家庭規則變變變.....79

中年級

撰寫人：江依恬、連智源

★ 教學主題：家人的獨特性與重要性.....

一、主題故事.....84

二、重要概念.....85

三、主要活動架構…..88

四、活動設計.....90……

其實我懂你的心.....90

你們都是我的最愛.....94

老人家的故事 98

一個都不能少.....102

高年級

撰寫人：何委娥、賴坤玉

★ 教學主題：家族中的人際關係.....

一、主題故事.....106

二、重要概念.....107

三、主要活動架構…..109

四、活動設計.....110

目錄

家族資源多.....110
超級家族網路支持多.....118
傳家寶貝網.....124

◎家庭生活管理◎

低年級

撰寫人：陳靜宜

★ 教學主題：金錢價值觀.....
一、主題故事.....134
二、重要概念.....135
三、主要活動架構…….....137
四、活動設計.....138
錢從哪裡來.....138
錢，跑到哪裡去.....141
有價VS無價.....145

中年級

撰寫人：呂志方

★ 教學主題：金錢的賺取、花費與儲蓄.....
一、主題故事.....148
二、重要概念.....149
三、主要活動架構…….....153
四、活動設計.....154
賺錢與花錢.....154
適當支出好生活.....161
開源節流，共創財富.....163

高年級

撰寫人：陳小英

★ 教學主題：需要與想要.....
一、主題故事.....168
二、重要概念.....169
三、主要活動架構…….....172

四、活動設計.....173
購夠樂.....173
生日禮物.....179
我的選擇.....186

◎家庭共學◎

不分年級

撰寫人：連智源

★ **教學主題：家庭休閒活動**.....
一、主題故事.....192
二、重要概念.....193
三、主要活動架構…….....196
四、活動設計.....198
休閒時間：Family Time.....198
休閒活動：休閒志願.....205
休閒體驗：休閒分享餐.....210

撰寫人：唐厚婷

★ **教學主題：家庭體驗活動**.....
一、主題故事.....214
二、重要概念.....215
三、主要活動架構…….....218
四、活動設計.....220
貼心愛語.....220
體驗大自然.....224
回饋時間.....230

附錄 參考資料－國外家庭教育相關網站.....232

推展策略篇

活力家庭
三重奏

壹、家庭教育活動方案活動延伸與運用

2004年聯合國秘書長安南在國際家庭年十週年之際，呼籲各國重視家庭的作用，促進家庭和睦與幸福，推動家庭為社會的貢獻。國際家庭日是聯合國於1989年通過決議後宣布1994年為“國際家庭年”，並在1993年聯合國的特別會議上明確指示從1994年起每年5月15日為“國際家庭日”。「國際家庭年」目的是希望藉著每年的響應活動，促使全球各地持續地重視家庭為社會的基本單位，以及關注各地家庭的情況，有助提高大眾對有關家庭問題的警覺性，以及作出適當的行動。而設立“國際家庭日”則在改善家庭的地位和條件，加強在保護和援助家庭方面的國際合作。

而教育部呼應國際對家庭的重視於民國93年推行高中以下學校實施至少四小時家庭教育，而家庭教育的內容豐富且多元，因此本計畫以在日常生活中與國小學童有密切關係的議題進行家庭教育方案設計，方案內容聚焦於家人關係、家庭生活管理、家庭共學等三部分。

在學校進行家庭教育，教師或許不免狐疑為何家庭教育要由學校來推展，如果經由政府機關直接教育家長豈不效果更直接。事實上，教師的專業性普遍獲得家長的信任，而家庭教育應從基礎做起，尤其家庭教育是一門整合性的學科，倘若結合學科或學習領域可使家庭教育永續經營，況且家庭教育乃是以家庭教育法為依據，其目標為強化及提升個人及家庭的福祉，若經由學校進行一系列活動將使家庭教育的種子播得更為紮實。

在社會發生急劇變遷的年代，親子間形成「反向社會化」或說「文化反哺」現象，此為新型的文化傳承模式，其內容包括從價值觀的選擇、生活態度的認定、社會行為模式的養成、到對各種新器物的了解和使用；而子代向雙親進行「文化反哺」的能力乃因其對新事物具有較高的敏銳性和接受能力、受傳統束縛較少，以及憑藉語言和器物接觸的優勢而獲得從媒介、廣告、市場、同輩群體及生活本身獲

取社會信息的便利性、對生活意義進行解釋的權威性；但「文化反哺」現象的出現也動搖了傳統社會「長者為尊」的地位，父母因而常會面對來自子女的各種反叛和挑戰，這樣的變化提高了父母親對社會變遷的適應能力（周曉虹，2000）。由子代教育親代的現象促使本計畫經由學校推行家庭教育，並透過方案設計相關活動使學童得以建構知識與行為養成，進而影響家庭生活的改變。

為落實與深耕家庭教育，本計畫依據各主題之方案內容提供推動家庭教育之活動，學校可於國際家庭日即5月15日當天或該週以一天、一週甚至5月份整個月，利用晨光時間、週會、導師時間、午休、綜合活動、彈性課程、空白課程等日常性活動進行家庭教育方案，亦可於學校大型活動如家長會、運動會、校慶等；或是學期末考試完後一週進行家庭教育方案。另外可利用全校性活動如好書共享、我家／家人／家庭故事徵文、小書創作、家族關懷傳情、傳家寶貝大特寫、創意生活小秘訣、抗拒廣告小撇步、家庭共學好方法等活動進行家庭教育。而各班級進行活動方案或經由校園徵文、繪圖等活動後學生所產出之作品均可作為校園情境布置之用。以下僅提供學校在日常性、全校性、大型活動或校園情境布置等方式可進行之策略說明：

一、日常性活動

1.週會／晨光時間：各主題重要概念「短講」

(1) 事先由教師、輔導室／訓導處擇一主題之重要概念設計低、中、高年級數題深淺不一之問題及獎勵卡數張。

(2) 週會時，由教師、訓導／輔導主任或校長依據主題之重要概念內容做概念性解說。

(3) 解說過後，分年級進行有獎徵答活動，如：中、高年級的小朋友先蹲下或坐下，請低年級的小朋友回答問題，當老師讀完問題後認為『贊成』的小朋友請站著，『不贊成』的小朋友蹲下，並邀請一、兩位回答『贊成』的小朋友說一說想法，也請回答『不贊成』的小朋友說一說想法。依序再請中／高年級小朋友起立進行活動。

(4) 由教師、訓導／輔導主任或校長依據學童的回答給予回饋並頒發獎卡，使學童從發表的經驗中獲得學習的樂趣。

2.週會／晨光時間：短劇喀麥啦—大家一起想辦法

(1) 事先請輔導室／訓導處之『愛心小義工』依據主題故事為主要腳本排練，演出家庭生活短劇並製作相關內容之大字報。

(2) 由輔導室／訓導處之組長於朝會、晨光時間先引起學童之動機，再由『愛心小義工』進行短劇的演出。

(3) 由輔導室／訓導處之組長主持創意有獎徵答，就短劇內容請學生腦力激盪，提供創意解答或感想，並獎勵之。

3.週會／晨光時間：快問快答

由教師、輔導室／訓導處組長就主題內容進行快問快答活動，如以家庭生活管理為例，針對「有哪些方法可以讓自己不要買一些並不真正需要的東西呢？」，於週會／晨光時間請學生腦力激盪，提供創意答案，並獎勵之。

4.課堂教學

班級教師利用綜合活動、彈性等課堂時間，使用家庭教育課程擇一主題方案進行班級之家庭教育教學。

5.家庭教育圖書角

目前坊間有關兒童家人關係與金錢教育的童書不少，圖書館可於閱讀推廣活動中，參考各主題方案所提供的書單，除可做為老師們教學參考資源外，亦可於班級內設置班級圖書角推薦給學童閱讀。如：方案內參考的繪本「外婆萬歲」、「今天是什麼日子」、「雷公糕」、「傳家寶被」、「爺爺的肉丸子湯」等陳列於圖書角以利學生閱讀。

6.廣播短劇

(1) 以家族人際關係為例，事先由教師、輔導室／訓導處依據主題故事為腳本，編排「超級家族的信」以傳遞對家族成員關懷廣播劇。

(2) 由教師、輔導室／訓導處指導、訓練四五名學生或『愛心小義工』。

(3) 利用晨光時間、午休時間進行家庭劇播音。

(4) 就廣播短劇內容，請學生腦力激盪，提供其他的關懷語或撰寫感想小記，並獎勵之。

7.家庭共學好時光

由教師、輔導室／訓導處利用班、週會時間邀請學童父母、兄弟姐妹、爺爺奶奶等家人，以口頭或表演方式分享全家人共享家庭時光的好方法或心得感想。

8.「家庭共學一點靈」塗鴉

為鼓勵家庭共學，老師宜鼓勵學生回家製作專欄或留言本，讓學生和家人擁有彼此交流的專屬園地。設置班級「家庭共學一點靈」專欄或留言本，開放同學留言、塗鴉，共同分享並腦力激盪家庭共學的好方法。

二、全校性活動

1.創意故事改寫

以家人關係為例，配合「國際家庭日」由教師、輔導室／訓導處組長設計數個情境題，故事內容皆以家庭中發生的事件為背景，如家庭規則混亂而造成的一些家庭衝突或生活不快樂，請小朋友想一想，在這個情境裡，家人可以做哪些改變、該怎麼做，最後，可以把這個家庭故事改寫成一個「快快樂樂的家庭故事」。評選方式可以「創意性」、「可行性」做為評分標準。

2.「我家故事」徵文

以家人關係為例，第一階段由校長、老師以短文或圖文撰寫「我家故事」，分享一個自己家裡的故事（快樂或不快樂的都可以），從中找出所隱含的家庭規則，再分享這個家庭規則帶給自己的感覺。將文章其張貼在校園「家庭欄」中，引發學生興趣。第二階段則向學生邀稿撰寫「我家故事」，並將學生作品張貼於學校「家庭欄」，並匯集成冊作為家庭教育活動成果之一。

3.「我的家人／家庭」徵文

以家人關係中「家人的獨特性與重要性」之【一個都不能少】教案活動為例，請學生觀察一位家庭成員其所扮演的角色與其在家庭中的重要性，撰寫一篇關於「我的家人」的五百字短文；或以全家人的照片為引子，寫一篇「我的家庭」短文，並將內容豐富、溫馨動人的文章張貼於穿堂、走廊或刊登於學校刊物上。

4.「我家故事」小書創作

邀請學童以我家故事為題材，以連環圖畫、繪本方式，將「我家故事」做成5-10頁的「創意小書」。評選方式以「創意」、「內容」做為評分標準。

5.家族關懷溫馨傳情

由輔導室設計「家族關懷溫馨傳情」學習單，發送全校各班級進行關懷家族成員之內容撰寫，並設定一星期為回收期。給予有創意的小朋友獎勵卡。

6.「我家寶貝」大特寫

以家人關係之「家族中的人際關係」中「傳家寶貝網」方案活動為例，可將「傳家寶被」之繪本於各班級傳閱後，請學生將家中的傳家寶貝拍攝或繪製成圖並以三百字以內的短文寫出其對家庭所具有最最特別的意涵。並將學生的作品展示於學校的穿堂、走廊或網站上。

7.創意生活由我做起

以家庭生活管理為例，請小朋友想一想，「有哪些方法可以讓自己不要買一些並不真正需要的東西呢？」，在這個前提下，家人和自己可以做哪些改變、該怎麼做，請小朋友提供創意小秘訣，把它寫成一個小短文或四格漫畫。評選方式可以「創意性」、「可行性」做為評分標準。

8.抗拒廣告我在行

由教師、輔導室／訓導處蒐集各類廣告宣傳單設計成A4單張，請小朋友想一想面對這樣的廣告傳單，請小朋友提供我家「抗拒宣傳廣告單的好方法」獨門秘訣。將學習單發送全校各年級小朋友，並設定一星期為回收期。給予創意佳、方法好的小朋友獎勵卡以為鼓勵。

9.票選「精采家庭共學方案」

由各班先行票選出1個最精采的方案，張貼於各班走廊，利用朝會/週會或班群共同上課時間，請各班小朋友上台分享，再進行班群、全年級或全校最精采的家庭共學方案票選(每個小朋友可以有2票，避免大家皆選自己的班級而造成人數取勝)。

三、結合學校大型活動

結合學校辦理大型活動如運動會、校慶、婦幼節等，設立溫馨家庭專區進行各項家庭教育活動，如：

（一）闖關活動

以家人關係為例，借助志工家長或是實習老師等資源，辦理低年級之「家庭中的情緒表達」闖關活動，闖關主題與項目可配合各校實際教學或可融入之資源加以設計，以下列舉數例供老師們實際使用時參考。

1.第一關：說出三種情緒的名稱。

2.第二關：從情境佈置中，選出現在最能代表自己現在的情緒圖卡，並說出為什麼？

3.第三關：說出一件，在家中發生，令我快樂的事情。

4.第四關：當我跟家人吵架時，該如何處理自己的情緒呢？

5.第五關：晚上睡覺時，有壞人爬進來，我該怎麼辦？

老師可製作一張闖關卡，準備一些印章，當學生通過一關，就可以得到一個印章，集滿五個印章，就可以得到一個小禮物。藉由闖關活動，檢測學生是否對情緒有正確的認識，並能適當的表達自己的情緒。

（二）體驗活動

利用學校舉辦大型活動時辦理「體驗」活動，使兒童實際體驗當身體不受自己意識支配時的感覺，如以家人關係為例，辦理中年級「家人的獨特性與重要性」方案活動，請學生仔細觀察，想像自己老的時候五官與行動上的不便，進行「我是老人」的體驗活動：如雙腳各綁上一公斤沙袋行走五十公尺；戴上貼有描圖紙的眼鏡讀報；戴上耳塞聽一段故事並說出故事內容；請學生發表感想並給予獎勵。

（三）跳蚤市場

利用學校舉辦大型活動時辦理「跳蚤市場」活動，使學生實際體驗金錢賺取之不易以及評估自己的消費行為。另一方面，藉由本活動，更可引導兒童「物盡其用」以及「分享」的觀念，例如重新衡量一件物品的價值，或是將活動後的盈餘捐出做為公益之用，藉此建立兒童「金錢非至上」的價值觀。

（四）休閒活動博覽會

利用學校舉辦大型活動時數班合作，安排數個攤位，介紹適合全家人一起的從事的休閒活動，也可進行家庭休閒「認同簽名」活動，增加趣味性。

四、班級／校園情境佈置

1.班級情境佈置

教師於課堂完成各方案教學後，將學生完成的作品整理後，張貼於學生園地、教室外牆，或以鐵絲、透明袋懸掛於窗台。

以家人關係為例：

(1)低年級：教師將學生在課堂中完成之「我的情緒臉譜」學習單、「我是小勇士」彩繪作品，配合簡要的文字說明，加以佈置、張貼於班級學生園地。

(2) 中年級：教師於方案活動進行後將學生完成之「喜歡與不喜歡的家庭規則」海報，直接張貼於班級學生園地內。亦可將海報文字轉為電子檔，配合課程照片、海報照片、以及相關資訊，做為親師活動報導或資訊分享。將各組學童經討論後訂定的「家庭規則」簡單分類後匯整張貼於班級學生園地。於「許諾卡」完成後，將其拍照存檔作為母親節感恩系列活動報導內容之一；或將之護貝張貼於學生園地，另可將許諾卡配合母親感恩卡片、母親感恩文章、圖畫，送給母親。將方案活動後完成之「其實我懂你的心」、「家有一老，如有一寶」學習單，以透明袋張貼於班級學生園地內。

(3) 高年級：教師將「家族大調查」學習單及分組討論結果，張貼於海報上或製作檔案夾使學生能認識到不同的家族關係網絡型態。另將繩子形成網狀附貼於壁報欄，再將學童完成之「溫馨小語卡」夾上，使學童了解溫馨小語可串成家族支持網。「給超級家族的信」部分將信件內容請學生轉成各地風景明信片，並將風景明信片浮貼於台灣地圖或全球，使學生知道家族身處台灣或全球各地，是種資源也是支持的來源。將學生思考所得之家庭的「傳家寶貝」畫出並做文字說明，張貼於學生園地並請全班票選最具家族特殊性或代表性的傳家寶貝畫作。

以家庭生活管理為例：

(1) 低年級：教師將學生討論過後之「錢從哪裡來訪問單」集合貼在海報上，直接張貼於班級學生園地。教師亦可將海報文字轉為電子檔，配合課程照片以及相關資訊，做為親師活動的報導或資訊分享。於「錢，跑到哪裡去？」方案教學完成後，將學童腦力激盪後「有哪些方法可以讓自己不要買一些並不是真正需要的東西呢？」結果簡單分類後，匯整張貼於班級學生園地。「大富翁」遊戲收回後，將活動進行過程拍照存檔，作為金錢價值系列活動報導內容，佈置於班級學生園地。

(2) 中年級：教師將學童在課堂討論與發表有關金錢管理相關活動，應用相片或短片形式記錄下來，做為平面或數位型態的佈置，亦可做為親師活動的報導或資訊分享。並將學童完成的學習單，張貼於班級學生園地，做為學習成果之展示。

(3) 高年級：教師完成方案活動之後將「對抗廣告最適當的方法」海報、「生日快樂」學習單裝入透明袋張貼於教室外牆。另將各組完成的「我的選擇」海報、全班統計後的「我的選擇」結果重新排列於海報上張貼於教室外牆。並於活動完成當天請小朋友書寫活動心得，隔日將心得張貼於學生園地內以供其他同學觀賞。將學童撰寫「難忘的生日禮物」作文或小日記張貼於班級學生園地內。

以家庭共學為例

(1) 家庭休閒：教師將學生們討論後各式各樣家庭休閒活動分門別類，使有休閒活動的家庭分享其所從事之家庭休閒活動，對於沒有休閒活動的家庭則提供可資學習或效法的休閒活動。將分類後家庭休閒活動以透明袋或海報設計張貼於教室外牆。

(2) 家庭體驗：由老師講解家庭共學的重要概念後，進行票選「最有趣味的家庭共學方案」，選出班級中最精采的5個方案，將方案以海報方式張貼於班級學生園地內。設置班級「家庭共學一點靈」專欄或留言本，開放同學留言、塗鴉，共同分享並腦力激盪家庭共學的好方法。將「愛的語言」腦力激盪的答案寫在海報紙上，張貼於班級學生園地或走廊。並可進行延伸活動，如製作一張愛的小卡、愛的圖畫作為課程的總結，於展示後送給家人作為精心的愛的禮物。請小朋友將回家與家人共同體驗大自然的成果，如：心得、畫畫、一起製作的童玩、蒐集到的物品…等，帶來學校做展示。

2.校園情境佈置

學校可利用以下幾種方式，長時間持續推動家庭教育活動，如：

(1) 愛家佈告欄

學校川堂、走道、各樓層、各間教室，都設有公佈欄，可選擇部分區域，作為「愛家佈告欄」，定期張貼不同主題的家庭故事、家庭照片、爸爸媽媽的話、家庭議題剪報、親職文章欣賞、家庭活動訊息、溫馨短句…。

各班級欲進行的家庭教育活動，可利用佈告欄與其他班級作資源分享與溝通，或尋求資源協助。此外，班級或年級進行過的家庭教育活動成果，亦可以在此佈告欄做展示。愛家佈告欄可作為班級與班級、學校與班級、學生彼此之間溝通分享家庭教育活動的管道。如低年級教師將各種情緒圖卡及學生繪製的「變臉扇」張貼在校園中，配合簡要的文字說明，使學童看到一群快樂、開心的臉和一群生氣、憂傷的臉，從而認識情緒、辨認情緒，並在欣賞作品中學習適當的情緒表達方式。請小朋友從課堂中，對情緒的觀察與認識，加以回想，延伸至家庭生活中家人的情緒表達方式，藉由畫筆、描繪出家人間生動、誇張、逗趣的情緒互動場面進行「我畫我家」彩繪活動。教師挑選生動、特殊、有創意或是有意義的作品張貼，並在全國家庭日、學校日或辦理親職教育活動時，讓家長也有機會欣賞與學習。

(2) 愛家信箱

輔導室除固定進行之小博士信箱活動外，亦可另置愛家信箱，提供教師與學生諮詢的管道。

◆ 教師如何運用愛家信箱

教師在班級經營時，常會遇到與家庭相關的問題，輔導室除針對特殊學生進行追蹤輔導外，另提供愛家信箱，作為教師尋求資源的管道。

◆ 學生如何運用愛家信箱

學生在家庭裡，或多或少會與父母、兄弟姐妹產生一些衝突，或者是對於家人行為、家庭事件感到疑惑…，學生可將這些問題或疑惑，以匿名的方式，投在愛家信箱中。

輔導室本身可結合各地家庭教育中心、民間機構、醫療單位，針對教師所提出問題進行不定期之團體討論，或利用週三教師進修時間以案例分享的方式，進行全校教師分享與討論。至於學生提出的疑問先由輔導室教師處理，再諮詢專業團體，並定期利用週會時間將學生提出的問題以戲劇或廣播方式做說明與提出解決之道；或利用晨會、全校教師會議

時，將這些問題與解決方式，跟全校教師分享與討論後，再由各班教師與學生做討論。

(3) 愛家頻道

教育部與民間相關機構，業已出版許多家庭教育相關影片、音樂、電視節目、廣播節目…，由輔導室統籌挑選後，固定在每週的晨光時間或午飯時間，提供影片、廣播、音樂給全校師生欣賞。

(4) 愛家圖書區

教育部與民間書籍出版社業已發行相當多家庭相關書籍。可在圖書室、輔導室，設置「愛家圖書」區，將相關書籍集中擺放，提供教師與學生閱讀與使用，並定期提供或更新班級內之相關書籍。

學校圖書館的「愛家圖書區」可做為愛家相關書籍的集散地，各班欲進行家庭教育課程，可在此區借閱相關書籍；利用書及輔助課程進行後，便將此書置於班級教室的圖書角，提供學生課程後再閱讀。

(5) 愛家服務

輔導室整合義工媽媽、公家單位、民間單位、社區服務等相關家庭教育服務資源，提供各類服務內容給教師與學生，當其有相關需求時，協助其聯絡並獲取資源。如7-11提供學童臨時安全保護措施、社區巡守提供家戶安全。

(6) 愛家報報

輔導室定期發行刊物，藉以建立親師間、學校與家長間的雙向溝通與資訊傳遞的平台。並與各年紀教師合作利用作文課、家庭作業、家庭教育活動課程等…，請學生撰寫以「愛家」為主題之相關文章，如家庭溫馨故事、家庭糗事、阿嬤的小祕方、家族遊記…。再由輔導室收稿、刊登。

各班進行的家庭教育活動成果，亦可以文章、照片、活動報導方式，由愛家報報彙整後刊登。每年校慶或成果展覽時，愛家報報亦可做為成果展示的一部份。另以家庭共學為例，設計「家庭共學一點靈」專欄，開放老師、家長與同學留言、塗鴉，共同分享並腦力激盪家庭共學的好方法。

貳、全國家庭週

一、全國家庭日：

（一）使用說明：教師選擇一個家庭教育教學目標，並從本書諸多方案中選擇適合學生年齡層的單一主題，搭配不同活動方式，利用一天的時間，進行以「日」為單位的家庭教育活動。

（二）施行單位：以一個班級為基本單位，也可以擴展到全年級。

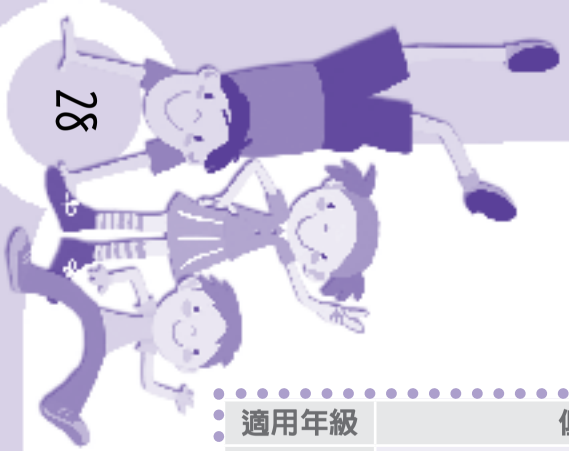
（三）運用時機：配合「全國家庭日」，進行家庭教育活動。

（四）設計範例：以下提供「家人關係」、「家庭生活管理」、「家庭共學」等主題依各年級所規劃設計的「全國家庭日」活動範例

【範例僅供參考，教師亦可自行組合成不同家庭日的型式】

範例一：家人關係

適用年級	低年級		中年級		高年級	
主題名稱	家庭中的情緒表達		家人的獨特性與重要性（一）		家族人際關係	
設計理念	以課堂教學方式結合情境佈置增進學生對家庭中情緒表達的了解。	以課堂教學方式結合短劇演出增進學生對家庭中情緒表達的了解。	以課堂教學方式，結合體驗活動增進學生對家人的獨特性與重要性的了解。	以課堂教學方式，結合徵文活動增進學生對家人的獨特性與重要性的了解。	以家族中的人際關係為主題，透過課堂教學及創意徵選，體會家族資源多。	以家族中的人際關係為主題，透過課堂教學及校園徵照片，徵求傳家寶貝照片活動，體會家族傳承的重要性。
一日作息	活動規劃（一）	活動規劃（二）	活動規劃（一）	活動規劃（二）	活動規劃（一）	活動規劃（二）
晨光時間	說明今日活動內容		說明今日活動內容		說明今日活動內容	
上午	課堂教學： 變臉	課堂教學： 怒氣也會爬樓梯	課堂教學： 其實我懂你的心	課堂教學： 老人家的故事	課堂教學： 家族中的人際關係 活動一， 家族資源多	課堂教學： 家族中的人際關係 活動三， 傳家寶貝網
下午					「家族關懷溫馨傳情」－徵選關懷家族成員之創意作品	「我家寶貝大特寫」－徵選傳家寶貝照片或圖畫
活動教案參考來源	1.「變臉」活動內容請參考本手冊第53頁「家庭中的情緒表達」主題方案活動一。	1.「怒氣也會爬樓梯」活動內容請參考本手冊第57頁「家庭中的情緒表達」主題方案活動二。	1.「其實我懂你的心」活動內容請參考本手冊第90頁「家人的獨特性與重要性」主題方案活動一。	1.「老人家的故事」活動內容請參考本手冊第98頁「家人的獨特性與重要性」主題方案活動三。	1.「家族資源多」活動內容請參考本手冊第110頁「家族中的人際關係」主題方案活動一。	1.師長短講內容參考本手冊之「家族中的人際關係」重要概念與說明。 2.「家族中的人際關係」活動內容請參考本手冊第124頁「家族中的人際關係」主題方案活動三。



<table>
<tr><td>適用年級</td><td>低年級</td><td colspan="2">中年級</td><td>高年級</td></tr>
<tr><td>主題名稱</td><td rowspan="2"></td><td colspan="2">家庭規則（二）</td><td rowspan="2"></td></tr>
<tr><td>設計理念</td><td>以課堂教學方式結合情境佈置增進學生為家庭規則的了解。</td><td>以課堂教學方式，結合我家故事徵文增進學生對家庭規則的了解。</td></tr>
<tr><td>一日作息</td><td rowspan="4"></td><td>活動規劃（一）</td><td>活動規劃（二）</td><td rowspan="4"></td></tr>
<tr><td>晨光時間</td><td colspan="2">說明今日活動內容</td></tr>
<tr><td>上午</td><td>1.週會短講、短劇演出。
2.課堂教學：家庭規則翹翹板。</td><td>1.週會短講、短劇演出。
2.課堂教學：訂做我們的家庭規則。</td></tr>
<tr><td>下午</td><td>全年級活動：
快樂家庭日。</td><td>今日活動：
分享與回顧</td></tr>
<tr><td>活動教案參考來源</td><td></td><td>1.「家庭規則翹翹板」今日活動分享與回顧
2.活動內容請參考本手冊第71頁「家庭規則」主題方案活動一。</td><td>1.「訂做我們的家庭規則」活動內容請參考本手冊第74頁「家庭規則」主題方案活動二。</td><td></td></tr>
</table>

範例二：家庭生活管理

適用年級	低年級		中年級		高年級	
主題名稱	金錢價值觀		金錢的賺取、花費與儲蓄		需要與想要	
設計理念	以課堂教學方式結合短劇演出，增進學生對於金錢來源的瞭解。	以課堂教學方式結合有獎徵答，增進學生合理支配金錢的行為能力。	以課堂教學方式結合情境佈置增進學生對家庭經濟的了解。	以課堂教學方式，結合閱讀推廣，使學生了解謹慎用錢的重要性。	以課堂教學方式結合主題故事布偶短劇演出，增進學生對廣告識讀能力，區辨需要與想要。	以課堂教學方式，結合閱讀繪本，使學生具區辨需要與想要的能力。
一日作息	活動規劃（一）	活動規劃（二）	活動規劃（一）	活動規劃（二）	活動規劃（一）	活動規劃（二）
晨光時間	說明今日活動內容	師長短講： 哪些是生活必須？ 哪些並非必須？	說明今日活動內容		說明今日活動內容	
上午	課堂教學： 錢從哪裡來	課堂教學： 錢，跑到哪裡去？	課堂教學： 開源節流，共創財富	課堂教學： 適當支出好生活	1.週會短講、主題故事布偶短劇演出。 2.課堂教學：購夠樂	1.週會重要概念短講 2.閱讀繪本：外婆萬歲
下午	全年級綜合活動：短劇演出、快問快答	全年級綜合活動『快問快答』：針對「有哪些方法可以讓自己不要買一些並不真正需要的東西呢？」讓小朋友提出各種創意的答案			1.全年級票選「對抗廣告最適當的方法」活動 2.健康廣告創作創意作品	1.課堂教學：我的選擇 2.小書創作：生日萬歲圖畫

活動教案參考來源	「錢從哪裡來」活動內容請參考本手冊第138頁「金錢價值觀」主題方案活動一。	1.師長短講內容可參考手冊之重要概念「需要」和「想要」與說明。 2.「錢，跑到哪裡去？」活動內容請參考本手冊第141頁「金錢價值觀」主題方案活動二。	1.「開源節流，共創財富」活動內容請參考本手冊第163頁「金錢的賺取、花費與儲蓄」主題方案活動三。	1.「適當支出好生活」活動內容請參考本手冊第161頁「金錢的賺取、花費與儲蓄」主題方案活動二。	1.「購夠樂」活動內容請參考本手冊第173頁「需要與想要」主題方案活動一。	1.師長短講內容可參考手冊「需要」和「想要」之重要概念與說明。 2.請先向圖書館借繪本「外婆萬歲」。 3.「我的選擇」活動內容請參考本手冊第186頁「需要與想要」主題方案活動三。

範例三：家庭共學

適用年級	中高年級		各年級皆適用	
主題名稱	家庭共學－家庭休閒		家庭共學－家庭體驗	
設計理念	以課堂教學方式結合短劇演出增進學生對家人共學休閒的了解	以課堂教學方式結合環境布置增進學生對家人共學休閒的了解	結合課堂教學與情境佈置，增進學生對家庭共學的興趣與了解。	
一日作息	活動規劃（一）	活動規劃（二）	活動規劃（一）	活動規劃（二）
晨光時間	說明今日活動內容	說明今日活動內容	說明今日活動內容，由進行「短講」活動	說明今日活動內容，由進行「短劇喀麥啦--大家一起想辦法」活動
上午	課堂教學： family time	課堂教學： 休閒志願	課堂教學： 家庭共學活動設計一(貼心愛語)	
下午			回家作業：提醒小朋友回家與家人執行家庭共學活動	1.課堂教學：家庭共學活動設計二(體驗大自然) 2.回家作業：提醒小朋友回家與家人執行家庭共學活動
活動教案參考來源	1.「family time」活動內容請參考本手冊第198頁「家人共學之休閒部分」主題方案活動一。	1.「休閒志願」活動內容請參考本手冊第205頁「家人共學之休閒部分」主題方案活動二。	1.「貼心愛語」活動內容請參考本手冊第220頁「家庭共學」活動設計一。	1.「體驗大自然」活動內容請參考本手冊第224頁「家庭共學」活動設計二。

二、單一主題家庭週：

（一）使用說明：教師選擇一個家庭教育教學目標，並從本書諸多方案中選擇適合學生年齡層的單一主題，搭配不同活動方式，每一天都進行1-2項家庭教育活動，組成以「週」為單位進行的家庭教育活動。

（二）施行單位：以一個班級為基本單位，也可以擴展到全年級。

（三）運用時機：配合「全國家庭日」當週，進行家庭週活動。

（四）設計範例：以下提供「家人關係」、「家庭生活管理」、「家庭共學」等主題依各年級所規劃設計的「單一主題家庭週」活動範例

【範例僅供參考，教師亦可自行組合成不同家庭週的型式】

範例一：家人關係

適用年級：低年級

單一主題家庭週活動設計					
主題名稱	家庭中的情緒表達				
設計理念	以課堂教學方式結合闖關活動增進學生對家庭中情緒表達的了解				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	週會短講				
上午	環境佈置（情緒繪本簡要說明，搭配情緒圖卡）	課堂教學【變臉】	課堂教學【怒氣也會爬樓梯】	課堂教學【我是小勇士】	闖關活動
下午					
活動教案參考來源	1.活動內容請參考本手冊第53頁「家庭中的情緒表達」主題方案活動設計一至三。				

適用年級：中年級

單一主題家庭週活動設計（一）					
主題名稱	家庭規則				
設計理念	家庭規則無所不在，是影響家庭功能運作的重要因素，藉著家庭規則家庭週的活動，帶領孩子從認識家庭規則是什麼、分享自己喜歡與不喜歡的家庭規則，最後引導孩子思考家庭規則對家庭生活的意義，並嘗試訂定合宜的家庭規則。透過一連串的活動，最後期許孩子與家人一起為家庭努力，維繫屬於家庭獨特的互動模式，使家庭生活更快樂。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	我家故事分享			創意故事分享
上午	週會短講短劇演出	創意故事改寫	課程教學【訂做我們的家庭規則】	快樂家庭	活動統整與回饋
下午				環境佈置	
活動教案參考來源	1.「訂做我們的家庭規則」活動內容請參考本手冊第74頁「家庭規則」主題方案活動二。				

單一主題家庭週活動設計（二）					
主題名稱	家人的獨特性與重要性				
設計理念	以課堂教學方式，結合體驗活動、徵文與教室布置增進學生對家人的獨特性與重要性的了解				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	課堂教學【你們都是我的最愛】		教室布置	課堂教學【一個都不能少】	
下午	體驗活動			校園徵文	
活動教案參考來源	1.「你們都是我的最愛」活動內容請參考本手冊第94頁「家人的獨特性與重要性」主題方案活動二。 2.「一個都不能少」活動內容請參考本手冊第102頁「家人的獨特性與重要性」主題方案活動四。				

適用年級：高年級

單一主題家庭週活動設計					
主題名稱	家族中的人際關係				
設計理念	家族中的人際關係以廣播短劇、創意徵選及課堂教學等系列活動，使學生天天體會家族的影響性。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	廣播短劇播音	家族關懷創意徵答	校園徵照片	繪本閱讀【傳家寶被】
上午	1.週會短講 2.主題故事短劇演出	課堂教學【超級家族網絡支持多】	課程教學【訂做我們的家庭規則】	課程教學【傳家寶貝網】	活動統整與回饋
下午	課堂教學【家族資源多】	環境佈置【家族資源多】		環境佈置【超級家族網絡支持多】	
活動教案參考來源	1.活動內容請參考本手冊第110頁「家族中的人際關係」主題方案活動設計一至三。				

範例二：家庭生活管理

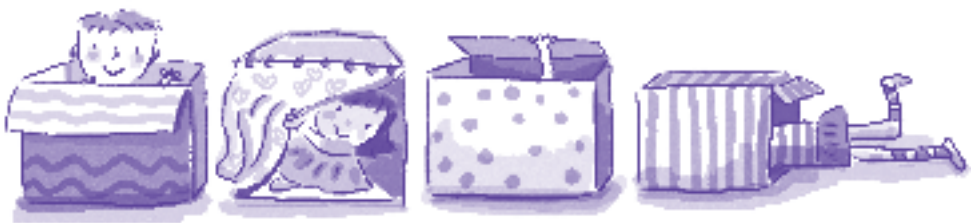
適用年級：低年級

單一主題家庭週活動設計					
主題名稱	金錢價值觀				
設計理念	以課堂教學方式結合短劇、情境布置等，增進學生對於金錢價值的瞭解。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	短劇演出		重要概念短講	快問快答活動	
上午	課堂教學【錢從哪裡來】	課堂教學【錢跑到哪裡去】	情境布置「錢從哪裡來」訪問單海報展示	情境布置創意短文	課堂教學【有價VS無價】

活動教案參考來源	1.重要概念可參考本手冊第134頁「金錢價值觀」之重要概念與說明。 2.活動內容請參考本手冊第138頁「金錢價值觀」主題方案活動設計一至三。 3.延伸活動參考前文

適用年級：中年級

單一主題家庭週活動設計					
主題名稱	金錢的賺取、花費與儲蓄				
設計理念	透過對「收入」與「支出」的探討，了解家庭金錢的來源與去向；並藉由實際觀察或訪問，關心自己家庭的消費狀況與生活方式。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	週會短講			閱讀推廣	
上午		課堂教學【賺錢與花錢】			課堂教學【適當支出好生活】
活動教案參考來源	1.「賺錢與花錢」活動內容請參考本手冊第154頁「金錢的賺取、花費與儲蓄」主題方案活動一。 2.「適當支出好生活」活動內容請參考本手冊第161頁「金錢的賺取、花費與儲蓄」主題方案活動二。				



適用年級：高年級

單一主題家庭週活動設計					
主題名稱	需要與想要				
設計理念	需要與想要以布偶短劇、溫馨故事徵選與分享、課堂教學、繪本閱讀等系列活動，使學生沈浸於區辨需要與想要的環境中。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	閱讀廣告宣傳單	分享「難忘的生日禮物」	分享「難忘的生日禮物」	繪本閱讀「外婆萬歲」
上午	主題故事布偶短劇演出 重要概念短講	課堂教學【購夠樂】	課程教學【訂做我們的家庭規則】	課堂教學【我的選擇】	活動統整與回饋
下午	徵選家庭溫馨故事：「難忘的生日禮物」	環境佈置「對抗廣告最適當的方法」		環境佈置「我的選擇」	
活動教案參考來源	1.活動內容請參考本手冊第173頁「需要與想要」主題方案活動設計一至三。				

範例三－1：家庭共學－家庭休閒

適用年級：中高年級

單一主題家庭週活動設計	
主題名稱	家庭休閒
設計理念	以課堂教學方式結合其他活動增進學生對家人共學休閒的了解。

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	分享家人休閒	分享家人休閒	分享家人休閒	分享家人休閒
上午	週會短講	課堂教學【family time】	課堂教學【休閒志願】	課堂教學【休閒分享餐】	回饋時間
下午	短劇演出	環境佈置		校園徵文	
活動教案參考來源	1.活動內容請參考本手冊第198頁「家庭共學－家庭休閒」主題方案活動設計一至三。				

範例三－2：家庭共學－家庭體驗

適用年級：適用各年級

單一主題家庭週活動設計					
主題名稱	家庭共學－家庭體驗				
設計理念	1.結合課堂教學與情境佈置，增進學生對家庭共學的興趣與了解。 2.鼓勵學生家長及家人的參與，真正達到家庭共學的目的。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動				
上午	1.週會短講 2.課程教學【貼心愛語】	班級票選【精采家庭共學方案】	全校票選「精采家庭共學方案」	課程教學【體驗大自然】	
下午					課程教學【回饋時間】
活動教案參考來源	1.活動內容請參考本手冊第218頁「家庭共學－家庭體驗」主題方案活動設計一至三。 2.鼓勵學生於晚間或週末與家人共同執行家庭共學活動。				

三、多元主題家庭週：

（一）使用說明：教師自訂一個中心教學目標，並從本書諸多方案中，選擇適合學生年齡層的活動，組成跨主題的家庭教育活動。在一週裡面，每一天都進行1-2項不同主題的家庭教育活動。

（二）施行單位：以一個班級為基本單位，也可以擴展到全年級。

（三）運用時機：配合「全國家庭日」當週，進行家庭週活動。

（四）設計範例：以下提供「家人關係」、「家庭生活管理」、「家庭共學」等主題依各年級所規劃設計的「單一主題家庭週」活動範例

【範例僅供參考，教師亦可自行組合成不同家庭週的型式】

範例一：家人關係

適用年級：低年級

多元主題家庭週活動設計					
主題名稱	家庭中的情緒表達				
設計理念	以課堂教學方式結合情境佈置增進學生對家庭中情緒表達的了解				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動				有獎徵答
上午	週會短講短劇演出	課堂教學【我是小勇士】	課堂教學【有償VS無償】	情境佈置	活動統整與回饋
下午					
活動教案參考來源	1.「我是小勇士」活動內容請參考本手冊第62頁「家庭中的情緒表達」主題方案活動一。 2.「有償VS無償」活動內容請參考本手冊第145頁「金錢價值觀」主題方案活動三。				

適用年級：中年級

多元主題家庭週活動設計（一）					
主題名稱	家庭規則				
設計理念	融合多元主題的家庭週活動，從促進學生對家人的了解開始，進而探索各個家庭不同的家庭規則、互動方式，並請學生以文章分享自己家庭的故事，並以創意故事改寫，規劃自我家庭願景。在了解家庭互動模式後，family time活動，則期許孩子返回家庭裡，嘗試從自己的家庭生活裡，找出可以與家人分享、共學的時間，並由學生自身做起，努力讓我們的家庭生活更快樂。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動		分享我家故事		分享許諾卡
上午	課程教學【其實我懂你的心】		創意故事改寫	課程教學【Family time】	活動統整與回饋
下午		課程教學【訂做我們的家庭規則】			
活動教案參考來源	1.「訂做我們的家庭規則」活動內容請參考本手冊第74頁「家庭規則」主題方案活動二。 2.「其實我懂你的心」活動內容請參考本手冊第90頁「家人獨特性與重要性」主題方案活動一。 3.「family time」活動內容請參考本手冊第198頁「家庭共學—家庭休閒活動」主題方案活動一。				

