

110 年度戶外教育優質課程模組與創新教學案例徵選 報名表

徵選類別		<input checked="" type="checkbox"/> 課程模組 <input type="checkbox"/> 教學案例	
徵選組別		<input type="checkbox"/> 國中組 <input checked="" type="checkbox"/> 國小組	
課程主題名稱 / 教學活動單元 主題		樂齡童伴 站站讚	
教學領域		綜合	
校名	設計者姓名 (至多 5 名)	職稱	聯絡方式
興嘉國小	楊宗明 (第一作者)	教師	電話：05-2860885-114 地址：【60058】 嘉義市重慶路 51 號 Email: sces06@teacher.sces.cy.edu.tw
興嘉國小	蕭如秀	教師	電話：05-2860885-114 地址：【60058】 嘉義市重慶路 51 號 Email: alicesho@hotmail.com
興嘉國小	黃如蘋	教師	電話：05-2860885-114 地址：【60058】 嘉義市重慶路 51 號 Email: sces56@teacher.sces.cy.edu.tw
興嘉國小	郭梅雀	教師	電話：05-2860885-114 地址：【60058】 嘉義市重慶路 51 號 Email: sces59@teacher.sces.cy.edu.tw
(校名)	(請輸入姓名)	(職稱)	電話：(請輸入電話號碼及分機) 地址：【5 碼郵遞區號】 (請輸入地址) Email: (請輸入 Email)

110 年度戶外教育優質課程模組與創新教學案例徵選 設計格式

一、申請表

課程主題 名稱 / 教 學活動單 元主題	樂齡童伴 站站讚	設計者姓名 (至多 5 名)	楊宗明 (第一作者) 蕭如秀 黃如蘋 郭梅雀
徵選類別	<input checked="" type="checkbox"/> 課程模組 <input type="checkbox"/> 教學案例	教學領域	綜合領域 (彈性學習課程)
徵選組別	<input type="checkbox"/> 國中組 <input checked="" type="checkbox"/> 國小組	實施期程 (時間長度)	實施期程: 109.09.01-110.06.30 時間長度: 880 分鐘
課程實施 對象	(五年級 / 201 人)		
課程設計 理念	<div data-bbox="363 1093 1193 1541" data-label="Diagram"> </div> <p>本校以人為本的德性協調，在天地人同流循環中，期待學生在學習過程能「從我到我們，理解這個社會，並持續與它互動」，以「求真、求善、求美」的理性化過程回應社會族群。</p> <p>人口老化或謂人口高齡化，是指某地區於某段時間內之總人口中，老年人口所占比率增加的現象。由於生育率下降與預期壽命延長已是世界普遍現象，使得全球老年人口持續增加，人口老化已成為 21 世紀全球人口變動之主要趨力。而台灣目前已經慢慢邁向高齡社會，對於老人族群的認識及關懷已經是刻不容緩的。政府為提升對老人的尊敬，也訂定了祖父母節，讓學生可以多多跟長輩接觸。但是有感於許多活動都流於形式，特地選擇這一主題結合能力指標 3-3-</p>		

	<p>3(尊重與關懷不同的族群)，希望透過課程的實施，讓孩子不是被強加知識要認識及尊敬長輩，而是逐步在引導下發自內心去認識、關懷老年人。</p> <p>因此，我們從銀髮觀察站出發，觀察並進一步了解老人；接下來以同理加油站認識目前銀髮族的狀況，並進一步透過體驗、繪本以及反思，同理關懷老人(包含獨居老人及家中的老人)，參訪日照中心體驗老人的生活及老人的不便，讓學生進行記錄並與老人聊天，這些活動透過省思讓學生了解老人的實際需求；接下來探討老人智慧，並探討台灣日照的發展及重要性，並透過再訪日照中心，針對老人的需求，自我增能去服務老人，並進一步注意環境跟老人的活動情形；最後讓學生省思現在對銀髮族的看法，並分組依據老人的需求設計理想的日照中心。希望能夠讓學生尊重關懷銀髮族，並能採取實際行動，真正去關懷銀髮族的需求。</p> <p>本教學設計除了以不同的體驗活動以及影片的引導之外，教學團隊還發展了專屬的桌遊，作為學生思考老人需求的媒介，透過遊戲情境的營造，讓孩子在遊戲的情境中，隨著提問，設身處地思考老人各種需求的面向，透過討論與分享，關注人口老化議題以及形塑個人尊重銀髮族的行動思維。在十二年國教的素養導向設計概念中，本教學設計可以符應 A3-規劃執行與創新應變、C1-道德實踐與公民意識，透過認知、技能與態度整合過程中，以情境化和脈絡化的學習，重視學習歷程以及方法，並且強調實踐力行的表現。學生在本課程學習後，希望能為社會參與的素養面向，奠下基礎，培養學生具備價值探索、經驗統整以及實踐創新能力，發展為終身學習者。</p> <p>此教學設計的大概念為：認同和關係 Identities and relationships - 以同理心認同老人族群與自己生命的連結，體驗人性和人的尊嚴，建立和諧的青銀關係。在學習脈絡的規劃，從概念的發展、核心素養發展歷程到主題脈絡如下：</p> <p>大概念的發展歷程:社會現象(銀髮族)=>覺察問題(銀髮族與自己的關聯)=>問題意識(銀髮族需要如何關懷)=>探究問題(戶外教育、深度對談)=>探討發展(從需求看老人長照)=>觀點建構(認同與關係)</p> <p>核心素養發展歷程:現象觀察=>問題意識=>體驗探究=>戶外參訪=>問題深究=>實作互動=>生活實踐=>A3、C1</p> <p>主題脈絡:認識弱勢族群=>了解老人教育的需要=>實地參訪記錄=>設計日照中心</p>
戶外教育議題實質內涵 ¹	<p>戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</p> <p>戶 E5 理解他人對環境的不同感受，並且樂於分享自身經驗。</p>
與課程綱要對應之各領域學習重點	
核心素養 ²	<p>綜-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。</p> <p>綜-E-C1 關懷周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。</p>

二、課程設計（※僅課程模組使用）

課程主題名稱：樂齡童伴 站站讚

課程架構圖

樂齡童伴 站站讚

活動一：
銀髮觀察站

活動二：
同理加油站

活動三：
樂齡同樂站

活動四：
幸福長青站

教學活動單元一 銀髮觀察站

學習目標	學習活動	時間	備註（評量方式）
<p>1.透過生活照片分享和經驗討論，覺察老人族群的現況。</p> <p>2.經由體驗活動、探索及分享，探討關懷老人族群的重要性。</p>	<p>活動一、引起動機：（事前請學生攜帶他們與家中爺爺奶奶的合照，製作「我與阿公阿嬤的合照」簡報）</p> <p>播放「我與阿公阿嬤的合照」簡報</p> <p>提問並請同學分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.你看到同學跟他們阿公或阿嬤有什麼不同嗎？ 2.人為什麼會變老？ <p>活動二、老師播放”人為什麼會變老”影片，引導學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.在剛剛的影片中，你看到什麼？ 2.影片中的大腦有什麼變化？ 3.為什麼人類會變老？ <p>*播放”人的一生活”小影片—提問你看到什麼？</p> <p>活動三、銀髮觀點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.我手中的銀髮族 <p>四人一組，每個小組成員手上拿相同的銀髮族照片，討論一下小組這張銀髮族的特色跟外型，接下來由各組派員分享，照片不要給其他</p>	120'	口語評量+實作評量(學習手冊 P3-4)

