



教育部樂齡學習南區輔導團



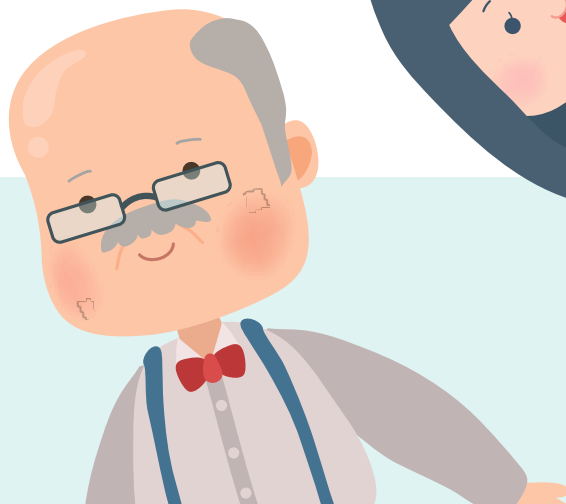
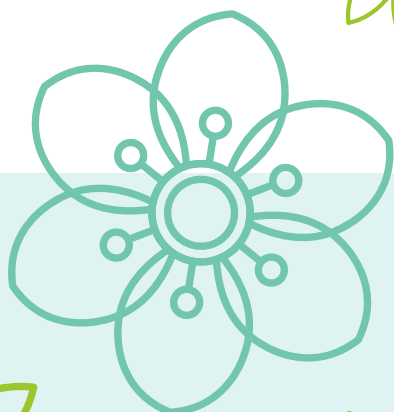
107年度徵選



優質代間教育活動設計方案彙編



委託機關	教育部
執行單位	國立高雄師範大學成人教育研究中心
計畫主持人	李百麟教授／國立高雄師範大學成人教育研究所
協同主持人	何青蓉教授／國立高雄師範大學成人教育研究所 楊國德教授／朝陽科技大學銀髮產業管理系





教育部樂齡學習南區輔導團

107年度徵選

優質代間教育活動設計方案彙編



編序

世代融合新經驗

值此我國邁入高齡社會之時，為了解不同世代的需求，以建構「尊老、敬老」之友善社會為目標，及倡導家庭世代互動共學，降低跨世代之間的鴻溝，以代間方案創新設計方式，傳承與創造世代融合新經驗。

在社會高齡化和少子女化的趨勢下，樂齡學習南區輔導團了解高齡教育和代間教育的重要性，向全國樂齡學習中心徵選優質代間教育活動設計方案，鼓勵發展具體可行的教學方案設計，分享兒童及青少年與高齡者代間學習教學設計構想，本徵選活動共選出21件優質代間教育活動設計方案，其具有創新性、獨特性，能結合社會或運用網路等多元學習資源，整合代間學習方式，提供換位思考的機會，重新省思代間關係和相處模式，以對方所需要的方式來互相對待，以期達到「世代融合」的社會氛圍。

期能藉由徵選優質代間教育活動設計方案，提升國內小學及中學校園、社區兒童與青少年或銀髮活動中心、樂齡學習與高齡教育機構之教師專業與方案創新設計能力，促進代間互動分享與融合創新，創造世代融合新價值。

活動目標

徵選優質代間教育活動設計方案，鼓勵發展具體可行的教學方案設計，分享兒童及青少年與高齡者代間學習教學設計構想。

提升國內小學及中學校園、社區兒童與青少年或銀髮活動中心、樂齡學習與高齡教育機構之教師專業與方案創新設計能力，以促進代間互動分享與融合創新，傳承與創造世代共融新經驗。

參加對象

全國樂齡學習中心及高齡教育機構之教學者、實務工作者及關心高齡教育之社會大眾。

實施方式

一、方案實施對象：

本方案實施對象係以不同世代之對象為主，所含代間學習對象以兒童或青少年與55歲(含)以上之樂齡族互動為主要對象。

二、方案設計：

投稿者需提供符合活動目標主題之代間教育課程，設計具體可行的代間教學活動設計方案。方案設計作品需包括代間教育課程理念與目標與執行規劃與效益評估，需具有創新性、獨特性，能結合社會或運用網路等多元學習資源，以及提供自編之教學素材、方法與活動原創設計等。

評審方式

一、評審委員：

將聘請相關領域之專家學者及教學經驗豐富之教師，擔任評審組成評審團進行作品審查評選。

二、評選標準：

- (一) 整體性(25%)：方案結構完整、掌握主題、符合代間教育之精神。
- (二) 創新性(25%)：方案設計生動富創意，能激發參與興趣、及學習熱情。
- (三) 可行性(25%)：方案設計符合教學原則及具體可行。
- (四) 效益性(25%)：方案設計能落實代間教育教育理念與課程目標並有具體效益指標。

錄取名額

第一名1位、第二名2位、第三名3位、入選獎15名，頒發獎金及獎狀1紙，予以獎勵。為維持得獎作品之水準，得視參賽件數、作品水準調整部分獎項數量並得從缺。

目錄

第一名

- 祖孫鬥魚趣 7
郭彥志、吳雅真、賴玫卿
-

第二名

- 環保教育融入「桌遊及手作立體書」代間教育方案 19
李嘉莉
- 【青銀共「攝」／你是我的眼】代間故鄉微視頻課程 37
李桂芳、謝明原
-

第三名


- 洄游望鄉，譜出幸福圓舞曲 54
雷孟珊
- 唱vuvu的歌，唱出vuvu的兒時回憶 65
鄭易旻
- 繪出代間生命精彩 72
劉淑美
-

佳作


- 大手牽小手代間方案～當我們玩在一起 86
王月娥
- 快樂藏寶箱 104
曲冠潔
- 大魚 等魚 小魚 117
吳雅茹
- 「旭陽VS夕陽」代間學習成長營 127
沈玉琴

佳作

- 愛的路上我和您 138
邱麗文
- 當代間教育遇見蒙娜麗莎 152
涂嘉仁
- 溫馨世代情——愛樂陪伴 進擊人生 165
莊博文、費陪弟、周怡君
- 【小師傅&老徒弟 趴趴走一代間學習方案】 196
陳素鳳
- 從老照片說未來的故事 211
游步廣
- 社區老少共學～老人特徵認識及生活經驗故事活動 215
湯惠仔
- 大手牽小手 相知你和我 234
劉子瑜
- 記憶裡的金柑糖，等你來重溫 264
劉辰璇
- 代間交享閱・How書福 285
鄭窈窕
- 「老童玩、促健康」代間教育活動設計方案 299
蕭月娟
- 【阿公的回憶錄】聲動繪本代間方案 305
謝明原、陳怡瑄



第一名



祖孫鬥魚趣

郭彥志、吳雅真、賴玫卿

祖孫鬥魚趣

方案背景

學校的生態池，因使用除草劑使得植物大量枯萎，苗栗縣三義鄉建中國小附屬幼兒園的孩子，與每天到校接送的爺爺、奶奶們看見髒亂的池塘，覺得池裡的小魚很可憐，於是在長輩與教師發想下，決定把在生態池中，在地的「三義型蓋斑鬥魚」，暫時搬離髒亂的家園，等待至生態池在學校的整理與復原後，再放回原來的生態池。在行動的過程中，三義鄉樂齡學習中心的學員、幼童與家中的長輩、教師群，共同參與、指導與守護家鄉的特有生物。

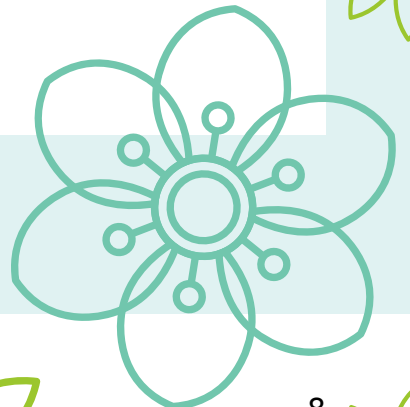
方案設計理念與目標

(一)、設計理念

苗栗縣三義鄉是美麗的客家山城，在2016年通過義國際慢城認證，成為國際慢城之一。三義也是台灣的特色小鎮之一，除有獨特的木雕、客家文化外，土生土長的「三義型蓋斑鬥魚」色彩鮮豔，在自然環境中，可以吃掉大量蚊子的幼蟲(孑孓)，避免病媒蚊的孳生；隨著自然生態的變化，曾經在祖父輩記憶中水溝、池塘隨處可見的魚種，近年銳減，已不容易發現。

從生態池的枯黃蕭條景象，樂齡學習中心的學員、幼兒園教師為守護三義家鄉特殊的魚種，於是展開「祖孫鬥魚趣」方案。樂齡學習中心的學員們從方案中，找回記憶中美麗的「龐鼓辣」；幼兒們從關懷環境、與家中的長輩、樂齡學習中心的爺爺、奶奶們，共同了解生態環境的現狀，並一起守護水中的小生命，找回被遺忘的三義原生型蓋斑鬥魚。

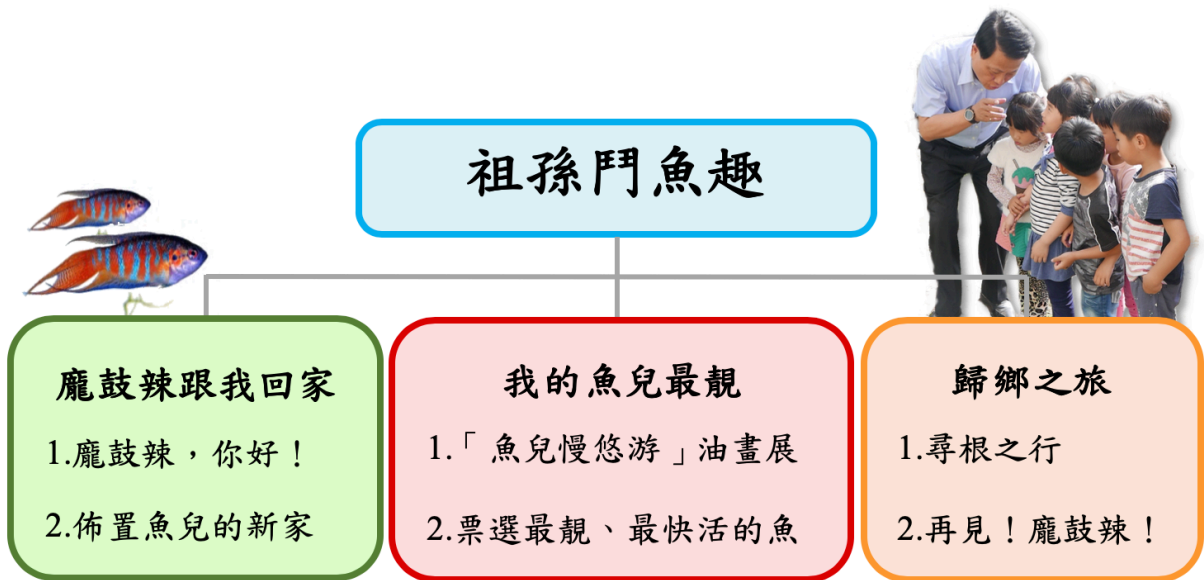
「祖孫鬥魚趣」的方案課程包含三個單元活動「龐鼓辣跟我回家」、「我的魚兒最靚」、「歸鄉之旅」，其中「龐鼓辣」即是客家語中的蓋斑鬥魚，「最靚」則是最漂亮之意。從方案活動中，樂齡學習中心的學員、幼兒與社區民眾們，



參與、指導、守護，讓長者重溫孩提舊夢、幼者體會自然保育的重要。蓋斑鬥魚讓祖孫間產生了新的火花，透過祖孫間的互動火花，照亮世代中燦爛美麗的時刻，長者能發揮長者所長，增加代間的溝通與彼此關懷。

(二)、設計目標

「祖孫鬥魚趣」方案架構如下：



以「龐鼓辣跟我回家」、「我的魚兒最靚」、「歸鄉之旅」三個單元活動，進行代間教育活動設計方案。方案設計的目標如下：

1. 喚起樂齡學員、長輩對蓋斑鬥魚的兒時記憶。
2. 增加樂齡學員、長輩與兒孫的互動機會，了解彼此與經驗傳承。
3. 藉由活動了解生態與環境的改變，並啟發更多的環境保育行動。

祖孫鬥魚趣



方案主要內容概述與活動帶領主要原則

(一)、龐鼓辣跟我回家

鬥魚（龐鼓辣）達人—吳家達先生（亦為樂齡學員）帶領其他樂齡學習中心學員，與幼兒園幼童分享蓋斑鬥魚的生活習性、生態環境…等。跟蓋斑鬥魚熱情打招呼後，將學校生態池的蓋斑鬥魚暫時撈出放到各個魚缸，請孩子帶回家與長輩分享，並細心照料。（魚缸的準備，則先由幼兒園教師與家長溝通，獲得家長支持與配合。）



圖一、鬥魚達人入班指導幼兒認識蓋斑鬥魚。



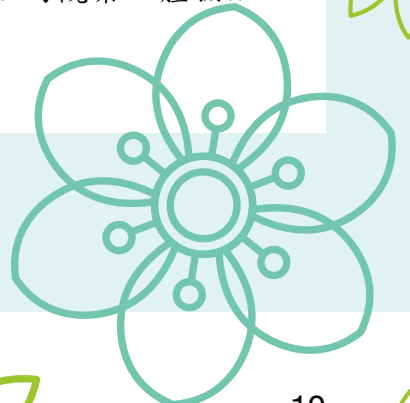
圖二、樂齡學員們陪同幼兒到生態池了解鬥魚生態與環境。

◆ 活動帶領主要原則：

1.在鬥魚達人帶領下，幼兒認識三義型蓋斑鬥魚，樂齡學員們支持校園進行生態池的復原，熱心指導幼兒與家長、長輩，如何飼養、保育蓋斑鬥魚。

2.將蓋斑鬥魚放入魚缸，能近距離的觀察、了解鬥魚外型特性與活動情形，讓幼兒與家長、長輩內化愛護生物、愛惜生命的情懷。

3.鬥魚達人與樂齡學習中心的學員們，定期了解幼兒們帶回蓋斑鬥魚的生長情形，並隨時提供建議與支援。為協助蓋斑鬥魚有更好的生活環境（復原後的生態池、乾淨的田園水圳），魚缸中的蓋斑鬥魚飼養，只是暫時性的觀察、體驗活動。



★ (二)、我的魚兒最靚

學校生態池經過一個多月的復原後，由三義鄉樂齡學習中心與建中國小附屬幼兒園共同舉辦「我的魚兒最靚」活動，特別邀請三義鄉樂齡學習中心學員，展示豐富的「魚兒慢悠游」油畫作品，一起共襄盛舉。（三義鄉樂齡學習中心開設多元課程，其中油畫課程由三義在地畫家曾淑敏老師指導，本期以在地的蓋斑鬥魚為主題，完成在地特色畫作，並藉此機會展覽。）

活動開放社區民眾參加，共同展示幼兒帶回的照料的蓋斑鬥魚，分別也由孩子、父母與長輩共同布置各式各樣魚兒的家(魚缸)，經過一個多月的細心照料，藉此活動開放幼兒、小學部學童、社區民眾、樂齡學員們共同票選：魚兒慢悠游～哪條蓋斑鬥魚看起來最靚、最快活？



圖三、幼兒與曾祖母一起觀察蓋斑鬥魚的生長情形，並分享自己的心情。



圖四、展示版上掛的樂齡學員的油畫作品。



圖五、桌上的魚缸裡，皆為幼兒與長輩們照料了一個多月的蓋斑鬥魚。

祖孫鬥魚趣



圖六、樂齡學員、社區民眾熱情參與活動。



圖七、由幼童們為長輩與樂齡學員介紹自己守護的蓋斑鬥魚。



圖八、三義鄉徐文達鄉長指導與引言。



圖九、幼兒們為參與民眾介紹三義原生種的蓋斑鬥魚。



圖十、學童們欣賞三義原生種的蓋斑鬥魚。



圖十一、學童投給自己覺得最靚、最快樂的蓋斑鬥魚。



✧ ◆ 活動帶領主要原則：

1. 樂齡學習中心課程開設，能配合鄉內學校教育、社區文化活動，增加祖孫間互動、共同參與活動的機會。三義鄉樂齡學習中心與油畫課程教師、學員，認同與支持此方案的設計與進行，努力彩繪家鄉美麗的鬥魚、完成「魚兒慢悠游」油畫展，進行「我的魚兒最靚」的活動。

2. 由幼兒園的幼兒與家長、長輩們共同照料的鬥魚都很健康，每一條蓋斑鬥魚都展現旺盛的生命力。活動現場氣氛熱列，學童、樂齡學習中心學員與社區民眾的共同參與之下，每條魚兒皆有其伯樂，大家共享歡樂氣氛。

3. 「我的魚兒最靚」票選活動，由大家共同參加，獲得最多票數的蓋斑鬥魚的小照顧人（幼兒），由教師給予獎品以茲鼓勵。

（三）、歸鄉之旅

待學校生態池的復原後，即是鬥魚回家的時候。因每一條蓋斑鬥魚都有生活區域，也會極力捍衛自己的勢力範圍，蓋斑鬥魚需要較大的生存環境，樂齡學員們以個人經驗，也尋求家鄉耆老的意見與經驗，尋找家鄉的田野、山林環境中，乾淨、無污染的田園、水圳，最後，帶領幼童分別在三處放回已照料月餘的蓋斑鬥魚。「再見，龐鼓辣！」和鬥魚分離，亦是祝福蓋斑鬥魚回歸大自然，能夠繁衍、復育且增加數量，未來在家鄉的水溝、田野、水圳裡重現蹤跡，就能再見龐鼓辣！

在歸鄉之旅活動中，一位阿公跑到學校問幼兒園主任：「妳們還有沒有三義原生種蓋斑鬥魚，送我一尾最美的，最幸福的魚兒好嗎？」這位長者已好久不見這種三義原生種的蓋斑鬥魚，徵求幼兒們的同意，協助放至長者家裡的水池。「祖孫鬥魚趣」方案課程即圓滿結束。

祖孫鬥魚趣



圖十二、幼兒在教師、樂齡學員們帶領下，將蓋斑鬥魚放回學校生態池。



圖十三、協助蓋斑鬥魚放回無污染的田園。



圖十四、將蓋斑鬥魚放回乾淨的水圳。



圖十五、將蓋斑鬥魚放到長者家的水池。

◆ 活動帶領主要原則：

1. 樂齡學員指導幼兒，將蓋斑鬥魚回歸生態池、自然環境中，活動進行中讓學員與幼兒能覺察自然生態保育的重要。

2. 在地樂齡學員們、鄉內耆老對於三義的環境最為了解，協助尋找乾淨的田園水圳，帶領幼兒將蓋斑鬥魚野放回大自然間。



參與對象和人數

「祖孫鬥魚趣」方案活案動參加對象如下：

- (一)、龐鼓辣跟我回家：以樂齡中心學員、幼兒園幼童為主，約30人。
- (二)、我的魚兒最靚：樂齡中心學員、幼兒園幼童、小學部學童、社區民眾，約120人。
- (三)、歸鄉之旅：以樂齡中心學員、幼兒園幼童為主，約30人。

活動執行

- (一)、各項活動/教學進行時間、方式

本方案內容及執行情形如下：

單元活動	活動內容	活動時間
龐鼓辣跟我回家	1.龐鼓辣，你好！ 2.佈置魚兒的新家	2 小時
我的魚兒最靚	1.「魚兒慢悠游」油畫展 2.票選最靚、最快活的魚	2 小時
歸鄉之旅	1.尋根之行 2.再見！龐鼓辣！	2 小時

祖孫鬥魚趣

(二)、各項活動/教學預期目標與效益

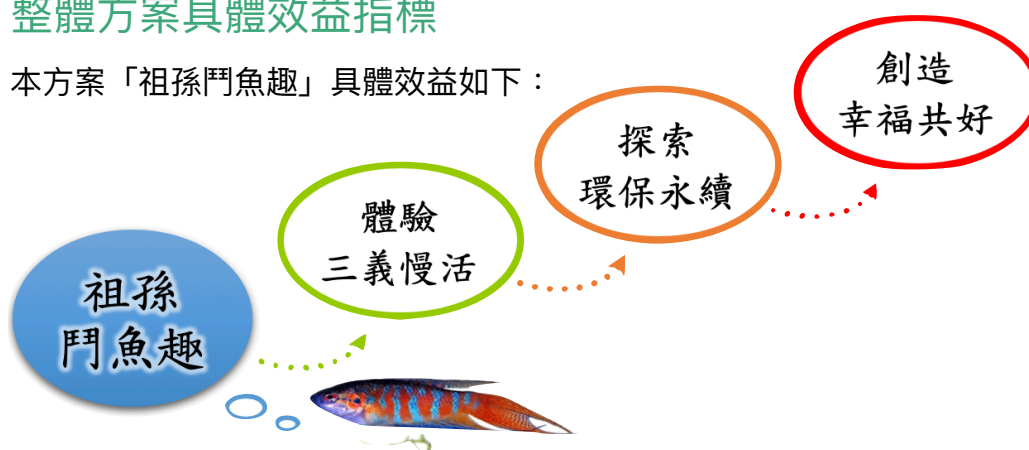
單元名稱	執行項目	執行內容
龐鼓辣 跟我回家	目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.知道目前三義型蓋斑鬥魚的生存困境。 2.指導、協助幼兒園幼兒，將蓋斑鬥魚放至各魚缸。 3.學校生態池復原情形，給予關注、支持與協助。
	效益	<ol style="list-style-type: none"> 1.喚起樂齡學員們對三義型蓋斑鬥魚的回憶。 2.學員分享經驗，指導蓋斑鬥魚照顧方式與注意細節。 3.將原生態池中的蓋斑鬥魚暫時移出，保育本土魚種。
我的魚兒 最靚	目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.完成油畫作品、協助布置油畫作品與魚缸展覽場地。 2.參與幼童發表照顧蓋斑鬥魚的分享心情與票選活動。 3.欣賞油畫、蓋斑鬥魚展出，切磋照顧鬥魚的經驗與心得。
	效益	<ol style="list-style-type: none"> 1.學員熱情積極參與學校、樂齡學習中心舉辦的活動。 2.結合社區、學校、樂齡中心資源，與鄉親們歡聚同樂。 3.找回長者蓋斑鬥魚的印象，強化環境保護概念與行動。
歸鄉之旅	目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.學員能評估生態環境，尋找家鄉內乾淨田園與水圳。 2.再見龐鼓辣：學員帶領幼兒將蓋斑鬥魚放回大自然。
	效益	<ol style="list-style-type: none"> 1.學員覺察環境破壞情形，協助維護改善自然環境與生態。 2.樂齡學員與幼童行動，期能世代相傳、守護美麗的家鄉。

(三)、各項活動/教學準備 (教材、教室空間與環境、師資/人力、評量工具)

單元名稱	教學準備	準備內容	師資/人力
龐鼓辣 跟我回家	教材	樂齡學員的生活經驗	鬥魚達人(吳家達)、學校行政 團隊、教師團隊、幼兒家長
	空間	家鄉的學校教室、生態池	
我的魚兒 最靚	教材	樂齡學員的油畫作品 三義型蓋斑鬥魚	在地畫家(曾淑敏)、樂齡學 員、學校行政團隊、教師團 隊、幼兒家長、社區民眾
	空間	學校校園展覽區	
歸鄉之旅	教材	家鄉田野、山林，耆老經驗	樂齡學員、社區民眾、教師 團隊、家鄉耆老、社區民眾
	空間	生態池、田園與水圳	

▲ 整體方案具體效益指標

本方案「祖孫鬥魚趣」具體效益如下：



祖孫鬥魚趣

(一)、學員們體驗三義慢活，樂於投入學齡學習。

三義鄉樂齡學習中心開設多元課程，讓參與的學員有多元學習的選擇。慢城三義的「慢活」，要學員們放慢腳步，觀察、欣賞、看見家鄉之美，並喚醒、增加對家鄉的愛；學員們分享經驗與智慧、重拾對學習的樂趣、體驗與享受「樂活」，與社區的鄉親、學校師生，一起共創生命的深度。

(二)、學員們探索環保永續，實踐關懷自然與尊重生命。

從兒時記憶中隨處可見的「蓋斑鬥魚」所處之困境，透過體驗、探究、協助兒孫輩的在地學習，學員們對於家鄉環境有更深刻的認知，在方案進行中，能關懷家鄉土地，了解人與土地的關係，進而從自我覺察環境保育的重要、尊重自然與生命，持續落實環保行動。

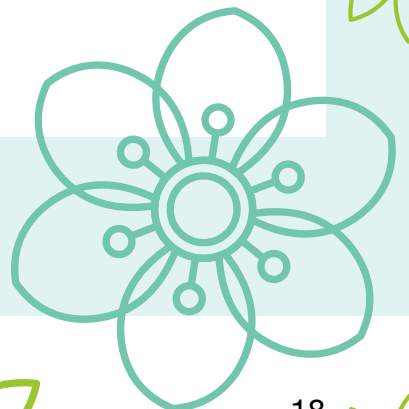
(三)、與幼兒及他人分享、溝通與互動，創造幸福共好。

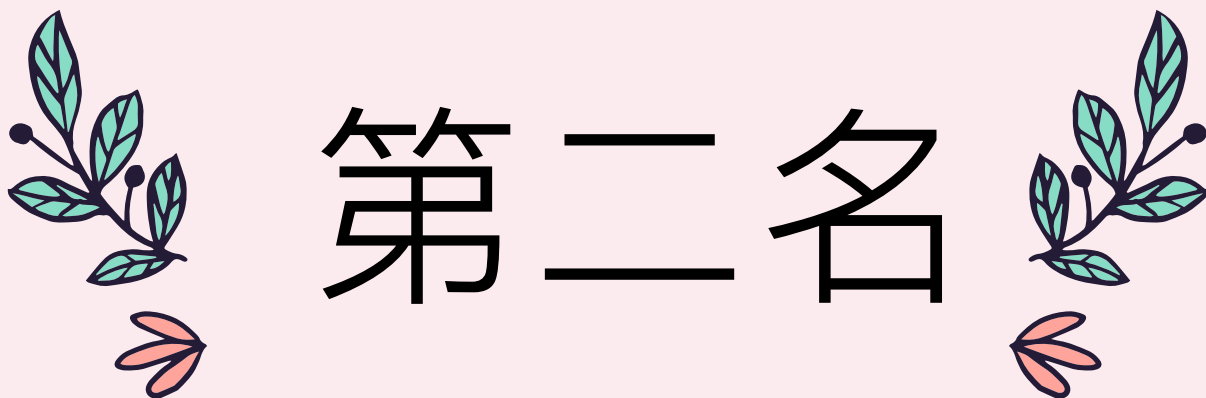
學員分享個人的經驗與智慧，帶領兒孫輩認識家鄉、看見自己、也感受到「自己被他人需要」的重要性，更有自信與他人溝通、互動。從學習、體驗、經歷中，了解生命的價值與意義，更能積極參與各項活動，伸出雙手協助身邊的人事物，從行動中感受，建立個人與兒孫、鄉親朋友的「幸福共好」生活。



活動之參考文獻資料

- 一、《苗栗縣106年度推動樂齡教育教案教材徵選成果集》，苗栗縣政府(2017)。
- 二、《苗栗縣樂齡學習中心教材：樂居山城 齡動貓狸》，苗縣教育處(2012)。
- 三、《祖孫代間教育執行策略彙編》，教育部(2009)。
- 四、《樂齡學習系列教材5—家庭代間關係》，教育部(2014)。
- 五、《樂齡學習系列教材：啟動高齡力：高齡人力資源的發展》，教育部(2014)。





第二名

環保教育融入

「桌遊及手作立體書」

代間教育方案

李嘉莉



方案背景

根據聯合國定義及國家發展委員會105年推估，我國在民國115年65歲以上老年人口將佔總人口20%以上，達到「超高齡社會」的標準（內政部統計處106-03-01發布），台灣老年人口快速增加是無法抗拒的事實，這也意味老人相關議題刻不容緩值得社會關注。現今老年人和子孫三代同堂居住型態因工作地點或其他因素，已不若往昔的多，如何填補老人和兒孫間因地理區隔造成孤立感，同時減少兒童缺乏與老人互動的疏離感，是維繫良好家人關係重要課題。

代間學習是先進國家面對整體社會衝擊的積極因應途徑（黃富順，2004）。畢竟身為祖父母，代表的意義與價值是生命的延續、情感的實現、經驗的傳承、心願的實踐等。祖孫關係的維繫除了靠血緣關係外，還有情感的支持、人格特質的影響，以及雙方互動互信的結果（老人教育白皮書，2006，p. 16）。也因此教育部為倡導家庭世代互動共學，喚起各界對於親情、孝道及敬老尊賢倫理道德的重視，自99年起推動「祖父母節」，並自100年起將每年8月第4個星期日訂定為「祖父母節」。

家庭世代互動共學衍生許多相近名詞「代間學習」；「代間教育」；「代間方案」等。分別簡介諸名詞：1.代間學習如黃富順（2004）指出，代間學習（intergenerational learning）係指安排彼此彼此合作，進而完成有意義的任務。2.代間教育就Berenbaum&Zweibach（1996）的看法是世代統合提出連結老年世代和年輕世代（包含幼兒、兒童、青少年和青壯年）在一個動態的情境下，交換價值、資源、傳統，相互鼓勵與關心。讓不同世代依計畫，透過持續性、系統性與規則性的基礎達到有意義的學習與社會經驗交流的一種教育方式。3.代間方案指能促使年輕世代與老年世代在一起互相得利的任何活動或教育計畫。對代間方案的描述為強調製造代間聚會的機會，用於提升兩代間相互作用、支持，並且提出連結老年世代和年輕世代（包含幼兒、兒童、青少年和青壯年）在一個動態的情境下，交換價值、資源、傳統，相互鼓勵與關心。讓不同世代依計畫，透過持

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案

續性、系統性與規則性的基礎達到有意義的學習與社會經驗交流的一種教育方式。3.代間方案指能促使年輕世代與老年世代在一起互相得利的任何活動或教育計畫。對代間方案的描述為強調製造代間聚會的機會，用於提升兩代間相互作用、支持，並且提供彼此照顧（Kaplan,2001）。本文綜合代間學習、代間教育、代間方案的重要意涵，設計教育活動使不同世代得以彼此合作，達到有意義的相互學習，在一個動態的情境下，交換價值、資源、傳統，相互鼓勵與關心的代間教育活動設計方案，本文以下統一簡稱為代間方案。

基於氣候暖化嚴重、經濟財源支出、讓不同代間進行有意義的互利活動等考量，因而設計一個代間方案同時重視環保概念的提升，教材不花大錢，手腦並用讓世代合作且提升創意，代間高質量的相互陪伴，同時活動後未來在家亦可無限延伸創意再製的效益。本代間方案以環保繪本影片導入、輔以手作立體書（卡）、玩桌遊、桌遊道具製作、科學實驗等項目進行。



設計理念與目標

設計方案第一優先考量的是人，其次才是活動的事與物。本代間方案係以代間可以相互陪伴、互動合作為主，滿足不同世代的知、情、意、行，活動生動有趣，取材容易可延續再進行。

一、設計理念

本代間方案設計理念，簡述如下：

1. 代間溝通、合作、互動手作完成作品
2. 以繪本引發興趣，融入環保概念的推展
3. 建立就地取材或低成本自製玩具概念
4. 手腦並用的實作啟發創意，帶來成就感和樂趣
5. 代間方案內容具有延續性

二、方案目標的設定

(一) 方案目標的思路

關於如何思考方案目標的設定，擬參考michaelhyatt (2018) 提出的S.M.A.R.T.E.R步驟，依循思路設定目標：

1. specific：目標非常明確，係以代間互動方式進行，兼顧智情意行融入環保概念
2. measurable：每單元皆可完成作品，並進行展覽分享
3. actionable：不只是靜態欣賞繪本電子檔或聽講，而是每單元皆有實作動態
4. risky：無論桌遊、繪圖、手作立體卡（書）皆具挑戰性
5. time-keyed：每單元需完成作品，時限2小時
6. exciting：單元內容豐富活潑多樣化，樂趣無限
7. relevant：單元材料皆來自生活中隨手可得，部分更是回收再利用，和生活不脫節

(二) 方案目標

本代間方案的目標包含促進世代溝通互動、滿足不同世代需求、社會參與、挑戰個體異質創意、方案具延續性等方面說明如下：

1. 促進世代溝通互動：代間高效能的溝通、分工合作、積極互動
2. 滿足不同世代需求：動動腦、動動手滿足不同世代需求，達到相互受益
3. 社會參與：本方案以環保教育為主題
4. 挑戰個體異質創意：發揮個人不同創意
5. 方案具延續性：作品具成就感帶來自信及樂趣，方案結束後，在家亦可無限次數再進行

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案



方案主要活動概述與活動帶領

方案總時數8小時，包含4個單元，每個單元以2小時計，可視為一次性活動，同一天循序進行4個單元；或每週2小時進行4次。每單元結束時完成一個作品。

一、前導研究作為本代間方案的基礎

在設計本代間方案前筆者正好在台南某國小進行閱讀創作營總時數為30小時，雖然時數明顯多於本代間方案8小時，但營隊讓筆者有機會篩選時間和難度適當，趣味性高且接受度高的活動作為本方案的內容，因已實施過活動內容，就準備的器材、經費以及流程都可掌握，特別是問卷回饋也提供修正參考（前導研究詳見附錄）。

二、單元活動內容

活動進行前以2分鐘老師自我介紹及簡述活動進行程序

單元1：繪本導讀及簡易相框製作

1. 先播放繪本《你為什麼住這裡？》電子動畫版1次，老師再慢速瀏覽提問，介紹起承轉合摘述重點
2. 讓小朋友繪出本故事印象最深刻的圖案，在1張10*10cm小卡上
3. 糖果襪及廢棄光碟片作簡易相框。

單元2：科學實驗、玩桌遊及自製桌遊道具佈置筆筒

1. 播放繪本《你為什麼住這裡？》電子動畫版1次（和單元1不同日進行時方需再播放）
2. 進行蝶荳花實驗，蝶荳花沖泡水加入醋及鹼性水
3. 說明海洋也會因加入不同物質而影響或污染
4. 玩桌遊跑跑龜
5. 製作瓦楞紙的烏龜、魚、花枝等小物。
6. 製作簡易筆筒以廢棄衛生紙圓筒及瓦楞紙小物佈置

7. 介紹星星棋桌遊可以瓦楞紙小物來玩。

單元3：繪本導讀及立體書製作

1. 先播放繪本《妞牛的溼地任務》電子動畫版1次，老師再慢速瀏覽提問，介紹起承轉合摘述重點
2. 畫一張A4背景圖
3. 以廢紙盒製作立體牛，貼在對折圖畫上成為立體書。

單元4：玩桌遊及自製立體卡片

1. 播放繪本《妞牛的溼地任務》電子動畫版1次（和單元1不同日進行時方需再播放）
2. 玩桌遊水瓶座
3. 配合繪本內容畫4張8*8cm小卡
4. 製作具4張圖的瀑布立體卡可貼在前2小時完成的立體書（若無立體書者可為立體卡）。

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案

單元	單元 1	單元 2	單元 3	單元 4
內容				
學習目標	1. 增強閱讀能力 2. 卡片繪圖 3. 簡易相框	1. 科學實驗 2. 益智桌遊 3. 自製桌遊道具	1. 增強閱讀能力 2. 立體書製作	1. 益智桌遊 2. 立體卡 3. 精緻立體書
活動時間	2 小時	2 小時	2 小時	2 小時
繪本	你為什麼住這裡？	你為什麼住這裡？	妞牛的溼地任務	妞牛的溼地任務
手作部分	卡片繪圖 簡易相框	瓦楞紙的烏龜、魚、花枝等小物	A4 繪圖 立體牛造型	4 張 8*8cm 小卡 繪圖
材料	電腦、投影、糖果襪、10*10cm 小卡、光碟片	蝶豈花、醋、鹼性水、3 個容器、瓦楞紙、衛生紙捲、桌遊	電腦、投影、A4 紙 立體牛造型卡	電腦、投影、8*8cm 小卡 硬紙板、桌遊
桌遊名稱	無	跑跑龜	無	水瓶座
完成作品	相框	筆筒	立體書	立體卡及立體書



主要原則

- 一、代間充分互動：兩代間都能樂在活動，祖孫代間充分溝通合作完成學習目標。
- 二、每個單元活動都能有具體成果，兼顧智、情、意、行四方面。



參加對象和人數

- 一、參加對象：國小學童（含低、中、高年級）及其長輩家人（爺奶）。
- 二、人數：樂齡長輩15人，學童 20人；帶領人1人；協助志工3人。
- 三、分組：4人（祖孫各1人* 2組）或5人（祖孫各1人及祖孫3人）。



活動執行

- 一、活動時間/方式/階段目的：每單元2小時，單元安排如下

單元 1

序號	時間/分	內容	階段目的
1	5	老師自我介紹及活動內容說明	了解活動內容
2	15	繪本導讀	賞析繪本內容
3	30	卡片繪圖（播放輕音樂）	美學及音樂欣賞
4	10	休息時間	休息
5	40	糖果襪及廢棄光碟作簡易相框	動手動腦創意 資源回收再利用
6	12	相框成品展覽	分享與拍照
7	8	今天活動回顧及明天活動預告 個人場地清理	回顧及預告 物歸原處好習慣

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案

單元 2

序號	時間/分	內容	階段目的
1	5	再次欣賞繪本	精熟繪本內容
2	15	活動內容說明 蝶荳花實驗加醋及加鹼性水	科學實驗了解不同物質可能影響海洋
3	40	玩桌遊(跑跑龜)	益智遊戲
4	5	休息時間	休息
5	35	作瓦楞紙的烏龜、魚、花枝等小物及佈置筆筒(播放輕音樂) 說明亦可作為星星棋桌遊道具	手腦並用創意實作
6	12	筆筒成品展覽	分享與拍照
7	8	今天活動回顧及明天活動預告 個人場地清理	回顧與預告 物歸原處好習慣

單元 3

序號	時間/分	內容	階段目的
1	5	主要活動內容說明	了解活動內容
2	15	繪本導讀	賞析繪本內容
3	40	畫一張 A4 繪圖(播放輕音樂)	美學及音樂欣賞
4	10	休息時間	休息
5	30	立體牛造型製成立體書	了解立體書結構
6	12	立體書成品展覽	分享與拍照
7	8	今天活動回顧及明天活動預告 個人場地清理	回顧與預告 物歸原處好習慣

單元 4

序號	時間/分	內容	階段目的
1	5	再次欣賞繪本	精熟繪本內容
2	45	活動內容說明 玩桌遊(水瓶座)	益智遊戲
3	10	休息時間	休息
4	35	製作瀑布立體卡(播放輕音樂)	立體卡製作
5	12	立體卡(書)成品展覽	分享與拍照
6	8	今天活動回顧及明天活動預告 場地清理	回顧與預告 建立物歸原處好習慣

二、教材及預算：

項目	物品	預算 /每人
繪本	《你為什麼住這裡？》、《妞牛的溼地任務》	網路觀賞
相框	糖果襪、廢棄的 CD 片	5 元
筆筒	廢棄的衛生紙捲筒	0 元
桌遊	水瓶座、跑跑龜	老師提供
科學實驗	蝶荳花、醋、鹼性水	20 元
動物紙偶	瓦楞紙	20 元
立體卡(書)	紙張、剪刀、膠水	10 元
繪圖用具	彩色筆	學員自備

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案



具體效益指標

本代間方案係先經前導研究試行相類似課程檢討後之規畫，因而具體可見的效益以4個單元4個作品及2張過程呈現，再檢視本方案目標達成的效益說明。

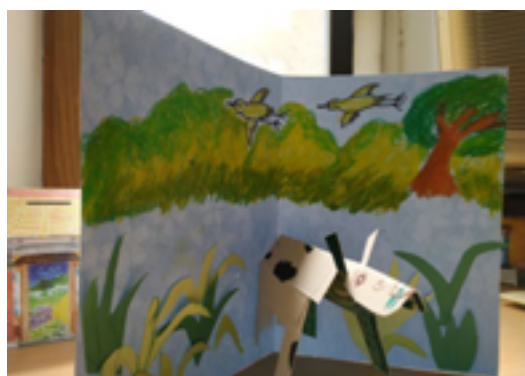
一、依前導研究作品及流程之效益相片



糖果襪相框



筆筒



立體書



立體卡



瓦楞紙小物



蝶豆花實驗

二、效益說明

具體效益	指標
促進代間溝通互動	常溝通：桌遊需說明遊戲規則和輪流玩 互動及合作：手作部分需祖孫互動合作
滿足不同世代需求	多元智能的培養：適合於不同世代 1.語文智能：透由繪本增強閱讀及摘要能力 2.視覺空間智能：認識立體書結構 3.邏輯數學智能：桌遊益智增邏輯思考和數學概念 4.肢體動覺智能：動手作瓦楞紙動物紙偶 5.音樂智能：欣賞輕音樂 6.內省智能：過程包含自我指導、獨立學習、想像 7.人際智能：和長輩一起合作完成作品、互動溝通；也和同學互動 8.自然觀察者：科學實驗提供觀察實驗的變化也了環境汙染的影響。

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案

社會參與	1.環保概念加強：介紹 2 個電子環保繪本 2.力行回收再利用： (1)回收光碟製成相框 (2)回收衛生紙卷製成筆筒 (3)回收紙盒作成立體書造型
挑戰個體異質創意	創意展現：繪圖卡及佈置筆筒
方案具延續性	成就感：作品帶來自信和成就感 有趣性：各種活動都具新奇趣味性 貼近生活：教材容易取得



結語

好的代間方案第一優先考量的是樂齡長輩和孫輩在這個方案中，是否確實增加了他們的良好溝通、互動合作，在乎的是人，其次才是方案內容活動。除了重視不同世代的需求，寓教於樂，活動趣味性、成就感，未來具延續性是不可或缺的。也因此本代間方案將環保的概念融入活動，取材是隨手可得的回收物，作品是他們生活中仍可再利用的相框、筆筒、立體書卡，即是希望拋磚引玉，希望地球村的人人都重視環保，而且爺奶輩和孫輩都能更融洽相伴玩桌遊，增進樂齡長輩身心健康，家人關係良好，這樣的代間方案才是社會面對高齡社會、超高齡社會最好的解決之道。



參考書目

中華民國內政部統計處：https://www.moi.gov.tw/stat/news_detail.aspx?sn=11735

林如萍(主編)(民98)。祖孫代間教育執行策略彙編。台北市：教育部教育部全球資訊網。

黃富順主編(2004)。高齡學習。臺北市：五南。

鄭博真、蔡瓊賢、林乃馨合譯(2004)。多元智能活動設計。臺北市：華騰文化。

繪本動畫你為什麼住這裡：<https://www.youtube.com/watch?v=eMAo7iQAWPQ>

繪本動畫妞牛的溼地任務：<https://children.moc.gov.tw/book/218426>

Berenbaum, R. L., & Zweibach, D. F. (1996), Young adults and down syndrome as caregivers for the elderly with dementia: An intergenerational project, *Journal of Gerontological Social Work*, 26(3), 159-169.