多元主題家庭週活動設計（二）					
主題名稱	Oh！吾愛吾家				
設計理念	以課堂教學方式結合其他活動增進學生對家人的獨特性與重要性之了解。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	體驗活動	發表【公平？不公平？】學習單	家人照分享	家人照分享
上午	週會短講心理測驗	課堂教學【你們都是我的最愛】	課堂教學【一個都不能少】	課堂教學【休閒分享餐】	活動統整與回饋
下午					教室布置
活動教案參考來源	1.「你們都是我的最愛」活動內容請參考本手冊第94頁「家人的獨特性與重要性」主題方案活動二。 2.「一個都不能少」活動內容請參考本手冊第102頁「家人的獨特性與重要性」主題方案活動四。 3.「休閒分享餐」活動內容請參考本手冊第210頁「家庭共學－家庭休閒」主題方案活動三。				

適用年級：高年級

多元主題家庭週活動設計	
主題名稱	家族中的人際關係
設計理念	結合家族中的人際關係及需要與想要主題，透過廣播短劇及課堂教學等系列活動，使學生天天體會家人關係與家庭生活的重要性

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	廣播短劇播音	繪本閱讀【外婆萬歲】	分享【難忘的生日禮物】	課堂教學【傳家寶被網】
上午	週會短講主題故事短劇演出	課堂教學【家族資源多】	環境佈置	環境佈置【生日禮物】	活動統整與回饋
下午		環境佈置【家族資源多】			
活動教案參考來源	1.「家族資源多」活動內容請參考本手冊第110頁「家族中的人際關係」主題方案活動三。 2.「生日禮物」活動內容請參考本手冊第179頁「需要與想要」主題方案活動二。				

範例二：家庭生活管理

適用年級：低年級

多元主題家庭週活動設計					
主題名稱	金錢價值觀				
設計理念	以多元方式增進學生對於金錢價值的瞭解				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動 短劇演出		重要概念短講	分享、回饋【愛的語言】	快問快答活動
上午	課堂教學【錢從哪裡來】		課堂教學【家庭共學：貼心愛語】	課堂教學【錢跑到哪裡去了】	情境布置創意短文
下午		情境布置【錢從哪裡來】訪問單海報			

活動教案參考來源	1.重要概念可參考本手冊第135頁「金錢價值觀」之重要概念與說明。 2.「錢從哪裡來」、「錢跑到哪裡去了」活動內容請參考本手冊第138頁「金錢價值觀」主題方案活動一、二。 3.「貼心愛語」活動內容請參考本手冊第220頁「家庭共學－家庭體驗」主題方案活動一。 4.延伸活動參考前文。

適用年級：中年級

多元主題家庭週活動設計					
主題名稱	家庭收支與休閒活動				
設計理念	在探討了家庭的收入與支出情形後，藉由家庭休閒活動的規劃，可以考驗一家人能否在「活動內容」與「金錢」之間取得平衡。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	閱讀推廣			閱讀推廣
上午	週會短講短劇演出	課堂教學【賺錢與花錢】	課堂教學【適當支出好生活】	課堂教學【休閒分享餐】	活動統整與回饋
下午			情境佈置		
活動教案參考來源	1.「賺錢與花錢」活動內容請參考本手冊第154頁「金錢的賺取、花費與儲蓄」主題方案活動一。 2.「適當支出好生活」活動內容請參考本手冊第161頁「金錢的賺取、花費與儲蓄」主題方案活動二。 3.「休閒分享餐」活動內容請參考本手冊第210頁「家人共學－家庭休閒」主題方案活動三。				

適用年級：高年級

多元主題家庭週活動設計					
主題名稱	需要與想要				
設計理念	結合需要與想要及家族中的人際關係主題，透過布偶短劇、課堂教學、家庭故事徵文及繪本閱讀等系列活動，建立學生家庭生活管理的能力。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	溫馨家庭故事「難忘的生日禮物」徵文活動	分享【難忘的生日禮物】	分享【難忘的生日禮物】	繪本閱讀【外婆萬歲】
上午	週會短講主題故事布偶劇演出	課堂教學【購夠樂】	課堂教學【傳家寶被網】	課堂教學【我的選擇】	
下午		環境佈置【購夠樂】	情境佈置	環境佈置【我的選擇】	回饋與統整
活動教案參考來源	1.「傳家寶被網」活動內容請參考本手冊第124頁「家族中的人際關係」主題方案活動三。 2.「購夠樂」、「我的選擇」活動內容請參考本手冊第173頁「需要與想要」主題方案活動一、三。				

範例三－1：家庭共學－家庭休閒

適用年級：中高年級

多元主題家庭週活動設計					
主題名稱	家庭共學				
設計理念	以課堂教學方式結合其他活動增進學生對家人共學休閒的了解				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動	家人共學分享	家人共學分享	家人共學分享	分享貼心愛語
上午	週會短講	課堂教學【Family time】	課堂教學【體驗大自然】	課堂教學【貼心愛語】	回饋時間
下午	短劇演出	環境佈置		環境佈置	

活動教案參考來源	1.「Family time」活動內容請參考本手冊第198頁「家人共學－家庭休閒」主題方案活動一。 2.「體驗大自然」活動內容請參考本手冊第224頁，「家人共學－家庭體驗」主題方案活動二。 3.「貼心愛語」活動內容請參考本手冊第220頁「家人共學－家庭體驗」主題方案活動一。

範例三－2：家庭共學－家庭體驗

適用年級：適用各年級

家庭教育週活動設計（二）：多元主題					
主題名稱	我會愛				
設計理念	1.結合課堂教學與情境佈置，增進學生對家庭共學的興趣與了解。 2.鼓勵學生家長及家人的參與，真正達到家庭共學的目的。				
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨光時間	說明家庭週活動 家庭共學「短講」			「短劇喀麥啦--大家一起想辦法」活動	
上午	課堂教學【超級家族網路支持多】		課堂教學【生日禮物】	課堂教學【訂做我們的家庭規則】	
下午		課堂教學【貼心愛語】			課堂教學【回饋時間】
情境佈置	1.事前準備：校園—「家庭共學一點靈」塗鴉專欄。 班級—「家庭共學好時光」心情佈告欄。 2.課堂成果展示：海報、心得、許諾卡等等。				

活動教案參考來源	1.活動內容請參考本手冊第220頁「家庭共學」活動設計一、三。 2.「超級家族網路支持多」活動內容請參考本手冊第118頁「家人關係中的正向情感表達」活動設計二。 3.「家庭規則翹翹板」活動內容請參考本手冊第71頁「家庭規則」活動設計二。 4.「生日禮物」活動內容請參考本手冊第179頁「需要與想要」活動設計二。 5.鼓勵學生於晚間或週末與家人共同執行家庭共學活動。 6.鼓勵學生運用各種「貼心愛語」與家人互動、彼此表達愛。 7.老師可在聯絡簿的親師交流進行「我會愛」的家庭教育週主題說明，請小朋友回家練習，並請家長回饋，可幫助週五課程教學各年級的回顧與回饋。

課程教案篇

活力家庭
三重奏

★ 教學主題：家庭中的情緒表達（低年級適用）

一、主題故事

小麗今天在學校和她最好的朋友小萍吵架，放學後悶悶不樂地回到家，看見小狗興高采烈地跑來要跟她「親熱」，她順勢一腳，把小狗踢得老遠，小狗汪汪大叫不止。這時，剛剛忙了一天下班回到家的媽媽，看見小麗如此蠻橫，不分青紅皂白的訓了小麗一頓，小麗又傷心又委屈地哭了起來，爸爸對媽媽說：「妳幹嘛好端端的一看到女兒就訓她呢？」爸爸和媽媽你來我往、你一句我一句的吵了起來。就這樣，一家三口原本準備卸下一天的疲憊，好好享受這個平靜的夜晚，沒想到現在變得劍拔弩張，哭的哭、鬧的鬧。

二、重要概念

一、家庭情緒是一個整體，每個家庭成員都會受到家庭整體情緒的影響，不能置身事外。保持個人良好而穩定的情緒，不僅能增進自己的身心健康，同時也能增進家人的身心健康。

二、影響兒童情緒發展的因素很多，包含：孩子天生的性格、家庭的教育方式、學校課業成績、隨著年齡增長後的性格轉換、社會與文化環境的影響、學校的同儕環境等。

三、了解壓力來源，協助有效處理生活、課業與人際關係的困難，是度過情緒危機的關鍵。

四、透過傾聽、同理、支持處理情緒的問題。

五、學習面對自己的情緒、表達與紓解情緒所造成的壓力是重要的。

家庭氣氛會傳染

在影響人們健康的因素中，家庭情緒是極易被忽視而又相當重要的因素。保持良好而穩定的情緒，不僅能增進自己的身心健康，同時也能增進家人的身心健康。家庭中的每一個成員都會受到家庭情緒的影響，快樂的家庭人人快樂，消沉煩悶的家庭則使人煩惱。

心情好才會身體好

心理學家提醒人們要保持良好而穩定的情緒，以增進自己身心健康。其實，僅僅關注自己的情緒是不夠的。因為，每個人每天的生活作息、時間表都和家庭有著緊密的關係。而家庭情緒是一個整體，每個家庭成員都會受到整體情緒的影響。有人說：「在快樂的家庭中生活的每一個人，是快樂的；在煩悶、消沈的家庭中生活的成員則很難擺脫不快樂的陰影。」的確，在一個情緒緊張且惡劣的家庭中，怎麼能笑口常開？

家庭成員情緒的總和構成了家庭情緒。反過來，家庭情緒又對每個家庭成員的情緒造成影響。因此，當我們認識到情緒的重要性之後，就應該時刻關注自己的家庭情緒，從小就開始學習處理好個人的情緒。

喜怒哀樂影響大

人的情緒總共分為四大類，分別為：愉快、難過、憤怒與恐懼。兒童的情緒發展開始於出生後的第六週，首先是表現愉悅，這代表生理上已經有食物填飽肚子的愉悅感。當孩子成長至第三十二週後，會開始發展其他三類—難過、憤怒、恐懼的負面情緒。

影響情緒發展的因素很多，包含：天生的性格、家庭的教育方式、學校課業成績、隨著年齡增長後的性格轉換、生活在何種社會與文化環境下、學校的同儕環境等。最常見的家庭情緒困擾是兄弟姊妹之間的「手足競爭」，第一個孩子出生後，父母往往給他最好的呵護，但是當有第二個孩子降臨時，老大開始產生嫉妒感，因為他感覺到父母沒有給自己昔日的注意力和呵護時，會將嫉妒與憤怒轉移到老二。

另外，父母的爭吵容易使兒童的心理產生不安全感，認為父母的爭吵是因為自己不乖，進而壓抑自己情緒，久而久之，便產生了憂鬱、驚恐的情緒。而在家庭暴力下成長的兒童，在情緒發展的過程中，可能會出現極端的情緒反應或是情緒發展遲緩的現象。他們在情緒的表達上，比起發展正常的孩子會顯得無所適從，不知道該如何表達心中的感受。

正面情緒能中和壓力及負面情緒帶來的身心影響，例如觀看引發正面情緒電影的人，比觀看引發傷感電影的人，更快從受壓的身體反應（例如心跳加速）復元過來；長遠來說，經驗愈多的正面情緒，我們面對壓力和逆境的身心回彈力更強。情緒所挾帶的強大威力，不僅左右孩童的行為、影響兒童的神態表情，同時也會增強或削弱兒童參與智能活動的意願、提升或阻礙兒童通熟智能活動的程度，其對學習之影響不容小覷。

試著說出來

當兒童生氣得兩手握拳、眼珠斜瞪，或是傷心得哭紅雙眼，以及驚恐不安的害怕時，師長可以透過一些方式，幫助他離開這樣的情緒。

（一）傾聽：以生氣為例，讓生氣的兒童說一說：「他為什麼生氣？」一邊說師長也可以一邊讓兒童明白「他是可以發脾氣的。」師長必須接納「發脾氣的孩子」，讓兒童明白：情緒是他的朋友，而非敵人，引導兒童接納「自己的情緒」。

（二）同理：支持與了解，可以除去兒童的「防衛」，讓兒童知道無論發生什麼，在師長面前都可以坦然安心，唯有接近孩子

的心，才能撫平孩子的情緒，避免叛逆、偏差或退縮的行為。

（三）支持：多數在激烈情緒中的兒童，如果能夠有機會「傾訴」自己的心聲，並得到適當的關懷，情緒的問題就有機會逐漸紓解。

處理自己的情緒

（一）教孩子體察自己的情緒。時時提醒自己注意：「我現在的情緒是什麼？」例如：當自己因為弟弟撞到我而對他大發脾氣，問問自己：「我為什麼這麼做？我現在有什麼感覺？」如果察覺自己已對弟弟三番兩次的撞到我而感到生氣，就可以對自己的生氣做更好的處理。有許多人認為：「人不應該有情緒」，所以不肯承認自己有負面的情緒。要知道，人一定會有情緒的，壓抑情緒反而帶來更不好的結果，學著體察自己的情緒，是情緒管理的第一步。

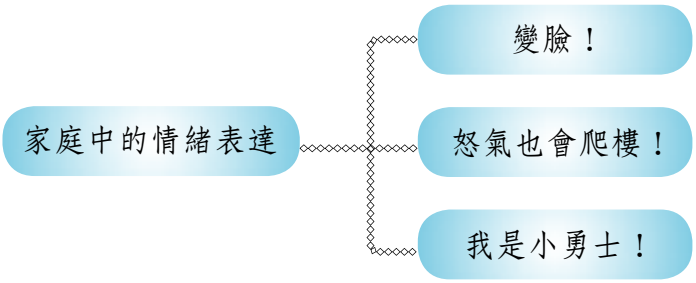
（二）適當的表達自己的情緒。再以弟弟撞到我的例子來看，之所以生氣可能是因為覺得不舒服，這時候就需要清楚、具體的告訴弟弟自己的感受，例如：「你一直撞到我，讓我很不舒服，我有點生氣了！」讓弟弟了解我的感受，而不要用情緒化的方式跟他說：「你有沒有長眼睛啊？你知不知道你撞到人啦？欠揍！」如果用這種口氣說話，弟弟可能會因為我的盛氣凌人，而聽不進我說的話，不但不願意道歉，下次還會再犯，這樣的溝通就無效了。因此如何適當表達情緒，是一門藝術，需要用心的體會、揣摩，更重要的是，要確實用在生活中。

（三）以合宜的方式紓解情緒。紓解情緒的方法很多，有些人找爸爸媽媽告狀或痛哭一場；有些人會把自己封閉起來，或逼自己做別的事情以免老想起不愉快；甚至會打人、罵人或是報復。要特別提醒的是，紓解情緒的目的在於給自己一個釐清想法的機會，讓自己好過一點，也讓自己更有能量去面對未來。如果紓解情緒的方式只是暫時逃避痛苦，爾後須承受更多的痛苦，這便不是一個合宜的方式。有了不舒服的感覺，要勇敢的面對，仔細想想，為什麼這麼難過、生氣？我可以怎麼做，將來才不會重蹈覆徹？怎麼做可以降低我的不愉快？這麼做會不會帶來更大的傷害？根據這幾個角度去選擇適合自己又能有效紓解情緒的方式，你就能夠控制情緒，而不是讓情緒來控制你！

做情緒的好主人

情緒是我們的好朋友，每天都在我們身邊，高興的時候，它和我們一起開心高興；生氣的時候，它幫我們出氣。其實，情緒扮演了一個很重要的角色，讓別人和自己了解我現在的感受，是快樂、愉悅、歡喜，還是不安、害怕、恐懼。我們要認識自己的的情緒，並學習適當的表達與紓解，做情緒的主人。師長教導兒童學習在家庭中讓積極、愉悅的情緒擴散，並在破壞性的情緒出現時，學習面對與克服它，這樣才能使學生建立良好的家人關係，使家人都能自在愉快的相處。

三、主要活動架構：



四、參考資料：

吳瑞誠（譯）（2000）。G. Chapman, & R. Campbell 著。**兒童愛之語**。台北：中主。

許添盛（2004）。**在孩子心裡飛翔–許醫師48個親子共處妙方**。台北：遠流。

樊慧（2003）。**家庭情緒與家庭健康**。台北：健康之家。

中國大百科全書智慧藏。2006年10月14日取自 http://wordpedia.pidc.org.tw/default.asp。

如何幫助情緒障礙的兒童？2006年10月14日取自 http://vita.fju.edu.tw/vita1/archives/003621.html

活動設計一：變臉！

1.單元基本概念：讓小朋友認識情緒的種類。

2.活動設計：

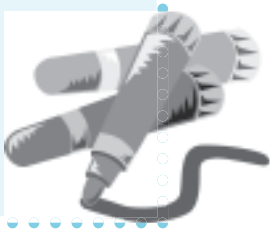
（1）活動目標：使小朋友能認識各種情緒。

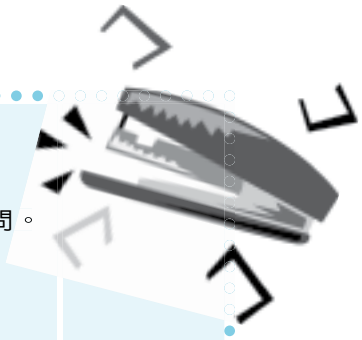
（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 老師準備： 1.各種情緒的圖卡。 2.比手劃腳的題目（情緒名稱）。 3.圖畫紙*學生數。 學生準備： 1.蠟筆、彩色筆、簽字筆…等各種色筆。 2.剪刀、竹籤、雙面膠。 3.鏡子。	
10	活動步驟： （本教學活動設計提供幾種相關活動，老師可依照學生年級、學習程度及時間分配…等因素，選擇適合的活動） 一、暖身活動： 1.「比手劃腳」遊戲：老師以關於情緒的名稱出題，請一位小朋友將老師出的題目，以不發出聲音，比手劃腳的方式表演出來，本活動可搭配分組競賽或是累積個人課堂參與表現的計分。 2.「老師說」遊戲：一方面幫助小朋友集中注意力，另外也為課堂暖身，老師可以用情緒名稱發號口令，像是：「老師說：做出很傷心的表情」、「老師說：現在要哈哈大笑」、「生氣的樣子」…等。	附件一： 情緒臉譜





30

二、發展活動

（一）情緒萬花筒

1.老師將各種情緒圖卡貼在黑板上，並且提問。

(1)小朋友你知道這些圖片代表什麼嗎？

(2)你知道還有其他的表情嗎？

(3)你喜歡什麼樣子的表情呢？

(4)你最常出現的是哪一種表情呢？為什麼？

2.老師請同學將黑板上的表情圖卡加以分類。（如果時間充裕，亦可請小朋友上台畫表情）。

(1)說說看，為什麼這樣分？

(2)現在他的表情是那一張圖卡?為什麼？

3.老師由學生的分類與分享中，將「表情圖卡」與「情緒」連起來，並協助學生統整所知道的情緒名稱。利用問答，加深小朋友對情緒的認識。

(1)在學校，你最常出現哪一種情緒呢？為什麼？

(2)在家裡，你最常出現那一種情緒呢？為什麼？

(3)什麼時候你會很高興？為什麼？試著揣摩一下當時的表情吧！

(4)什麼時候你會很生氣？為什麼？試著揣摩一下當時的表情吧！

(5)什麼時候你會想大哭？為什麼？試著揣摩一下當時的表情吧！

(6)什麼時候你很沮喪？為什麼？試著揣摩一下當時的表情吧！

(7)什麼時候你想大叫？為什麼？試著揣摩一下當時的表情吧！

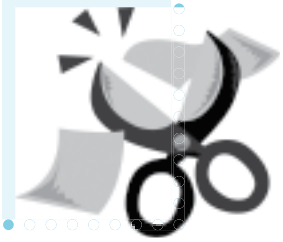
(8)你最喜歡哪一種情緒呢？為什麼？

(9)如果你現在是很生氣的臉，你猜猜看你的同學、家人會怎麼樣？

(10)如果今天生氣的人是你的爸爸、媽媽，你該怎麼辦？

(11)如果可以讓你選擇，你希望你的爸爸、媽媽(哥哥、姊姊、弟弟、妹妹)天天都是

	哪一種情緒？你覺得有可能發生這種事情嗎？ 4.老師歸納課堂中同學的討論，並加以總結。 （第一堂課結束）
30	（二）變臉扇 1.一邊看鏡子，一邊用筆在圖畫紙上畫出自己的樣子，一共畫兩張大小相同的臉形。 2.一張畫自己笑得很開心的樣子。 3.另一張畫自己生氣或是難過的樣子。 4.畫完將兩張圖剪下來，背對背黏起來，中間放一根竹籤，做成「變臉扇子」。 5.欣賞彼此的作品。 6.可用變臉扇玩情境遊戲。
10	三、綜合活動 認識各種情緒，並且發覺那一種情緒的臉比較漂亮，就要讓自己常常是漂亮的臉。 （第二堂課結束）



（5）相關學習領域、重大議題指標

生活 2-1-1 覺察自己可以決定自我的發展。

社會 5-1-3 舉例說明自己的發展與成長會受到家庭與學校的影響。

健康與體育

6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。

（6）學習評量

a.認識各種情緒。

b.畫出自己開心與不開心的表情。

c.常常保持漂亮的臉、漂亮的表情。

附件一：情緒臉譜

我的情緒臉譜

___ 年 ___ 班　　座號 _____　　姓名 _____

親愛的小朋友：　下面的表情中，　你最喜歡哪一個呢？　請你在每一個格子寫上表情的名稱，　並塗上漂亮的顏色。

活動設計二：怒氣也會爬樓梯！

1.單元基本概念：利用繪製圖表的方式，使學生能認知自己處理情緒的方法，並學會如何紓發負面的情緒，轉為具有建設性的作為。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.使小朋友能覺察自己的心情與感受，並適當的發洩出來。

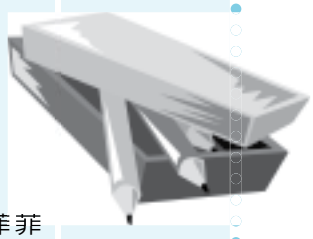
b.小朋友能勇敢的向家人表達自己的情感。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 老師準備： 1.怒氣階梯海報。 2.相關繪本故事。 3.學習活動單。 學生準備： 鉛筆盒、彩色筆、蠟筆或色鉛筆。	
10	一、暖身活動 1.問：在你的家裡，有沒有發生過，「別人生氣、吵架、打架，結果反而害你被打，連你一起挨罵呢？」有些小朋友可能曾有過「掃到颱風尾」的倒楣事。反過來想想，「有沒有因為你生氣，結果害別人倒楣呢？」例如：哥哥和弟弟搶電動玩具，兩個人發生衝突，兩個人都很生氣，結果兩個人都不能玩。 2.學生經驗分享。	
30	二、發展活動 （一）《菲菲生氣了！》繪本故事 1.故事講述 一隻鋸齒狀的猩猩玩偶菲菲生氣了，菲菲的怒氣有多深、多大，她身邊的火紅色彩就有多	



深，色塊便有多大。她吼叫出來的怒氣猶如火山爆發，關門「碰」的一聲亦如熊熊烈火盤旋迴盪在空氣中。被火紅怒氣環繞著的她，看待任何事物都帶著火氣。

為了找到負面情緒真正的出口，菲菲來到她熟悉的老榕樹下，它以大塊的白、柔軟流暢的藍色線條，展現極大的接納和寬容，而菲菲的心情終於可以漸漸撫平，白榕樹伸出大手臂似乎擁她入懷裡，菲菲爬上樹看看遠方，陣陣微風吹散怒氣；眼前的大海安慰了她的心，菲菲的紅色線條變溫暖、柔和了，你可以發現這般火紅、暗紫褪去，漸漸回復到橘紅、橙色和溫暖的黃色。

故事的結尾，菲菲回到家接受家人的愛和擁抱，同時原諒姊姊，菲菲不生氣了！

2.做情緒的主人：試著引導孩子說說生氣的經驗。

(1)什麼時候、什麼事情、什麼人惹你生氣？

(2)生氣時的表情動作以及說出的話、做出來的動作。（可以站在鏡子前面模擬生氣的樣子、表情、動作）

(3)想想消氣妙招：故事中的菲菲走出戶外到老榕樹下，爬樹、吹風、看大海氣就消了，那你呢？

(4)生氣的結果是什麼？

（第一堂課結束）

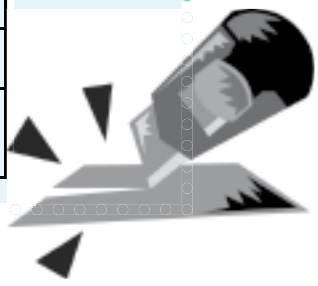
30

（二）怒氣階梯

1.老師帶領小朋友，在圖畫紙上畫出一層一層的樓梯，繪製一張「怒氣階梯」圖。

1	完全正面	愉快、尋找解決方法
2	正負交錯	注意怒氣來源、轉移怒氣
3	負面為主	情緒性字眼、抱怨、哭鬧
4	完全負面	大罵、大哭、破壞東西、挑釁行為

＊老師可依自己方便取得的繪本進行教學，在參考資料來源，列舉一些繪本供老師們參考



2.老師請小朋友將生氣發怒的程度分成1-4階段：1是最輕微，4是最嚴重，分別寫出發怒時的行為，盡可能寫得越多、越詳細越好。

3.老師列舉一些令小朋友生氣的情境，請小朋友說一說，現在自己的情緒是在第幾樓。

例如：

(1) 你和妹妹正在為了自己想看的卡通在搶遙控器。

(2) 爸爸說好週末要帶全家去兒童樂園，結果因為奶奶生病而取消行程。

(3) 媽媽強迫你吃紅蘿蔔和青菜。

(4) 媽媽不幫你買你想要的玩具。

(5) 和弟弟打架，被爸爸處罰。

(6) 爸爸回家莫名其妙的罵我一頓。

(7) 考試考不好，被媽媽打。

4.當發生這些事情時，你怎麼處理會更好？

10 三、綜合活動

表達自己的情緒很重要，但學會處理自己的情緒更是重要，消氣的方法很多，但要考慮到健康、安全、不傷害無辜的人。請小朋友寫出自己的消氣法寶，並在生活中實行出來。

（第二堂課結束）

（5）相關學習領域、重大議題指標

生活 9-1-1 能依自己所觀察到的現象說出來。

社會 5-1-1 覺察自己可以決定自我的發展。

健康與體育

6-1-1 描述自己的特色，並接受自己與他人之不同。

（6）學習評量

a.完成「怒氣階梯」的圖。

b.學習控制自己的怒氣。

c.能清楚的表達自己的感受。

3.參考資料來源

周從郁（譯）（2004）。C. Nostlinger著。**愛生氣的安娜**。台北：小天下。

李坤珊（譯）（2000）。M. Bang著。**菲菲生氣了**。台北：三之三。
賴馬（1996）。**我變成一隻噴火龍**。台北：和英。
蔡忠琦（譯）（2005）。C. M. Spelman著。**我好生氣**。台北：天下雜誌。
吳瑞誠（譯）（2000）。G. Chapman, & R. Campbell 著。**兒童愛之語**。台北：中主。
簡伊婕（譯）（2004）。提利．羅伯埃克特著。**家有生氣小恐龍**。台北：大穎文化。
柯倩華（譯）（2000）。H. Oram著。**生氣的亞瑟**。台北：三之三。

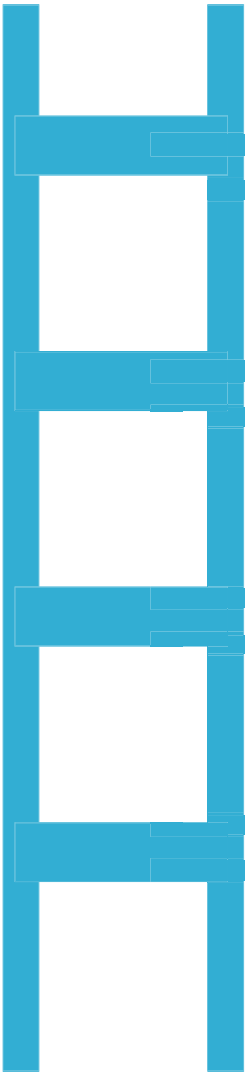
附件一：怒氣階梯！！

___年___班　　座號 _____　　姓名 _____

親愛的小朋友，想一想！哪些是適當發洩怒氣的好方法呢？請你寫出一件最近令你生氣的事情，並找出適當發洩怒氣的方法！

＊令我生氣的事情是：

_____



□告訴對方：「我不喜歡你的行為」！
□不理他！

□找出生氣的原因！
□告訴父母、老師！

□大哭！
□罵人！

□打人、報仇！
□摔東西！

活動設計三：我是小勇士！

1.單元基本概念：期望透過本單元的活動，讓小朋友用實際行動，克服懼怕。

2.活動設計：

（1）活動目標：讓小朋友學習表達心中的感受，尤其是「令自己害怕的事」，使家人能了解。

（2）活動人數： 一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 老師準備： 1.8K圖畫紙*學生數。 2.相關繪本故事。 學生準備： 1.鉛筆盒、彩色筆、蠟筆或色鉛筆。	
10 30	一、暖身活動 （一）想一想、說一說： 1.在生活中有什麼令你害怕的事情呢？ 2.遇到害怕的事你會怎麼辦呢？ 3.這些害怕的事情要如何跟爸爸媽媽說呢？ 二、發展活動 （一）繪本故事《雷公糕》分享。 1.故事內容大意： 低沈轟隆的雷聲，使小女孩嚇得躲到床底下，但是祖母說：「這正是烤雷公糕的好時機！」她帶著小女孩到穀倉撿雞蛋、擠牛奶，閃電颼颼的飛過，暴風雨在八哩遠外；她們又穿過樹林去拿巧克力、糖和麵粉，雷公叭啦砰隆的吼叫，暴風雨離得更近了；然後，小女孩爬上高高的棚架去摘蕃茄，閃電又來了，雷公奮力咆哮著，暴風雨愈來愈近，她們來得及在暴風雨抵達之前做好雷公糕嗎？	

（二）想一想、說一說：

1. 小女孩為什麼不怕打雷了呢？
2. 祖母做了什麼？
3. 分享自己最害怕的事情。
4. 遇到害怕的事情你可以怎麼辦？
5. 在家裡有哪些令你害怕的事情呢？
   (1) 一個人在家。
   (2) 蟑螂、老鼠。
   (3) 一個人上廁所。
   (4) 狗。
   (5) 黑暗。
   (6) 一個人睡覺。
   (7) 小偷、壞人。
   (8) 地震。

（第一堂課結束）

30

（三）我是小勇士彩繪：

1. 想出一個解決害怕的方法，並把它畫下來。
2. 作品欣賞。
3. 老師帶領同學念小勇士口訣：「我是勇敢小勇士、大狗小偷都不怕、因為我有家人陪！」（老師可以帶領學生越念越快、越念越大聲）。

三、綜合活動

父母親對孩子來說，不只是提供生活的食衣住行，更重要的是孩子的保護、安慰與支持，鼓勵小朋友把心裡的話對爸爸媽媽說。

另外，對抗「恐懼」最好的方法，就是積極地面對它。當我們願意去克服懼怕時，就能建立自己的信心，相信自己是可以勇敢的。

本單元老師也可以將「害怕」替換成「生氣」、「難過」…等情緒，讓小朋友能夠學習面對自己的情緒，並找出解決的方法，適當的表達。

（第二堂課結束）

（5）相關學習領域、重大議題指標

自然與生活科技

5-1-1-1 喜歡探討，感受發現的樂趣

6-1-1-1 察覺自己對很多事務也有自己的想法，它們有時也很管用。

藝術與人文

1-1-2 運用視覺、聽覺、動覺的藝術創作形式，表達自己的感受和想法。

（6）學習評量

a.畫出我最害怕的事。

b.學會克服害怕的方法。

3.參考資料來源

米雅（譯）（2006）。瀨明惠子著。**好恐怖喔**。台北：三之三。

蔡忠琦（譯）（2005）。C. M. Spelman著。**我好難過**。台北：天下雜誌。

蔡忠琦（譯）（2005）。C. M. Spelman著。**我好害怕**。台北：天下雜誌。

簡媜（譯）（2000）P. Polacco著。**雷公糕**。台北：遠流。

孔繁璐（譯）（2006）。A. Taymourian著。**我怕黑**。台北：大穎文化。

周從郁（譯）（2004）。N. Christine著。**膽小的威利**。台北：天下文化。

劉清彥（譯）（2001）。D. John著。**膽小阿迪和毛毯賊**。台北：上誼。

賓靜蓀（譯）（2006）。A. Damm著。**你看到鬼了嗎？**。台北：阿布拉。

葉凱翎（譯）（2005）。K. Tanaka著。**怕鬼的小孩**。台北：謬思。

我的筆記

★ 教學主題：家庭規則（中年級適用）

一、主題故事

小布是個問題寶寶，在她的小腦袋裡，總是充斥著無數個「為什麼」？

禮拜一，她問爸爸：「為什麼每次過年買的新衣服，都是粉紅色洋裝呢？」爸爸說：「在我們家裡，女生本來就應該穿洋裝。」可是，小布還是不懂，為什麼她不可以買藍色牛仔褲，就像哥哥平常穿的一樣…。

禮拜二，她問爸爸：「為什麼爸媽兩個人都要出門工作，可是只有媽媽回家還要工作呢？」爸爸說：「在我們家裡，媽媽本來就應該做家事。」可是，小布不懂，為什麼隔壁小明家就是爸爸在做家裡的工作，媽媽去外面上班。

禮拜三，她問爸爸：「為什麼我每天回家要先做完功課、洗完澡，才能看電視呢？」爸爸說：「在我們家裡，就是要先做完功課、洗完澡，才可以看電視！」可是，小布還是不明白，為什麼隔壁家小明就可以先吃完晚餐、看電視，再開始寫功課，她就不可以。

禮拜四，她問爸爸：「為什麼我的零用錢比哥哥少？」爸爸說：「在我們家裡，年紀越大，就可以有更多的零用錢。」可是小布不懂，年紀跟零用錢有什麼關係？

禮拜五，她問爸爸：「為什麼爺爺奶奶不跟叔叔住，而要跟我們一起住呢？」爸爸說：「在我們家裡，爺爺奶奶就應該跟我們一起住！」雖然，小布還是不懂，誰跟誰住有什麼差別？如果有一天我長大了，我就不能跟爸媽一起住嗎？

禮拜六，她又問爸爸：「為什麼你和媽媽可以罵我和哥哥，可是我們都不可以罵你們？」爸爸說：「在我們家裡，小孩做錯事情，大人罵你們是應該的阿！小孩就是要乖乖聽大人的話。」小布覺得很奇

怪，如果大人做錯事情，又應該由誰來罵他們呢？而且，為什麼大人說的就一定是對的？

禮拜天，她問爸爸：「為什麼叔叔跟我們借錢，你就借給他；可是，隔壁李阿姨跟你借，你卻跟她說我們家沒錢呢？」爸爸說：「在我們家裡，只可以借錢給自己的親戚，不可以借錢給朋友，不然錢就拿不回來啦！」小布覺得很奇怪，借錢給親戚或是朋友，跟會不會還錢有什麼關係？

為什麼小布要問這麼多的「為什麼」？小布家的家庭規則跟我們家的家庭規則有點一樣，又有點不一樣？誰可以解答小布這麼多的疑惑呢？

二、重要概念

一、家庭規則是一種行動、方法，與家人協議所制定的守則，形成一種家庭功能運行的規範與習慣。

二、家庭規則包括：受文化規範影響的家庭規則，以及日常生活中的家庭規則，皆以多樣的型態出現，成為我們生活的準則。

三、良好的家庭規則使家庭功能運作良好，家人關係密切；不良的家庭規則會影響我們的價值觀與行為處世方法，進而影響人的一生。

四、家庭規則是由家人共同努力、相互協調形成，家庭規則可以做適度改變。

五、每個家庭裡都有你喜歡與不喜歡的家庭規則。面對不喜歡的家庭規則，必須努力去接受它。

六、家庭規則沒有絕對的好或壞，你覺得好的家庭規則，對別的家庭而言，或許是不好的家庭規則，不應一味的與其他家庭作比較。

與生活息息相關

家庭規則與我們的生活息息相關，常見的家庭規則，例如：家務分工方式、經濟資源安排、日常作息的時間、情感表達、身體以及教養的規則…等，這些規則分別在「態度」、「行為」及「溝通」上有不同層面的定義，例如：做家事的規則可能在態度上，要求家裡必須整齊乾淨；在行為上，必須把使用過的茶杯清洗完後放回原處，一旦孩子沒有做到這點，則可能會引起父母的指責。又如日常時間運用的規則，在態度上要求孩子要妥善運用時間；在行為上，必須先做完功課，才可以看三十分鐘的卡通；一旦孩子沒有遵循規則，而導致成績低落或表現不佳，則可能會引起父母的指責或更嚴格的管束。家庭規則像是家庭生活的某些規準，大家必須遵循它以維持家庭生活的平和。

文化不同，規則也不同

若從家庭規則所規範的事項來作區分，可分為以下兩種：

（一）文化規範的家庭規則：

家庭規則跟文化規範有相當密切的關係，不同的文化規範，就會產生不同的家庭規則。如：過年大拜拜、年年有餘習俗、穿新衣戴紅帽，中秋節吃月餅、端午節吃粽子、清明

節回家鄉掃墓，都是傳統節日的習俗；吃飯要吃乾淨不然會嫁貓夫、娶貓妻、小孩子有耳無嘴、不可以把筷子插在飯上面、不可以抖腳、吃飯不可以敲筷子、敲碗等，則是傳統俗諺的行為規範；其他諸如重男輕女、男主外女主內、男堅強女柔弱等觀念，近年雖逐漸有所轉變，但傳統文化對性別規範的影響，仍或多或少影響著我們的生活，進而影響家庭父母教養孩子的觀念與行動。

此外，在相同的文化規範下，因著不同的家庭，還會產生不同的家庭規則。以上述「過年發紅包」的例子來說，每個家庭發紅包的方式、金額、是否可以保留，也都有其不同的習慣，這些都反應出文化規範底下，家庭規則的多元性。

這些華人傳統都是文化規範滲入家庭規則的明顯實例。

（二）日常生活中的家庭規則：

日常生活中，「家庭規則」是經過家庭成員共同協定所制定的守則，規範家庭一天的生活作息，影響家庭氣氛、家人的互動方式、個人價值觀…等。

「父母對孩子表現的要求」是最常被提及家庭規則，例如：「父母說話小孩不能頂嘴」、「父母說，小孩做」…這類的家庭規則，往往形成父母與孩子上對下的一種互動方式，壓抑了孩子的想法，不敢自己做決定，影響親子關係與家庭生活的氣氛。親子之間若能以平等、開放的方式互動，將使家人關係更親密。

會隨著時間轉變

在家庭裡，還有一些隨著年齡逐漸改變的家庭規則，例如：門禁時間、起床時間、睡覺時間、零用錢數目、衣服穿著的干涉、課業的要求、交朋友的規範、親子溝通方式、家務分工方式，甚至電視節目的選擇與觀看時間…等。透過協商、訂定符合家庭需求的規則，將使家庭生活更快樂。

有些彈性會更好

過度的依循家庭規則也可能對人產生不良的影響。

例如有的家庭說：「吃虧就是佔便宜！」，也有提醒：「努力是成功之母！」但是當子女長大成人之後，如果不知道變通，也有可能造成不良的影響。在給予這些出於善意的忠告時，需保留一點彈性空間，並思考更多變通的方法。

我的家規是什麼？

在了解家庭規則是什麼，以及它對家庭的重要性與影響之後，最重要的是要將這些方法運用到日常的家庭生活當中。第一步，就從檢視自我的家庭規則開始，以下提供幾個自我檢視的步驟：

（一）我的家規是什麼？

（二）哪些家規是適合的？哪些家規需要拋棄或改變？

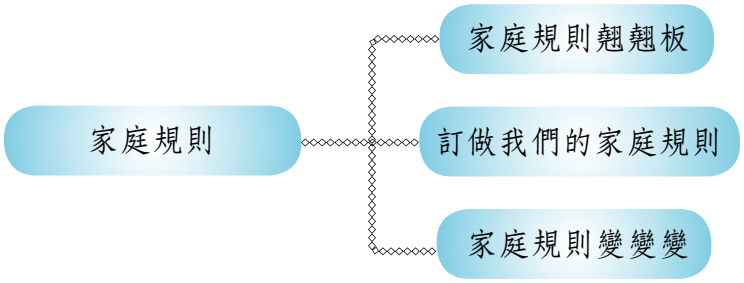
（三）這些家規是怎麼形成的？

（四）需要制定哪些新的家規？

現在就開始行動...