	<p>人看，跟全班同學敘述一下小組討論的銀髮族照片。</p> <p>*聽完了各組對手中銀髮族的敘述，你發現什麼?(發現銀髮族雖有一些生理特徵的變化，但並不一定是羸弱的形象)</p> <p>2. 分組討論老人特徵，並以白板分享。 老師統整老人特徵，並說明歲月影響了身體機能以及外表的變化，是自然的衰老現象。</p> <p>3. 整理提問： (1)你家中或是鄰居有銀髮族嗎? (2)銀髮族有什麼特色?</p> <p>4. 完成學習紀錄單：請學生回家觀察家裡老人(或是鄰居長輩)的特徵，並做記錄。</p>		
--	--	--	--

教學活動單元二 同理加油站

學習目標	學習活動	時間	備註(評量方式)
<p>3.藉由影片觀賞，省思並表達對弱勢族群-老人的關懷以及主動關懷家中長輩。</p> <p>4.參訪巷弄日照中心，與老人互動，認識日照中心及老人生活需求。</p>	<p>活動一：老人體驗(聯繫弘道老人基金會，引進彭祖體驗活動)</p> <p>1. 分享回家觀察後的發現。</p> <p>2. 彭祖體驗活動： (1)第一關另眼相看：每人戴上模糊的眼鏡看廣告單上的商品價格，並套上特殊手套將想購買的商品品項和價格記錄下來，完成購物清單</p> <p>(2)第二關七上八下：四肢穿戴讓行動不便的道具，腰背也無法挺直，還要靠拐杖輔助行走，完成上下樓梯行走約 25 公尺的距離。</p> <p>(3)第三關同心合作：與到校參訪的銀髮長者共同完成拋接球的活動。</p> <p>(4)第四關手到擒來：每人戴上模糊的眼鏡並套上特殊手套，用筷子夾取指定顏色的豆子數量，放置於盤子中。</p> <p>(5)完成活動後提問： A. 在“另眼相看”體驗活動中，你感覺到視力與聽力退化對生活產生什麼影響? B. 在“七上八下”體驗關卡穿著裝備後，你覺得行動起來有什麼改變?感覺如何?</p>	200'	口語評量+實作評量(學習手冊 P4)

- C. 在“同心合作”活動中，與長者拋接球時，你看到什麼？聽到什麼？感覺到什麼？
- D. 在“手到擒來”關卡中，當你帶上厚厚的手套，夾著豆子，扣著釦子，感覺跟平常有什麼不同？
- E. 在這些活動中，銀髮長者陪著我們闖關，過程中，你覺得他們的情緒與態度如何？對你最大的幫助是甚麼？
- F. 如果在活動過程中，缺少了陪伴者的支持與協助，會發生什麼事？
- G. 今天的彭祖體驗是一個身歷者境的活動，體驗長者視力、聽力與行動力退化所造成的影響，其中，你覺得印象最深刻的是哪個關卡？最困難的是哪個關卡？為什麼？
- H. 你覺得年長者因身體的退化，在日常生活中可能會遇到哪些問題？
- I. 面對家中長者，我們要如何成為一個協助者或陪伴者？

活動二、破除迷思：引導上網搜尋，討論整理以下的觀點

1. 老人是 65 歲以上的人
2. 年老等於疾病
3. 老人家走路愈來愈慢是正常的？
4. 跟老人家說話要拉高聲調？
5. 年紀大了晚上就會睡不好？
6. 老人吃糊糊爛爛的食物，比較好消化？
7. 老人都是相同的

整理破除迷思如下：

迷思	破除迷思
老人是 65 歲以上的人	用 65 歲定義老人僅是一個獨斷的數字。
年老等於疾病	年老不一定必須是生病的；預防和健康促進可改善老人的功能

老人家走路愈來愈慢是正常的？	因為這個一般人最常見的迷思，反而讓平衡感不好、關節疼痛、視力差...等真正讓走路變慢的原因被掩蓋，而忽略應該到醫院就診尋求治療。
跟老人家說話要拉高聲調？	照顧老人家時聲音可以大聲，但是應該是要用「低沉」、「慢速度」的方式和老人家說話，才能讓長輩聽得清楚。
年紀大了晚上就會睡不好？	早睡的老人家理論上就會「早起」，可是卻常被認為是「失眠」或「睡不好」。
老人吃糊糊爛爛的食物，比較好消化？	常吃糊爛的食物，會因為缺乏色、香、味，而讓食慾減低，反而造成老人家營養不良。
老人都是相同的	在任何一个年齡，包括老人，都是獨特不同的個體

歸納：面對老人的議題，有許多迷思，需要破除，不應該以偏概全。

活動三：灰色台灣的來臨

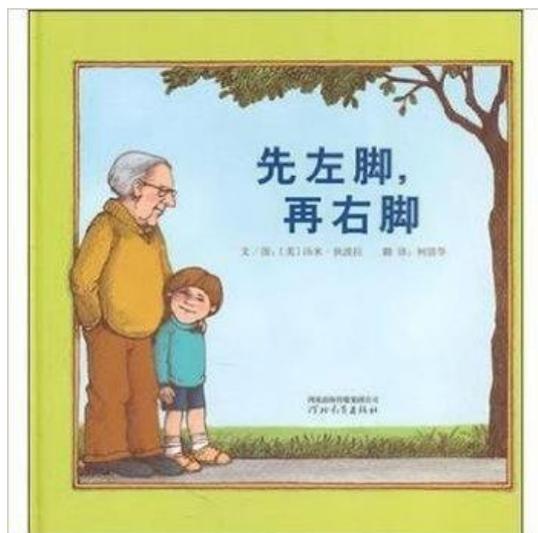
引導學生閱讀國家發展委員會網站資料-認識人口金字塔並探究其意義。

引導提問：

1. 你看到什麼？
2. 你有什麼感覺？
3. 你有什麼發現？

活動四、先左腳、再右腳

分享繪本「先左腳、再右腳」：描述巴比與祖父巴柏間真摯的情感，傳遞了溫暖真誠的親情與隔代友誼。



提問：

1. 巴柏在巴比成長過程中，做了哪些事？
2. 巴比在巴柏生病期間，看到了什麼？
感覺到什麼？
做了些什麼？
3. 你覺得在巴比成長過程中，巴柏給他的感覺是什麼？
4. 你覺得在巴柏生病後，巴比擔任他生活中什麼樣的角色？
5. 在巴比與巴柏的互動中，哪些事情讓你感到印象深刻？
6. 在你的生活中，哪些與爺爺奶奶相處的時刻是讓你印象最深刻的呢？