Kaplan, M. S. (2001), School-based intergenerational programs, Hamburg: UNESCO Institute for Education

Michael hyatt(2018)。How to use Activation triggers to reach your goals this year. <https://michaelhyatt.com/about/>

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案

附 錄

前導研究－以台南某國小閱讀小作家創作營為例

時間：107年7月30日（一）至8月3日（五）及8月6日（一）共6天

每天5小時9:00-13:40

地點：國小教室

人數：20人（低中高年級混齡）每組5人，僅1天邀請樂齡長輩一起上課

第一天

7月30日(一)	內容	檢討
9:00-9:40	1.老師自我介紹 2.課程簡介 3.分組5人一組 4.電子繪本《你怎麼住在這裡》 5.再次瀏覽繪本內容 6.請分組討論相關4段式故事	討論花許多時間
9:40-9:50	休息	
9:50-10:30	1.分組分享摘要 2.作立體書3面	分組上台時間冗長 未進行畫圖
10:30-10:40	休息	
10:40-11:30	作立體書3面	三面圖太多許多同學 只畫1面
11:20-13:00	午餐	
13:00-13:40	玩桌遊跑跑龜 先播放規則	時間尚可 桌遊難易適中

第二天

7月31日(二)	內容	檢討
9:00-9:40	科學實驗	學生熟悉蝶豈花水此實驗適當
9:40-9:50	休息	
9:50-10:30	瓦楞紙小烏龜	順利完成
10:30-10:40	休息	
10:40-11:30	以畫道具紙板	有些同學沒興趣
11:20-13:00	午餐	
13:00-13:40	自行畫5張遊戲卡	遊戲卡畫的不甚理想要再改善 完成後仍不喜歡用自己的卡當道具

第三天

8月1日(三)	內容	檢討
9:00-9:40	1.繪本《妞牛的溼地任務》 播放電子檔 2..再次瀏覽繪本內容 3.依牛造型卡剪裁	可完成立體牛
9:40-9:50	休息	
9:50-10:30	以水彩畫濕地背景	畫圖需要長時間
10:30-10:40	休息	
10:40-11:30	以水彩畫濕地背景	桌面需鋪報紙
11:20-13:00	午餐	
13:00-13:40	玩桌遊水瓶座 先播放規則	桌遊難易適中

環保教育融入 「桌遊及手作立體書」代間教育方案

第四天

8月2日(四)	內容	檢討
9:00-9:40	玩桌遊水瓶座	桌遊難易適中
9:40-9:50	休息	
9:50-10:30	瓦楞紙再做魚和花枝 小烏龜等小物佈置筆筒	有成就感
10:30-10:40	休息	
10:40-11:30	電子繪本黑貓與巫婆 任選桌遊	順利完成
11:20-13:00	午餐	
13:00-13:40	寫作心得或創作	小朋友需百般鼓勵才完成

第五天

8月3日(五)	內容	檢討
9:00-9:40	電子繪本怕黑的貓頭鷹 畫一張小卡	順利完成
9:40-9:50	休息	
9:50-10:30	以糖果襪作相框	順利完成有成就感，但常需 個別教導
10:30-10:40	休息	
10:40-11:30	瓦楞紙作貓頭鷹	新奇趣味多
11:20-13:00	午餐	
13:00-13:40	玩桌遊小矮人礦坑 先播放規則	規則太多，無法玩

第六天

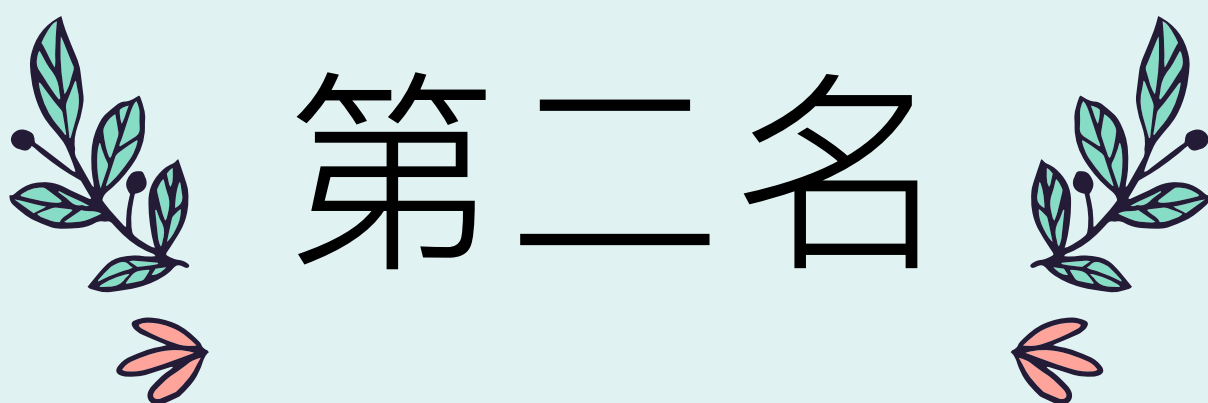
8月6日(一)	內容	檢討
9:00-9:40	電子繪本家有 125 瀑布卡製作	瀑布卡需 1 小時
9:40-9:50	休息	
9:50-10:30	瀑布卡製作 玩桌遊小矮人礦坑	小朋友自行看過規則已會玩
10:30-10:40	休息	
10:40-11:30	佈置展覽拍照	需長時間
11:20-13:00	午餐	
13:00-13:40	佈置展覽拍照	順利完成

學習心得問卷

107 年 7 月 30 日星期一

問卷題目	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
我喜歡繪本 「你為什麼住這裡」					
我喜歡桌遊					
我喜歡手作桌遊道具					
每節時間安排適當					
場域安排適當					
其它意見					

問卷回收意見：對於繪本、桌遊、實作都喜歡、畫道具卡及遊戲卡興趣較低



第二名

【青銀共「攝」／

你是我的眼】

代間故鄉微視頻課程

李桂芳、謝明原

【青銀共「攝」／你是我的眼】 代間故鄉微視頻課程

銀世代的故鄉記憶，用青世代的微視頻語言來訴說，
他們是彼此的眼，攝出更寬闊的視野！

方案背景

隨著人口老化，家庭結構改變，親屬網絡的社區組織也隨之改變，年老與年輕世代疏離，年齡與接觸的隔閡導致年輕者增加對高齡者刻板印象的迷思，繼而影響家庭的互助與社會支持功能，成為未來長期照顧的一大隱憂。屏東縣2015年將長期照護納入國中技藝教育，國中與醫院組成長照技藝策略聯盟，結合老人日托與日間照顧中心，然而技藝教育專班或選修，課程時間每週以選修3至12節或7至14節（屏東縣政府教育處，2015）。

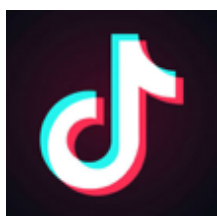
經由有組織的代間學習規劃，無論是年長或年輕世代均有正向的效益，透過社區世代學習活動，提供一個引導年長世代和年輕世代在一起的正向經驗的情境，促使學生與機構長輩互動，使無血緣關係的兩代能結合並有良好的互動產生友誼關係，增進彼此的了解，進而發展照顧關係的機會。

屏東縣樂齡學習示範中心正對面，就是屏東女中，只隔著一道馬路，卻像銀河分隔青銀兩個世代，現在透過【青銀共「攝」／你是我的眼】代間微視頻課程，一同學習新科技與技術，一起到屏東歷史景點出任務，年輕世代透過銀髮族的眼認識屏東鐵橋的故鄉歷史，銀髮族透過年輕世代的眼認識15秒的微視頻短片世界。用「故鄉微視頻」這個主題，把兩個世代的心調整到同一頻道，最後更把微視頻影片上傳到國高中生最流行的微視頻相關平台（如抖音Tik Tok），讓全世界都能看見！

■ 微視頻定義

微視頻（又稱視頻分享類短片）是指個體通過PC、手機、DV、DC、MP4等多種視頻終端攝錄、上傳互聯網進而播放共用的短片，短則30秒，長不會超過20分鐘。特性為短小精悍，具備大眾參與性，隨時隨地隨意性是微視頻的最大特點。尤其流行於青少年間。

■ 微視頻平台簡介



抖音Tik Tok

■2018年5月7日，應用市場研究公司Sensor Tower數據顯示，今年第一季，「抖音」海外版「Tik Tok」的App Store全球下載量達4580萬次，超越Facebook、Instagram、Youtube等成為全球首季下載量最高的iOS應用程式。

■全球月活躍用戶數突破5億大關，主力族群為青少年。

■抖音，是一款可以拍短視頻的音樂創意短視頻社交軟體，該軟體於2016年9月上線，是一個專注年輕人的15秒音樂短視頻社區。使用者可以通過這款軟體選擇歌曲，拍攝15秒的音樂短視頻，形成自己的作品。



【青銀共「攝」／你是我的眼】 代間故鄉微視頻課程



方案設計理念與目標

■ 設計理念：

以青銀共同學習、青銀共創的課程設計理念，透過學習互動以發展更融洽的代間關係。

■ 方案目標：

本方案預計達成以下幾個目標：

- 1.透過互惠性的知識，提升世代了解，並改變年輕人對高齡者的刻板印象。
- 2.透過有效的學習模式，形塑社會關於代間互動的價值。
- 3.提供銀髮族退休後貢獻社區、年輕人更理解土地的機會，並藉此機會以不同觀點來紀錄故鄉的故事。
- 4.透過新科技的學習，建立銀髮族自尊和自我信賴的機會。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則

隨著網路科技發達，通訊設備普及與數位學習概念與方式興起，銀髮族對3C工具的不熟悉，宛若隔絕於時代洪流之外，因此，本計畫將運用共學、共創的代間學習理念，將年輕人學習的快與樂齡學員老化的慢，融合一起創出新的火花。

本計畫將屏東女中的年輕世代與屏東縣樂齡學習中心的樂齡世代組成3-5組共學團體，每週以一對一互動的方式，一起透過多媒材教學、學習單與互動討論等形式，進行代間學習至少2小時，再透過腳本撰寫、攝影出任務等活動，完成雙向的溝通與了解，並透過動靜態微視頻作品留下故鄉影像的紀錄。



方案課程的架構與安排如下表所示：

	主題/課程內容	目標
第一週 破冰時間	「桌」住彼此的心 (2HR)	透過桌遊融化代間的心
第二週 學習時間	故鄉短視頻「攝」計 (2HR)	透過微視頻設計重點、腳本設計、攝影技巧課程，引導二世代進行微視頻設計
第三週 製作時間	一起出任務 (2HR)	青銀總動員，實地場勘、拍攝，製作出 15~30 秒吸人眼球的微視頻
第四週 交流時間	微視頻尚「青」 (2HR)	將微視頻上傳抖音、美拍等流行微視頻 APP，銀髮族也潮一下



【青銀共「攝」／你是我的眼】 代間故鄉微視頻課程



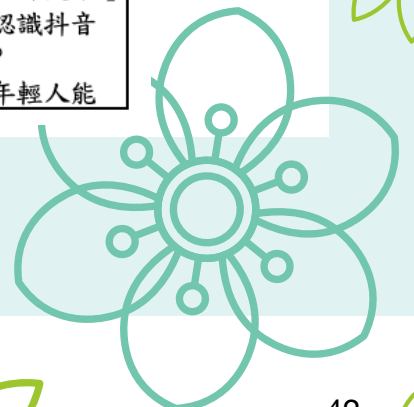
參與對象和人數：

1. 屏東縣樂齡學習示範中心10位樂齡學員
2. 屏東市高中(職)活動社團
屏中攝影社、TinG桌遊社、屏女楊淑鳳等20位高中同學



活動執行：

教學活動	時間	教學資源	教學評量
第一週			
子題一：「桌」住彼此的心			
壹、準備活動 一、教師準備 (一) 自製「整體活動任務介紹」PPT (二) 自製「諾亞方舟」桌遊教學PPT (三) 抖音成品影片 (四) 屏東鐵橋影片 (五) 訪談單 二、學生準備 (一) 蠟筆與卡紙 (二) 手機 (三) 訪談記錄單 貳、發展活動 一、引發動機 (一) 播放抖音成品影片。	5' 5'	影片 影片	【教師觀察】 · 認識抖音APP · 年輕人能



<p>(二) 教師提出問題請學員回答：</p>			充分發言
<p>1. 知道這是什麼嗎？用哪個 APP 做出來的？是不是很有趣？</p>	5'		
<p>(三) 播放屏東鐵橋影片。</p>	5'		【教師觀察】
<p>(四) 教師提出問題學員回答：</p>			· 認識屏東鐵橋
<p>知道這是哪裡嗎？有什麼歷史淵源？有沒有回憶與故事？</p>	5'		· 樂齡族能充分發言
<p>(六) 教師歸納統整：</p>			
<p>這就是我們的活動目標，用年輕人的抖音影音拍出故鄉的橋與溪之美(屏東市近年致力於萬年溪整治與沿岸景觀重建，過去景象，唯有透過在地高齡者的敘述，才能讓年輕人了解過去的歷史經驗，進而對現在環境珍惜)。年輕人出技術和點子，長輩出歷史和回憶，互相交流才有好成品。</p>	10'	PPT	【口語表達】 能正確回答活動內容
<p>(七) 播放「整體活動任務介紹」PPT 並介紹活動和任務</p>			
<p>二、發展活動</p>	5'	卡紙 蠟筆	【教師觀察】
<p>(一) 學員先利用蠟筆將姓名寫在卡紙上。</p>	5'		能介紹自己的夥伴
<p>(二) 根據一對一(青與銀)任務名單進行交換自我介紹與交流。</p>	10'	PPT	
<p>(三) 利用「諾亞方舟」桌遊 PPT 進行教學。</p>	40'	桌遊	

【青銀共「攝」／你是我的眼】

代間故鄉微視頻課程

<p>(四) 進行「諾亞方舟」桌遊遊戲破冰。</p> <p>(五) 教師歸納統整： 諾亞方舟的遊戲，是一種合作的遊戲，誰沒放好整條船都會倒！就跟我們這次的活動一樣，必須互助合作，發揮所長，才有可能完成。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>(一) 互相訪談 青與銀兩代互相訪談關於鐵橋的印象、手機 app 的使用，進行初步交流，並記錄於訪談單上。</p> <p style="text-align: center;">第一週 結束</p>	<p>5'</p> <p>20'</p>	<p>訪談單(附件一)</p>	<p>【實作】 完成訪談單(附件一)</p>
<p>第二週</p> <p>子題二：故鄉短視頻「攝」計</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、教師準備</p> <p>(一) 微視頻範例影片 (正面範例與反面範例)</p> <p>(二) 自製「微視頻設計」PPT</p> <p>(三) 自製微視頻設計活動練習單 (附件二)</p> <p>(四) 分鏡表(附件四)</p> <p>二、學生準備</p> <p>(一) 手機</p>			

貳、發展活動			
一、引發動機	3'	影片	
(一) 播放「不知所云」微視頻影片	2'		
(二) 教師提出問題學員回答： 覺得這支影片出了什麼問題？	3'	影片	【教師觀察】 能指出不好的影片特質
(三) 播放「精彩」微視頻影片	2'		
(四) 教師提出問題學員回答： 覺得這支影片吸人眼球的亮點在哪裡？	5'		【教師觀察】 能指出好的影片重點
(五) 教師歸納統整： 一支好的影片必須經過精密的設計，每個鋪陳、每段畫面都經過技巧和設計。			
二、發展活動			
(一) 微視頻設計 PPT/ 【主題 1：主題是影片的靈魂】 主題切入的角度、觀看範例影片、訂定的重點	15'	PPT 影片	
(二) 微視頻設計活動練習單/ 練習活動 1：訂定主題	5'	練習單 (附件二)	【實作】 可根據主題訂定重點初步訂出拍攝主題(附件二)
(三) 微視頻設計 PPT/ 【主題 2：腳本設計】 畫面的色調、配樂的選擇、精鍊的旁白，都是腳本設計的重點！	15'	PPT 影片	
(四) 微視頻設計活動練習單/	5'	練習單 (附件)	【實作】 可規劃出 15

【青銀共「攝」／你是我的眼】 代間故鄉微視頻課程

<p>練習活動 2：腳本設計</p> <p>(五) 微視頻設計 PPT/ 【主題 3：抖音 APP 教學與拍攝技巧】 如何使用微視頻影音 APP，拍攝技巧為何？</p> <p>(六) 微視頻設計活動練習單/ 練習活動 3：練習拍攝抖音影片 由青擔任小老師指導樂齡伙伴操作抖音 APP。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>(一) 一起編劇本 老師前進各組進行問題解答，鼓勵樂齡族提出回憶畫面或故事，作為影片主軸，並合作發揮巧思創意，運用分鏡表進行腳本設計。</p> <p>(二) 教師檢視腳本撰寫形式是否正確與拍攝的可行性</p> <p style="text-align: center;">第二週 結束</p>	<p>15'</p> <p>15'</p> <p>25'</p>	<p>二) 手機 PPT</p> <p>手機</p> <p>分鏡表 (附件 三)</p>	<p>秒的短視頻腳本(附件二)</p> <p>【實作】 可自由拍攝出短視頻成品</p> <p>【實作】 各組完成預定拍攝之影片分鏡表(附件三)</p>
<p style="text-align: center;">第三週</p> <p>子題三：一起出任務</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、教師準備</p> <p>(一) 手機、腳架、廣角</p> <p>二、學生準備</p>			

<p>(一) 手機</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引發動機</p> <p>(一) 場勘</p> <p>全員於屏東萬年溪鐵橋集合，進行場勘活動，刺激學員拍攝靈感。</p> <p>(二) 教師提出問題學員回答：</p> <p>河流可以怎麼拍？鐵橋可以怎麼入鏡？色調需要調整嗎？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 各組分散根據腳本進行拍攝</p> <p>(二) 講師巡迴各組進行個別指導</p> <p>參、綜合活動</p> <p>(一) 拍攝心得交流</p> <p>集合大家，討論今天拍攝的心得，遇到的問題。</p> <p style="text-align: center;">第三週 結束</p>	<p>10'</p> <p>5'</p> <p>90'</p> <p>15'</p>	<p>手機</p> <p>腳本</p> <p>手機</p>	<p>【教師觀察】 可指出更多 拍攝方向</p> <p>【教師觀察】 可根據腳本 拍攝出微視 頻短片</p>
<p style="text-align: center;">第四週</p> <p>子題四：微視頻尚「青」</p>			

【青銀共「攝」／你是我的眼】 代間故鄉微視頻課程

<p>壹、準備活動</p> <p>一、教師準備</p> <p>(一) 影片上傳教學 PPT</p> <p>(二) 影片宣傳教學 PPT</p> <p>(三) 活動回饋單 (附件四)</p> <p>二、學生準備</p> <p>(一) 手機</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引發動機</p> <p>(一) 觀看人氣影片</p> <p>(二) 教師提出問題學員回答： 人氣UP主一年的人氣與年收有多少？</p> <p>(三) 教師統整歸納： 等一下我們會播放共十組的影片，也許這十支中會有人氣影片出現。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 影片上傳教學 PPT</p> <p>(二) 由學員現場進行影片上傳</p> <p>(三) 影片宣傳教學 PPT</p> <p>(四) 由學員現場進行影片宣傳</p>	<p>1'</p> <p>2'</p> <p>2'</p> <p>5'</p> <p>5'</p> <p>5'</p> <p>5'</p>	<p>影片</p> <p>PPT</p> <p>手機</p> <p>PPT</p> <p>手機</p>	<p>【教師觀察】 有認真欣賞的態度</p> <p>【實作】 完成影片上傳任務</p> <p>【實作】</p>
---	---	---	---

<p>(五) 影片交流觀摩 依序播放十部影片。</p> <p>參、綜合活動</p>	35'	影片	完成發佈至 FB 與 Line 任 務
<p>(一) 最喜歡的影片 各自發表最喜歡的影片，為什麼？</p>	30'		【實作】 附件四：活動 回饋單
<p>(二) 青與銀的新發現 講述自己組拍攝影片的緣起，還有拍 攝影片時的新發現。</p>	30'		

整體方案具體效益指標

1. 本方案執行後，預期有 10 位樂齡學員與 20 位年輕人將可共學、共創的代間關係之促進。
2. 預計有 10 部代間共學、共創的薪傳微視頻上傳。

活動之參考文獻資料

arch, 18(2) : 80 -85。孫眾，馬玉慧(2012)
課堂教學視頻的力量——網路時代教師 群體學習的新管道[J]. 開放教 育研究
(2) : 80 -85

【青銀共「攝」／你是我的眼】 代間故鄉微視頻課程

【附件1】第一週 破冰時間

子題一：「桌」住彼此的心

訪談單

學員姓名：_____ 年齡：_____

訪談對象：_____ 年齡：_____

■ 問題1：

你印象中的屏東萬年溪/鐵橋，與現在的景象相同嗎？

■ 問題2：

屏東萬年溪/鐵橋對你來說有什麼記憶、印象？

■ 問題3：

你曾經歷/聽說屏東萬年溪/鐵橋的故事嗎？是什麼呢？

【附件 2】第二週 學習時間

子題二：故鄉短視頻「攝」計

腳本設計活動練習單（一）

練習用分鏡表（Film Story Board）

影片名稱：

總長度：

場次 SLATE	鏡頭 TAKE	分鏡畫面	聲音/旁白說明 AUDIO	畫面說明 VIDEO	備註

【青銀共「攝」／你是我的眼】 代間故鄉微視頻課程

【附件3】第二週 學習時間

子題二：故鄉短視頻「攝」計

分鏡表 (Film Story Board) (二)

影片名稱：

總長度：

場次 SLATE	鏡頭 TAKE	分鏡畫面	聲音/旁白說明 AUDIO	畫面說明 VIDEO	備註

【附件4】第四週 交流時間

子題四：微視頻尚「青」

活動回饋單

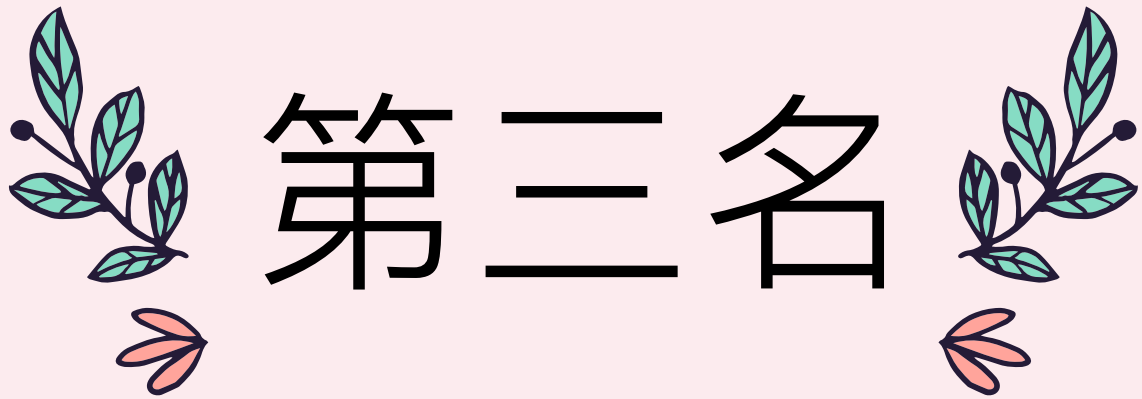
學員姓名：_____ 年齡：_____

■ 問題1：

你最喜歡的影片是哪一部？為什麼？

■ 問題2：

透過這次活動，你有什麼新（心）發現？



第三名

洄游望鄉，

譜出幸福圓舞曲

雷孟珊

洄游望鄉，譜出幸福圓舞曲



方案背景

望安島位於澎湖縣南方海域，島上壯年人口近年來逐漸外移，普遍留下老人及小孩，可見高齡化及少子化日益嚴重；因此希冀透過校內實施代間教育課程，並結合望安鄉樂齡學習中心的學員一同互動，培養學生主動關懷與服務長輩的情懷。



方案設計理念與目標

（一）方案理念：

面對十二年國教的實施與推行，學生自發、互動、共好的精神日益重視，隨著高齡化時代的到來，本計畫是透過祖孫共學與同樂的方式，讓學生學習當設計活動的關主，學習設身處地思考社區樂齡學習中心長輩的需求，從日常生活經驗出發，體會服務學習的精神，以促進代間交流。

望安島每年夏天綠蠵龜都會陸續上岸產卵，希冀透過綠蠵龜洄游的意象，培養學生追本溯源的精神。透過代間課程的規劃與實施，促發世代融合與溝通，如同海浪拍打岸邊的旋律，演奏出不同的課堂新曲目！

（二）方案目標：

目標	內涵
1. 認知目標	1-1 從活動中瞭解不同世代在生理、心理、社會層面的差異。
2. 技能目標	2-1 促進創意思考及本土語使用，以及藉由活動提升問題解決能力。 2-2 提升代間溝通及互動技巧。
3. 情意目標	3-1 透過代間互動過程，增進情意之交流。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則

階段	主題	內容概述	活動帶領主要原則
前期	首部曲- 【祖孫回憶錄】	透過影片、故事引發學生思考與家中長輩互動的點滴。	1.漸進性原則：先運用學生自身經驗分享引起動機，再藉由影片討論與高齡者的連結。
中期	二部曲- 【祖孫聊天室】	1.教師帶領學生思考高齡化社會來臨所要注意的細項，並引導學生思考長者各面向的需求。 2.學生透過合作學習分組討論與長者互動可行的活動。	1.需求原則：透過曼陀羅思考學習技巧，引導學生討論老化須注意的細項以及高齡者的需求。 2.多元化原則：提供學生在設計關卡時可有不同類別的變化，如：教學類、運動類、歌唱類……，能讓高齡者多元參與。
後期	三部曲- 【祖孫實作秀】	1.鼓勵學生將討論化作實際行動，並藉由同儕回饋調整關卡內容。	1.彈性原則：教師協助學生活動設計時，適度的修正使關卡更具彈性。
	安可曲- 【祖孫同遊趣】	2.帶領望安鄉樂齡學習中心的學員一同共學與同樂。	2.個別化原則：尊重高齡者參與各項關卡的意願。

洄游望鄉，譜出幸福圓舞曲



參與對象和人數：

望安鄉樂齡學習中心學員(大約15人)以及望安國中全體學生與老師(大約30人)，共約45人。



活動執行：

(一) 各項活動/教學進行時間、方式

活動主題	教學活動進行方式	活動時間
首部曲-【祖孫回憶錄】	<p>一、準備活動(5分鐘)</p> <p>課前一週，請學生準備與爺爺奶奶印象深刻的互動故事，或是傾聽爺爺奶奶所發生的故事，記下故事並到校分享。</p> <p>二、發展活動(25分鐘)</p> <p>請學生分享與爺爺奶奶的故事，並播放《季春奶奶》以及《可可夜總會》片段，帶領學生探索電影中所要傳達的意義。</p> <p>三、省思活動(15分鐘)</p> <p>1.教師引言:每一個人對於家有不同的想法，影片中哪部分讓你印象深刻呢?請運用4F省思法(Fact、Feeling、Finding、Future)說明。</p> <p>2.同學上台分享及說出想法。</p>	一節課 (45分鐘)
二部曲-【祖孫聊天室】	<p>一、引起動機(10分鐘)</p> <p>1.播放新聞引導學生思考:「高齡社會 內政部:台灣老年人口破14% 亞洲排名第3」</p> <p>2.教師提問:生活中你和老人相處的經驗如何?假若有一天你老了，會有哪些變化?(可從生理、心理、各式不同面向思考)</p> <p>二、發展活動(25分鐘)</p>	一節課 (45分鐘)

	<p>1.請各組學生依照曼陀羅思考法討論，並上台發表。</p> <table border="1" data-bbox="531 533 1066 698"> <tr> <td>特性</td> <td>↑</td> <td>→</td> <td>想法</td> <td>→</td> <td>優劣</td> </tr> <tr> <td>疾病</td> <td>↑</td> <td></td> <td>【老化】</td> <td></td> <td>因應</td> </tr> <tr> <td>心理</td> <td>↑</td> <td>←</td> <td>生理</td> <td>↓</td> <td>其他</td> </tr> </table> <p>2.同學分組發表。</p> <p>3.教師補充相關資料，並說明課後學生需要分組設計活動與望安鄉樂齡中心的學員一同學習，事後將核發三小時服務時數(製作道具以及當日活動總時數)。</p> <p>(1)健康問題:心血管疾病、骨骼退化、眼疾、代謝系統退化、其他症狀。</p> <p>(2)心理現象:失落感、自尊感、孤寂感、自卑感、懷舊感、衰老感……</p> <p>(3)陪伴招數:用心聆聽、接納包容、鼓勵支持……</p> <p>三、省思活動(10分鐘)</p> <p>透過同學分享及老師補充，對於老化有更深的認識，下堂課同學們要分組共同設計出活動，期待你們的創意喔!</p>	特性	↑	→	想法	→	優劣	疾病	↑		【老化】		因應	心理	↑	←	生理	↓	其他	
特性	↑	→	想法	→	優劣															
疾病	↑		【老化】		因應															
心理	↑	←	生理	↓	其他															
<p>三部曲-【祖孫實作秀】</p>	<p>一、準備活動(5分鐘)</p> <p>1.分組:拿撲克牌作為分組道具，須找到不同花色(數字不限)，及可成為一組，每四人一組。</p> <p>二、發展活動(30分鐘)</p> <p>1.教師說明可帶領的活動內容，以及過程中的注意事項。</p>	<p>兩節課(90分鐘):第一節課分組討論以及做活動道具;第二</p>																		

洄游望鄉，譜出幸福圓舞曲

	<p>(1)活動內容:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 運動類(如:肢體平衡、防跌操……) ● 遊戲類(如:記憶、團康……) ● 歌唱類 ● 教學類(如:手作、語文教學……) <p>(2)注意事項:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 活動過程中盡可能說閩南語 ● 組內分工需平均 ● 每組時間 15 分鐘 <p>2.組員分組合作討論後，將執行活動內容與老師討論並修改。</p> <p>三、省思活動(10分鐘)</p> <p>1.教師引言:討論過程中，是否有遇到哪些狀況?(如:意見分歧、溝通不良、人際相處、活動優缺點……)請同學們發言。</p> <p>2.同學上台發表與討論。</p>	<p>節課試玩 並小組回 饋與修 正。</p>
<p>4安可曲- 【祖孫同遊 趣】</p>	<p>一、準備活動(10分鐘)</p> <p>全體學生攜帶小組道具到禮堂場地布置並引導望安鄉樂齡中心的學員就坐(學員與學生交叉坐，方便相互詢問事情及交流。</p> <div data-bbox="847 1480 1082 1693" data-label="Diagram"> </div> <p>二、發展活動(70分鐘)</p> <p>1. 教師引言:今天很開心樂齡中心的阿公阿嬤來和學生一起互動，接下來學生準備了五個</p>	<p>兩節課 (90分鐘)</p>

	<p>活動讓各位活動筋骨，假若學生有小缺失，請阿公阿嬤不吝指導，謝謝！</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 活動一：丟丟箱子樂（兩隊限時內將紙球丟入九宮格紙箱中，球數越高者獲勝） ● 活動二：比手畫腳（學生在白板出題，學員們分兩縱隊接續上一位所比內容，最後一位猜題。 ● 活動三：我是釣瓶王（用釣具將水瓶釣起） ● 活動四：護球運動（限時十分鐘內，利用乒乓球拍將球平衡於球拍上，並繞行一圈將球放在水桶，最多者獲勝） ● 活動五：德國心臟病（將水果排配對，最先集滿五種水果者按鈴） <p>三、省思活動（10分鐘）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請望安鄉樂齡中心的學員與學生分享參與心得，學生發下學習單當回家作業。 2. 全體大合照。 	
--	---	--

（二）各項活動/教學預期目標與效益

活動主題	教學活動概要	預期目標	預期效益
首部曲- 【祖孫回憶錄】	透過影片、故事引發學生思考與家中長輩互動的點滴。	1. 運用多元教學內容引導學生思考與長輩的相處故事。 2. 促進代間交流並學習與人分享。	1. 對學生而言，喚醒對家中長輩的重視，並培養主動關懷的態度。

洄游望鄉，譜出幸福圓舞曲

			2.對家庭而言，促進家人之間的互動。
二部曲- 【祖孫聊天室】	1.教師帶領學生思考高齡化社會來臨所要注意的細項，並引導學生思考長輩各面向的需求。 2.學生透過合作學習分組討論與長者互動可行的活動。	1.吸納樂齡時事新知，並合適地轉化到課程設計與實際教學中。 2.整合多元學習管道，滿足高齡者及學生多元化的學習需求。	1.利用分組合作學習方式，激盪出不同的想法。 2.學生能運用圖像組織學習方法，培養思考及口說能力。
三部曲- 【祖孫實作秀】	鼓勵學生將討論化作實際行動，並藉由同儕回饋調整關卡內容。	1.利用分組合作學習方式，激盪出不同的想法，並培養學生思考及口說能力。	1.培養學生同儕合作與解決問題的能力，並能實際運用於未來生活中。
安可曲- 【祖孫同遊趣】	帶領望安鄉樂齡學習中心的學員一同共學與同樂。	1.增進代間互動，並培養學生領導與應變能力。 2.提供高齡者再教育及再社會參與的機會，並增進人際關係。	1.建構終身學習網絡，保障終身學習權。 2.培養校內服務學習風氣，願意貢獻己力主動參與社會事務。

(三) 各項活動/教學準備

活動主題	教學活動概要	活動準備
首部曲- 【祖孫回憶錄】	透過影片、故事引發學生思考與家中長輩互動的點滴。	<ul style="list-style-type: none"> ● 教材: 投影設備、自編教材、網路影片(資料來源:《可可夜總會》 https://www.youtube.com/watch?v=fGiqZDMLbgo、《季春奶奶》 https://www.youtube.com/watch?v=28C7c--MIO8) ● 教室空間與環境: 各班級教室 ● 師資: 校內綜合活動領域教師 ● 評量工具: <u>口語評量</u>(主動分享長輩故事及述說電影感想)
二部曲- 【祖孫聊天室】	<p>1. 教師帶領學生思考高齡化社會來臨所要注意的細項，並引導學生思考長輩各面向的需求。</p> <p>2. 學生透過合作學習分組討論與長者互動可行的活動。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 教材: 自編教材、新聞(資料來源: http://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/2391182) ● 教室空間與環境: 各班級教室 ● 師資: 校內綜合活動領域教師 ● 評量工具: <u>口語評量</u>(上台分享組內長輩需求討論結果)、<u>態度評量</u>(參與過程中的心態)、<u>同儕評量</u>(組內互評過程參與用心程度)
三部曲- 【祖孫實作秀】	鼓勵學生將討論化作實際行動，並藉由同儕回饋調整關卡內容。	<ul style="list-style-type: none"> ● 教材: 撲克牌、自編教材 ● 教室空間與環境: 各班級教室 ● 師資: 校內綜合活動領域教師 ● 評量工具: <u>態度評量</u>(參與過程中的心態)、<u>同儕評量</u>(組內互評過程參與用心程度)

洄游望鄉，譜出幸福圓舞曲

安可曲- 【祖孫同遊趣】	帶領望安鄉樂齡學習中心的學員一同共學與同樂。	<ul style="list-style-type: none">● 教材:各小組自製道具、桌椅、麥克風、自編學習單(圖片來源:https://tinyurl.com/ybpe5zvb)● 教室空間與環境:望安國中風雨教室● 師資:校內綜合活動領域教師● 人力協助:各班導師及校內有興趣教師● 評量工具:<u>實作評量</u>(各組實際帶領活動)、<u>態度評量</u>(參與過程中的心態)、<u>高層次紙筆測驗</u>(課後學習單)
-----------------	------------------------	---