在對家庭規則有正確的了解，也檢視、決定要改變或增加了哪些家庭規則後，最重要的是，全家人必須從現在開始「動」起來，共同為這個家庭作努力。

三、主要活動架構



四、參考資料

王行（1994）。**家族歷史與心理治療：家庭重塑實務篇**。台北：心理。

吳就君（譯）（2001）。維琴尼亞．薩提爾著。**新家庭如何塑造人**。台北：張老師。

翁樹澍、王大維（譯）（1999）。**家族治療理論與技術**。台北：揚智。

賴雅靜（2001）。**愛永遠不會改變**。台北：京甫。

活動設計一：家庭規則翹翹板

1.單元基本概念：

家庭規則存在我們日常生活中，是一種行動、方法及協議所制定的守則，不自覺的形成一種「規範」、「習慣」，影響著我們的生活。

在處理孩子的問題時，最使人困擾的便是孩子的「比較」問題，覺得別人家總是比我家好，而對父母發出不滿的聲音。事實上，家庭裡的家庭規則一定有孩子喜歡的也有不喜歡的部份，這些規則沒有絕對好或壞，孩子必須了解，每個家庭有它運作的家庭規則，不用去羨慕別人，而應該要珍惜自己所擁有的。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.了解家庭規則沒有好壞之分，不需與他人做比較。

b.面對不喜歡的家庭規則，可嘗試做適度改變；若無法改變則應去接受它。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	老師準備事項： 1.半開海報紙*小組數 2.小紙卡*學生數*2 3.麥克筆或簽字筆數支	
10 5 25	活動步驟： 一、暖身活動：家庭規則小故事 1.方式一：老師可以口語方式講述「主題故事」的內容，並說明家庭規則的內涵與類型。 2.方式二：老師可以自己家庭的故事做開頭分享，再說明家庭規則的內涵與類型。 二、發展活動：家庭規則大排行 1.引入「喜歡」與「不喜歡」的家庭規則議題討論。 2.發給每位學生2張紙。	建議可使用家庭照片或故事作為開頭，引起學生興趣 小卡片、簽字筆、海報

3. 請學生在兩張紙上分別寫1-3個他喜歡與不喜歡的家庭規則。
4. 小組討論分享：你喜歡與不喜歡什麼家庭規則？為什麼？
5. 小組意見彙整：經過討論後，請各組在海報上寫上你們組員喜歡的家庭規則1至5名；以及最不喜歡的家庭規則1至5名。

（第一堂課結束）

20

6. 全班分享：請各組推派1-2位同學，帶著海報，上台發表各組討論出大家喜歡與不喜歡的家庭規則排行榜，老師視狀況，請幾個孩子發表他們為什麼喜歡或為什麼不喜歡這些家庭規則。並將學生海報張貼在黑板上。

20

三、綜合活動：統整與分享

1. 待各組分享完後，老師詢問學生：
   (1) 剛才在聽其他同學分享喜歡與不喜歡的家庭規則時，你有什麼感覺？不同家庭有一樣的家庭規則嗎？
   (2) 他喜歡的家庭規則是你喜歡的嗎？他不喜歡的也是你不喜歡的嗎？有沒有可能你喜歡的卻是別人不喜歡的，你不喜歡的，卻是別人所羨慕的？
   (3) 如果現在，要你跟別人換，把你喜歡的換成別人喜歡的，你覺得如何？把你不喜歡的，換成別人不喜歡的，你又覺得如何？
2. 引導孩子去察覺：每個家裡都有讓人喜歡與不喜歡的家庭規則，你喜歡的可能別人不喜歡，你不喜歡的卻可能是別人覺得很棒的。家庭規則沒有絕對的好或壞。也毋須一味羨慕別人，或和別人家做比較。

（第二堂課結束）

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式

4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色

4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變

社會 3-2-1 關懷家庭內外環境的變化與調適。

健康與體育

6-1-2 學習如何與家人和睦相處。

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。

綜合活動

1-1-2 認識自己在家庭與班級中的角色。

（6）學習評量

a.瞭解家庭規則是透過互動產生的，應透過發現、省思、修正、接受的歷程，逐步適應它們。

b.了解家庭規則是自己家庭獨特的一部分，不需與他人做比較。

c.了解家庭規則可以有適度的改變，但若無法改變我們則應去接受它。

活動設計二：訂做我們的家庭規則

1.單元基本概念：

小朋友常抱怨大人不懂他們、爸媽制定的家庭規則他們不喜歡，現在，如果有一個機會，讓你來制定一個你家的家庭規則，你會怎麼作呢？

在討論過程中，孩子必須從不同的角度(父母、孩子)、不同的家庭觀點作思考，最後，孩子將會發現要制定一個大家能接受、喜歡，卻又不會阻礙家庭功能的家庭規則，真是不容易。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.家庭規則的訂定須經多方面的考量，才能符合多數家人的需求。

b.我們除了遵循現在的家規則外，也可以從自身做起，改變一些家庭規則。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	老師準備事項： 1.許諾卡*學生人數 2.半開海報紙*小組數 3.簽字筆或麥克筆數支	
10	一、暖身活動：我把家庭規則變可愛了！ 1.方式一：（接續在活動一後使用） (1)老師延續活動一「家庭規則大排行」裡學生喜歡與不喜歡的家庭規則，再做延伸。 (2)先將海報展示在黑板，引起學生舊經驗。 (3)選擇一個學生不喜歡的家庭規則，全班討論如何把這個「大家不喜歡的家庭規則」變成「大家可以接受的家庭規則」。	

	2.方式二：（活動二單獨進行時使用） (1)老師提問：家庭規則是什麼？家裡有哪些家庭規則？並請學生分享自己喜歡與不喜歡的家庭規則。 (2)從學生分享的家庭規則中，選擇一個他們不喜歡的規則，請全班討論，怎樣把這個「他不喜歡的家庭規則」變成「他可以接受的家庭規則」。	亦可發小紙卡，讓學生每人在紙上寫一個喜歡、不喜歡的家庭規則，再做分享。
10	3.老師小結：家庭裡有很多家庭規則，有一些是我們喜歡的有些是我們不喜歡的，不喜歡的家庭規則，透過跟家人溝通與協商，是有可能可以做一些改變（就像大家方才所做的討論），使它變成我們比較喜歡的規則的。	
20	二、發展活動：訂做我們的家庭規則 1.老師引言：從剛才分享中可以發現，好多家庭規則是由爸媽訂的，現在我們要給小朋友一個機會，我們也來訂幾個家庭規則，下課後，大家可以帶回家去跟爸爸媽媽討論，或許可以變成你們家新的家庭規則。 2.老師說明家庭規則有不同的產生方式，並提醒學生訂定家庭規則時，必須考量的四點原則： (1)家庭規則要合乎常理（例如：制定出「父母不可以罵孩子，孩子可以罵父母」這個家庭規則就不合理）。 (2)家庭規則能使家人生活更快樂。 (3)家庭規則不能破壞家庭生活（這個家庭規則會不會使家庭作息大亂？花費透支？或發生吵架爭執？） (4)家庭規則的出發點是善意的。 3.制訂適宜可行的家庭規則：請學生6人為一組，每組為一個家庭，為了讓這個家庭可以快樂生活，請討論並制定至少5個家庭規則，再用簽字筆或麥克筆，寫在海報紙上。 （第一堂課結束）	海報、簽字筆 可讓學生自由制定，或由教師選擇不同的家庭規則面向，集中孩子討論的焦點

20	4. 家庭規則分享：請各組推派1–2名同學，帶著海報上台分享。請學生說明各組制定的家庭規則，並請全班同學給予回饋或意見。	
	三、綜合活動：讓我們的家庭規則變得更好！	
10	1. 將各組海報展示在教室黑板上，從各組討論的家庭規則中，教師詢問學生： (1) 大家討論出的家庭規則，哪一些是小朋友可以改變的？ 例如：每天對家人說一句讚美的話。東西用完歸回原處。全家每人每天做一件家事。 (2) 有哪些以小朋友力量，可能是沒有辦法改變的？ 例如：每週100元零用錢。每月全家出去玩一次。	
10	2. 老師總結 (1) 以小朋友能力，可以改變的家庭規則： 有些家庭規則以小朋友能力是可以改變的，例如：自己的作息規畫、功課完成進度、學業要求、與手足互動的方式、跟長輩相處的態度、幫忙家務的程度…。只要我們願意，從今天起大家就可以開始去做。 (2) 以小朋友能力，無法改變的家庭規則： 家庭生活裡有些我們不喜歡的家庭規則，以我們的能力無法完全改變，當面對這些家庭規則時，要能夠轉變心情去接受它，因為這些家庭規則，也是代表我們家裡特別的地方。 3. 老師說明：下課後，會將這些海報都貼在教室中，小朋友可以將自己希望與爸媽討論的家庭規則記錄下來，回去跟爸媽分享。	
	4. 我的「許諾卡」： 老師拿出許諾卡，向孩子說明：「我們都是家	附件一「許諾卡」

庭重要的一份子，每個人都要為了讓家庭生活更快樂而努力，即使是小朋友也可以為家庭做很多事情。請小朋友選擇一項你覺得很重要的家庭規則，並慎重的許下一個承諾：為了讓這個家庭規則可以繼續運作，我願意做什麼努力？」

例如：我王大明對媽媽的許諾，我會在媽媽叫我第一次時，就乖乖的起床，不賴床。

例如：我李阿花對弟弟的許諾，我會好好照顧弟弟，有好吃的東西我會分給弟弟一半。

5. 請學生想一想自己願意立下的承諾，並填寫「許諾卡」。
6. 請孩子將許諾卡帶回家，並請學生家人在背面簽名，並於隔天帶到學校分享，老師可將它們展示在教室後面的一塊區域或做成吊飾懸掛在教室中。

（第二堂課結束）

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

3-2-2 察覺自己家庭的食衣住行育樂等生活習慣

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

4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變

社會 3-2-1 關懷家庭內外環境的變化與調適。

健康與體育

6-1-2 學習如何與家人和睦相處。

（6）學習評量

a. 能了解家庭規則可能由不同的方式產生，因此，有些家庭規則我們可以改變，有些不行。

b. 了解制定合宜家庭規則的方法與步驟。

c. 能嘗試改變現有的家庭規則。

附件一：許諾卡

說明：

請孩子寫上類似：「我李阿花對弟弟許諾，我會好好照顧弟弟，有好吃的東西我會分給弟弟一半。」請家人簽名在許諾卡背面。

活動設計三：家庭規則變變變

1.單元基本概念：

透過討論，引導孩子去找出隨著時間逐漸改變的庭規則，讓他們了解除了在不同家庭裡，會有不同的家庭規則外；在同一個家庭裡，也會因為家庭成員的年齡不同，所產生的需求不同，家庭規則也產生改變。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.了解家庭規則會隨著人在不同年齡的需求不同，而有一些改變。

b.個人的需求需要透過主動溝通傳遞與家人，以建立更適宜的家庭規則。

（2）活動人數： 一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	老師準備事項： 1.「愛永遠不會改變」繪本或ppt簡報檔 2.半開海報紙*小組數 3.簽字筆或麥克筆數支	
10	活動步驟： 一、暖身活動： 繪本故事講述「愛永遠不會改變」。 1.老師將繪本事先掃描成ppt檔案以利使用，或不使用故事書，僅以口語故事講述。 2.老師提問： (1)阿尼家的家庭規則有哪些？ (2)為什麼有些事情哥哥可以做？弟弟卻還不可以做？ (3)在你身邊有沒有類似的例子，因為年紀不同，有些事情大的孩子可以做，你卻不可以做？請分享一下。	「愛永遠不會改變」繪本或ppt簡報檔

	(4) 現在不用兩個人做比較，單純看「在你身上」，有沒有哪些事情是你比較小的時候，不可以做，但是現在卻可以做的事情呢？	
25	二、發展活動：順應成長而改變的家庭規則 1. 老師說明，家庭規則絕非一成不變，而是會隨著家庭成員在不同階段的不同需要，不知不覺的，有些調整與改變。 2. 請老師舉1–2個家庭規則隨年齡增加，而逐漸改變的例子，可以以自己生長過程的例子做分享（如：一天作息時間、吃飯座位或方式、零用錢、假日的時間運用…）。 3. 請學生6人一組，小組分享與討論，並將討論記錄在海報上：在自己家中 (1) 哪些家庭規則是隨著年紀增長而改變的？ (2) 哪些家庭規則至目前為止，沒有較大的改變？ 4. 討論過程中，請學生思考幾個問題： (1) 為什麼有些家庭規則會一直改變？有些家庭規則卻較少變動？ (2) 這些家庭規則是怎麼改變的？誰改變了它？或是因為什麼原因使它改變了？ (3) 面對這些家庭規則的改變，你有什麼感覺？喜歡？不喜歡？為什麼？ (4) 如果這些家庭規則沒有改變，你覺得怎麼樣？家裡會不會有所影響？ 5. 請各小組推派1–2名學生，帶著海報，上台分享討論的結果。 6. 老師總結：伴隨我們年齡增加，一些家庭規則也會隨之改變，原因在於，家庭規則是為了讓整個家庭功能順利運作、讓家庭成員感到幸福而存在的。當我們年紀不同時，我們所需要的家庭規範也會有些許的不同，所以，家庭規則便會有一些改變，這些改變是必須的，也是在我們家裡隨處可見的，是家庭能夠幸福快樂的原因之一。	可以將時間點切為三段：嬰幼兒、幼稚園、國小進行討論。 海報、簽字筆

5	三、綜合活動：我需要的家庭規則… 1. 老師引導孩子去想想：「人會一直長大，你有沒有想過你上國中、高中、大學以後，剛剛我們討論出來，會一直改變的家庭規則，又會有怎樣的改變呢？」選擇一個變動的家庭規則，請學生一起討論。 2. 老師總結：家庭規則的轉變是為了讓家人生活更好，我們會有自己的需求，會希望父母能根據我們的需求，做一些調整，但是，這些需求需要我們主動與父母溝通或藉由正向的互動，傳達給父母知道，才能符合我們需求也能符合父母的期望。 3. 老師舉幾個例子說明。 4. 回顧與統整課程。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

生涯發展教育

3-1-1 覺察自我應負的責任

家政教育

4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式

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

4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變

社會 3-2-1 關懷家庭內外環境的變化與調適。

健康與體育

6-1-2 學習如何與家人和睦相處。

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。

（6）學習評量

a. 能了解家庭規則會隨著人在不同年齡的需求不同，會有不同的改變。

b. 能主動將個人的需求傳遞予家人，以建立更適宜的家庭規則。

3. 參考資料來源

賴雅靜（2001）。**愛永遠不會改變**。台北：京甫。

附件一：《愛永遠不會改變》故事大綱

阿尼在收拾行李，他的綠色小背包裡，裝了一片巧克力、一隻泰迪熊、一隻塑膠恐龍和一只吹泡泡的瓶子……。阿尼傷心地對爸爸媽媽說，他處處都比不過大他四歲的哥哥阿菲，阿菲可以做的事情他總是不能做，爸爸媽媽對阿菲跟他，一點也不公平。所以，他決定要一個人搬出去住了。

爸爸媽媽聽著阿尼的哭訴，緩緩的說：因為阿菲比你大，所以他可以做一些你還不能做的事情，這件事情沒有辦法改變，但是，我們對你的愛，也是永遠永遠不會改變的。

我的筆記

★ 教學主題：家人的獨特性與重要性（中年級適用）

一、主題故事

小英升上四年級後，與哥哥之間的爭吵越來越激烈。爸媽雖然努力的作調解，但無論爸媽好說歹說，最終總會惹得小英生氣的大喊：「這一點也不公平，你們只愛哥哥，根本就不愛我，你們總是站在他那一邊！」爸媽對於兩個孩子之間的激烈衝突，實在不知該如何處理，明明就很努力的做到「公平」了，為什麼孩子感受不到？到底是哪裡出錯了呢？

另一方面，小英和爺爺奶奶之間的關係也變了。小時候，小英總會膩在爺爺奶奶懷中撒嬌，現在卻連扶奶奶起身都不願意，還會嫌奶奶走路慢、跟不上時代、講話講不清楚、什麼都做不好，使得爺爺奶奶傷心不已。

面對這樣的小英，爸爸媽媽實在不知道她怎麼了？又該怎麼改變這樣的狀況呢？

二、重要概念

一、人生而不同，每個人都有自己的獨特性與重要性。
二、家庭裡，成員的性別、個性、興趣、特長都不相同，面對不同的成員會有不同的對待方式。愛的方式有可能不相同，很難做到完全的公平，但父母愛孩子的心是一樣的，應該感謝父母的付出。
三、老化是正常的生理現象。隨著年齡增加，人會逐漸衰老。
四、家中長輩知道的東西、會做的事情，有很多是我們所不知道、不會做的，這也是他們獨特與重要的地方。
五、每個家庭成員有不同的個性、優點與缺點，全家人的互動，構成我們獨特的家庭，每個人在家中都具有其重要性，缺一不可。

「氣質」天生，「性格」可塑

先天與後天環境交互影響，產生個人的獨特性。

人是很特別的生物，從生下來那一刻起，就跟別人有點一樣，卻也有點不一樣：有不同的行動、個性、忍耐力、發怒的方式，經過後天環境的影響，孩子們又產生了不同的反應，每個孩子都是獨特的個體。

「氣質」（temperament）的定義是與生俱有、對內在（如身體不適、疼痛等）及外在刺激（如環境壓力等）的獨特反應行為模式。氣質使人的心理活動染上某些獨特的色彩，其類型沒有優劣之分，任何一種氣質類型既有積極的一面，也有消極的一面，它是在人的社會生活與教育條件的影響下形成、發展和改造的。

「性格」（character）包含著許多特徵，這些特徵大體可以分為四個方面：

1. 對現實和對自我態度的性格特徵：如忠實、坦率、勤勞、謙遜和自私、狡詐、自信或自滿、自豪或自卑等。
2. 性格的意志特徵：如有目的性、紀律性、主動性，以及鎮定、果斷、勇敢等。
3. 性格的情緒特徵：如：有的人熱情，有的人冷漠；情緒的穩定或起伏；經常精神飽滿、歡樂愉快、是個樂觀主義者，有的人抑鬱消沉，多愁善感。

4. 性格的理智特徵：如：思維的敏捷性、獨創性、深刻性和邏輯性等。

「氣質天生，性格可塑」，每個人一生下來就有其獨特氣質，很難完全改變，但人性格的形成，卻可以透過改變家庭、學校、社交活動圈子以及工作實踐而有所變化。兒童時期是性格養成重要的階段，其可塑性較其他年齡層高出許多，若未能及時提供良好的引導方向，將對孩子未來個性發展有所影響。

我很特別，因為我是我

認識自己，從發掘自己的獨特性中，學習自尊與自愛。

手足競爭是家庭常見的現象，每個孩子都想成為「最棒的」，想成為父母心中的「第一名」。父母無法完全的消除手足之間的競爭，但是卻可以藉由鼓勵多欣賞自己，建立自信心與自我價值。所有的兒童都會在某些方面成功，而在某些方面較弱，師長所扮演的角色就是去發現這些讓兒童覺得自己很特別的特質、能力和成就。這些「特別」，不只是課業或表現的成就，還可以是容易使人愉快、喜歡與人分享、能關心別人、注意聽別人說話、很細心觀察小細節、很會扔球、喜歡和人交朋友、願意讚美別人。

我們應該欣賞兒童特別的能力，但不去為他們作評價、作定位，也不拿他與別人（包括手足或同儕）比較、不以成人的價值觀衡量兒童。單純的欣賞兒童的不同、多看每個兒童的特點，找出能使兒童覺得驕傲的地方。最終的目的，要使兒童覺得：「我很特別，因為我是我」。

用適合的方式對待

以適合的方式對待，更能促進獨特性的發展。

對子女而言，父母不同的對待方式就是一種「不公平」，而這種不公平的感受，又會影響到他與手足之間的關係。

偏愛的狀況在一般家庭裡普遍存在，父母對某個子女特別親密的感覺可能有許多原因：如性別、出生次序、健康、個性，甚至長相。要父母做到真正的公平，幾乎是不可能的任務，但是，父母必須努力做到「不能對孩子太不公平」。

手足之間的妒忌、競爭、爭吵除了是家庭常見的劇碼外，亦會延燒至教室內成為同儕相鬥的議題，師長的責任不是除去兒童心中負面的情緒，極力撇清「不公平」的嫌疑，而應該是幫助兒童認真

面對「世界上本來就不是每件事都公平的」。師長不能「完全公平」的對待兒童，而是以「適合的方式」來對待他們。

我的爸媽好特別

父母的獨特性，營造每個家庭不同互動型態。

孩子是獨特的，父母也是獨特的。如：父母的職業不同，提供給孩子的成長環境就不同，傳遞給孩子的價值觀、想法也不盡相同；如：媽媽是職業婦女或是家庭主婦，也會影響到家人互動，世界上要找到完全相同的父母，絕對是不可能的任務。

若從生活面來看：每對父母的性格不同，營造出的家庭氣氛就不相同；父母喜歡的休閒活動不同，家庭假日活動選擇就各有趣味；父母理財觀念不同，影響家中經濟資源分配；父母價值觀不同，影響生活品質…。每對父母都不一樣，父母的獨特性，再加上孩子的獨特性，使每個家庭都有了自己獨特的互動型態。

家有一老，如有一寶

破除老化刻板印象，發掘長輩的獨特性。

祖父母的生命價值包括：

1. 生命的延續：如果沒有祖父母，就沒有後代繁衍，也就沒有家庭的產生。
2. 情感的聯繫：因著祖父母的存在，家族成員間才有聯結的機會，缺了祖父母，就少了維繫管道。
3. 經驗的承傳：家有一老，如有一寶，長輩的智慧是時間經驗的結晶，也是現代資訊無法取代的寶藏。

如《佐賀的超級阿媽》一書中，阿媽展現的省錢絕招：《爺爺一定有辦法》、《歌舞爺爺》、《看，阿婆畫圖》，都展現老人具有的獨特性以及與現代潮流不同的「智慧」與「技能」。其他像：阿媽會做粿、包粽子、剪裁衣服、用筷子做玩具、抓小昆蟲、說故事、唱老歌…等。長輩具有獨特生活經驗：耕田種稻、摸蛤洗褲…等小故事，跟孩子一起發掘身邊長輩的獨特性。

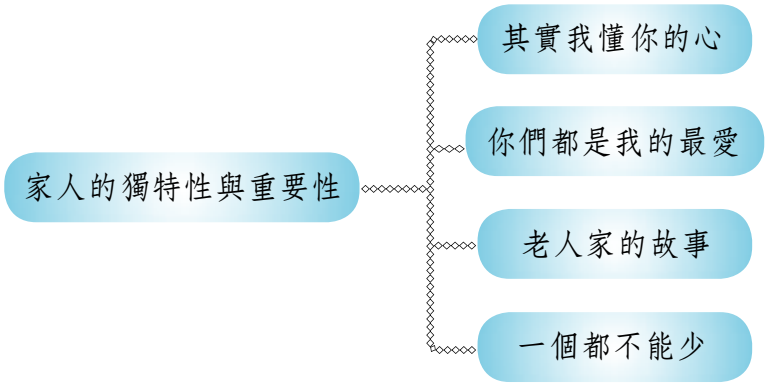
祖孫關係的維繫除了靠血緣關係外，最重要的還是彼此要有情感支持的聯繫，父母親和祖父母的關係是影響祖孫情誼的重要因素。為人父母如果可以當一個溝通的橋樑，製造祖孫互動的機會，對孫子女來說，祖父母的生活經驗會是很特別的體驗；對祖父母來說，能與孫子女分享、傳承舊經驗，是自我價值的展現；對家庭來說，更是促進祖孫代間關係的方式之一。

家家都特別，個個都重要

我的家庭很特別，少一個都不行。

每個家庭成員都是獨特的，每個家庭都有自己獨特的互動模式，無論表面的家庭型態如何（核心家庭、主幹家庭、大家庭、單親、再婚、隔代、多元文化家庭），透過家庭成員直接的相處、溝通，增進彼此的了解，必定能建立和樂的家庭生活。

三、主要活動架構



四、參考資料

A. Lahlou、吳淨騁（譯）（2005）。布莉姬．拉貝、米歇爾．布許著。公平與不公平。台北：米奇巴克。

王珮玲(2001)。你知道孩子的氣質嗎？。台北：遠流。

王湘茹(1995)。老大、老二為什麼不一樣？。台北：及幼文化。

吳就君（譯）（1994）。維琴尼亞．薩提爾著。家庭如何塑造人。台北市：張老師。

呂芳雪（譯）（2003）。珍．帕克＆珍．史迪森著。老大老二的戰爭：聆聽每一位子女的心聲。台北：城邦文化。

李紫蓉（譯）（2005）。海葛．寶　慕著。我才不要跟他玩＋媽媽，他老是欺負我。台北：阿布拉教育文化。

周麗端、吳明燁、唐先梅、李淑娟（主編）（1999）。婚姻與家人關係。台北：空大。

林歐貴英、郭鐘隆（譯）。Hooyman N.R & Kiyak H.A.著(2003)。社會老人學。台北：五南。

邱珍琬著(2003)。親職教育。台北：五南。

郭靜晃等(2003)。社會問題與適應（上）：個人與家庭。台北：揚智。

黃芳田（譯）(2000)。瑪莉．派佛著。可以這樣老去：航向老年國度，兩代結伴同行。台北：遠流。

黃迺毓(1988)。家庭教育。台北：五南。

性格。2006年10月16日 取自 http://140.137.101.73:8008/cpedia/Content.asp?ID=5154

人的性格是怎樣形成的？2006年10月16日 取自 http://www.epochtimes.com。

黃迺毓、林如萍、林亞寧、趙慧如編(2006)。家庭教育代間方案工作手冊。台北：台灣家庭生活教育專業人員協會。

黃迺毓、林如萍、林亞寧、趙慧如編(2006)。活到老，福氣好—老人家庭教育手冊。台北：台灣家庭生活教育專業人員協會。

活動設計一：其實我懂你的心

1.單元基本概念：

透過活動，帶領孩子從了解自己與他人「有所不同」，進而體會世界上的每個人都是不同的，會有不同的想法、不同的選擇、不同的喜好，這些不同，沒有所謂的對與錯，自己與家人都是獨一無二的個體。

2.活動設計：

（1）活動目標：了解自己與家人的獨特性。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間：40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內容提要	備註
	老師準備事項： 1.繪本《我是獨特的》。 2.「其實我懂你的心」學習單*學生數。	
10	活動步驟： 一、暖身活動： 1.講述《我是獨特的》繪本故事 2.老師提問： (1)大頭弟覺得自己哪裡很獨特？ (2)別人對大頭弟的獨特有什麼想法？ (3)你覺得大頭弟是獨特的嗎？為什麼？ (4)在世界上，有人會跟大頭弟一樣嗎？ 3.故事引伸：老師請孩子想想，自己與家庭的獨特性。	附件一：《我是獨特的》故事大綱
20	二、發展活動：其實我懂你的心 1.老師引言：每個人都是獨特的，你了解你自己還有家人特別的地方嗎？ 2.發下「其實我懂你的心」學習單。	附件二：「其實我懂你的心」學習單

10	3.說明學習單：請小朋友在學校，填入畫有「★」格子內的答案。即包括：對自己的了解與對家人的了解。 4.填完之後，請大家先看★1「自己了解自己的部分」，並與班上同學分享。 三、綜合活動： 1.老師總結：每個人都是獨特的，有自己的喜好（氣質）、處理事情的方法（性格），和我們的好朋友、家人都有不一樣的地方，這些不同，沒有好壞之別，每個人都有他特別的地方。 2.家人是我們最親密的人，你了解你的家人嗎？剛才學習單裡我們寫了一些對家人的看法，請回去訪問你的家人，與家人一起完成剩下的學習單。	請孩子盡量填滿每個空格，如果他們對家人的想法不確定，也請他們依照平日經驗來填寫

（5）相關學習領域、重大議題指標

生涯發展教育

1-2-1 認識有關自我的觀念。

家政教育

4-2-1 了解個人具有不同的特質。

4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。

社會

5-1-1 覺察自己可以決定自我的發展。

健康與體育

6-1-1 描述自己的特色，並接受自己與他人之不同。

6-1-2 學習如何與家人和睦相處。

綜合活動

1-1-2 認識自己在家庭與班級中的角色。

1-2-1 欣賞與表現自己的長處，並接納自己。

（6）學習評量

a.能了解自己與別人有不同的地方。

b.了解家人的想法與特性。

3.參考資料來源

周姚萍（譯）（2005）。杉山佳奈代（圖）。森繪都（文）。**我是獨特的**。台北：小魯。

附件一：《我是獨特的》故事大綱

大頭弟是一個普普通通的小孩，他和其他的小孩一樣，上小學，有家人、朋友……但這個普普通通的小孩，卻有著和別人很不一樣的地方，像是在兄弟姊妹當中，只有他有酒窩；在家人當中，只有他常被蚊子咬；在好朋友當中，只有他會倒立；在學校裡只有他沒有明星簽名；在社區裡，只有他不會被狗吠。

大頭弟的特點不全是優點，其中也有讓他感到悲傷、丟臉或煩惱的事。這些令他開心的、傷腦筋的、得意的、悲傷的、不可思議的種種特點，組合起來，就一是個獨一無二的大頭弟，世界上絕對不會有人與他一模一樣！

書中先從大頭弟說出自己一個特別之處，在從大頭弟的某個家人或朋友或同學的角度來談大頭弟這個特點，讓我們更了解自己看自己，以及他人看自己，常會有不同的觀點與想法。

附件二：其實我懂你的心

學習單

親愛的小朋友！！你了解你自己嗎？你了解你的家人嗎？

請小朋友依自己的了解，填入以下畫有「★」框框內的答案。再回去請家人填寫其他空格。對照看看，你寫的跟家人寫的是否一樣呢？你對家人了解有多少呢？

學生姓名：_____

		最喜歡的食物是...	最喜歡的明星是...	最常看的電視是...	最喜歡的顏色是...	最常因為什麼事情生氣...
★1	我 _____ 【學生填寫】					
★2	我的爸爸 【學生填寫】					
	爸爸的回答 【爸爸填寫】					
★3	我的媽媽 【學生填寫】					
	媽媽的回答 【媽媽填寫】					
★4	我的 _____ 【學生填寫】					
	_____的回答 【家人填寫】					
★5	我的 _____ 【學生填寫】					
	_____的回答 【家人填寫】					
★6	我的 _____ 【學生填寫】					
	_____的回答 【家人填寫】					
★7	我的 _____ 【學生填寫】					
	_____的回答 【家人填寫】					

活動設計二：你們都是我的最愛

1.單元基本概念：

透過遊戲與故事，與孩子討論「公平與不公平」的概念。與孩子最親近的手足，雖由同一父母所生、生長在同樣家庭環境中，但因個性的不同，便會產生不同的需要與相處模式。透過活動孩子會了解到，有時候，父母會以不同方式對待我們，這不是公平與不公平的問題，父母都是愛子女的，他們是用最適合我們的方式，來對待每一個孩子。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.了解家庭裡每個人都是獨特的，父母對待孩子方式會有些不同。

b.沒有絕對的公平與不公平，每個孩子都是父母的最愛。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	老師準備事項： 1.繪本《你們都是我的最愛》 2.「公平？不公平？」學習單*學生數	
5	活動步驟： 一、暖身活動： 老師講述公平箱的小故事： 安安和樂樂做了一個信箱，放在客廳裡，他們把生活不公平的事情都寫在紙上，再放入信箱裡。他們用黑色奇異筆在信箱上寫著：「不公平信箱」。有時候，他們請父母打開信箱，讀一讀紙條上面的話，然後再跟他們討論。讓我們來讀一讀這禮拜的信件： 「真不公平，樂樂年紀比較小，你們就偏袒她，只要她一哭，你們就會原諒她。」（安安） 「真不公平，我晚上八點就一定要關燈睡覺，而安安卻有權力看書到九點。」（樂樂）	

	「真不公平，安安年紀比較大，就可以做任何事情，他可以看連續劇，而我只能看卡通。」（樂樂）	
15	二、發展活動：「真不公平」 1. 老師發下「公平？不公平？」學習單，請學生先將學習單由中間摺成一半。並填寫自己覺得「真不公平」的事情與理由。 2. 學生分享自己的「真不公平經驗」。 3. 老師依據學生的回答，帶領全班一起討論幾個問題： (1) 什麼樣的情況下會讓我們感覺到「不公平」？ (2) 爸媽是真的「不公平」嗎？是不是有什麼原因，使得爸媽要用「不公平」的方式對待我們？ (3) 你覺得父母偏袒其他兄弟姊妹，讓你覺得不公平，那父母是不是也有對你比較好，偏袒你，讓其他手足覺得不公平的時候呢？當他們對你比較好？偏袒你時，你又有什麼想法？ 4. 老師引導學生思考：沒有完全的公平與不公平，父母會用不同的方式對待我們，是因為我們每個人都是獨特的，他們對待我們的方式，是最適合我們的相處方式。	附件一：「公平？不公平？」學習單
10	5. 老師講述《你們都是我的最愛》故事，並請學生發表感想。	附件二《你們都是我的最愛》故事大綱 若時間不足，「不會不公平」學習單可以請學生課後或回家完成。
10	三、綜合活動：「不會不公平」 1. 經過討論、聽過故事後，請學生填寫「公平？不公平？」學習單裡，「不會不公平」的部份。 2. 老師總結：每個人都是獨特的，有不同的個性與需要。有時候父母會用不同的方式對待我們，或許會讓我們覺得不舒服、不開心，覺得他們不公平，「但是全部都一樣，是不是就是公平了呢？」很多事情跟公平與不公平沒有關係，但是我們要知道，父母愛我們的心絕對是一樣的。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。

4-2-1 了解個人具有不同的特質。

4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。

4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變。

健康與體育

6-1-2 學習如何與家人和睦相處。

（6）學習評量

a.了解兄弟姊妹的獨特性。

b.了解父母對待兄弟姐妹方式雖不同，但爸媽對我們的愛是一樣的。

3.參考資料來源

張杏如（譯）（2004）。山姆．麥克布雷尼著。**你們都是我的最愛**。台北:上誼。

附件一：「公平？不公平？」

學習單

真不公平

我 _____

常常覺得很不公平，因為

_____

_____

有時候會讓我感到生氣和難過！

不會不公平

仔細想一想，我覺得不會不公平了，因為

_____

_____

我要更愛我的家人，因為他們都很愛我！

附件二：《你們都是我的最愛》故事大綱

熊爸爸和熊媽媽每天都告訴三個熊寶貝：「你們是世界上最棒的熊寶寶。」但是，有一天小隻熊寶寶開始好奇，到底爹地和媽咪最喜歡誰呢？他們不可能都是爸爸和媽媽的最愛呀？老大擔心自己沒有斑紋，爸媽會比較不喜歡他；老二擔心自己是女生，爸媽會比較不喜歡她；老三也擔心自己是最小的，所以爸媽會比較不喜歡他。結果呢？爸媽的答案太令人滿意啦，原來外表、性別、排行都不是問題，每一個孩子都是最棒的、也最獨特的熊寶寶！

你就是你，你有你的特色，爸媽愛你不是因為你有什麼或沒有什麼，而是因為你是他們的孩子。

活動設計三：老人家的故事

1.單元基本概念：

任何人都是從小長大，爺爺奶奶也有童年，對長輩的看法不應只限於一般的刻板印象，除了同理、關懷長輩之外，也要體認每個人都會變老的生命週期變化。本活動在透過觀察、訪問長輩，發現老人家的獨特性、找出老人家的專長。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.改變一般對老人家的刻板印象，發現老人家的獨特性。

b.老化是生命的正常現象，訪問屬於老人家個人的故事，培養正確對待老人的態度

（2）活動人數： 一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	老師準備事項： 1.繪本《叔公忘記了》 2.「家有一老，如有一寶」學習單 3.一些老人的圖片 4.學生帶爺爺或奶奶以前的照片	
10	活動步驟： 一、暖身活動： 老師在黑板上展示多張老年人的圖片，詢問小朋友「這些老年人的外表特徵有哪些共通點？」「除了外表特徵，你覺得他們還有哪些共通的興趣或個性等內在特質？」「是不是所有的老人都是原本就長的這樣嗎？」	老人的圖片 繪本 長輩照片
20	二、發展活動 1.故事教學：繪本《叔公忘記了》。老師提問：「故事中的叔公有哪些屬於我們認為的老年特徵？」「叔公記得哪些事？那些事每個老人都一樣嗎？」	學習單

	2. 老師將學生帶來的長輩照片放入一堆老人圖片中，請學生上來尋找自己的長輩，並以「我能找到我的○○，因為他.....」的句子，說出一項長輩與眾不同的特點。 3. 每個人都是從小慢慢長大，長輩們不是一出生就長的這樣，他們可能都有皺紋、行動較慢、常忘東忘西，也可能提供我們寶貴的意見，也一些特別的才能，這些都是歲月累積的現象，所以有人說：家有一老，如有一寶。	
10	三、綜合活動 我們對於家中的老人家知道多少呢？現在請你擔任小小記者，訪問家中老人家，發現「寶藏」。 學生回去完成「家有一老，如有一寶」學習單，老師可以另外找時間作分享，也可以布置在教室互相觀摩。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

健康與體育

1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同。

家政教育

4-2-3 用適當的語詞向家人表達自己的需求與情感。

（6）學習評量

a.能說出一項長輩獨特、與眾不同的特點。

b.能完成「家有一老，如有一寶」學習單。

3.參考資料來源

呂俐安（譯）（2001）。班．薛克特著。**叔公忘記了**。台北：遠流。

黃迺毓（譯）（1999）。芭貝．柯爾著。**精采過一生**。台北：三之三。

宋珮（譯）（1999）。菲比吉爾曼著。**爺爺一定有辦法**。台北：上誼。

附件一：繪本簡介

《叔公忘記了》故事大綱

叔公忘記了，我叫愛蜜莉，不叫艾麗絲。叔公，現在是夏天，聖誕節已經過去很久很久了。

雖然叔公記不起許多事，但是，他卻記得當他還是個小男孩時，家門前的紫藤樹茂盛得遮蔽了大門，那時候他有一條叫戴芬妮的小狗，牠的毛像蜂蜜一樣的顏色。叔公，夏天還很長，請再多告訴我一些你的故事。一個小女孩對長輩的溫柔觀察，用的不僅僅是眼睛，更是最最珍惜的心。

《精采過一生》故事大綱

另外還有《精采過一生》、《爺爺一定有辦法》兩本繪本可供參考。

《精采過一生》以不凡的手法描寫每個平凡人共同體驗的經歷，與孩子分享此書時，不妨也想想周遭的人：他們在人生的什麼階段？他們需要學習的是什麼？哪些人學習得很起勁？哪些人得加加油？什麼樣的人比較能精精采采的過一生呢？

《爺爺一定有辦法》故事大綱

《爺爺一定有辦法》內容是約瑟有一條很寶貝很寶貝的毯子，雖然長大以後毯子髒了舊了，卻還捨不得丟掉，媽媽要把它拿去丟，約瑟說：「爺爺一定有辦法。」，於是拿著毯子去找爺爺。「嗯……」爺爺說：「這塊料子還夠做……」做什麼?一件神奇的外套！於是小約瑟穿上這件神奇的外套，很開心的跑出去玩了。不過，約瑟漸漸長大，外套也變老舊了……那後來咧？外套又變成什麼？整個故事用同樣的詞句不斷的反覆著，最後從一條毯子變成了一個故事！

附件二：「家有一老，如有一寶」

學習單

小小記者 _____ 訪問單

我訪問的長輩是 _____，本名是 _____，

現年 _____ 歲，外表看起來 _____，

個性十分 _____，

興趣主要有 _____，

以下是他的秘密檔案。

☆ 出生地：_____

☆ 當小孩時最常做的事：

_____

☆ 求學過程印象最深的事：

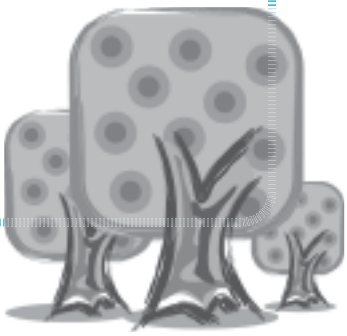
_____

小朋友，你覺得 _____ 最大的獨特點是什麼？和你原本想的一樣嗎？

_____

_____

_____



活動設計四：一個都不能少

1.單元基本概念：

不論是雙薪家庭、單親家庭、隔代家庭等等不同型式的家庭，都必須維持家庭功能的正常運轉，為孩子提供一個溫馨的成長環境。本活動由老師說明家庭的功能，學生觀察、記錄家人為家庭付出的努力，體會家人不可取代的重要性。

2.活動設計：

（1）活動目標：家中的每個角色對家人而言都有其重要性。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	老師準備事項： 1.「一個都不能少」學習單 2.請學童注意觀察家中賺錢、打掃、烹飪等工作由誰在做。	
5 15	活動步驟： 一、暖身活動： 老師說附件一櫻桃小丸子故事，教師提問：「小丸子家發生什麼事？」「爺爺不在時，小丸子的生活發生了什麼變化？」「小丸子最後為什麼希望爺爺趕快回家？」 （爺爺不在家，小丸子家中生活起了很多不便與麻煩，例如沒人幫她送東西到校、沒人買玩具給她、沒人可以一同分享快樂等等。） 二、發展活動 1.老師提問：「家是我們出生成長最重要的地方，那麼它可以提供我們哪些功能？」（學生可能回答：睡覺、吃飯、洗澡、玩電動等等，老師可以分析為情愛、生育、經濟、保護、教育和娛樂功能，並說明這些功能會隨時代和社會不同而改變）	附件一：「小丸子—爺爺不在家」故事

	2.老師提問：「每一個人都有家，維持一個家需要全家人一起努力，每個人各為家裡做了哪些事呢？」，例如：「誰賺錢提供家中支出？」「誰煮飯填飽我們肚子？」「誰打掃家裡，給我們整潔的環境？」「誰帶給我們歡笑？」（學生可能回答：爸爸賺錢、媽媽煮飯等等，需說明精神方面的情感支持也是一種付出，如：難過的時候誰最會安慰人，誰最會製造笑果帶給家人歡樂，誰知識淵博會指導你功課，誰最會馬殺雞抒解家人辛勞。）	附件二：「一個都不能少」學習單
20	3.老師說明每個人在家中都有不同的功能，所以都很重要，提問：「萬一家中暫時少了某個人，那會怎麼樣？」，指導學生以「我在家中很重要，因為……，少了我家人會……。」進行造句。	
	三、綜合活動 老師歸納「不管家中有哪些人，都是一家人，每個人扮演不同的角色，也因為家人們的付出，全家人才能幸福美滿。」請學生回家完成「一個都不能少」學習單，再給家人一個愛的擁抱。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

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。

（6）學習評量

a.能知道家庭有哪些功能。

b.能思考少了家人會如何，而體會家人的重要性。

c.能完成「一個都不能少」學習單。

附件一：小丸子—爺爺不在家

這個星期一小丸子的爺爺要參加社區舉辦的「敬老旅行」，一大早爺爺就起床，和要上學的小丸子一同出門。小丸子：「爺！你要記得買好吃的紅豆餅給我喔！」爺爺：「有、有，我把妳和姊姊的禮物都寫在紙上，一定不會忘記的。」「哇！爺，你最好了！」