活動三、播放”關懷獨居老人”影片

1. 影片中看到什麼社會現象？
2. 你有什麼感受？
3. 你有聽過相似或看過相同的故事嗎？
4. 政府及民間資源的關懷協助服務有哪些？
5. 你希望怎麼做？

揭示社會上獨居老人現象，回家後搜尋其他相關政府及民間資源的關懷協助服務有哪些？並提示接下來要去參觀日照中心，學生分組分工記錄。

活動四、前進日、長照中心：

參訪嘉義市基督教醫院附屬日、長照中心
每個班級約 28-29 人

	<p>日期:12/28(一)</p> <ol style="list-style-type: none"> 拾智園日照 503 班 長青園日照 501 班 常樂園長照站 507 班 <p>日期:12/31(四)</p> <ol style="list-style-type: none"> 祈樂園日照 505 班 拾智園日照 506 班 長青園日照 504 班 常樂園長照站 502 班 <p>流程安排：</p> <p>活動內容包含:與長者玩遊戲、與長者共作美勞作品與銀髮長者聊天，陪伴長者。</p> <p>09:30-09:45 日、長照中心簡介</p> <p>09:50-10:10 分組互相認識</p> <p>10:10-10:20 學生表演</p> <p>10:20-11:20 學生伴學</p> <p>11:20-11:30 珍重再見</p> <p>(提醒學生戶外參訪的重點並做紀錄)—認識老人日照中心和長照中心，並體會老人的狀況，認識老人的活動空間，與老人初步接觸，了解老人需求。</p> <p>★返校後立即省思：</p> <ol style="list-style-type: none"> 你在日、長照中心看到什麼？聽到什麼？ 你在日、長照中心時(觀察、推輪椅、玩遊戲與老人聊天等)，有什麼感覺？ 你曾經有這麼仔細地認識老人嗎？你有什麼收穫？ 你發現老人有什麼需求？ 完成學習手冊紀錄 		
--	--	--	--

教學活動單元三樂齡同樂站

學習目標	學習活動	時間	備註 (評量方式)
<p>3.藉由影片觀賞，省思並表達對弱勢族群-老人的關懷以及主動關懷家中長輩。</p>	<p>活動一：高齡台灣老年長照—</p> <ol style="list-style-type: none"> 請學生回想在日、常照中心中看到老人的狀況及活動。 針對不同的老人需求，長照的需求漸增。 依據估計 2060 年台灣的老年人口將佔百分之四十三，因此對於長照的需求逐漸增加。 觀看“高齡台灣老年長照”影片。 提問： (1)台灣將會發生什麼問題？ (2)影片中提出什麼因應的方法？ 	<p>200'</p>	<p>實作評量： 策展、關懷銀髮族 (一)(二) 學習手冊 p.6-7</p>

	<p>(3)當你看到這麼多老人的需要，你可以怎麼做？</p> <p>活動二：他山之石-國際比較：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 鄰國日本長照現況： 2. 學生上網搜尋台灣長照的發展史。 3. 分析比較：從兩國的現況簡介、政策內容、實施方式和經費來源等，做說明和比較。 <p>活動三：樂齡策展-老幼樂學 GO GO GO</p> <p>引導學生思考課程迄今的學習，討論策展項目，包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 嘉義市的日、長照中心。 2. 長青園、常樂園、祈樂園和拾智園等，該中心的地理位置，所提供的服務、成立的時間和所屬的類型（為 A、B、C 哪一級），學生參訪心得。 3. 體驗互動區，在此區中設立了「霧裡看花」、「幼老串串樂」、「夾夾樂」三個體驗區，讓參觀的孩子能體驗銀髮長者的不便。 4. 成果展活動解說由參與本課程的小朋友擔任，讓孩子將所看、所學，在成果展中告訴大家。 5. 活動後的省思： <ol style="list-style-type: none"> (1) 你在活動中看到什麼？聽到什麼？ (2) 你參與這項活動有什麼感覺？ (3) 你發現體驗活動有何需要改進的地方？ (4) 若有機會，你會建議那些老幼樂學的體驗活動？ 		
--	--	--	--

教學活動單元四幸福長青站

學習目標	學習活動	時間	備註（評量方式）
<p>5.從老人實際需求設計日照中心，並依需求設計實體日照活動，實地與老人聊天伴學，反思關懷老人的意義。</p> <p>6. 將長者關懷的想法付諸行動，學習服務長者的技能，持續實踐在生活中。</p>	<p>活動一：引導思考：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從"樂齡童伴站站讚"課程開始到現在，你對老人的看法有什麼樣的改變？ 2. 你覺得可以怎麼樣創造一個對老人友善的環境？ 3. 你看過日照中心，你對於老人的活動空間有什麼看法？ <p>活動二：「我的最佳日照中心」卡牌活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 每組一份卡牌(共 54 張) 2. 每張卡牌上有一個設備或是附設單位，其中有兩張萬能卡(萬能卡可以是自己想要的 	240'	<p>實作評量:日照中心設計、關懷銀髮族小手記</p> <p>學習手冊 p. 8-13</p> <p>高層次紙筆評量：學習手冊 p. 14-16</p>

設備或是單位，不論是否在排卡中的皆可)。

3. 任務：依序玩牌，依自己對日照中心的需求，抽牌或吃牌，自行收集自己的最佳日照中心所需要的牌卡。

4. 玩法：

(1) 小組猜拳，贏的人負責發牌，從自己發起，輪流給牌，發七輪後，**每個人有七張牌卡**。(思考哪些是你覺得你的日照中心應該要有的設備)

(2) 接下來，開始玩。從發牌者開始抽牌，抽牌後，可以選擇留抽的牌，還是丟出去。如果選擇留抽的牌，就要放出一張牌。如果抽到的牌不要，就放出去，**維持手中七張牌**。

(3) 再來順時針換下一位同學，他可以選擇要拿取前一位同學放下的牌，或是再抽牌。如果選擇拿前一位同學放的牌，就要再放出一張牌；如果抽牌，可以選擇留抽的牌，還是丟出去。如果選擇留抽的牌，就要放出一張牌。如果抽到的牌不要，就放出去，**維持手中七張牌**。

(4) 依序玩下去。

(5) 只能吃前一個人的牌，不可以跳過吃前兩人的牌。

(6) 如果拿到哆啦A夢的萬能卡，可以當成任何一個設備或單位。(或是增加不同的設備或單位)

(7) 一直抽、繼續玩，直到在所有的牌都抽完後，表示大家都成功蓋好日照中心了。

(8) 請小組討論各自完成的日照中心設備，討論適合老人嗎?為什麼?最後選出小組最佳的日照中心(請在白板上列出後，並寫出理由)

(9) 全班PK 哪一個日照中心最棒!

5. 桌遊結束後省思：

(1) 你如果要幫未來的自己找日照中心，你想選擇哪一組的日照中心，為什麼?你最不想選擇哪一組的日照中心?為什麼?

(2) 討論一下牌卡的設備以及單位，請小組分類一下，可以怎麼分類?

(3)除了卡牌內的設備跟單位外，你還會增加什麼空間或設備?為什麼?

(5)如果因為經費限制，你只能有十個設備或空間選擇，你會選哪十個放在你的日照中心?