整體方案具體效益指標

(一) 對學生而言：

1. 增進社會參與，提供不同年齡層間有意義的互動機會。
2. 增加服務體驗，學習人際互動及團隊合作。
3. 結合跨領域學習，培養學生做中學解決問題之能力。

(二) 對學校而言：

1. 活化教學與多元評量，培養教師創新教學。
2. 培養校內服務學習風氣，達到自動自發關懷他人之情操。
3. 學校、學生、社區共創學習課程，更貼近生活議題。

(三) 對社區而言：

1. 結合社區，關懷在地，傳承文化。
2. 資源共享，達成學生、學校、社區三贏的局面。

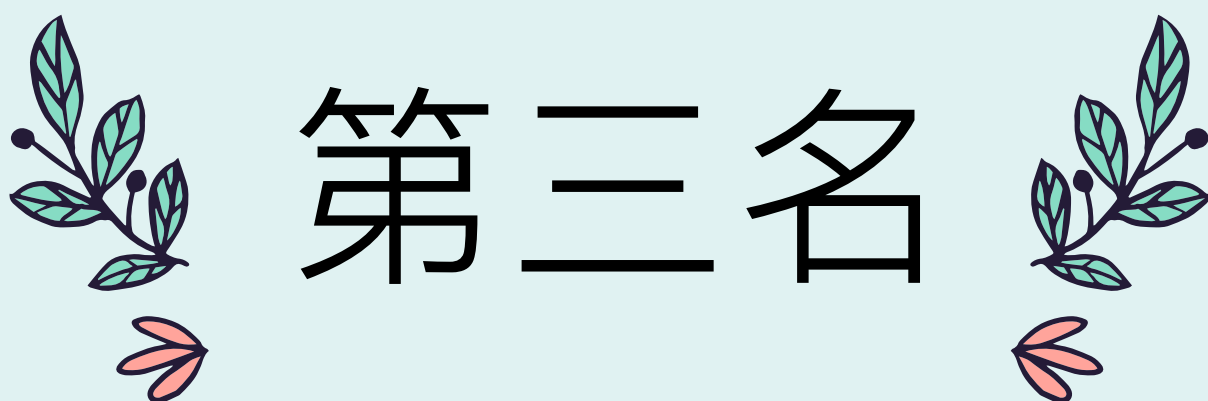


活動之參考文獻資料

教育部(2014)。十二年國民基本教育課程綱要總綱。台灣。 洪中夫(2010)。玩出
反思力:101 個活化教學的動態反思技巧。臺北市: 校園書房。

游麗裡、張美淑(2010)。老人團體活動設計。臺北市:五南。

高齡社會 內政部:台灣老年人口破 14% 亞洲排名第 3[http://news.ltn.com.tw/
news/life/breakingnews/2391182](http://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/2391182)



第三名

唱vuvu的歌，

唱出vuvu的兒時回憶

鄭易旻

唱vuvu的歌， 唱出vuvu的兒時回憶

方案背景

當代原住民孩童多以已不擅長母語，孩童與祖父輩有語言上的隔閡與代溝，老人家也常無奈地使用不熟悉的中文與孫子輩溝通。然而歌曲是最容易建立起橋樑，相對於溝通的語言也較容易學習，因此規劃課程活動讓孩子可以透過學習歌曲建立與老人家的連結，也讓老人家可以透過歌曲的教唱發現自我的價值與成就感。此外，孩童的祖父母也常在日間參加社區日間關懷照顧（以下簡稱老人日托站）的課程，然原住民鄉鎮的老人日托站規劃也常常流於形式，多為單調的律動課程，也缺少文化特色的活動融入。因此透過與老人日托站的合作，豐富原鄉老人日托站課程的文化內涵並提供學生與老人家一個自然互動溝通的場域進行活動

方案設計理念與目標

課程的理念與目標為透過老人家的兒時歌曲喚起老人家的過往記憶，並透過傳唱教學建立老人家的自我價值感與祖孫的連結，並間接達到文化傳承的目的。同時也讓孩童透過認識歌曲的背景與歌詞的意義，增加對祖父母輩的了解。

方案主要內容概述與活動帶領主要原則

活動主要為透過兩次的社區老人日托站的拜訪與一次的校內古謠傳唱課教學構成，因此老人日托站在物理環境上必須以學校所在社區內為佳，活動的帶領須要有能通曉族語的教師與音樂老師協同搭配進行，第一次的活動為透過老人日托站的訪談採集歌曲，第二次為利用校內時間進行傳統歌謠教唱，第三次的活動則透過在老人日托站學生歌謠的傳唱或與老人家一起合唱。



參與對象與人數

對象建議為國中生，人數約15至20人左右，建議使用音樂課協同母語（族語）課時間進行，或於社團時間於合唱團裡進行。



活動執行

（一）教學進行時間

分三次進行，第一次時間約三節課，主要課程內容為拜訪老人日托站採集老人兒時記憶的歌謠。第二次時間約兩節課，主要課程內如為歌謠教唱。第三次時間約三節課，主要課程內為日托站發表歌謠傳唱並與老人家同樂。整體課程時間規劃為三次時間，橫跨期程約兩週至一個月為佳。

（二）活動方式

第一次歌謠採集（三節課）

學生與帶隊教師拜訪老人日托站，說明來意並引導學生用母語（族語）自我介紹或介紹在場自己的vuvu，每位學生也必須負責一至二位的老人家，跟他們握手打招呼，拉近學生與老人家的距離。之後學生們先準備一首喜歡的現代流行歌謠合唱給老人家聽。

唱vuvu的歌， 唱出vuvu的兒時回憶

聽完學生歌曲表演之後，引導老人家回憶自己孩時印象深刻的歌曲，並讓老人家試著哼唱，鼓勵每位老人家都可以試著哼唱一小段，不記得歌詞也沒關係並引導說從歌曲回憶到的事情。學生同時也必須記錄自己所負責的老人家回憶的故事。

過程中師生觀察哪些歌曲一起哼唱的老人家最多，最有共鳴的歌曲。從中選定一首邀請老人家們再唱一次，並讓老人家們試著教學生們唱一小段。於活動尾聲，預告老人家們下次活動的時間與內容，讓他們知道學生回校後會努力學習vuvu們的歌謠並於下次的拜訪唱給他們聽。最後學生用母語跟老人家們一一道別。

第二次歌謠教唱（兩節課）

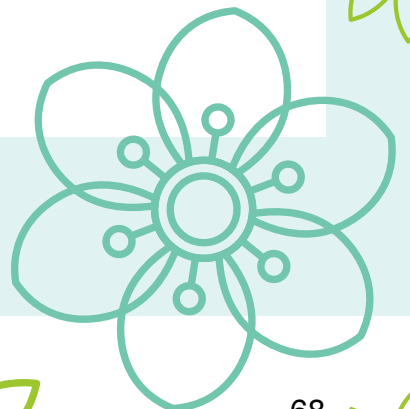
學生利用母語課、音樂課或社團課練習古謠，建議由母語教師與音樂老師協同進行，母語老師負責說明歌詞的意涵並確認學生能正確唱出歌詞發音，音樂老師則是負責編曲配樂與歌唱的指導。

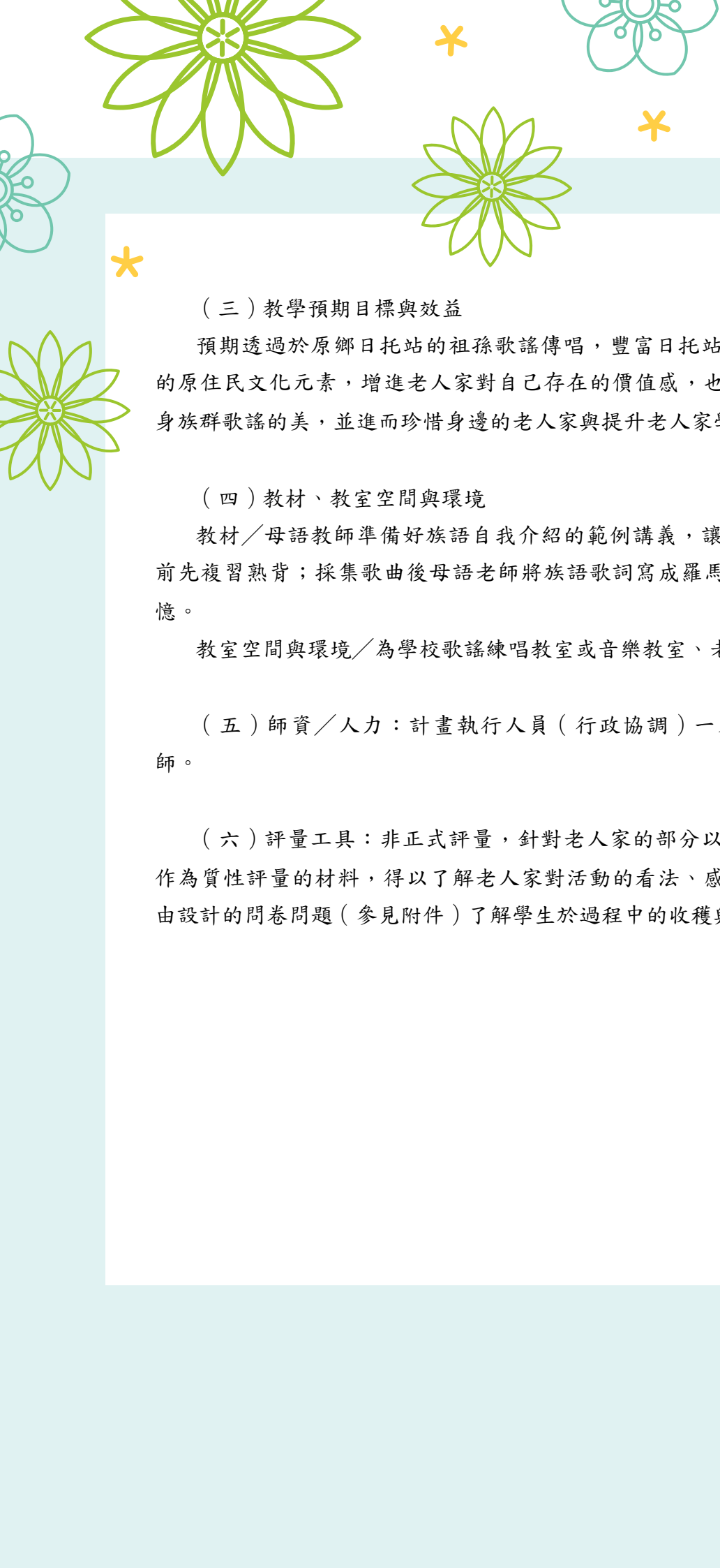
第三次歌謠同唱（三節課）

師生再次拜訪社區老人日托站，學生們用母語跟老人家問候並請老人家享用茶點。

學生們合唱表演vuvu們所教唱的歌曲。表演後，母語老師引導老人家說出聽完學生表演的感受或意見。

於活動末段，學生到觀眾區邀請老人家們一起到舞台區合唱一首歌，並讓每位學生獻上一朵花給自己的vuvu或者負責的老人家。





★

（三）教學預期目標與效益

預期透過於原鄉日托站的祖孫歌謠傳唱，豐富日托站多樣的服務與融入在地的原住民文化元素，增進老人家對自己存在的價值感，也讓祖輩的學生們認識自身族群歌謠的美，並進而珍惜身邊的老人家與提升老人家學習文化的意願。

（四）教材、教室空間與環境

教材／母語教師準備好族語自我介紹的範例講義，讓學生可以於參訪日托站前先複習熟背；採集歌曲後母語老師將族語歌詞寫成羅馬拼音歌詞方便學生學記憶。

教室空間與環境／為學校歌謠練唱教室或音樂教室、老人日托站。

（五）師資／人力：計畫執行人員（行政協調）一名、母語教師、音樂教師。

（六）評量工具：非正式評量，針對老人家的部分以表演後訪談心得的部分作為質性評量的材料，得以了解老人家對活動的看法、感受。針對學生的部分則由設計的問卷問題（參見附件）了解學生於過程中的收穫與心得。

唱vuvu的歌， 唱出vuvu的兒時回憶

整體方案具體效益指標

- (一) 增進長者對於自我的價值感。
- (二) 透過祖孫歌謠傳唱加深祖孫連結的情感。
- (三) 珍惜身邊長者所擁有的傳統知識體系。
- (四) 刺激長照日托課程規劃，透過文化性的規劃增進使用者的認同度。




活動之參考文獻資料


原住民族委員會·教育部 2015族語能力的診斷《原住民族教育情報誌 原教界》

原住民族委員會·教育部 2009原住民的親職教育《原住民族教育情報誌 原教界》

林如萍·教育部 2009祖孫帶間教育質性策略彙編



第三名



繪出代間生命精彩

劉淑美

繪出代間生命精彩



方案背景

目前國外有許多機構及學校在推動代間活動或課程，反觀國內推動此類課程或活動的學校卻不多，有鑒於此，加上曾帶領高齡者生命故事成長團體時，受到中高齡者生命繪本故事之感動及啟發，想將之帶入國小代間學習課程，於是就有了這次教學方案的發想。以下略述本教學方案的緣起：

（一）高齡社會代間互動與學習

台灣已進入高齡社會，高齡人口即將在2025年快速增為20%，面對人口老化，是個刻不容緩的社會課題。因此，本社群積極推動學校代間學習教育課程，設計代間互動的教學活動，以促進代間的學習、互動及社會融合。

（二）弱勢家庭及隔代教養問題眾多

隔代教養及弱勢家庭多，家庭功能不彰，家庭欠缺良性的代間互動的機會。因此，希望透過代間互動學習課程，增進祖孫代間的溝通及情感交流，進而促進家庭及社會的和諧。

（三）繪出生命精彩教師社群的組成

志同道合的教師共同組成「繪出生命精彩」教師專業學習社群，與五年級班級導師協同合作，透過代間生命教育及互動學習之增能，設計代間學習教學活動課程，進行社群教師的協同教學，並進行共備、說課、觀課及議課檢視課程的進行。

（四）社區樂齡中心人力運用

運用社區樂齡學習中心中高齡人力資源，將高齡者帶進教學現場與學童互學，不僅能提供高齡者表現及貢獻成就的舞台，也能再創高齡者的生命價值及意義。



方案設計理念與目標

(一) 方案設計理念

1. 團隊合作學習

本代間學習課程目的，是要增進及促進代間的交流及互動。所謂「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮」，團隊合作力量大，透過團隊成員及學生在不斷的腦力激盪，進行團隊學習，透過代間學習課程的實施，能對代間課程有所學習，發想新的構想及在彼此的滋養中能有所成長，期能交會出代間的生命精彩。

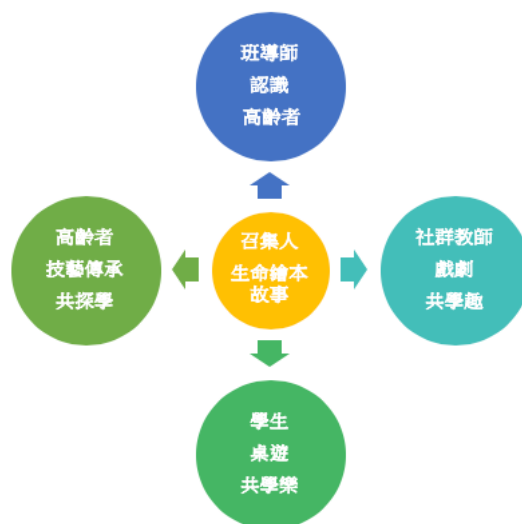


圖. 課程教學主題需求的參與者發想

2. 符應參與及學習的需求

此次代間教學方案，源自(1)社群召集人—運用社區中高齡者精心完成的生命繪本來進行代間學習課程；(2)班導師—先認識高齡者特質及生活的宣導，以便在帶入課程時就比較不易造成代間的尷尬；(3)中高齡者—對傳承技藝懷抱著熱情，讓學生有機會探索及學習；(4)社群教師—善用自己的專長教學。(5)班級學生—協助中高齡者會玩桌遊，也能表演才藝。相關人員在參與過程中激盪出代間生命的精彩。

(二) 方案設計目標 (教學目標及學習能力指標)

1. 教師團隊設計代間學習課程，並管握代間學習教學活動的進行。

2. 符應108年度新課綱之自發、互動、共好核心理念，讓祖孫代間共學。

3. 透過代間的互動及情感交流，進而翻轉孫字輩學童(五年級)對高齡者的看法趨為正向。

繪出代間生命精彩

4.學生能透過溝通能力，與同儕及中高齡者團隊合作，針對任務進行共同討論與問題解決。

5.學生能主動發問及執行學習相關成果及報告之任務。

6.學生能親老、敬老，讓家庭、學校與社會更和諧及融合。

7.提供祖字輩的中高齡者發揮的舞台，提升其成就感與服務貢獻的生命意義。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則

(一) 課程的運作

組成教師專業學習社群或代間教學團隊，結合學校社區樂齡學中心或社區高齡人力資源，與班級導師合作，運用綜合課，進行祖孫共學之暖身、分組互動及報告等教學活動。課程推動運作如下圖：



圖. 代間教育課程設計團隊運作

1.邀約相關合作夥伴凝聚共識

善用各縣市政府的相關補助經費，聘請代間生命教育的教授專家，開設增能研習。透過社區(樂齡學習中心)的里長(行政助理)，邀請有興趣參與的中高齡者，以及邀約班級導師、教學夥伴等有意願參與課程的教師們，一起來參與代間教育專業成長，並凝聚團隊成員推動代間學習課程的共識。

2.樂齡學習中心高齡人力相關課程之訓練

結合社區大學或樂齡學習中心的相關課程，在入班進行代間學習課前，訓練有興趣參與的中高齡者，讓參與代間學習的中高齡者有所準備，且盡量先避免或排除相關可能預想得到的問題，讓代間學習課程進行的更順利，也能對所有參與人員產生更大的成果效益。

3.五年級班級課程設計及教學

累積教師團隊創新課程教學及與中高齡者的相處經驗，以及能多涉獵代間學習活動知識，進行課程設計及推動代間學習課程。在教學團隊學習模式下，與五年級班級導師合作，共同進行班級代間學習課程，讓學生的學習更有生命意義，且對課程也能充滿期待。

4.彙整教學成果與分享知識

利用相關機會進行校內教學成果分享，將代間學習的相關課程實施過程，彙整分析，也能進行校外的相關成果分享，以能引發更多善的效應及循環。

5.滾動式修正之行動循環

代間課程的設計與進行，最好以行動循環方式進行滾動式的修正，以符應及回扣到學生的學習需求，以及中高齡者能提供的相關貢獻服務項目。不斷的在每次課程的行動中，做滾動式的來回修正及檢視，包括教育課題或教學需求→教學設計與共備→進課堂教學與觀課→教與學回饋彙整→教學省思與討論，如下圖：

繪出代間生命精彩

(二) 課程教學設計重點

1. 透過代間課程教學方案，由社群教師設計教學流程及控制教學活動，讓中高齡參與者自在、充分的一展長才，樂在其中，並與學生互動交流，發揮高齡者與學生的專長及並能互相合作學習。

2. 在教學前，由導師協助班級分組（6組），教師社群與樂齡學習中心助理教師討論適合的人力，媒合中高齡人力配對及分組，將高齡者分散在學生組別中。

3. 於教學活動中設計配合教學的主題，先暖身後才進行任務式的代間互動學習及討論，學生需分組上台心得報告或表演，展現學習成果。

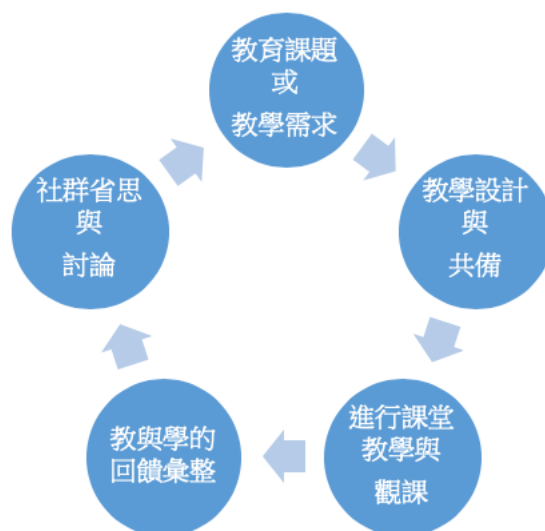


圖. 代間教學的滾動式修正之行動循環



參與對象和人數

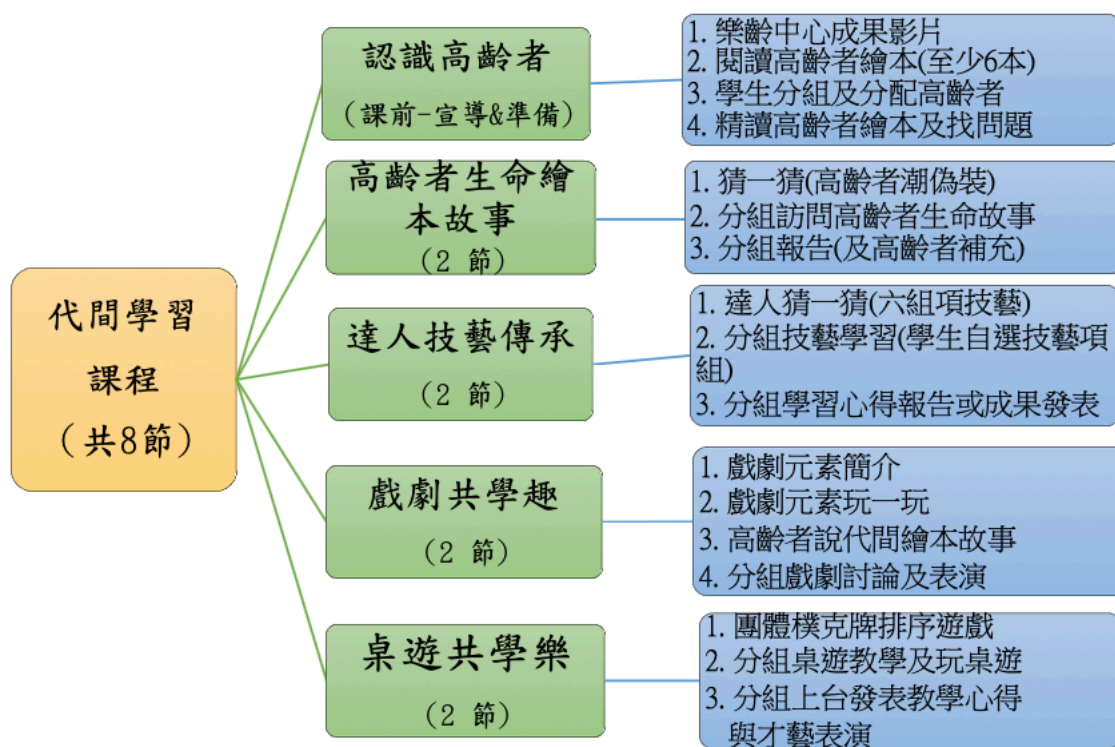
- (一) 樂齡學習中心學員：6~27人。
- (二) 武漢國小五年級班級學童：27人。
- (三) 教師專業學習社群教師教學團隊：3~6人。



活動執行

(一) 各項活動／教學進行時間及內容

本課程在針對國小五年級班級學生所設計祖孫代間互動學習課程共計8小時（如下圖），有高齡者生命繪本（2節）、達人技藝探學（2節）、戲劇共學趣（2節）、桌遊共學樂（2節），可期待及發現中高齡者與學生在這代間互動學習課程中，享受到彼此互動、交流及學習的樂趣。



(二) 各項活動／教學進行方式說明

1. 課前宣導與準備～認識高齡者

(1) 樂齡中心活或高齡相關活動影片及或中高齡者生命繪本

1-1 剪輯社區或樂齡學習中心高齡者學習活動照片彙集成影片(10分鐘)，尤其生命繪本團體的8次過程(含原生家庭、兒時記趣、青少年學習、工作奮鬥、親密伴侶、貴人感恩、時光隧道，到夢想達人)，在回顧自我生命歷程中與學員分享生命故事。

1-2 教學者透過學生提問，更瞭解中高齡者製作生命繪本的過程及再創生命的價值及意義。

繪出代間生命精彩

(2) 高齡者繪本閱讀(6-10本)

學生分組，輪流交換閱讀不同中高齡者的生命繪本，也引起想再次精讀的好奇心。

(3) 學生分組及分配高齡者

班導師將學生分好組別，並讓各組學生選定一位中高齡者繪本，讓組員課前閱讀。

(4) 精讀繪本及找問題(課後閱讀)

學生再次精讀所選定的中高齡者之生命繪本，透過詳細閱讀繪本內容，瞭解該位中高齡者的相關特質，以便問對問題，於已喬裝打扮的長者群中，猜出所選的高齡者

2. 高齡者生命故事(繪本)(80分鐘~100分鐘)

(1) 猜一猜(6位高齡者，潮偽裝)

6位中高齡者事前先在樂齡學習中心，做新潮的偽裝打扮。在教學現場佈置布幕(人躲在布幕後回答學生問題)，讓學生用「是不是……?」問句提問，之後中高齡者依序出列，各組輪流提問直到猜到自己那組的中高齡者。若學生能從繪本內容中，瞭解該組所選的高齡長者的特質，且問對問題，就能很快猜對，將該組的高齡者領回。

(2) 分組訪問高齡者生命故事(學生組有組長、記錄、訪問、報告)

學生參考使用所提供的訪問學習單，對該組的中高齡者進行訪談，蒐集相關的生命故事後上台報告。可以看到祖孫互動的溫馨畫面，及十分動人的美麗教學風景！

(3) 分組報告 (高齡者可補充說明)

各組全員上台，可由1位專責或多位輪流報告中高齡者的生命故事。中高齡者亦可依狀況進行補充說明，其間會發生意想不到的碰撞火花。

3. 達人技藝傳承 (80分鐘~100分鐘)

(1) 達人猜一猜 (學生依需求分為若干組，每組4-5人；高齡者每組至多2人)

導師協助分組，學生選好所要參與學習的技藝組別，延續上次的暖身模式，用「是不是……？」問句問問題，但這次可選人猜是否是該項才藝達人，猜對即領回。過程中，學生也不斷的在探看高齡者。

(2) 分組技藝學習 (可依所找到的達人專長分組~例如：唱跳舞蹈組、畫畫組、藍衫名牌組、生態導覽組、美食組、打鼓組等)

要注意分配各組的上課教室 (可再另找一間教室，亦可再運用戶外或走廊空間，應盡量減少互相干擾之問題)。

(3) 分組學習心得報告或成果發表

各組上台呈現學習的成果與報告心得，高齡者或許教得輕鬆且有成就感，而學生因為是自己選的學習項目，也會學得投入，且學得快。高齡者合作夥伴雖可互補壯膽，應注意適配的問題。

4. 戲劇共學趣 (80分鐘~100分鐘)

(1) 戲劇簡介 (認知)

教學者透過簡報說明戲劇的主要元素 (聲音、表情、動作、語言等)，以便讓學生對戲劇的元素有基本的認識，對戲劇不再陌生。

(2) 戲劇元素玩一玩 (體驗)

2-1 不同的走路方式：社群教師教學者先放輕鬆音樂，讓大家隨意快走及慢走以便暖身，再慢慢加入不同身份及不同情境與節奏的走路方式指令 (如小偷、警察等)。

繪出代間生命精彩

2-2 玩影子及鏡子遊戲：參與者自行找伙伴(最好以祖孫配為主)。

2-3 互動雕塑：各組輪流以團體的成員接續互動的方式進行動作雕塑。

2-4 比手畫腳猜一猜：僅透過表情動作，演示主題內容給對方猜。

(3) 高齡者說代間繪本故事(強調聲音大小高低強弱的故事性)。

由一位高齡者藉代間繪本故事「第100位客人」的投影片，現身口說個完整且感人的代間故事。以提供學生分組表演之參考。

(4) 分組戲劇討論及表演

分6組成員共同討論要表演的劇本內容(也可事前構思，或共同討論劇本故事)，透過祖孫共演一齣戲，在互動中彼此補位及欣賞。從中發揮各自所長及激發不同的創意！

5. 桌遊共學樂(80-100分鐘)

(1) 團體撲克牌排序遊戲(每人發一張大撲克牌，置於額頭前，只能看得到別人的)

全班學生與中高齡者一起玩撲克牌排序遊戲，大家一起用肢體語言溝通及合作，開啟本次的桌遊主題。

(2) 分組桌遊學習及玩桌遊(飛行棋、猜猜我是誰、母雞下蛋、企鵝破冰、德國心臟病、撲克牌(大老二)/Uno)

參與的中高齡者平均分配至各組，這次由各組學生教導中高齡者學習該項桌遊的玩法及規則，並進行祖孫共玩桌遊，快玩完的還可以跟別組交換玩。

(3) 分組上台發表學習心得與才藝表演

各組上台發表與阿公阿嬤進行桌遊共學玩的心得，學生及中高齡者各出1-2項才藝表演節目，中高齡者亦可提供一項團體遊戲，祖孫同歡樂會。

(三) 各項活動／教學預期目標與效益

教學活動項目	預期目標	達成效益(達成率)
生命故事	1.高齡者透過分享自己的繪本故事，很有成就感 2.學生閱讀訪問聆聽中高齡者的生命故事，對中高齡者看法翻轉為正向	1.高齡者學習單或訪談 80% (回收 60%) 2.學生學習單回饋 80% 3.分組報告內容
技藝傳承	1.高齡者透過分享及傳承自己的達人技藝，很有成就感 2.學生透過學習中高齡者的技藝，對中高齡者更加敬佩	1.高齡者學習單或訪談 80% (回收 60%) 2.學生學習單回饋 80% 3.分組心得分享內容
戲劇共學	1.高齡者與學生一起體驗玩戲劇，享受共學樂趣 2.高齡者與學生激發不同創意共演小短劇	1.高齡者學習單或訪談 80% (回收 60%) 2.學生學習單回饋 80% 3.分組的戲劇表演樂趣
桌遊共學	1.學生教會高齡者玩該組項桌遊，並能與高齡者共玩桌遊 2.高齡學至少會該組桌遊項目，並能與學生一起玩桌遊 3.輸贏不是問題，盡情享受代間互動遊戲 4.學生團體與高齡者團隊才藝表演共歡樂	1.高齡者學習單或訪談 80%(回收 60%) 2.學生學習單回饋 80% 3.高齡者學會玩桌遊 90% 4.祖孫共分享才藝樂 80% (表演人數 60%)

(四) 各項活動／教學準備

繪出代間生命精彩

活動項目	教材	教室空間	師資人力	評量工具	備註
生命故事	1.生命繪本 6 2.麥克風 3.大塊布幕 4.分組訪談記錄單	1.班級教室 2.分組桌座位	1.教師 1 2.助理 1 3.班導師 4.高齡者 6	1.學生個人學習單 2.高齡者個人學習單	布幕是為遮住 6 位高齡者
技藝傳承	1.各組技藝相關材料及器具 2.麥克風 3.分組學習記錄單	1.班級教室及美勞教室 2.分組桌座位	1.教師 1+(6) 2.助理 1 3.班導師 4.高齡者 6-12		高齡者為各組項才藝的主要傳藝者
戲劇共學	1.戲劇元素介紹簡報 2.放鬆音樂 3.鈴鼓或木魚 2.單槍、電腦及喇叭 3.麥克風 4.分組學習記錄單	1.班級教室 2.每人椅座圍成大圈(不用桌子)	1.教師 1 2.助理 1 3.班導師 4.高齡者 12-18		鈴鼓或木魚是為體驗活動的起始及結束之提醒
桌遊共學	1.大撲克牌 1 2.桌遊 6 組各 2 副(每組有桌牌標示組別及名稱) 3.喇叭音響 4.表演道具 5.麥克風 6.節目表 7.分組學習記錄單	1.圖書館之類的大教室 2.分組桌座位	1.教師 1+(1) 2.助理 1 3.班導師 4.高齡者 12-27 5.學生各組要有組長確認組員都會玩自己組的桌遊，也都楚遊戲規則		高齡者可以依玩桌遊的進度來結束並輪流換組玩
其他說明	1.課前需先將高齡者及學生分好組別 2.學習記錄單是方便學生報告內容之依據(也可自己發揮)。 3.高齡者配對要注意是否有特殊情形，別將不合的人放在同一組裡	1.依參與人數準備椅子數量 2.注意高齡者的座椅穩固及舒適	1.教師先分配好各自負責的工作 2.高齡者參與人數依分幾組而定，本次以 6 組來設計 3.高齡者參與人數勿超過學生人數 4.盡量促進代間的互動機會，若能一對一更好，但得者考量活動項目性質及不可控	高齡者的回饋不勉強且能較彈性處理，也可用口頭詢問、訪談錄音等方式	邀約高齡者來參應以自願性高者為優先，可請樂齡助理提供相關較合適人員名單



整體方案具體效益指標

(一) 擴增祖孫代間交流的機會：提昇社區高齡者與國小學生參與代間互動及情感交流，擴增參與者的不同生命經驗，增進個人及家庭情感交會。

(二) 引發參與人員的終身學習：促進國小教師、學生及高齡者共同激發學習，為代間教育及學習奠定有關愛的基礎。

(三) 社區在地化特色永續發展：透過代間互動學習活動，教師能關懷社區，孫字輩在關懷中成長，而高齡者能安然自在看重自己的生命，進而帶動社區在地特色之自主永續發展。

(四) 促進社區家庭互動與融和：增進社區參與的高齡者與國小學生個人身心靈健康安全，以及家庭幸福及社會安和樂利。



活動之參考文獻資料

王白合、楊國德(2010)。高齡薪傳者與兒童之代間學習互動研究。屏東教育大學學報，34，149-176。

李雅慧(2015)。中高齡者參與合作式服務學習歷程及其支持系統之研究。福祉科技與服務管理學刊，3(1)，61-68。

繪出代間生命精彩

- 林海清(2016)。高齡者人力資源的發展與應用。人事月刊, 376, 60-71。
- 常雅珍(2017)。小學生代間教育課程實施及其成效之研究, 課程與教學季刊, 20(1), 159~200。
- 教育部(2004)。邁向高齡社會老人教育政策白皮書。教育部。
- 教育部(2006)。老人教育政策白皮書。
- 教育部(2017)。高齡教育中程發展計畫。教育部。
- 黃富順(2011)。高齡化社會的挑戰與因應。成人及終身教育, 32, 2-15。
- 楊世承(2017)。從高齡者的認知發展探究代間學習的規劃模式。明新學報, 43(1), 155-182。
- 蔡妍妮(2016)。中高齡退休者的前瞻因應能力與活躍老化之研究。福祉科技與服務管理學刊, 4(3), 377-388。
- Erikson, E. H. (1994). *Identity: youth, and crisis*. New York: Norton.
- Fair, C. D. and E. Delaplane (2015). "It Is Good to Spend Time with Older Adults. You Can Teach Them, They Can Teach You": Second Grade Students Reflect on Intergenerational Service Learning." *Early Childhood Education Journal* 43(1): 19-26.
- Gamliel, T. and N. Gabay (2014). "Knowledge Exchange, Social Interactions, and Empowerment in an Intergenerational Technology Program at School." *Educational Gerontology* 40(8): 597-617.
- Merriam, Sharan B. ,& Kee, Youngwha(2014). Promoting Community Wellbeing: The Case for Lifelong Learning for Older Adults *Adult Education Quarterly*, 64(2), 128 - 144.
- Newman, S., Hatton-Yeo, Alan, & Johnson, B. F. (2008). Intergenerational Learning and the Contributions of Older People, *Ageing Horizons*, 8, 31 - 39.
- WHO (2002). *Active Aging: A Policy Framework*. Geneva:



佳作



大手牽小手代間方案～

當我們玩在一起

王月娥



方案背景

自從2000年聯合國教科文組織（UNESCO）舉辦有關代間方案（intergenerational programmes）的座談會以來，代間方案或代間學習成為跨世代融合的重要策略。2008年代間終身學習歐洲觀點（European Approaches to Inter-Generational Lifelong Learning, EAGLE）也從終身學習的角度，定義「代間學習」是「各年齡層的人從每天影響其真實世界的生活經驗或是有用的資源中，習得技能與知識乃至態度與價值觀的一種學習過程」，也是「一種讓老人傳承智慧給年輕人，以及促進高齡者終生學習的方法」（陳毓璟，2014）。而從兒童學習的觀點來看，Newman & Smith（1997）認為在Vygotsky 的理念中，清楚包括代間的互動，成人必須運用知識，協助兒童完成其無法獨立完成的工作。因為老人具有相當的閱歷經驗，因此很適合擔任這個角色（引自詹斐然，2015）。

人類的發展其實是很神奇的，隨著不同階段的發展，老年人在心智功能逐漸退化之後會變得很像孩子，有真誠、有固執且都渴望被注意和被愛。孩子喜歡重複性的遊戲，老人也喜歡重複的話題；孩子喜歡做出一些不合常理的舉動吸引他人的注意，老人期待被注意時也會做出一些反常的行為。鑒於老人的行為與心理越來越像孩子，而年輕的一代對老人的了解卻不夠透徹，一套讓老少可以共學的代間遊戲方案因此產生。



方案設計理念與目標

Whitehouse、Bendezu、FallCreek 和 Whitehouse(2000)提出代間社區學校（intergenerational community schools）的概念，依代間互動的漸增而分為四個層次，分別為第一層次代間共處一個空間，但是未進行方案互動；第二層次是代間有了互動，但僅止於部份，而且是非指導性的；第三層次則是雙方世代共同組成團隊，服務社區的需要；最高的層次是代間密切互動，在學習環境中討論如何達到各年齡世代的學習目標（王百合，2010）。本活動利用代間互動

大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起

的深度，作為方案設計的依據，試圖利用遊戲的方式增進代間互相了解，利用短暫的活動時間，將代間的互動層次加速，除了在不同世代的協同學習與競賽氛圍中，促進代間彼此的互動外，更藉遊戲內容的設計，讓代間雙方肯定不同世代的價值。

方案主要內容概述與活動帶領主要原則

(一) 方案主要內容

1. 預先活動【當我們玩在一起～任務說明】

分別集合學齡兒童，於活動進行前給予活動任務說明。重點除了說明本次代間活動的主要目的外，也包括透過互動方式詢問孩子：

對高齡長輩的印象

要能成功贏得小組競賽，需要具備那些條件

有哪些方法可以快速地了解你的同組夥伴

讓孩子了解此次活動是一個不同年齡的混齡學習，活動過程中需要和高齡夥伴一起進行代間桌遊。

2. 主要活動【大手牽小手代間遊戲】

由指導員說明「大手牽小手代間桌遊」的遊戲規則。

兒童與高齡長輩各一，兩人組成一隊，每桌四隊一同PK。

每隊選擇一個代表旗子，輪流擲骰子決定前進的步數，每次停留都須執行完一個任務後，才能取得一張「大手牽小手」拼圖卡片。

依據停留的地點顏色，抽取同顏色的任務卡，依據任務卡上的說明執行任務未能順利執行該次任務的隊伍，不能抽取「大手牽小手」拼圖卡。

最先拼出「大手牽小手」完整圖形的玩家為勝利，遊戲結束。

3. 延伸活動【愛的DIY】

每位混齡學員利用暖身活動為同隊夥伴畫的五官圖作為基礎，製作一張愛的感恩卡片，並與夥伴的合照相框，一併於活動結束後送給對方。

(二) 活動帶領原則

工作人員：老師為主要活動帶領人，需協助員或志工6~8人。

2. 活動主軸定調：教學前須先決定是大手牽小手？小手牽大手？還是手牽手肩併肩？

大手指的是長輩，小手指的是青少年或兒童，不同的執行方式會影響學習的結果。本次活動以小手牽大手為主要活動操作方式，因此老師須掌握代間學習特色與可能的障礙，盡量於活動前排除。例如：預先對兒童進行任務解說，以避免活動進行中，因雙方不了解而影響學習。

3. 有效的分組：年長世代與年輕世代在經過代間學習後，雙方世代如產生負面的互動經驗，容易使年長者內化負面的社會態度、增強負面的老年意象，也會阻礙了老少世代彼此對下次代間學習的參與意願(Herrmann,Stafford, 和 Herrmann, 2005)。因此，若無時間的緊迫性，須將老少學員背景加以了解之後，再適度分配到各桌。