今天的美勞課要帶水彩，健忘的小丸子一如往常忘了帶，只得打電話回家求救，「嘟！嘟！嘟…」響了老半天沒人接，「慘了！」小丸子心裡想：「難道媽媽去買菜了嗎？那爺爺呢？他在幹嘛？這樣下去我不是沒救了！」沒辦法，她只得無奈地去上課，在走廊上她才想起：「對喔！爺爺不在家。」

一回家小丸子便纏著媽媽。「媽咪，有一種『彈彈球』的東西很好玩耶！大家都在玩，我能不能也要一個。」「不行，還不是十分鐘熱度而已。」「好啦！媽咪…大人也可以玩啊！」「不行！」「那我先用下個月的零用錢。」「不行！下個月的零用錢下個月再說。」「哼！妳真小氣耶！」「不行就是不行。」「算了！我去找爺好了！」這時小丸子又發覺：「對喔！爺爺不在家。」

飯後大家聚在一起聊天、看「丁先生愛說笑」電視節目，「哈！哈！哈！」小丸子笑得人仰馬翻「姊，妳看，實在好好笑喔！」只見姊姊冷淡的回答：「喔！不過妳笑得很吵耶！」。小丸子心想：「真是無趣，妳都不了解這種幽默，還是跟爺爺看電視比較有趣，可是…爺爺不在家。」

對小丸子而言，原本彩色的生活似乎變成黑白，她想：「如果爺爺在家就好了！」

附件二：「一個都不能少」

學習單

每個人都有一個家，每一位家人在家中扮演不同的角色，請你仔細看、用心想，寫出每一位家人的重要性。

例句：爸爸在家中很重要，因為 他要賺錢養家，
少了爸爸，家人會 沒有錢買東西 。

我在家中很重要，因為 _____ ，
少了 我 家人會 _____ 。

_____ 在家中很重要，因為 _____ ，
少了 _____ 家人會 _____ 。

_____ 在家中很重要，因為 _____ ，
少了 _____ 家人會 _____ 。

_____ 在家中很重要，因為 _____ ，
少了 _____ 家人會 _____ 。

_____ 在家中很重要，因為 _____ ，
少了 _____ 家人會 _____ 。

★ 教學主題：家族中的人際關係（高年級適用）

一、主題故事

筱兒心裡一方面高興過年期間家裡會很熱鬧，有其他的堂姊妹還有表哥、表弟可以一起玩耍，但一方面也擔心大姑的小孩回來會與她搶玩具，還有書桌、電腦等東西要都讓給他們使用，甚至看電視也不能自己選台，三餐吃的東西，阿嬤也會因著她們回來而配合她們的口味，家裡發壓歲錢時，阿公給他們的數目跟自己的也不太一樣，連平常睡覺的地方都要讓出來，真是煩惱。心中又期待新年到，又想為什麼他們不能只來一小段時間，相處的煩惱就會比較少呢？

二、重要概念

一、工商社會型態，使家庭結構朝向小家庭、多元化家庭發展；家人間互動機會減少，家族觀念逐漸薄弱。加強學生認識家庭與家庭間的人際轉變，促進家族互動優質化。

二、現代的家庭生活型態，使家族間聚少離多，引導學生體會家族人際牽連，並以正向而具體的方式，表達對家族間人際的感恩之情，營造溫暖和諧的親屬互動文化。

三、家族間的緊密互動及相互體諒有助於家族關係的營造，透過家族生活記憶的追溯，學習互相體諒可連結家庭的人際網絡。

從大家族到小家庭

在社會的迅速變遷下，台灣的家庭結構也明顯改變，由大家族演變成核心小家庭、家庭型態也趨於多元化，因此，讓學生認知不同家庭結構會影響人際，進而了解自己的家庭關係轉變是有必要的。

因工商社會忙碌，使得家族間相聚次數更是少之又少，年節通常是家人間相遇建立關係的好機會，但因平常相處少缺乏話題，加上生活習慣不同，原本是建立關係的聚會有時就變成相衝突的場面，甚至要求再聚會時，兒童可能不願意或是有其他的意見。

親親家族相聚一堂

家族中的人際關係面向包含妯娌、翁婿、婆媳、祖孫、姑嫂、表親等層面，但與學生相關的人際會因其家庭結構不同有所差異，如屬於三代同堂的家庭其家族人際除祖孫可能還有堂親、表親等，雙方的相處在日常生活會因著各自家庭資源、家庭事件或家庭危機不同，而可能關係良好或是時有爭端。然而好的家族人際關係網絡對個人的助益，在於有更多的人際互動機會而能學習相互協調，可促進人際溝通力，使兒童人際成熟增加。再者也能拓展生活資源並相互支持。然而，若家族人際網絡不佳，不僅生活缺乏支持，也會使其未來人際能力發展受限。

互相幫忙好處多

家庭網是由有親屬關係的家庭所組成，具有一定的結構和功能。現代家庭網不同於舊式封建家族，處於家庭網中的家庭既不住

在一起，財產也不共有，也不在封建家長統治之下，而是相對獨立的。即保持各自獨立生活方式，以日常生活中的頻繁交流和相互救援為主要特徵。

許多國家都存在家庭網。美國與國內家庭網相似的形式有三種：家庭網、群居組織、協會式家庭。美國的特點是家庭之間可能是親屬關係，也可能是朋友關係和鄰里關係，其生命週期不長，短期內有融為一體的可能，不僅有經濟、情感、生活方面的交往，也可能有兩性關係的交往。中國的家庭網則有所不同，主要由婚姻血緣關係的家庭之間組成，如父母家庭和已婚子女家庭之間、已婚兄弟姐妹家庭之間、翁岳親家之間等，極少以朋友和鄰里等關係相聯繫的；多以經濟、生活、情感交往為主，沒有兩性關係的交往。家庭之間保持較大的相對獨立性，沒有融為一體的可能，家庭網的生命週期較長。

現代家庭網為現代人提供了一種擴大的家庭形式。特殊的結構和功能使它能存優去劣，能靈活地適應現代生活方式的要求，又在一定程度上解決現代家庭生活方式變革所面臨的問題。現代家庭網對現代生活的作用：逐步適應現代小型化、民主化、多樣化的趨勢和要求。家庭網不同居不共財，是相對獨立，家庭間各種交流都出於自願，出自某種相互需求，而不是出自某種壓力、權力或一廂情願。通過家庭之間的密切交往，保留了一些積極的傳統因素，有利於解決現代家庭生活中遇到的一些實際問題，如：贍養老人、撫育兒童、實現兩代人之間在日常生活中的相互幫助、促使兩代人之間在感情上相互交流等。現代家庭網保持了傳統家庭中好的一面，又呈現了現代家庭的特點，是現代化過程中協調傳統和現代化的產物。

其次，國人家庭以親情為家庭主軸的社會結構。在華人幾千年的父系社會中，父子軸就成為家族關係的主線。注重家族關係，盡量保持家庭溫暖，可減少人與人之間的「疏離感」。而像朋友關係的兄弟叔伯，也增加彼此間的親切。另外，家族網中人際的責任感由於受「家族名譽」的影響，亦會相對加強，幫助社會維持法制。

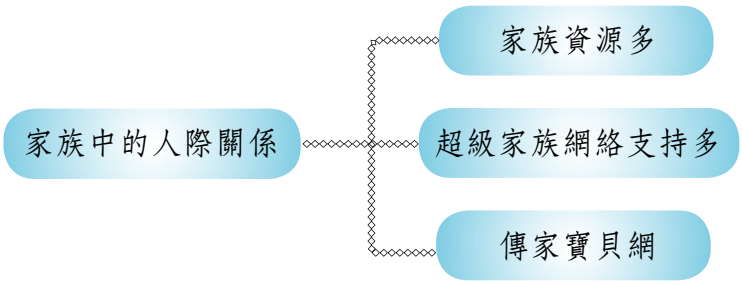
互相學習更成長

春節及三節或是親屬有重要家庭事件，例如：訂婚、結婚、生育兒女、孩子滿月、為長輩祝壽等常是親人們歡聚一堂的重要時刻，但由於平常居住區域別使生活型態在各方面存在著很大的差異，因習慣不同而覺受到對方的欺負或吃虧，或可能學到不良習慣。然而師長可協助兒童看到：不同居住形式、不同區域特性者之

間的互動是有很多好處的。在親屬互動交往中居於不同區域彼此可能將所住區域的特性及資源與對方交流，例如：居住城市可能學到居農村者熱愛大自然、勇敢、自理能力強、熱愛勞動；而居住農村者也從城市孩子自信、知識面廣、思維敏銳等。或是從生活節奏、學習資源上、文化特色雙方都可學習尊重別人，同時取長補短。因著認識彼此在生活習慣，衛生習慣、飲食習慣的差異而更能互相接納、相互學習。

親族互動中需解除彼此顧慮，創造交往的良好條件，培養適應能力，鼓勵接觸不同環境，不同習慣、性格脾氣各異的各類人際型態，讓兒童的能力和良好的行為充分發揮，且彼此吸引，增進之間的好感和友誼，培養適應能力，可使其在家族中得以奠定社會交往訓練的基礎。

三、主要活動架構



四、參考資料

大英百科全書。2006年。大英線上繁體中文版。2006年10月20日 取自 http://wordpedia.eb.com/tbol/article?i=050132

黃迺毓、唐先梅、林如萍、陳芳茹(2001)。**家庭概論**。台北：空大。

黃寬重(2003)。**家族興衰與社會網絡：以宋代的四明高氏家族為例**。台北市：宋代墓誌史料的文本分析與實證運用研討會。

楊蓓（主講）胡靜宜（整理）。**家庭中的人際關係與權力結構**。2006年10月20日 取自 http://www.kuanyin-line.org/article_family.htm

潘貞妮、歐滄和（譯）(2003)。Thorana S. Nelson, Terry S. Trepper主編。**101種家族治療技巧**。台北：心理。

周鼎文（譯）(2001)。W. Gunthard, & H. Beaumont著。**家族星座治療：海寧格的系統心理療法**。台北：張老師。

活動設計一：家族資源多

1.單元基本概念：

引導學生透過訪問及調查認識親屬家族間的共通點及特色，透過實際行動與家族有較深的認識，增進家族之間的情誼，並認識自己與家族間關係密切。

2.活動設計：

（1）活動目標：認識家族各個成員的職業特色，發現彼此可能的共通性。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 事先利用聯絡簿告知家長活動內容、目的，請家長協助學童完成調查，並記錄爸媽的家族成員，以及職業狀況及從事此職業可能的原因。 1.紙、筆數支 2.家族大調查學習單＊學生數 （家族風華再現學習單）	附件二、附件三
10 15	活動步驟： 一、暖身活動： （一）小小偵探 1.教師先分享《曾曾祖父106歲》繪本之後，再分享自己個人家族成員概況（家族大調查學習單）。 2.學生依學習單調查內容分享，教師請學生將家族親屬名稱一一寫在紙卡上，並張貼於黑板。從其中可發現學生的親屬範圍擴及到哪些層面或家族型態的大小。 二、發展活動 （一）調查大整合	附件一 若考量時間學生無法完成家族大調查學習單（附件二），老師亦可提供附件三讓學生電話訪問家族成員

10	1.老師準備各種行業的圖卡約二十種，逐一呈現在黑板上，請同學說說看該行業需要的能力有哪些？並書寫在黑板上，老師作補充。此時黑板上有許多的「能力」或「技能」。 2.請同學在學習單上就家族每個人所擔任的職業，（可不侷限於黑板上所列），找出自己家族成員中從事最多的三種職業，及從事這些職業所需具備能力。 3.為什麼家族成員會比較集中這三種職業？這些職業與其他同學的家族職業有何不同？家族中有些什麼因素或資源讓他們更可能從事這些職業？（例如：教職、農業、製造業、生產業等） （二）小組討論： 1.你對何種職業最有興趣或好奇的？為什麼？ 2.這些職業可以讓你從中擴展視野的有哪些？或對你家人有何幫助？ 3.對於較少接觸的職業可以如何向親屬請益，並讓自己培養此方面的視野？ 三、綜合活動：師生共同歸納 參考答案：和家人多互動，互相了解，家族間聯繫除了可以增進親屬的情感，家族關係強也可以對自己的未來發展有所助益。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

社會

5-3-3 了解各種角色的特徵、變遷及角色間的互動關係

5-3-4 舉例說明影響自己角色扮演的因素。

7-3-1 了解個人透過參與各行各業的經濟活動，與他人形成分工合作的關係。

健康與體育

6-2-2 了解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性

綜合活動

1-3-3 在日常生活中，持續發展自己的興趣與專長。

3-3-3 熟悉各種社會資源及支援系統，並幫助自己及他人

家政教育

4-3-1 接納自己。

4-3-2 了解家人角色意義及其責任。

4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。

4-3-4 探索家庭生活問題，探討如何避免其對個人的不良影響。

4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

4-3-6 了解不同的家庭文化。

（6）學習評量

a.能認識家族成員並了解其職業狀況。

b.從學習單的紀錄及課堂討論，評量學生是否了解家族對其個人發展影響。

3.參考資料來源

松田素子著。菅野由貴子繪(2005)。**曾曾祖父106歲**。台北：小魯。

附件一：《曾曾祖父106歲》故事大綱

曾曾祖父106歲，我6歲，相差了一個世紀的親情，會有怎樣的交集與感動？一本清新如微風，歌詠親情的溫馨繪本。

一個六歲的小男孩，如何看待比自己年長一百歲的曾曾祖父？又如何觀察自己與曾曾祖父之間的關係呢？本書的建一，有三位「祖父」，分別是祖父，曾祖父和曾曾祖父。在他的印象中，曾曾祖父很多的時間都躺著睡覺，或拿著放大鏡看書。不過，曾曾祖父年輕時，是一個很能幹的人，他曾經做過校長和村長，照顧過很多人，也行過很多路。在建一的心目中，曾曾祖父不但很能幹，也許當他離開人世時，神明也會對他說聲「辛苦了！」

大家有沒有想到，自己和祖父母之間的聯繫呢？可能我們和建一都有點相似，因為我們都不太了解他們的事，他們的過去。也許，我們也可以嘗試畫畫我們家的「家族樹」，找找我們與祖先之間的關係。由曾祖父開始到我們的父母，其實我們都是緊緊的連在一起的。就好像作者利用「生命長河」的畫像反覆的在書中呈現，溫暖的紅色線條圍住了一個個的世代家庭，讓成員們手牽著手，以親情凝聚家族，把愛傳承下去，並呼應著最後的家族樹。

「生命長河」的視覺主題反覆地在書中呈現，溫暖的紅色線條圍住了一個個的世代家庭，讓成員們手牽著手，以親情凝聚家族，把愛傳承下去，並呼應著最後的家族樹。

插畫家用隨興瀟灑的線條，春天爛漫的色彩，來處理如鉛般沉重的「死亡」議題。這本溫潤清新的生命繪本，正引導著小朋友往「敬老尊賢」與「傳承」的生命長河裡邁了一大步。

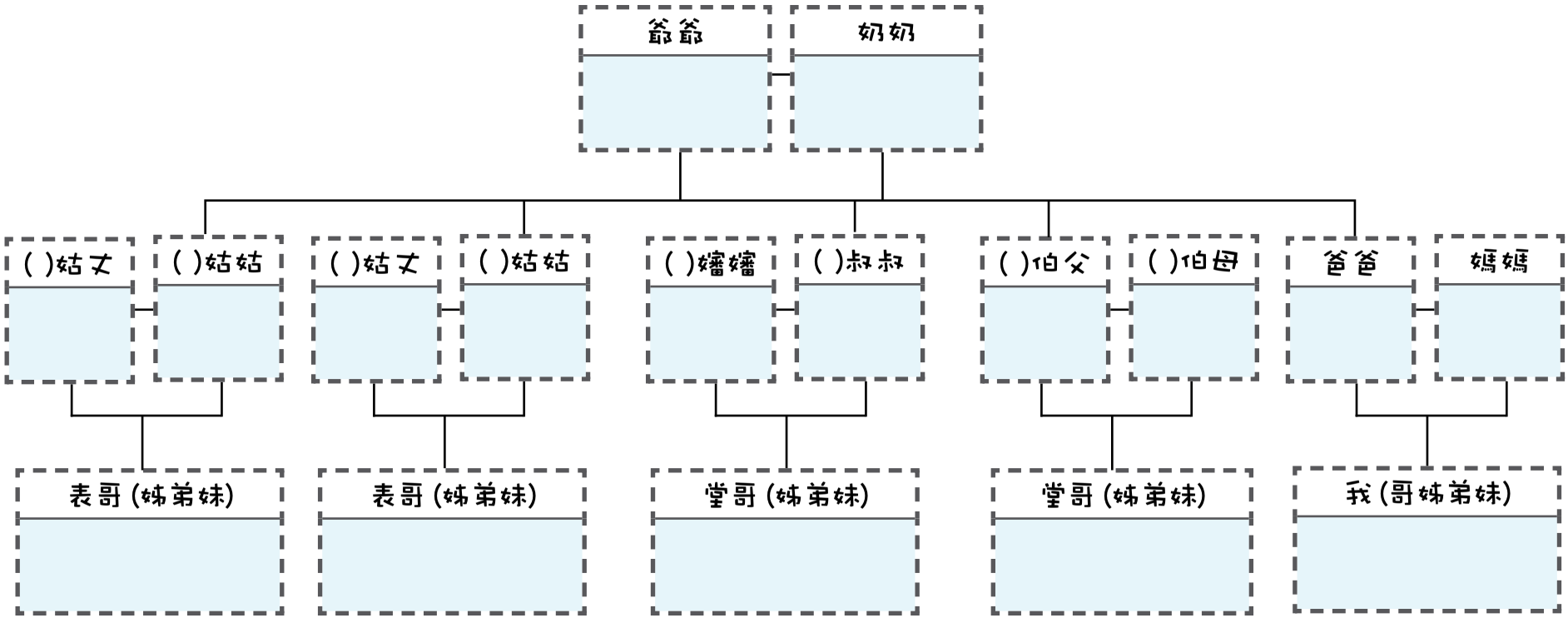
附件二：「家族大調查」

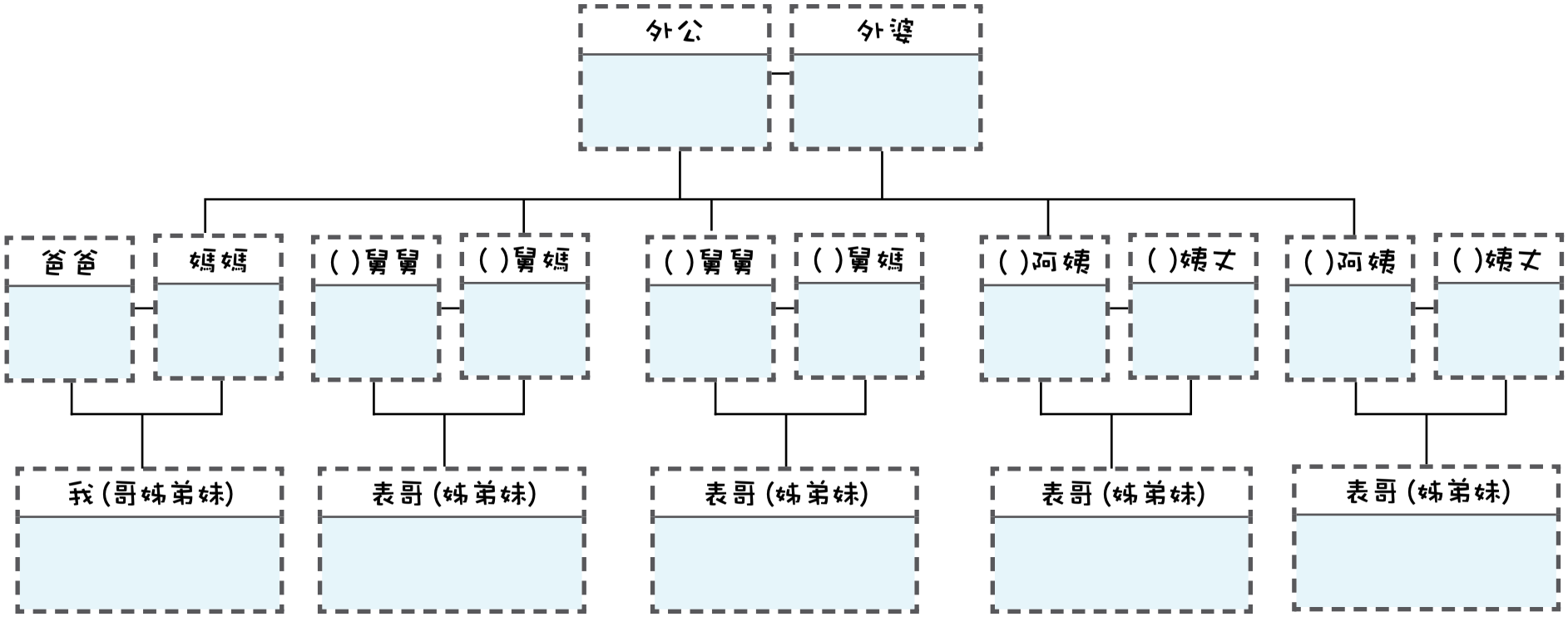
活動學習單

班級：＿＿＿ 姓名：＿＿＿＿＿＿＿＿

敬愛的家長，您好：

這是一份讓貴子女認識家族資源的學習單，請您費心花一點時間陪同子女完成。每一欄位內有稱謂，是以孩子的立場思考，請選擇三至五位親屬填寫，並於該稱謂下寫出其職業，（ ）表示長幼順序。




外公
外婆
爸爸
媽媽
( )舅舅
( )舅媽
( )舅舅
( )舅媽
( )阿姨
( )姨丈
( )阿姨
( )姨丈
我(哥姊弟妹)
表哥(姊弟妹)
表哥(姊弟妹)
表哥(姊弟妹)
表哥(姊弟妹)

附件三：家族風華再現

學習單

小朋友請你依據下面表格的內容，訪問家中的一位長輩有關他的工作方面的問題，並請將重點記錄下來。

<table>
<tr><td rowspan="2">訪問對象</td><td>☐ 祖父
☐ 祖母
☐ 外祖父
☐ 外祖母</td><td>選擇祖父、母或外祖父、母其中的一位進行訪問。</td></tr>
<tr><td colspan="2">☐ 其他人 _____
（若是祖輩已不在了，可改訪問父母親或主要照顧者）</td></tr>
<tr><td>從事的工作性質與職位</td><td colspan="2">工作：

職位：

哪位家人從事相同的工作？</td></tr>
<tr><td>當初會選擇這項工作的原因</td><td colspan="2">1.

2.</td></tr>
</table>

1.這份工作是最初的選擇嗎？ 2.如果不是，曾經歷過哪些工作才決定留下呢？	
1.從事這份工作前有哪些家人曾經給過你建議？ 2.他們的建議是什麼？	
希望家人繼續從事與自己相同的工作嗎？ 為什麼？	
如果有家人從事相同的工作，你會給他什麼建議？	

小朋友，（　　）的工作令你印象最深刻的是什麼？

活動設計二：超級家族網路支持多

1.單元基本概念：

引導學生學習以說話、文字、圖畫等向親屬家族表達關心，透過實際行動與家族做良好的互動，增進家族間的情感。

2.活動設計：

（1）活動目標：養成良好的家族互動態度，並學習建立關係的方式。

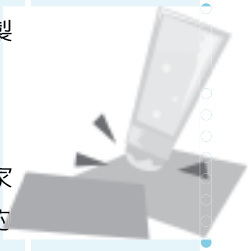
（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘（第2節課要隔一週舉行）

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.表達人際關心的圖片（或簡報檔） 2.製作「給家人的貼心話」空白卡片、示範卡及「給超級家族的信」＊學生數。 3.剪刀、彩色筆數支	
25	活動步驟： 一、暖身活動： 1. 教師展示溫馨小語圖片，並和學生討論： (1) 圖片中的小朋友想買盆花送給自己周遭的親人。其實除了送花，同學們還可以送什麼呢？ (2) 你們可以舉出一些既不花費，又能向別人表示關懷的做法嗎？ (3) 我們可以像圖卡（或簡報中）的小朋友一樣，用文字和圖畫，直接表達對祖父母或其他家族親人的關愛。 2.老師提示良好的家族間互動須注意的事項，引導學生說出表達對親人關心的方式。 3.揭示教師課前做好的「給家人的貼心話」、「給超級家族的信」卡片範例，並說明用法。 4.教師說明溫馨小語及超級家族的信之內容與格式。 5.學生分組討論採用樣式，並仿做。	附件一：「溫馨小語」圖片 引導學生思考還有哪些事是我們這個年紀可以做到的？（親人又會很高興）

15	6.學生製作「給家人的貼心話」、「給超級家族的信」，老師指導填寫。教師提示學生：可以寫信給他們，還可以在信紙上畫上圖畫，或貼上喜愛的貼紙。 7.老師請學生實作後可與小組內分享內容。 二、綜合活動： 1.請學生依自己的選擇去實踐卡片或寄出內容，同時提醒學生請家人給予回饋。 2.預告下次上課要請每位學生做經驗分享。 （第一節課結束）	附件二：「給家人的貼心話」學習單 附件三：「給超級家族的信」學習單
	準備事項： 教師檢閱學生體驗活動執行情形	
25 15	一、發展活動： 1.針對學生能依自己所做的卡片去實作並給予讚美和肯定。 2.「給家人的貼心話」、「給超級家族的信」活動發表。學生每六人為一組，請學生在小組中報告自己在這次體驗的內容和感受。 3.請各組派代表做小組報告公開張貼每位學生製作的卡片及信件。 二、綜合活動：師生共同歸納 參考答案：和家人多說好話，互相服務，家族間聯繫互動可以增進親屬的情感，營造良好的家族關係。 （第二節課結束）	



（5）相關學習領域、重大議題指標

綜合領域

4-2-3 用適當的語詞向家人表達自己的需求與情感。

4-2-3 用適當的語詞向家人表達自己的需求與情感。

家政教育

4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。

健康與體育

6-1-2 學習如何與家人和睦相處。

（6）學習評量

a.能製作給家族的貼心話、超級家族信。

b.從課堂討論及家族成員回饋內容，評量學生行為是否達到標準。

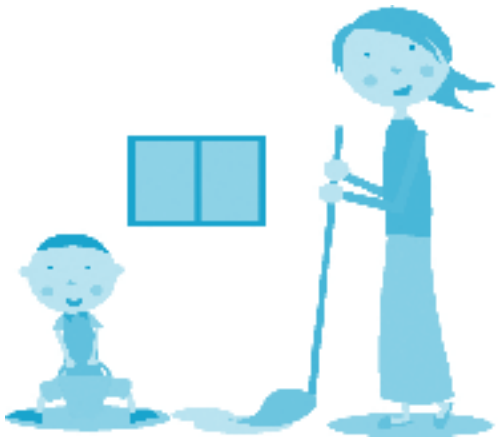
附件一：「溫馨小語」圖片

手足情

兄弟姊妹的感情是最持久和珍貴的，假如你有兄弟或姊妹，就要好好珍惜啊！

筱男：「老哥你K書K得太辛苦，我陪你打一場球好嗎？流流汗身體才會好！」

壯男：「老弟，謝囉！」



以行動關懷家人

「阿姨，妳工作辛苦又要做家事？我與妳一起打掃，好嗎？」

敬愛祖父母

祖父母從前養育我們的父母，現在又愛護我們。我們不但要尊敬他們，還應主動關懷他們。

筱男：「奶奶你坐在搖椅上我幫你搖一搖，順便按摩。」

奶奶：「金孫，你真孝順。」

買盆花送給家人

學校舉行花卉義賣，筱兒想：「我想選一盆花送給要結婚的堂姐，讓她知道我愛她。但是要送什麼花呢？」

筱兒：「什麼花能表心意阿？」
同學說：「圓仔花如何呢？」

陪祖父母運動鍛鍊身體

阿公：「曉華不要走那麼快！阿公跟不上囉！」

曉華：「阿公，醫生說要快走才能加快心跳，身體更健康呢！」

心意卡表心意

小姑姑常因工作夜歸，回來有時我已睡了。但我可以用心意卡、紙條或圖畫來表達我對她的關懷與心意。

附件二：給家族的貼心話

溫馨小語

溫馨小語

附件三：給超級家族的信

姓名：_____　　班別：_____　　日期：_____

_____ 收

親愛的_____：

前天，我們在學校裡一起學習怎樣 _____ 家人，我很想跟你分享，我覺得 _____，我覺得我們家族裡有很多特點，我發現從你身上有 _____ 、 _____，你的看法是 _____。

這幾天，你十分 _____，你要多 _____，還要多 _____ 喔。

祝福您　　_____ 上

_____ 月 _____ 日

活動設計三：傳家寶貝網

1.單元基本概念：

引導學生學習認識家族中有傳遞規範、儀式，並學習創造自己家族的特殊情境，增進家族間的情感連結。

2.活動設計：

（1）活動目標：養成良好的家族互動態度與學習建立關係方式。

（2）活動人數： 一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘（此活動可分成兩節執行）

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.毛線＊小組數、海灘球＊小組數 2.「傳家寶被」、「爺爺肉丸子湯」繪本簡報檔或繪本 3.家族故事 4.小小探險家學習單＊學生數	
25	活動步驟： 一、暖身活動： （一）生活支持網 老師說明：每個人在生活中會需要面對問題，但是單靠自己無法解決，生活中何處有資源可以幫助自己處理問題？ 1.以分組活動，請學生約12人1組，並請其中一組同學先到中間示範活動的進行，老師說明將毛線球交給一位學生後，請他說出曾遇到的問題，而家族成員有誰曾給予幫助（家族成員不包含自己的父母及手足）。說完後再將毛線球傳給對面的任何同學（線頭仍要留在手上），依次完成直到每一位同學都說出所遇到問題及曾受到何種的協助。輪流過一回後，若毛線球所編織的網子網洞甚大時，請同學再輪第二回，並須說出不同的問題與提供協助的不同家族成員。	

	2. 老師放置一海灘球於網子上，測試海灘球是否會掉落，掉落時可引導學生思考說家族曾給予的支援或自己曾提供的支援就像這個網子，家族間互動愈頻繁則網子愈密，若互動少，則網子的漏洞愈多，在個人或家庭面對問題時可提供支持的資源愈少。	
15	（二）問題討論：（全體學生一起討論） 1. 如何讓家族間的互動頻繁，而有助於各類問題的處理？ 2. 每個家族處理問題時的作法有何不同？ 3. 自己曾接受家族的幫助是什麼或得到過何種資源？	
	（第一堂課結束）	
	二、發展活動	附件一：「家族故事集錦」 附件二：繪本簡介
10	（一）傳家寶貝 老師可運用繪本或簡報說明《傳家寶被》的故事或是以附件一家族故事或《爺爺肉丸子湯》，說明本主題。	
10	（二）問題討論 1. 封面「被」字的顏色和其他三個字不一樣，是不是畫壞了？故事中的「傳家寶被」是如何做成的？又是誰做的呢？ 2. 讀完這本書後，哪一頁令你印象最深刻？為什麼？為什麼他們把金幣、花、鹽綁在亞麻布上，而不是放在盒子或帶子裡面？ 3. 舉行婚禮時，遮篷下的男士為什麼戴的是方帽子？ 4. 為什麼安娜家的百衲被可以放那麼久不會破掉？ 5. 為什麼他們要把百衲被當寶貝看待？為什麼他們不早一點縫製傳家寶被呢？ 6. 這條「傳家寶被」有哪些用途？（桌巾、遮篷、包巾、被子…。） 7. 為什麼安娜的家族越來越珍惜這條「傳家寶被」？（這是用家人的舊衣物共同作成的，所以會讓人想成家鄉；只要不斷的被使用，這條被子的意義就會不斷地被加深。）	（傳家寶被的故事文字較多，說明時請與學生討論各種圖案可能的意義，以增加互動與興趣） 所列問題老師請擇重要的或學生有興趣的問題討論

	8. 家裡有沒有一直和你一起長大的寶貝？為什麼它會是寶貝？	
15	（三） 思考活動： 配合附件三引導學生以六個向度思考與家族的互動情形及自己家族的傳承。 1. 家族會在什麼樣的場合、機會、地點見面或互動？ 2. 如果有一天，你必須離開家鄉，獨自一人到外地生活，你最想帶的是什麼？ 3. 什麼東西最能代表你的家族呢？（代表性） 4. 它代表你家族的什麼特色？ 5. 如果要創造一件屬於你的家族的傳家寶貝，會用何種東西來做？可以拿它來做什麼？可以怎麼做呢？（傳承） 6. 家族會在特殊的節慶、場合的互動中一再重複進行的活動或舉行的儀式是什麼？（家族儀式） 7. 在家族互動中最特別的是什麼？ 8. 小朋友想一想，還有什麼東西是家族所擁有的？ 9. 家族的不同成員他〈她〉們能夠一起為家族的特色做些什麼呢？	附件三
10	三、綜合活動 1. 剛討論了家族的互動的重要性。現在請同學共同思考，如何更有方法的與家族成員建立網絡關係。（請同學自由發表）。 2. 簡略總結同學意見，如有提及較特別的家族傳承的規範或家庭特性，可導引同學進一步討論。如同學未有提及，可由老師提出。引發家族傳承的重要性及其衍生價值的討論。 3. 小結：家族網的連結及傳承，使家族成員更有關聯，將使個人生命更豐富，不只能得到心靈的滿足，也有自我發展的空間。 （第二節課結束）	附件四：「小小探險家」學習單 可鼓勵小朋友回家進行附件四小小探險家的學習單之後至班級分享家族的探險發現。

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。

4-2-3 用適當的語詞向家人表達自己的需求與情感。

4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。

4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

4-3-6 了解不同的家庭文化。

4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變。

4-2-5 激發對家庭或生活問題的好奇心及敏銳的觀察力。

（6）學習評量

a. 能了解家族網絡對其生活問題處理的影響性。

b. 從互動討論中了解家族傳承的重要性及可行性。

3.參考資料來源

家族故事集錦。作者：白雲千古空悠悠。2005年11月取自 web2.tmu.edu.tw/winkey/philosophy/report/report222.pdf

廖春美（譯）（2000）。派翠西亞．波拉蔻著。**傳家寶被**。台北：遠流。

米雅（譯）（2005）。角野榮子著。**爺爺的肉丸子湯**。台北：台灣東方。

附件一：家族故事集錦

作者：白雲千古空悠悠

祖母的家族離祖父家只有200公尺，原本經濟也是不錯，但是他們家在祖母9歲的時候蒙上了陰影，因為祖母的爸爸在山上被蜈蚣咬到，腳腫了一大塊，想不到隔了半年就死了。祖母的母親（外曾祖母）卻很不願到外面工作，她自認為體力不堪負荷，只想待在家裡，所以把家裡的果園和田地都交給祖母（大女兒）去照顧和收成。可想而知的是，又矮又小的祖母，就開始做著跟大人一樣，粗重的工作了。不過祖母卻做得很賣力，不只家裡的工作，她還會跑去做別家的工作，來賺薪水，如此過了8、9年。接著，上學的機會出現，那就是皇民化教育，剛好跟祖父同班，在那裡祖母算數學的成績很好，而祖父的成績也不錯，他參加全高雄州的日文演講比賽，還得到很前面的成績呢！

祖母結婚以後，工作還是一如從前，到山裡面去工作，替家裡賺錢，也同時供娘家。爸爸說，祖母不擅長開創，但是很能守得住，所以能維持家計。但是祖父受到貨幣貶值的衝擊，所以他的價值觀產生很大的改變，祖父是很有生意頭腦的人，所以很能開創事業，但是他認為存錢沒有意義，所以他都是賺多少就用多少，祖父出去做事業的十年，就常常都是西裝筆挺，在外面都是搭車、住飯店。每次回來的時候，都只有兩手空空。

但是祖母就很不一樣，每次爸爸早上醒來，祖母便已經出門工作，傍晚爸爸坐在院子裡等祖母回家，每次她都是最後一個，有時候工作到天黑了，才摸黑回家。因為祖母努力的工作，所以爸爸的家在當時經濟蕭條的社會，還能維持小康。

在爸爸小學二年級的時候，祖父因為車禍受傷，因此有四、五年的時間就待在家裡。這段時間，祖父、祖母便一起工作，祖父的創意，加上祖母的守成，結果家裡的經濟就愈來愈好，田地一塊一塊的買，財產就愈來愈多，家裡的環境就愈來愈好了。

祖父母現在快八十歲了，但是他們仍然繼續在種田，尤其是祖母，她種田種了將近一輩子。

大姑是爸爸家裡的老大，再過來就是大伯、爸爸、叔叔。大姑的頭腦也很好，在國小、初中的成績也很不錯，但是當年大姑沒有繼續受教育的觀念，因為她有一群不想繼續升學的朋友，結果大姑就和他們一起去學裁縫。後來到了大姑十九歲的時候，她就突然變得非常漂亮（突然變很漂亮實在是很神奇的一件事情），變成大樹鄉出名一時的美女，當然啦就受到很多騷擾跟麻煩。經過一番波折，最後是旗山的大富翁，洪氏家族拔得頭籌啦！不過嫁給富有人家並不好過，因為他們有權有勢的家族，規矩很多，婆婆媽媽的要求也會令人很難過，聽爸說大姑有將近十七年的時間很不好受，直到十七年以後分家，他們搬

出去自己住，才遠離了家族的嚴苛對待。而且姑丈是典型的有錢人，而且個性很強悍，很有義氣，而且非常喜歡交朋友，動不動在外面碰到朋友就會一起邀去喝酒。聽爸爸說，姑丈在家吃飯是很稀有的事情，因為他們有錢人家子弟，早吃慣了山珍海味，因此他不喜歡吃普通的家常菜（其實大姑煮的菜都已經算是很棒的了），總之，姑丈的特色就是喜歡花錢，而且大都不在意家裡的經濟和事業的經營。

所以很多家裡要注意的事大都要靠大姑一個人努力解決，相反的，姑丈會因為壞心的不良朋友的欺騙，捅出可怕的危機。其中大姑家最大的一次危機，就是姑丈的叔叔，他跑來找姑丈喝酒，然後就要求姑丈做他貸款的保證人，金額是6000萬。當時姑丈酒醉，迷迷糊糊之間就答應了。然後可怕的事情就開始了，因為要是他叔叔背信捲款而逃的話。姑丈一定會就此虧光家產，一蹶不振。大姑知道了，就很驚訝，要姑丈趕快毀約。但是姑丈覺得這樣很沒面子，就一直不要。最後我祖父、祖母還有爸爸都跑去大姑家解決困難，因為爸爸待過銀行，所以剛好他對這樣的程序很清楚：只要隔天早上，銀行一開門，在那人還沒去銀行貸款的時候，就去把保證書拿回來銷毀，這樣保證就無效了。在清楚了解決方法後，姑丈終於讓步。隔天一早，大姑和爸爸在銀行還沒開門，就搶先進去找經理，拿到對保書，然後大姑就「ㄆㄧㄚ」一聲，把保證書撕掉啦，危機就結束了。二十年前的6000萬，在現在來說不知是幾億了，就算是有錢人也會垮台的，難怪我大姑要拼死拼活逼大姑丈毀約，姑丈就是這種性格，做什麼事情都不會想的很多，要不是有聰明的大姑，大姑丈早就完蛋啦！

現在姑丈的家族已經沒落了，姑丈的其他兄弟都因為生意失敗，已經不再是有錢人，只剩大姑丈這個家，因為有大姑在管理和投資，而依舊很興旺。然而不幸的是大姑丈去年因為口腔癌過世了，大姑就跟我們說，姑丈是最消遙的人啦！他活了六十歲，沒有一天不是吃喝玩樂，享受榮華富貴的，什麼事都不用管，也不用勞心費力去打拼生計，就這樣和朋友玩樂過了一生啊！然後我就在心裡說：吾不為也！聽爸爸說，祖父很後悔把姑姑給姑丈，因為有錢的家族和他們的個性，實在讓大姑吃了不少苦。不過老實說，我們家替姑丈解決了不少難題，而姑丈，因為是有錢人，也在祖父母危急的時候，解決了不少困難呢！而且姑丈姑姑幫的忙，一般人還不太容易辦得到呢！

附件二：繪本簡介

《傳家寶被》故事大綱

小安娜離開家鄉時，只帶了一件洋裝和一條頭巾。她長大後，媽媽決定將這洋裝和頭巾，加上許多親戚的舊衣物，邀請左鄰右舍合力縫製一條百衲被，好讓大家永遠記得故鄉。於是，這條集眾人之力做成的百衲被，既是生日聚會時的桌布、婚禮的遮篷，又是迎接新生兒來到這個世界的包巾，在家族中一代又一代相傳。

《爺爺的肉丸子湯》故事大綱

老奶奶過世了，留下老爺爺孤孤單單的一個人。

老爺爺做什麼事都提不起勁。日子就這麼一天一天的過去。有天早上，老爺爺一醒過來，就自言自語的說：

「好想喝熱湯哪！真想喝老奶奶為我煮的肉丸子湯啊！」

於是，老爺爺決定自己動手煮湯。他想起了老奶奶煮湯時唱的肉丸子湯歌，決定按照歌裡的材料和步驟，試著自己煮一鍋好湯。

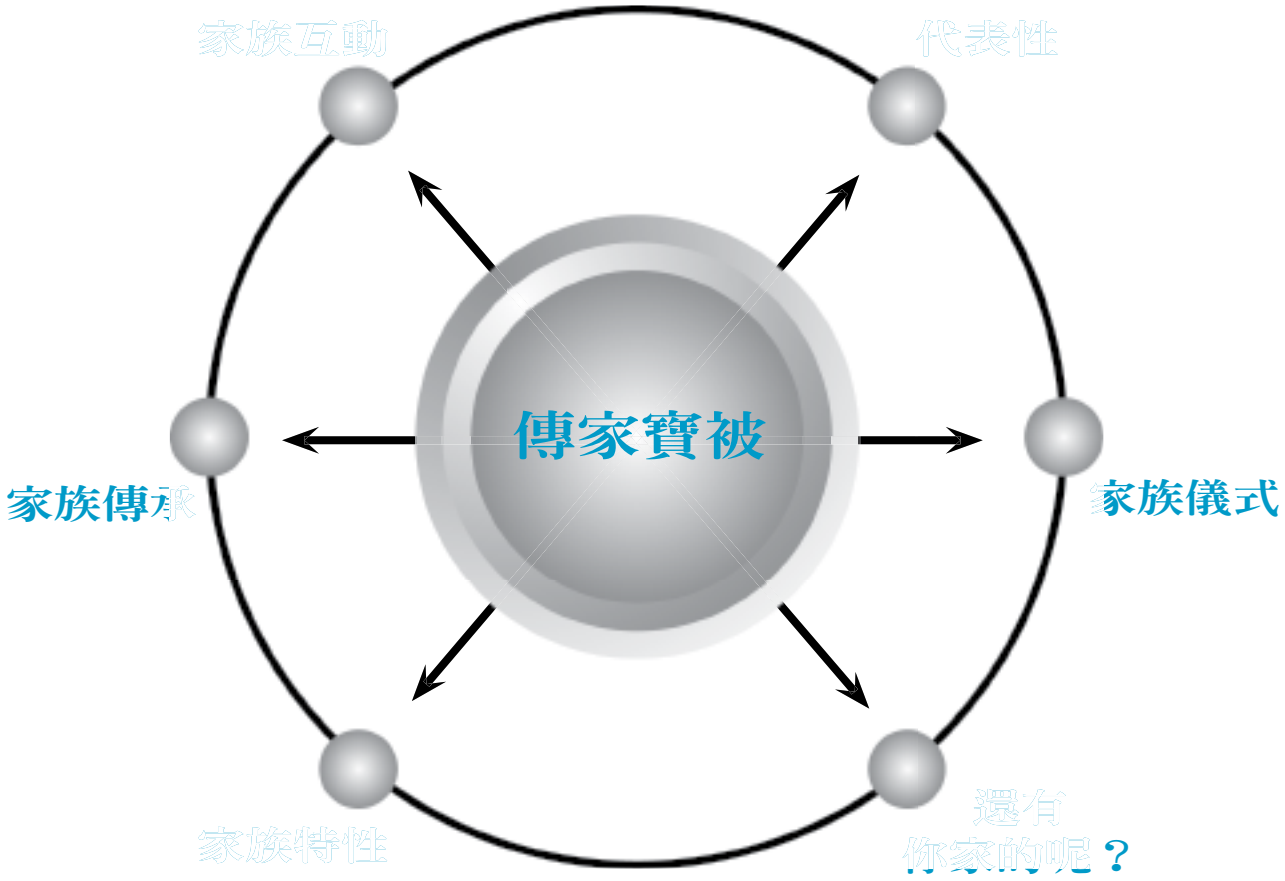
但是，老爺爺一時實在記不起全部的歌詞，每次煮好、嘗了，總覺得味道不太對勁，只好一次繼一次的慢慢回想整首歌的歌詞，一次又一次的上市場買齊材料、試著重新再煮煮看。

「肉丸子湯煮好嘍！」

有趣的是——每回，老爺爺一煮完湯就會這麼說，門外也會立刻響起小小的腳步聲。老鼠啦、貓咪啦、小狗和小孩們，統統聞香而來，一起和老爺爺分享剛煮好的熱湯。為了他們，老爺爺煮湯的鍋子越換越大；老爺爺的家，也因此越來越熱鬧！

值得一提的是，讀者還可以按照故事裡爺爺唱的肉丸子湯歌，試著動手煮一鍋「爺爺的肉丸子湯」，和自己的家人、朋友分享熱騰騰的好湯，以及滿屋子的歡笑聲。

附件三



附件四：小小探險家

學習單

Follow me！跟我一起來探險又尋寶！

＊想一想你的祖先從哪兒來到台灣，祖先有沒有遺留的祖訓、感人的奮鬥故事或是其他特殊的寶物，讓家族間有共同的話題呢？

你知不知道家族裡有什麼神秘的特殊寶物呢？無論是意義深重的傳家寶訓、稀奇古怪的生活秘方、或是千金難買的無價之寶...