- 每組一份牌卡(共54張)
- 每張牌卡上都有一個設備或是附設單位，兩張萬能卡。



活動三：日照新樂園：看過日照中心以及體驗過桌遊後，你對於老人的活動空間有什麼看法?讓我們來創造一個老人的樂園

要注意什麼?(先分組討論看看，並分享)

引導學生統整

1. 老人生活型態：各式需求（包含獨居老人）
2. 環境：老人的起居及行動都可以沒有障礙
3. 空間：老人的學習需求有沒有被照顧。
4. 相關設施配合。
5. 看看安養院的規畫
6. 討論你們心目中的長照中心，應該具備哪些功能以及條件?請討論哪些樓層適合哪些空間?
7. 銀髮日照中心設計師:請在海報紙上，分樓層後，開始設計空間，製作完畢後，請各組發表。

活動四：學校內的巷弄日照中心-

學生針對銀髮族需求，設計包含體能協調場、音樂歡唱廳、點心廚房、靜態休閒館四個場館，與戴德森財團法人嘉義基督教醫院社區服務部合作，邀請來自市區不同地方 27 位平均 80 歲老人家進入校園，體驗校園銀髮族日間照顧服務。學生化身小小照護員，與老人家共學同樂，並與老人討論設計的場館是否針對他們的需求以及有尊重他們與否。(長輩進入前要討論接待長輩的方式以及應對進退，並練習閩南語對話)

活動後引導反思：

1. 你們的設計場館，阿公阿嬤體驗後，給了什麼評價?
2. 你感覺如何?
3. 你發現什麼?

4. 你們日常生活可以怎麼做呢?

活動五：銀髮關懷行動家

1. 請小組討論、訪談、覺察家中長輩需要什麼樣協助，選擇一項技能，利用時間上網學習後，為家中的長輩服務或是做一些事，並拍照分享。例如：阿公阿嬤說冬天容易寒冷，有些小組決定編織圍巾，給阿公阿嬤冬天保暖用。
2. 以一張A4的紙手做摺書，做成「關懷銀髮族小手記」，記錄自己生活中關懷銀髮族的事件，了解學生在生活上協助銀髮族的實踐情形，並隨時請學生分享小手記內容。(含自己生活中的長輩)

教學實踐、省思與建議

「樂齡童伴 站站讚」是興嘉國小實施八年的課程方案，歷經多次修改及名稱改變，課程發想始於教務主任楊宗明有感社會高齡人口結構老化趨勢，人們對「老化」不夠了解，因而產生負面印象，所以從人權角度切入，帶領老師發展課程，不斷滾動式修正，引導學生從關懷身邊的長者做起，透過彭祖體驗、日照機構參訪、與老人家互動、桌遊…活動設計，進而理解銀髮族在社會生活應有的生存權利，課程教案更在去年獲得全國教案設計第一名的肯定。

但是關懷老人的腳步是永不止步的，思考課程進展時發現：良好的老化過程有賴於年長者如何與鄰居及社區互動，這過程能體現整個城市體質的健康。在與嘉義基督教醫院社區服務部接洽諮詢時，林玉琴主任提出：長照2.0的推動下，未來銀髮族將受到更好的醫療照護、教育與飲食控制，取代年老即是衰退與疾病的觀點，對社會態度的轉變也將有所助益，而校園是極為重要的觀念轉化平台，亦是世代融合的空間。我們接受林主任建議，將原本課程中於海報呈現的日照中心設計規劃體現為真實的機能空間，邀請老人家能真正參與使用，讓校園的活力轉化成另一種銀髮族社區照顧機能。

在疫情期間，歷經課程調整與設備限制，嘉義基督教醫院居家護理所護理師透過線上直播與全學年學生進行精彩的長照2.0知識互動，社區服務部人員入校接受學生環境與服務對象諮詢，學年老師課程的上的引導思考，以及行政端以學生為主體保持彈性地施作流程，一個實驗性的社區巷弄日照中心得以實現。

興嘉國小五年級學童設計巷弄日照中心，與戴德森財團法人嘉義基督教醫院社區服務部合作，邀請來自市區不同地方27位平均80歲老人家進入校園，體驗校園銀髮族日間照顧服務。學生針對銀髮族需求設計包含體能協調場、音樂歡唱廳、點心廚房、靜態休閒館四個場館，化身小小照護員，與老人家共學同樂。

學生從巷弄日照中心戶外教學活動後，開始與祖父母討論老化與市區日照中心場域的規劃，關心老化生活的品質；參與的老人家也在與學生互動中交流生活與生命經驗，世代共融景象在校園交織。一段教育、醫療機構、地方老人之間緊密聯繫的歷程，延續下來是為明日的自己而設計，也成為嘉義市「高齡友善城市」的城市發展繪製出更清晰的藍圖。

附錄

得附上教學簡報、學習手冊、活動照片、學生作品、相關資料、評量工作或參考資料等。

★評量標準：

◎實作評量:(學習手冊 p. 3-16)

活動一 銀髮觀察站 評量規準 (口語+實作)

等級	A	B	C	D	E
內容	能探討並分享銀髮族的需求	能分析銀髮族的需求	能了解銀髮族的需求	能仔細聆聽他人分享銀髮族需求	未達 D

活動二 同理加油站評量規準 (口語+實作)

等級	A	B	C	D	E
內容	能分析銀髮族特徵，並能用心體驗、記錄其需求，與同學分享	能分析銀髮族特徵，並能用心體驗、記錄其需求	能分析銀髮族特徵，並用心參訪日照中心	能說出銀髮族特徵。	未達 D

活動三樂齡童樂站 評量規準 (實作)

等級	A	B	C	D	E
內容	能符合銀髮族需求地關懷老人，並策展分享	能用心關懷銀髮族，並策展分享	能用心關懷銀髮族，並協助策展	知道銀髮族生活及智慧	未達 D

活動四幸福長青站 評量規準

(口語-桌遊)

等級	A	B	C	D	E
內容	能主動從不同立場探究分享老人需求	能根據他人提出的老人需求，給予有建設性的意見	能依據老人需求提出自己看法	能參與討論老人需求	未達 D

(實作+高層次)

等級	A	B	C	D	E
內容	能兼顧老人的各項需求，與組員合作設計功能良好之日照中心	能確實分析銀髮族需求，與組員合作設計日照中心	能完成設計日照中心，並說出理念	能參與設計日照中心	未達 D

整體評量標準

等級	A	B	C	D	E
內容	能同理、主動尊重與關懷銀髮族，並能以實際行動回應銀髮族需求	能同理、主動尊重與關懷銀髮族，了解銀髮族需求	尊重與關懷銀髮族	尊重或關懷銀髮族	未達 D

★參考資料

●輔助教學檔案

檔案型式	檔案名稱	檔案來源
簡報	「我與阿公阿嬤的合照」簡報	自製
影片	人為什麼會變老？	Youtube (人的大腦為什麼會變老?)
影片	人的一生	Youtube (人的一生) https://www.youtube.com/watch?v=gHX3xTYODMI
影片	老人問題-可能有一日會是你	http://www.youtube.com/watch?v=YKsWYVUPep8&feature=related
影片	關懷獨居老人	http://www.youtube.com/watch?v=wm22w0wDhlg&feature=related
繪本	先左腳 再右腳	原文作者：Tomie dePaola 譯者：柯倩華 出版社：維京
網站	嘉義市長青園	網際網路 (關鍵字：嘉義市長青園)