4. 協助員操作訓練：

協助員活動前必須能充分了解遊戲規則。

對遊戲任務卡規則不清楚時，可以請協助員再解說或示範。

排解突發狀況(遊戲中請學員有問題舉手尋求協助)。

5. 主要活動：以優勝隊伍出爐為遊戲結束時間，若20分鐘內尚未分出勝負，協助員可以最接近完整拼圖的隊伍為優勝者，若有同分者(缺的拼圖卡數一樣)，以所擁有拼圖卡最多的為最終勝利者。

大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起



參與對象和人數：混齡約24~30人，每6~8人一組

長輩：年齡65歲以上

國小學童：年齡8~10歲



活動執行

(一) 各項活動/教學進行時間、方式

活動名稱	當我們玩在一起	編撰	王月娥
教學時間	120分鐘	適合人數	8人/組
教具/設備	大手牽小手代間桌遊(自製教具)、投影機、麥克風、音樂		
各項活動			進行方式
預先活動	【當我們玩在一起~任務說明】 分別集合學齡兒童，於活動進行前給予活動任務說明。		解說 互動問答
主要活動	【大手牽小手代間遊戲】 <ul style="list-style-type: none"> ■ 由指導員說明「大手牽小手代間桌遊」的遊戲規則。 ■ 兒童與高齡長輩各一，兩人組成一隊，每桌四隊一同PK。 		混齡分組 限時競賽
延伸活動	【愛的DIY】 製作一張愛的感恩卡片，於結束後送給對方。		統整手作 DIY

★ (二) 各項活動/教學預期目標與效益

活動流程與內容設計	教學目標
<p>暖身 破冰</p> <p>【相見歡一~我想認識你】</p> <p>同桌學員一對一互相簡單自我介紹，並以五個問題快速了解同桌混齡學員，將資訊寫在相見歡學習單內：</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 你最喜歡吃的水果是？ ■ 你最漂亮的五官是？ ■ 你最討厭的食物是？ ■ 你最常用的口頭禪是？ ■ 你現在幾歲？ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 增進代間的互相認識，去除陌生感。 ■ 找出遊戲進行時搭配的夥伴。 ■ 熟悉主要活動的遊戲方法。
<p>【問答互動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請同桌小學員們共同介紹同桌的一位長輩。 2. 請同桌老學員們共同介紹同桌的一位小學員。 	
<p>【相見歡二~默契加溫】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 每桌自行混齡分組，兩人一隊，並請同隊者將對方五官畫在學習 	

大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起

	<p>單內。</p> <p>2. 由老師依序介紹五種愛的遊戲，並請助教示範一次玩法。</p> <p>3. 每介紹一種遊戲，就請同隊學員一起玩一次，以便熟悉遊戲。</p> <p>4. 默契加溫結束時，請各桌協助員拍攝各隊的合照，作為延伸活動素材。</p>	
	<p>休息</p>	
<p>主要活動</p>	<p>【當我們玩在一起～大手牽小手代間遊戲】</p> <p>1. 分組：兒童與高齡長輩各一，兩人組成一隊，每桌四隊一同PK。每桌設協助員一名，負責遊戲的進行與代間學習觀察。</p> <p>2. 老師介紹【大手牽小手代間桌遊】內容物與遊戲規則。</p> <p>3. 每桌四隊開始進行代間桌遊大PK。計時20分鐘。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ 促進代間彼此的互動。 ■ 肯定不同世代存在的價值。 ■ 體驗不同世代的協同學習經驗。
<p>心得</p>	<p>請各桌協助員，舉出該桌最有趣的、</p>	<p>透過心得分享：</p>

<p>分享</p>	<p>最厲害、最有默契等的團隊。老師可以請當事人分享：</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 學習過程有甚麼印象特別深刻的事值得分享？ ■ 最厲害的團隊是如何贏得勝利的？ ■ 你覺得和長輩（或兒童）一起學習有甚麼不同或收穫？ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 了解代間活動如何促動彼此的學習。 ■ 展現不同代間學習的效益。 ■ 體認不同代間的角色價值。
	<p>休息</p>	
<p>延伸活動</p>	<p>【愛的禮物 DIY】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 從夥伴的學習單剪下自己的五官圖，放置在卡片封面，內頁右邊以第一人稱寫出五大題目的答案，並簽名。 ■ 和夥伴的合照黏貼於卡片內頁的左邊。 ■ 加以美化，製作成一張愛的感恩卡片，送給對方。 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 物化學習過程，促進不同代間對此活動的回憶。

大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起

(三) 各項活動/教學準備

(教材、教室空間與環境、師資/人力、評量 工具...等)

各項活動與教學準備		時間	教學準備	評量
暖身 破冰 活動	【相見歡一~我想認識妳】 同桌學員一對一互相 簡單自我介紹	10 分鐘	「海草舞」歌曲(相見歡活動時播放) 相見歡學習單(如附錄一)	學習單
	【問答互動】 每桌以不同方式介紹夥伴	10 分鐘	協助員參與各桌觀察	口說介紹
	【相見歡二~默契加溫】 ■ 混齡分組，畫五官在學習單內。 ■ 由老師依序介紹五種愛的遊戲。 ■ 拍各隊的合照。	20 分鐘	愛的遊戲(助教示範) ■ 你一拳我一拳 ■ 手指摔角 ■ 海帶拳 ■ 烏龜烏龜翹 ■ 眉目傳情 協助員以照相機或手機拍照	演練
	休息	5 分鐘		
主要 活動	【當我們玩在一起~大手牽小手代間遊戲】	30 分鐘	大手牽小手代間桌遊(如附錄二)	協助員的觀察 競賽成果

	<ul style="list-style-type: none"> ■ 分組、每桌設協助員一名。 ■ 介紹【大手牽小手代間桌遊】。 ■ 代間桌遊大 PK。計時 20 分鐘。 			
代間心得分享	<p>分享重點：</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 學習過程有甚麼印象特別深刻的事值得分享？ ■ 最厲害的團隊是如何贏得勝利的？ ■ 你覺得和長輩(或兒童)一起學習有甚麼不同或收穫？ 	20 分鐘	<p>分享時播放自然的輕音樂當襯底</p> <p>協助員先就各桌狀況提出觀察結果，再請觀察事件之當事人分享</p>	心得分享
	休息	5 分鐘		
延伸活動	<p>【愛的禮物 DIY】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 製作一張愛的感恩卡片，送給對方。 	20 分鐘	<p>愛的感恩卡片(A4 大小雲彩紙對折，如附錄三)</p>	<p>統整卡片</p> <p>DIY 成品</p>

大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起

整體方案具體效益指標

- 遊戲教具的設計，更容易推動代間學習，並加速其互動層次
- 混齡雖然代表學習個性差異大，但創造的多元文化價值高
- 了解高齡者是智慧的資產不是負擔，並成為年輕世代學習典範
- 高齡者某些議題的依賴年輕世代，更易促進年輕世代的學習動機
- 年輕世代促進高齡者活躍老化

活動之參考文獻資料

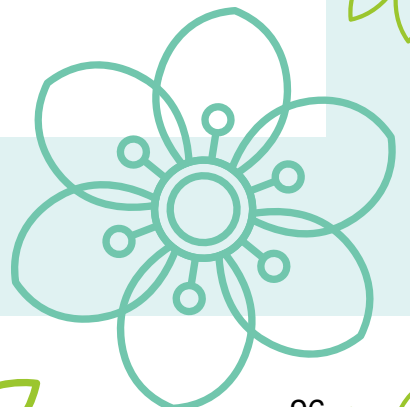
林麗惠，2003，〈變遷社會與高齡教育〉，《社會變遷與成人教育》，中華民國成人教育學會主編，頁107-131。台北：師大書苑

陳毓璟，代間學習策略融入社會老年學之學習歷程與成效研究，教育科學研究期刊，2014, 59(3), P1-28, doi:10.6209/JORIES.2014.59(3).01

王百合，楊國德，高齡薪傳者與兒童之代間學習互動研究，屏東教育大學學報-教育類，34, 2010, P149-176

謝其美，謝建全，代間學習運用於銀髮族學習電腦的效果及其因應策略之研究，朝陽人文社會學刊，10(1)

詹斐然，「代間學習」讓幼兒園和安養中心當鄰居，兩個需求一次滿足？，公益交流站，<https://npost.tw/archives/21965>, 2015,11,10,



* 附錄一 相見歡學習單

【大手牽小手代間方案-當我們玩在一起】學習單

我想認識你 請依據下列題目寫出/畫出每位同學夥伴的答案

夥伴稱呼	(範例)	夥伴一	夥伴二	夥伴三	夥伴四
問題答案	微笑阿維				
最喜歡的水果					
最漂亮的五官					
最討厭的食物					
最常用的口頭禪					
現在年齡	70				

我眼中的你 請依你所認識的同學夥伴，簡單畫出他/她的五官



大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起

附錄二 大手牽小手代間 桌遊設計

內容物

遊戲主板 1 張	機會卡 8 張	命運卡 8 張
愛的驚喜卡 10 張	愛的行動卡 10 張	愛的語言卡 14 張
拼圖卡 36 張(6 組)	骰子 1 個	旗子 4 個

(一)內容物說明：

1. 遊戲主板



2. 愛的驚喜卡：每張卡內容包含愛的計算題及愛的大考驗，前者多以數據方式呈現與愛有關的內容，後者則為同組隊員的默契考驗。



3. 愛的行動卡：每張卡內容包含增加親子情感或代間融合的指令及互動小遊戲。

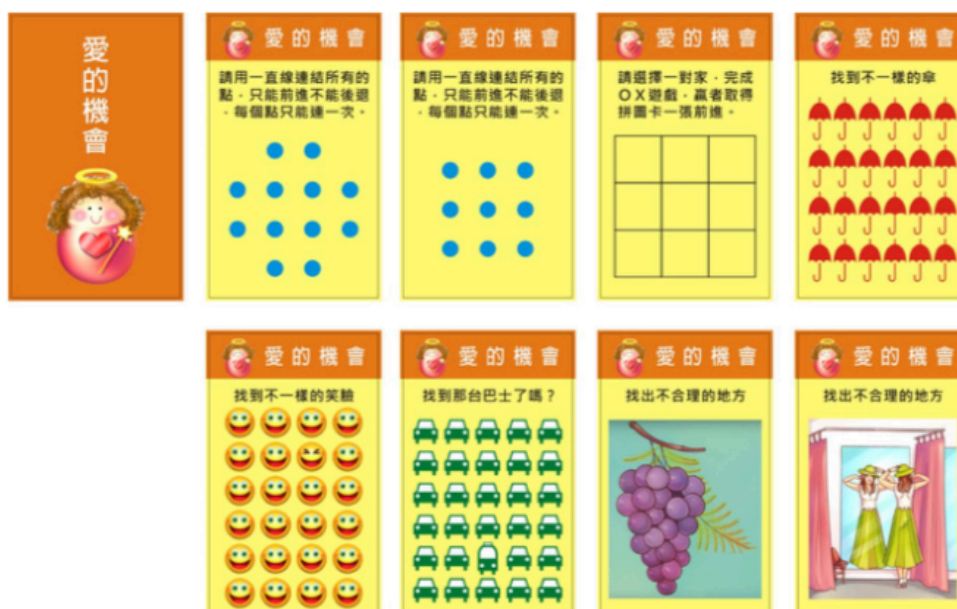


大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起

4. 愛的語言卡：每張卡內容包含愛的老智慧傳承及與愛相關的經典語句。

愛的語言 	愛的智慧 請問： 以前沒有電燈的年代，是靠什麼來照明？ 	愛的智慧 請問： 端午節的習俗中，包粽子的葉子是用甚麼葉子？ 	愛的智慧 請問： 以前洗碗所用的菜瓜布，是用哪一種蔬果植物曬乾製作的？ 	愛的智慧 請問： 古早未發明塑膠袋前，買魚肉時攤販都會用什麼植物綁魚肉提回家？ 	愛的智慧 請問： 沒有冰箱的年代，怕魚肉蔬菜壞掉，都會用什麼方式保存？ 
	愛的智慧 請問： 古早以前，炒菜的油是用什麼來炸成的？ 	愛的智慧 請問： 古早的玩具，都是就地取材，選擇一種童玩，說明古早製作的材料？ 毽子、跳繩、竹蜻蜓、彈珠、踢罐子遊戲 	愛的智慧 請問： 以前沒有便利的自來水及水龍頭時，家庭用水怎麼來？ 	愛的經典語 猜： 請用一隻手比出「我愛你」手語？ 	愛的經典語 請問： 西方代表母親之花語是什麼花？ 
	愛的經典語 俗語說(台語)： 俾豬穿灶，俾因() 比喻子女要加以管教，不能放縱，否則會變成不孝。 	愛的經典語 猜： 與孝順相關的經典語句 羊有()之恩 烏鴉有()之心 	愛的經典語 猜： 哪一個是「孝」的古字？ 	愛的經典語 猜： 哪一個是「慈」的古字？ 	

- ✧ 5. 機會卡：每張卡內容為專注力、觀察力、協調力的小遊戲，為創造另一次再度前進的機會。



6. 命運卡：每張卡內容可視為各種不可抗拒的好運及壞運。



大手牽小手代間方案～ 當我們玩在一起

7. 大手牽小手拼圖卡：設計與本遊戲主題一樣的圖案，內含遊戲名稱、代表性圖案，利用卡片將其分割為六份



(二) 遊戲規則：

1. 玩家組隊約6~8人，適合親子或三代同堂(大配小一隊)，每隊選擇一種旗子作為前進的代表。猜拳由贏者決定逆時針或順時針方向開始。
2. 每隊輪流擲骰子決定前進的進度。
3. 走到任何一個遊戲顏色區，看顏色抽取卡片，依據卡片內之指示完成任務。
4. 每一次的過關者，可抽取大手牽小手拼圖卡一張，依照圖騰完成拼圖者，即成為最後贏家，遊戲結束。

* 附錄三 愛的禮物卡片製作

卡片封面 A4 大小對折

封底

封面

內頁左



內頁右



我今年 80 歲

我最喜歡吃的水果是 香蕉

我最討厭的食物是 鳳梨

我最漂亮的五官是 眼睛

我最常說的口頭禪是 嗯哼!

簽名: 微笑阿嬤



佳作



快樂藏寶箱

曲冠潔

快樂藏寶箱



方案背景

社會的變化，使得人類的的生活也一起在變動著，在尚未被科技支配生活的兒時年代，放學後第一件事就是呼朋引伴，今天要玩什麼遊戲呢？《童年》，唱著：「等待著下課、等待著放學，等待遊戲的童年。」反觀現代，工商業、科技的發達，人類的社會價值觀也有極大的改變，兒童手上拿著、玩著的，大多是從百貨公司買來或是經大人們篩選、安排的遊戲世界。每個成人或兒童愛玩的基因與生俱來，無論時代如何轉變，想玩、愛玩，甚至透過玩去學習的心境不曾改變。

教育部2006年於《老人教育政策白皮書》中指出「營造對老年人友善的社會環境，應從小灌輸正確的老化觀念，針對各級學校學生應提供世代之間的學習活動及老化知識，增進學生尊重老年人，減少年齡歧視，促進不同世代間的了解與溝通，強化社會對於老年人的正面態度。」年輕世代與老人世代之間存有許多刻板印象，其主要原因為家庭結構改變，老人世代與年輕世代的互動逐漸變少，為了改變年輕世代對老人世代的觀念態度，必須引領年輕世代對老人世代有適切的認識與了解，促進不同世代的人相互溝通與交融，以營造對高齡親善的普世價值。

面臨高齡者將占未來人口組成的多數時，如何利用高齡者的經驗，透過代間的互動及共學，讓高齡者能重新找到他的價值與幸福感，並開發出高齡人力資源是一件值得思考的事情。「代間互動」可以讓高齡者擴大他們生活的視野，擺脫因身體老化可能產生的負面想法，以正向思考來積極面對晚年生活，成為一個充滿幸福感的高齡者。



方案設計理念與目標

(一) 理念：

快樂-因著不同世代的互動而產生的心理狀態。

藏寶箱-高齡者不私藏技藝，將好玩有趣的童年遊戲與小朋友分享，一起學習，共同成長。

此方案提供高齡者貢獻智慧與傳承文化的機會，促進高齡者社會參與；增進與年輕世代互動的機會，引導兒童對高齡者有適切的認識與了解，以達到高齡者協助兒童，兒童敬重高齡者。

(二) 目標：

1. 促使不同世代間的連結，增加溝通與互動機會，感到幸福感。
2. 將高齡者的技藝傳承給兒童，提升自我價值與成就感。
3. 提供高齡者社會參與的機會，增加生活樂趣與學習的自信心。
4. 讓兒童學習高齡者的智慧，認識文化背景，珍惜眼前的物質生活。
5. 促使兒童破除對高齡者的偏見與歧視，發展正向的態度。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則

(一) 內容概述：

每場活動皆會有「暖身、主要活動以及結束」作為規劃，主要活動為分享一個樂齡族的兒時遊戲，包括「紙玩憶兒、竹筷子槍、快手沙包、打尪仔標、走跳格子」，方案時間規劃於寒、暑假，考量為樂齡學習中心課程較少的時間以及兒童放寒、暑假，此活動為期5天，前4次1.5小時，最後一次為2小時，包含影片回顧及分享，此方案共計8小時。

快樂藏寶箱

(二) 活動帶領主要原則：

1. 安全第一原則：玩的安全、玩的公平、玩的認真、玩的快樂。
2. 面帶笑容、口齒清晰、口語表達能力好。
3. 注意及接納原則：注意成員的各種反應及接受各種建議。
4. 漸進性原則：簡單→複雜、活動強度低→強、動作→思考、具體→抽象。
5. 創新與重複原則：兼顧熟悉感又兼顧新鮮感。



參與對象和人數

兒童(國小三、四年級)20位

55歲(含)以上之樂齡族20~30位



活動執行

(一) 各項活動/教學進行時間、方式

活動項目	時間	教學方式
紙玩憶兒	15分鐘	講述說明、小組實際操作 1. 暖身活動
	60分鐘 (10分鐘)	團康遊戲-捉泥鰍 2. 主要活動 由2~3位樂齡志工分享當時玩「東南西北、跳跳蛙」的趣味性
	(25分鐘)	2-1. 東南西北 ● 用色紙摺，下方可讓兩手的拇指及食指分別伸進四個空間去，上面共分四個區域，分別寫上東、西、南、北四個字，而這四個區域的裡面各有兩個區塊，分別寫上一些字。 ● 玩法是讓對方來選擇東、西、南、北哪一個，再用兩手的拇指及食指來控制此玩物的上下張合及左右張合。 ● 請對方喊出一個數字，看停在哪裡，對方所選的那個方向之內側文字是寫什麼，按照上面所寫的指令做。
	(25分鐘)	2-2. 跳跳蛙 ● 挑選喜歡的紙張，紙張所摺出來的跳跳蛙也有所不同。
	15分鐘	3. 結束活動 團體分享、合照
竹筷子槍	15分鐘	講述說明、小組實際操作 1. 暖身活動
	60分鐘 (10分鐘)	團康遊戲-請你跟我這樣做 2. 主要活動 由2~3位樂齡志工分享以前使用竹筷子槍射擊什麼東西
	(30分鐘)	2-1. 製作竹筷子槍

快樂藏寶箱

	(20分鐘) 15分鐘	2-2. 竹筷子槍射擊競賽 小組架設距離約100公尺的障礙物(例如:寶特瓶、公仔)讓其他組別闖關 3. 結束活動 團體分享、合照
快手沙包	15分鐘 60分鐘 (10分鐘) (30分鐘) (20分鐘) 15分鐘	講述說明、小組實際操作 1. 暖身活動 團康遊戲-基數偶數 2. 主要活動 由2-3位樂齡志工表演給兒童看快手沙包 2-1. 縫紉沙包 將線穿進針裡，縫製邊長各4公分的正方形沙包，每人需縫3個沙包。 2-2. 快手沙包 與樂齡志工練習快手沙包 3. 結束活動 團體分享、合照
打尪仔標	15分鐘 60分鐘 (10分鐘) (10分鐘)	講述說明、小組實際操作 1. 暖身活動 團康遊戲-傳球不掉落 2. 主要活動 由2-3位樂齡志工分享尪仔標上圖案的來歷。一張小小圓圓、直徑只有幾公分的紙牌，周圍是圓滑鋸齒狀，上面有各種圖案(卡通、布袋戲、電視劇角色...)，還有一個特色，正面四個對角分別是「撲克牌花色」、「十二生肖」、「剪刀石頭布」及「象棋棋子」的圖案或字樣，這就是「尪仔標」(用台語唸) 2-1. 介紹尪仔標及玩法: 玩法1. 兩人(或多人)將各自所出的尪仔標疊起來，再選出其中特定的一張，然後兩人

	<p>(20分鐘)</p> <p>(20分鐘)</p> <p>15分鐘</p>	<p>(或多人)再輪流以手中的一張尅仔標來打向那疊尅仔標，直到有人將那張特定的牌打出來(是指將那張尅仔標打到它不和其他任何一張相疊)就是贏家，可獲得那疊牌!</p> <p>玩法2. 兩人(或多人)各持一張尅仔標，以輪流用手指彈射的方式，看誰的尅仔標先疊在對方上面即可贏得對方那張尅仔標。</p> <p>2-2. 請小朋友畫出約10張自己喜歡的卡通、圖案並上色，再用花邊剪刀剪下。</p> <p>2-3. 尅仔標競賽 拿著自己畫的尅仔標與樂齡志工競賽，贏得樂齡志工的尅仔標；樂齡志工贏得兒童的尅仔標。</p> <p>3. 結束活動 團體分享、合照</p>
走跳房子	<p>15分鐘</p> <p>60分鐘</p>	<p>講述說明、小組實際操作</p> <p>1. 暖身活動 團康遊戲-變種蘿蔔蹲</p> <p>2. 主要活動 遊戲說明與進行</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 站在起跳之處，將糖果鐵盒設法丟進數字1的格子裡，丟進去就可以開始跳。糖果鐵盒一定丟進方格子裡才有資格起跳，不然是連跳都不能跳的。 ● 兒童:單腳(另一腳彎起)，用跳的，跳進數字2的格子；樂齡族用走的，走到數字2時單腳站立維持10秒才能再走下一格。 ● 依格子數一直單腳跳到最後

快樂藏寶箱

	<p>45分鐘 (10分鐘)</p> <p>(35分鐘)</p>	<p>的格子。跳的過程中腳不可以落地，一落地就是違反規則，不能再跳，只能等下一輪。但是途中如果經過併排橫列的格子以及最上面那格，可以雙腳著地。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 以單腳跳方式由最後一格再依序往回跳。 ● 跳回到格子2時，彎身撿起格子1中的小石塊，接著再依序跳回起點。(樂齡族不彎身，由兒童協助撿起) ● 接著換下一位，過程中如果糖果鐵盒或腳，不小心越界或壓在線上，就算犯規，必須停跳，輪到下一位。 ● 等全部格子跳完之後，就有權利蓋房子了。方法是背向把糖果鐵盒擲入任何一個空格內，該房子即屬於你，寫上自己的名字或代號之後，其他的人在跳躍前進時就須跳過此格，不可以落腳在你的房子內，但是家的主人卻可以兩腳並立。 ● 全部房子都被蓋完之後，擁有最多間房子的人就算是大贏家了。 <p>3. 結束活動</p> <p>3-1. 影片回顧 五次活動的相片、影片分享</p> <p>3-2. 整體分享與感恩 樂齡族與小朋友互相回饋</p>
<p>總計</p>	<p>8小時</p>	

(二) 各項活動／教學預期目標與效益

活動項目	預期目標	效益
紙玩憶兒	<ol style="list-style-type: none"> 藉由「東南西北」舉例設定的指令中(參考九、附件),藉此讓兒童與樂齡族互動。 體驗競賽趣味,透過「跳跳蛙」一起動手做、玩中學,增進情感。 	<ol style="list-style-type: none"> 讓兒童與樂齡族有更進一步的認識,例如:喜歡的東西、喜歡的卡通、討厭的東西…等等。 透過摺紙,可以訓練手指的靈活性,也可磨練兒童的耐性、培養邏輯分析的能力,最後還有成品可以欣賞把玩。
竹筷子槍	<ol style="list-style-type: none"> 製作竹筷子槍的同時,知道橡皮筋拉越長,彈力就越大,透過操作及活動的安排,寓教於樂。 體會運用生活週遭簡易的材料,可以製作出令人嘆為觀止的成品及玩出回味無窮的樂趣。 	<ol style="list-style-type: none"> 推廣民俗童玩竹筷子槍,增進代間交流。 共同參與活動,例如:小組設置障礙物,在學習的過程中快樂成長。
快手沙包	<ol style="list-style-type: none"> 動手作沙包,藉由樂齡族的協助下,讓兒童學會縫紉的技巧。 啟發與培養創造力,讓每個兒童都會製作3個沙包。 	<ol style="list-style-type: none"> 利用丟沙包來幫助兒童協調手的能力,玩的時候,必須要眼明手快,眼手協調,訓練個體的敏捷性。 使兒童在遊戲中的丟跟接學習反射能力,刺激腦袋,然後藉著代間互動互相競技比賽,而了解比賽的規則。
打尪仔標	<ol style="list-style-type: none"> 能利用資源回收物,創作出自己的特色尪仔標。 能探索尪仔標的內容、材質、造形與製作方法。 能夠分享並說出自製尪仔標的感想和收穫。 	<ol style="list-style-type: none"> 能探索尪仔標的組成元素與玩法,並體會到玩尪仔標的樂趣。 能因為代間分享玩尪仔標的快樂情景,增進情感交流。
走跳房子	<ol style="list-style-type: none"> 認識走跳房子的玩法。 鍛鍊兒童的跳躍和平衡能力(樂齡族非常需要)。 	<p>透過戶外活動,讓代間能彼此在走跳房子中互相協助,增進彼此幸福感。</p>

快樂藏寶箱

(三) 各項活動/教學準備

活動項目	教材	環境	師資	人力	評量工具
紙玩憶兒	1. 色紙、報紙、影印紙、廣告紙 2. 剪刀 3. 30公分長尺 4. 美工刀 5. 奇異筆 6. 彩色筆	1. 室內 2. 桌、椅	曲冠潔	樂齡志工 8-10位	1. 說出2種摺紙遊戲的名稱。 2. 會折出「東南西北」、「跳跳蛙」，並與樂齡志工同樂。
竹筷子槍	1. 竹筷子數雙 2. 橡皮筋數個 3. 膠帶 4. 花剪 5. 美工刀 6. 射擊物(如：寶特瓶、公仔)	1. 室內 2. 桌、椅 3. 室外設置障礙物	曲冠潔	樂齡志工 8-10位	1. 說出製作竹筷子槍需要準備的材料有哪些 2. 竹筷子槍完成後，能將橡皮筋射出去 3. 與樂齡志工射擊競賽
快手沙包	1. 舊衣或碎布 2. 針、線 3. 剪刀 4. 彩色沙子或米粒、豆類	1. 室內 2. 桌、椅	曲冠潔	樂齡志工 8-10位	1. 做出3個沙包 2. 與樂齡志工沙包競賽
打尅仔標	1. 厚紙板 2. 奇異筆 3. 彩色筆 4. 花邊剪刀 5. 養樂多空罐	1. 室內 2. 桌、椅	曲冠潔	樂齡志工 8-10位	1. 畫出10張尅仔標 2. 贏得數張樂齡志工的尅仔標
走跳房子	1. 糖果鐵盒 2. 粉筆 3. 記分板	1. 室外 2. 空地 (可以用粉筆畫格子的地方)	曲冠潔	樂齡志工 8-10位	1. 了解遵守遊戲規則 2. 跟著樂齡志工一起走、跳房子



整體方案具體效益指標

指標1.使用「老年生活幸福感調查問卷」，以前、後測之方式，了解是否透過此方案之代間活動，提升高齡者幸福感。

指標2.利用「訪談法」，了解此代間活動是否提升高齡者自我價值與成就感。

指標3.請高齡者參與每次的代間活動後，記錄當天的心情臉譜。

指標4.請兒童填寫「學習回饋單」，進而了解是否有吸收到高齡者的文化傳承。

指標5.讓兒童對高齡者抱持著崇拜的眼神，在其他公共場所遇到高齡者時能互相道好。



活動之參考文獻資料

萬育維(2001)。社會工作概論—理論與實務。台北：雙葉。林萬億(1998)。團體工作：理論與技術。台北：五南。

竹筷槍 DIY 教學。取自 <https://pse.is/9QR7C>

懷念童年玩物。取自 <https://pse.is/9NKML>

嘉義、臺灣童玩博物館玩具博物館。取自 <https://pse.is/9MPHZ>

摺紙DIY-青蛙摺紙。取自 <https://pse.is/9DHP7>



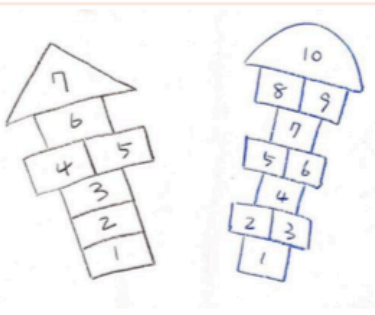
跳房子。取自<https://pse.is/9G78E>

快樂藏寶箱



附件

編號	活動項目	物件	說明
1	紙玩憶兒		<p>東南西北 代間互動內容舉例：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 分享心情 ● 喜歡的東西 ● 讚美一句話 ● 按摩手臂20秒 ● 喜歡的卡通 ● 討厭的東西 ● 按摩肩膀10秒 ● 猜拳贏3次
			跳跳蛙
2	竹筷子槍		使用竹筷子、橡皮筋、膠帶完成

3	快手沙包		<p>利用舊衣、碎布剪成正方形，縫紉而成的沙包，裡面可以裝彩色子或米粒</p>
4	打尅仔標		<p>樂齡族的尅仔標</p> <p>小朋友的尅仔標 (畫圖者：林園國小-陳彥鈞)</p>
5	走跳房子		<p>樂齡族：用走的 小朋友：用跳的</p>



佳作



大魚 等魚 小魚

吳雅茹

大魚 等魚 小魚



方案背景：

（一）餘波蕩漾-漁村文化的追尋與復興

林園區位於高雄最南端，擁有中芸與汕尾兩大漁港，由於緊鄰高屏溪與台灣海峽的交會地，因此魚類資源豐富且多元，許多長輩腦海中，依稀記得小時候到海邊，看著漁船出海捕魚，清晨時回到漁港進行卸貨與交易的情景，爸媽會搶在清晨時到魚港採購「現撈仔」，回家烹煮鮮甜美味的魚湯或料理。

林園不僅天然魚類資源豐富，且養殖漁業非常發達，曾經以養殖鰻魚和九孔聞名海內外，後來因為工業的進駐與汙染，使得養殖業者紛紛轉型為魚苗孵育工作。林園在地的文史工作者戴健城老師表示：林園的汕尾漁港，是過往漢人由唐山過台灣登陸的一個古老驛站，在兒時的印象中，綿延的沙灘非常美麗！追螃蟹、拾貝殼，看著海水潮起潮落的美好多數停留在記憶裡。

為了因應逐漸被遺忘的漁村文化與海洋資源，林園區樂齡學習中心自103年成立開始，便開設一系列相關課程，從介紹海洋環境與資源、體驗「與大海拔河」的牽罟活動與紅樹林和濕地環境探索，讓長者重溫早期漁民捕魚的智慧，並且從品嚐和烹調道地的魚類料理，進而加入創新元素烹調創意魚類料理，希望帶動全家人一起愛上魚類料理。

（二）魚波蕩漾-漁村文化的延續與發揚

高雄市教育局多年來致力推動海教育，並將海洋教育思維植基於在地文化特色及精緻創新的意念。林園在過往為一處傳統漁村，區內1/3的里緊鄰著台灣海峽，為了讓孩子更了解自己的家鄉文化，因此學校將「海洋教育」訂為校本課程，希望藉由一個完整的「海洋」課程，讓孩子能夠更全面地來認識海洋，讓海洋的意象自然而然地融入到生活之中，從知識的獲取、態度的養成進而產生態度的改變，為海洋找到永續的生存之道。

除了認知、情意與技能的養成外，學校在飲食教育，也極力向學生宣導魚類所富含的各項營養成分，魚類含有的Omega-3脂肪酸會對孩子智力產生積極影響，但許多孩子卻不喜歡吃魚，有的甚至不懂得如何吃魚。由於飲食型態的多元化、及加工食品的盛行，導致現代年輕族群的飲食文化與長輩產生差異。

▲ 方案設計理念與目標：

（一）設計理念

我們希望帶領孩子與長輩一起從認識家鄉海洋文化開始，進而到創作、品嚐魚類料理，藉由代間活動製造祖孫共同學習的機會，因此設計了「大魚 等魚 小魚」課程。「大魚 等魚 小魚」包含了雙重的理念，第一個理念是【傳承與帶領】，由經驗豐富的大魚（長者）帶領著懵懂無知的小魚（孩子）一同遨遊，在知識的瀚海中發現困難並互相幫助共同解決困難。第二個理念是【珍惜與感恩】，大魚-存感激、不隨便浪費或丟棄；等魚-尊重生命的價值及萬物平等；小魚-環境永續及珍愛家園。

在課程設計上參考Eddowes和Ralph(1998)提出之成人與兒童互動理論架構，本方案在設計上以「個人與社會互動」、「肢體活動」、「認知互動」、「溝通互動」、「創造發展」五大層面作為活動設計的參考。期望能透過涵蓋這五大層面的課程，來幫助高齡者達成社會參與及成功的代間互動效果。並依據十二年國教課程發展與課程綱要的基本理念『自發、互動、共好』，希望藉由課程培育孩子具有「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」的核心素養，並能效法長輩，期許自身成為一位「終身學習者」。

（二）方案目標

1. 促進代間互動透過活動增加代間的相處機會，並藉由彼此智慧及經驗的分享，增強對彼此之間的認識。

大魚 等魚 小魚

2. 透過代間彼此的腦力激盪，發想創意魚類料理。
3. 透過活動內容傳遞及建立「大魚 等魚 小魚」課程之核心價值。
4. 從認識家鄉出發，帶領參與者認識家鄉漁業
5. 並帶領學員從認識海洋環境出發，培養愛護生命及珍惜資源的情懷。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

(一) 內容概述

「大魚 等魚 小魚」方案內容共包含四個主要單元。





(二) 帶領原則

1. 由淺入深：課程內容及議題討論應先從簡單的方向著手，並輔以簡要的步驟，讓學員能在規定的時間完成，增強信心及引發興趣後，逐步進入討論較複雜的問題及完成難度較高的任務。

2. 指引明確：課程說明及任務指派應先將討論主題的重要性讓學員瞭解，課程中的操作指令及步驟也要考量兩代之間的語言接收能力，之後引導各組討論議題、發表見解和實際操作時，才容易集中問題焦點，使學員言之有據。

3. 精明簡要：通過情境分析和需求評估後進行教學設計，課程難易度須儘量兼顧到不同年齡的學員，任務說明及賦予時亦須簡明扼要，不宜單一堂課程內指定太多不同的任務，且課程目標及內容須精明簡要，並在課程中適時加入互動的機會。



參與對象和人數：

國小4-6年級學生15名及樂齡學習中心學員15名，共計30名。



活動執行：

單元名稱	大魚等魚小魚	教學時間	8小時
教學對象	4-6年級學生 樂齡學習中心學員	教學領域	社會、自然、語文、藝術
各節教學重點	1. 活動一【寓教魚樂】：海洋文學欣賞及畫說從前 2. 活動二【大智若魚】：認識家鄉常見魚類 3. 活動三【魚民安之】：魚類營養價值介紹及魚類保存與烹調 4. 活動四【需留魚地】：探討魚類與人類和環境彼此的關係		

大魚 等魚 小魚

教學目標	1.藉由文學作品及畫作瞭解家鄉海洋文化 2.認識家鄉常見魚類及魚類特殊構造與功能 3.透過實作體驗魚類宰殺、保存及烹飪過程 4.透過影片瞭解海洋汙染問題 5.透過課程教導孩子珍惜資源和尊重生命			
單元 目標	教學活動	教學資源	評量	教學 時間
藉由文學 作品及畫 作瞭解家 鄉海洋文 化	一、暖身活動 （活動地點：教室外空地） 帶領人：方案設計者 分組活動相見歡-捕魚歌 長輩和學生圍成圈，音樂起開始反方向前進，當歌詞到撒網下水時，長輩用雙手做出撒網動作，捕獲之學生即為夥伴隊員，每三組(6個人)為一組。	捕魚歌 音響	彼此簡單 介紹並記 住名字或 暱稱	20分鐘
	二、準備活動 （活動地點：教室） 帶領人：方案設計者 【寓教魚樂】 ：海洋文學欣賞及畫說從前 1. 分享余光中詩作 〈比夢更神奇〉 當恐龍在陸上都成了化石 雄偉的大翅鯨 抹香鯨 在亮藍的高速公路上 卻迎風噴灑壯麗的水柱 吞吐著潮汐 鼓脹著風波 滿肚子沈船和鏽錨的故事 海啊！比記憶更深 比夢更神奇	互動式螢幕 余光中詩作	能理解詩 中所傳達 的意象	100 分鐘

	<p>2. 畫說從前</p> <p>帶領人：方案設計者、樂齡學員</p> <p>分享樂齡學員記憶中的漁村風光畫作及現代捕魚相片及影片</p>  <p>討論：彼此分享記憶中對海、漁村、漁港的印象。</p> <p>紀錄：學生利用海報紙或平板記錄下組員分享的內容，並將內容整理成從前和現在</p> <p>報告：由一名長者與一名學生上台報告該組討論的內容</p>	<p>捕魚相片、影片及畫作</p> <p>海報紙、筆或平板</p> <p>海報</p> <p>互動式螢幕</p>	<p>能與隊員溝通分享並將討論內容紀錄及分類</p> <p>上台完整表達該組討論內容</p>	
<p>認識家鄉常見魚類及特殊構造與功能</p>	<p>【大智若魚】：認識家鄉常見魚類及特殊構造與功能</p> <p>帶領人：方案設計者</p> <p>林園緊鄰高屏溪口與台灣海峽，因此魚類種類豐富，家鄉常見之魚貨例如：烏鰂、肉鯽魚、花身雞魚、大鱗鯪等。</p> <p>快問快答：利用 Kahoot 線上作答系統，讓祖孫合作看圖搶答魚類正確名稱及特殊構造名稱</p> <p>三、發展活動（活動地點：多功能教室）</p> <p>【魚民安之】：魚類營養價值介紹及魚類</p>	<p>魚類圖鑑</p> <p>魚類構造圖</p> <p>學習單</p> <p>平板電腦、Kahoot</p>	<p>能看圖說出魚類正確名稱及構造</p> <p>完成線上搶答</p>	<p>40分鐘</p>

大魚 等魚 小魚

<p>過實作體 驗魚類宰 殺、保存 及烹飪過 程</p>	<p>保存與烹調</p> <p>1. 魚眾不同 帶領人：學校營養師 由學校營養師介紹魚類營養價值，及不同部位各自富含的營養成分</p> <p>2. 一夜干製作 帶領人：漁會講師 利用林園常捕獲的鮪魚（午仔魚），祖孫一組共同體驗製作一夜干，由學生利用湯匙先將兩尾魚的鱗片刮除乾淨，再由長輩利用魚刀解剖魚肚後，由學生清除內臟並清洗魚身，接著將由長輩將魚身剖開，並由學生調製鹽水浸泡魚身，最後合作將竹籤穿過魚身後綁上繩子吊掛起來晾乾。</p> <p>3. 魚類美食記事 帶領人：方案設計者 由同組長者和學生輪流分享平常如何烹煮魚類，或喜歡怎樣的料理方式，並將傳統魚類烹煮方式，加上不同的香料、煮法、改變形體等方式，由祖孫共同構思一道創意魚類料理，由學生將料理利用老師提供的格式，寫成一道食譜。由長者回家根據食譜烹調料理。</p> <p>4. 美食饗宴 由長者提供在家烹煮的創意魚類料理，由學生負責介紹料理特色，各組介紹完畢後互相品嚐，並利用便利貼寫下回饋，發表對於料理的想法。</p>	<p>簡報</p> <p>午仔魚 鐵湯匙 魚刀 鹽水 浸泡器皿 塑膠繩 吊掛架</p> <p>空白食譜、 筆、平板電 腦、網路、 美食網站</p> <p>創意料理 便利貼 音響</p>	<p>能說出魚類富含的營養價值</p> <p>能合作完成每組兩尾一夜干的製作</p> <p>能共同完成創意料理食譜</p> <p>學生能介紹和長者共同創作的料理特色</p> <p>學員能給予不同的料理文字及口語上的回饋</p>	<p>20分鐘</p> <p>100分鐘</p> <p>60分鐘</p> <p>60分鐘</p>
--	---	--	---	--

<p>過影片瞭 解海洋汗 染問題</p> <p>透過課程 教導孩子 珍惜資源 和尊重生 命</p>	<p>四、綜合活動（活動地點：教室）</p> <p>【需留魚地】：探討魚、人類和環境彼此之間的關係</p> <p>帶領人：方案設計者</p> <p>海洋污染問題是全球現在共同面臨的問題，在不久的將來，漁船撈起的網子中垃圾會比魚還多，人類製造的塑膠垃圾，最後經由食物鏈回到人類身上。想想看，面對這樣的問題，我們可以做些什麼努力呢？</p> <p>1.海差你一個 由祖孫利用曼陀羅思考法，以自身為中心，討論出可行並有效的減塑方案。</p> <p>2.真正有藝塑 帶領人：美術老師 利用祖孫共同收集之寶特瓶蓋（因為瓶蓋不可回收），合力製作瓶蓋年曆。</p>	<p>簡報、海洋 污染影片、 九宮格、食 物鏈圖片</p> <p>寶特瓶蓋 保麗龍膠 奇異筆 美工材料</p>	<p>能理解食 物鏈的關 係</p> <p>能分享影 片中看見 的問題</p> <p>完成減塑 九宮格</p> <p>共同完成 瓶蓋年曆</p>	<p>80分鐘</p>
---	--	---	--	-------------

整體方案具體效益指標

（一）長者

1. 生理層面：透過代間活動的參與，促進長者身體及心理的活動以及和社會的接觸，並達到刺激思考的目的。
2. 心理層面：透過他人回饋，提升長者自我價值，並使其獲得成就感、充實感及尊重感，避免因退休而感到失落或寂寞。
3. 社會層面：透過代間活動的參與，破除一般民眾的刻板印象，建立長者們也可以是有能量、有價值、有貢獻的正向態度。

大魚 等魚 小魚

(二) 學生

1. 自發：激發學生學習的意願及熱情，除了基本能力外亦能嘗試自主學習，進而培養進取及創新精神。
2. 互動：學習尊重與包容，並能與他人團隊合作，與環境、文化產生更多互動，並在生活中實踐。
3. 共好：願意付出，能與他人分享。並使學生懂得珍愛生命、愛護自然、珍惜資源，並能主動關心與參與社會活動。

活動之參考文獻資料

- 余光中(2000)。比夢更神奇。南一版國小國語課本第九冊第五課，台北。
- 范家榮(2010)。創意老化方案執行與分析：以代間藝術方案。台灣老年學論壇，6，1-25。
- 方淑玉(2003)。國民中學實施青少年與老人代間方案之成效研究。未出版碩士論文，國立台灣師範大學人類發展與家庭學系，台北市。
- 王百合(2007)。高齡薪傳者與學習者代間學習歷程之研究。未出版博士論文，高雄師範大學成人教育研究所，高雄。
- Eddowes, E. A. & Ralph, K. S. (1998). Interactions for development and learning. N.J. : Merrill.