請用文字、語音或影像把它們記錄下來吧！

挖寶時間：_____

藏寶處：_____

挖寶對象：_____

我所挖到的寶物是：_____

尋寶過程：_____

_____

寶物對我們家族所代表的意義：_____

_____

小小探險家的想法：_____

_____

_____

我的筆記

★ 教學主題：金錢價值觀（低年級適用）

一、主題故事

妮妮最近迷上了小魔女Do Re Mi，常常吵著媽媽購買周邊商品，舉凡貼紙、自動鉛筆、墊板、衣服、筆等等。再加上每次一有Do Re Mi新的廣告商品出現，妮妮便目不轉睛的盯著看，並且要求爸媽購買廣告商品給她，這樣的行為造成了爸媽極大的困擾。有一天，爸媽帶著妮妮逛著書店時，妮妮又發現有新的小魔女Do Re Mi的商品，妮妮依舊吵著爸爸買給她，但爸爸以身上沒錢為理由拒絕了妮妮的要求，但妮妮卻說：「錢，去提款機就有了啊！」

二、重要概念

一、低年級學童對於金錢的來源及價值感模糊，可以透過講解日常生活事例建立其正確觀念，協助兒童了解「天下沒有白吃的午餐」，錢財並非取之不盡的道理。

二、針對兒童的物質要求，引導其了解「想要」和「需要」之間的差別，學習合理的消費行為。

三、金錢意義的型塑在兒童期甚為重要，應使兒童了解物品的價值，亦非僅限於錢數的多寡。

把握機會，從日常生活教起

人的一生都必須和「錢」打交道，如何掌握「經濟命脈」是必須積極面對的重要課題；只懂得花錢或者只懂得省錢的人，不是淪為揮金如土的紈褲子弟，就是成了一毛不拔的「守財奴」，兩者皆不可取。擁有正確的金錢觀念，才能避免做金錢的奴隸。而當物質享受愈來愈高，衣食不愁的情況下，要如何增進兒童對金錢的正確觀念卻成為老師和家長最棘手的生活問題之一。常聽到小學低年級家長與級任老師有這樣的苦惱：師長父母常常在小朋友的書包裡，發現一些「來路不明」的「東西」，像是貼紙、橡皮擦、原子筆等等無奇不有，當然，爸媽也會發現孩子的東西總是不翼而飛。在不斷追問之下，才知道孩子在學校都和同學進行「以物易物」，往往是甲同學的墊板換成乙同學的自動鉛筆，由於交換的東西實際價值高低有時相去甚遠，造成班上小朋友、家長和老師之間不少誤會，特別是級任老師為這類問題苦惱不已，一直沒有好的解決之道。的確，六、七歲孩子就是那麼天真，只要可以滿足他所想所需就去做，但對於抽象的「金錢觀」卻是毫無概念。因此要建立這階段孩子用錢的能力，比較不容易。

這階段的孩子，對錢的實質意義似懂非懂，雖然曉得「錢是可以買東西的」，但對於錢的數目與相對價值並不了解；要在日常生活與教學中培養兒童正確的金錢觀是需要技巧的，必須先了解兒童發展的可能性和有限性，再依其了解及認知的程度來引導。例如：當小朋友常常聽到大眾傳播媒體提到「卡奴」，師長父母就可以藉機說明「卡奴」就是指使用信用卡買太多東西，卻沒錢繳給發卡銀行的人；進一步教導兒童想想自己平日的零用金預算，是否有能力買所要求的東西？千萬不能跟電視上的卡奴一樣「先刷卡，買了再

說呀！」預支金錢往往成為金錢的奴隸。相反地，如果父母沒有透過機會教育來引導子女，當孩子對於金錢方面提出疑問的時候，父母卻以「小孩不要問這個」、「大人的事不用小孩管，你管好自己的功課就好，」這樣就錯失了孩子學習的良機了！所以教師與家長應透過生活事件引導兒童明瞭個人不能買所有的東西，每樣東西有不同的價值是非常重要的，兒童能藉以學習買東西要做規劃及選擇，並了解父母賺錢不容易，開始試著管理自己的零用錢。

做個金錢小管家

金錢態度指個人對金錢的價值觀念、金錢的倫理、金錢所代表的意義和對零用錢多少的感覺等（王明華譯，1995），以教育的觀點來看，一個人態度的養成，在兒童可塑期時是最容易改變的，在還未定型成不良或偏差的金錢態度時，能夠及時發揮教育的功能。基於上述的想法，作者認為正確的金錢態度是亟需在兒童時期就該建立的（邱宜箴，2003）。以下列舉幾個概念（改寫自台北富邦銀行，2006）：

1.天下沒有白吃的午餐

讓兒童有與父母到銀行存提款的經驗，隨機教育孩子，提款機的錢是因為父母辛苦工作賺錢存放在銀行的，需要用時才提出，讓孩子明白錢不是源源不絕或不勞而獲的；建立「有辛勞的付出才能快樂的享受」的重要金錢價值觀，了解花用金錢背後必須付上責任與義務。

2.延宕滿足，分辨「需要」和「想要」

面對兒童的購買要求，引導孩子了解「想要」和「可以得到」之間的差別，學習去判斷「想要」和「需要」的不同，並控制自己的慾望。此外，更可積極地幫助孩子建立如羅伯特在《富爸爸，窮爸爸》一書所言「我要如何才能達到」的觀念，可以就某些孩子短期、容易達到的目標，讓孩子自己計畫如何按部就班存款，並能在過程中學習到：花時間等待和犧牲眼前的滿足，將來達到目標時，就能享受更大的滿足與成就感。

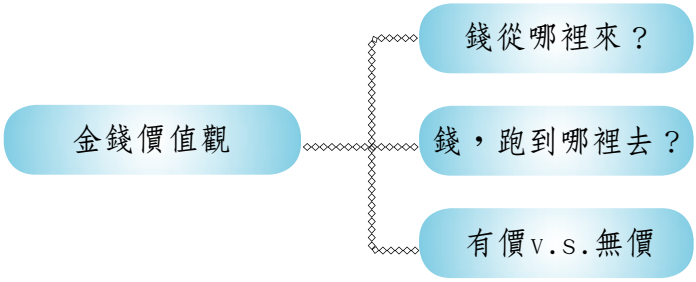
3.成為金錢的管理者

在教導孩子如何使用金錢時，要給孩子「管理」而非「擁有」的概念，這方面可以藉著零用錢來訓練孩子，有計畫地養成記錄與管理零用錢的習慣。可以教導孩子設計屬於自己的簡單收支表，定期檢討並從旁協助孩子養成良好的用錢態度。

除了把錢用在自己身上，更可引導孩子建立「分享」的金錢觀，例如：新聞報導部分偏遠地區兒童營養午餐不足時，即可隨機教育，讓孩子明白社會上仍有許多生活基本需求匱乏、需要幫助的兒童，並引導孩子可把零用錢的使用用途中增加一項「愛的分享」。

健全的金錢觀念是孩子開創豐富人生不可或缺的重要資產。孩子的金錢觀念，有賴父母的教導，引導孩子從小認識金錢的意義，並以負責的態度去管理金錢，未來的日子才不會淪為金錢的奴隸！

三、主要活動架構：



四、參考資料：

台北富邦銀行(2006)。**給父母的話**。2006年10月1日，取自 http://www.tapeifubon.com.tw

方德琳(2006)。**小蕃薯E世代的小小理財高手：「談錢說富」我有一套**。2006年10月1日，取自 http://kids.yam.com/act/ E-children/ money.htm

邱宜箴(2003)。**國小學童金錢態度量表之編製與理論模式驗證**。國立台中師範學院教育測驗統計研究所碩士論文。台中市：未出版。

王明華（譯）(1995)。B. Drew著。**如何教孩子用錢：101個有趣的活動教孩子認識金錢**。台北：世茂。

活動設計一：錢從哪裡來？

1. 單元基本概念：金錢態度的養成在兒童期是最具可塑性，本活動設計透過提款機的提款討論，使兒童了解父母辛苦賺錢是錢財之源頭，金錢絕非不勞而獲的。
2. 活動設計：
   (1) 活動目標：a. 認識家中的經濟。
   b. 了解金錢的來源。
   (2) 活動人數：一個班級
   (3) 活動時間： 40 分鐘
   (4) 活動流程：

建議時間（分鐘）	內　容　提　要	備註
	準備事項： 1. 家人圖卡 2. 學習單	
  5 10 20	活動步驟： 一、暖身活動：我們都愛提款機 1. 進行情境劇：由教師事前安排幾位學生參與演出（時間允許下，最好能事先進行綵排以利課程的順利進行）劇情內容見主題故事。 2. 教師引導小朋友說說看： (1) 自己平常是如何得到自己所喜愛或想要的物品呢？ (2) 針對剛剛演出的情境劇，請小朋友說出，劇情中妮妮的那些想法有沒有什麼問題呢？ 3. 教師綜合小朋友討論，並引導小朋友金錢的來源乃是父母辛苦所得。 二、發展活動：全家總動員 1. 教師請小朋友將家中成員列出，並註明出家中誰有錢？ 2. 教師事先準備「家人紙卡」貼於黑板上，請幾位學生上台說明家中成員有幾位，並張貼在黑板上。	

	3.教師請學生說說看：你列出的家人中，為什麼他有錢？他的錢從哪來的呢？ 例如：阿公的錢是去賣魚賺來的、爸爸的錢是去工廠上班賺來的、媽媽的錢是爸爸給的、我的錢則是媽媽給我的，依此排列出順序來，試著找出金錢的來源。（若小朋友金錢是怎麼賺來的有疑問，建議將附件一讓兒童帶回家與父母討論） 三、綜合活動 教師總結：錢並不是無中生有，更不是從提款機就可以領到的，必須要有工作或是相當的代價才能獲得金錢。	附件一：「錢從哪裡來」訪問單

（5）相關學習領域、重大議題指標

環境教育 3-1-2 具有好奇心，思考存在環境中萬物的意義與價值。

綜合活動 1-1-1 描述自己以及與自己相關的人事物。

（6）學習評量

a.踴躍發表、參與討論、認真聽講。

b.能說出家中金錢是由家人辛苦賺取。

c.能表達金錢並非不勞而獲。

附件一：「錢從哪裡來」訪問單

親愛的＿＿＿＿＿＿＿＿

謝謝您每天工作，辛苦賺錢，讓我可以在需要的時候，有錢可以用。

您的工作是：＿＿＿＿＿＿＿＿

地點在：＿＿＿＿＿＿＿＿

這個工作最辛苦的部分是：

＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

活動設計二：錢，跑到哪裡去？

1.單元基本概念：

本活動設計透過提款機的提款討論，使兒童了解金錢絕非源源不絕、用之不盡的，而是必須在適當的時間、合宜的用途去支配。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.了解金錢的來源。

b.了解人的慾望無限、金錢卻是有限。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 大富翁遊戲五副	
25 10 5 35	活動步驟： 一、暖身活動：誰是大富翁 1.進行大富翁遊戲：由教師事前準備3–4份大富翁遊戲。由老師指導同學輪流擔任莊家和玩家。 2.教師引導小朋友針對剛剛的遊戲，請小朋友說出： (1)有沒有誰是永遠的大富翁呢？ (2)遊戲中的金錢有沒有用完的時候呢？ (3)分別請虧損、盈餘的小朋友，說說他們的方法？ 3.教師綜合小朋友討論所得，並引導小朋友金錢非源源不絕，使用必須有所計畫。 （第一節結束） 二、發展活動：全員動動腦 1.教師請小朋友說說看：過去一個星期以來，爸爸媽媽買了哪些東西給你？或者你自己用零用錢買了什麼？ 2.邀請幾位小朋友張貼在黑板上，大家一起討論，有哪些是不必要的？有哪些是值得大家參考的？	附件一：大富翁遊戲組 時間允許下，最好能事先製作簡化版的道具，減低遊戲的複雜度；或改變遊戲規則，簡化規則的複雜度。

5	3.教師請學生說說看：列出的實例中，你覺得哪些是你以前沒想到的？為什麼？ 4.使用「腦力激盪法」：請小朋友提供「有哪些方法可以讓自己不要買一些並不真正需要的東西呢？」 三、綜合活動 教師總結：錢並非取之不盡、用之不竭，需要小朋友合理的使用，才能達到生活上最大功效。 （第二節結束）	

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育　3-1-4 察覺個人的消費行為。

綜合活動　2-1-2 分享自己如何安排時間、金錢及個人生活的經驗。

（6）學習評量

a.能積極參與大富翁遊戲，並觀察出誰是虧損？誰是盈餘？

b.能說出遊戲中虧損和盈餘的原因。

c.能舉出自己過去不必要的消費行為實例。

附件一：大富翁遊戲組

所需物品：全開海報紙（遊戲內容）、4個不同顏色的磁鐵、命運卡3張、機會卡3張、1顆骰子。

1.說明：

在進入正題之前，我們先來玩個「大富翁」的遊戲，相信大家對它應該不陌生吧！將全班同學分組，決定好該組想要什麼顏色的磁鐵作為大富翁的棋子，以猜拳方式，來決定玩遊戲的順序。接下來宣布幾點重要遊戲規則：

(1) 若班級秩序太吵鬧就立刻暫停遊戲。

(2) 每次各組派出來的人不可重複，除非輪過一回，不然就扣300元。

(3) 拿錯別組的棋子，該組扣300元。

(4) 未依照遊戲指示去做，扣500元。

(5) 各組的金錢數會紀錄在黑板上面，遊戲結束後統計擁有最多錢的那組就是冠軍，可以得到獎品。

2.進行分組，各組取好自己該組的名字。猜拳決定順序和選擇棋子顏色。

3.遊戲規則說明完畢後，詢問學生有無問題，確定大家都了解沒疑問後再進行分組玩遊戲。注意時間控制，不要拖太久。

START →	充滿活力向前邁進，給自己一個愛的鼓勵吧！^^	機　會	大喊「錢不會從天上掉下來」三次。**前進三格**
命　運			命　運
廣告新產品我都想要買來試試看。**暫停玩2次**			這星期有跟家人要求買玩具或文具。**倒退三格**
和大家擊掌一次吧！**前進二格**	東西用幾次就膩了，買新的比較有趣。**扣200元**	機　會	我會和同學一起分享遊戲或玩具。**得500元**

命運卡：

請問每天節省十元，三天可節省多少錢？（答對得200元，答錯扣200元）

告訴大家，你身邊用過最久的東西是什麼？（得700元）

機會卡：

請說說你最喜歡的一樣舊東西？（得300元）

如果不花一毛錢，你會送給爸爸或媽媽什麼樣的生日禮物？（得500元）

附件二：腦力激盪法

腦力激盪法的原理—想像力。

有時候越荒謬的想像力越是創意的泉源。我們平常想一件事情往往不知不覺用到垂直思考法，這樣邏輯性的思考使我們能做一些有條理的推論，但有時卻也陷入習慣的窠臼。

腦力激盪法的精神

1.不批評

2.歡迎搭便車（依照別人的想法，再作增減修改）

■ 腦力激盪法的步驟

1.找一個記錄，找一個資深者在必要時主持公道，提醒犯規者不要批評。

2.拋出問題。

3.輕鬆的環境，開始發表高見。可以是自由發表，可以是順時針依序發言，而且允許Pass。注意「不批評」、「歡迎搭便車」。

4.結束發表。

5.從記錄那裡提醒大家說過的點子，大家一起歸類，然後彙整。

6.恭喜！新點子出爐了！

舉例：讓自己少花錢的方法

1.不出門

2.用別人的東西

3.減少看廣告

4.賴在親戚的家

5.不帶錢包出門

活動設計三：有價vs.無價

1.單元基本概念：

藉由活動引導兒童建立「有辛勞的付出才能快樂的享受」的重要金錢價值觀，了解花用金錢背後必需付上責任與義務。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.建立金錢價值觀念

b.了解物品的價值。

（2）活動人數： 一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項：教師私人物件一項	
5 10	一、暖身活動：小小東西回憶多 1.教師拿出一樣事先準備好的物品，並說明出此項物品名稱、何時何地買的？購買動機為何？此物品對自己本身有何意義？（教師可在黑板上需要說明的事項，以引導學生。） 2.抽選出數名學生，並請學生拿出一樣自己身邊擁有的物品，如hello kitty的自動鉛筆，說明當初購買的理由。（說明的事項張貼在黑板上） 3.教師引導小朋友的能具體說明購買的動機或代表的意義。	
10	二、發展活動：全能估價王 1.教師請同學為上述的該項物品標價，先不要公布底價。然後其他同學之間互相說出你願意花多少錢來買這項商品。 2.說說看：你覺得這個價錢合理嗎？並說明你的理由為何？	

10	3.檢視一下自己的書包和鉛筆盒，有沒有物品是跟同學交換來的呢？你當初為什麼會想交換呢？ 4.想一想：爸媽買給你的物品或是你去書局商店親手挑選的物品，是否可以跟同學互換呢？理由為何？ 5.小朋友的每一樣物品都是父母用辛苦賺來的錢所換取的，有些還具有特殊的意義（例如：月考一百分所得到故事書），不應在師長未知情時，隨意與他人交換。	
5	三、綜合活動： 教師總結： 物品的價值，並不全然取決於價錢，而是背後所代表的深重意義；並引導學生體會父母「我要給孩子最好的」的心情，之後應適時表達對父母的感恩之情。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

綜合活動

2-1-2 分享自己如何安排時間、金錢及個人生活的經驗。

家政教育

3-1-4 察覺個人的消費行為

（6）學習評量

a.能具體說出購買物品的動機，以及此物品對自己本身的意義。

b.能為物品標價，並說出願意花多少錢來買這項商品。

c.能了解購買物品的價值，並不全然取決於價錢，而是背後所代表的深重意義。

我的筆記

★ 教學主題：金錢的賺取、花費與儲蓄（中年級適用）

一、主題故事

小新吵著要買最新一集的《多啦A夢》，媽媽說：「家裡沒有錢給你買漫畫書。」小新問：「為什麼沒有錢買漫畫書？」媽媽回答：「你吃飯要錢，穿衣服要錢，你住的房子要錢，出門坐車也要錢，什麼事都要用錢，家裡哪有多餘的錢給你買漫畫書呢？」他不服氣地問：「難道妳買一雙一千多元的鞋子時，家裡就有錢了嗎？我要買的漫畫書，也不過八十元而已。」

媽媽一時辭窮，莫可奈何之下也只能不耐煩地回應：「錢是我和爸爸賺的，如何用錢當然由我們決定；小孩子還不會賺錢就一天到晚想花錢，真是不懂得替家裡著想！」

一旁的小新嘟著嘴，心裡不高興：「哼！為什麼大人買東西的時候就有錢，小孩子買東西的時候就沒錢？其實還不是媽媽太小器…！」

二、重要概念

一、家庭在一定期間所獲得的貨幣收入，稱為家庭收入；而家庭在一定期間支付的貨幣總額，稱為家庭支出。

二、家庭的支出範圍甚廣，然而家庭的收入卻往往有限，讓孩子實際了解家庭的支出狀況，有助於培養孩子「謹慎用錢」的態度。

三、儲蓄之道無它，唯有開源節流，積少成多。家庭財富的累積，需要全家人共同努力。

家庭收入的來源

廣義的家庭收入，係指家庭在一定期間所獲得的貨幣、實物及勞務收入之總稱；狹義方面，即指家庭在一定期間所獲得的貨幣收入。本單元所指的家庭收入，係以狹義的定義而言。根據行政院主計處的「家庭收支調查報告」，家庭收入的來源包括「受雇人員報酬」、「產業主所得」、「財產所得收入」、「經常移轉收入」以及「雜項收入」等五個項目（詳細內容可參考網站：http://fies2.tpg.gov.tw/index.asp，如此分類對於國小中年級學童來說，可能難以理解，因此老師在教學時，可以將家庭收入簡化為三類：

（一）工作收入－

家人透過上班、做生意、專業服務等方式，勞心勞力所獲得的報酬。例如薪水、做生意的利潤、農漁業的產收等等。

（二）財產收入－

指各種形式資產衍生出來的獲利。例如儲蓄或投資所獲得的利潤、收取房租、土地變賣或是物品的典當質借等等。

（三）其他收入－

除了上述二種類型之外的收入，均可屬之。例如中獎、敬老津貼、獲得他人的贈與等等。

從我國家庭收支調查報告發現，國人收入來源仍以「受雇人員報酬」所佔比例最高，佔58.1%（行政院主計處，2005），呼應了「天下沒有白吃的午餐」的道理，在大多數的情形下，人們還是必須努力工作，才能獲取金錢。不思努力便想一夕致富，就像是寓言故事「守株待兔」中那位天真又投機的農夫一樣，是不切實際的。

家庭支出的範圍

廣義的家庭支出，係指家庭在一定期間支出貨幣、實務及勞務的總稱；狹義的家庭支出，乃指家庭在一定期間支付的貨幣總額，亦即是食衣住行等生活中的金錢花費、所得稅繳納或是捐款，均可視為家庭支出的一部份。家庭支出亦可分經常性支出與非經常性支出，如日常性的飲食、交通、水電瓦斯費等屬於例行性的支出則指的是經常性支出，而每年繳交一次的個人所得稅、汽機車燃料費、房屋的地價稅等則歸屬於非經常性的支出。

根據行政院主計處的「家庭收支調查報告」，家庭支出大致可以歸為八大類，分別為：1.食品、飲料與菸草。2.衣著、鞋襪類。3.房地租、水費、燃料和動力。4.家庭器具及設備和家庭管理。5.醫療及保健。6.運輸交通及通訊。7.娛樂教育及文化服務。8.雜項支出。各個類目的歷年支出比重，如表一所示。除行政院主計處的分類外，在華人文化傳統下，尚有一些需要考慮的支出如：提供父母的生活費用、親朋好友的婚喪喜慶等支出，另外在重視生活品質的趨勢下，許多家庭會投保人壽險，因此，這一筆重要的支出亦不可忘記。

表一　家庭消費支出按消費型態分　　單位：%

年別	合計	食品、飲料及菸草	衣著、鞋襪類	房地租、水費、燃料和動力	家庭器具及設備和家庭管理	醫療及保健	運輸交通及通訊	娛樂教育及文化服務	雜項支出
85 年	100.0	26.1	4.5	25.3	4.6	9.8	10.2	13.0	6.6
86 年	100.0	25.7	4.5	25.1	4.4	10.0	10.4	13.1	6.8
87 年	100.0	25.8	4.5	25.2	4.2	10.3	10.6	12.8	6.6
88 年	100.0	25.1	4.1	24.9	4.0	11.0	11.1	13.0	6.8
89 年	100.0	24.2	3.8	25.2	4.0	11.1	11.4	13.5	6.9
90 年	100.0	24.3	3.6	24.6	3.9	11.5	11.7	13.3	7.0

91 年	100.0	24.0	3.6	23.7	3.7	12.3	12.2	13.5	6.9
92 年	100.0	24.0	3.5	24.0	3.6	12.7	12.1	13.1	7.0
93 年	100.0	23.7	3.5	23.1	3.7	12.9	12.5	13.3	7.3
94 年	100.0	23.6	3.4	23.3	3.6	13.4	12.6	13.0	7.1

資料來源：行政院主計處（2005）

「該不該花？」有共識

從表一可知，家庭需要花錢的地方不少，但是究竟哪些「該花」，哪些「不該花」，往往同一家庭裡，存在著不同的看法。最常見的情況就是如同主題故事中呈現的——孩子想買的，大人認為「不重要」而以「沒錢」為理由來拒絕，使孩子備感失落與不平。天真的兒童難以體會大人為「柴米油鹽」而煩惱，因此用錢往往只考慮自己的慾望，若想要改善這種情形，不妨教導兒童觀察家中的發票或各式收據（例如水電、瓦斯、電話收據、信用卡收據、綜合所得稅收據、學雜費收據等），幫助兒童實際了解家庭的支出狀況，兒童們或許會發現許多「意想不到」的家庭支出，其實跟自己的日常生活是息息相關的，藉此讓兒童的用錢態度漸漸脫離「滿足自我」的思考方式，轉為「滿足家庭」的用錢態度。

另一方面，很多兒童（甚至大人也如此）往往花錢後便不再記得「花了多少錢」，故不易節制消費。藉由記錄家庭支出項目，無形中兒童會回顧自己與家人的消費行為，這時父母師長便可以引導兒童重新評估金錢使用的合宜性，此時兒童對於某項事物「該不該花錢」，將會有更理性的思考，同時也可以引導到「儲蓄」是為了讓金錢做更好的利用。

儲蓄－為將來作準備

家庭儲蓄有它的必要性與功能性。從資源管理的角度而言，「儲蓄」是一種金錢資源的管理方式，而任何的資源管理行動，都以「目標」為核心，因此儲蓄亦是一種具有目標的資源管理行動。一般而言，家庭儲蓄可能有以下幾種目的：

（一）風險的因應：俗話說「天有不測風雲，人有旦夕禍福」，家庭藉由儲蓄，因應可能發生的風險，例如疾病、災害或財務危機等事件。

（二）人生的規劃：儲蓄是為了個人或家庭的未來需求作準備，例如因應養老、子女教育或親屬贍養等生涯發展事件。

（三）獲利增值：儲蓄可獲取利息或資本增值（如投資），使家庭金錢數量逐步提昇。

（四）滿足生活需求：日常生活中的食、衣、住、行、育、樂，不論生理或心理層面的需求，都可能是儲蓄的目的。

根據上述內容，我們可以了解儲蓄對於家庭而言，具有正面的意義；但另一方面，不當的儲蓄目標也可能造成負面的價值觀，例如「炫耀財富」或是「守財奴」的心理。在教學過程中，老師若是發現學童有不當的儲蓄目標，應嘗試價值澄清：例如以財富炫耀於人，未必贏得真正友誼；金錢存而不用，有也等於沒有。

開源節流，全家動起來

家庭若希望達成儲蓄目標，就必須設法增加收入，並減少支出，這就是我們常說的「開源」與「節流」概念。只要家庭能做好開源與節流的工作，假以時日，財富必能累積，家庭的經濟生活也將更加提昇。

國小階段的孩子，參與家庭的「開源」能力有限，但是在「節流」方面卻頗能夠盡一份心力。師長可以從以下幾方面鼓勵小朋友：

（一）漸進式減少支出：

小朋友可以採取漸進的方式減少支出，例如本來二天吃一包零食，可改成三天吃一包，半個月後再減為一週吃一包，以免驟然之間無法適應，使節省的意願產生動搖。

（二）先存款，再消費：

有零用錢的孩子，大人可以鼓勵他們，從每次領取的零用錢中先存一部份，其餘的才花用，一來提昇自己的儲蓄力，二來有助於降低消費欲望。

（三）有計畫的消費：

有些孩子對於琳瑯滿目的商品總是缺乏抵抗力，這時可以建議孩子，在出門購物之前，先擬一份清單，依據清單購物，比較不會造成額外支出。

（四）珍惜資源：

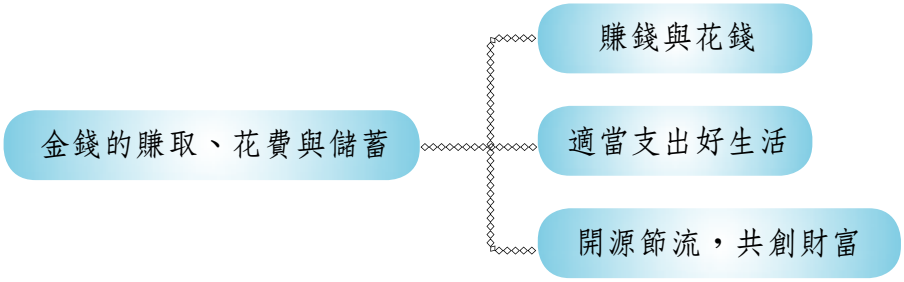
家中的水、電、瓦斯等資源如果不當利用，可能造成家庭支出上的負擔，因此應讓孩子建立珍惜資源的觀念，並採取行動：例如隨手關燈、節約用水等。孩子的舉手之勞，其實也能幫助家庭的經濟。

（五）留意購買資訊：

適當的購物時機與地點往往可以省下一半價位的錢，因此父母師長亦可鼓勵小朋友，平時多留意一些「特價情報」，與家人或朋友交換購物資訊，並且記得貨比三家，就可能購得物美價廉的實用商品。

俗話說「省錢就是賺錢」，節流之道沒有固定法則，端視每個家庭的想法與做法。重要的是，在減少支出之餘，家庭仍需確保一定的生活品質，不可矯枉過正。另一方面，家庭財富的累積，要靠「全家人」的力量，因此必須全家人攜手同心、建立共識，否則只靠某一人縮衣節食，其他家人卻不斷地追流行、趕時髦，那麼，要累積家庭財富是不可能成功的。

三、主要活動架構



四、參考資料

行政院主計處(2004)。中華民國臺灣地區家庭收支調查報告。2006年10月14日取自http://www.129.tpg.gov.tw/mbas/income.htm

李美虹主編(2005)。**智富雜誌－富小孩栽培手冊**。

呂俞徵等(1985)。**家政學**。台北：影清。

林如萍、周麗端、徐達光、柯澍馨與唐先梅（2005）。**家庭資源與管理**。台北：國立空中大學。

蔡貞慧（2000）。**家庭資源管理**。教育部社教司。

蔡明彰（2006）。**靠我，貧窮不再世襲**。台北：我識。

活動設計一：賺錢與花錢

1.單元基本概念：

家庭金錢並非取之不盡，用之不竭的，很多時候我們家庭的收入是一定的，但是支出的種類卻有千百種，一不小心就可能「透支」，讓家庭陷入經濟的困境。藉由此活動讓兒童了解收入有限，支出繁多，用錢更應謹慎。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.了解一般家庭的「收入」來源與「支出」項目。

b.關心自己家庭的支出狀況。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.學童座位採分組形式 2.8開海報紙 × 組別 3.「附件二」× 班級人數 4.全開海報紙一張 5.空白字卡 × 20張（背面黏貼雙面膠） 注意事項： 1.第一節與第二節需間隔一週。 2.建議本活動完成後，應進一步實施活動二，教學效果會更佳。	
5	活動步驟： 一、暖身活動： 1.老師講述：見主題故事 老師提問： (1)小朋友你有與小新類似的經驗嗎？請有的小朋友說一說他的經驗。 (2)小朋友你覺得小新的想法有道理嗎？為什麼？ (3)小朋友你覺得媽媽的想法有道理嗎？為什麼呢？	可參考「主題故事」

10	二、發展活動： (一)錢從何處來： 1.老師提問<1>：「從剛才的討論發現，有的人同情小新，也有人覺得媽媽的說法才對。姑且不論誰對誰錯，我們不妨想一想：小新家的錢，是怎麼來的呢？」請學生發表看法。 2.學生可能的看法如下： (1)大人工作賺來的。 (2)家裡可能是做生意的 (3)投資賺錢 (4)存款的利息 (5)買彩券中獎了 (6)獎學金 (7)其他 ※老師可視情況，補充小朋友沒有想到的家庭收入來源，例如政府的補助、他人的贈與等。 3.老師提問<2>：「小新的媽媽說：家裡的錢是大人賺來的。從剛才討論的賺錢方式來看，是不是如此呢？」請學生發表看法 ★學生可能之看法如下： (1)大部份的賺錢方式，需要靠大人。 (2)中獎得到的錢是運氣好，不算是大人賺的。 (3)小新如果得到獎學金，就是靠小新賺來的。 (4)大人賺得比較多，小孩賺得比較少。 (5)其他…	老師將學生的發表重點記錄於黑板
15	4.老師歸納： (1)小新家的錢，可能是由很多種方式賺得的；每個人的家庭，可能也是利用這些方式賺錢的。 (2)一般而言，家裡賺錢的是大人，小孩子偶爾也會有賺錢的機會，但是大人的賺錢能力比小孩子強。 (二)錢往何處去：	「附件一」的內容有助於老師補充之用

10	1.老師引言： (1)小朋友，說一說家裡需要在哪些方面花錢？ ※如果擔心學生茫無頭緒，老師可先舉例說明：每天媽媽上菜場購買全家人的食物屬於「飲食類」，爸媽的機車加油屬於「交通類」，其他還有如衣著、居住、教育與學習、休閒娛樂、其他等。 (2)老師現在提供一個家庭支出的分類方式，等一下每組要針對某一類支出進行討論。 ※教師參考「附件一」的分類方式，或是自行訂定適合的分類方式。	學生的想法各有不同，只要合情合理，老師均予以肯定 「附件一」之內容有助於老師解說之用
15	2.老師先發給每組一張海報紙並安排每組討論一個支出類目，討論項目由老師指派或是小組自行選擇均可。若不同組別的選擇有重複，可猜拳決定之。 3.老師解說：「等一下請每組討論：這個支出種類裡面，可能有哪些項目？並請記錄在海報紙上。」 4.討論完畢，各組將討論結果張貼於黑板上，並請各組說明。 5.老師針對各組討論結果給予回饋： (1)各組的內容，小朋友們同意嗎？為什麼？ (2)有沒有不清楚的？請負責的小組成員再補充說明。 (3)各組的內容，有沒有他們沒想到的，而在你們家發生過的？	
10	三、綜合活動 1.老師歸納與價值澄清： 每個家庭都有很多地方需要花錢，自己的家庭也可能是如此，但是賺錢的往往是大人，所以我們用錢必須節制。如果各位是小新，發現家裡面有這麼多地方需要用錢，你還會不會堅持買漫畫書呢？ 2.關心自己的家庭支出： 老師說明：經過剛才的討論，現在請小朋友使用「家庭支出大調查」學習單利用星期六、日	老師可視情況，補充學童沒有想到的支出項目 附件二

10	兩天與父母討論並紀錄你們家一年的支出項目，請檢查確認是否表格內所有欄位的支出項目都填了。 第一節課結束 一、暖身活動 ◆分享 1. 根據上一週假日活動，請小朋友分享印象最深的事。 2. 說一說，最困難的部分是什麼？ 3. 說一說，覺得最得意的是什麼？ 二、發展活動	
5	1. 分組活動。 (1) 根據上一週假日的紀錄活動，請小朋友討論有哪些類別（食、衣、住、行、育、樂、其他）是每個家庭均會發生的支出，又有哪些部分是因著不同的家庭而有不一樣的支出項目。 (2) 其次，請小朋友根據上一週假日的討論紀錄，討論各類支出中有哪些項目是每個家庭均會發生的支出，又有哪些項目是因著不同的家庭而有不一樣的支出。 2. 分組報告。 (1) 請小朋友說明該組有哪些類別是每個家庭都會有的支出。又有哪些類別不一定是每個家庭都會發生的。 (2) 請小朋友說明該組有哪些項目是每個家庭都會有的支出。又有哪些項目不一定是每個家庭都會發生的。 (3) 老師小結： ◆ 從剛剛的報告中，我們可以看到有些類別中的項目是每個家庭都會支出的，我們可以稱它們為「經常性支出」。 ◆有些支出並不會在日常生活中發生，但卻會在一年中需要支付一次，通常這些的支出都會通常這些的支出都會是叫大筆的費用如：一年一	

10	度的汽機車燃料稅與所得稅、新學期開始的小孩學雜費等。這些費用我們可以稱它們為「非經常性支出」。 3. 經常與非經常 (1) 老師先在全開海報上標註「經常性支出」與「非經常性支出」兩欄。 (2) 請各組小朋友依據各組的報告結果，想一想哪些是經常性的支出？哪些不是經常性的支出？ (3) 老師將小朋友想出來的項目紀錄在空白字卡上並黏貼在全開海報上。	
5	三、綜合活動 老師總結： 老師說明：經過剛才的討論我們可以清楚地知道，事實上家庭中的支出除了看得見的花費之外，還包括一些看不到的單據支出，如：從爸媽薪水中扣下來的健保費、一年一度的汽機車燃料稅與所得稅、開學時要繳交的學雜費，喜慶的紅白包等。 家庭中有許多的支出是需要預作計畫，才不會面對時手忙腳亂，因此當我們瞭解了家庭中的大小支出後，更要想一想怎樣有計畫的支配家中有限的收入。 （第二堂課結束）	