課程場域與其他資源連結

校內空間使用

場地	運用方式
興嘉國小體育館	<ol style="list-style-type: none"> 1. 彭祖體驗看板解說。 2. 實際體驗銀髮長者的生活不便。 3. 分組進行體驗模糊視力看廣告單、戴手套夾豆子、穿戴特殊道具體驗四肢不便。

興嘉國小四樓中廊	<p>成果展"老幼樂學 GO GO GO"：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹日本長照與台灣長照的發展史。 2. 介紹嘉義市的日、長照中心。 3. 體驗互動區，在此區中設立了「霧裡看花」、「幼老串串樂」、「夾夾樂」三個體驗區，讓參觀的孩子能體驗銀髮長者的不便。
校外場域運用	
場地	運用方式
<p>日照中心：</p> <p>長青園</p> <p>拾智園</p> <p>常樂園</p> <p>祈樂園</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 蒐集相關資訊。 2. 覺察場館設施。 3. 專業人員帶領解說觀察。 4. 與園中長者互動，玩遊戲、共作美勞作品。 5. 觀察園中環境，了解銀髮長者的日常生活細節。 6. 陪伴長者說話與聆聽。
其他（包含校外人力資源）	
嘉義基督教醫院附屬日照中心	聯絡人：林玉琴小姐。
弘道老人基金會	聯絡人：林玉琴小姐。
★學習手冊	

德貫古今~銀髮情

學生學習手冊



五年____班____號

姓名: _____

銀髮知多少???

小朋友：看看你有多了解老人家？請你完成這份學習單，測試看看你對銀髮族的了解有多少。

(一) 一提到老人，你會馬上聯想到：

(二) 觀察一下老人，看看他們有什麼特徵？

(三) 對你而言，老人家的白髮和皺紋代表：

(四) 你所觀察的老人樣態都一樣嗎？若不一樣，請舉例說明哪些地方不一樣。

(五) 請你仔細回想一下，對於「老人」的印象，在觀察的前後有哪些改變？請至少寫出2項。

1. _____

2. _____

我是小小記者——與阿公阿嬤的訪談紀錄

訪問時間：____年____月____日

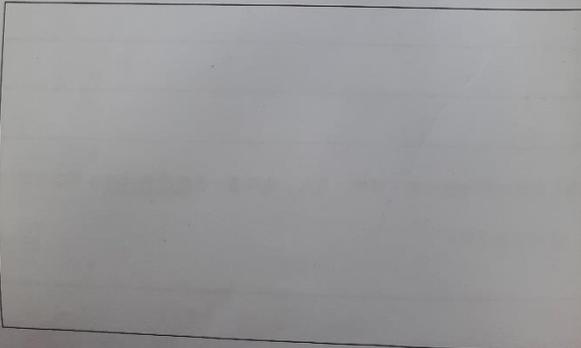
訪問對象：_____

請阿公或阿嬤簡單敘述求學的過程：

請問阿公或阿嬤的興趣是：

請問阿公或阿嬤目前最大的願望是：

請貼上你和阿公阿嬤的照片或畫出你和阿公阿嬤的圖片吧！



長青園參訪隨筆記錄

活	動	名	稱	班	級	座	號	姓	名	備	註	
									3	5	7	9



看到
聽到



學
到



想
到

還
想
知
道



關懷銀髮族 (一)

小朋友：我們參訪過嘉義市長青園，對長青園內部設施與老人照料有初步的認識，請你完成下列的問題。

一、你觀察到長青園中有哪些硬體設施（例如輪椅、電梯等等）？請簡單說明。

二、如果今天在路上看到行動不便的老人要過馬路，你會怎麼做？

三、老人家因為年紀較大，身體功能退化，所以容易罹患慢性疾病或是行動不方便，請你說說你可以如何主動關懷或幫助他們？

四、阿公阿嬤辛苦的把自己的子女帶大，盼著子女長大成人，身為小學生，我們要如何對待阿公阿嬤呢？

關懷銀髮族 (二)

五年 班 座號： 姓名：

小朋友，老人的銀髮代表著智慧與經驗，這是他們生活的歷練，俗話說：「家有一老，如有一寶」，與老人家相處，可以提供我們許多生活知識，訴說著他們成長的故事。有一天我們也會老去，以前是阿公阿嬤辛苦的將爸爸媽媽帶大，才有現在的我們。請你運用豐富的想像力，將你未來心目中『理想中的老人生活』簡單的畫下來，並用幾句話描述。