佳作



「旭陽VS夕陽」 代間學習成長營

沈玉琴



方案背景：

臺灣正面臨人口老化以及少子化的問題與挑戰，推動代間學習雖非治本之道，但透過代間學習，有助於改善世代之間的关系與連結，亦可以減緩人口老化與少子化問題所帶來的衝擊。根據聯合國教科文組織為代間學習所作的界定，所謂代間學習是指一種在年輕世代與年老世代之間，進行有目的且持續性的資源交換及相互學習的活動，從而促進個人及社會利益。代間學習廣泛定義是指不同世代之間的互相學習，例如父母與子女間，但現在一般多狹義地指祖父母輩與孫輩的共同學習。換言之，代間學習是基於不同世代的互動與合作，採取共同學習的方式，一起成長，其目的旨在讓年老世代與年輕世代，透過交流與互動，進行有意義的學習，瞭解所身處的環境世界，並藉此促進世代之間的經驗交流、情感聯繫與心智成長。

由於社會變遷，家庭結構的改變，單人以及夫婦兩人的「小家庭」將越來越多，鄉村地區-家庭組成-隔代教養情形增多，傳統核心家庭與三代同堂家庭將逐漸式微，家庭中工作與經濟壓力與日俱增，家人關係疏離的問題，格外明顯，兒童的生活周遭缺乏與老人相處的經驗，對老化與老人存有負向的態度與刻板印象。因之，推動代間學習有利於增進家庭成員間的關係，提高家庭教育的成效，同時亦可促進社區的穩定發展，建立友善和諧的社會。代間學習也可以結合學校和社會教育，深化學習，發揮加乘的作用，有效提升學童的學習成效。

代間學習係以學習的原理為基礎，藉由年長世代與年輕世代之間的互動，得以發揮個人所長，傳遞不同世代的生活經驗。且在此過程中，可以讓老年人貢獻其個人豐富的經驗智慧，尋找新角色，重新自我定位，滿足老化發展的情感需求，也能重拾老年人的自信心，提升其自我效能感，並可使其得到社會資源系統的支持與鼓勵，願意提供世代之間，更多學習互相尊重與溝通的機會，尤其在家庭中，

「旭陽VS夕陽」 代間學習成長營

更可增進祖孫的親密關係，同時也能提高幼兒對老年人的正向態度。代間學習可以及早幫助孩童學習社會既存的規範，熟悉社會文化的傳承與創新的文化，協助孩童順利地適應社會。透過代間學習可以增進來自不同世代之間的認識與瞭解，掌握世代所展現的認知思考、價值態度與行為模式等特性，以減少彼此的隔閡和衝突，更有利於家庭和社會的穩定發展。由此看來，代間學習符合終身學習社會的需求，不但可以增進不同世代人類的認知發展，傳承世代的文化，更能深化不同世代的情感聯繫，營造更和諧穩定的家庭關係，確保社會的永續發展。



方案設計理念與目標：

方案設計理念：

(一) 人口結構老化與家庭型態改變：老年人者將佔未來人口組成的多數。家庭結構的改變，傳統核心家庭與三代同堂家庭將逐漸式微，提高幼兒對老年人的正向態度，增進祖孫的親密關係。

(二) 老人與社會互動的需求：老年人參與社會學習或活動有助於成功老化的需求，重拾老年人的自信心，提升其自我效能感。

(三) 代間方案強調老人與兒童／青少年雙向學習的學習活動方式，透過有意義世代間的互動，讓老少成員都有所收穫與成長。

(四) 連結老年世代和年輕世代（包含幼兒、兒童、青少年和青壯年）在一個動態的情境下，交換價值、資源、傳統，並相互鼓勵與關心。

方案設計目標：

(一) 增進代間關係：由於網路或電視盛行，以致代間關係疏遠，透過代間學習可增加連結關係。

(二) 文化傳承：透過相互分享，年輕一輩能向祖父母輩學習智慧文化價值，讓年輕人理解重要事件當時的文化背景與老人心境，深化不同世代的情感聯繫。

(三) 滿足不同世代的互惠需求：透過代間互動的過程，得以發揮個人所長，傳遞不同世代的生活經驗，例如：老年世代傳授文化的智慧與家族傳統給年輕一代，年輕世代也將新的知識與科技趨勢與老年世代分享交流，達到所謂的「文化反哺」。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

一、學習主題：代間學習

二、活動目的：

1. 了解代間之認知差距與期許。
2. 透過老少共學，讓年長者肯定與年輕世代互動的價值。
3. 讓年輕世代能體會長者們的智慧與技藝，並學會惜物與惜福。
4. 促進代間的親老與敬老，增進代間關係的互動。

三、活動架構：

1. 活動類型：活動以體驗探索、引導討論與分享等型態
2. 活動單元：4次
3. 活動時間：每單元120分鐘
4. 活動性質：動態、靜態皆有
5. 活動地點：在室內進行
6. 帶領人資格：領有教育部樂齡講師、樂齡核心課程規劃師或自主團體帶領人等資格證書者。



參與對象和人數：國小學童、年滿55歲以上樂齡者；20-30人



活動執行：

活動設計表

「旭陽VS夕陽」 代間學習成長營

單元活動名稱	單元目標	活動內容	活動時間	所需材料
穿越時空認識您/你	透過老少代間的認知與表達，了解代間之差距與期許，破除年輕世代對「老化」的迷思。 透過相互認識的遊戲，拉近彼此關係，建立團體，增加團體凝聚力。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 說明活動緣由、活動方式與期程、每次活動時間、帶領人自我介紹 2. Leader 講述高齡社會的趨勢及『老化』理念及本質。 3. 請學童表達對老人的認知與感覺，及有何優點? 4. 請長者表達對年輕世代的想法，及有何優點? 5. 相互認識(姓名、喜歡的動物、小名) 6. 名聲飛揚 7. 猜我是誰-隔布猜人 8. 認識你真好-每人至少認識其他三名學員(不論老少) 9. 建立團體規範 10. 回饋與分享 11. 回家作業-請老少學員攜帶小時候的照片 	10 分鐘 15 分鐘 15 分鐘 15 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 15 分鐘	繳交家長同意書(如附件) 小布偶 黑色塑膠布 訪問單 團體公約 壁報紙
挖掘記憶的寶盒	透過暖身活動，激發學員想像力，增添歡樂氣氛。讓老少學員藉由照片的回顧，共感歡樂時光。藉由回溯童年野趣，讓年輕世代能體會長者們的智慧與技藝，更讓年輕世代學會惜物與惜福。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 暖身活動：有樣學樣，無樣自己想 2. 表達與分享--請老少學員展示小時候的照片；並分享照片的小故事 3. 暖身活動--起凡入聖 4. 短片欣賞--童年歲月、往事只能回味 5. 回憶點點滴滴--請長者分享談咱ㄟ村童野趣的事件及難忘的童年故事，或各式童玩介紹 6. 暖身活動--小圍繞大圍 7. 愛的表達--請學童分享我與祖父母的互動，及難忘的祖孫同樂事件 8. 回饋與分享 	10 分鐘 30 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 20 分鐘 10 分鐘 20 分鐘 10 分鐘	學員照片 短片--童年歲月、往事只能回味 各式童玩-- 毬子、陀螺、腳套圈、紙牌、彈珠... 呼拉圈

		9. 回家作業--請學員向家人做愛的表達，如：謝謝您/你、我愛您/你、對不起、請原諒我		
E世代的 E-LINE	透過認識 3c 產品及智慧型手機的功能與操作的老少共學，讓年長者肯定與年輕世代互動的價值。	1. 檢視家庭作業--請學員分享向家人做愛的表達的成效，及執行的心得。 2. 認識智慧型手機(含 APP)的功能與操作 3. LINE 的群組的設置與使用 4. 回饋與分享 5. 回家作業— 1. 請學員用 LINE 視訊和家人互動 2. 請學員準備相互以台語或英語簡單自我介紹詞(可請家人或同組學員協助)	20 分鐘 60 分鐘 30 分鐘 10 分鐘	認識智慧型手機的功能與操作-PPT
傳統與現代	透過相互學習對方熟悉的語言，消除代間語言的隔閡，拉近彼此的距離。透過了解傳統節日的形成過程，乃是一個民族或國家的歷史文化長期積澱凝聚的過程，而這些傳統節日的本質意義，其實是情感的體現與寄託。 彼此回饋與分享中，促進代間的親老與敬老，增進代間關係的互動。	1. 檢視家庭作業—相互以台語或英語簡單自我介紹詞 2. 傳統節日、習俗的由來，及其代表的意義：例如農曆正月十五是元宵節；農曆五月初五是端午節；農曆七月十五日是中元普渡或盂蘭盆節；農曆八月十五是中秋節；農曆九月初九是重陽節...等等。 3. 實作 DIY：春花、剪紙藝術-春、福、喜、香包製作...等等(依節令實作) 4. 活動總回饋與分享-表達心中的謝意與其他感受 5. 填寫活動總回饋單	30 分鐘 30 分鐘 40 分鐘 10 分鐘 10 分鐘	剪刀、顏色紙、香包材料、春花材料、活動總回饋單

「旭陽VS夕陽」 代間學習成長營

暖身活動設計說明

活動名稱	活動流程
名聲飛揚	<p>*器材：布偶，或用水球代替</p> <p>*活動目的：破冰遊戲，注意傾聽及認識對方，透過學員自我介紹及非語言的傳達，增進學員與他人的互動關係，由活動中養成人際互動的禮貌習慣。</p> <p>*實施程序：</p> <ol style="list-style-type: none">1.所有成員分成 10 到 15 人為一組後，分成三組進行。2.成員圍成一圈，各自先簡單地自我介紹（如姓名、小名或暱稱等）。3.此組織成員均自我介紹一遍後將布偶交給其中某一位成員。4.擁有布偶的成員可將布偶丟給任一其他成員，並說：「XX，你好」。5.接到布偶的成員要回答：「謝謝XX」。6.以此類推，直到所有人皆傳過一遍。 <p>第二回：</p> <ol style="list-style-type: none">1.拿到布偶者先說自己的名字，再叫另一個人名字，並將布偶傳給對方。2.接到布偶者，先謝謝丟布偶者，再介紹我是誰，並介紹左右兩邊的夥伴給大家，再將布偶丟出。
猜我是誰 -隔布猜 人	<p>*活動目的：在團隊中加強趣味性及熟悉度，增進人際關係，在認識不久的團體行之。</p> <p>*人數：每組 10-15 人。</p> <p>*道具：一塊不透明布幕，其長寬需能蓋過半個人。</p>

	<p>*規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.兩組代表面對面時，由代表相互說出對方的名字。 2.代表背對背時，由兩邊的人提供訊息讓代表猜出對方的代表。但兩邊的人不能提供對方代表的名字、綽號、職稱為訊息。 <p>*實施程序：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.將所有成員分成兩邊，中間以布幕隔開。 2.兩邊各派一代表蹲在布幕前。 3.當引導員布幕放下時(喊1、2、3)，代表站起來相互說出對方的名字。先被說出名字的代表，要到另一邊去。 4.當活動進行至到約十五分鐘後，可換方式進行；兩邊各派代表背對著布幕蹲著，當引導員布幕放下時(喊1、2、3)，兩邊代表站起來，並透過同組的描述，迅速說出對方的名字，先被說出名字的代表要到另一邊。
<p>有樣學樣，無樣自己想</p>	<p>全體成員圍成一圈，由第一人做出一動作，所有的人跟著有樣學樣，接著再由第二人做出另一動作(即無樣自己想)，其他所有人亦要跟著該動作有樣學樣，依此類推，直至所有人都有輪到帶領動作為止，且所有的動作均不可與前面的動作重複，亦可挑戰第二輪，增加活動的挑戰性。</p>
<p>超凡入聖</p>	<p>*活動目的：讓成員學習可以和別人熱絡相處，也可以選擇自我安頓的生活</p> <p>*說明：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.每個人都從嬰兒(雙手放於胸前抱嬰兒狀)開始，以剪刀、石頭、布的方式競爭。 2.嬰兒跟嬰兒競爭，贏的進化成孩童(雙手平放於雙肩作飛翔狀)，輸的還是嬰兒。 3.孩童跟孩童競爭，贏的進化成成人(雙手合掌放於背後)，輸的還是孩童。 4.成人跟成人競爭，贏的進化成聖人(右手放背後，左手做看書做聖人狀)，以此類推。

「旭陽VS夕陽」 代間學習成長營

<p>小圍繞大 團</p>	<p>5.進化者可分享他的感覺，如何面對現狀，安排屬於自己單身的生活。</p> <p>*器材：呼啦圈（每組一個）</p> <p>*活動目的：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.養成積極、上進的生活態度，訂立稍高目標，自我挑戰。 2.培養寬容與接納別人意見的胸襟，願意向別人請教，願意寬容原諒別人的錯誤，願意向人認錯道歉。 <p>*活動程序：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.每10至15人為一組，請大家手牽手圍一個圓，呼啦圈從頭至身體穿過到另一個人身上，計時，看於多少時間內完成，並再挑戰更低秒數。（可請成員討論如何進行較快。） 2.圍成圈，成員手背後面，只用頭去接呼啦圈，若途中掉落，由原掉落者拾起再傳，可挑戰更低秒數。 <p>*討論主題：（由遊戲情境發展到實際生活經驗的探討）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.低頭原則（無條件接納、溫馨關懷） <ul style="list-style-type: none"> *若你周遭的人做錯事，向你低頭，你會寬容、原諒嗎？ *向人低頭（請教、道歉、認輸），對你而言容易嗎？ *在你生活中，你願意讓人一下嗎？ *你的私人生活就像一個圈，若有人想闖入，你願意嗎？ 2.挑戰潛能（正向思考、成功認同、永不放棄） <ul style="list-style-type: none"> *在你的生活中充滿挑戰，你能為自己定稍高的目標去挑戰嗎？（挑戰時間，挑戰能力）
-------------------	---



整體方案具體效益指標

1. 透過世代共同參與活動，可增進祖孫的親密關係，同時也能提高年輕世代對老年人的正向態度。
2. 透過代間互動的過程，得以發揮個人所長，傳遞不同世代的生活經驗，滿足不同世代的互惠需求，達到所謂的「文化反哺」。
3. 透過文化傳承，老年人貢獻其個人豐富的經驗智慧，尋找新角色，重新自我定位，滿足老化發展的情感需求，重拾自信心，提升其自我效能感。



活動之參考文獻資料

自編教材

「旭陽VS夕陽」 代間學習成長營

「旭陽 VS 夕陽」代間學習成長營家長同意書

親愛的家長您好：

本校將舉辦一個代間學習營隊活動，希望藉由小團體生動活潑的上課方式，讓學員從透過代間互動的過程中學習到祖父母輩學習智慧文化價值，進行有意義的學習，瞭解所身處的環境世界，並藉此促進世代之間的經驗交流、情感聯繫與心智成長。改善其與家人的互動模式，更可增進祖孫的親密關係，促進代間的親老與敬老，及早幫助孩童學習社會既存的規範，熟悉社會文化的傳承與創新的文化，協助孩童順利地適應社會。

我們擬先為五年級學生辦此一活動，以後再陸續為其他年級舉辦，其活動時間：自 年 月 日至 月 日止，利用每周三下午 14：30~16：30，計四次團體時間來舉行。活動內容有：穿越時空認識您/你、挖掘記憶的寶盒、E 世代的 E-LINE、傳統與現代……等，並由學校學有專精老師來帶領。

在此，特別邀請孩子帶回此一家長同意書，讓您了解此一成長營活動內容，期盼能增進家庭成員間的關係，提高家庭教育的成效！

活動負責人 000

敬上



佳作



愛的路上我和您

邱麗文



方案背景：

經濟不景氣，雙薪家庭是必然趨勢，所以年輕的第二代只好將孩子交給年長者來撫養，以致大部分家庭都是隔代教養，隔代教養的孩子在家庭以及學校方面都將面臨心理、生理及經濟上重大的困難。隔代教養家庭雖然解決了子女照顧的問題，但仍有不少問題卻因而產生。（參考嘉義世賢國小教師林麗娟）



A 方案設計理念：

在我的社區地理位置屬於觀光勝地，只可惜提供當地年輕人的工作不多，所以年輕的第二代只好將孩子交給年長者來撫養而出外發展，因此上了年紀的阿公、阿媽，便成了許多孩子童年時期主要的照顧者，取代了本應由父母擔任的教育角色，難免兩代之間相處一定會產生雞同鴨講溝通不良的現象，所以設計了代間活動的教案，希望藉此活動安排能讓他們之間想法互相貼近，能站在對方的立場去理解而諒解與包容。



B、方案設計目標：

- *能覺察到祖父母身體、外觀、長相…日漸年老。
- *能專心聆聽繪本中所傳達的概念。
- *能注意聆聽了解祖父母述說小時候生活方式。
- *能主動發問問題並且有禮貌的請問問題（會用請、謝謝用語）。
- *透過實際操作體驗了解祖父母因年紀大而日漸衰老以致行動遲緩。
- *透過行動與肢體的接觸，表達對祖父母的感恩之意。

愛的路上我和您



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

本課程旨在藉由故事活動、遊戲的安排下，針對隔代教養的問題，建立學習型家庭，讓成人及孩子都有學習到如何相處，深思自己所扮演的角色為何，以期發揮隔代教養正向功能。

課程中安排：

- (1) 拉近祖父母之間的感情（繪本教學）
- (2) 了解祖父母的小時候生活方式（愛像什麼—小小管家婆）
- (3) 雙向溝通不分您和我覺察到祖父母身體、外觀、長相…日漸年老（有我照顧您—闖關遊戲）
- (4) 就是要讓您感動（愛您在心口要開—肢體大接觸）

讓孩子們從活動中了解自己祖父母身心變化之外，並能主動關心他們於日常生活中的那些喜好，又祖父母因為年紀大而致使行動諸多的不便，使學生能站在祖父母的立場來了解他們動作緩慢的原因，進而主動關心他們的生活、身體狀況，發出自內心關懷之情，以促進祖孫及家庭的情感交流，讓祖孫之間情誼能昇華到愛的歸屬境界。



參與對象和人數：

活動對象：家庭中祖孫或是學校學生與社區長者

活動人數：20 對祖孫



活動執行：

- (一) 各項活動／教學進行時間、方式

第一單元活動名稱：愛是什麼

活動時間：1 小時

活動方式：

(一) 引起動機：

※播放「猜猜我有多愛你」的繪本 ppt

※. 發表與討論。

(二) 發展活動：(小小管家婆)

※訪問阿公或阿嬤

(三) 綜合活動：

※回顧本次課程活動的意義

愛的路上我和您

第二單元活動：有我照顧您(你)一闖關遊戲

活動時間：4 小時

活動方式：

(一) 引起動機：

※秀出上次課程的問卷調查表 ppt 一起分享

(二) 發展活動：

※. 暖身活動

* 傳球遊戲 (相見歡)：

※闖關遊戲 (過 5 關完領取獎品)

(三) 綜合活動：

※分享今天活動的心情與感想

第三單元：愛您在心口要開

活動時間：3 小時

活動方式：

(一) 引起動機：

※播放「阿嬤的話」的歌曲及歌詞。(大家一起唱)

(二) 發展活動：

※ 欣賞活動照片 PPT (回憶各項活動過程) 請照片主角說說當下狀況

※. 有話就說勇敢表達

※PK 大賽：製作劍玉

(三) 綜合活動：

* 童話童畫：

愛的路上我和您

(二) 各項活動/教學預期目標與效益

1. 第一單元活動：名稱愛是什麼從繪本閱讀是讓孩子們從書裡了解自己祖父母其實很愛我們的，只是表達的方式不一樣，小小管家婆是透過了解祖父母的小時候生活方式以貼近祖父母的另一時空的背景，因了解而增進彼此之間的感情。

2. 第二單元活動：有我照顧您(你)一闖關遊戲經由雙向溝通的闖關遊戲不分您和我的盡情放開心胸，一起玩當中就是要讓他們能互相感動闖關遊戲讓孩子覺察到祖父母身體、外觀、長相…日漸年老，而能站在他們的立場來體會老人辛苦；並能主動關心他們於日常生活中的那些喜好，又祖父母因為年紀大而致使行動諸多的不方便，使學生能站在祖父母的立場來了解他們動作緩慢的原因，進而主動關心他們的生活、身體狀況，發出自內心關懷之情，以促進祖孫及家庭的情感交流，讓祖孫之間情誼能昇華到愛的歸屬境界。

3. 第三單元：愛您在心口要開，主動和家人分享生活點滴，察覺自己與家人的溝通方式，關心和愛護家庭成員，因為我們是一家人在一起，所以我們要一起學習如何相愛喔！

(三) 各項活動/教學準備(教材、教室空間與環境、師資/人力、評量工具等)

地點	教學活動	時間	教材	教學 評量
活動中心	<p>第一單元活動名稱：愛是什麼</p> <p>人力：外聘家庭教育專任講師一人，志工 3 人</p> <p>壹：準備活動</p> <p>1. 準備「<u>猜猜我有多愛你</u>你愛你」的繪本 ppt。</p> <p>貳：發展活動</p> <p>(一) 引起動機：</p> <p>1. 播放「猜猜我有多愛你」的繪本 ppt。</p> <p>2. 請小朋友發表說出祖父母最疼愛自己的事情有哪些？舉例說說看----</p> <p>3. 請阿公阿嬤發表自己有多愛小朋友呢？也如同繪本的大兔子比喻量化的方式表達。</p> <p>(二) 發展活動：(小小管家婆)</p> <p>* 訪問阿公或阿嬤：(以請問句為起始句)</p> <p>◎ 您最喜歡吃的菜是？</p> <p>◎ 您最喜歡吃的水果是？</p> <p>◎ 最喜歡的顏色是？</p> <p>◎ 最常做的運動是？</p> <p>◎ 您現在最常做的事情 (休閒娛樂有哪些？)</p> <p>◎ 其他：1. 您現在的身體跟以前有什麼不一樣了呢？</p> <p>2. 您現的心情.....</p> <p>* 有誰願意分享問卷內容？(邀請 2-3 位學員發表)</p> <p>(三) 綜合活動：</p> <p>1. 請接受阿公或阿嬤分享被訪問的感受說出來</p> <p>2. 請小朋友對來訪的阿公或阿嬤說感謝的話。</p> <p>————— 第一單元結束 —————</p>	20 分 鐘 20 分 鐘 20 分 鐘	電腦、單槍 架好單槍 「猜猜我有多愛你」的繪本 ppt 分發問卷調查表及筆附件 一：問卷調查	1. 學員能熱心參與活動 2. 學員樂於分享看完 ppt 後的感想 (依照自己的生活經驗作答) 3. 小朋友發問問題的時候會很有禮貌會專心聆聽阿公或阿嬤的分享 4. 學員大部分完成問卷 5. 學員能熱心參與活動且專心聆聽

愛的路上我和您

地點	教學活動	時間	教材	教學評量
	<p>第二單元活動：有我照顧您（你）—闖關遊戲 人力：主持人1人，志工12人（每關兩人負責）</p> <p>壹：準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 收集前一節課發的問卷調查表用 ppt 展示出來 2. 各關準備的用品分發闖關卡 <p>貳：發展活動</p> <p>（一）引起動機：秀出上次課程的問卷調查表 ppt 分享 ※承辦人員說明（感謝志工幫忙做關主）： 本次活動的意義及闖關方式： ※闖關不拘限時間、不嚴格要求完成（以達到互動為主） ※闖關完蓋章，到服務台領取領取紀念品 PS：家中如沒有長者參加可以邀請其他長者帶領</p> <p>（二）發展活動：</p> <p>1. 暖身活動</p> <p>*傳球遊戲（相見歡）： 拿椅子圍坐一圈，聽到音樂傳向隔壁的人，當音樂停止，拿到球的人要介紹自己的家人（盡量每個學員都能介紹到） *發下過關卡，寫上名字開始闖關</p> <p>第一關：猜猜這是誰的手？ 布幕拉高：兩邊站立一組是學童，另一組是祖父（母），請祖父（母）將手掌穿過布幕上的小洞，請小朋友找出親人的手將他握住不放，全部找完將布幕拉低，看是否找對？（角色對換）直到找對才算過關。 （觀察家人平時有沒有經常牽手或撫摸呢？） （觀察人老化時皮膚會有皺紋以及老人斑…） （觀察到不同人生階段的異同）</p> <p>第二關：安全地雷 請小朋友戴上3D立體眼鏡，由祖父母發號口令帶領學童行走通過寶特瓶設置的障礙物完成 （只能用口語指引不可有肢體接觸） （讓學童感受人老化時眼不明時走路不方便）</p>	<p>30分鐘</p> <p>30分鐘</p> <p>30分鐘</p> <p>30分鐘</p>	<p>電腦、單槍問卷調查表 ppt 過關卡</p> <p>印章紀念品</p> <p>音樂軟式氣球</p> <p>穿洞布幕</p> <p>3D 立體眼鏡障礙擺設寶特瓶數個</p>	<p>會與同學分享看完 ppt 後的教師提問問題</p> <p>配合遊戲規定完成</p>

地點	教學活動	時間	教材	教學評量
	(保留3D立體眼鏡下一關備用)	30分鐘	3D 立體眼鏡 針、線 剪好一個直徑 5 公分的圓形花布	會注意正確安全使用「針」方式
	第三關：針線情——香包帶著走 由學童戴上3D立體眼鏡穿針引線打結，祖父(母)縫製圓形花布束口前放入芳香氣味填充物，綁上15公分長粗紅繡線完成，學童掛上香包帶。 (讓學童感受人老化時有老花眼看東西時手眼就不協調)	30分鐘	芳香氣味填充物 15公分長粗紅繡線	吃東西時會細嚼慢嚥
	第四關：好味道 其中一人眼睛閉上，另一人拿一種水果聞一聞可否猜出是何種水果，再以餵食，猜吃到的是什麼水果？可以提示直到說對。完成之後角色交換。 (讓學童感受人老化時味覺嗅覺感覺較遲鈍)	30分鐘	將切好成塊的五種水果分別置入大盤子裡 木頭叉子數支	會運用各種生活素材，表現自己的感受與想法
	第五關：肢體接觸 1、領取乳液。 2、拿到乳液兩人互相按摩手臂，說出一些感謝的話；聊個天；抱一抱、、和自己的親人擁抱一下說出「我愛您」	30分鐘	小瓶乳液數瓶 椅子	會完成關卡的每一個項目
	(三)綜合活動： *交回闖關卡領取小禮物 *向志工們說聲「謝謝！辛苦了！」 *分享今天活動的心情與感想 1. 探討活動中最令你難忘之處？例如祖父(母)為什麼很快找到你的手呢？你又能找到了他們的嗎？ 2、眼睛看不清楚時、走路走不穩時你覺得方便嗎？為什麼？ 3、活動結束你的祖父(母)對你說了什麼話？	30分鐘		

愛的路上我和您

地點	教學活動	時間	教材	教學評量
	<p>4、你和祖父（母）進行活動中發生哪些趣事？</p> <p>* 大家一起收拾闖關物品，恢復桌椅。</p> <p>* 祝福大家感情更好更融洽，平安賦歸</p> <p>—————第二單元結束—————</p> <p>第三單元：愛您在心口要開</p> <p>人力：主持人 1 人，志工 5 人</p> <p>壹：準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 準備「阿嬤的話」的歌曲「阿嬤的話」的歌曲及歌詞單張紙本阿嬤阿嬤的話.的話 MV 2. 老師準備幫每位家庭洗兩張照片（闖關活動時拍照照片） 3. 闖關活動照片 PPT <p>貳：發展活動</p> <p>（一）引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放「阿嬤的話」的歌曲及歌詞。（大家一起唱） 2. 鼓勵小朋友聽完歌曲，說一說把對祖父母的變化為行動方法有哪些方法？具體舉例說出 <p>（二）發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 欣賞活動照片 PPT（回憶各項活動過程）請照片主角說說當下狀況： 2. 有話就說勇敢表達 <p>※說一說日後你們在一起要如何互相照顧對方呢？</p> <p>※想一想你們曾有互相按摩的經驗嗎？</p> <p>※你有常常對對方說「我愛您」或有擁抱嗎？</p> <p>3. PK 大賽：製作劍玉</p> <p>※聽完主持人的說明與示範，發下材料，祖孫共同完成一個劍玉玩具</p> <p>※完成作品：邀請阿公（嬤）一起比賽在一分鐘之內進球數最多的獲勝，同隊小朋友要幫忙阿公（嬤）加油及數數，取前三名。接下來交換比賽同</p>	<p>30分鐘</p> <p>30分鐘</p> <p>60分鐘</p>	<p>「阿嬤的話」的歌曲 MV 及歌詞影本.</p> <p>編輯好前項活動照片 PPT</p> <p>剪刀、紙杯、吸管、棉線 熱熔槍、熱熔</p>	<p>會專心聆聽音樂並能跟著唱出歌來</p> <p>會小心使用工具配合完成活動</p>

地點	教學活動	時間	教材	教學評量
	<p>隊阿公（嬭）要幫忙小朋友加油及數數，取前三名。</p> <p>※其餘頒發參加獎</p> <p>※頒獎</p> <p>（三）綜合活動：</p> <p>* 童話童畫：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、運用相框貼上與家人親子活動的照片，加上彩色邊框，並寫出感謝家人的一句話。 2. 大合照 3、完成之後展示公佈欄給全班同學欣賞 4、於重陽節或是組孫週活動時送給家人 <p>————— 第三單元結束 —————</p>	60分鐘	<p>膠、廢紙、膠帶、碼表計時器、得獎禮品及參加獎</p> <p>空白相框、彩色筆、圓形貼紙、活動照片每個家庭至少兩張</p>	<p>樂意與學員分享自己的畫作</p> <p>樂於分享照片裡活動的心情並會表達感恩之意</p>




整體方案具體效益指標

- * 關心和愛護家庭成員，從體驗過程中覺察到祖父母身體、外觀、長相… 日漸年老。
- * 藉由訪問祖父母的小時候生活方式，瞭解父母及家人多元的角色。使學生習得基本對話應對的禮貌。
- * 從遊戲「玩、玩」來拉近與祖父母之間的感情，加強學生與家庭成員之間的愛
- * 透過繪畫藝術來傳達自己的情感，主動和家人分享生活點滴，以達雙向溝通拉近距離。
- * 賦予行動肢體的接觸如和祖父母擁抱，幫忙按摩、互相擁抱等等就是要讓行動來感謝祖父母的照顧。

本社區乃屬於觀光勝地，只可惜提供當地年輕人的工作不多，所以年輕的第二代只好將孩子交給年長者來撫養，以致大部分家庭都是隔代教養。看到很多的阿公（嬤）帶來孫子的第一句話就是「老師要是孩子搞怪就給他修理，盡量打沒要緊」可見傳統式的管教孩子理念在鄉下地方仍深植人心。而孫子們個個回家不是俏二郎腿看電視，就是打電動，吃飯還要三請四請的，甚至晚上住同學家也不告知阿公（嬤）……，兩者關係衝突裡情感日見淡薄。所以預期經由這個「愛的路上我和您」的實際操作教學活動中，讓孩子覺察到祖父母身體、外觀、長相… 日漸年老，而能站在他們的立場來體會老人辛苦；透過了解祖父母的小時候生活方式以拉近祖父母之間的感情；再經由雙向溝通的闖關遊戲不分您和我的盡情放開心胸，一起玩當中就是要讓他們能互相感動。

其中安排多次繪本閱讀是讓孩子們從書裡了解自己祖父母身心變化之外，並能主動關心他們於日常生活中的那些喜好，又祖父母因為年紀大而致使行動諸多



* 的不方便，使學生能站在祖父母的立場來了解他們動作緩慢的原因，進而主動關心他們的生活、身體狀況，發出自內心關懷之情，以促進祖孫及家庭的情感交流，讓祖孫之間情誼能昇



 活動之參考文獻資料：

參考元智大學副教授發表文章

參考嘉義世賢國小教師林麗娟文獻

參考網路「猜猜我有多愛你」

參考YOUTUBE 蕭煌奇「阿嬤的話」

愛的路上我和您



附件：

附件一：問卷調查：

就是想要了解您

班 姓名：

看了繪本「猜猜我有多愛你」之後，感覺家中有老人就好像我們身邊重要的寶藏一樣，你對家中的祖父母有多了解呢？請選擇一位或兩位祖父母作為訪問對象，訪問完請向他（她）說聲謝謝並擁抱一下喔！

	爺爺	奶奶	外公	外婆	其他長者
1、姓名					
2、年齡					
3、最喜歡吃的菜是					
4、最喜歡吃的水果是					
5、最喜歡的顏色是					
6、最常做的運動是					
7. 您現在最常做的事情（休閒娛樂）					
8. 其他					

二、訪問完你的心情是如何，請在打勾：

很開心 有一點開心

不開心（原因：_____）

附件二

闖關卡 ~~~~~ 學童姓名：

長者姓名：

? 的手

安全地雷

針線情

好味道

抹乳液



佳作



當代問教育 遇見蒙娜麗莎

涂嘉仁

當代間教育遇見蒙娜麗莎

代間教育藝起創藝培力潛能開發方案，年輕世代與老年世代在一起互相得利的任何活動或教育計畫。用於提升存在兩代人間相互作用、用、支持，並且提供彼此照顧，促使代間的不同世代間的默契之建立、引導代間教育與孩子間的培力。



方案背景：

「大頭，你再跑，再跑俺就打斷你的腿」；「大頭，叫你給俺曬衣服，你偏把俺洗好的衣服又拿去洗，你耳朵長到那去了，你再迷糊點，俺就把你的腦袋打清楚一點，真是混帳東西」（請用山東腔唸）。這些當時年紀小的眷村街頭叫罵的聲音，一聲聲在我耳邊響起，那眷村爺爺奶奶街頭追著人跑，打人的情景，一幕幕又浮現在我的腦海裏。這些眷村隔音設備不是很好的打人、罵人、電視聲音、歡笑聲及半夜起床為紅葉棒球隊的加油聲和歡呼聲歷歷在耳邊。隔壁住著老伯伯們、老媽媽的三缺一的麻將聲；還有眷村隔壁王媽媽因為裹小腳，走路搖搖晃晃的身影，歷歷在目，真叫人永難忘懷。

曾幾何時，物換星移，時代的變遷，經濟不景氣，年輕一輩的離婚中年兒子，將孫子帶回眷村，眷村裏的老爺爺、老奶奶、老伯伯及老媽媽們，被迫要帶下下一代的孫子，因為兒子離婚又在外工作，老年世代和年輕世代（包含幼兒、兒童、青少年和青壯年）的問題愈來愈多，即代間問題相形日漸產生愈來愈多也愈來愈複雜（如果又是娶的是外配的話）。年輕世代認為老年世代不懂他們，而老年世代則認為年輕世代，愈來愈沒有規矩，價值觀變得亂七八糟，彼此之間互相不懂，彼此之間互相不想懂；彼此之間互相不了解，彼此之間互相也不想了解；就這樣惡性循環下去，代間問題就愈來愈嚴重。所以代間教育就相形的重要，代間教育指的是連結老年世代和年輕世代（包含幼兒、兒童、青少年和青壯年）在一個動態的情境下，交換價值、資源、傳統，並互鼓勵與關心。其強調不同世代依計畫，透過持續性、系統性與規則性的基礎達到有意義的學習與社會經驗交流的

一種教育方式 (Berenbaum & Zweibach,1996)。

因為代間教育，其須要是持續性的，在短時間內很難有很大的立即成效，所以代間方案就應因而生，代間方案是代間教育的跳板及過程。在代間方案國內外皆有不同之引述，例如：

1. 代間方案係指能促使年輕世代與老年世代在一起互相得利的任何活動或教育計畫。另一種對代間方案的描述為強調製造代間聚會的機會，用於提升存在兩代人間相互作用、支持，並且提供彼此照顧 (Kaplan,2001)。

2. 漢頓 (Hatton-Yeo) 在 2000 年聯合國教科文組織 (UNESCO) 代間方案 (intergenerational programmes) 的相關座談會中，對代間方案做界定。其認為代間方案係指兩代之間為了個人及社會利益，所進行的一種有意義的，而且是持續性的資源交換和學習的途徑。這樣的定義受到與會學者一致認同 (引自林麗惠，2003)。