（建議本活動完成後，應進一步實施活動二，教學效果會更佳。）

（5）相關學習領域、重大議題指標

數學 C-R-1 能察覺生活中與數學相關的情境。

家政教育

3-2-2 察覺自己家庭的食衣住行育樂等生活習慣。

3-1-4 察覺個人的消費行為。

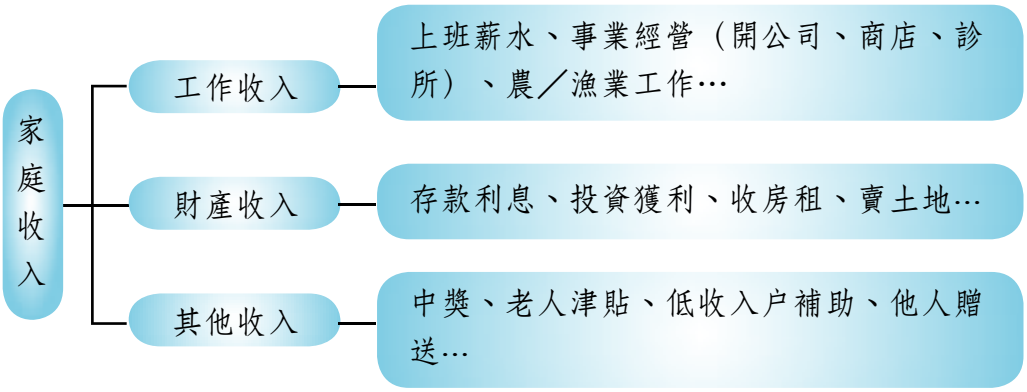
（6）學習評量

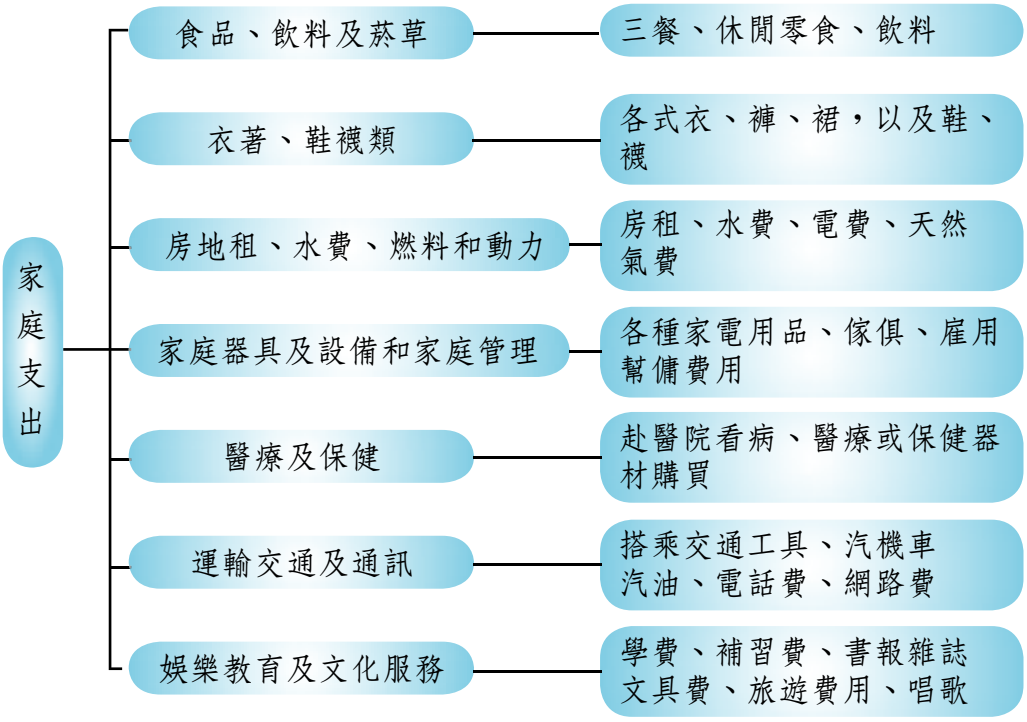
a. 能說出家庭的收入來源與支出項目。

b. 能從不同面向思考家庭支出的內容。

附件一：收入與支出的分類

（僅供教師教學時參考用，教師應依學童程度彈性做調整）





※備註：

上述內容係參考行政院主計處「家庭收支調查報告」的分類方式，僅供教師參考之用。在實際教學上，教師可靈活修改，或是另立學童較容易理解的分類方式（例如「食、衣、住、行、育、樂」）。分類的目的，僅希望讓學童較全面地認識家庭的支出面向。

附件二：家庭支出大調查

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

小朋友，你知道家裡的花費情形嗎？請跟父母或其他長輩討論，或是觀察家中的發票、繳費單等花費記錄，然後將這一年家庭的花費項目與金額記錄在下面的表格中。

類別	項目	金額	類別	項目	金額
飲食類： 三餐、 零食、 飲料...			衣著類： 衣服、 鞋襪、 飾品...…		
居住類： 水電費、 房租、 房屋貸款...			交通類： 搭公車、 加油費用、 電話費、 網路使用費		
教育與學習： 補習、 買文具、 買書...			休閒活動： 看電影、 旅遊、 音樂CD...…		
其他花費： 孝敬父母、 婚喪喜慶、 紅包...…… 所得稅、 房屋稅、 地價稅、			醫療保健與人壽保險：		

爸爸媽媽的話：

請簽名：

活動設計二：適當支出好生活

1.單元基本概念：

學童在實際調查過家庭支出項目後，對於家庭的支出項目會有初步的了解，透過討論，孩子會發現自己的日常生活與家庭的支出息息相關，日常生活中的食衣住行，都成為家庭支出的一部份。藉此，期望小朋友覺察到個人的消費行為若不節制，就有可能影響整個家庭的支出情形，造成家庭經濟的負擔。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.能報告家庭中的各種支出項目。

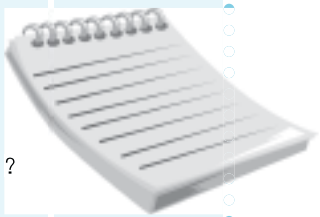
b.能說出自己的生活與家庭支出的關係。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.建議先完成活動一。 2.學生完成「家庭支出大調查」學習單，並帶來學校討論。 3.學童座位採分組形式。	
10	一、暖身活動：我把家庭規則變可愛了！ 1.方式一：於「活動一」完成之後使用 1.老師提問：進行「家庭支出大調查」時： (1)有無疑問、困難處？ (2)有趣、值得一提的發現？ (3)詢問家人時，家人的反應如何？ 2.老師針對疑難處給予關懷引導，對於有趣的發現或做得不錯的調查內容，也給予鼓勵。 方式二：本活動單獨進行時使用 1.老師提問： (1)小朋友，你平常會花錢買些什麼呢？ (2)除了自己，其他家人又會花錢買什麼呢？ (3)家裡還有哪些地方需要花錢呢？ 2. 老師將學生發表內容，以板書記錄之。	活動一之「附件二」



25	二、發展活動： 1. 方式一：於「活動一」完成後使用小組討論（A）：經過「家庭支出大調查」後，大家認為家庭支出項目中，有哪些是不必要的？或是可以少買一點的？ 方式二：本活動單獨進行時使用，小組討論（A）：剛才討論的家庭支出項目中，有哪些是不必要的？或是可以少買一點的？ 2. 各組派代表將討論出來的項目，記錄於黑板。 3. 小組討論(B)：為什麼會提出這些項目？ 4. 各組針對所提出的項目，發表看法。 5. 小組討論(C)：假如真的能做到節省支出，那麼省下的錢，大家又會運用在什麼地方呢？ 6. 各組討論後發表看法。 7. 老師歸納： 有些家庭支出其實是可以節省的：例如食品費、家庭中的水電費、文具費用等。金錢得來不易，因此要做最有效的利用，節省下來的金錢，可以用來安排增進家人情感的活動，或是儲蓄，甚至捐款給公益團體，都是更有意義的運用方式。	活動一之「附件二」
5	三、綜合活動 老師總結： 錢不是不能花，只是要花得有智慧。家裡面有好多的花費項目，但是大人賺的錢卻是有限的，假如沒有謹慎用錢，等到真的有重要的事情需要花錢時，就沒錢可用了。如何在有限的金錢中，做出最聰明的花費，值得小朋友跟家人一起討論喔！	

本活動建議於「活動一」完成後再進行，教學效果會更佳）

（5）相關學習領域、重大議題指標

社會　7-2-2 辨識各種資源並說明其消失、再生或創造的情形，並能愛護資源。

家政教育　3-1-1 察覺生活中的有用資源與其對生活的影響。
3-2-2 察覺自己家庭的食衣住行育樂等生活習慣。
3-1-4 察覺個人的消費行為。

（6）學習評量

a. 能報告家庭中的各種支出項目。

b. 能說出自己的生活與家庭支出的關係。

活動設計三：開源節流，共創財富

1.單元基本概念：

開源節流需要全家人共同努力，才能成功。只靠少數人省吃儉用，其餘的人卻花錢如流水；或是雖有存錢，卻不思努力賺取收入，那麼家庭財富是很難累積的。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.了解開源節流的意義。

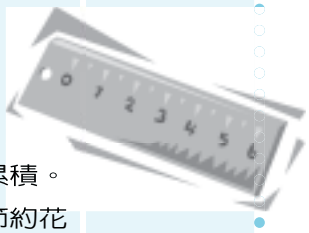
b.了解家庭財富的累積，需要全家人的努力。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.「附件一」（若需影印，則「附件一」×學生數） 2.「附件二」×學生數 3.學童座位採分組形式。	
5	一、暖身活動：我把家庭規則變可愛了！ 1.老師提問： (1)大家有沒有存錢呢？ (2)為什麼存錢呢？ (3)其他家人有存錢嗎？ 2.老師歸納： 不論你有沒有存錢，在接下來的活動中，我們將要談儲蓄的重要性，以及你可以怎麼儲蓄。	
25	二、發展活動： 1.老師說明「附件一」的情境故事，或是將「附件一」影印下來，供學童閱讀。 2.老師請各小組討論以下問題，並將討論結果記錄於「附件二」： (1)小朋友你知道什麼是開源嗎？ (2)小朋友你知道什麼是節流嗎？ (3)如果你是小偉，你有沒什麼「開源」的方法？ (4)如果你是小偉，你有什麼「節流」的方法？	「附件一」 「附件二」

	3.小組完成討論與記錄後，各組派代表報告討論結果。 4.老師歸納討論內容： 小孩子賺錢的能力還不夠，但是卻可以發揮省錢的力量。 5.進行第二階段的小組討論，並將討論結果記錄於「附件二」： (1)每個家庭都要儲蓄嗎？為什麼？ (2)我如何為自己的家庭儲蓄呢？ 6.小組完成討論與記錄後，各組派代表報告討論結果。 7.老師歸納討論內容： (1)儲蓄對家庭來說是重要的，以情境故事為例，假如小偉家之前完全沒有儲蓄的話，相信買房子這件事就會很困難了。生活中有很多突如其來的支出，假如平時不懂得儲蓄，臨時要用錢就有困難了。 (2)每個人都可以為自己的家庭儲蓄，不論是增加收入，還是減少支出。平時注意節約用水、用電，或是少吃一點零食，都是為家庭進行儲蓄。	老師需留意，是否出現「三天不吃東西」、「小孩不要上學」等有害健康、不符合基本需求或戲謔式的答案。」
5	三、綜合活動： 老師總結： 家庭的財富，需要靠全家人的努力來累積。小朋友雖然沒有什麼賺錢能力，但是卻有節約花費的能力。懂得節約，就是為家庭財富貢獻一份心力。能做到「開源節流」的家庭必定能夠累積財富的。	

(5) 相關學習領域、重大議題指標

社會 7-2-2 辨識各種資源並說明其消失、再生或創造的情形，並能愛護資源。

綜合活動

2-1-2 分享自己如何安排時間、金錢及個人生活的經驗。

家政教育

3-1-4 察覺個人的消費行為。

3-2-2 察覺自己家庭的食衣住行育樂等生活習慣。

3-2-6 察覺個人生活中可利用的資源。

(6) 學習評量

a.能說出開源節流的意義。

b.能說出節省消費的可行方式。

附件一：情境故事

「開源節流　累積財富」

最近，小偉一家人面臨一個難題：房租漲價了，每個月要多繳2000元的房租，一年十二個月，就要增加二萬四千元的支出，真是沉重的負擔！經過一番討論，小偉的父母認為只有存錢買下自己的房子，才能徹底解決問題。

「要買房子，那不是需要好多錢嗎？」讀小學的小偉，瞪大了眼睛問道。爸爸點點頭說：「是啊！所以大家要努力『開源節流』呀！」

「什麼是『開源節流』呢？」小偉好奇地問。爸爸解釋道：「所謂的『開源』，就是努力賺錢，增加收入；而『節流』就是節約用錢，減少花費。想要達到目標，就要懂得開源節流喲！」

這時媽媽剛好聽到爸爸和小偉的談話，便高興地說：「對啦！說到賺錢，我倒是想到一個好方法：我可以將身邊親朋好友的二手衣物、皮包、手機等物品集合起來，拿到網路上拍賣，說不定可以小賺一筆呢！」爸爸和小偉聽了，都點頭贊成。小偉讀高中的姊姊，是個電腦高手，聽到媽媽的點子之後便說：「那麼，就由我負責架設一個拍賣網站吧！我自己有一些沒用過的文具，或許也可以試著上網拍賣呢。」

眼看著姊姊竟然也成為「賺錢一族」，小偉忍不住說：「我也想賺錢。」姊姊笑著說：「可以啊，你有幾件穿不下的衣褲，看起來還很新，不如我也幫你上網拍賣！」媽媽也說：「假如你能拿到學校的獎學金，也是一種賺錢呀！」爸爸則說：「其實小偉目前不必急著賺錢，而是要好好學習，培養能力，將來自然不怕沒錢賺。重要的是，除了懂得賺錢，更要懂得『省錢』，否則賺得再多，也都花光啦！」

聽了爸爸的話後，小偉了解到：原來「省錢」與「賺錢」一樣重要，於是他很有自信地說：「大家負責『賺錢』，那我就負責『省錢』好了！」大家聽了都笑了。爸爸說：「幸好先前家裡已經有一些儲蓄了，相信大家繼續努力，不久後我們就有新房子住了。」

附件二：開源節流靠大家

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

小朋友，如果你是小偉，你會如何「開源」與「節流」呢？請和同學與老師討論後，將結果記錄於下面的表格中。

開源（增加收入）	節流（減少支出）

※完成上面的討論後，想一想以下的問題：

1.每個家庭都要儲蓄嗎？為什麼？

2.我如何為自己的家庭儲蓄呢？

貼心小語：

小朋友，試著將你的想法，告訴你的家人。家庭的儲蓄，需要全家人一起努力呦！

我的筆記

★ 教學主題：需要與想要（高年級適用）

一、主題故事

小魚最近在家裡都很少說話，也吃不太下飯，連媽媽爸爸跟他說話也一副心不在焉的樣子，一天晚上媽媽趁著小魚在廚房洗碗的時候，問他發生了什麼事？小魚沉默了很久才說：「最近去7-11買東西都會送磁鐵，所以同學們都收集了好多種，有小叮噹、小丸子、hello kitty，而我連一個都沒有。」

媽媽想了一想說：「如果把小叮噹、hello kitty那些磁鐵貼在冰箱上，一定很漂亮。」

小魚聽了馬上說：「對呀！」

媽媽接著又說：「我們家也有許多漂亮的磁鐵。」，小魚也點頭同意媽媽的說法。媽媽想了想又說：「如果有了小叮噹、hello kitty的磁鐵，但是又沒有那麼多的東西要貼，那怎麼辦呢？嗯….也許可以把一些比較舊的收起來。」

晚上做完功課，小魚跟媽媽道晚安時說：「小叮噹、hello kitty的磁鐵確實很吸引人，而且我想要跟同學有一樣的磁鐵，這樣就可以跟同學有同樣的話題可以聊天。但是，家裡的磁鐵都是我們旅遊時帶回來的紀念品，裡面有許多的回憶，如果收起來實在可惜。」

二、重要概念

一、家庭是個體學習成為消費者的第一個場域。藉由認識產品的價值與意義，教導如何購買與消費，顯現產品的價值。
二、想要的往往不是真的需要。如果想要的太多易造成貪得無饜，而變成物質的奴隸。
三、了解擁有的，分辨出真正的需要，再依照重要性排出優先順序。
四、金錢的使用來自於自我控制的力量，成人藉由身教與言教傳遞控制金錢的能。

賺錢是本事，花錢是智慧

「財富」（wealth）一詞在字典中，不是大筆的金錢，而是各種事物的充裕都叫做「財富」。所以有學者稱，擁有豐富的仁慈、好奇、感性、謙卑、虔誠及智慧...等這些特質，才是人生中最棒的「財富」。近期全球首富比爾．蓋茲與第二富豪巴菲特將「財富回饋社會」，尤其他們捐出的錢不是個人財富的九牛一毛，而是大部分，巴菲特還表示，往後還會繼續捐贈直至生命結束。許多白手起家的美國富豪均認為留太多財產給後代只會養成後代坐享其成的惡習，因此寧可捐做公益。這種想法、作法與東方人多數將財富傳給下一代有很大的不同，東方人都希望事業與財富能父傳子，再傳孫，然而大筆財富留給子女的後果常導致分產時兄弟鬩牆、親情掃地的景況。

「金錢」是現代兒童必須學習使用的經濟生活工具，兒童對錢的看法會影響其社會適應及人格發展，所以應教他正確的使用方法。錢的使用，應從零用錢開始教起。不給孩子零用錢是剝奪他學習用錢的機會；而給太多卻不指導，容易養成不良習慣。如果說賺錢是種本事的話，那麼如何花錢就需要靠智慧了。

金錢教育從小做起

家庭雖是兒童學習成為消費者的第一個場域。但教師可藉由教導兒童認識產品的價值與意義，並告訴他們怎樣購買與消費，以顯現產品的價值。換句話說，兒童子不是天生就會消費，必須經過直接與間接學習，累積一些消費的經驗，才能轉變為消費者。而兒童此一對象在行銷市場上深具潛力，主要的原因有三：家庭人數的減少，小孩備受長輩的寵愛，兒童金錢的獲得直接來自父母、祖父母、外祖父母等，因此需要六個口袋來容納。有人將台灣兒童比喻為擁有六個口

袋的多金小主人，當今兒童可支配的金錢（零用錢）比過去的兒童都高。第二，兒童的消費者社會化的過程提早來臨，使他們從小喜歡花錢購物，也形成許多獨特的消費觀點。第三，父母工作早出晚歸，親子互動的機會降低，為了彌補親情的缺乏，常以金錢替代。

生活在自由經濟體制下是種福氣，任何細微的需求都可以被滿足，而生活中總有不盡完美的地方，所以如何使人保持「喜新厭舊」、「貪得無饜」的生活態度，就成為促進消費、帶動繁榮的最佳利器，在這種情勢下，人人需要小心克制慾望。而師長可以利用兒童獲得零用錢的機會，教導兒童金錢使用的觀念，建立兒童正確的用錢觀念及方法，讓兒童懂得為自己的行為負責，進而修正不當的浪費或不良行為，朝合理消費行為方向健康地成長。

每個兒童都擁有不同的個性，專家提供的高招，並不見得適用於每個小孩，事實上，最有機會成為兒童顧問的雖是父母本人，但是教師透過教學活動，著力於培養兒童控制金錢的力量甚於讓他學習理財的技巧。尤其是兒童的金錢教育要從小開始，教師以教學的專長如在兒童三歲時開始教導金錢與財物的基本元素，而較年長的兒童在教導儲蓄模式時，可將儲蓄目標延伸至非短期可達成的，建立兒童對需要與想要的判斷，進而釐清何者是重要的，理性做出抉擇。其次，住家環境對兒童的影響很大，如果是住在商業區的兒童，耳濡目染交易行為，很早就有金錢的觀念，也較早產生購買的慾望。如果兒童所處的環境很早就接觸到交易行為，就應該教導他們對金錢的認知，可透過提供如認識ATM，理解ATM提款方式、雜貨採購等機會讓兒童能意識到管理金錢的方法。錢財並不是憑空而來，也不是從提款機一提就出來的，它是需要花費心力與勞力才能獲得，允許兒童對獲得的零用錢、生日禮金、紅包等做妥善的金錢決擇，就是協助兒童做好金錢的管理。兒童進入童年期後，加強兒童的紀律與責任感為教導的重點，由兒童自己管理金錢，培養對金錢的責任感，學習支配金錢的感受。如果在兒童成長的過程中沒有學習到金錢的價值，而又有不良的習慣的話，未來容易遭遇到嚴重的金錢問題。

想要、需要與重要

需要與想要到底有何差異呢？一般而言，當某樣東西你缺了它就無法「存活」這叫做需要。需要是一種本能需求，例如：餓了需要填飽肚子；渴了需要喝水；活著需要呼吸，這是一種沒有得到它就活不下去的熱切渴望。相對的，如果某樣你很想要，但沒有它也還可以「存活」的話，那就是想要。想要是一種情緒、幻覺、刺

激、衝動下產生的慾念，例如想要大吃一頓，或者看到美食就想要大快朵頤；口渴了就有一種衝動想要喝冰水或冷飲；看到廣告推銷就買了一堆折扣商品，這是一種以為自己需要的慾望或貪念。其實想要和需要僅有一線之隔，有時候想要的，往往不是真的需要。的確，我想要很多東西，可是再仔細考慮一下，就不見得非要不可了。想要的東西得到了會感覺很快樂，而要不到就會很痛苦。「想要」帶來短暫的快樂，但容易造成後悔。每個人都有很多想要的東西，但經過仔細思考後，想要的就不見得非要不可了。實際上，我們想要的太多，需要的並不多。如果想要的太多就會造成貪得無饜，而自己就變成了物質的奴隸。我當然可以想要，但必須在該要、能要的前提之下。過去的世界沒有太多選擇，隨著資訊流通及科技進步，選擇的數量逐漸增多，但當可供選擇的項目持續暴增，負面效應也隨之而生，而且可選擇的項目愈多，負面效果也愈大。然而，我們有太多選擇，要做太多決定，真正重要的事情反而沒有足夠時間去做。

財富，不是只有金錢

金錢的使用來自於自我控制的力量，而每個人都有這種能力與力量，在家中，父母藉著身教與言教將他們如何控制金錢的力量傳遞給孩子。當孩子進入小學後，開始出現許多與父母不一致的觀點，同時孩子自己的想法也愈來愈多，這時候的他們開始脫離父母的世界，尋求新的標準。幫助兒童發展強而有力的自我認識能力，就是在幫助他們成為聰明的生活家，而這種能力的展現就是發現事物細微的差異，或者是經過分辨後增加的見解。價值觀的形成往往是經過許多次的肯定與否定，才成為為恆久的價值觀，而經驗是價值觀主要的來源。

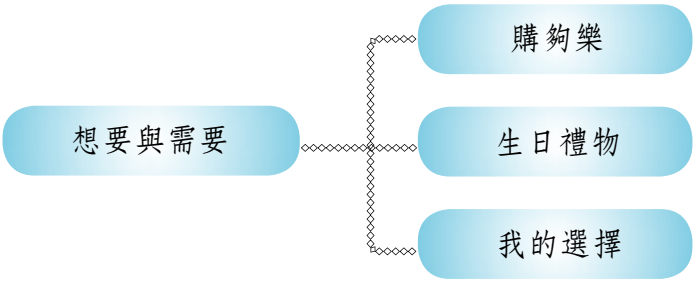
價值觀決定什麼比較值得。想要做、需要做、應該做的事很多，可是每個人的時間和精力都有限，所以盡可能選擇自己認為重要而值得的事，才不致活在懊惱中。父母不可能永遠保護自己的孩子，而過度的保護易使孩子喪失了學習的機會與能力，師長藉由教學活動讓兒童了解自己是有控制力與自制力，即是幫助他們發揮自我認識的能力，擁有自制力，成為負責任的人。

廣義的財富不是只有金錢，還包括家庭、健康、與一些價值的判斷，不要只注重有形的資產，無形的資產也很重要。所謂的無形的資產，就是別人如何看你，認為你是什麼樣的人，如乖學生、班長、資源小隊等。另外還有就是自我期許，有的人未必是大家認定

的好學生或是能力強的人，但是他對自己的期許高，對自己的要求也高，就容易成為成功的人，這就是無形的資產。幫助兒童建立金錢觀，提供兒童機會去學習好的金錢習慣，即是教導兒童「存一些、投資一些、分享一些、花費一些」的想法與作法。

「對於我們想要的東西或我們需要的東西，常常分不清。」這是《最後十四堂星期二的課》中墨瑞所說的一句話。的確，需要與想要的沒有經過思考常會讓我們混淆而產生困惑，但有時候「需要」也等於「想要」，例如對小朋友而言，考試進步的獎品，可以是需要的，也可以是想要的；再者，打了折扣的生活日用品往往打動消費者的購買慾望，因此，對於同一件事，每個人的感受、反應會不太一樣，或許是因為觀念的不同，也可能是因為面臨的情境不同，要依照實際情形做出聰明的抉擇。要使生命有價值，就必須專注於體驗自己所重視的事情，釐清想要與需要，使我們生活得更自在、更充實而不會有遺憾。

三、主要活動架構：



四、參考資料：

白欲承（譯）（1998）。M. Albom著。**最後十四堂星期二的課**。台北：大塊。

劉世南（譯）（2004）。B. Schwartz著。**只想買條牛仔褲：選擇的弔詭**。台北：天下雜誌。

黃迺毓(1994)。**持家藝術：給現代有家可管的人**。台北：宇宙光。

黃迺毓、林如萍、唐先梅與陳芳茹(2001)。**家庭概論**。台北：國立空中大學。

艾俐思（譯）（2005）。K. Peels著。**家庭經理人**。台北：二魚。

蔡明彰(2006)。**靠我脫離貧窮**。台北市：我識。

王麗潔（譯）（2002）。R. T. Tiyosaki, & S. L. Lechter著。**富爸爸，富小孩**。台北市：高寶國際。

活動設計一：購夠樂

1.單元基本概念：

本活動透過廣告宣傳單、折價券、網路廣告等，理解廣告對購買慾望的影響。引導兒童透過閱讀廣告宣傳單內容，釐清對物品的需要與想要，並適時的與人分享。

2.活動設計：

（1）活動目標：

透過購物的選擇，建立獨立判斷的觀念，釐清需要與想要。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 老師準備 1.調查最近流行的物品。 2.蒐集廣告宣傳單、折價券、網路廣告等數種。 3.四開書面紙每組一張。 4.對抗廣告最適當的方法。 5.活動前一週，利用聯絡簿提醒小朋友蒐集宣傳廣告單。 6.活動前一天，提醒小朋友攜帶宣傳單與特別的蒐藏品。 學生準備 1.蒐集宣傳單。 2.提供特別的蒐藏品。	宣傳單 折價券 網路廣告 單槍 電腦
5	活動步驟： 一、暖身活動： 1.經驗分享 (1)老師展示最近流行的物品，請小朋友說一說家人曾被廣告吸引而買東西的經驗？（大賣場的優惠商品、開學時文具用品折扣、經過打折扣的餐廳、上一次的集點）	

(2) 請小朋友說一說家人曾因喜愛贈品而買東西的經驗？（如：速食店每週發行新玩具、便利商店買77元即送贈品、集十點送hello kitty手提袋、買大包巧克力送溜溜球）

2. 老師小結：

廣告對我們的生活有很大的影響力，廠商經常使用贈品吸引消費者。因此，如何做出正確的抉擇成為現代人最重要的功課。

15

二、發展活動

(一) 採購樂

1. 老師展示或播放蒐集到的宣傳單，提出下列問題：（視時間選擇題目）

(1) 哪些地方最容易吸引顧客上門消費？

（如：大賣場、百貨公司、玩具店、服裝公司、文具店、超級市場。）

(2) 說一說，這些地方為何會吸引顧客上門？

（如：商品種類多、樣式多、選擇的機會多、地方大、有停車位、一次可以買夠所有的東西、方便。）

(3) 通常在什麼樣的情況下去逛這些地方？

（如：特價、打折、週年慶、換季、整修、為需要而去、休閒、新產品、新開張）

(4) 說一說，商店會用什麼方式吸引顧客一直上門？

（如：每週出不同組合的贈品、成套的贈品、集點、貴賓卡優惠、換贈品、消費滿XX元換OO）

(5) 通常我們都是如何獲得這些優惠消息？

（如：郵寄、專人發送、電視廣播、夾報、結帳時隨著買東西時一起裝袋。）

(6) 哪些折扣是我們生活中不可以錯過的？

（如：超級市場的每日特價品、照燒堡買一送一、生活日用品或連鎖書店累積蓋章兌換九折的VIP卡。）

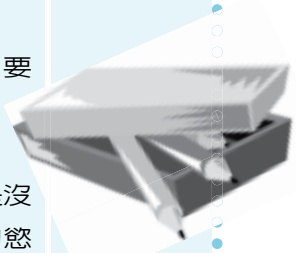
(7) 說一說：宣傳單、廣告、折價券最被吸引的內容是什麼？

（如：買一送一、特價的腳踏車、漂亮封面的筆記簿二本十七元、價格不變，多了二倍的筆心、第二件商品半價、集滿十點可兌換一張棒球卡、買大包送巧克力、hello kitty背包半價。）

(8) 請會被廣告傳單吸引而購買東西的小朋友說一說原因？

(9) 請不會被廣告傳單吸引買東西的小朋友說一說自己的看法？

(10) 小朋友請想一想：購買東西是因為想要還是需要？為什麼？



2. 老師小結：

(1) 採取行動時需要分辨需要與想要。需要是沒有它就無法存活，想要是衝動下產生的慾念。其實想要和需要需視情況而定，有時候想要的往往不是真的需要。另外也有不但是需要也是想要，如：買一送一的衛生紙。

(2) 我們可以從許多管道獲得商品的資訊，有些是我們真正需要的東西，如超級市場慣例性的「特價品」，花較少的錢即能獲得是件開心的事，這也表現出善用資訊的能力。

(3) 有些是我們不見得需要，但卻非常想要的東西，商家會運用許多方式吸引消費者行動，因此在接收到廣告宣傳單或打折消息時需要考慮自己真正的需要再做決定，做個聰明的消費者。

(4) 對於家中多出來的物品，可以發揮愛心捐贈給需要的人。

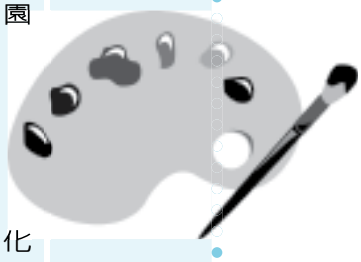
（二）宣傳魔力

20

1. 老師說明：廣告單內容不僅很吸引人，況且有許多東西是自己需要或想要的。請各組小朋友仔細觀察蒐集到的宣傳單想一想，有什麼好方法暨可以獲得需要或想要的東西，又不會被廣告牽著鼻子走，方法越多越好？換句話說，就是如何成為一個聰明的消費者不會被廣告牽著鼻子走？

◎每組一張海報紙

	2. 分組討論：請小朋友仔細觀察蒐集到的廣告傳單，想出既可以獲得需要的東西，又可以得到想要的，將想到的方法列在海報紙上。 3. 請各組將海報張貼於黑板上，並說明各組想出「好方法」。 （第一堂課結束）	
30	（三）我的好方法 1. 首先請小朋友將各組都想到的方法挑出來，列在黑板上，再由小朋友票選，並將結果按照票數的多寡填入海報。 2. 其次，請小朋友將各組報告中剩餘的方法逐一投票選出自己認為最適合的方法。 3. 依照票選的結果將票數較高的好方法逐一填入「對抗廣告最適當的方法」海報中，直到填滿十項為止。 4. 請小朋友自由發表對於票選結果的想法。 5. 將製作完成的海報張貼於教室後「學習園地」。	◎『對抗廣告最適當的方法』海報
10	三、綜合活動 老師總結： 1. 我們看到的折扣幾乎全是「數與量」的變化組合，最好以實際需求、品質、價位各方面去評估買或不買。 2. 通常人們比較不會買錯「昂貴物品」，因為貴，所以會三思再行，而面對「便宜貨」常會認為：「喜歡就買，才XX錢而已嘛！」「買啦！現買現賺！」的鬆懈想法而做了錯誤的決定。用便宜的價錢買到好用、實用的東西，才是真正的便宜。 3. 廣告促銷通常會有一段通知期與實際行動期，通知期是讓消費者有時間思考自己的需要，同時也是在刺激與提醒消費者；而實際行動期通常會包含假期，讓消費者有時間行動。	



4.廣告的誘惑力大，當看到喜歡的東西時，我們總會有一股衝動想要擁有，這時不妨想想，問問自己：

「這真的是自己需要的東西嗎？
使用這樣東西的機會高嗎？
折價物品是否是必購品？
值不值得為摸彩而增購物品？
增購的物品是自己需要的嗎？
獎品是否實用？」

聰明消費，才不會被炫目的廣告牽著鼻子走。

（第二堂課結束）

（5）相關學習領域、重大議題指標

社會 7-3-2 針對自己在日常生活中的各項消費進行價值判斷和選擇。

7-2-4 了解從事適當的儲蓄可調節自身的消費力。

綜合活動

2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。

自然與生活科技

1-3-5-4 願意與同儕相互溝通，共享活動的樂趣。

5-2-1-2 能由探討活動獲得發現和新的認知，培養出信心及樂趣。

家政教育

3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。

3-3-2 能在食衣住行育樂等活動中表現對生態環境與資源的珍惜與關懷。

4-2-5 激發對家庭或生活問題的好奇心及敏銳的觀察力。

（6）學習評量

a.能區別需要與想要的差異。

b.能將自己的想法清楚表達並勇於發表。

c.經由廣告的解讀，建立理性的消費觀。

d.從課堂討論，評量學生是否了解廣告對其消費行為的影響。

附件一：票選結果表

對抗廣告最適當的方法

排名	方法
第一名	
第二名	
第三名	
第四名	
第五名	
第六名	
第七名	
第八名	
第九名	
第十名	

活動設計二：生日禮物

1.單元基本概念：

運用遊戲釐清需要與想要，並透過對生日禮物的期待區辨需要與想要，選出對自己而言重要的事物。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a. 釐清需要與和想要觀念。

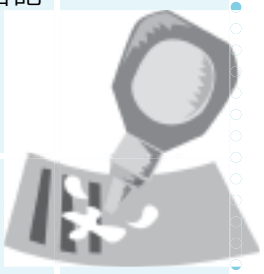
b. 從期待的物品中區辨出需要與想要，並選出重要的。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 80 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 老師準備 1.「生日快樂」學習單 2.圖書館借繪本： 漢聲出版社—《今天是什麼日子》、 台灣東方出版社－《外婆萬歲》。 3.「需要與想要」題目卡：練習題、正式題。 4.活動前請小朋友利用作文課或聯絡簿小日記撰寫「難忘的生日禮物」。 學生準備： 1.書寫「難忘的生日禮物」作文或小日記。	需要與想要遊戲的項目可參考學生的生日禮物做增減
10	活動步驟： 一、暖身活動： 1.經驗分享 (1)老師詢問小朋友： a. 喜歡過生日嗎？喜歡過生日的原因？不喜歡過生日的理由？ b. 期待過生日嗎？期待過生日的原因？不期待過生日的理由？ c. 請從未過生日的小朋友說一說想法。	



		(2)老師分享小時候收到的生日禮物，或是印象最深的生日禮物。 （例一：蛋在老師小時候算是一種奢侈品，一定要到特殊的節日才有機會享用，因此當有人生日時，媽媽即會為壽星準備一顆水煮蛋。但壽星吃蛋時有一個習俗，就是剝蛋殼時第一下必須由壽星的前額敲裂，每當要剝蛋殼時，其他的兄弟姊妹就會追著壽星跑，都想藉著這個機會好好的敲一下壽星的頭。） （例二：印象最深刻的生日禮物，是在老師二十歲時硬向哥哥要一份特別的生日禮物，哥哥拗不過老師的要求，但也不知道該買什麼東西送給老師，因此就商請媽媽陪著兄妹倆一起去XX爬山。獲得這樣的生日禮物，老師心裡雖然覺得不甘心，但也不想任意放棄，因此生日當天三人就一起去爬山。沒想到才剛開始爬了一小段路，老師就因為無法忍受運動帶來的熱氣與汗水，於是脫掉腳上的鞋子走在冰涼的山路上，還一邊大喊好舒服喔！這時哥哥有感而發的說：「還像個五歲的孩子」，媽媽聽了也不停的點頭贊成哥哥的說法。經過老師仔細的逼問才獲知，老師小時候曾經跟全家人去鎮上買東西時，不知是太熱還是走太久了，走著走著就脫了鞋子和衣服只剩下內衣內褲，自顧自的走在鎮上最多人的大街上。） (3)請小朋友依據小日記內容說一說，自己獲得最特別、最難忘的生日禮物。	老師分享可視情形擇一或依老師自身的經驗。
	15	二、發展活動 (一)我的期待 1.老師敘述 聽了其他小朋友獲得的禮物後，無論你以前的生日是否獲得禮物，現在請你想一想，如果	附件一：『生日快樂』學習單

15	如果下星期就是你的生日，你最期待獲得的禮物是什麼？請各位小朋友在學習單上寫下自己最期待收到的五項生日禮物。 2.分組討論 (1)每個小朋友說一說自己最期待收到的生日禮物？ (2)說一說期待的理由？ 3.分組報告 (1)各組推派代表說明小組期待的生日禮物有哪些？哪些東西是大家都期待的？最特別的是什麼？ (二)需要與想要 1.老師說明： 大家的禮物都很棒，但是有些東西對現在的自己可能是重要的，有些東西雖然是需要的但並不是最重要的，所以可以稍微等一下。現在老師要進行「需要與想要」的遊戲。 2.老師說明遊戲方式： （1）遊戲規則： a. 如果覺得是「需要」就將雙手交叉相握高舉過頭。 b. 如果覺得是「想要」則將雙手放在雙肩上。 c. 每個人都要答題，老師依答題情形邀請小朋友發表自己的想法。 （2）遊戲方式： a. 老師念完題目後，請小朋友思考三秒鐘（數123），再請小朋友用雙手表示答案，提醒小朋友不要受到其他小朋友的影響。 b. 老師觀察，請不一樣答案的小朋友說一說自己的想法 3.進行遊戲 (1)練習題 a. 吃飯（需要） b. 喝水（需要） c. 巧克力（想要） d. 呼吸空氣（需要） e. 睡覺（需要） f. 洗澡（需要） g. 腳踏車（是需要也是想要） h. 小狗（想要） i. 流汗（需要） j. 每天運動十五分鐘（需要） (2)老師小結： 以上的題目有許多是我們日常生活中賴以維生的東西，這些東西都是無法選擇且一定需要的，但有些東西卻是我們可以選擇的。	◎題目卡

以下的題目小朋友需要仔細思考，因為有些東西會因人因事而會有不同的答案，沒有一定的對或錯。

(3) 正式題：老師依答題情形請小朋友發表自己的想法。

1. 速食或大包薯條。（過度精緻的食物常會造成身體的負擔）
2. 牛奶特價。（折扣商品是自己平常會使用的就是需要，若是因為看到便宜就買，那就不是需要。打折後的衛生紙即是需要也是想要。）
3. 珍珠奶茶（想要）
4. 球鞋（球鞋是需要的東西，但限量出產或追求名牌則是想要。）
5. 漂亮圖案的貼紙（想要）
6. 愛（既是需要也是想要）
7. 電動玩具（想要）
8. 手機（想要）
9. 衣服（衣服是需要的東西，但追求流行則是想要。）
10. 背包（是需要的東西，但追求流行則是想要。）
11. 全家一起出去玩（既是需要也是想要。）

(4) 心得分享

1. 經過剛剛的遊戲，你有什麼想要跟大家分享的想法？
2. 說一說，需要和想要有什麼不同？
3. 老師小結：
   (1) 需要是指如果缺少了「它」，生活就無法順利運作。
   (2) 想要是指如果你很想要但是沒有「它」，生活依然可以順利運作，只是心裡會有不愉快的感受。
   (3) 有時候需要與想要是無法切割得很清楚，需要經過謹慎的思考才能做出最好的決定。

（第一堂節結束）

20

(三) 我的排列順序

1. 教師說明：經過小朋友對生日禮物的分享，與剛剛所進行的「需要與想要」活動後，現在我們重新思考現在我們重新思考自己所期待的生日禮物，這五項期待的生日禮物如果按照順序排列的話，你會怎樣排列呢？

	2.讓小朋友重新思考，重新排列生日禮物的順序，並寫下這樣排列的原因。 3.小組分享與討論 (1)請各組小朋友分享自己重新排列順序的原因。 (2)經過剛剛分享，請小朋友分辨出哪些是想要的？哪些是需要的？ 4.各組推派代表說一說各組的分享心得。	
15	(四)繪本分享 1. 播放PPT或直接閱讀繪本《外婆萬歲》。 2. 請小朋友說一說這本繪本的內容。 3. 這本繪本中覺得最有趣的是什麼？ 4. 外婆今年希望大家送她什麼禮物？為什麼？	附件二：《外婆萬歲》、《今天是什麼日子》故事大綱
5	三、綜合活動 老師總結： 1.每個人重視的事物不同，因此所列出的禮物將因人而異，沒有好壞，但經過思考後，能夠從新檢視自己的需要與想要，也了解什麼是最重要的，在以後的生活裡將使自己能夠清楚的辨別，做出最好的決策。 2.許多東西不一定要花錢，利用自己的創造力可以讓生活過得更輕鬆愉快。 （第二堂課結束）	

(5) 相關學習領域、重大議題指標

家政教育

3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。

自然與生活科技

5-2-1-2 能由探討活動獲得發現和新的認知，培養出信心及樂趣。家政教育

社會 1-3-1 了解不同生活環境差異之處，並能尊重及欣賞其間的不同特色。

7-3-2 針對自己在日常生活中的各項消費進行價值判斷和選擇。

(6) 學習評量

a.完成學習單。

b.能清楚表達想法。

c.從學習單的紀錄及省思，評量學生是否建立理性的消費行為。

3.參考文獻

瀨田貞二(1985)。**今天是什麼日子**。台北：漢聲。

宋珮（譯）(2003)。C. Best著。。**外婆萬歲**。台北：台灣東方。

4.備註：此單元小朋友所選擇出來的最期待收到的生日禮物，可作為活動三「我的選擇」的基本元素。

附件一：「生日快樂」學習單

班級＿＿＿ 座號＿＿＿ 姓名：＿＿＿＿＿＿＿＿ 日期：＿＿＿

請寫出五項期待收到的生日禮物	為什麼期待呢？
1. 2. 3. 4. 5.	1. 2. 3. 4. 5.
如果要重新排順序，你會怎麼排？	**為什麼這樣排，給個說法！**
1. 2. 3. 4. 5.	1. 2. 3. 4. 5.

附件二：繪本簡介

《外婆萬歲》故事大綱

故事的重心是一個與衆不同的生日晚會，慶祝凱薩琳外婆七十八歲（把時鐘上的數字全部加起來）的生日，外婆覺得自己什麼都不缺，不要生日禮物，只想要煮羅宋湯、做薄餅請大家吃，但是大家卻想出了更好的方法，送她不是「禮物」的禮物，這些禮物都不是用錢買的，也不是一樣東西，而是為凱薩琳做一件令她開心的事。為了想出一樣「非禮物」送給外婆，莎拉觀察著外婆一星期的生活，到了生日當天，她還幫助外婆準備晚會的食物---俄羅斯風味的濃湯與薄餅。其實，在這段期間，而莎拉仔細觀察了外婆的生活，決定教外婆認字，作為送給她的「非禮物」。這個過程讓小女孩莎拉體會到，送禮物背後的那一片心意，遠比禮物本身來得重要。此外，生日會後，外婆終於願意學習英語了，而莎拉也有機會向外婆學習俄語。從外婆的生活中，莎拉學到的最大功課是愛，學習付出，也學習接受，並且在付出與接受之間，享受愛的豐富。

心得：最美的禮物不在用多少錢買的，而是在用多少心創造出來的。

《今天是什麼日子》故事大綱

今天是什麼日子，巧巧和媽媽玩起尋寶與猜謎的遊戲，一張張的字條把爸爸和媽媽搞得團團轉，居然忘了今天是一個很重要的日子.....