我心目中未來的老人生活：

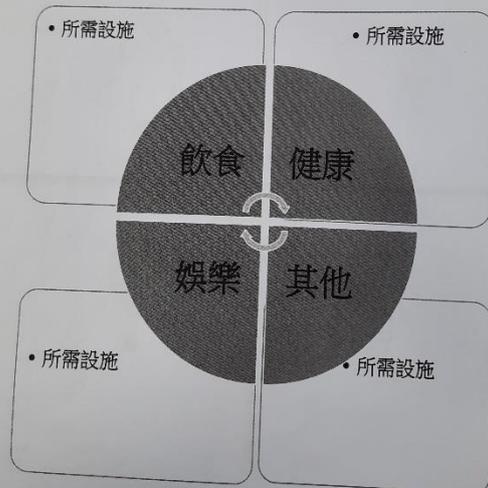
嘉基日照中心參訪隨筆記錄

活動名稱	班級	座號	姓名	日期 3 5 7 9
------	----	----	----	---------------

	看到 聽到		學到
	想到		還想知道

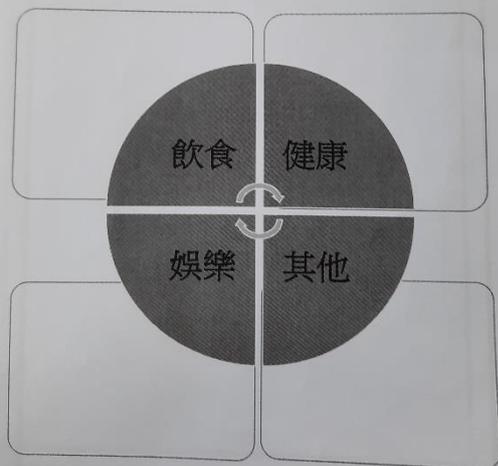
我是小小設計師之夢想中的長照中心規劃

經過一連串參訪與觀察活動，我發現年長者最需要的硬體設施有：



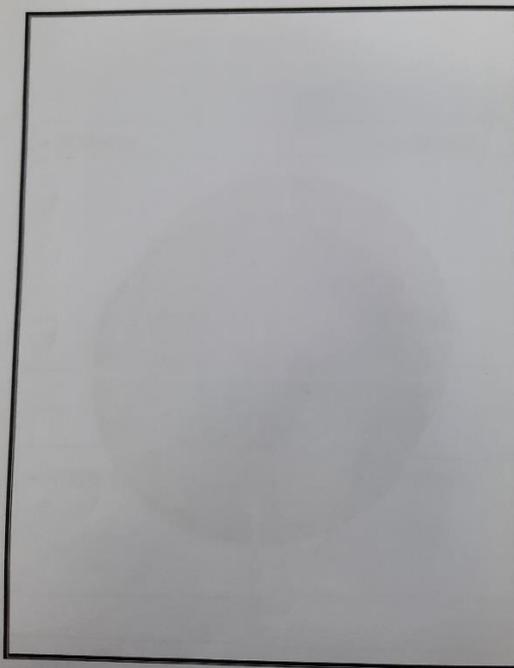
我是小小設計師之夢想中的長照中心規劃

經過一連串參訪與觀察活動，我發現年長者最需要的軟體課程活動有：



我是小小設計師之夢想中的長照中心藍圖

請你依據先前規劃的軟硬體設施與活動需求，規劃屬於你的夢想長照中心藍圖吧！



各位小朋友，恭喜你即將變成銀髮族達人，不過在成為銀髮族達人之前，請把你關懷銀髮族(可以包含家中、鄰居以及陌生的銀髮族)的時間、地點記錄下來，找見證人幫你簽名，如沒有見證人也可以自行簽名(老師相信大家都是誠實的好孩子)，別忘了在學期末要完成喔！

關懷銀髮族存摺 1

存摺主人是：_____

日期	地點	關懷的事情	關懷的對象	見證人	備註

關懷銀髮族存摺 2

存摺主人是：_____

日期	地點	關懷的事情	關懷的對象	見證人	備註

恭喜你成為銀髮族達人！別忘了要持續把關懷存進你的心中喔！

銀髮情課程省思

小朋友：

這一年來，我們進行校本課程銀髮情—關懷銀髮族的課程，在這學期課程結束後，你是否更加了解老人家，而進一步能主動給予關心或照顧呢？

我國已於1993年成為高齡化社會，2018年轉為高齡社會，推估將於2026年邁入超高齡社會。2065年每10人中，約有4位是65歲以上老年人口，而此4位中則即有1位是85歲以上之超高齡老人。隨著社會進步、醫藥發達，出生率及死亡率逐年降低，台灣老年人口的比例正大幅增加，高齡化社會已成為重大議題，所產生的現象與問題也逐漸浮現。台灣即將從「高齡化社會」邁入「高齡社會」，如何維護高齡生活的品質與尊嚴，以及訂定健全的社會福利和健康政策，已是政府刻不容緩的挑戰。請根據你在這個課程中的觀察與感受，為我們政府提出五點合適的老年福利政策。

來自家長的回饋：

★學生作品

銀髮知多少???

小朋友：看看你有多了解老人家？請你完成這份學習單，測試看看你對銀髮族的了解有多少。

(一) 一提到老人，你會馬上聯想到：

拐杖、假牙、輪椅、助聽器、老人院、失智、老人癡呆症。

(二) 觀察一下老人，看看他們有什麼特徵？

白髮蒼蒼、老態龍鍾、皺紋、老人斑、容易頻尿、重聽、健忘、反應遲鈍、牙齒動搖

(三) 對你而言，老人家的白髮和皺紋代表：

代表年紀大了，老了。

(四) 你所觀察的老人樣態都一樣嗎？若不一樣，請舉例說明哪些地方不一樣。一般來說，年長的老人身體各方面都會漸漸開始變差，逐步出現衰老的跡象，從外貌和形體就可看得出來。但像歌星潘迎紫，年近七十看起來卻有如三十多歲的年輕人，有「凍齡美魔女」的美稱，不讓歲月在她身上留下痕跡。

(五) 請你仔細回想一下，對於「老人」的印象，在觀察的前後有哪些改變？請

至少寫出2項。

- 我覺得老人家的眉毛一定是白色的，觀察後才發現有些老人的眉毛是黑色的。
- 我原本以為老人的手就是皺皺的，結果仔細觀看才發現手上還有很多黑黑的老人斑。

3

我是小小記者——與阿公阿嬤的訪談紀錄

訪問時間：109年9月30日

訪問對象：外婆

請阿公或阿嬤簡單敘述求學的過程：

當時外婆就讀於垂陽國小，畢業後因家中經濟狀況不佳，身為長女的她，放棄了升學，便開始工作分擔家計，賺錢供著妹讀書。

請問阿公或阿嬤的興趣是：

外婆平常喜歡坐在騎樓下，和鄰居泡茶聊天，她們偶爾也會相約一起去嘉油鐵馬道騎腳踏車和散散步。

請問阿公或阿嬤目前最大的願望是：

由於外婆的學歷不高，因此她希望她的子孫能學業有成，並學會為人處事的基本道理，和腳踏實地做好每一件事。

請貼上你和阿公阿嬤的照片或畫出你和阿公阿嬤的圖片吧！



祈樂園參訪

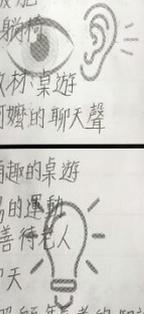
505 22 王雅嫻 3579

- 活動名稱
1. 很多阿公阿嬤
 2. 課桌椅
 3. 籃球機
 4. 復健設施
 5. 輪椅、拐杖
 6. 廁所
 7. 上課教材、桌遊
 8. 阿公、阿嬤的聊天聲

- 看到聽到
1. 如何和老人們一起分工合作完成作品
 2. 如何和老人們相處和溝通
 3. 照顧老人們的方法和注意事項
 4. 老人可能會遇到的問題
 5. 造成老人家行動不便的原因
 6. 日照中心的功能

- 想到
1. 設計一些有趣的桌遊
 2. 教老人簡易的運動
 3. 要尊重且善待老人
 4. 陪老人聊天
 5. 學習更多照顧年長者的知識
 6. 其實年長者需要其他人多陪伴
 7. 老人像我們一樣，喜歡新奇有趣的事物

- 還想知道
1. 阿公阿嬤每天都要上課嗎?
 2. 阿公阿嬤怎麼來上課?
 3. 每天上課的內容是什麼?
 4. 祈樂園裡面有幾位老師? 幾位老人?
 5. 每天上課多久? 上幾節課
 6. 如果阿公阿嬤身體不舒服，會有醫護人員幫忙解決嗎?