3. 林歐貴英 (2003) 也指出，代間方案是藉著不同世代的人有目的地合作以支持和滋養彼此而提供的一種機制。在這樣的合作當中，老人、幼兒與年輕人每個人都假定有一個特殊的角色，角色的設計是用來提供一個正向和相互獲利的機會。

在個體發展過程中，家庭是一個很重要的生活場所，而家庭中人的組合亦是影響個體生活的重要因素。因為家庭中的每位成員，均在歲月中不斷成長變化，不論是成年父母與子女間的相處，或是成年父母與自己年老父母的相處，或是祖孫三代的相處，彼此必須依照自己以及對方的生命階段變化隨時調整，才能達到融洽的狀態。

根據最新的推估資料顯示，我國在民國 115 年 65 歲以上老年人口將佔總人口 20.6%，將達到「超高齡社會」的標準，而一般國人仍然習慣以家庭生活為老年生活的重心，所以老年人與家人之間的關係日趨重要。

當代間教育遇見蒙娜麗莎

而代間方案須透過代間學習來實踐，何謂代間學習黃富順（2004）指出，（intergenerational learning）係指安排不同世代，一起進行學習活動。它強調在不同情境中進行溝通、互動、分享彼此感受與意見，藉此彼此合作，而完成有意義的任務。



方案設計理念與目標：

而本次的活動設計理念，即依代間學習的理念及代間方案中的角色設計為主軸進行本次的活動設計，透過這些活動及專案的推廣，能影響到他們，強調在不同情境中進行溝通、互動、分享彼此感受與意見，藉此彼此合作，

而完成有意義的任務。在老年人口逐日增多的高齡社會裡，如何讓老年人維持活躍老化的身心靈健康，是全民的希望，也是政府努力的目標。更希望年輕世代（包含幼兒、兒童、青少年和青壯年），能夠跟老年人的互動，家人之間的互動能夠更緊密，有更良性的互動及彼此關心。更期望能讓高層的官員能看見我們的努力，能重視這一件非常重要的事情，把經費花在該花的地方，不要再花在我們看都看不見的地方。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

代間家庭的關係，常是溝通上發生嚴重問題的，所以本次的活動設計，大部份都會是在如何良性溝通的體驗為主，創意創作也會是在共同創作。

1. 角色設定：關係是彼此是夥伴，夥伴是無所不談，是須要看到彼此的獨特性、是須要良性溝通的、是須要共同討論的、是須要達成共識的、是要共同完成任務的、是要互助合作的。透過活動的設計讓代間家庭的關係能體驗到以上的功能。

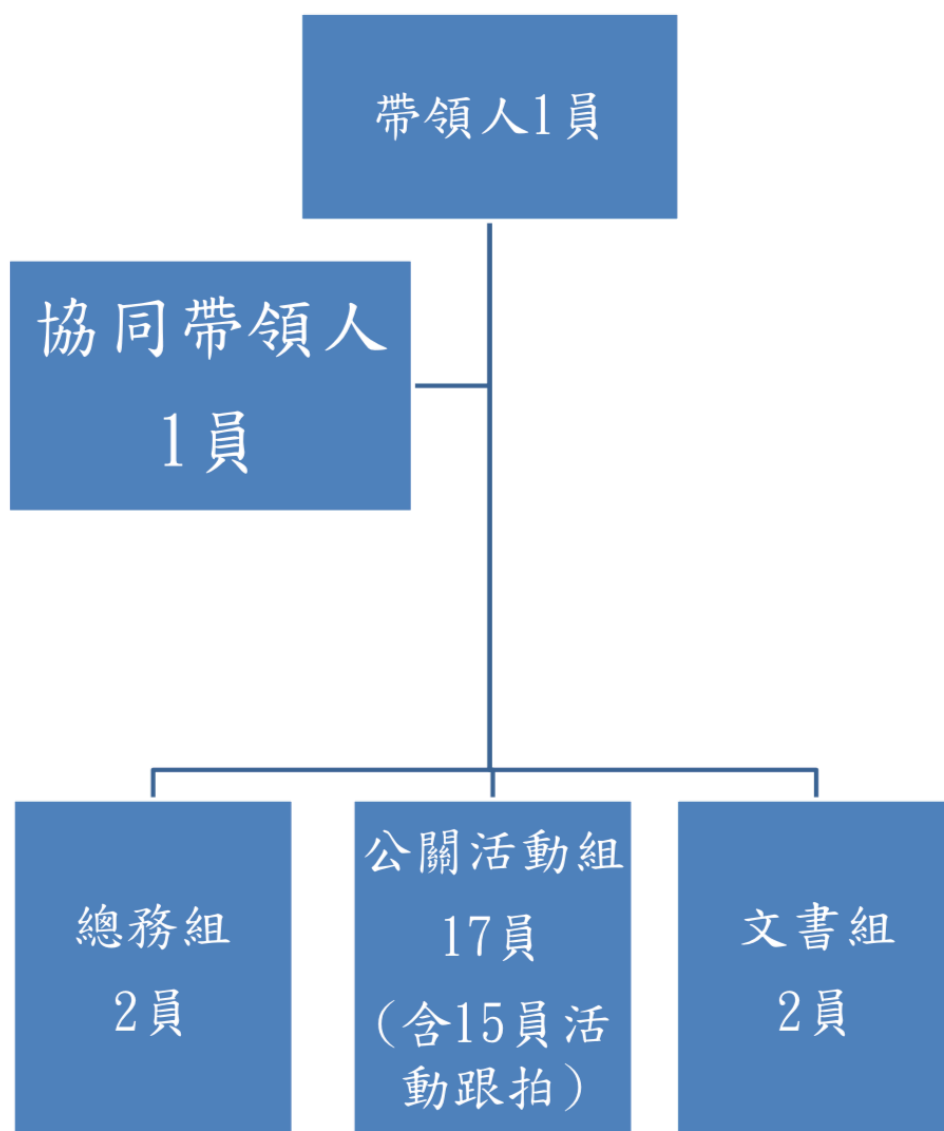
2. 活動先進行暖身，先讓活動氣氛的熱絡。
3. 「蒙娜麗莎的微笑」的故事引導入門。透過「蒙娜麗莎的微笑」的故事，慢慢導入活動主要目標及預期效益一無所不談、彼此的獨特性、良性溝通、共同討論、達成共識、互助合作及共同完成任務。
4. 蒙娜麗莎角色扮演，老年世代及年輕世代，彼此扮演蒙娜麗莎及互相拍照。透過角色扮演，拉進代間家庭關係，凝聚向心力。
5. 依照定向簡易地圖，一起去尋找繪畫的媒材(限定至少要 15 種媒材以上)。地圖只能找到五種媒材，其餘媒材要一起去其他處所補充完成。透過尋找繪畫的媒材的過程，彼此的互相模合、良性溝通、共同討論、達成共識、互助合作、最後共同完成任務。本項活動建議每組代間參與者，須要有一名工作人員或志工跟拍全部活動過程，拍照及錄影，記錄代間家庭彼此的互動過程。
6. 運用取回的媒材，合作創作出「我們的蒙娜麗莎」的畫作。在創作的過程中，代間家庭成員彼此溝通達成共識，共同合作。代間家庭成員常是在溝通上出現問題的，所以本次的活動設計，大部份都會將如何溝通的體驗放進活動裏，創作也是以共同創作為主。
7. 代間家庭活動分享過程回饋。



參與對象和人數：

1. 本方案實施對象係以不同世代之對象為主，所含代間學習對象以兒童或青少年與 55 歲(含)以上之樂齡族互動為主要對象。
2. 人數 15 組代間家庭。
3. 活動團隊組織架構圖：

當代間教育遇見蒙娜麗莎





活動執行：

日期及時間	課程內容	所需教具	環境/教室空間	所需教材	預期目標/效益
***年*月*日 0800~0830	<p>角色設定：關係是彼此是夥伴。</p> <p>1. 情緒出口補給站：說出彼此的情緒，分享彼此的情緒。</p>	無	室內/空曠(無桌椅空間)	無	<p>角色設定：關係是彼此是夥伴。</p> <p>可以無所不談壞的及好的情緒。</p>
***年*月*日 0830~0900	<p>2. 數字拍：看參與者的程度如何，適時作出難易度的判斷及修正。</p> <p>1. 二人一組，手掌穿插在彼此的手掌中間。</p> <p>(1)彼此先分配好誰是單數或雙數。</p> <p>(2)以四則運算答案為單數單數拍，雙數的手要躲，反之亦同。</p> <p>(3)看誰被抓到最多次或錯誤次數最多。</p>	彼此雙手	室內/空曠(無桌椅空間)	彼此雙手	<p>1. 暖身</p> <p>2. 氣氛的熱絡</p> <p>3. 專注力的訓練</p> <p>4. 活化參與課程的動力</p> <p>5. 生命進程</p>

當代間教育遇見蒙娜麗莎

<p>***年*月*日 0900~0930</p>	<p>3. 名聲飛揚(自我介紹): 以傳球方式如果音樂聲停, 就由參與者自我介紹。 自我介紹的內容須包含以下內容, 可以更多。 A. 姓名 B. 星座 C. 興趣 D. 對自己的期待 E. 願望</p>	<p>玩偶</p>	<p>室內/空曠(無桌椅空間)</p>	<p>1. 了解自己並提升自信的能力進而融入活動。 2. 製造增進代間關係間的共同記憶。</p>
<p>***年*月*日 0930~1000</p>	<p>4. 馬戲團</p>		<p>室內/空曠(無桌椅空間)</p>	<p>1. 製造增進代間關係間的共同記憶。</p>

***年*月*日 1000~1030	5. 蒙娜麗莎的 微笑的故事引 導入門	筆電、投 影機		2. 製造增 進代間關 係間的良好 溝通模式。
***年*月*日 1030~1100	6. 蒙娜麗莎角 色扮演	椅子及照 相機	室內/15 張椅子空 間	目標 1. 代間關 係培養默 契 2. 代間關 係氣氛的 熱絡 3. 代間關 係認識彼 此 4. 良好的 代間關係 溝通模式 5. 活化代 間關係參 與課程的 動力 6. 代間關 係同伴間 彼此包容 (強調是 好的事情 上) 7. 製造增 進代間關 係的共同

當代間教育遇見蒙娜麗莎

<p>***年*月*日 1100~1200</p>	<p>7. 定向尋找「我們的蒙娜麗莎」媒材。</p> <p>(1) 依照簡易地圖，一起去尋找繪畫的媒材 (限定至少要 15 種媒材以上)。</p> <p>(2) 地圖只能找到五種媒材，其餘媒材要一起去補充完成。</p>	<p>簡易定向地圖</p>	<p>室外/有類似花園的戶外</p>	<p>記憶。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 良好的代間關係溝通模式 2. 活化代間關係參與課程的動力 3. 透過定向的活動，活化代間關係。 4. 代間關係互相溝通，彼此互相合作，達成目標。
<p>***年*月*日 1200~1300</p>	<p>午餐休息</p>			

<p>***年*月*日 1300~1600</p>	<p>創作「我們的蒙娜麗莎」的畫作</p> <p>(1)運用取回的媒材，合作創作出「我們的蒙娜麗莎」的畫作</p> <p>(2)運用不同媒材共同創作，啟發創意的潛能</p>		<p>室內/空曠(無桌椅空間) 須有15個畫架</p>	<p>1. 2尺*3尺木板 2. 壓克力顏料及用具 3. 油漆刷子 4. 洗筆筒 5. 白膠 6. 代間家庭定向活動已尋得之媒材</p>	<p>1. 代間關係團隊合作。 2. 代間關係溝通協調。 3. 代間關係彼此信任。 4. 代間關係問題解決。 5. 觀察夥伴是否與自己之間有所不同 6. 代間關係生命的獨特性。</p>
<p>***年*月*日 1600~1700</p>	<p>代間家庭活動分享過程及回饋</p>	<p>麥克風及音響</p>			<p>1. 激發代間家庭成員自我表達的潛能。 2. 強化代間家庭成員的自信心。 3. 培養代間家庭成員人際互動能力與</p>

當代間教育遇見蒙娜麗莎

					對環境的適應能力。
--	--	--	--	--	-----------



整體方案具體效益指標

根據前述課程目標，本課程預期達到下列七項效益：

- (一) 促進代間家庭成員認識自我，強化代間家庭成員的自信心。
- (二) 啟發代間家庭成員的生存價值，建立人際互動的信任。
- (三) 藉由活動來提升團隊合作的能力，也可學習到如何互相幫助，尊重不同特質的夥伴，進而培養人際互動能力與對環境的適應能力。
- (四) 讓代間家庭成員探索與發現，體會運用良好的溝通方式及管道，建構適切的團隊動力。
- (五) 於活動過程中引導代間家庭成員練習「溝通協調」、「衝突解決」之能力。

(六) 透過活動學習過程中，可訓練代間家庭成員自省能力，以達到可獨立自立生活的基準，並於其中開發其各項潛能。

(七) 引導代間家庭成員探索與發現生命的存在意義，建構適切的個人人生觀。



活動之參考文獻資料

(一) (Berenbaum & Zweibach,1996)。

(二) 漢頓 (Hatton-Yeo) 在 2000 年聯合國教科文組織 (UNESCO) 代間方案 (intergenerational programmes)

(三) 何謂代間學習黃富順 (2004) 指出，ntergenerational learning)

(四) 代間方案 (Kaplan,2001)

(五) 代間方案 (引自林麗惠，2003)

(六) 代間方案，林歐貴英 (2003)



佳作

溫馨世代情——

愛樂陪伴 進擊人生

莊博文、費陪弟、周怡君

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

方案背景

因應高齡社會，少子化，家庭人口結構改變，配合教育部推動樂齡教育政策，世代融合也是其中一環，本方案發想由高雄市前金區樂齡學習中心（前金國小）樂齡團隊，提供場地及設備及人力等相關資源，並結合自主學團體帶領人及成員參與，以樂齡族及學校身心障礙學生為主體的設計，因為一般社會刻板印象，老人及身心障礙者大多是經濟地位弱勢，或是社會文化不利之群體，而對樂齡族言，代間教育、特殊教育等等都需要進一步了解？對學校特殊班的學童和老人接觸也是新的體驗，希藉本方案推動及延伸課程、行動研究之探討暨實作（預定107年11月7日至108年元月30日），增進不同的世代，愛的流動，互相接納，互相陪伴，互相學習，營造「共學、共享、共好、共樂、共憶」五共人生，在世代間能共同築夢踏實，許一個人生的美好的回憶。

方案設計理念與目標

本方案設計，考量參加對象為55歲以上的樂齡族及身心障礙學童的特殊性，故設計理念以「音樂」為元素，融入活動、繪本、動手做樂器、遊戲等方式，融入課程中，增進「老人及小孩」之間互動，更能接納每個人的獨特性，學習團體合作的重要性，進而增進人際關係，營造世代共融的社會。四、方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

本方案主要以分八個單元進行，以「愛心、接納」串連，以「自主學習」為中心，而學習如何接納彼此，如何互助，如何配搭練習，並以遊戲或繪本，玩音樂的方式，進行合奏的方式演練，對於參與者及帶領人都是挑戰，概述如下：

（第一堂課）愛自己—相見歡

經由耳熟能詳的童謠—兩隻老虎，讓參與的學童和長輩都得以放鬆對新課程沒有緊張感和焦慮，藉由動物的名詞及可以延伸動物的叫聲動作等，拉近彼此的距離，器演奏者由長輩為主導，輔助讓小朋友能夠很快的建立成就感，輕鬆的方

✧ 樂式，建立在音樂課的歡樂共享氛圍。

（第二堂課）愛學習—樂器沙鈴製作

一邊欣賞音樂時 一邊自己動手做製作樂器，可以享受這當中過程，帶入顏色搭配以及美感培養，自製樂器演奏的喜悅。

（第三堂課）愛合作—樂器合奏

簡易節奏歌曲—小星星加入身體律動 使音符平易近人，合奏中眼神的傳遞交流，讓小朋友和長輩能夠更融入彼此的協調性，演奏的快樂。

（第四堂課）愛閱讀—音樂與繪本

以歌曲—森林音樂會、伊比亞亞及音樂故事繪本—巫婆奇遇記，互相配搭，隨著故事的演變，發展出的各首曲目和活動，體驗生活是可以和音樂結合的。

（第五堂課）愛的行動—媽媽的懷抱

由於國人在言語上對親人較少表達”感謝”及”愛”，因此用歌曲「我愛媽咪」及「與媽媽共舞」的音樂配搭，藉由歌曲和玩偶的互動，培養對別人表達出愛與感謝的話語，用玩偶可以擬人化，並想要讓孩子們有律動感還有舞蹈的感覺。

（第六堂課）愛團體—樂器合奏

簡單的分組演奏，讓參與者能夠更培養專注力，因為小毛驢的曲子，讓大家分享驢子叫聲真的很特別，和一般我們所認識的蹄類動物不同。

（第七堂課）愛互動—音樂遊戲—小皮球

常見的小皮球，也是大人小孩的最愛，可以擴展很多的遊戲活動，讓孩子們體會有在油畫筆在小皮球到畫筆的呈現 可以讓人拓展思緒。

（第八堂課）愛分享—樂器合奏

以玩具兵進行曲配搭，及木魚，鈴鼓，三角鐵，手搖鈴，響棒等樂器使用，目的在讓參加者體會精神抖擻管樂，16拍換動作可以讓大家有充分的時間思考下一個動作而分組樂器演奏，增進樂齡族和學生同組有更佳互動。

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生



參與對象和人數：

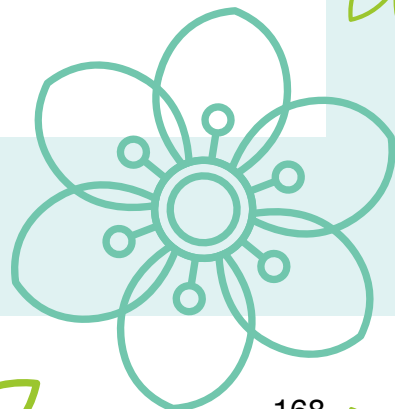
前金國小身心障礙學生人數9人及55歲以上樂齡族15人。



活動執行：

(一) 每週三上午(9:40-10:10)，特教班乙節課40分，樂齡族自主演練20分(9:20-9:40)。

(二) 上課地點：前金國小樂齡教室



活動單元名稱	活動內容及時間	教學準備
第一堂課 愛自己—相見歡	1. 全體唱兩隻老虎，依節拍拍手。(5分) 2. 全體唱兩隻老虎，唱到”老虎”時，兩人對拍；唱到”跑得快”，做跑步姿勢；唱到一隻沒有”耳朵”，雙手置於頭上做耳朵狀；唱到”真奇怪”時，雙手心向外朝上展開。(5分) 3. 長輩拿著鈴鼓在程序2歌詞標記處，讓小朋友拍鈴鼓。(10分) 看動物圖卡學叫聲，例如：狗叫聲。老師唱”兩隻”，學生接唱”汪汪”。(5分)	物圖卡(老虎、貓、狗、青蛙) 鈴鼓，手搖鈴

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生



	<p>5. 改編兩隻老虎的歌詞，更換動物名稱。(5分)</p> <p>6. 依照改編歌曲，與程序 3 相同，和小朋友一起拍鈴鼓。(5分)</p> <p>7. 課後分享回饋(5分)</p>	
<p>預期目標</p> <p>在唱到特定的名詞可以和人和組員對拍，在創作不同動物的時候也可以變換動物的叫聲。</p> <p>預期效益</p> <p>用遊戲的方式，讓初次見面的長輩和孩童能夠覺得輕鬆自然；也應肢體的接觸拉近彼此的距離能夠體會人與人之間親近的溫度。</p>		
<p>第二堂課</p> <p>愛學習</p> <p>—樂器沙鈴製作</p>	<p>1. 依先用不同的色紙交疊或合併，讓參加者去體會喜歡的搭配及顏色。(6分)</p> <p>2. 將綠豆放入養樂多瓶中。(3分)</p>	<p>1. 背景音樂：凱文柯恩專輯。</p> <p>2. 養樂多瓶、綠豆、色紙、裝飾動物造型紙、雙面膠、膠水、彩色膠</p>

	<p>3. 將正方形色紙背面貼上雙面膠，再將正方形色紙貼於養樂多瓶上方，邊緣依序摺貼於瓶口。(6分)</p> <p>4. 彩色膠帶貼於瓶身裝飾。(10分)</p> <p>5. 拿自製沙鈴演奏兩隻老虎，一邊唱歌，並選其中兩位長輩演奏手鼓，搭配演奏，並由學生特質中變化節奏分組演奏。(10分)</p> <p>7. 課後分享回饋(5分)</p>	<p>帶、手鼓。</p>
<p>預期目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 孩子可以正確的黏貼在正方形色紙上。 2. 由長輩輔助貼上雙面膠能夠撕去雙面膠帶固定於瓶口上。 3. 倒入綠豆時專注力盡量減少掉到外面的機率。 		

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

預期效益

從樂器自製的過程中培養顏色搭配和畫面規劃的美感及經驗也因自己製作的樂器而得到成就感以及創作之間的喜樂。

<p>第三堂課</p> <p>愛合作—樂器合奏</p>	<p>1. 小星星歌曲教唱。(5分)</p> <p>2. 教 導  時，須拍手。  時，須拍桌子。(5分)</p> <p>3. 分組： 響棒配合拍手節奏。 高低木魚配合拍桌子節奏。(5分)</p> <p>4. 樂器合奏。(10分)</p> <p>5. 加入肢體創作：長輩與小朋友輪流肢體創作加入合奏中。(10分)</p> <p>6. 課後分享回饋(5分)</p>	<p>節奏圖卡、響棒、高低木魚、鈴鼓</p>
-----------------------------	---	------------------------

預期目標

1. 可以依照節奏圖卡做正確的節奏拍奏。
2. 學會樂器的使用。
3. 能夠看著節奏拍及自己所分組的樂器與人合奏。
4. 能夠集思廣益加入肢體的創作產生不同的音效。

預期效益

培養手眼協調，並能夠體會與人合奏及調奏樂器的樂趣，藉由肢體的創作能啟動左右腦的平衡。

<p>第四堂課 愛閱讀— 音樂與繪本</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 依故事中人物帶領大家進入森林情境中採水果。(3分) 2. 依照採水果、清洗、擠壓等製作果醬程序，做一系列的肢體運動。(4分) 3. 配合音樂-森林音樂會，做程序 2 的活動。(4分) 4. 繼續回到故事繪本中說故事。(4分) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歌曲-森林音樂會、伊比亞亞 2. 音樂故事繪本-巫婆奇遇記，
--------------------------------	--	--

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

	<p>5. 兩人一組，教導壓、拉、推等歌曲互動動作。(5分)</p> <p>6. 配合音樂-伊比亞亞，做長輩與兒童的互動(叫醒奇奇巫婆)。(5分)</p> <p>7. 變換動詞揉；搥，做5.6程序。(5分)</p> <p>8. 圍內外2圈(長者一圈，學童一圈，同人數)，依老師口令做位置動向右移一個位置做歌區互動。(5分)</p> <p>9. 課後分享回饋(5分)</p>	
<p>預期目標</p> <ol style="list-style-type: none">1. 了解果醬從水果著到製成的步驟。2. 對於推、拉、擠、壓等動詞能夠正確了解並做出動作。3. 對於樂齡族及學童有共學、共讀、共樂、共享的體驗。		

預期效益：

藉由故事中小巫婆的遭遇培養同理心，結合舞蹈動作以及音樂，繪本做整體藝術的初步結合。

第五堂課
愛的行動
—媽媽的懷抱

1. 教唱歌詞：我愛媽咪，休止符的時候拍手兩下和飛吻兩下。每一個人拿一個布偶唱歌，休止符的時候拍拍布偶和布偶碰臉碰碰腳。(5分)
2. 帶著布偶去散步。休止符的時候和別的布偶打招呼，在後段慢板的地方輕輕的拍布偶及說愛的話語。(5分)
3. 在音樂休止符的地方和別人的撞鐘互敲，在後段慢板的地方，找一



1. 小提琴圖卡、小玩偶、彩帶。
2. 撞鐘。
3. 歌曲-我愛媽咪。
4. 歌曲-與媽媽共舞。

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

	<p>個人勾勾手繞圈。(10分)</p> <p>4. 認識小提琴樂器學老師用優美的姿勢配合音樂舞動，做彈奏樂器的樣子。(5分)</p> <p>5. 每人發一條飄帶彩色緞帶，想想他可以做什麼。(5分)</p> <p>6. 再發另一條彩色緞帶，聽音樂做即興的跳舞，老師說變變變的時候，小朋友做造型。(5分)</p> <p>7. 課後分享回饋(5分)</p>	
<p>預期目標</p> <p>1. 能感應到休止符的正確位置並做出和節奏呼應的動作，並能說出溫柔的關心話語。</p> <p>2. 隨著音樂引導，可以做肢體上的擴展以及不受拘束創作。</p>		

預期效益

1. 藉由課程和親愛的家人做溫柔的連結以感受到家人給予的愛。
2. 培養聆聽音樂的素養，認識彈奏拉奏樂器的姿勢，從即興舞蹈中認識自己的身體有更多擴展的可能性。
3. 增進樂齡族和學童間的互動，學習以愛的行動—擁抱，日後有信心面對人際關係的互動。

<p>第六堂課 愛團體 —樂器合奏</p>	<p>1. 小毛驢歌曲教唱。(5分)</p> <p>2. 教 導  時，須踏腳。</p> <p style="text-align: center;"></p> <p>時，須拍桌子。(5分)</p> <p>3. 邊唱小毛驢歌曲，編分次拍踏節奏(5分)</p> <p>4. 分組：</p> <p> 蛋沙鈴配合踏腳節奏。</p> <p> 手搖鈴配合拍桌子節奏。</p> <p> 樂器合奏，邊唱小毛</p>	<p>歌曲-小毛驢、手搖鈴、蛋沙鈴</p>
-------------------------------	--	-----------------------

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

	<p>驢歌曲，配合節奏演奏樂器。</p> <p>分組：分為小樂器，身體樂器兩組演奏。(10分)</p> <p>5. 加入肢體創作：長輩與小朋友輪流肢體創作加入合奏中。(5分)</p> <p>6. 觀賞驢子叫聲影片。(5分)</p> <p>7. 課後分享回饋(5分)</p>	
<p>預期目標</p> <ol style="list-style-type: none">1. 身體節奏，樂器節奏都能跟著歌曲的固定拍。2. 正確使用樂器的方法。3. 發揮身體這項自然的樂器的功能探索，能夠積極投融入在肢體創作的課程，體會合作演奏的氛圍。 <p>預期效益</p> <p>探索欣賞生活周遭各種聲響，也是一種有節奏感音樂性的感受，進而發展出自己的身體也是樂器的一種樂趣。</p>		

<p>第七堂課</p> <p>愛互動</p> <p>—音樂遊戲</p> <p>-小皮球</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識小皮球，可以滾，拍，跳，踢，丟。引導身體可以像小球般律動。(5分) 2. 認識圓滑與彈奏，在律動中一段六八拍，左右及前後搖擺以及第二段配合音樂在原地跳動。(5分) 3. 配合音樂在第一段時身體扭動轉圈，第二段音樂時原地跳。(5分) 4. 在空中畫出圓滑線和斷奏點； 依照音樂配合在圖畫紙上描繪出圓滑小球與斷奏的小點。(5分) 5. 與人交換圖畫紙再 	<p>小皮球 12 顆，八開圖畫紙 24 張，彩色筆 24 隻。</p>
---	--	--------------------------------------

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

	<p>做一次 畫出圓滑小球和斷奏點。(5分)</p> <p>6. 分組玩各種姿勢傳球遊戲。(5分)</p> <p>7. 課後分享回饋。(5分)</p>	
<p>預期目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠認識圓滑奏和斷奏，隨著音樂可以分出第一段和第二段的不一樣而轉換動作。 2. 可以從音樂中聽出圓滑奏和斷奏的不同並有彩色筆呈現出。 3. 能依照正確的指令姿勢傳球給下一個隊友。 <p>預期效益</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 體會身體不同律動，與音樂的多元化的感覺。 2. 獲得與不同世代的參與者合作同心協力的成就感，享受過程中的樂趣。 		
<p>第八堂課</p> <p>愛分享</p> <p>—樂器合奏</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 隨音樂每 16 拍換一個動作，律動式的引導，做肢體伸展，以熟悉樂曲。 (3分) 2. 分為 3 組，每 8 個人一組 (5 位長者 3 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 木魚，鈴鼓，三角鐵，手搖鈴，響棒各 5 個。 2. 樂曲:玩具兵進行曲

位學童)，共 5 種樂器，其中手搖鈴和木魚同組，鈴鼓響棒同組，三角鐵自成一組。(3分)

3. 依下列節奏分組演奏，小組並由樂齡族帶領練習(10分)

手搖鈴木魚 第一段

節奏 

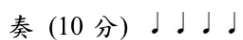
鈴鼓響棒 第一段節

奏 

三角鐵 第一段節奏



4. 第二段全體合奏節

奏 (10分) 



5. 全曲演奏(9分)

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

6. 課後分享回饋。(5分)

預期目標

1. 體會進行曲節奏的模式和精神，能夠看著譜正確隨著音樂演奏。
2. 專注於自己敲奏樂器的節奏，也能夠與人配合不受另一種樂器影響。

預期效益

1. 親身體驗在樂團中多種樂器合奏的經驗，藉由多元的刺激能夠啟發大腦中更靈敏的反應，提高學習力，觀察力，創造力。
2. 世代融合在共學、共享團隊中展現，可融入自己的家庭及社區。

各項單元活動學習評量：

- (一) 在本方案上課期間就觀察學生及樂齡族互動及學習態度。
- (二) 前金國小特教老師協助學童參加本方案後續表現。
- (三) 樂齡族分享學習心得記錄及影片製作。



整體方案具體效益指標

(一) 本方案推動依據課綱

1-1-1-1 藉由視覺、聽覺與操作能分辨不同的媒材。

1-1-2-2 能透過模仿聲音、唱歌、身體樂器(如：點頭、拍手、踏腳、彈指等)

或各式簡單樂器，表達自己的情緒和對事情的想法。

3-4-10-1 透過表演藝術的展演與排練，如：話劇表演、樂器演奏，表現自
動、合作、秩序、溝通、協調的團隊精神與態度。

本國語文領域

2-1-1-1 能在提示下安靜的聆聽

2-1-1-5 聆聽過程中，能遵守提示、不隨意插嘴

3-4-2-1 能在引導下學會不同的溝通方式社會技巧領域

社會技巧領域

2-1-1-1 能適當使用非口語方式與人溝通（如：以眼神注視他人）

2-1-1-5 能適當使用口語方式與人溝通

2-1-1-6 能等待、輪流說話及不隨便插話

3-1-1-2 能依指示完成簡單的工作（如：攜帶指定的物品/材料、抄聯絡簿或
收拾書包）

3-1-1-5 能遵守教室規則（如：專心上課、上課鐘響對要進教室、舉手後發
言、不隨便離開座位或上課時不過度發言等）

3-1-1-3 能在遇到困難時等待時機及情境求助

3-1-2-3 能與陌生人打招呼

3-1-2-4 能在與陌生人互動時，能禮貌地回應他人的問候

（二）行動研究

前金國小樂齡團隊，以本方案訂定「高齡者與特殊兒童共學習方案」課程實
施成效之行動研究，期對日後持續推動本方案之參考。

（三）代間教育方案延伸課程

參加對象：樂齡族

2. 成果發表：樂齡族和前金國小身心障礙學生

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

場次	活動日期與時間 / 活動地點	活動主題	活動內容	設計理念	講師/帶領人
1	11月7日 10:00-12:00 前金樂齡中心	愛自己	1. 代間教育說明 2. 影片賞析	說明代間教育的內涵，及認識代間互動的基本概。	費陪弟
2	11月14日 10:00-12:00 前金樂齡中心	愛學習 (一)	1. 認識特殊教育法的內容 2. 說明身心障礙的類別與心理、行為為特色	1. 認識身心障礙者，給予協助與其和平共處。 2. 學習了解與包容身心障礙者。	費台弟
3	11月21日 10:00-12:00 前金樂齡中心	愛合作	身心障礙者的學習與生活經驗分享	1. 如何去發掘身心障礙者的能力。 2. 讓每人的善良與愛可以充	費台弟

				分發揮。	
4	11月28日 10:00- 12:00 前金樂齡中心	愛閱讀	1. 了解人與人性的關係。 2. 人際關係不佳原因探討。 3. 如何有效增進人際關係。	建立良好的國際關係，使自己成為更快樂更受人歡迎的銀髮族。	江永耀
5	12月5日 10:00- 12:00 前金樂齡中心	愛的行動	閱讀「除不盡的愛：台灣兩人特教媽媽的六堂課」 分享作者的生命故事，讓我們體會瞭解自閉症小孩的特質	藉由閱讀本書互相分享討論，可以幫助更多同樣遭遇的孩子。	陳逸燦

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

			及作者如何從生命中的烏雲霧霾轉化為滋潤的雨水，豐富顛簸的勇敢人生。		
6	12月12日 10:00-12:00 前金樂齡中心	愛團體	影像記錄—玩圖 APP 製作	增進高齡者對智慧型手機軟體運用，且能製作團體及個人學習的生活照片記錄。	費陪弟
7	12月19日 10:00-12:00 前金樂齡中心	愛互動	影像記錄—小影 APP 製作	增進高齡者對智慧型手機軟體運用，且能將照片製作成影片。	費陪弟
8	12月26日 10:00-	愛分享 (一)	影像記錄—玩圖 APP 製	使高齡者重複練習製作，參	費陪弟

	12:00 前金樂齡中心		作及小影製 作分享	與式學習服 務，對團體有 向心力及凝聚 力。	
9	108年1月2日 09:00- 12:00 前金樂齡中心	愛分享 (二)	合奏 成果發表	高齡者及學 童，將所學習 的樂曲，透過 合奏方式演 出，音樂將世 代間的差異融 合，增進長者 及身心障礙學 童的自信心。	周怡君 費陪弟
10	108年1月9日 09:00- 12:00 高雄市立李科 永紀念圖書館	愛分享 (三)	1. 參訪高雄 市立李科永 紀念圖書館 2. 合奏 成果發表	1. 增進成員對 位在前金區的 高雄市立圖書 館資源運用。 2. 由高齡者及 身心障礙學 童，跨世代合	周怡君 費陪弟

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生

				作學習，首次對外演出，更增進參加者及觀賞者，日後學習的動機。	
11	108年 1月16日 09:00- 12:00 前金樂齡中心	愛學習 (二)	影像記錄— 巧影 APP 製作	增進高齡者對智慧型手機軟體運用，且能製作團體及個人學習的生活照片記錄。	黃碧月
12	108年 1月23日 09:00- 12:00 前金樂齡中心	愛學習 (三)	影像記錄— 小影及巧影的影音製作	提昇高齡者數位能力，將日常生活拍攝的影片或照片，運用小影及巧影軟體的特性、將影音、文字資料整合、製作成可	黃碧月

				供回憶分享的影片。	
13	108年 1月30日 09:00- 12:00 前金樂齡中心	愛學習 (四)	影像記錄— 小影及巧影 的影音製作	提昇高齡者數位能力，將日常生活拍攝的影片或照片，運用小影及巧影軟體的特性、將影音、文字資料整合、製作成可供回憶分享的影片。	黃碧月

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生



活動之參考文獻資料

奧福兒童音樂肢體統合教材(巫婆奇遇記繪本，及配合曲目)

奧福兒童音樂肢體統合教材(媽媽我愛您，皮球與積木等繪本之配合曲目)

兒童古典音樂培育教材 CD,NO.4, NO.5

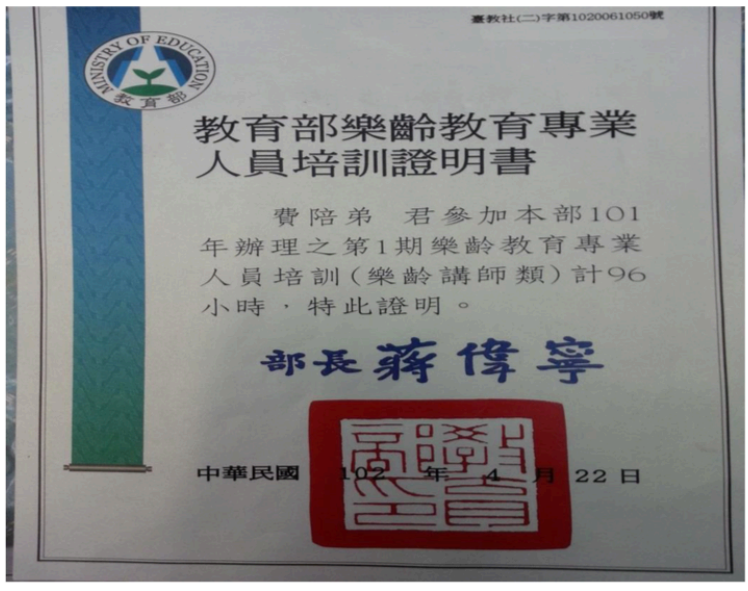
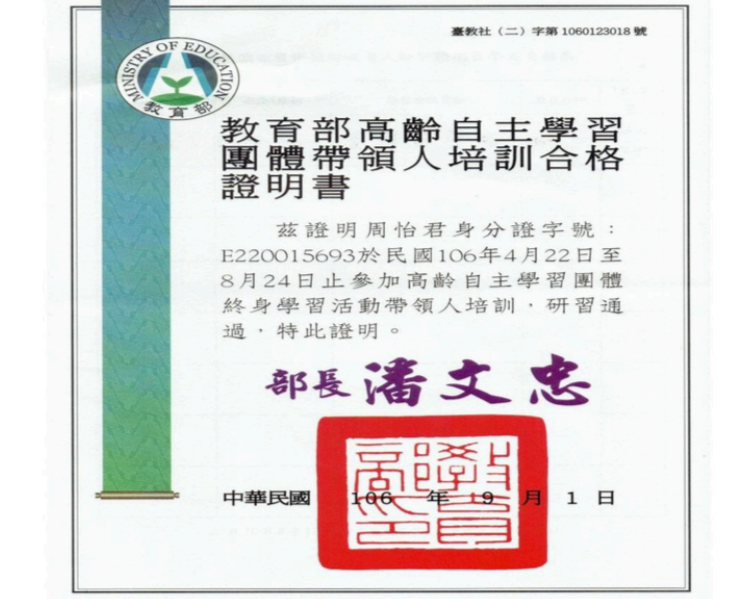
黃富順主編(2004)。樂齡學習。台北市：五南。

教育部(2006)。邁向高齡社會老人教育政策白皮書

教育部(2014)。樂齡學習系列教材5：社會參與。

教育部交通部(2015)。自主團體帶領人課程講義。

✧ 附件

 <p>臺教社(二)字第1020061050號</p> <p>MINISTRY OF EDUCATION 教育部</p> <p>教育部樂齡教育專業 人員培訓證明書</p> <p>費陪弟 君參加本部101 年辦理之第1期樂齡教育專業 人員培訓(樂齡講師類)計96 小時，特此證明。</p> <p>部長蔣偉寧</p> <p>中華民國 102 年 4 月 22 日</p>	<p>授課 教師 證書</p>
 <p>臺教社(二)字第1060123018號</p> <p>MINISTRY OF EDUCATION 教育部</p> <p>教育部高齡自主學習 團體帶領人培訓合格 證明書</p> <p>茲證明周怡君身分證字號： E220015693於民國106年4月22日至 8月24日止參加高齡自主學習團體 終身學習活動帶領人培訓，研習通 過，特此證明。</p> <p>部長潘文忠</p> <p>中華民國 106 年 9 月 1 日</p>	<p>授課 教師 證書</p>