巧巧的巧思與貼心，讓這個重要的日子變得更有趣且令人難忘，給爸爸媽媽一個最大的驚喜。

活動設計三：我的選擇

1.單元基本概念：

本活動透過金錢價值觀的辯證，釐清需要與想要之間的差異，選出對自己而言是重要的東西。

2.活動設計：

（1）活動目標：理性思考與分析，選出對自己而言是重要的東西。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間：40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內容提要	備註
	準備事項： 老師準備 1.排序圖×5組。 2.需要與想要卡×9張×5組（可依年齡將選擇的項目增為16項） 3.計算機。 4.蒐集目前小朋友喜愛或流行的物品。 5.將小朋友在活動二「生日禮物」所選擇出來最期待收到的生日禮物，作為本活動的基本元素。	
5	活動步驟： 一、暖身活動 1.分組：將小朋友分為五組 2.錢、錢、錢： (1)小朋友需不需要知道如何處理錢嗎？為什麼？ (2)小朋友會有那些機會獲得錢呢？（壓歲錢、生日禮金、獎金、幫媽媽買東西後找回的零錢、賣舊貨、打工…） (3)對於多餘的零用錢可以如何使用？（存在存錢桶、銀行、郵局、媽媽那裡、繳學費、吃大餐、買MP4） (4)零用錢有什麼好處與壞處？（買想要的東西、急用、被媽媽拿去繳學費、買早餐）	

(5) 如果想要擁有一樣比較特別的東西，我可以怎麼辦？（每天或每星期定量的儲蓄零用錢、自己DIY）

3. 老師小結：

(1) 小朋友有許多使用金錢的機會，例如幫媽媽買東西，陪爸媽上大賣場買東西，交費用給老師等等，所以需要學習金錢的保管與花費。

(2) 金錢的使用來自於自我控制的力量，而每個人都有這種能力。

20

二、發展活動

1. 我的選擇：

老師引言：每個人重視的事物不同，因此所列出的事物將因人而異，沒有好壞，但是透過彼此的分享與討論，可以讓自己更清楚自己的想法。

2. 說明遊戲規則

(1) 每組有字卡9張和排列表一張。

(2) 排序圖（見附件一）是由9個大小一樣的方形格子堆疊而成的，格子的大小端視紙張的大小而定（如8開圖畫紙），排序圖內的格子由左而右依重要性排列，即最左邊的格子代表最重要的，其次是次重要的，依序而下，最右邊的格子代表最不重要的。

(3) 每行格子的下方有一排數字，從左自右分別是：最左邊第一行有一個空格，代表是5分，表示最重要的；其次是左邊第二行有兩個空格，每格代表4分；最中間一行有三個空格，每格代表3分；從右邊算來第二行有兩個空格，每格代表2分；最右邊第一行有一個空格，代表是1分，表示最不重要的。

值得注意的是，最重要與最不重要的分別只有一個空格，也就是說，覺得最重要與最不重要的各只有一項物品，必須經過審慎的思考再加以決定。

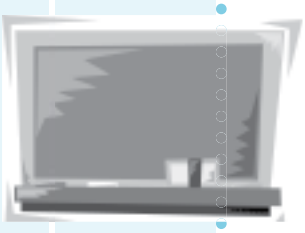
1. 五套「需要或想要」卡
2. 每套9張
3. 排序圖五張

(4) 9張字卡代表著需要或是想要的物品，每張字卡的大小需與排列表格子的尺寸相同（或略小）。

(5) 活動前老師可依各班小朋友的喜好，將需要與想要的物品挑選出來寫（或列印）在字卡上，或利用附件中所附的物品進行活動。

(6) 活動進行時，老師請小朋友將各組的字卡依照什麼是心目中「最想要」的物品進行排列。

(7) 排列的過程中，小組成員會有不同的想法，所以各組成員必須經過充分的討論與協商達成共識，然後將字卡依照重要性排列在表上。



3. 分組報告

(1) 各組將排列表張貼在黑板上。

(2) 各組派代表說明，並陳述排列的理由？

(3) 這樣的結果小組是如何決定的？

(4) 最重要的是如何選出來的？最不重要的又是如何選出來的？

(5) 哪一個是最難做決定？為什麼？

(6) 說一說，在排列過程中最特別的事情？

(7) 小組成員有需要補充的嗎？

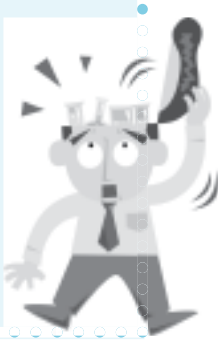
10

4. 計算字卡分數

(1) 各組推派一位代表，分配每人負責計算數張字卡的得分。

(2) 請各組依序將9張字卡代表的分數一一報出，並請各組代表依分配的字卡進行登記每張字卡在每組中的得分，而每張字卡會有數個分數（依各班分成的組別而定），請小朋友將各張字卡的總分計算來。

(3) 老師依照剛剛全班計算的結果，重新陳列在排序圖上，說明本班所選擇出來最想要的物品與最不想要的物品。

5	三、綜合活動 老師總結： 1. 每個人重視的事物不同，因此所列出的事物將因人而異沒有好壞，但是價值觀影響我們的決定。 2. 經過思考、溝通與妥協後，能夠從新檢視自己的需要與想要，也了解什麼是最重要的，在以後的生活裡將使自己能夠清楚的辨別，做出最好的決策。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

綜合活動

2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。

家政教育

4-3-4 探索家庭生活問題，探討如何避免其對個人的不良影響。

3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。

自然與生活科技

5-2-1-2 能由探討活動獲得發現和新的認知，培養出信心及樂趣。

1-3-5-4 願意與同儕相互溝通，共享活動的樂趣。

社會 1-3-1 了解不同生活環境差異之處，並能尊重及欣賞其間的不同特色。

4-3-1 說出自己對當前生活型態的意見與選擇未來理想生活型態的理由。

3-3-1 依自己的觀點，對一組事物建立起分類和階層關係。

7-3-2 針對自己在日常生活中的各項消費進行價值判斷和選擇。

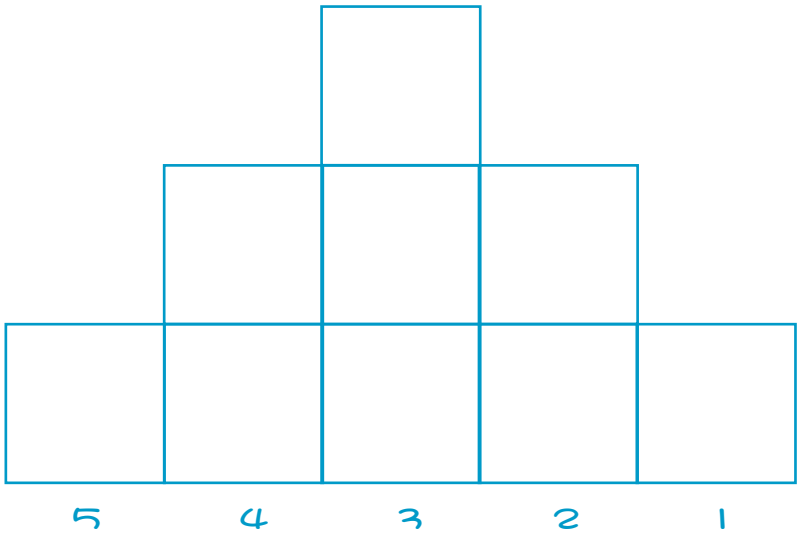
（6）學習評量

a. 能與他人溝通與妥協。

b. 能清楚表達自己的想法

c. 從活動過程中釐清需要與想要的差異。

附件一：排序圖（size：8 開的圖畫紙大小）



附件二：需要或想要卡

（空白卡9張、任選下列九項元素）× 分組數

擁抱、睡覺、家人相處、寫功課、看卡通、漫畫書、文具用品、絨布玩偶、音樂CD、遊戲卡、打籃球、玩電動、速食（漢堡、飲料）、新球鞋、腳踏車、運動員（棒球、籃球）海報

我的筆記

★ 教學主題：家庭共學之休閒部分（全年級適用）

一、主題故事

秋日午後，微風徐徐，瓜棚上吊著嫩嫩的小絲瓜，空氣中飄著淡淡的桂花香，這個不到二坪的小小陽台，是淳淳全家人的秘密花園。

那是一個「無心插柳柳成蔭」的故事，記得半年前淳淳從學校拿回絲瓜的種子，隨意用奶粉罐裝土就種了起來，後來也忘了有種絲瓜這件事，沒想到一陣綿綿細雨，加上媽媽似有若無的照顧，「他」竟然萌芽了。於是媽媽將絲瓜移植到較大的盆子、阿嬤準備了肥料施肥、弟弟還弄了幾根竹竿給它爬，淳淳則是每天放學回家幫它澆水，爸爸更是怕絲瓜無聊，買了幾盆桂花樹陪伴。

每個週六的早晨，全家人總會分工合作照顧秘密花園，鬆土、施肥、抓蟲、澆水、修剪，或者靜靜的觀察，總是不亦樂乎。秘密花園的大住户除了絲瓜與桂花，也增加了媽媽喜歡的玫瑰、阿嬤可以煮來吃的蕃薯葉，與弟弟堅持要種的大紅豆，多采多姿的綠色天地有時也吸引了一些麻雀駐足欣賞。

綠色的秘密花園成了家中成員最常流連的地方，可以在這兒拈花惹草，也可以閒話家常，每個人擁有一個小小部分。今年中秋，淳淳家決定要在花園聚會賞月，沐浴在桂花香，品嚐全家人親手栽種的絲瓜味道，那是幸福的味道，秘密花園是屬於大家的幸福花園。

二、重要概念

家庭休閒可以增進親子的感情、善盡子女孝行、鬆弛緊張與衝突與培養共同經驗、觀念與意識。

一、休閒是自由時間、自主活動，更是主觀的一種體驗、心靈狀態。
二、不同的家庭生命週期有不同的休閒需求，了解童年期小孩的休閒特性有利於規劃家庭休閒。
三、規劃家庭休閒要注意時間因素、休閒資源、活動類型，以減少休閒阻礙。
四、社會文化的規範與父母教養的方式，會影響對休閒的選擇與態度，教師可以鼓勵兒童發現自己的興趣，選擇多元的休閒活動，避免受限於刻板印象。

休閒能放鬆心情

休閒的意義會隨著文化和社會背景的不同角度而有所不同，基本上對休閒的定義主要有三點：

1.休閒是「自由時間」：

「休閒」是當所有與生存相關之事處理完畢之後，剩下時間可以做想做的事情或活動。所以休閒是自由時間的應用，而這自由時間就是非義務羈絆的時間，有自由時間才具備休閒的權力。

2.休閒是「自主活動」：

休閒就是人們所想與所做，為了自己的緣故而選擇的活動，這些活動是在社會情境中，個人依自己的決定，所採取的有意義的活動。

3.休閒是一種體驗、心靈狀態：

休閒就是「正事做完之後所從事活動的心境」，所以休閒是主觀，是一種心靈狀態，最早由亞里斯多德所提出一種態度、一種心智狀態，無關時間、空間與活動。以此來說，休閒可以不以外在形式來表達，而是依個人心理狀態而定。

生活中的自由時間

關於生活的時間結構，依據對時間需要的層次，可分為三類：

生活時間結構	含義	組成
生理本能時間	維持和延續生命生存權的時間	睡眠、飲食、盥洗等
義務時間	為家庭和社會盡義務的時間	工作、家務
自由時間	個人可自由支配時間	閒暇

生活中的必需時間包含有生理本能時間與義務時間，休閒要在自由時間內才會發生，但有自由時間不一定會產生休閒。例如：睡覺屬於生理本能的時間，對於家人情感交流的彼此互動幫助不大，不屬於家人休閒的活動。

珍惜家人相聚時刻

家庭休閒可以時間和活動方式來說明。以時間來說，平日休閒主要在夜間進行，工作之餘、下班之後，是家人相聚的重要時刻；在較長時間的假期或節慶，則可進行旅行度假。再以活動方式而言，可分為非正式休閒，最常見的是聊天、看電視、打電動、聽音樂、玩牌等等；至於較正式的休閒，則是指假日上教堂、神明生日到廟裡拜拜、以及參加組織性的休閒活動。

增進親子感情

有不少的休閒行為是以家庭為單位進行的。家庭休閒是指家人共同休閒，包括在家休閒和出外旅遊，這種休閒有其家庭倫理意義，茲說明如下：

1.增進親子的感情：

一般在家中休閒與旅途過程中親子之間的氣氛是融洽的，因此可以拉近親子間的心理與社會距離，增進親子間的情感與心靈交會。家庭休閒對於親子亦可提供教育功能，讓幼小兒女寓教育於休閒，親子同遊時所經歷的大小事項，都具有教育的意義，不僅給小孩教育，也給大人教育。

2.陪伴老人：

全家人休閒可能包含上一代的老人，則家庭休閒就可以使老年人獲得滿足，也表現下一代對上一代人的孝行。

3.鬆弛緊張與衝突：

家庭休閒使家人的情緒放輕鬆，可以化解包括語言、心理和肢

體的衝突，而且有時必須做某種程度的消費，也可使家人獲得滿足，增進和諧。

4.培養共同經驗、觀念與意識

家庭休閒旅遊有很多機會可以增加全家人的共同見聞，認識共同的人物，可以增進家人思考家庭整合的機會，儲存共同話題、培養共同理念、增進共同意識。

家庭休閒活動類型

家庭休閒活動常依據活動的性質、活動進行的場所來分類，常有其重複性。

1.依休閒活動性質分類

(1)學術性、知識性休閒活動：如閱讀書報、寫作、收集、逛書局、參觀展覽等。

(2)藝術性、陶冶性休閒活動：如藝術表演欣賞、音樂會、繪畫、陶藝製作、攝影、書法、雕刻等。

(3)體育性休閒活動：如登山、球類運動、跑步、游泳、跳韻律舞等。

(4)康樂、娛樂性休閒活動：如看電影、看電視、玩電動、聽廣播、下棋等。

(5)社交性活動：如宗教活動、聚會、社會服務等。

2.依休閒活動進行場所來分類

(1)家裡的休閒活動：如與家人聊天、看電視、烹飪等。

(2)社區的休閒活動：如宗教聚會、俱樂部聯誼活動、派對等。

(3)室內的休閒活動：如下棋、打桌球、聽音樂會等。

(4)戶外的休閒活動：如旅遊、野餐、逛街等。

安排家庭休閒生活的原則

「休閒」是紓解壓力、增進情趣的必要活動。對家庭休閒生活的重視，有助於提昇彼此的情感，增進家人的互動，尤其在週休二日實施後，家人更可利用共同的假期，妥善規畫。而家庭休閒生活的提昇，應把握以下原則：

1.事先規劃，建立共識：釐訂休閒方式及內容並培養那些時間屬於家庭的默契。

2.互相討論，放下牽掛：家庭成員宜放下身邊工作，完全投入，避免邊休閒邊工作的情境。

3.配合性向，多元參與：重視家人不同的喜好與興趣，提高參與的

興致。

4.靜態動態皆宜：依天候條件及各類活動舉辦時間，穿插安排、彈性調整，使家人適得其所。

5.知性感性並具：除知識的獲取外，更應重視情意陶冶、奉獻歡喜、同來休閒。

「休閒」也是需要學習的，透過學習才能讓休閒豐富我們的生活，家庭從事休閒應可避免過於社會制約的刻板規定，不一定假日要去遊樂園，也不是男生一定要運動，女生一定要文靜，重點除了全家人可以參與外，不要設定太多限制，能發現並利用現有休閒資源，才能有最好的休閒效益。教師宜多介紹各式休閒活動，鼓勵學生動腦思考全家可行的休閒，不要侷限於社會規範，才能增加家庭休閒的趣味性。

兒童休閒要注意安全

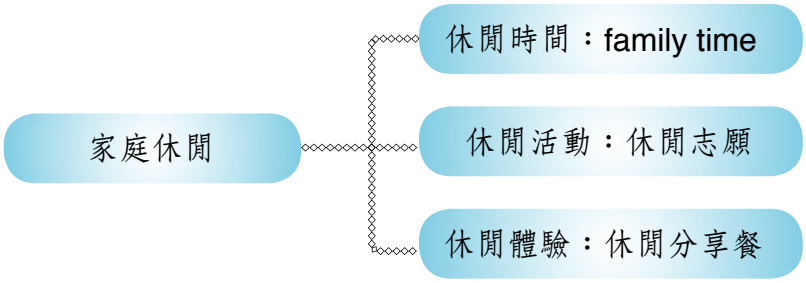
安排家人休閒時，兒童與老人因為身心發展，是最需要被考量的一群。童年階段約在五歲到十二歲，為幼稚園到國小畢業，其休閒特性有三點：

1.與同儕遊玩的興致高：同儕的玩伴包括同學與鄰居的同齡兒童，休閒與遊玩的方式具有在地性與相近性。

2.低消費、低成本的方式：除了父母給小孩零用錢，或付費購買玩具需要花錢之外，自創的休閒方式多半是免費或低成本的。

3.受約束性：兒童期的休閒受父母或兄姊的監護，主要為了安全，因此受約束性很高，是一種有限制的自由休閒方式。

三、主要活動架構：



四、參考資料：

葉怡矜、吳崇旗、王偉琴、顏伽如與林禹良（譯）（2005）。G. Godbey著。**休閒遊憩概論：探索生命中的休閒**。台北：品度。

蔡宏進（2004）。**休閒社會學**。台北：三民。

張耿介、陳文長（2004）。**休閒社會學**。台北：新文京開發。

李仲广、卢昌崇（2004）。**基礎休閒學**。北京市：社會科學文獻。

赵冉譯（2000）。**走向自由，休閒社會學新論**。昆明：云南人民。

涂淑芳（譯）（1996）。G. Bammel, & L. L. Burrus-Bammel著。**休閒與人類行為**。台北：桂冠。

張國立（1986）。**老人的休閒活動**。台北：中華日報社。

活動設計一：family time

1.單元基本概念：

生活時間主要由勞動時間和休息時間構成，極少有屬於自己支配的自由時間，至於同一家人，平日各司其職，即使同在一個屋簷下，也有可能不知道彼此在忙些什麼。本活動在透過審視自我的時間運用，將全家人的時間重新整理規劃，創造屬於全家的family time，進而增進親情。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.讓家中成員相互幫忙，對各自的生活作息時間做檢討，讓家庭成員了解「我到底浪費了哪些時間？」「與家人相處的時間夠不夠？」

b.讓家庭成員彼此相互協調，有哪些時間可以屬於彼此的互動時間，進而共同安排屬於家人的family time。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.學生觀察家人平日的生活作息，並在老師的指導說明下完成「原先的生活作息單」。 2.中、高年級可以準備演戲的台詞、道具。	附件一～四
15	活動步驟： 一、暖身活動： 1.中高年級教師可以安排學生進行「我說你演」的表演或演戲。 2.教師問學生「小明全家人在一起做事、聊天的時間多不多？」「小明全家人的作息和你們家有沒有哪裡一樣或不一樣？」 3.教師引導學生發現家庭成員平常在一起的時間是如此的少，需要製造家人在一起的時間。	附件一

20

二、發展活動

1. 教師提問：「全家人平常無法在一起的原因有哪些？」「如果你是小明，怎樣解決家人無法在一起的問題？」
2. 教師引導學生體認家人相聚互動的重要，家人有相聚的時間，可以增進情感交流，促進家庭幸福。

3. 請學生參考事先觀察寫好的「生活作息單」，上次全家人聚在一起是什麼時候？全家人聚在一起是因為節日或生日的原因才在一起嗎？
4. 一個星期內，全家人有固定的共同聚會時間嗎？如果沒有，為什麼會「沒時間」在一起呢？
5. 一星期有7天，一天有24小時，教師請學生閉上眼睛想想，自己在過去的一星期做了什麼事，其中又有哪些是和家人一起進行的呢？請學生發表。
6. 請問學生：「你知道家裡其他人平常一星期都在做些什麼嗎？」
7. 上個星期家人無法聚在一起的原因是什麼？請學生寫在舊的「生活作息記錄單」旁邊，並找幾位學生發表，寫在黑板上。
8. 教師說明：生活中的時間可以大概分為「必需時間」與「自由時間」。維持生理本能如吃飯、上廁所、睡覺；義務要做的事如上學、上班等，稱為「必需時間」，這些事情或許可以提前或延後時間，但一定要做（可以請學生想想還有哪些事）。
9. 我們可以自由使用的時間是「自由時間」，例如：看電視、打球、玩電腦等等（可以請學生想想還有哪些事）。
10. 教師請同學觀察家人的生活作息記錄單，找出哪些是不易變動的「必需時間」，哪些是可以調整的「自由時間」，先做上記號，指導學生先為每個人找出可以刪除或移動的活動，以空出時間為家人共同時間。

附件三

	11.family time安排在平日時，可提醒學生安排於晚飯後或上學前的時間（可詢問學生讓他自行發現）；family time安排在假日時，彈性變化較大，需個別指導。 12.教師發下新的「生活作息記錄單」，指導學生試著調整每位家人的生活作息時間，找出屬於全家人可以共同擁有的「自由時間」，訂定為專屬的family time。	
5	三、綜合活動 1.學生將新的「生活作息單」帶回家，將自己安排的family time與家人討論是否可行，以獲得家中成員的認可，決定一星期中的family time，這個family time是全家人聚在一起的重要時刻，全家人可以一起做想要做的事情。 2.教師提問：這個family time是重要且珍貴的時間，那麼全家人也要想想這段時間要做什麼？（不限具體的活動型式，可以是心靈分享等等），最後請全家人討論後簽名遵守。 3.教師收回學習單並加以追蹤。	附件四

（5）相關學習領域、重大議題指標

綜合活動

2-1-2 分享自己如何安排時間、金錢及個人生活的經

（6）學習評量

a.能了解家中成員的生活作息，完成學習單。

b.能與家人討論，找出屬於全家人的family time。

3.參考資料來源

韋淑娟(2000)。**學習型家庭**。台北：聯經。

蔡宏進(2004)。**休閒社會學**。台北：三民。

附件一：劇本

（中、高年級可以用「我說你演」或演戲的方式進行。）

小明家的成員：小明、爸爸、媽媽、奶奶

場景：小明家 早晨六點半，天微微亮，小明家的一天即將開始...

(6:30)

奶奶：喔！天亮了，我得趁著清晨還不熱，和鄰居到公園運動運動。（離家到公園去）

(7:00)鬧鐘響了又響。

小明：啊！快來不及了！今天還要當值日生。（換好衣服，拿了錢和書包跑出門）

(7:30)鬧鐘一響再響。

媽媽、爸爸同時起床，一位刷牙洗臉、一位洗臉刷牙；一位上廁所換衣服；一位換衣服上廁所，然後一起到門口。

媽媽、爸爸：再見，路上小心。

(10:00)

奶奶回家，看電視、掃掃地，然後接到電話。

奶奶：好，好，待會我就過去了！（奶奶出門）

(16:00)

媽媽回家，張羅做飯。不久奶奶回家，電話鈴響，媽媽接電話。

媽媽：你要去客戶那兒喔！那我們先吃囉！

再不久小明回家，三人吃飯。

(19:30)

爸爸回家，媽媽、小明看電視，奶奶在拖地。

(20:30)

爸爸看報紙，媽媽看電視，小明打電動，奶奶看小明打電動。

媽媽：孩子的爸，我去隔壁王太太那一下。（說完就出門）

(21:30)

爸爸看電視，小明刷牙洗臉準備睡覺，奶奶睡覺。

(22:30)

爸爸洗澡後睡覺，媽媽剛回來，也準備睡覺。

附件二：生活作息記錄單（範例）

家庭成員 / 生活作息	爸爸	媽媽	自己	奶奶
凌晨0點到1點	睡覺	睡覺	睡覺	睡覺
凌晨1點到2點	睡覺	睡覺	睡覺	睡覺
：				
：				
早上6點到7點	睡覺	睡覺	起床上學	公園運動
早上7點到8點	起床、通勤	起床、通勤	上學	鄰居聊天
早上8點到9點	上班	上班	上學	吃早餐
早上9點到10點	上班	上班	上學	在家休息
早上10點到11點	上班	上班	上學	在家休息
早上11點到12點	上班	上班	上學	找朋友
12點到下午1點	上班	上班	上學	午餐、朋友家
下午1點到2點	上班	上班	上學	朋友家
下午2點到3點	上班	上班	上學	朋友家
下午3點到4點	上班	上班	上學	做環保志工
下午4點到5點	上班、下班	下班	安親班	做環保志工
下午5點到6點	在外吃飯	做晚餐	安親班	回家
晚上6點到7點	拜訪客戶	吃飯	看電視、吃飯	吃飯
晚上7點到8點		看電視	看電視	做家事
晚上8點到9點	看報紙	看八點檔	玩電腦遊戲	看孫子玩電動
晚上9點到10點	看電視新聞	串門子	刷牙、睡覺	睡覺
晚上10點到11點	盥洗	串門子	睡覺	睡覺
晚上11點到12點	睡覺	睡覺	睡覺	睡覺

附件三：Family Time

原本的生活作息單（人數不夠自己加格子）

_____ 月 _____ 日　星期 _____ 學生姓名：_____

家庭成員 / 生活作息	自己			
凌晨0點到1點				
凌晨1點到2點				
：				
：				
早上6點到7點				
早上7點到8點				
早上8點到9點				
早上9點到10點				
早上10點到11點				
早上11點到12點				
12點到下午1點				
下午1點到2點				
下午2點到3點				
下午3點到4點				
下午4點到5點				
下午5點到6點				
晚上6點到7點				
晚上7點到8點				
晚上8點到9點				
晚上9點到10點				
晚上10點到11點				
晚上11點到12點				

附件四：Family Time

改良後的生活作息單（人數不夠自己加格子）

____月____日　星期 _____ 學生姓名：_____

家庭成員 / 生活作息	自己			
凌晨0點到1點				
凌晨1點到2點				
：				
：				
早上6點到7點				
早上7點到8點				
早上8點到9點				
早上9點到10點				
早上10點到11點				
早上11點到12點				
12點到下午1點				
下午1點到2點				
下午2點到3點				
下午3點到4點				
下午4點到5點				
下午5點到6點				
晚上6點到7點				
晚上7點到8點				
晚上8點到9點				
晚上9點到10點				
晚上10點到11點				
晚上11點到12點				

小朋友，寫下家人的family time與想要做的休閒活動，並且簽名。

我家的family time是：

我想在這段時間做的休閒活動：

全家人簽名：

活動設計二：休閒志願

1.單元基本概念：

由於家庭型態與生命週期的改變，家庭人數會有所變化，每個不同年紀的人處於不同的身心發展階段，所以規劃家庭休閒時，必須考量家中成員的多寡、彼此之間的差異、興趣，此外尋找合適的休閒活動與場所，善用休閒資源，也顯得非常重要，是為本單元的重點。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.了解不同生命週期的家人對家庭休閒選擇的影響。

b.安排適合家人共同進行的休閒活動。

c.能選擇有益的休閒活動。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.課前請學生觀察家人的休閒活動參與情形。 2.休閒活動卡 3.學習單	
10	一、暖身活動 教師將黑板分成三大部分，分別為老、中、青三區塊。請學生回想最近家人所做的休閒活動，並依據老、中、青發表他所看到的休閒活動，上台寫出活動名稱（如能寫出稱謂、年齡更好）。 教師說明家庭內每個人的生命週期不同，對休閒活動的需求也會不同，所以每個家庭也有不同的休閒需求。	
20	二、發展活動 教師說明，除了學生觀察到的休閒活動外，其實還有很多種的休閒活動，如果把這些休閒活動分類，可以幫助我們選擇適合的休閒活動。	附件一

	教師將休閒活動卡一張一張的公布，由學生進行分類活動（可依據附件一做分類，休閒活動依照年紀大小分類，但不是絕對，男女有差異，有些活動適合各年齡層。 教師歸納「家庭休閒」的特點：要能增進親子的感情，考慮到老人家的需要，鬆弛緊張與衝突，讓身心愉悅，更要能培養共同經驗、觀念與意識，要能有互動的機會。 教師可以提問「睡覺」適不適合當家庭休閒？在舉些活動讓學生回答。 請學生先依自己的想法，在「休閒活動志願表」寫下自己喜歡且適合的休閒活動，分為平日、假日各約五個，以同樣的方法回去請家人選填「休閒活動志願表」。 教師說明這些休閒活動不一定適合每一個家庭，可能因為休閒的場所、器材、家人時間的問題，家人們在平日、假日也可能做不同的休閒活動，只要全家人愉快地共同進行的活動，就是家庭休閒family leisure而這一個family leisure也不一定每次都要做一樣的事。 另外，經由休閒活動積分表可以看出家庭的休閒喜好，家庭成員再經由溝通、協調輪流如分週或分月進行不同的活動，使全家人皆有機會從事喜愛的活動，也令其他家庭成員有機會認識家人喜愛的休閒活動。	附件二
10	三、綜合活動： 學生回家完成「休閒活動志願表」，安排家人可以進行的family leisure，活動不限一樣，可以多樣性的交互進行。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育 4-1-1 認識自己。

4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

健康與體育

1-1-2觀察並比較不同人生階段的異同。

（6）學習評量

a.能分類各種休閒活動，了解不同的人有不同的休閒活動需求。

b.能依據家庭成員需要，與家人討論出適合的家庭休閒活動。

附件一

依生命週期適合的休閒活動，唯任何一個階段與任何一項活動都不是固定不變，僅是普遍的參考性質，以讓學生認知人生各階段從事的休閒活動有差別性。

兒童期	看電視、玩電動、寫作、收集、繪畫等
青少年期	球類運動、參觀展覽、逛書局、陶藝製作等
成人早期	閱讀書報、登山、跑步、游泳、跳韻律舞、攝影、雕刻等
成人晚期	藝術表演欣賞、音樂會、看電影、下棋、書法等
老年期	宗教活動、聚會、志工、社會服務、聽廣播等

老師可參考以上項目製作「休閒活動卡」，讓學生判斷後貼在黑板上。

附件二：假日休閒活動志願表（範例）

家庭成員 / 休閒活動	自己	爸爸	媽媽	奶奶
第一志願（5分）	玩電動	看報	回娘家	廟裡拜拜
第二志願（4分）	打球	游泳	音樂會	聚會
第三志願（3分）	游泳	登山	登山	音樂會
第四志願（2分）	看電視	看表演	逛街	聽廣播
第五志願（1分）	沒有	下棋	沒有	沒有

休閒活動積分表

休閒活動	積分	休閒活動	積分
玩電動	5	打球	4
游泳	3+4=7	看電視	2
看報	5	登山	3+3=6

依此類推～

附件三：休閒志願

從事休閒活動可以讓我們身心得到舒暢，是健康生活必須的重要元素。現在請你將上課所討論到的休閒活動，依照年齡分配在下面的框框裡。

小孩子的：	年輕人的：	老年人的：

你覺得適合當你們家的「家庭休閒」有 _____

_____

「休閒活動志願表」（平日）

家庭成員 / 休閒活動	自己			
第一志願				
第二志願				
第三志願				
第四志願				
第五志願				

休閒活動積分表

休閒活動	積分	休閒活動	積分

我家平日的休閒活動有（不限一種）：

家人簽名：

「休閒活動志願表」（假日）

家庭成員 / 休閒活動	自己			
第一志願				
第二志願				
第三志願				
第四志願				
第五志願				

休閒活動積分表

休閒活動	積分	休閒活動	積分

我家假日的休閒活動有（不限一種）：

家人簽名：

活動設計三：休閒分享餐

1.單元基本概念：

透過實際的休閒參與體驗，家人回想當初共同休閒活動進行的方式、內容，彼此說出來分享，動手完成記錄，積蓄下次家庭休閒的能量，安排下次行程。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.能知道並進行有益的家庭休閒活動。

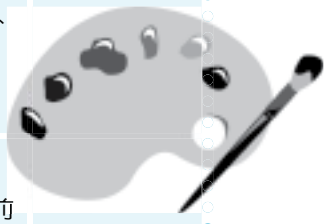
b.家人彼此分享交流，共同完成學習單。

（2）活動人數： 一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 1.戶外活動（如爬山）與室內活動（如音樂會）的DM各一張。 2.請學生帶家人共同休閒的照片一張（動態、靜態皆可）。 3.「休閒分享餐」學習單	
10	一、暖身活動 1.教師分享自己與家人出遊的經驗，或者說前面的「主題故事」。 2.請學生分享與家人出遊的照片內容，包括出遊的時間、地點、為什麼去這個地方？有哪些家人去？出遊後的感覺。	
20	二、發展活動 1.教師提問：是不是每次全家人出遊都很愉快呢？接著說明「工欲善其事，必先利其器」，家人一同出遊能愉快順利，事前的準備很重要。	



	2.教師詢問學生：如果要安排全家人出遊，出遊前需要注意哪些事項？（包括休閒場地、時間、家庭成員個別需求、預算經費、交通工具） 3.教師詢問學生：如果全家人出遊，在出發的當天下雨或是發佈颱風，該怎麼處理呢？ 4.教師提問除了廣告DM，還可以從哪些地方得知休閒資訊？（電視廣播、網路、旅行社、親友、報章雜誌） 5.請學生將全家人進行的休閒活動，寫在「休閒分享餐」學習單。	附件一
10	三、綜合活動： 學生回家問家人那一次休閒的感覺，共同完成「休閒分享餐」學習單。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

4-2-6 藉由參與家庭活動，增加家庭凝聚力。

4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。

（6）學習評量

a.能覺察家庭休閒活動規劃的注意事項。

b.能與家人共同安排可行的休閒活動，增進家人情感。

附件一：休閒分享餐

家庭成員：		參與日期：	
休閒活動名稱：			
花費的金錢		進行的時間	
交通工具			
活動記錄（可以貼上任何與活動有關的物品或寫文字、畫圖畫）			
家人的話：		自 己：	
活動回想（下次可以怎麼做會更好玩）			

我的筆記

★ 教學主題：家庭共學-家庭體驗活動

（全年級適用）

一、主題故事

小瑋的爸媽因為學校老師交待了「家庭共學」的作業，要協助小瑋完成這項家庭作業，全家興沖沖的打算要在週末來個全家大露營，體驗一下户外活動的新奇；但因為瑋爸、瑋媽沒有露營的經驗，便邀了小瑋好友珠兒一家共同出遊，讓兩户人家彼此交流一下，也好讓小瑋有個玩伴。

週末那兩天，瑋爸、瑋媽和珠爸、珠媽帶著大包小包的行李、器材，駕車前往營地，除了忙著搭帳篷、建設營地，還得野炊打點三餐，忙得不可開交；小瑋和珠兒倒是樂得輕鬆，除了吃飯、用點心，剩下的時間都在玩撲克牌、打電動。

露營活動雖然是順利完成，卻累壞了小瑋和珠兒的爸媽，不但沒有時間好好欣賞郊外的風景、感受大自然的舒適，也沒有時間跟孩子談心、互動；兩個小孩雖然是玩得很開心，卻因為只顧著手上的遊樂器材，全然不知道露營場地的環境如何，更沒有機會跟著爸媽學習露營、炊事的技巧。

二、重要概念

一、家庭共學是一個理念、一種精神，強調「共」這個元素，是家人一起、在愉悅的氣氛中，自然而然的分享、互動而有所得（學習）。

二、一起經歷的事件，能夠豐富家人共同的話題、也成為全家共有的回憶，在生活中增加彼此對話的機會、更能幫助家人彼此了解。

三、家庭共學是家人共同玩在一起、彼此互動，在活動裡都感到趣味、好玩，能夠運用各種感官體察生活，舒展身心的活動。

同在一起，快樂無比

家庭共學是一個理念、一種精神，強調「共」這個元素，是家人一起、在愉悅的氣氛中，自然而然的分享、互動而有所得（學習）；沒有固定的形式或做法，進行的活動也可以很多元。「當我們同在一起，其快樂無比！」歌詞中的形容，很簡單的描繪出進行家庭共學中的家人圖像。

家庭共學是家人共同參與、執行活動的歷程，強調整個家庭（包含家庭環境、家人中的每一份子）共同經營學習的氣氛、共同享受學習的成果；包含整個家庭氣氛的營造、家人之間的互動、以及家庭環境的佈置等三個部份。

在共同參與活動的過程裡，家人不分男女、長幼的平等開放，同時給予彼此對等的尊重與關懷，醞釀出家人同心，是家庭共學重要的氣氛營造；透過語言、肢體、書信、禮物或其他具體的行動，促進家人間的互動，用家人喜歡的方式對待他，讓彼此在家中皆可以暢所欲言，是最真誠的家人互動；花一點心思整理或佈置家庭起居，例如：買些書籍增加學習的機會、種些花草提升生活的品質、製作留言板提供對話的可能，家人共同參與可以豐富生活。

家庭共學能豐富家人的生活

家人共同執行活動是重要的，因為一起經歷事件，能夠豐富家人共同的話題、也成為全家共有的回憶，在生活中增加彼此對話的機會、更能幫助家人彼此了解，開心的時候有人同歡、失落的時候有人分擔，在彼此的生活裡內化成一股心靈的力量。

家庭共學的實踐即強調共同體驗活動的部份，除家庭的休閒活動以外，許多的家庭活動或家族式活動往往與家人關係中的「情緒表達」、「家庭規則」、「家人互動」等主題，以及家庭生活管理中的「時間安排」、「家務責任」、「決策選擇」等主題息息相關。

若將家庭共學中「家庭活動體驗」部份視為前述主題在生活中的練習，我們可以發現到日常生活裡就有許多家庭共學的影子，多一些的用心即可體驗全家共同學習中分享與互動的快樂。

全家動起來

(一)父母不是帶孩子出去玩，而是和孩子玩在一起！

金明瑋分享一位朋友的經驗，聊到朋友的父母如何能在人前人後都是讓人羨慕的甜蜜夫妻和成功父母，其中「父母樂意和孩子玩在一起，而自己也樂在其中」最令他印象深刻(劉清彥，2003)。是的，能「一起享受玩的樂趣」的一家人，當父母能一同參與，從自己的參與過程裡自然流露出興趣與喜悅，孩子一定會感受到那樣的歡愉，也喜歡一起參與活動。

(二)趣味、好玩！

這裡指的有趣與好玩，應該是參與的家人都認同的活動。雖然有時候，大人可能不喜歡小孩子愛的遊戲，小孩可能不想學大人的把戲，建議活動前可以家人聚在一起談談對活動的想法，或活動的規劃，可以達成共識是最佳的狀況；各自選擇幾個不同的方案，輪流參與對方的提案，也可以是家人之間的新體驗。討論的過程中，也成為另一種家庭共學的活動呢！

(三)讓你的所有感官都動起來

我們已經習慣用固定的模式過日子：固定的時間起床、吃習慣的早餐、選擇同樣的路線上班上學、搭同樣的交通工具、度過學校或辦公室的一天、帶著同樣的疲憊回家、盯著固定的電視頻道、吃完晚餐不久後就上床睡覺…。經營一段家庭共享的時光，嘗試去體驗不同的家庭生活吧！帶著一顆專注、歡喜的心，增進彼此的互動，試著用心聆聽、用心觀察，打開心扉、讓身體的每一個細胞動起來，去感受大自然、感受家人間歡愉的氣氛，身體會自然的讓你感受到無比的快樂！

聆聽對方的愛之語

大多數的人際互動裡，我們都強調口語溝通的重要，然而在家人之間身體的接觸，往往可以帶來更多微妙的情感傳遞；因為每個

人慣用與敏感的知覺感官不同，接收與傳遞訊息的方式當然也就因人而異。

好比在不同國度長大的人們使用著各種不同的語言：中文、英文、日語…等，要能和說著不同語言的人們溝通，即須懂得他們的語言，用對方可以了解的方式和他對話。在「表達愛」的世界裡，人們也說著不同的愛的語言(使用不同愛的方式)：有的人喜歡被照顧、有的人喜歡被肯定…，不同的人有著對於「愛」的不同表達，也有對於認定自己「被愛」的行為或感受，學會了解家人不同表達愛與喜歡被愛的方式，才能適切的給予，真正讓家人感受到的被愛。

在表達愛的國度裡，有五種不同的表現方式：

1.肯定的言詞：

用肯定的語句，在口頭上表達對對方的欣賞、喜歡，或鼓勵、稱讚他的行為；用文字的方式，寫一封信、寫一首小詩、寫一張卡片，表達對家人的喜愛或感謝。

如：「爸爸(媽媽)你煮的飯菜真好吃！」、「媽媽(爸爸)謝謝你送我上學。」、「哇！你穿這件衣服真好看。」、「姊姊(哥哥)我好高興你可以教我算數學。」、「爺爺(奶奶)我真喜歡聽你說故事給我聽！」、「外婆(外公)有你的陪伴真好，我好喜歡來你這裡玩喔！」、「你是我的寶貝」、「我最喜歡你了」...等。

2.精心的時刻：

給家人專心、不受干擾的陪伴，集中注意力的和家人一起做一件事，用心的聆聽他所說的話，花時間和他們在一起、傳達我們的關心和喜歡；或隨著他的喜好，精心的為他安排一次特別的活動。

如：晚餐後，安排半小時陪媽媽到附近的公園散步、談心；週末上午和爸爸一起出去運動；奶奶織毛線衣的時候，和他在一起、幫忙整理毛線球，學學織毛衣的秘訣；安排一次全家人的腳踏車之旅；全家一起去露營；在大樹下(庭院裡)陪阿公聊天...等。

3.接受/饋贈禮物：

用送禮物的方式，表達對家人的關懷；禮物可以傳達對某一個日子、某一次聚會、某一項特別意義的美好記憶，可以用來留念、回味。

如：畢業旅行的時候，買些小紀念品回來給家人，讓家人感受到「你看，我家XX去畢業旅行的時候有想到我耶！」；自己手工製作一張卡片、相框或其他小東西，在家人生日的時候給他驚喜...等。