小朋友：我們參訪過嘉義市長青園，對長青園內部設施與老人照料有初步的認識，請你完成下列的問題。

一、你觀察到長青園中有哪些硬體設施（例如輪椅、電梯等等）？請簡單說明。
 二、進門口看到許多的課桌椅，以及大大小小的置物櫃，旁邊還有一台籃球機和幾台老人專用的運動設備。

二、如果今天在路上看到行動不便的老人要過馬路，你會怎麼做？
 我會走到那位老人家旁邊，並攙扶著他，也會阻擋對向車流，陪伴他安全過馬路。

三、老人家因為年紀較大，身體功能退化，所以容易罹患慢性疾病或是行動不方便，請你說說你可以如何主動關懷或幫助他們？

人老了不良於行，最需要的就是關心和陪伴，可以藉由健康促進活動，以及社區據點關懷，滿足老人家身心多方面需求，讓阿公阿嬤可以在地活躍，延緩老化。

四、阿公阿嬤辛苦的把自己的子女帶大，盼著子女長大成人，身為小學生，我們要如何對待阿公阿嬤呢？

在我小的時候，阿公阿嬤輪流照顧我，現在他們老了行動緩慢走不動，我就像是他們的拐杖，我得扶著他們慢慢走。以前他們總是把最營養的食物留給我吃，讓我趕快長大，現在他們牙齒掉光了，我也要把我最愛的布丁留給他們當點心。

五年 5 班 座號：22 姓名：王雅嫻

小朋友，老人的銀髮代表著智慧與經驗。這是他們生活的歷練，俗話說：「家有一老，如有一寶」，與老人家相處，可以提供我們許多生活知識，訴說著他們成長的故事。有一天我們也會老去，以前是阿公阿嬤辛苦的將爸爸媽媽帶大，才有現在的我們。請你運用豐富的想像力，將你未來心目中「理想中的老人生活」簡單的畫下來，並用幾句話描述。



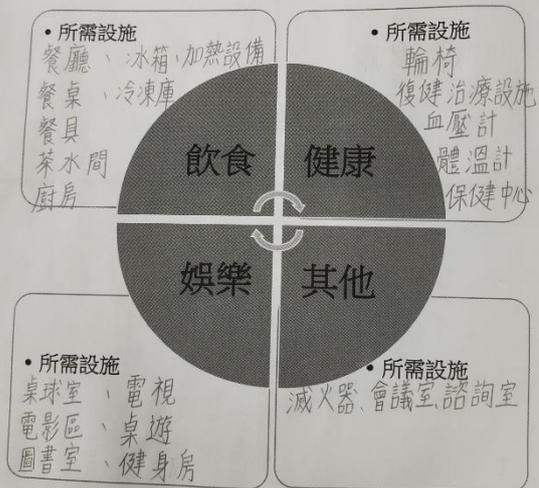
我心目中未來的老人生活：

假如我老了，頭髮白了，額頭長滿了皺紋，手腳也不靈活了，但是我也不會一直待在家裡，有時候我會去散散步，和老朋友聊聊天，還有陪伴可愛的孫子。為了讓老年生活過得充實，就是要有一些興趣去從事，並有學習新事物的熱情，這樣才能讓自己樂在其中享受生活。

很棒的老年生活！

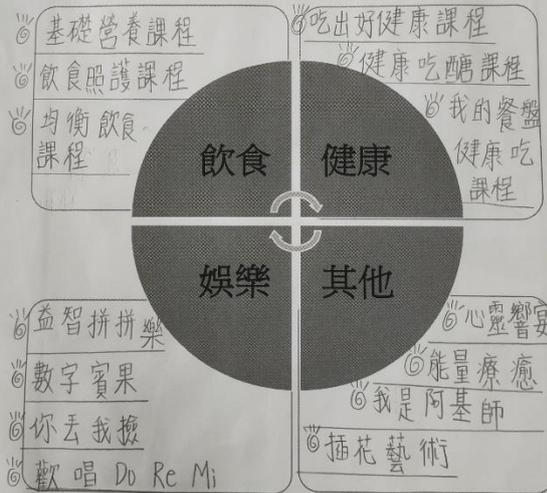
我是小小設計師之夢想中的長照中心規劃

經過一連串參訪與觀察活動，我發現年長者最需要的硬體設施有：



我是小小設計師之夢想中的長照中心規劃

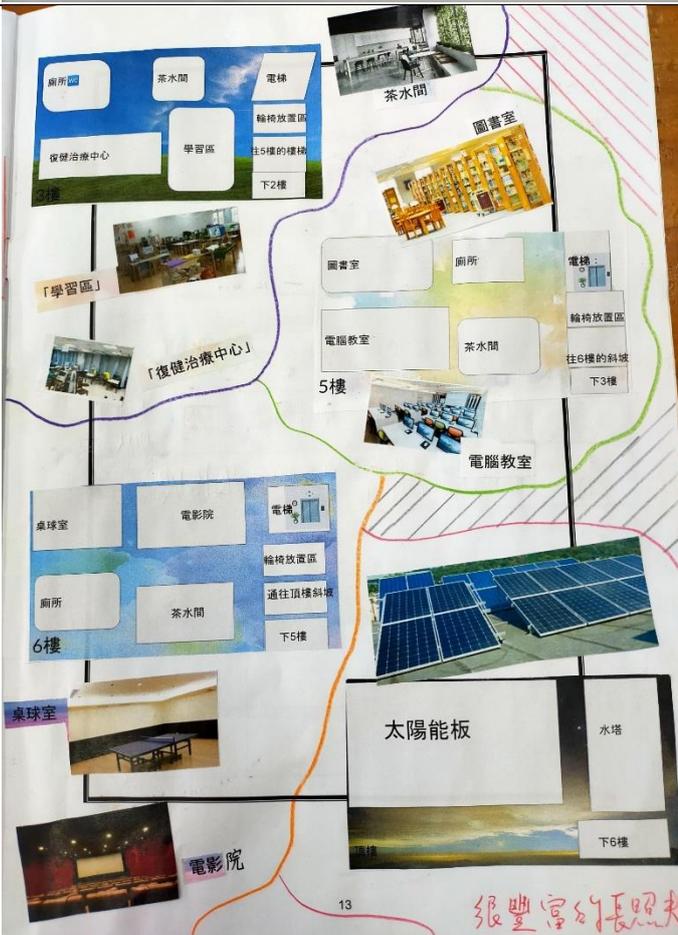
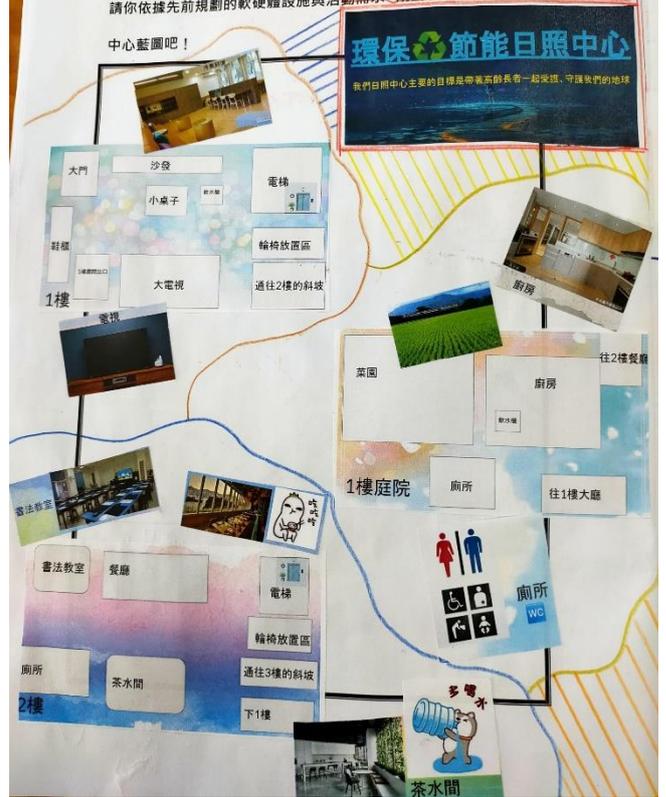
經過一連串參訪與觀察活動，我發現年長者最需要的軟體課程活動有：