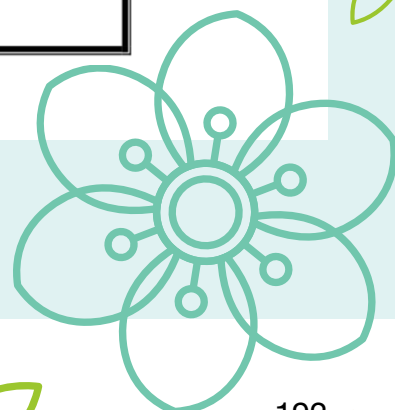
溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生



本計畫上課地點(前金樂齡中心)



本計畫上課地點(前金樂齡中心)





李科永紀念圖書館(成果展場)



前金音樂館(成果展場)

溫馨世代情—— 愛樂陪伴 進擊人生



高雄市前金區樂齡中心辦理代間教育方案招生簡章

107年11月7日至108年1月30日

參加對象：凡年滿55歲以上民眾15人及前金國小身心障礙學童9人，計24人。

帶領人：通過教育部高齡自主學習團體帶領人及5251（有我有伊）樂學團成員。

主題：溫馨世代情—愛樂相伴 進擊一生

課程名稱	上課日期	課程內容	帶領人	備註
愛自己	11/7	1. 相見歡 2. 代間教育說明 3. 影片賞析	周怡君、費陪弟	1. 參加本系列全部課程學費免費。 2. 樂齡族參加全程者酌收班費200元（請於11/7上課時繳交），並由同學中選出班長、總務、行政等人員並共同訂定學習公約。 3. 請在共同學習課程中，簡述自己心得分享及繳交紀錄。 4. 製作材料另行通知。 5. 影像記錄，請自備手機或平板（建議儲存容量在32G以上），並具備上網功能。
愛學習（一）	11/14	1. 樂器製作-沙鈴 2. 認識特殊教育法的內容	周怡君、費台弟	
愛合作	11/21	1. 樂器合奏 2. 與身心障礙者相處經驗談	周怡君、費台弟	
愛閱讀	11/28	1. 音樂與繪本 2. 談人際關係	周怡君、江永耀	
愛的行動	12/5	1. 音樂遊戲-媽媽的懷抱 2. 導讀「除不盡的愛：台灣兩入特教媽媽的六堂課」	周怡君、陳逸燦	
愛團體	12/12	1. 樂器合奏 2. 影像記錄—玩圖APP製作	周怡君、費陪弟	
愛互動	12/19	1. 音樂遊戲-小皮球 2. 影像記錄—小影APP製作	周怡君、費陪弟	
愛分享（一）	12/26	1. 樂器合奏 2. 影像記錄—玩圖製作及小影製作分享	周怡君、費陪弟	
愛分享（二）	1/2	合奏成果發表（前金國小）	周怡君、費陪弟	
愛分享（三）	1/9	參訪圖書館及合奏成果發表（高雄市立李科永紀念圖書館）	周怡君、費陪弟	
愛學習（二）	1/16	影像記錄—巧影APP製作	黃碧月	
愛學習（三）	1/23	影像記錄—小影及巧影製作	黃碧月	
愛學習（四）	1/30	影像記錄—小影及巧影成果分享	黃碧月	

高雄市前金區樂齡中心辦理代間教育方案報名表

姓名			性別	<input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 男	
出生年月日	民國	年	月	日	提供暖身活動及名稱(請自填) 活動名稱:
學歷	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 1. 小學 <input type="checkbox"/> 2. 國中 <input type="checkbox"/> 3. 高中職 <input type="checkbox"/> 4. 專科 <input type="checkbox"/> 5. 大學畢 <input type="checkbox"/> 6. 碩士畢 <input type="checkbox"/> 7. 博士畢				
住址	市 區 里 路 街 段 巷 號 樓				
聯絡電話	私:	手機:		電子信箱	
緊急聯絡人 (與聯絡人關係)	()		緊急聯絡人電話 (緊急狀況聯絡用)		
職業	<input type="checkbox"/> 軍 <input type="checkbox"/> 公 <input type="checkbox"/> 教 <input type="checkbox"/> 公 <input type="checkbox"/> 商 <input type="checkbox"/> 農 <input type="checkbox"/> 服務業 <input type="checkbox"/> 雇主 <input type="checkbox"/> 其他				
可以擔任 前金區樂齡 中心或圖書 館志工	<input type="checkbox"/> 願意 <input type="checkbox"/> 考慮中	志工手冊	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 沒有	課程全程參與	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 單場次 上課日期(請自 填日期 _____)
報名方式	<p>一、招生對象：55歲以上民眾報名，全程參與者及學校志工可優先參加。</p> <p>二、招生人數：以招生15人為原則。</p> <p>三、報名時間：即日起至10月31日（請於上班時間辦理，名額有限額滿為止）。</p> <p>四、報名地點：高雄市立前金國小輔導室（高雄市前金區大同二路61號）。</p> <p>五、聯絡電話：07-2829001#841；傳真：07-2017039。</p> <p>六、此簡章可至高雄市前金區樂齡中心（前金國小）索取。</p> <p>七、第一天（11月7日）上課時，請繳交班費，按報名先後依序錄取，額滿後即不接受報名。</p> <p>八、請勿以電話、傳真報名。</p>				



佳作



【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】

陳素鳳

【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】



方案背景

（一）促進代間互動分享與融合創新課程方案的重要性

高齡市場快速成長趨勢已是不爭的事實，但要【如何帶著成長中的高齡人口再成長更創新】則是一大課題。高齡人口在生理、心理都有其特殊性，而且人生經驗豐富，十餘年來教育部推廣之【樂齡中心與樂齡大學】等計劃，均達成高齡者重回學習軌道的首要目標，成績斐然。

在少子化衝擊，全國各縣市從小學到大學招生日減與人口快速高齡化的趨勢下，各級學校的校園閒置空間開放，大學的豐富人力與物力資源釋出，為提供55歲以上民眾系統性與知識性的學習，應該扮演更開放積極的角色，承擔更多的社會責任。2016年教育部報告顯示，參與學員對於樂齡學習的滿意度分析包含四個層面，【行政服務】、【學習環境】、【課程規劃】以及【教師教學】；其中在【課程規劃】方面，最滿意的是【特色課程與休閒興趣課程】。而【學習遷移】的轉變影響分析中，既使有【群體層面】對與家人溝通互動稍有進步的成果，但是對【老少關係深度改變和影響】仍嫌不足。

簡言之，教育部推動樂齡學習逾十年歷程，在【課程規劃】存在的瓶頸是【變化創新】；而計劃目標一直未能達陣的確實是【促進代間互動分享與融合創新】

（二）兼具休閒娛樂、教育與個人發展等效能的代間方案是高齡學習新挑戰

Ames and Youatt (1994) 提出代間學習課程及活動的選擇模式，並說明代間學習內容有五種類型：包括1. 休閒娛樂 (Recreation)、2. 教育 (Education)、3. 保健 (Health)、4. 公共服務 (Public service) 及5. 個人發展 (Personal development)。一般而言，高齡學習之代間方案依照五種類型【個別設計者】較為普遍。例如【休閒娛樂】方案經常做為前導活動 (Precursor)，即年輕人導覽

環境、熱場活動等，打破年齡層先建立關係。【教育】方案，最常見的就是老的說故事，小的教電腦等單向知識的交換。【保健】方案較多是在醫護背景學校，由學生帶動的保健運動等課程。【公共服務】方案是最為普遍的代間活動，由年輕人協助高齡者參與公共服務。【個人發展】方案需要激發雙方成就感的活動設計難度高，所占課程比例嫌少。

當【非傳統學生】闖進【傳統教育體系】時，需要的就是跳脫框架，在方案規劃上不是單一類型而是達到多元類型而的平衡與創新，代間方案的參與者，既是學習新角色的新世代，也是適應角色變化的老傢伙，需要的是兼容並蓄、老少共融的代間活動同時可以促進【角色的學習與適應】。



方案設計理念與目標

(一)【小師傅&老徒弟 趴趴走—代間學習方案】的理念

1. 這是一個老少資源整合共創雙倍教育效益的代間方案

商業周刊年前曾經完成一項艱巨任務，走遍全台、離島，從2600多家公立國小當中，找出全國【104所特色小學】，各學校化解僵化教育展現教改成績單，透過多元課程洗禮，小學生綻放大家想像不到的才華洋溢。

我們讓這些小學生將學習到的才藝雙全爆發出教學的熱情成就感，教給樂齡學習族群的阿公阿嬤。對小學生而言，不但驗收教改成績單，並且給了小學生教學成就感，更進一步再度深化課程重點概念和技能。就樂齡族來講，有源源不絕的特色課程可以學習，激發其興趣成為生活休閒的一部分，又能夠與孫字輩【小師傅】同樂共學。整合小學與樂齡大學(中心)資源共享，老少共創雙倍教育效能的代間方案。

2. 這是一個老少一起節能、一起省錢、一起合作再生經濟效益的環保方案

【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】

全國各縣市教育局在國高中均設立有【體育重點發展學校】，政府做出巨大的投資，培養未來在體壇揚名立萬的人才。但大多數並未如願，倘若無法獲得重大或國際獎項即無法產生實質效益。在少子化與高齡化的未來，資源窘迫態勢下的台灣，教育應該也必須講求【經濟效益】。

我們讓體育重點發展學校的中學生將一身武功化身為中高齡阿公阿嬤的小教練，就身手綽綽有餘！政府對體育的投入人力物力可事半功倍，不但坐收現有體育發展教育效能，同時與樂齡大學(中心)合作再生，產出雙倍經濟效益。

3. 這是一個兼具休閒娛樂、教育、保健、公共服務與個人發展類型的方案

特色國小的特色課程能夠給樂齡族帶來一直的新鮮與一再的驚喜，激發其【休閒娛樂和興趣】；例如【皮影戲】老徒弟用人生經歷寫劇本，小師傅指導製作和演藝，同台迸發老少教與學【教育效益】的雙贏；國高中的體育班學生可以與樂齡族一起跳正確【保健】型韻律體操；老少攜手為公益義演為【公共服務】最佳典範；不用贅詞在這樣的共融代間方案裡，老和少都找到可供發揮的舞台和【個人發展】的成就感。

小結：

這將會是教育部推動樂齡學習以來，第一個真正可以整合各級學校與樂齡大學(中心)教育資源且收獲【雙倍經濟與教育效益】的方案；也是第一個真正可以【融合五大代間學習類型效能】的樂齡學習方案；更是第一個真正可以【永續營運且創新的代間樂齡學習模式】。

(二)【小師傅&老徒弟 趴趴走一代間學習方案】的目標

本方案提供教育部相關決策與政策發展之參考，具體而言，本方案想要達成目標為：

1. 有效運用各級學校軟硬體資源，與樂齡代間學習方案整合共享，發揮【1+1>2】教育與經濟效益。

2. 充分促進各級學校學生與樂齡族代間互動同樂與融合創新，傳承與創造世代共融新經驗。
3. 透過這項方案，產出取之不盡的代間學習創新課程。
4. 透過這項方案，產出用之不竭的代間教學新師資。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

(一) 方案摘要

【小師傅&老徒弟 趴趴走一代間學習方案】如前所述，是一個整合老少教育資源，代間互動合作同樂，傳承與創造世代共融新經驗，共創雙倍教育與經濟效益的方案。

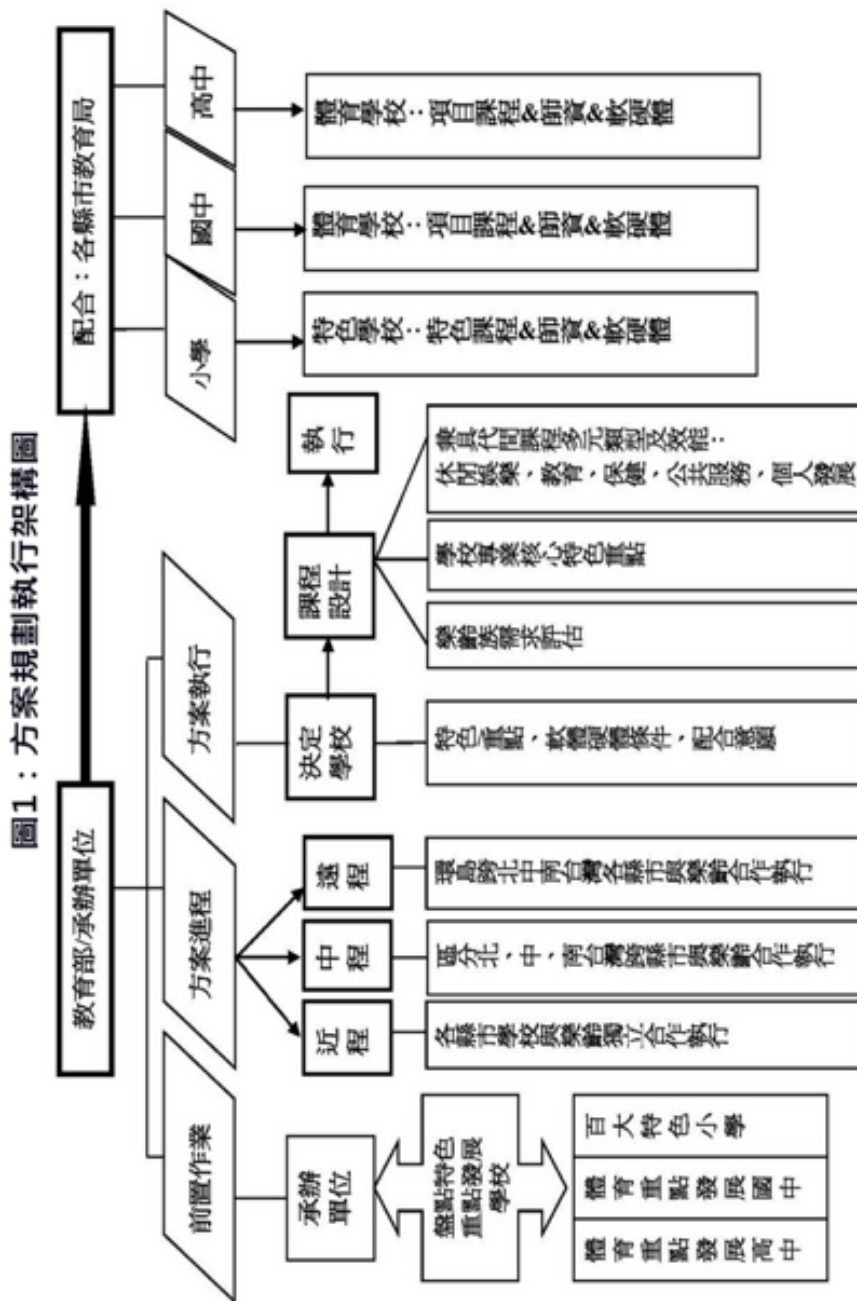
首先，是盤點全國各級學校特色重點發展中小學名單及其軟硬體。

其次，是各縣市樂齡承辦單位與教育局討論產生方案合作執行架構。

再者，正式進入前置籌備作業，與合作學校討論擬具代間課程方案。

最後計劃執行【近程、中程、遠程】進度計劃。方案規劃執行架構圖如(附圖1)。

【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】



陳素鳳製圖

(二) 方案前置作業

- 1.教育部主管單位指示並函文各縣市教育局配合這項【代間教育方案計劃】。
- 2.各縣市教育局盤點各級學校【特色與體育重點】發展學校名單及課程。
- 3.承辦單位進行【代間方案規劃】條列配合方案之各級學校名單。
- 4.承辦單位與配合方案之學校進行協調合作，擬具方案課程時間、地點與型式等方案細節內容。

背景說明：

★特色小學★

商周彙整104所特色小學，其中，高雄市有12校：中洲國小海洋核心特色、左營國小專題式教學、金竹國小竹藝創造力課程、青山國小非洲鼓、前鎮國小生命教育繪本、苓洲與華山與福東和蔡文國小英語村、港和國小天文館、獅湖國小植物園、福誠國小閱讀經典、彌陀國小皮影戲等。本方案選擇【彌陀國小之皮影戲團】&【青山國小的非洲鼓團】(如圖)為範例說明。



【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】

★體育重點發展中學★

為提供運動優良或具運動潛能學生升學管道，依教育部「高級中等以下學校體育班設立辦法」，各縣市教育局在部分所屬國高中學校設立【體育班】，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。以高雄市重點運動發展中學為例，有排球、足球等專業項目，但也有具有休閒性質的重點項目，例如，游泳、有氣體操、桌球、撞球、扯鈴等。可做為代間學習方案中的課程。本方案以【中正高工之有氣體操】(如圖)為範例說明。



(三) 方案內容與執行

1. 近程計劃

這項【小師傅&老徒弟 趴趴走一代間學習方案】，第一階段先以縣市為區域限制，例如：高雄市教育局與國立高雄師範大學成人教育研究所成教中心的樂齡大學合作。僅就【高雄市轄境內】特色小學或體育重點發展中學進行【代間教育活動】。

本方案設計趴趴走範例【彌陀國小皮影戲團】與【青山國小非洲鼓團】與【中正高工的有氣體操隊】。(如★範例★所述)

2. 中程計劃

第二階段可以在【北、中、南台灣區域內跨縣市合作】，例如：國立高雄師範大學成人教育研究所成教中心樂齡大學尋求台南市教育局合作。在南台灣區域內跨界和【台南市所屬】特色小學和體育重點發展學校進行【代間教育活動】。當跨區代間方案成功之後，可以再加入【旅遊學習課程】，更增添休閒樂趣。歷年來樂齡學習【滿意度最高】的課程即旅遊。

例如：台南市【西門國小的帆船與騎士課程】+旅遊學習行程。

3. 遠程計劃

遠程計劃不再劃分區域，以【全台】各縣市均可為合作對象。例如：國立高雄師範大學成人教育研究所成教中心樂齡大學亦可以尋求台北市教育局合作。不但跨出高雄，可以【環島式與各縣市所屬】特色小學和體育重點發展學校進行【代間教育活動】。類似【套裝旅行組合】的代間教育與旅遊學習合併舉行。

例如：台北市【九份國小的礦夫營】與【西松高中的自由車體育班】+旅遊學習行程。

※以下：第五和第六採合併撰寫，以利整體呈現易懂。※



參與對象和人數：

活動執行：

(一)近程計劃之範例設計與執行

★近程計劃之範例—高雄市每週1次課程教案★

方案名稱	小師傅&老徒弟 高雄市趴趴走—代間學習方案
方案目標	1. 代間方案的參與者，透過老少共融的代間活動同時可以促進【角色的學習與適應】。 2. 特色小學小學生成為樂齡學習源源不絕的師資。 3. 特色小學的特色課程則是永續不斷的代間方案課程。

【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】

活動名稱	我要成為【影、舞、劇三棲—藝界大明星】
活動目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過方案的研習，小師傅和老徒弟要一起站上舞台演繹。 2. 小師傅在代間方案中更精練其重點發展項目，並學習如何當老師。 3. 老徒弟在代間方案中快樂學習才藝之餘，更促進代間互動合作同樂，傳承與創造世代共融新經驗，共創雙倍教育與經濟效益的方案。
目標對象	<p>★假設以高師大【樂齡大學】班級：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 55-75 歲樂齡族為方案目標對象。 2. 教學相長，擔任特色或體育重點課程老師的中小學生，在方案中也會獲得啟發，也算是目標對象。
參與人數	<p>★依照方案設計需求計算：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 樂齡每班約 20-30 名樂齡族，一位帶隊承辦人員。 2. 皮影戲班至少以【1：2】比例小學生進行指導，皮影戲班指導老師同場引導與協助小朋友教學。 3. 非洲鼓團至少以【1：2】比例小學生進行指導，鼓團指導老師同場引導與協助小朋友教學。 4. 有氧體操班需要【1：1】一對一指導，有氧體操教練必須走動式協助教學與團隊。中學班級人數足夠。
時間規劃	<p>★基礎公演為標準排定課程時間：</p> <p>每校每週上課一次 4 節課 8 小時，穿插在整體課程規劃中。</p> <p>以師生聯合演出為目標，每校至少 2-4 週，每週 4 節課 8 小時，合計 16-32 小時。</p>
活動地點	<p>★趴趴走的精神與價值：</p> <p>樂齡族喜愛趴趴走，有休閒的 fun。因而排定每學期趴趴走三所中小學，到各地去跟隨不同小師傅學習不同才藝，當個快樂學習的老徒弟。課程活動安排上課地點如下：</p>

	1. 彌陀小學：皮影戲館 2. 青山國小：非洲鼓練團教室 3. 中正高工：有氧體操韻律教室	
內容/理念	活動主軸	代間互動同樂共學
	創意特色	<p>1. 皮影戲：老徒弟用人生寫劇本，傳遞豐厚無價的經驗知識；小師傅將所學技法無私傳授，獲得教學成就感；老少資源共享並攜手展現成果。</p> <p>2. 非洲鼓：老徒弟對非洲文化與舞台更勝小師傅，新舊世代交換技藝與態度，合作關係中更促進和諧共融。</p> <p>3. 有氧體操：老徒弟需要的是有氧運動的保健素養；小師傅透過重複教學更深化這項體育重點發展項目，未來應戰時更有自信。</p> <p>4. 小師傅與老徒弟-代間方案，全新課程與全新老師，足以帶給樂齡族【休閒娛樂】的樂趣；【教育】學習才藝又擲節人力物力成本的經濟和教育雙倍效益；【保健】身體更是大收穫；未來站上舞台做【公益服務】演出；無論是教和學都有所成長獲得【個人發展】。滿足【代間五大類型】方案需求，可謂【一舉五得】。</p>
	氣氛感受	★三項課程穿插在一般課程當中，設計皆營造【無壓力】充滿樂趣的場境氛圍，而且給樂齡族【每週】都有接觸年輕世代的天倫之樂。
	軟硬體設備	★三項課程均來自教育局所屬公立學校：現成的特色或體育班級，本來的學生和指導教練，本來的演出、教學或運動的場館和常規的訓練，本來教學所需的道具器材等軟硬體設備。

【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】

	所有軟硬體皆具再生教育和經濟效益。 唯一需要編排的是這 2-4 週的融入課程和進度，必須與各班團指導教師或教練協調討論。
人員配置	<pre> graph TD A[總教練 班團指導員] --> B[樂齡班 帶障老師(助手)] A --> C[班團指導老師 (助手)] B --> D[4-5 小組] B --> E[4-5 小組] C --> F[4-5 小組] C --> G[4-5 小組] D --> H[1對1教學] E --> I[1對2教學] F --> J[1對1教學] G --> K[1對2教學] H <--> I J <--> K </pre>

★皮影戲—代間學習 活動流程★

課程流程	週次	時間	課程
★皮影戲	第 1 週次	08:30	報到>編組：採一對二教學
		10:20	● 課程一：觀賞皮影戲碼(小師傅演出) 影戲原理與操作&光影效果在藝術創作上應用
		10:30 12:20	● 課程二：動手設計造型獨特的套偶 如何設計與製作一個關節以上的紙影偶。
	第 2 週次	08:30	● 課程三：運用套偶呈現一段表演
		10:20	如何將自己製作的紙影偶做即興的演出
		10:30 12:20	● 課程四：聯手寫劇本 利用小組老少聯手自編劇本學習同台演出

(參考資料：來自高雄彌陀國小與台灣藝術教育網)

- 備註：老少公演皮影戲，可訂於樂齡畢業時，藉以展現代間方案成果。

★非洲鼓課程—代間學習 課程流程★

課程流程	週次	時間	課程
------	----	----	----

(二)中程計劃之範例設計與執行

★中程計劃之範例—台南市 1 日旅遊學習套裝★

第 1 週次	課程/行程	地點
上午 9:00-12:00	帆船課程	西門國小
下午 13:30-16:30	海上帆船體驗	距西門國 20 分鐘車程
17:30	快樂賦歸	抵達高雄
第 2 週次	課程/行程	地點
上午 9:00-12:00	騎士課程	漁光國小
下午 13:30-16:30	騎馬之旅	鄰近馬術協會
17:30	快樂賦歸	抵達高雄

(參考資料：西門國小&漁光國小)

(三)遠程計劃之範例設計與執行

★遠程計劃範例—北部 3 天 2 夜旅遊學習套裝★

第 1 天	課程/行程	地點
上午 9:00-12:00	自由車體育班	西松高中
下午 13:30-16:30	自由車親水景觀之旅	台北到八里最美車道
第 2 天	課程/行程	地點
上午 9:00-12:00	礦夫營 室內課程 老少分組洗金術	九份國小
下午 13:30-16:30	室外課程-參觀礦坑隧道 金瓜石黃金博物園區	九份
第 3 天	課程/行程	地點
上午 9:00-12:00	礦夫營 室內課程 礦坑的故事	九份國小
下午 13:30-16:30	室外課程 小師傅導覽-九份老街	九份老街
17:30	快樂賦歸	抵達高雄

【小師傅&老徒弟 趴趴走 一代間學習方案】

★非洲鼓 課程：	第 1 週次	08：30	報到>編組：採一對二教學
		10：20	● 課程一：觀賞非洲鼓團表演(小師傅演出) 認識欣賞非洲音樂與非洲鼓拍擊簡易節奏
		10：30	● 課程二：體驗非洲與節奏鼓測驗
		12：20	認識非洲鼓的三個基本拍擊方式
	第 2 週次	08：30	● 課程三：非洲音樂CD分組合奏練習
		10：20	能運用非洲鼓進行合奏活動
		10：30	● 課程四：練習老少合作愛在非洲
		12：20	結合數種節奏樂器，進行老少合奏同台演出

(參考資料：來自青山國小&桃園國民教育輔導團)

- 備註：老少公演非洲鼓，可訂於樂齡畢業時，藉以展現代間方案成果。

★有氧舞蹈課程—代間學習 課程流程★

課程流程	週次	時間	課程
★有氧舞 蹈課程：	第 1 週次	08：30	報到>了解學生身體狀況：採一對一教學
		10：20	● 課程一：觀賞有氧舞蹈(小師傅演出) 有氧舞蹈之基本動作要領
		10：30	● 課程二：暖身體操&基本步伐
		12：20	靜態伸展與流暢的柔軟度操作均衡組合開始 有氧基本步伐介紹
	第 2 週次	08：30	● 課程三：高低衝擊有氧組合動作
		10：20	由簡而繁練習有氧舞蹈麻花步.恰恰曼波.小馬步等
		10：30	● 課程四：創意十足有氧舞蹈編排
		12：20	利用小組老少聯手自編舞碼學習同台演出

(參考資料：來自中正高工&高中體育班單元資源)

- 備註：老少公演有氧舞蹈，可訂於樂齡畢業時，藉以展現代間方案成果。

備註：由於徵選規格字數限制，中程與遠程計劃範例僅以簡表說明。



整體方案具體效益指標

本代間方案強調樂齡者與兒童或青少年雙向、互動、有樂趣且有收獲成長的快樂學習課程活動型式。整體方案具體效益指標仍回歸到前述Ames and Youatt (1994) 提出，代間學習五種類型所推之效能：

- (一) 休閒娛樂 (Recreation)：方案之創新、創意與樂趣
- (二) 教育 (Education)：雙向互動交換資源的學習內容
- (三) 保健 (Health)：快樂學習促進老少身心健康
- (四) 公共服務 (Public service)：學習成果有意義地貢獻公共服務
- (五) 個人發展 (Personal development)：促進老少交換知識與價值皆能有所收獲與成長



活動之參考文獻資料

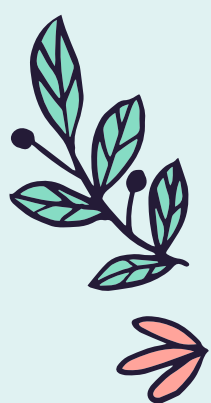
Ames, B. D., & Youatt J. P. (1994) Intergenerational education and service programming: a model for selection and evaluation of activities, *Educational Gerontology*, 20, 755-764.

商業週刊(2009)。百大特色小學。2018年07月02日取自

http://bw.businessweekly.com.tw/event/2009/school/about_taipei.php

教育部樂學習網(2016)。高齡學習者參與樂齡學習中心滿意度分析計畫。2018年7月2日取自

<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/UploadFiles/20161226021306807.pdf>



佳作



從老照片說未來的故事

游步廣

從老照片說未來的故事



方案背景：

每一張照片都是一種凝視。它保存了拍照當下的一種氣氛，當然也保存了一些故事。透過老照片的分享，將樂齡長者的過去介紹給現在的孫執輩，藉由靜態影像的敘說，達到祖孫代間情感的交流。此外共同討論社區的未來的願景發展，互相理解不同世代的情感與需求。



方案設計理念與目標：

- (一) 創造世代間互動的機會
- (二) 促進代間學習與成長
- (三) 提升代間溝通與互動技巧



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

- (一) 透過影像照片來了解社區與學員彼此
- (二) 藉由社區發展來學習尊重與關懷

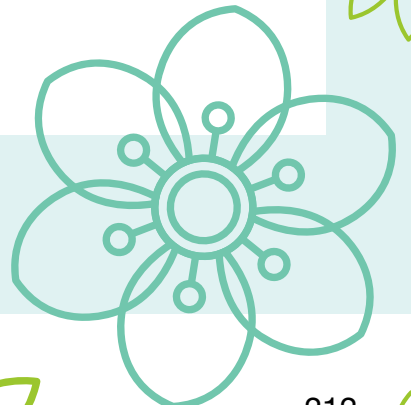
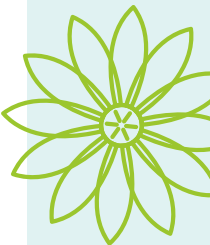


參與對象和人數：

- (一) 本活動須含不同世代之學員，以兒童或青少年與55歲(含)以上之樂齡長者為主要對象。
- (二) 兒童或青少年6至10人、樂齡長者15至20人。



活動執行：



活動名稱	從老照片說未來故事
教學目標	<p>(一) 創造世代間互動的機會</p> <p>(二) 促進代間學習與成長</p> <p>(三) 提升代間溝通與互動技巧</p>
教學資源	社區老照片、社區 Google 街景、社區改造計畫書
教學流程	<p>第一節課</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 帶領者將社區老照片與現今街景圖或照片予以對照呈現。 2. 帶領者說幾個社區景點的故事，如廟宇的傳說或書院的由來。 3. 請樂齡長者分享他所知的相關資訊或趣聞。 4. 請所有學員回家準備幾張在地拍攝的照片(能呈現出在地景物優先)，在下次上課前一天交給帶領者。 <p>第二節課</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 帶領者將學員提供相片以投影機播放呈現。 2. 帶領者請照片提供者談談照片中的人、事、物。並請其他人隨機給予回饋。 3. 帶領者須創造樂齡長者與青少年學員互動的機會。如老照片呈現時，先由青少年來提問，再由照片提供者解答。 4. 帶領者總結不同世代之觀點與看法。 <p>第三節課</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 帶領者提供鄰近社區改造計畫書。 2. 第一次分組討論與記錄鄰近社區改造計畫迄今之優缺點或利弊得失。 3. 報告各組討論內容。 4. 第二次分組討論與記錄本社區的改造或規劃方向，並呈現樂齡長者與青少年學員之觀點。

從老照片說未來的故事

第四節課

1. 延續討論本社區的改造或規劃方向，以簡單敘述或設計圖呈現。
2. 分組報告未來社區的想像。
3. 帶領者結論。



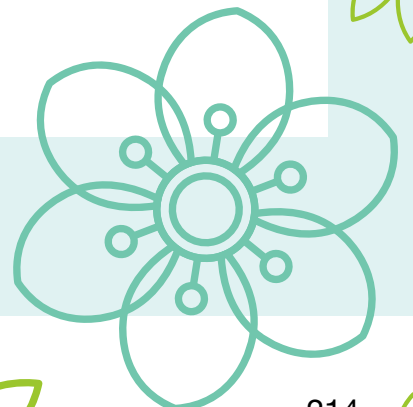
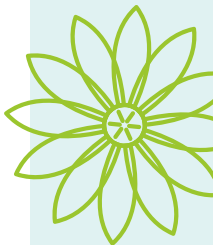
整體方案具體效益指標

- (一) 藉由本次活動，呈現不同世代的看法，透過溝通與交流來達到世代感情的融合與理解。
- (二) 藉由本次活動，認識社區發展的歷史脈絡，進而投入對社區的理解與關懷。



活動之參考文獻資料

曾泰睿，〈代間教育應用於高齡化社區之研究〉，國立南華大學建築與景觀學系環境藝術碩士班，2015





佳作



社區老少共學～

老人特徵認識

及生活經驗故事活動

湯惠仔



方案背景：

當今的社會新聞常說為何捷運、公車都要有博愛座禮讓長輩老人？老人過馬路遇到紅綠燈不敢穿越，或是車流量多不敢走斑馬線，年輕學子是否會主動去協助？還是冷漠以待呢？現在依據內政部人口統計處的統計：高齡化的社會以及失智老人已有越來越多的趨勢，然而年輕的兒童們是否能有進一步的對長輩老人的認識，了解年紀漸長的長輩們身體機能會有許多退化性、不良功能的不便狀況，兒少學童對這些長輩們是否能有同理心的善解包容，主動協助並禮讓老人家呢？

為了讓兒少學童對長輩老人行為特徵的認識，以及透過共學互動活動，自然而然地讓學童們認識更多的老人長輩，不再以為只有家裡的阿公阿嬤的狀況而已，進而能提升好品德禮讓老人、有更多貼心的照護；也從團體活動中學習到長輩們分享的生活經驗、智慧的傳承共效應。讓更多的社區長輩都能擁有健康快樂的樂齡生活，創造祖孫共學的正向意義，不再只是3C產品的世界，讓老化生活過得更有意義精彩。

台灣已進入高齡化的社會，長照2.0~ABC級的老人福利關懷據點的推廣，已逐漸在鄉鎮內紛紛設立，讓長輩們看的到、用的到的構思理念，讓年紀漸長的長輩們能走出家門，活躍老化社會參與，讓貢獻一輩子的長輩們老有所尊嚴，不至於是弱勢待救助的社會一環。

要活就要動，如何能讓有經驗、有智慧的長者能再發揮其功效，傳承生活經驗、與社會時代相容、照護著下一代。孩童們也有長輩的陪伴關懷，讓孫子們免於放學回家後相對無話說，又是電視、3C產品之應對窘境；老少共學活動~能讓彼此更親近相融、有話題的教學相長，進而做到〈社會教學〉目的。這是規劃此方案的主要發想。

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動



方案設計理念與目標：

方案設計理念 理論運用：

一、兒童期心理發展理論：艾利克森的理論第四階段勤奮對自卑。是從六歲到十二歲，也就是就讀國小階段。在這個時期兒童要學習多種知識和技能，勤奮的兒童學習動機強，學會自己也很滿意。若父母不鼓勵兒童學習，兒童學習動機不強，學習能力差，與同學相比較為落後，因而發展成為一種自卑感。在這時期兒童有些特質如下：

1. 熟練：在這時期兒童學習之師技巧以及本國文化制度化，其目的是為了社會生存，學校就是一種社會機構。
2. 同伴團體的經驗是必須的：兒童必須在童辦團體內方能測驗本身的能力，以及獲得熟練，並與同伴們建立良好的社會關係。
3. 自卑感主要的導致因素是無能力：更常發生在對以前的危機並未克服，或成人的期望並不清楚、或不合理，以及將成就標準變得不合理。

故兒童對勤奮或自卑的自我意識是非常重要的，在進入「青少年期」以前應該有一種感覺：其本身至少有一件事做得很好或很成功的，才能站在有利的地位，使以後的成功變為可能。否則他將無法導致日後的成功。簡言之，艾利克森勤奮對自卑的理論主要功能是使兒童面對壓力不感到氣餒及自卑，而能接受挑戰，建立一種勤奮的行為模式，才能克服困難導致成功，這時期的成功將奠定其青少年期的發展基礎。（沙依仁 2012）。

二、老年社會化的「活動理論」：認為面臨老齡化最好的方法，就是必須保持與中年時期一樣的生活方式，不間斷的社會參與，能使一個人獲得許多不同的社會地位和角色，要有快樂的老年生活且適應良好最重要就是保持活動。老年人的心理社會

發展:個人與社會的疏離、寂寞和孤獨感、焦慮感、認知和情緒的變化與反應、依賴性的增加、老年期不斷的失落與悲傷交錯。要成功老化就必須有社會參與、身體健康運動、還要有高認知與身體的高功能。(陳燕禎,2016) 二、老人與社會互動的需求

依據Bronfenbrenner「生態環境理論」,人類發展最重要的本質是透過與環境互動增加個體適應社會之能力。年幼的兒童因個人之成熟性不夠受微視系統影響最大,而隨著年齡的成長其微視系統擴大,個體可以從家庭、托育的機構、學校、社區或宗教組織團體,甚至擴大個人生活圈與同儕接觸及多媒體之影響。可見得孩童受環境事件影響甚鉅。(郭靜晃,2008)

根據上述理論與研究文獻,為了給孩童有正向的生活經驗學習,及提升內化禮讓長輩的品德教育,同時也讓長輩們有自我實現「老有大用的社會角色」是生活智慧的傳承者;選擇老人關懷據點,不但可以一路陪伴長輩健康活躍老化、社會參與,也是兒童學習多元生活經驗最好的場域。本計劃設計二個老少共學團體活動方案,藉以達成兒童和社區長輩共學共處,除了生活經驗的學習成長外,更能提升學童禮敬長輩的禮貌態度,俾能促進兒童對進入高齡化社會的友善態度。

目的:提升老少共學意識~讓兒童認識更多老人長輩四肢和身體的退化,及諸多器官機能不便的樣態,提升對長輩禮讓照護的環境;和以〈長輩說故事方式〉,來呼應現代的環保愛地球的生活效益。

目標:

- 一、增進學童對老人的行為特徵的認識,提升禮敬長輩們的態度成效。
- 二、長輩們分享生活經驗故事於兒少學童,有助於提升老人的生命價值。
- 三、老少共學的風氣帶動,提升兒少學童對高齡化社會的友善態度成效。

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

這次方案設計考慮到長輩們體力,故分成2次半天(4小時/次)的活動時間。主要活動內容:有肢體的健康律動、促進長輩憶能、兒童對老人的特徵認識、環保愛地球資源回收知識、以及長輩們古早時代,環保生活的故事分享。

活動過程中主要原則:要隨時注意到長輩的身體狀況,時間關係:分為4-6組(每組4-5位長輩+1-2位小學童)最適當,要有4-6名的觀察員最適當;當領導者遊戲進行說明後,觀察員要適時的協助各組長輩們,再次說明規則及遊戲方式並引導之,讓團體活動更加順暢進行...

除了長輩重聽,動作或反應較慢,有時小朋友反應也沒有很好,此時觀察員更要有耐心的再次說明,畢竟老少總有一些反應較遲緩的狀況,這時要特別有愛心、耐心、注意的技巧。活動過程主要以好玩、沒壓力、促進憶能、有活力的團體動力為主,加上各組小競賽爭取榮譽(小結緣品)為輔。

活動內容:

一、活動名稱:老人的行為特徵認識

- 活動目標:
- 1.提升老少肢體活動力.
 - 2.長輩促進憶能、延緩失智.
 - 3.學童對老人行為特徵的認識.

二、活動名稱:節能減碳、環保愛地球的生活故事

- 活動目標:
- 1.提升老少肢體活動力.
 - 2.環保愛地球、資源回收知多少.
 - 3.簡樸生活、節能減碳的生活故事.