4.服務的行動：

體貼的協助家人做一些事情，一些家人可能期待你付出多一點的行為，如：協助家務、為他倒杯水、擦擦汗、槌槌背...等。

如：早餐前，主動先擺放好每個人的餐具；晚餐後，主動收拾碗筷、洗淨全家人的餐具；洗澡換下來的衣服，會整理好、丟入洗衣籃（洗衣機）；會晾（折疊）家人的衣物；每週主動掃地（拖地）幾次；晚上幫爸爸（媽媽）捏捏脖子、槌槌背，讓他感到舒適、減輕一天的壓力和辛勞...等。

5.身體的接觸：

身體上的接近以及肢體上的接觸，一個擁抱、一個親吻，摸摸頭、牽牽手…等，除了可以傳達愛意，讓家人感覺到你的喜歡、你的愛之外，還可以給予家人溫暖和能量。

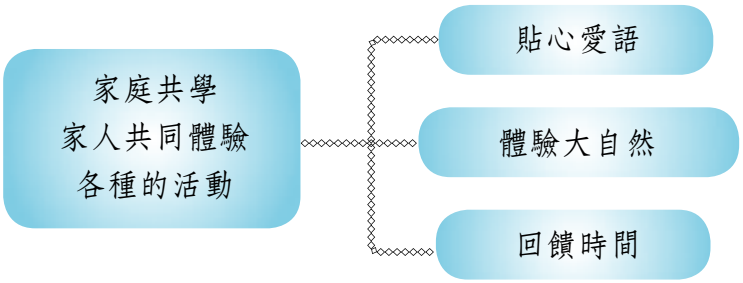
如：上學前，給爸媽一個「Kiss Goodbye」；給家人一個擁抱表達感謝；和家人散步談心的時候，牽著他的手；當家人傷心難過的時候，也可以給他一個擁抱，或者摸摸他的頭，表示你的支持和陪伴...等。

體驗大自然

現代人的生活步調緊湊，住在水泥叢林的都市人難有機會到郊外踏青，即便是住在鄉間的人們，也很可能沒有機會全家共同感受自然的生命躍動。在「體驗大自然」這個單元裡，我們設計了一些很簡單的感受性活動，讓家人有機會共同練習、體察自然。

運用視覺、聽覺、靜心的感受，在大自然中搜集各種不同的景色、聲音，讓孩子探索自然的生命力、學習用心的去體會；在自然裡放鬆平日緊張的步調，紓解壓力、舒展身心，藉此培養家人共同的休閒，增加家人的情感凝聚。

三、主要活動架構



四、參考資料

王雲良（譯）（2006）。G. Chapman著。**愛之語—兩性溝通的雙贏策略(The Five Love Language-How to Express Heartfelt Comment to Your Mate)**。台北：中國主日。

劉清彥（2003）。**烤箱讀書會**。台北：宇宙光。

黃迺毓　主編（2005）。**活力家庭　Fallow me, go**！國中及高級中等學校實施四小時以上家庭教育課程教材手冊。台北：教育部。

活動設計一：貼心愛語

1.單元基本概念：

每個人認定愛與被愛的方式不盡相同，以家人喜歡被愛的方式對待他，家人才能真正的感受到愛。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.察覺自己與家人的「愛的方式」。

b.學習以家人喜歡的「愛的方式」來表達對家人的喜愛。

（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 海報紙數張，以便將腦力激盪產生的「愛的語言」答案寫上，可以公告在班級教室或走廊做佈置和提醒。	
10	活動步驟： 一、暖身活動： 1.「我的愛語」搶答時間：請小朋友回答 (1)生日的時候，最喜歡的慶生方式是？(為什麼？)(開生日party、全家共度晚餐、去XX玩…等) (2)生日的時候，最想要的生日禮物是？(為什麼？)(收到禮物、吃到家人烤的蛋糕/煮的食物…等) (3)高興的時候，你最希望可以跟誰分享？(為什麼？) (4)難過的時候，什麼方式最能夠安慰你？(為什麼？) (5)分享一件讓自己最開心的事。(為什麼？) 2.小結：每個人對於喜怒哀樂的表達方式、以及期待被照顧的方式不盡相同。	

25

二、發展活動

1.「愛的方式」腦力激盪：請小朋友各組競賽，輪流上台作答（老師可以引導孩子思考「家人曾經如何為自己慶生」、「家人平時怎麼表達喜愛或感激」及「家人通常怎麼安慰自己」。反觀，自己可以怎麼對家人表示。）

(1) 慶祝家人生日的方式可以有哪些？

(2) 表達對家人喜愛或感激的方法有哪些？

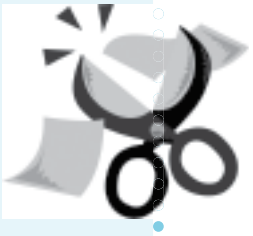
(3) 安慰或鼓勵家人的方法有哪些？

2.「愛的方式」小結：

(1) 請老師引導小朋友討論上述方法中有哪些類似的？

(2) 請老師說明五種不同愛的語言。

(3) 請老師說明，如能運用對方喜歡的愛的語言去表達對他的關心或照顧，對方會更感到溫暖。



3.「家人的愛語」分析：

(1) 依據各組腦力激盪的結果，討論自己家人喜歡的「愛的方式」可能是什麼。

(2) 請小朋友選擇三種「家人的愛語」來分享。

(Ex.我覺得我媽媽會喜歡我上學前跟他「Kiss Goodbye」，因為幼稚園的時候他都是這樣跟作說再見的；我猜外公會喜歡我在週末的早上和他去運動，因為我可以陪他、和他一起聊天...等)

(3) 請小朋友也分享可以在班級進行的各種「愛的方式」。

(Ex.同學忘了帶鉛筆的時候，我可以借他；同學借我文具的時候，我會說「謝謝」；同學傷心或難過的時候，我可以抱抱她/拍拍他的背，給他安慰...等)

(4) 可將腦力激盪產生的「愛的語言」答案寫在海報紙上，以便公告在班級教室或走廊做佈置。

	＊家庭共學體驗【愛的行動計畫】： 「用你喜歡的方式愛你」：請小朋友在班級執行並回家與家人一起進行： 1. 請小朋友將前述所選擇的三種「家人的愛語」回家與家人互動，並紀錄過程中自己與家人的回應（請小朋友向家人說明，可用各種愛的方式回應「家人的愛語」，試著找到彼此喜歡被對待的方式）。 2. 在班級中，鼓勵小朋友每天對同學運用不同愛的方式表達對同學的感謝，並找三～四位同學分享自己對家人進行的愛的行動，以激勵班上同學持續進行。 3. 活動於一週後回班級分享。
5	三、綜合活動 1. 老師回顧五種不同愛的方式，說明每個人有自己喜歡被愛的方式，能以對方喜愛的方式對待他，他才能真正感受到愛。 2. 老師說明家庭共學是全家一起互動的體驗，回家後能真正把上課所學習的與家人分享，才能達到共學帶來家庭成長與更加親密的效果。 備註： 1. 本項活動如配合班級/節慶現況：露營前後、聖誕節、父/母親節前後…等時間進行，更能貼近孩子的生活；亦可安排最後分享活動時，製作一張愛的小卡、愛的圖畫作為課程的總結，也是送給家人最精心製作的愛的禮物。 2. 在課程試辦的過程中，老師反應「同學與家人共同參與活動的經驗『以家人為孩子慶生佔多數』，然家人的付出較多，而孩子的回饋較少。」所以建議老師可以引導孩子多回饋家人的愛。

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

3-1-2 了解自己所擁有的物品並願意與他人分享。

3-1-5 察覺周遭美化生活的物品。

4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。

4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變。

4-2-5 激發對家庭或生活問題的好奇心及敏銳的觀察力。
4-2-6 藉由參與家庭活動，增加家庭凝聚力。
4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

3.參考資料：

王雲良(譯)(2006)。G. Chapman著。**愛之語—兩性溝通的雙贏策略(The Five Love Language-How to Express Heartfelt Comment to Your Mate)**。臺北：中國主日。

楊明磊(2002)。**親密按摩**。台北：華騰文化。

4.延伸閱讀：

劉清彥　譯(民91)。OK. Janette著　G. Blodholm繪。**愛是什麼樣子**？台北：道聲。

活動設計二：體驗大自然

1.單元基本概念：

本活動設計以運用身體的各項感官體察大自然，感受生命的多姿多采，並營造全家休閒的機會，放鬆身心、凝聚家人情感。

（1）活動目標：

a.學習活用感官，並能與家人一同走到戶外，感動大自然的躍動。

b.學習在大自然裡，感受生命的真實，與家人自在的互動。

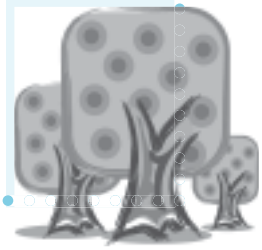
（2）活動人數：一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 繪本故事《天空為什麼是藍色的？》	
15	一、暖身活動： 1.老師分享繪本：《天空為什麼是藍色的？》 (1) 老師帶小朋友離開教室，到操場、花圃或校園任一隅進行此課程。 (2) 老師分享故事「天空為什麼是藍色的？」 2.小結：與小朋友討論 (1) 對於身邊的環境是否保持好奇？有沒有好好的觀察？ (2) 我們平常有沒有善用自己的各種感官：視覺、聽覺、觸覺...等？	附件一
20	二、發展活動 1.「校園環境新體驗」：老師帶領小朋友活用感官體察校園環境。 看看天空：天空是什麼顏色？雲朵有什麼形狀？ 看看校園：操場(花圃)有種哪些植物？他們是什麼顏色？什麼形狀？開不開花？或有其他的特色嗎？ 聽一聽：閉上眼睛聽一聽，校園裡有哪些聲音？(有鳥叫嗎？還是小蟲的聲音？車子跑過去的聲音？還是風的聲音？…)	

5	2.討論時間：老師詢問小朋友 不同小朋友看到的東西，你都有看到嗎？ 不同小朋友聽到的聲音，你都有聽到嗎？ 平常走在校園裡，有沒有看到或聽到這些東西呢？ 請小朋友分享在教室外上課和教室裡上課的不同感覺。 ＊家庭共學體驗： 「體驗大自然」：請小朋友回家與家人一起進行 1.請小朋友回家後（利用晚上或週末的時間），依據附件二的引導、以類似這次上課的方式，帶領全家一起到戶外走走，可以到鄰近的郊區：山上或水邊、林蔭或稻田，甚至住家旁邊的公園，和家人共同感受一下大自然。 2.可請小朋友將回家與家人共同體驗大自然的成果，如：心得、畫畫、一起製作的童玩、蒐集到的物品…等，帶來學校做展示。 3.於一週後回班上分享。 三、綜合活動 1.老師說明活用感官體驗生活與自然的美。 2.老師說明家庭共學是全家一起互動的體驗，回家後能真正把上課所學習的與家人分享，才能達到共學帶來家庭成長與更加親密的效果。	附件二



（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

3-1-2 了解自己所擁有的物品並願意與他人分享。
3-1-5 察覺周遭美化生活的物品。
4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。
4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變。
4-2-5 激發對家庭或生活問題的好奇心及敏銳的觀察力。
4-2-6 藉由參與家庭活動，增加家庭凝聚力。
4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

3.延伸閱讀：

黃郇瑛（譯）（2000）。S. Grindly文，S. Varley圖。**天空為什麼是藍色的？**。台北：和英。

林芳萍（譯）（2005）。海瑞．貝恩 著。**大樹之歌**。台北：小魯。

林淑貞（譯）（1996）。J. Cornell, & M. Deranja著。**探索大地之心**。台北：張老師文化。

附件一：《天空爲什麼是藍色的？》

故事大綱

草原上，住著一頭驢子和一隻兔子。驢子總是在角落邊，充滿智慧的點點頭，嚼著青草。

兔子的家有很多扇門。

牠總是愛來來回回的在所有的門間，蹦蹦跳跳的忙進忙出。

驢子年紀大了，也懂得很多事情。

牠說：「我知道樹葉為什麼會從樹上掉下來，也知道蜘蛛如何織網，還有，天空為什麼是藍色的。」

兔子年紀很輕，很想學習。

「我想要學會所有的事情。」小兔子說。

「嗯，我可以把所有我知道的通通都告訴你，」老驢子說：「真的很多很多喔。」

「好耶！」小兔子說：「請你快告訴我吧！」

小兔子興奮地在草地上跑著、跳著，滾過來、滾過去。

「我會把所有我知道的事情全部都教你，」老驢說：「可是，你必須要乖乖坐好、仔細聽，這樣我才能教你！」

「我會坐好，」小兔子答應著說：「我會坐好、仔細聽。」

老驢開始說了：「首先，我來告訴你，天空為什麼是藍色的。」

「好耶！」小兔子說：「我真的很想知道，天空為什麼是藍色的。」

但是，老驢才開始說，沒多久，小兔子卻急著想知道土地為什麼是褐色的。不等老驢把話說完，小兔子又注意到路邊黃色的小花、紅色的莓果，還有白色的蝴蝶。

老驢有點懊惱的坐下來，邊嚼著青草，邊等著、等著、等著。

小兔子終於回來了。「我知道莓果為什麼是紅色的喔，」小兔子很興奮的說：「你想知道嗎？」

「我老早就知道了，」老驢說：「聽著，我現在要睡覺了。」

「可是，我還沒學到天空為什麼是藍色的呀！」小兔子說：「我真的好想知道耶。明天，我可以再回來上課嗎？」

「你得要乖乖坐好、仔細聽，這樣我才能教你。」老驢認真的說。

「我會坐好，」小兔子說：「我一定會坐好、仔細聽。」

「好吧！明天我將把所有我知道的全部都教你。」老驢說：「真的很多很多喔！」

小兔子開心的跳了起來，然後跑著、滾著，一蹦一跳的穿過草原，回家吃晚餐。

隔天，老驢又開始告訴小兔子，天空為什麼是藍色的。

但是，老驢才沒說多少，小兔子卻對太陽、星星和月亮好奇起來了。不等老驢把話說完，小兔子早已經一蹦一跳的去追天上一朵朵看起來像狐狸和貓頭鷹的雲了。老驢失望的坐下來，邊嚼著青草，邊等著、等著、等著。

小兔子終於回來了。牠急著宣佈牠的新發現：「有時候太陽出來了，還是能看得到月亮喲。」

「這我老早就知道了，」老驢說：「聽著，我現在要睡覺了。」

「可是，我還沒學到天空為什麼是藍色的，」小兔子說：「我真的好想知道耶。明天，我可以再回來上課嗎？」

「最後一次機會囉，」老驢說：「而且你得要乖乖坐好、仔細聽，這樣我才能教你。」

「我會坐好，」小兔子說：「我一定會坐好、仔細聽。」

「好吧！明天我將把所有我知道的全部都教你。」老驢說：「真的很多很多喔。」

小兔子興奮的跳起來，牠跑著、滾著、一蹦一跳的穿過草原，回家吃晚餐。

隔天，老驢又開始告訴小兔子，天空為什麼是藍色的。但是，老驢才沒說多少，小兔子卻很好奇小鳥為什麼能飛。不等老驢把話說完，小兔子跳上了山坡，嘰嘰咕咕的學著小鳥唱歌，使力的揮著腳，想學小鳥飛。

老驢真的很懊惱，邊嚼著青草，邊等著。

等著，等著。

小兔子始終沒有回來。

老驢準備要睡覺了，他看著草原。奇怪，怎麼不見小兔子的蹤跡呢？

老驢有點擔心了。老驢對自己說：「兔子還這麼小，說不定是惹上什麼麻煩了。我看，我還是去幫忙找一找吧！」

老驢慢慢、慢慢的往草原走去。牠走到黃色的花叢前，往裡面探頭找。小兔子不在花叢裡。但是，老驢看到蜜蜂正忙著從花蕊上採花蜜。

「啊！我從來也沒注意到，原來，蜜蜂是用腳來沾花粉的，」老驢自言自語的說。

老驢再出發了。牠輕快的走著，偶爾抬起頭來，牠注意到一朵朵看起來像綿羊一樣的雲，正飄過天空。

「好久沒玩這遊戲了。」老驢笑著說。

老驢來到兔子剛跳上的山坡，小心翼翼的看看四周，沒有人在看牠，老驢快步往下衝。老驢繼續衝啊，享受著涼風輕拂過耳邊和全身。

「好久沒有這樣舒服的感覺了。」老驢開心的笑著說。

老驢發現小兔子正靜靜的坐在金雀花叢裡。

「噓.....」小兔子對老驢說。

「我正擔心你呢！」老驢悄悄的說：「你在做什麼呀？」

「我在數瓢蟲身上的點點啊，」小兔子輕聲的說：「你知道嗎？每隻瓢蟲身上的點點都不一樣喲。」

「這——我倒從不曾注意過，」老驢說：「我懂得很多很多，但是，我不知道每隻瓢蟲身上的點點都不一樣。來，讓我瞧瞧。」

就這樣，小兔子和老驢靜靜的坐在一起看，牠們數著每隻瓢蟲身上的點點。直到好久好久以後，小兔子打個大哈欠。

「驢子，我出不來了，請幫忙。」小兔子說。

「來，抓住我的耳朵，」老驢低下頭，把小兔子從花叢裡拉出來：「走吧！我們回家。今天，你教了我新知識，明天，我再教你天空為什麼是藍色的。」

「可是我已經知道了呀！」小兔子說。

「你知道了？」老驢很驚訝。

「因為，那時候只剩下藍色的油漆嘛！」

老驢笑了，忍不住的跳起來，踢踢腿。老驢跳著、跑著，笑得滾在地上打圈圈。

「這是我聽過最有趣的事，」老驢說：「來吧！坐到我的背上來，我帶你回家。記住，你得要乖乖坐好喔！」

「驢子，」小兔子說：「天空到底為什麼是藍色的呢？」

老驢開始告訴小兔子，關於陽光的折射和空氣中的塵埃等等的知識。只是，不等驢子說完，小兔子老早已經睡著了。

「沒關係，」老驢微笑著對自己說：「等明天再繼續說吧！」

附件二：悠遊的心，體驗大自然

【玩一玩】

1、微風輕拂—

閉上眼睛吹吹風吧！家人們可以選擇一處舒適的地方躺下來、或打個滾，感受一下身體貼近大地的感覺！享受一下微風吹過身體的舒適，也許還有一點點暖暖的陽光照著你，試著運用剛剛打開的靈敏的耳朵，聽一聽，風有沒有什麼聲音？或者聽到溪流或水波拍打湖岸的水聲？還是有更多(包含你自己心裡)的聲音呢？

2、尋寶活動—

和家人選定一個主題，比方說：今天要蒐集10種不一樣的顏色(或形狀)，就開始全家的尋寶活動，你可以拿一本小本子作紀錄，在哪裡、看到什麼(哪一種顏色、或哪一種形狀)？是自然的東西，還是人工的？如果看到垃圾可以撿起來、幫助大自然恢復乾淨；但如果是有生命的小花(草)、小動物，可別傷害他，讓他自在的生活喔。

3、回味童玩—

和家人共同製作(玩)童玩，如紙飛機、風箏、竹蜻蜓、打陀螺...等，小朋友可以盡情的玩耍，大人也可以趁此機會回味童年，一同感受在大自然中奔放的感覺。

4、悠閒閱讀—

找個你最喜愛的草地，輕輕的靠在樹旁或斜躺(坐)在小草坡上，帶著自己心愛的小書本，乘著微風閱讀、感受身邊日光的變化，別有一番滋味喔！

5、自然比賽—

試著進行一些創作性的體驗活動，如：蒐集各種拓印的圖樣、落葉、枯枝、照片、小石頭、收集葉子的畫...等；比賽看見幾種不同的鳥？聽見幾種不同的蟲鳴？蒐集各種不同的顏色...等；命名一棵爸爸樹、找一株最像媽媽的植物...，都會讓你在大自然裡更有尋寶的樂趣，下次全家在來到這裡，會有一種更為熟悉的感覺喔。

【小小提醒】

領略大自然感動的最基本原則是「我悄悄的來，不留下一點痕跡」，把握這樣的原則：不打擾自然裡的生物、不影響生態原有的樣貌，所有從家裡帶進自然裡的東西，記得全部都要帶離開，讓大自然永遠保有它的純淨和天然，留待下一次、還有更多的朋友，都有機會再來欣賞它的美好。

活動設計三：回饋時間

1.單元基本概念：

分享小朋友家庭共學的經驗，可讓體驗的感受更為深刻。

2.活動設計：

（1）活動目標：

a.藉由課堂的分享，使得小朋友更為認真的執行家庭共學體驗。

b.經過同儕的分享，使得小朋友學習更多的家庭共學方法。

（2）活動人數： 一個班級

（3）活動時間： 40 分鐘

（4）活動流程：

建議時間（分鐘）	內 容 提 要	備註
	準備事項： 老師已經於一週前，請小朋友回家執行家庭共學的體驗活動了。此節課程可運用於「貼心愛語」或「體驗大自然」活動的回饋討論。 海報紙數張，以便紀錄票選出來最有趣的家庭共學方案，可公告於教室或走廊當做展示或提醒。	
15 20	活動步驟： 一、暖身活動： 請全班小朋友分享家庭共學體驗的過程與感想： 1.你和家人共同進行的活動是什麼？ 2.你們是怎麼做的？（過程） 3.在過程裡，你的感覺怎麼樣？ 4.家人的感覺怎麼樣？ 二、發展活動 票選最有趣味的家庭共學方案： 1.推舉最有趣味的家庭共學方案，為什麼？（哪裡有趣） 2.全班票選最有趣味的家庭共學方案五家。將方案寫在海報紙上，可用來公告在班級教室或走廊做佈置。	海報紙

	3.請小朋友把有趣的家庭共學方法記下來，可以回家再做嘗試。	
5	三、綜合活動 老師總結： 1.「貼心愛語」： 建議小朋友學習同學的不同方法，再回家繼續嘗試，找到家人最喜歡的「貼心愛語」。 2.「體驗大自然」： 建議小朋友選擇在不同的天氣（晴天、陰天、微雨…等）、或時間（清晨、上午、黃昏、晚上…等）進行體驗，感受是完全不同的喔！ 備註： 本項活動如在學校大型活動後，如班級露營、校慶、運動會、園遊會結束後進行討論，可藉共學的經驗與討論，體會出同儕間一起完成一件事的美好，也可請最佳小隊、獲獎同學分享，在過程中分工合作的經驗，以及需要感謝的同學等。	

（5）相關學習領域、重大議題指標

家政教育

3-1-2 了解自己所擁有的物品並願意與他人分享。

3-1-5 察覺周遭美化生活的物品。

4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。

4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變。

4-2-5 激發對家庭或生活問題的好奇心及敏銳的觀察力。

4-2-6 藉由參與家庭活動，增加家庭凝聚力。

4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

附錄一　參考資料（國外家庭教育相關網站）

壹、家人關係

國外資源

一、University of Colorado

http://www.ext.colostate.edu/pubs/columnym/ymmenu.html

教案：人際關係	1.我的祖父母和老的成人朋友 2.生命中許多重要的成人

二、University of Wisconsin

http://www.uwex.edu/ces/flp/

K3-4	1.瞭解自己的家庭 2.表達自我情緒 3.練習正向自我對話 4.減少壓力
K5-6	1.壓力管理 2.溝通感覺 3.澄清自我價值觀
Grades 3-5	1.學習照顧自己與手足 2.學習選擇玩具 3.發展家庭規則 4.準備健康飲食 5.確定在家的安全性

貳、家庭生活管理－金錢、時間、空間、精力

國外資源

一、IOWA state

http://www.extension.iastate.edu/financial/youth.html

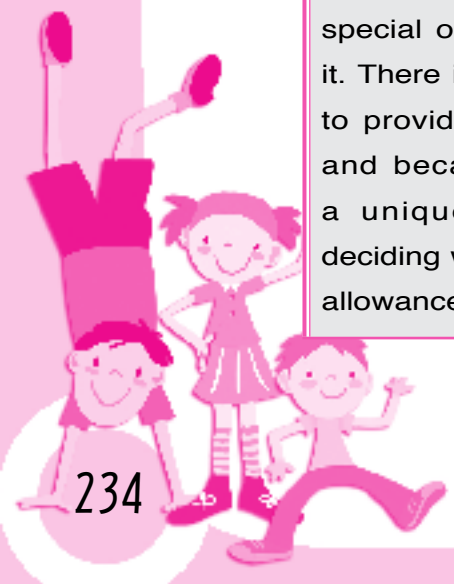
金錢管理技巧的主架構	
• coin identification and making change	認識銅幣與做計畫
• comparison shopping	採購比較

• saving for a special purchase • managing checking accounts • using credit cards wisely	為特殊採購存錢 管理支票帳戶 聰明使用信用卡
3–5歲兒童的用錢技巧	
• Identify coins by correct names • Identify dollar bills • Keep money in a safe place • We trade money for things • We can't buy everything, so we make choices • When we spend money it is gone	認識銅幣正確的名稱 認識紙幣 把錢放在安全的地方 用錢交換東西 我們不能買所有的東西，因此需要有所選擇 錢用了就沒有了
6–8歲兒童的用錢技巧	
• Learn coin values and equivalents • Count coins • Banks keep money safe until we need it • Writing checks takes money out of the bank • Deposit money in savings account • Manage a small allowance	學習銅幣的價值與等值 計數 銀行存款很安全直到我們需要它 用支票從銀行將錢領出 存錢在儲蓄帳戶內 管理小量的零用錢
9–11歲兒童的用錢技巧	
• Make change • Divide allowance between spending, sharing and saving • Make simple spending plan for one to two weeks • Keep simple spending records • Compare prices when shopping • Realize we can earn money by doing extra jobs	做改變 將零用錢分為花用，分享的與儲蓄的 一到兩週簡單花費的計畫 簡單記錄花費 採購時做價錢的比較 做額外的工作賺錢

• Save small amounts each week for larger expenses in the future • Understand and use correct terms for banking transactions	為大花費而每週存小錢 理解與使用銀行轉帳的正確名稱
教案：The Allowance Game	
Purpose: Spending an allowance means making choices. There is never enough money for all the things we'd like. This game will help you decide what is more important to you.	目標： 零用錢花費需做選擇。 從沒有足夠的錢可夠我們獲得所有喜歡的東西，此教案可協助決定對自己而言什麼是重要的。
教案：The Spending Game	
Purpose: Managing money means making choices. There is never enough money for all the things we'd like. This game will help you decide what is most important to you.	目標： 管理金錢做選擇。 從沒有足夠的錢可夠我們獲得所有喜歡的東西，此教案可協助決定對自己而言什麼是重要的。

二、Minnesota Extension Service University of Minnesota
hhttp://www.extension.umn.edu/Youth&Money/

教案：How Children Receive Money	
Children may receive money by allowances, by parents doling it out upon request, as gifts on special occasions, or by earning it. There is no right or wrong way to provide children with money, and because each family is in a unique financial situation, deciding whether or not to use an allowance is a family decision	給予孩子零用錢依每個家庭而定。兒童獲得錢的途徑有零用錢、要求、特別季節的禮物、賺來的。

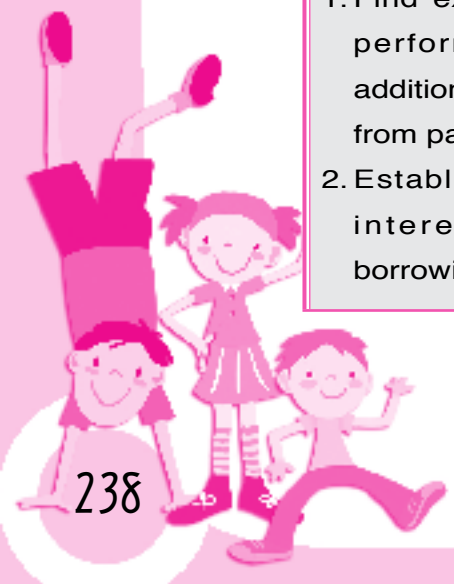


教案：Earning teaches:	
1.A sense of freedom and recognition	1.自由與認知
2.Financial independence	2.經濟獨立
3.Work standards and habits	3.工作標準與興趣
4.How to evaluate job alternatives	4.如何評估工作的替換
5.Relationship of money, time, skills, and energy	5.錢、時間、技巧與精力的關係
教案：Spending teaches:	
1.Difference and balance between wants and needs	1.需要與想要的差異與平衡
2.Opportunities for comparing alternatives	2.替代性比較的機會
3.Making decisions and taking responsibility for them	3.做決定與負責任
4.Keeping records	4.紀錄
教案：Borrowing teaches:	
1.Cost of borrowing	1.借錢的成本
2.Borrowed money needs to be paid back	2.借錢需要還
3.When it is appropriate to borrow	3.適合的借錢
4.Consequences of buying now and paying later	4.現在買與未來付的結果
5.Structure of borrowing	5.借錢的結構
6.The idea of credit limits	6.信用的限制
教案：Sharing teaches:	
1.Good feelings for giver and receiver	1.給予與獲得的好感受
2.Helps other people	2.幫助其他人
3.Doesn't always require public recognition	3.不要總是要求大眾認同
4.Obligations to give money to certain organizations, i.e. taxes to the government	4.付款的義務，如：付稅給政府

5.Giving of yourself rather than giving money or gifts	5.給自己而非給錢或禮物
教案：Teaching Aides for Sharing	
• Explain that sharing with others includes not only money but resources such as time, materials, or skills. • Use special occasions to remind children about sharing with others who are less fortunate. • Initiate a community service project for which older children can take leadership. • Point out opportunities for children to donate time, energy, and skills to religious and community projects. Let older children choose the project.	・解釋與他人分享不只有金錢還包括了時間、物品或技巧。 ・提醒兒童利用特別的機會與那些不幸的人分享
教案：Saving teaches:	
1. Saving as a way to get what you want or need 2. Identifies the "pay yourself first" idea 3. Planning and delayed gratification 4. Interrelationship of spending and earning 5. Different purposes of planned and regular saving	1.存錢是獲得你需要或想要的方法 2.「自己付」的想法 3.計畫與延遲喜悅 4.花費與賺取的相互關係 5.計畫與一般存錢的差異
教案：學前	
1. Play grocery store or bank with play money. 2. Borrow or rent something they need to return.	1.玩雜貨店或銀行交換金錢遊戲 2.借或租一些必須還的東西

3. Separate coins into piles by color and size and discuss their value.	3. 用顏色與大小分開錢幣並討論其價值
4. Let child pay for one item when you shop or put money in the parking meter.	4. 採購時讓孩子付錢
5. Teach children that family members work to pay for food and clothes. Let the child visit your workplace.	5. 教導孩子，家庭成員工作才能支付食物與衣服，帶孩子參觀工作地方。
6. Have children do routine chores without pay, such as setting the table or putting toys away.	6. 讓孩子做一些無給付的家務，如排桌椅，收拾玩具
7. Put savings in a jar, pay interest, and let children hold the interest amount in their hands.	7. 存錢在罐子裡，付利息，讓孩子擁有這個利息
8. Read stories about money matters and responsibility.	8. 閱讀有關錢和責任的故事
9. Provide two or three alternatives from which you help them make a choice, i.e. breakfast cereal.	9. 提供兩到三個替代性的讓孩子選擇，如早餐麥片
10. Discuss products advertised in TV commercials.	10. 討論電視廣告商品
11. Teach desirable money habits by your example.	11. 舉例教導金錢習慣
教案：小學低年級	
1. Open a savings account at a financial institution that accommodates children. Explain interest and how the institution works.	1. 開存款帳戶並解釋利息和銀行如何運作

2. Explain sales receipts and bills for expenses you pay for them such as clothing and dentist. 3. Establish a spending plan including wants, prices, earnings, and money to save, share, and spend. 4. Use color-coding to indicate these categories. 5. Compare prices while shopping for something they want. 6. Have children clip coupons and give them the amount saved. 7. Post and discuss a family wants list to show that not all wants can be purchased. 8. Provide an allowance if you choose to do so. 9. Have children bring lunch money to school. 10. Have children contribute some of their money to religious and other groups of your choice. 11. Discuss the difference between needs and wants as you window-shop.	2. 解釋銷售收據和昂貴帳單如衣服和牙醫 3. 建立消費計畫包括想要、價格、賺錢、存錢、分享、花費。 4. 使用顏色碼分類。 5. 為想要的東西比價 6. 讓孩子剪折價券 7. 家中並不是所有想要的東西都可以購買 8. 給零用錢，如果選擇如此做的話 9. 讓孩子帶午餐錢去學校 10. 讓孩子貢獻他們的錢給教會，和你選擇的團體 11. 在逛街時討論需要與想要的不同
教案：小學中年級	
1. Find extra tasks children can perform to earn money in addition to money they receive from parents. 2. Establish rules and include interest in the plan for borrowing from parents.	1. 除從父母處外，尋找可獲得額外金錢的工作 2. 建立規則，包括從父母處借錢所需支付的利息。



3. Teach children to check prices in newspapers or catalogs before buying.	3.教導兒童在採購前從報紙或目錄上比價。
4. Have children figure out expenses for their projects.	4.讓兒童能體驗目標。
5. If you give allowances, include children in discussing allowance amounts and the items for which the allowance pays.	5.假如給予零用錢，與兒童討論零用錢的額度與零用錢可支付的項目。
6. Help establish the amount of their earnings to be saved and why it's being saved.	6.協助建立儲蓄的金額與為何需儲蓄。
7. Plan how to share the cost of an item they cannot afford from their earnings.	7.計畫如何分配無法支付的項目
8. Play Monopoly or Pay Day games.	8.玩專賣品與發薪日的遊戲
9. Read books and magazines for youth consumers found in the local library (e.g. Zillions from Consumers' Union).	9.在當地圖書館為青少年消費者尋找閱讀書籍或雜誌。
10. Allow children to purchase something you think they won't like and discuss the consequences without blaming.	10.允許兒童購買某些自己認為他們不會喜歡的東西，且與其不帶責備的討論後果
教案：Wise Pockets（互動網頁）	
1. Incomce 2. Spending 3. Saving 4. Credit	1.收入 2.消費 3.存錢 4.信用

三、University of Colorado

CSU Cooperative extension－family/consumer

http://www.ext.colostate.edu/pubs/columnym/ymmenu.html

教案：家庭資源管理	1.生涯計畫與優先順序

四、University of Wisconsin -Extension Family Living Programs

http://www.uwex.edu/ces/flp/

教案：家庭經濟	1.協助家庭達成未來需求 2.記錄收支、存款、投資 3.健康照顧 4.家務議題

五、University of California Cooperative

http://www.moneytalks.ucr.edu/english/home.html/

1.Money Values Game	1.金錢價值遊戲
2.Expense Station Game	2.昂貴遊戲
3.Common Money Beliefs	3.一般金錢信念
4.Savvy Shopping Quiz	4.採購問題
5.Gassing Up	5.XX
6.What Will an Accident Cost You?	6.意外成本
7.What's Your Financial I.Q.?	7.財物IQ
8.Bricks & Bucks Banking	8.銀行
9.Credit Match Up	9.信用配對
10.Credit Terms	10.信用名詞
11.Which Card is Right for Me?	11.什麼卡適合我

六、Nevda

http://www.unce.unr.edu/Western/SubWebs/

MoneyOnTheBookshelf/Index.htm

Money Sense for your Children	
Making my dreams come true •saving	讓夢想成真 儲蓄

•sharing •needs and wants •children and advertising •spending plans	分享 需要與想要 兒童與廣告 消費計畫
Where money comes from	
1. Allowances, gifts, handouts, and earnings are the sources of money for most children. 2. A child can learn more about how to manage money from a regular allowance than from unpredictable handouts, even when these handouts amount to more money. 3. Giving children money whenever they need it or ask for it, instead of on a regular schedule, makes it hard for them to plan ahead. 4. Earning money can teach children that money comes from time, skills, and effort. 5. When children receive money as a gift, unless it is a really large sum, they should be able to decide how to use it. 6. Encourage them to save part of any large money gift. 7. Earning money helps children become financially independent and helps them learn to make economic choices.	

七、Pen state-financial & consumer literacy

http://financialliteracy.cas.psu.edu/

教案：Kids $ Kash由4-H所提供	
Issue 1 1.Time and money saved by comparison shopping 2.Advertisement may tell consumers only part of the story 3.Knowledge of needs and wants before making a purchase	議題一： 1.由逛街來比較省時與省錢 2.廣告只告訴消費者部分的事實 3.在採購前需要與想要的知識
Issue 2 1. Shopping in different types of stores 2. Effective complaining	議題二： 1.在不同的店採購 2.抱怨的效果
Issue 3 1.Advertising influences consumer behavior 2. Shopping sales 3. Reading nutrition labels 4. Shopping smart	議題三： 1.廣告影響消費行為 2.促銷 3.閱讀標示 4.聰明消費
Issue 4 1. Deceptive advertising 2. Decoding advertisements 3. Shop smart for price and quality 4. Warranties/guarantees protect buyers	議題四： 1.廣告說明 2.解讀廣告 3.聰明消費–金額與品質 4.消費保證

八、University of Missouri-St

http://www.umsl.edu/~wpockets/treehouse/treehouse.html

Money Math: Lessons for Life	1.The Secret to Becoming a Millionaire 2.Wallpaper Woes

	3.Math and Taxes: A Pair to Count On 4.Spreading the Budget

九、Mint

http://www.usmint.gov/kids/

h.i.p Pocket Change	1.錢幣歷史 2.錢幣的顏色 3.做改變 4.許願
Inspect Collector's Coins Course	1.why and how? 2.Find the clues 3.set up your collections 4.keep in nice

十、Texas

http://fcs.tamu.edu/money/your_money/cdm/2006/index.php

Decision Making:	
1.Backpacks	依據需要採購背袋，選擇樣式、顏色、形式等
2.Sunscreen	如何選擇 成本

十一、香港文教協會

http://www.hkfei.com/64.html

A. 初階 (P.1-6)
1.認清自己的需要 2.什麼是金錢？ 3.你的慾望 4.理財3C 5.遊戲 6.金錢分類 7.小販扮演

8. 理財定向遊 (1) & (2)
9. 先儲蓄，後消費
10. 不斷消費的問題
11. 儲蓄習慣（短、中、長期計劃）
12. 做個理財策劃師
13. 拍賣遊戲
14. 72定律
15. 理財報名
16. 理財金字塔

B. 中階 (F.1-5)

1. 訂立個人的金錢目標
2. 為你個人的財務狀況把脈
3. 按步就班去理財
4. 未雨綢繆：做好你的理財計劃
5. 生活開支預算
6. 儲蓄及投資之道
7. 如何做個理財高手？
8. 精明消費有辦法
9. 如何賺錢？
10. 個案研究
11. 角色扮演

C. 高階 (F.6-7)

1. 設計個人及家庭理財計劃
2. 保險及家庭保險
3. 資產分配與運用
4. 信貸債務安排
5. 你是理財專家嗎？
6. 你是開源高手嗎？
7. 你是節流專家嗎？
8. 投資工具
9. 如何探索賺錢商機？
10. 個案研究
11. 投資分析
12. 其它：生育、買樓、子女教育、退休、遺產安排

十二、太平洋兒童網

http://www.hkfei.com/64.html

課程一：零用錢與開銷計劃 三年級到六年級的兒童有能力管理少量的錢財。	1.分配零用錢：把錢分為幾類，包括「開銷」、「儲蓄」和「給予」。 2.支出日誌：能夠花錢並做開銷記錄。 3.開銷計畫
課程二：理財的責任 認識使預算計劃保持平衡的各種工具與方法。考慮如果忽視錢財會發生什麼後果。	1.理財責任 2.超支 3.記錄開銷計畫

參、家庭共學

國外資源

一、University of Nevada Cooperative Extension

http://www.unce.unr.edu/Western/SubWebs/MoneyOnTheBookshelf/Index.htm

家人共學	
Family storyteller: Literacy of Language Games & Activities	說故事與討論活動

二、Ohio

Fun Summer Time Activities and Games	
1.Plant a Summer Flower or Vegetable Garden	1.種花或蔬菜
2.Make a Mr. Green Grass	2.做草地
3.Magic Paint	3.神奇的植物
4.Enjoy Cloud Watching Together	4.一起看雲
5.Make a Tepee	5.搭一個印地安式帳棚
6.Blowing Big Bubbles	6.吹泡泡
7.Plan a Scavenger Hunt	7.打獵動物計畫

8.Chalk Drawing	8.粉筆畫
9.Create Colorful Windsocks	9.創作彩色的風襪
10.Straw Painting	10.麥畫
11.Making Paper Hats	11.做紙帽

我的筆記

國家圖書館出版品預行編目資料

活力家庭三重奏：國民小學家庭教育推展策略與課程教案
／江依恬等編撰；周麗端主編 .
— 一版 . — 臺北市：教育部，民96
面； 公分

ISBN: 978-986-00-9066-6（平裝）
1. 家庭教育—課程 2. 小學教育—課程

523.45 96004793

活力家庭三重奏－
國民小學家庭教育推展策略與課程教案

總 編 輯 林育瑋
主 編 周麗端
執行編輯 陳嘉喻、何委娥
編撰人員 江依恬、何委娥、呂志方、唐乃華、唐厚婷、連智源、陳靜宜、陳小英、賴坤玉
出版機關 教育部
發 行 人 杜正勝
執行單位 社會教育司
地 址 臺北市中正區中山南路5號
網 址 http://www.edu.tw
電 話 02-23566051（轉社教司二科）
編撰單位 國立台灣師範大學家庭教育研究與發展中心
電 話 02-23625147
美術編輯 林麗芬、阮純慧
出版年月 民國96年9月
版 次 初版一刷
其他類型版本說明：本書同時登載於教育部網站/社會教育司/文宣刊物/家庭教育類(http://www.edu.tw/EDU_WEB/Web/publicFun/dynamic_default.php?UNITID=146&TYPE=2)
工本費 新台幣 200 元
GPN ：1009602137 ISBN-13：978-986-00-9066-6
著作財產權人：教育部
◎本書保留所有權利，欲利用本書全部或部分內容者，需徵求著作財產權人同意或書面授權，請洽教育部社會教育司