11

我是小小設計師之夢想中的長照中心藍圖

請你依據先前規劃的軟硬體設施與活動需求，規劃屬於你的夢想長照中心藍圖吧！



很豐富的長照中心

各位小朋友，恭喜你即將變成銀髮族達人，不過在成為銀髮族達人之前，請把你關懷銀髮族(可以包含家中、鄰居以及陌生的銀髮族)的時間、地點記錄下來，找見證人幫你簽名，如沒有見證人也可以自行簽名(老師相信大家都是誠實的好孩子)，別忘了在學期末要完成喔！

關懷銀髮族存摺 1

存摺主人是：楊峰輝

日期	地點	關懷的事情	關懷的對象	見證人	備註
7/13	家裡	煮飯	奶奶	福	
7/15	人行道	過馬路	奶奶	福	
7/16	火車站	拿行李	爺爺	福	最後我還有幫爺爺拿到
7/18	家裡	做家事	媽媽	金	
7/20	家裡	工作	爸爸	金	
7/21	馬路	問路	爺爺	福	最後那位爺爺順利到達目的
7/23	家門口	問路	奶奶	福	

關懷銀髮族存摺 2

存摺主人是：楊峰輝

日期	地點	關懷的事情	關懷的對象	見證人	備註
7/23	家裡	切菜	奶奶	五	
7/24	公園	運動	奶奶	五	
7/25	家裡	記憶	爺爺	楊	
7/26	家裡	眼睛	奶奶	金	
7/27	家裡	廁所	奶奶	金	
7/28	家裡	洗手台	奶奶	楊	
7/29	家裡	電視	爺爺	楊	

恭喜你成為銀髮族達人！別忘了要持續把關懷存進你的心中喔！

銀髮情課程省思

小朋友：

這一年來，我們進行校本課程銀髮情—關懷銀髮族的課程，在這學期課程結束後，你是否更加了解老人家，而進一步能主動給予關心或照顧呢？

我國已於1993年成為高齡化社會，2018年轉為高齡社會，推估將於2026年邁入超高齡社會。2065年每10人中，約有4位是65歲以上老年人口，而生4位中則即有1位是85歲以上之超高齡老人。隨著社會進步、醫藥發達，出生率及死亡率逐年降低，台灣老年人口的比例正大幅增加，高齡化社會已成為重大議題，所產生的現象與問題也逐漸浮現。台灣即將從「高齡化社會」邁入「高齡社會」，如何維護高齡生活的品質與尊嚴，以及訂定健全的社會福利和健康政策，已是政府刻不容緩的挑戰。請根據你在這個課程中的觀察與感受，為我們政府提出五點合適的老年福利政策。

1. 保障老人口腔健康，減輕老人經濟，應補助裝置假牙實施計畫。
2. 居家復健師，到家中教導基本日常生活功能訓練及輔具的使用練習。
3. 中重度失能者滿足就醫及使用長期照顧服務為主，應提供交通服務需求。
4. 行動困難者或需特別照顧者提供居家送餐服務。
5. 家庭托顧服務，類似保母的服務模式，除了照顧自己家的失能長者外，也幫忙照顧附近需要照顧的失能長者。

來自家長的回饋：在高齡化的社會中，學校方面安排課程活動「孫祖體驗」，「祈樂園參訪」，有銀髮族在共融，讓孩子們學習如何關懷老人，也能溫柔體貼有耐心對待家中的長者，機會能源源不絕循環不已。❤

★活動照片

說明：體驗銀髮長者的身體的退化。(彭祖體驗)



說明：體驗銀髮長者的身體的退化。(彭祖體驗)



說明：參觀拾智園，老幼共學。(日照中心參訪)



說明：陪伴銀髮長者活動。(彭祖體驗)



說明：與長輩合影留念，彼此依依不捨。



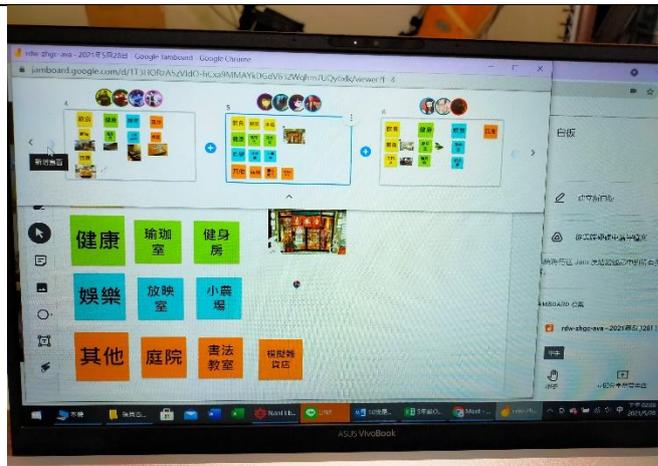
說明：參觀拾智園，老幼共學。(日照中心參訪)



說明：線上踴躍討論。(停課不停學)



說明：利用白板共用討論日照中心。(停課不停學)



說明：設計日照中心活動，關懷老人



說明：邀請老人到校同樂



※注意事項：

1. 內文 A4 直式橫書、左側裝訂、單行間距、插入頁碼、字型大小 12 號。
2. 表格若不敷使用，請自行增刪，包含附錄總頁數至多 30 頁。
3. 電子檔案光碟：內含繳交資料（附件 1 至 2）及 3 分鐘短片，文件檔以 ODT 及 PDF 格式儲存；影音檔以 wmv、mpeg、mpg 或 mp4 格式儲存，片頭標示名稱與設計者姓名；圖片檔需另以 jpg 檔提供。

附件 3 徵選專用信封封面

110 年度戶外教育優質課程模組與創新教學案例徵選 徵選專用信封

寄件人 / 單位：地址：電話： 嘉義市興嘉國民小學 嘉義市重慶路 51 號 05-2860885*114

徵選類別：課程模組 教學案例徵選組別：國中組 國小組

貼足限時掛號郵
資

20224

基隆市中正區北寧路 2 號（綜合三館 3 樓）

國立臺灣海洋大學臺灣海洋教育中心 高小姐收

注意：

- 一、信件以掛號寄件，如以平信郵遞發生遺失或延誤而致無法報名，責任由報名人負責。
- 二、徵選日期至 110 年 9 月 22 日（星期三）截止，以郵戳為憑，逾期不予受理，寄出後不得修改內容及其附件。
- 三、請確認寄件資料後再寄出，信封內需有以下資料：
 - 【附件 1】110 年度戶外教育優質課程模組與創新教學案例徵選 報名表 1 份
 - 【附件 2】110 年度戶外教育優質課程模組與創新教學案例徵選 設計格式一式 5 份
 - 電子檔案光碟（內含附件 1、附件 2 及 3 分鐘短片）