表一 活動流程表：

日期	7月24日(星期二)		7月31日(星期二)	
時間	內容	執行者	內容	執行者
9:00-9:30	長輩報到、量血壓(貼名字)	領隊:湯惠仔	長輩報到、量血壓(貼名字)	領隊:湯惠仔
9:30-10:00 30'	1.長輩們健康操 (兒童共同學習) 2.兒童活潑操	1.蘇老師 2.惠仔老師	長輩們健康操 (兒童共同學習) 2.兒童活潑操	1.蘇老師 2.米鈞老師
10:00-10:20 20'	喝水、休息時間	全體人員	喝水、休息時間	全體人員
10:20-11:00 40'	記憶大考驗	智謙老師	資源回收知多少	惠仔老師
11:00-11:30 30'	老人畫像比賽 (孫子畫老人樣態)	惠仔老師	節能減碳的生活 經驗故事分享	惠仔老師
11:30-11:40 10'	1.填寫老人行為 認識問卷表 (後測) 2.填寫課程滿意 度表 (大合照)	全體人員	1.填寫環保知識 問卷表(後測) 2.填寫課程滿意 度表 (大合照)	全體人員
11:40-12:20 40'	用餐/午休時間	惠仔老師	用餐/午休時間	惠仔老師
12:20~	感恩~快樂賦歸	全體人員	感恩~快樂賦歸	全體人員

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動



參與對象和人數：

以各個關懷據點的長輩們(大約20人左右)+國小組課照班兒童為主(6-12人),分成4-6組為原則,每組(3-5位長輩+1-2位小朋友)。

(備註:以當區關懷據點長輩人數及安親班兒童,自由分組約4-6組,時間上較好掌控,工作人員:4~6人)



活動執行：

(一) 單元活動細流表說明：

表二 活動一：老人的行為特徵認識

日期	107.07.24
時間	9:00~12:30
方案名稱	課照班暑期~社區老少共學活動計畫
活動名稱	活動一：老人的行為特徵認識
地點	老人關懷據點
活動目的	對老人身體健康促進，老少共同學習，促進老人記憶減緩失智、增進兒童對老人身體不便的認識與體貼照護
活動目標	1.提升老少肢體活動力。 2.促進老人憶能減緩失智。 3.學童對老人身體不便的認識。

時間	活動流程內容	器材清單	人員分配	主要目標
09:00~ 09:30 30'	長輩們陸續報到: 當天溫暖的請長輩們依序來量血壓。	血壓機、登 記簿 長桌子*1 椅子*4 名牌紙(後有 雙面膠) 簽字筆	1.記錄血 壓值及心 跳 2.填寫名 字幫長輩 貼名字 3.拍照 者:	1.體察長輩們 當日的身體狀 況,是否適合參 與肢體活動.
09:30~ 10:00 30'	小朋友站前面: 1.小朋友就前面站一排, 先由長輩們的五行健康 操及帶動舞後, 2.再換由小朋友帶動跳*2 次歌曲~幸福的臉.	音響喇叭、 麥克風、 小蜜蜂、 歌曲隨身碟	1.長輩健 康操: 2.小朋友 帶動跳: 3.拍照 者:	1.藉著歌聲達 到運動肢體、 促進血液循環 律動。 2.藉著節奏,小 朋友學習聽音 樂節拍.
10:00~ 10:20 20'	休息時間:補充喝水、廁 所		全體人員	長輩休息時間 拉長些,較不會 太趕.
10:20~ 11:00 40'	二.記憶大考驗 1.依報到長輩人數做分 組,阿公嬤(3-5人/每組) +孫子(1-2位/每組),分 成4-6小組為限,各組名 自選水果名為隊名.. 2.阿公嬤:記住孫子的名 字或外號+孫子4件事分 享.(強調:可比動作提醒, 但不可講話...) 3.分組後討論時間5-10 分鐘,領導者引導各組阿 公嬤,要記住孫子分享的 事項,可比動作提醒事情. 4.每組阿公嬤記憶大考驗 比賽,講最多的一組,可 給1-2張牌卡...	1.準備圓形 牌卡. 2.評審老 師: 4位(每人 手中各拿8 個牌卡評 分) 3.以組為單 位計算牌 卡分數.	1.領導者: 2.協同領 導者:(統 計各組分 數) 3.拍照者:	1.藉著遊戲競 賽讓長輩先認 識,各組孫子的 愛好或喜歡做 的事~建立關 係. 2.小朋友可以 做動作提醒阿 公嬤,藉著遊戲 中,讓小朋友知 道,有些長輩記 不住多事件... 是因腦筋退化 了.

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動

<p>11:00 11:30 30'</p>	<p>三.老人畫像比賽(孫子動手畫)</p> <p>1. 孫子畫出同組中一張長輩的樣態,由阿公嫗指導畫畫+可文字(或注音)敘述老人家身體的許多不便的事情…(畫畫時間8-10分鐘)</p> <p>2. 各組依序舉牌上台,孫子拿麥克風分享,看圖說出每組長輩們有何肢體、或身體不便之處…(每組3-5分鐘)</p> <p>1. 當孫子分享完長輩的不便處,領導者:必須引導小朋友可以怎麼協助長輩們.+各組拍照留存.</p> <p>2. 各組分享完就由評審老師給分~鼓勵牌卡1-2個.</p>	<p>1.6張月曆紙及6盒彩色筆.</p> <p>2.說明遊戲規則及引導事項… 例如:眼睛視力老花或耳朵聽不見…</p> <p>3.評審老師:4位(每人手中各拿8個牌卡評分)</p> <p>4.以組為單位計算排卡分數.</p>	<p>1.領導者: 2.協同領導者: 3.拍照者:</p>	<p>1.請長輩們來指導畫像,可讓小朋友更認識老人的行為特徵.</p> <p>2.老少經由共同合作的畫像,也一起協助分享~讓長輩們來教導小朋友的學習.</p> <p>3.經由動手畫作,讓小朋友更了解如何體貼照護長輩們.</p>
<p>11:30 11:35 5'</p>	<p>四.圖卡競賽:</p> <p>1. 優勝組~愛的鼓勵+好棒棒)</p> <p>2.感恩阿公嫗的教導學習.</p>	<p>1.準備課程滿意度調查表,讓每位參與者填寫.</p> <p>2.收回彩色筆及圖畫紙</p>	<p>1.領導者: 2.拍照者:</p>	<p>1.下午請小朋友們,填寫老人的行為認知問卷表,作為後測的資料.</p> <p>2.小朋友在參與活動前,就先作老人的行為認知問卷表~作為前測資料.</p>
<p>11:35~ 12:15</p>	<p>午餐佳餚+快樂賦歸.</p>	<p>小朋友感恩道謝</p>		

表三 活動二：節能減碳、環保愛地球的生活故事

日期	107.07.31
時間	9:00~12:30
方案名稱	課照班暑期~社區老少共學活動計畫
活動名稱	活動二：節能減碳、環保愛地球的生活故事
地點	老人關懷據點
活動目的	對老人身體健康促進，老少共同學習，日常生活中環保資源知識，及長輩環保生活經驗的故事分享。
活動目標	1.提升老少肢體活動力 2.環保愛地球、回收資源知多少 3.節能減碳、資源再利用的生活故事

時間	活動流程內容	器材清單	人員分配	主要目標
09:00 09:30 30'	長輩們陸續報到： 1.當天溫暖的請長輩們依序來量血壓。	血壓機、登記簿 長桌子*1 椅子*4 名牌紙(後有雙面膠) 簽字筆	1.記錄血壓值及心跳 2.填寫名字幫長輩貼名字 3.拍照：	1.體察長輩們當日是否適合參與肢體活動.
9:30 10:00 30'	小朋友站前面： 1.小朋友前面站一排,先由長輩們的五行健康操及帶動舞後, 2.再換由小朋友帶動跳歡聚歌及阿爸牽水牛~歌曲.	音響喇叭、麥克風、小蜜蜂、歌曲隨身碟	1.長輩健康操： 2.小朋友帶動跳： 3.拍照者：	1.藉著歌聲達到運動肢體、促進血液循環律動。 2.小朋友學習聽音樂節拍.
10:00~ 10:20 20'	休息時間：喝水、廁所		全體人員	長輩休息時間拉長些

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動

<p>10:20~ 11:00 40'</p>	<p>環保資源知多少</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 依照上週分組就坐。 2. 講師:分享環保十指口訣及生活上可回收的資源有哪些? 3. 環保知識準備 10 題題目,準備由各組搶答得分..(其中 5 題小朋友、5 題長輩們的) 4. 乾淨塑膠袋的再利用方法:折成隨身攜帶的小三角形。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.環保物品準備(乾淨塑膠袋)、鐵架、環保十指口訣的帆布吊掛 2.各組的舉牌、麥克風、有獎搶答題目(10 題~小朋友及長輩題目分開)、圓形牌卡 3.以組為單位計算分數 	<ol style="list-style-type: none"> 1.講師: 2.協同領導者: (答對的-給圓形牌卡、統計各組分數) 3.拍照者: 	<ol style="list-style-type: none"> 1.老少一起學習~環保資源的知識,以及回收是保護地球資源,愛地球的表現。 2.有獎搶答競賽~
<p>11:00 11:30 30'</p>	<p>長輩環保生活故事分享:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 各組長輩依序選派有帶來作品的或代表,上台分享,古早簡樸的生活及現代環保資源的故事分享.由評審老師評分給牌卡。 2. 結算各組牌卡,和上週的累計牌卡數,最多者為優勝組。 3. 優勝組全體上台,頒獎禮物~ 	<ol style="list-style-type: none"> 1.說明:由各組派代表說故事 2.評審老師: 4 位(每人手中各拿 8 個牌卡評分) 1. 以組為單位計算排卡分數。 2. 優勝禮物~結緣品 	<ol style="list-style-type: none"> 1.領導者: 2.拍照者: 	<ol style="list-style-type: none"> 1.長輩們分享故事,也會覺得上台很有成就感,更願意社會參與、生命是有價值的付出。 2.小朋友得到新知識的學習。

11:30~ 11:45 15'	1. 領導者發課程滿意度調查表,及筆,請各位參與活動者都勾選,並回收。 2. 準備大海報,愛護資源保護地球、力行做環保~戶外門口大合照。	1. 準備課程滿意度調查表,讓每位參與者填寫。		1. 下午請小朋友們,填寫環保知識的問卷表作為後測資料。 2. 備註:小朋友在參與活動前,就先作環保知識問卷~前測資料。
11:45~ 12:25	1. 活動圓滿成功,午餐後快樂賦歸。	感謝長輩們		

備註：環保十指口訣教材 取自於慈濟環保站。

(二) 各項活動／教學預期目標與效益

1. 提升老少肢體活動力、健康促進。
2. 促進老人憶能、減緩失智症。
3. 學童對老人身體機能退化不便的認識,達到兒童禮讓的品德教育目標。
4. 老少共學環保知識,提升活躍老化、樂齡學習、社會參與的效益。
5. 節能減碳、環保愛地球的生活故事分享,提升老人生命價值的意義。

(三) 各項活動／教學準備

表四 設備與設施：

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動

名稱	數量	來源
麥克風、音響、室內活動場、 餐桌椅	1 式	關懷據點提供
飲水機	1 台	關懷據點提供
長條桌	8 組	關懷據點提供
靠背椅子	40 張	關懷據點提供
依課程聘請講師	1 式	4-6 位志工或 觀察員
小蜜蜂、課程道具、文具用品 及回收圖畫、紙塑膠袋	1 式	講師自行準備教具



整體方案具體效益指標

效益評估：以量化的老人特徵問卷調查表、環保知識問卷調查表、活動滿意度表等表單,經由統計分析資料,作為整體活動實質的評估效益指標,以及學童的活動心得回饋單以作為下次設計活動內容的方向調整。

預期效應：

1. 透過各項活動競賽，培養孩童能團隊合作及互相學習，增進自我覺察與肯定能力，互相學習如何協助長輩們，建立其正確價值觀。
2. 帶來老少共同學習的良善社會風氣，建立起活到老、學到老的樂齡學習,活躍老化、健康促進、提升社會參與,進而增強兒少學童對老人高齡化社會的友善態度效應。
3. 延伸三代同堂家庭、親子間和樂氛圍,增進家庭間祖孫互動之情及促進社會的祥和安定。



活動之參考文獻資料

陳燕禎(2016)。老人福利服務 理論與實務二版 台北:雙葉書廊。頁81-86, 132-137。

郭靜晃(2008)。兒童少年與家庭社會工作 台北:揚智文化。頁33。

沙依仁(2012)。人類行為與社會環境 修訂版 台北:五南出版社。頁94-95。

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動



評估表單附件:

表五 【活動滿意度調查表】

親愛的同學及長輩們您好：
很感謝您願意參與我們所舉辦的社區老少共學活動，我們希望藉著滿意度的調查，可以協助我們修改未來的課程活動內容，謝謝您的合作與協助，在此祝您平安健康。

◎基本資料

- 1、姓名：_____
- 2、性別：男 女
- 3、年齡：7-8歲 9-10歲 11-12歲 12歲以上
65歲以上長輩

◎活動日期：107年7月24日至107年7月31日

以下皆為單選題，每題僅限勾選一個答案，請勿重複勾選	非常滿意	滿意	無意見	不滿意	非常不滿意
1.您對此次工作人員、師資服務態度滿意程度？					
2.您對課程學習活動的滿意程度？					
3.您對課程活動的共餐飲食滿意程度？					
4.您對課程活動的參與滿意程度？					
5.您對此次活動在生活應用上的滿意程度？					
6.您對此次課程活動的整體滿意程度？(整體)					
7.依您覺得的課程很有學習成長的請打v?(可重複選)					
<input type="checkbox"/> 健康操、活潑操(歌曲舞) <input type="checkbox"/> 記憶大考驗 <input type="checkbox"/> 老人的身體行動(或不便)更認識 <input type="checkbox"/> 小朋友愛活潑學習更了解 <input type="checkbox"/> 環保資源知多少 <input type="checkbox"/> 節能減碳生活經驗 <input type="checkbox"/> 午餐饗宴					
8.您對本次課程活動有何感想與心得？					

表六

親愛的同學您好!

非常感謝您願意撥空參與我們所舉辦的活動，我們希望藉著問卷作調查，請您依實際狀況及感受來安心填答。煩請圈起以下問題，在此謝謝您的合作與協助，敬祝您 平安喜樂。

對老人行為認知問卷調查表 日期： 年 月 日

A.姓名：_____ 性別： <input type="checkbox"/> 1.男 <input type="checkbox"/> 2.女					
B.年齡： <input type="checkbox"/> 1.7-8 歲以下 <input type="checkbox"/> 2.9-10 歲 <input type="checkbox"/> 3.11-12 歲 <input type="checkbox"/> 4.12 歲以上					
C.家庭型態： <input type="checkbox"/> 1.三代同堂 <input type="checkbox"/> 2.小家庭 <input type="checkbox"/> 3.單親家庭 <input type="checkbox"/> 4.其他					
一、行為認知	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1、阿公阿嬤吃東西總是慢慢的。(牙齒不好或裝假牙)	1	2	3	4	5
2、阿公阿嬤<腳沒力>走路總是慢慢的。	1	2	3	4	5
3、阿公阿嬤做事情總是慢慢的。	1	2	3	4	5
4、阿公阿嬤看信件或找東西總是要戴眼鏡(視力不好)。	1	2	3	4	5
5、阿公阿嬤總是要大聲講話才能聽得到(重聽)。	1	2	3	4	5
6、阿公阿嬤身體不好、常去看醫生吃很多藥品。	1	2	3	4	5
7、阿公阿嬤記憶力不好。(常常忘記東西放哪裡)	1	2	3	4	5
8、阿公阿嬤體力不好(無法拿重物)。	1	2	3	4	5
9、阿公阿嬤皺紋很多、總是彎腰駝背、腰酸背痛。	1	2	3	4	5
10、阿公阿嬤生活經驗豐富(懂很多)。	1	2	3	4	5
二、生活感受	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動

1、阿公阿嬤會關心我、帶我去買東西吃。	1	2	3	4	5
2、阿公阿嬤常常煮飯給我吃。	1	2	3	4	5
3、阿公阿嬤總是會幫我解決問題。	1	2	3	4	5
4、生病時阿公阿嬤會帶我看醫生、照顧我。	1	2	3	4	5
5、我喜歡和阿公阿嬤聊天玩遊戲、他們很喜歡我。	1	2	3	4	5
6、看到阿公阿嬤要幫助她們、讓座給他們。	1	2	3	4	5
7、我願意幫助身體越來越老(衰弱)的阿公阿嬤。	1	2	3	4	5

非常感謝您的耐心填答

表七 社區老少共學活動回饋表

姓名：_____

親愛的孩子們：

希望你們能在這次的活動和阿公阿嬤們玩得非常盡興，在此請你/妳們寫下今天印象深刻的事物心得。（或是畫下你印象深刻的事物）

活動心得：

表八

親愛的同學您好！

非常感謝您願意撥空參與我們所舉辦的活動，我們希望藉著問卷作調查，請您依實際狀況及感受來安心填答。煩請圈起以下問題，在此謝謝您的合作與協助，敬祝您 平安喜樂。

對環保資源問卷調查表

日期： 年 月 日

A.姓名：_____ 性別：1.男 2.女
 B.年齡：1.7-8歲以下 2.9-10歲 3.11-12歲 4.12歲以上
 C.家庭型態：1.三代同堂 2.小家庭 3.單親家庭 4.其他_____

一、環保知識	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1、家庭裡有很多的東西是可以回收的。	1	2	3	4	5
2、所有物品要回收前要先沖水乾淨再回收。	1	2	3	4	5
3、我認為塑膠袋可以回收再利用。	1	2	3	4	5
4、塑膠袋燃燒會產生有毒物質(戴奧辛)、空氣汙染。	1	2	3	4	5
5、塑膠袋會害死大海裡的魚類、海鳥、烏龜。	1	2	3	4	5
6、回收紙張,可以救大樹不會被砍掉。	1	2	3	4	5
7、寶特瓶可以回收做衣服、鞋子。	1	2	3	4	5
8、環保生活就是要省電、隨手關燈及拔插頭。	1	2	3	4	5
9、日光燈、電燈泡、電池會汙染土地,所以要回收。	1	2	3	4	5
10、節能減碳就要常走路、騎腳踏車或搭公車。	1	2	3	4	5
11、環保愛地球就要常帶環保餐具、茶杯、手帕。	1	2	3	4	5
12、環保生活用水就是要開小小水用、一水多用。	1	2	3	4	5
13、外出購物應該帶購物袋,或重複使用塑膠袋或紙袋。	1	2	3	4	5
14、飯菜要吃光,不浪費食物。(惜福愛物)	1	2	3	4	5
15、身體力行做環保就是愛護地球資源、保護環境。	1	2	3	4	5

非常感謝您的耐心填答

社區老少共學～老人特徵認識 及生活經驗故事活動

表九 環保知識有獎搶答題目

序號	環保知識搶答題目
	小朋友的題目：
1	可以回收的物資,請用 10 個手指頭說出來?
A:	瓶瓶罐罐紙電 1357.
2	寶特瓶是什麼材質? 可以回收做什麼?
A:	 PET 材質(聚酯纖維)~不耐熱。 b:衣服、鞋子、毛毯、圍巾等.
3	塑膠袋一點點熱就會產生塑化劑,當垃圾埋土裡會不見了嗎? 塑膠燃燒會產生?
A:	a. 不會不見~變成薄片或是塑膠微粒. b. 燃燒產生有毒物質(一氧化碳、氯化氫、pvc~戴奧辛)、空氣汙染.
4	垃圾丟在水溝或是山下或是海邊,請問最後漂流到哪裡?
A:	大海中.(被魚類、烏龜、鯨魚、海鳥等吃下肚)
5	50 公斤的紙回收,可以救幾棵大樹? 大樹是幾年的?
A:	一棵 20 年生的大樹.
	長輩們的題目：
1	鐵罐、鋁罐、玻璃瓶、舊廢鐵、紙盒、塑膠袋可以回收嗎? 回收之前要沖水乾淨嗎?
A:	要沖水乾淨才不會長蚊蟲、蟑螂.
2	塑膠袋會汙染環境, 所以去菜市場、超市買東西要帶什麼?
A:	菜籃或是購物袋.
3	塑膠熱袋子會影響健康,最好帶什麼去裝便當或是吃東西?
A:	隨身五寶: 環保碗、筷、茶杯、手帕~和購物袋
4	為何要做環保~(資源回收再利用)?
A:	保護地球的資源、廢物再利用.
5	樹木可以用來做紙、紙盒、紙箱以及衛生紙~不回收, 所以常帶? 可以保護樹木.
A:	帶手帕.



佳作



大手牽小手 相知你和我

劉子瑜



方案背景:

王百合、楊國德(2010)指出，有意義與有效的代間活動應該是讓年輕世代和老年世代的祖孫，共同進行互動交流的學習活動，這些共同參與的活動能夠增進兩代間的溝通，破除不同世代間的偏見與歧視，進而提高高齡世代的正向老化與代間關係。

桃園醫院的報導指出「桌遊」可當治療、復健，有助降低老人痴呆風險。桌遊透過實際的物品、人與人之間貼近的互動，讓孩童、銀髮族等接受多感官的訊息，不僅讓大腦活化，又可以在遊戲中玩數學、計算、歸納等能力，練習觀察力、專注力、記憶力、反應力。除了靜態的桌遊，殊對需要起來動一動的長輩、坐不住的孩子，有些桌遊還結合了手眼協調、肢體動作的元素，可活絡筋骨，祖孫一起玩增進代間之間的關係與情感的交流。



方案設計理念與目標：

設計此方案的理念是可讓兒童與老人透過「長者是寶」與「桌上互動遊戲」學習，增進相互了解和支持，從課程及遊戲中彼此有效提升祖孫服務能力及殊對老化的正向態度，同時促進老年人身心健康，迎向健康的生活。

臺大醫院精神科主任黃宗正表示，桌遊活動有三大特點，(1)可以改善認知功能(如記憶力、注意力、判斷力、規劃能力等)、(2)增加人際互動(容易與他人產生有趣的互動)、(3)沒有限制(種類很多、身心障礙者也可以玩)，由此可知，會玩桌遊的人通常認知功能和憂鬱都會維持在好的狀態，設計此課程的目標是希望祖子可以透過對銀髮族的尊重與照護及玩桌遊維持好的認知功能及人際互動，同時可以多體諒、多陪伴、不害怕年長者。

大手牽小手 相知你和我



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

(一)、方案主要內容概述

此方案主要內容是以「長者是寶」結合「桌遊活動」為設計內容，透過認知、情意、貢獻、技能四方陔，提供高齡者生活化、實用性的知識性學習。

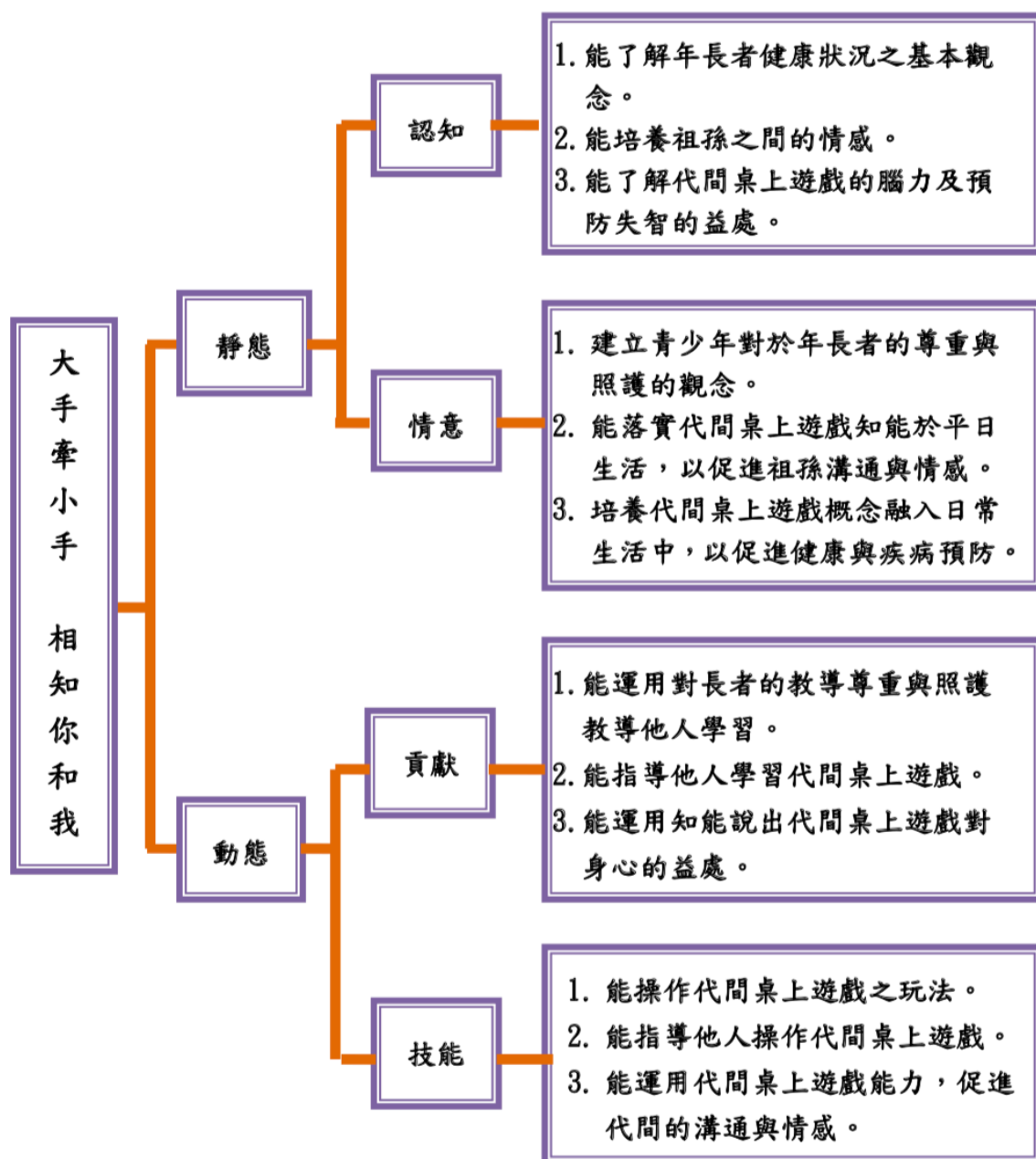
依照課程需求分為 8 個單元課程規劃，一次 60 分鐘；課程內容符合祖孫的特質，教學活動力求簡單化、生活化、實用化之課程設計，鼓勵祖孫自主參與學習，建立自信心與肯定自我存在價值，以自身所學參與貢獻服務，引導其他人高齡者參與學習，以達到「祖孫共學」的真正涵意。

(二)、活動帶領主要原則

- 1.顧及每位參與者進度，步驟要慢且清楚，延長等待的時間。
- 2.隨時給予參與者一旁協助。善用鼓勵。
- 3.不勉強，要尊重，私下多關心。
- 4.用具可多備份，以備不時之需。
- 5.營造上課愉快而和諧的氣氛。
- 6.適時讚美，避免言語上的鋒利語言。

(三)、活動架構圖

本方案活動設計以「大手牽小手 相知你和我」為主題，分為認知、情意、貢獻、技能四方陔如下圖：



大手牽小手 相知你和我



參與對象和人數：

本方案實施對象係以不同世代之對象為主，所含代間學習對象以 12-16歲的青少年與 55 歲(含)以上之樂齡族互動為主要對象；參與人數約 20 人。



活動執行：

(一)、「大手牽小手 相知你和我」之課程核心活動流程，詳細如下。

教學名稱	大手牽小手 相知你和我
教學單元	單元一 「什麼是老」 及認知能力桌遊「企鵝敲冰塊」。 單元二 「老的初體驗」及反應能力桌遊「嗒寶數與形」。 單元三 「溝通零障礙」及判斷能力桌遊「跑跑龜」。 單元四 「善用輔具」 及平衡能力桌遊「疊疊樂」。 單元五 「老化進行式」及記憶能力桌遊「拔毛運動會」。 單元六 「認識失智症」及排列組合能力桌遊「拉密磚塊牌」。 單元七 「失智症的檢測」及數理能力桌遊「多明諾骨牌」。 單元八 「照護有妙招」及數理能力桌遊「多明諾骨牌」。 單元九 「貢獻服務」。
教學對象	以 12-16 歲青少年與 55 歲(含)以上之樂齡族為主要對象。
教學時間	每周一次，每次課程 60 分鐘，視年長者的情況有所調整。
教學資源	電腦、單槍投影機、教學簡報、教學影片、各種桌遊等。
教學方法	引導法、講述教學法、討論教學法、小組討論法、自我導向學習法、影片教學法、個別教學等綜合教學法。
教學評量	自評、觀察、學習者回饋、發言次數、問卷、學員分享心得等。

(二)、「大手牽小手 相知你和我」之課程核心活動實施，詳細如下。

單元一「什麼是老」及認知能力-桌遊「企鵝敲冰塊」		
活動名稱	教學重點	
什麼是老	1. 大家對於「什麼是老」的看法。 2. 「老」年人會出現那些生理及心理的變化。	
桌遊-企鵝敲冰塊	1. 能讓祖孫了解遊戲對於手眼動作協調認知能力的幫助。 2. 能讓祖孫學習辨別顏色及維持注意力。 3. 能讓祖孫運用桌遊增進分組合作及促進社交的能力。	
活動流程		
教學活動	時間	教學資源
一、意識覺醒 (一)提問:參與者對於「什麼是老」的看法。 (發給每組參與者一張便利貼,請大家寫下對於老的看法,至少3項。) (二)請5組參與者分享寫下「什麼是老」的內容。	3分	教學簡報
二、知識性教學 (一)活動一/祖孫共同討論「老」年人的生理變化。 1. 發給每組參與者一張紙,寫下老年人的生理變化,至少5項。 2. 請3組祖孫分別分享老年人的生理變化寫下的內容。	3分	教學簡報
(二)活動二/祖孫共同討論「老」年人的心理變化。 1. 發給每組參與者一張紙,寫下老年人的生理變化,至少5項。 3. 請3組祖孫分別分享老年人的生理變化寫下的內容。	3分	教學簡報
(三)活動三/中場休息5分鐘,順便準備桌遊。 (四)活動四/桌遊「企鵝敲冰塊」	5分	桌遊

大手牽小手 相知你和我


1. 播放「企鵝敲冰塊」桌遊玩法的影片。	3分	網路影片
2. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以肢體手眼協調為主的認知遊戲分組活動。		
3. 分組活動-遊戲內容是搭配簡單的轉盤認知任務，進而增加代間彼此的相互接觸。		
4. 教學與遊戲		
(1). 原始玩法:轉轉盤分別敲色、敲白色、兩種都可以敲，先讓企鵝掉下來的人就輸。	8分	
(2). 合作模式:在企鵝掉下來之前，誰可以先搜集到20個冰塊就贏。	8分	
(3). 認識顏色:將圓點貼紙貼在冰塊上，敲指定的顏色的冰塊，沒有讓冰塊全掉下來，並完成任務為勝。	8分	
(4). 加減分:由於冰塊有兩種顏色，我們可以訂定加分扣分的規則白色是加2分，藍色是扣1分，遊戲結束後一起練習加減法計算分數，分數最高為勝。	8分	
(五)活動五/統整與總結今天課程內容		
1. 複習今天課程內容重點。	3分	
2. 預告下次課程內容。		
3. 請學員推派3位代表學習分享。	2分	
4. 問題與討論。	3分	
5. 收拾物品及整理環境。		
回家應用		
1. 與親朋好友分享今天課程內容。		
2. 祖孫在家也可運用家中其他物品做桌遊遊戲。		
3. 邀請其他人參與代間桌遊共學。		



單元二「老的初體驗」及反應能力能力-桌遊「嗒寶數與形」

活動名稱	教學重點		
老的初體驗	老人家行動遲緩，為使家人及照顧者更具同理心。體驗課程，戴上手套、固定物等，體驗因老化產生的不便，以後會提醒自已，在和這些長輩相處時，多給他們一點時間。		
桌遊-嗒寶數與形	1. 能讓祖孫訓練視覺探索及視覺區辨，提供視動反應觀察能力。 2. 能讓祖孫學習顏色形狀認知、反應專注能力、觀察物品能力。 3. 能讓祖孫連結到生活環境，察覺區辨生活用品物品。		
活動流程			
教學活動		時間	教學資源
一、意識覺醒			
提問：請年長者分享上周回家後的應用。		3分	
二、知識性教學			
(一)活動一/影片欣賞			
1. 替代役男穿"老化裝" 感受老人行動不便—民視新聞。		3分	網路影片
(二)活動二/祖孫討論			
請祖孫共同觀後分享心得。		2分	
(三)活動三/「老的初體驗」			
體驗年長者在日常生活上因身體機能老化，所產生種種不便的感受。			
1. 孫子戴上老化眼鏡看物品。		3分	
2. 孫子塞入耳塞與年長者對話。		3分	
3. 孫子戴上手套用筷子夾豆子到碗裡。		3分	
(四)活動四/中場休息5分鐘，順便準備桌遊。		5分	
(五)活動五/桌遊「嗒寶數與形」			桌遊
1. 播放「嗒寶數與形」桌遊玩法的影片。		3分	網路影片

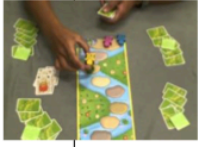
大手牽小手 相知你和我

<p>2. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以視覺探索及視覺區辨的觀察能力為主的遊戲。</p> <p>3. 分組活動-遊戲內容是要發現任意兩張牌上的相同的符號、圖案或數字。遊戲如下:</p> <p>4. 講解及教學</p> <p>(1). 雙胞胎:先將全部圖卡面朝下成一疊,再將兩張圖卡正面翻開,所有玩家一起找出兩張圖卡中有一樣的品並大聲說出,先說出正確答案的玩家獲得此兩張圖卡,獲得最多圖卡的玩家獲勝。</p> <p>(2). 鐵塔:將所有圖卡洗好面朝下發給每位玩家各一張,接著同時翻開自己手上的圖卡比對中間的圖卡,找到一樣的大聲說出,最後獲得最多圖卡的玩家獲勝。</p> <p>(3). 深井:將圖卡面朝下平均分給每位玩家,中間只留一張面朝上。有找到一樣的大聲說出是什麼圖案並把牌疊到中間,最先將手上所有圖卡放到中間的玩家獲勝。</p> <p>(六) 活動六/統整與總結今天課程內容</p> <p>1. 複習今天課程內容重點。</p> <p>2. 預告下次課程內容。</p> <p>3. 請三位青少年分享老化體驗。</p> <p>4. 問題與討論。</p> <p>5. 收拾物品及整理環境。</p>	<p>9分</p> <p>8分</p> <p>8分</p> <p>2分</p> <p>3分</p> <p>4分</p>	
回家應用		
<p>1. 回家之後與親朋好友分享本次學習樂趣。</p> <p>2. 自我檢視身心狀況。</p> <p>3. 回家之後能運用視覺探索及視覺區辨將物品分類。</p>		

單元三「溝通零障礙」及判斷能力桌遊「跑跑龜」

活動名稱	教學重點		
溝通 零障礙	1. 如何以實際行動表達對年長者的關心。 2. 平時如何與身邊的阿公阿嬤相處。		
桌遊- 跑跑龜	1. 能讓祖孫培養策略思考、顏色辨識、決策判斷能力的遊戲。 2. 能讓祖孫學習顏色認知、反應專注能力、手腦判斷思考及協調能力。 3. 能讓祖孫學習和其他人輪流、等待、競賽、分組合作的能力。		
活動流程			
教學活動		時間	教學資源
一、 意識覺醒			
1. 請三位年長者分享上周體驗課程回家後孫子的改變。		3分	
二、 知識性教學			
(一)活動一/影片欣賞/陪伴		8分	光碟影片
(二)活動二/祖孫討論			
1. 請討論觀後影片內容感想。		2分	
2. 請祖孫共同觀後分享心得。		2分	
(三)活動三/「溝通零障礙」			
1. 如何以實際行動表達對老年人的關心、親近與尊重。 (發給每組一張紙，請孫子寫下，並將寫下的內容對阿公阿嬤說)		3分	教學簡報
2. 掌握和阿公阿嬤溝通的原則與技巧。		5分	教學簡報
(1). 多傾聽，避免爭執。			
(2). 留意自己的臉部表情。			
(3). 以肢體傳遞關懷。			
(4). 給予充足的時間反應。			
(5). 善用物品幫助表達。			

大手牽小手 相知你和我

<p>(四) 活動四/中場休息 5 分鐘，順便準備桌遊。</p>	5 分	桌遊
<p>(五)活動五/桌遊「跑跑龜」</p>	3 分	網路影片
<p>1. 播放「跑跑龜」桌遊玩法的影片。</p> <p>2. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以策略思考、顏色辨識、決策判斷能力為主的判斷能力遊戲。</p>		
<p>3. 分組活動-遊戲內容是使用行動牌移動自己的烏龜，最先抵達終點的獲勝。</p>		
<p>4. 教學與遊戲</p>	20 分	
<p>(1).打開雙面遊戲板放在桌面中央。</p>		
<p>(2). 將 5 隻烏龜放在開始的位置無論幾人參與遊戲。</p>		
<p>(3). 每位玩家抽一張烏龜卡，選擇烏龜的顏色後面朝下放在自己面前。</p>		
<p>(4). 出一張行動牌，依照指示移動顯示顏色的烏龜。移動完後從牌庫補一張至手牌。</p>		
<p>(5). 彩色烏龜代表可以選擇任何一隻烏龜往前一步。</p>		
<p>(6). 當有烏龜到達終點時，遊戲結束，所有玩家翻開所屬的顏色烏龜板，到達終點的該顏色烏龜獲勝。</p>		
<p>(六) 活動六/統整與總結今天課程內容</p>		
<p>1. 複習今天課程內容重點。</p>	3 分	
<p>2. 預告下次課程內容。</p>		
<p>3. 請學員推派 3 位青少年代表學習分享。</p>	3 分	
<p>4. 問題與討論。</p>	3 分	
<p>5. 收拾物品及整理環境。</p>		
<p>回家應用</p>		
<p>1. 回家之後與親朋好友分享本次學習樂趣。</p>		
<p>2. 回家之後能運用圖卡設計出與跑跑龜相似的桌遊。</p>		
<p>3. 能清楚認知桌遊的益處，並教導其他人學習桌遊的遊戲。</p>		

單元四「善用輔具」及記憶能力桌遊「疊疊樂」

活動名稱	教學重點		
善用輔具	近年來由於輔助性科技的進步，及國內輔具服務的推廣，藉由使用輔具，可使長者完成不易達成，或操作時有安全及效率上顧慮的活動，也可減輕照護者的負擔。		
桌遊-疊疊樂	1. 能讓祖孫了解遊戲對於手眼動作及感覺統合能力的幫助。 2. 能讓祖孫經由遊戲過程中，仔細的判斷力、專注的觀察力以及獨特的創意，便會刺激大腦的思考。 3. 能讓祖孫運用桌遊增進分組合作及促進社交的能力。		
活動流程			
教學活動		時間	教學資源
一、意識覺醒 1. 影片欣賞:老人居家安全手冊。 2. 請討論觀後影片內容感想。 3. 請祖孫共同觀後分享心得。		3分 2分 2分	光碟影片
二、知識性教學 (一)活動一/「善用輔具」 1. 飲食類輔具:能自在享受美食，不靠別人餵食，是基本的尊嚴。常見的飲食類輔具包含：特殊湯匙、筷子、刀、叉、杯、吸管、盤、防滑墊等。 2. 衣著類輔具:彎腰困難、下肢無法抬高或平衡不佳者。如髖關節置換手術術後、關節炎、下肢骨折等，長者不彎腰就可輕鬆達成任務。其中「長柄取物夾」不只用於穿衣活動，亦可協助拿取到地上、高處、遠處等平常構不到的物品。		10分	教學簡報

大手牽小手 相知你和我

3. 盥洗類輔具:可用「改良式指甲剪」、「易壓擠牙膏器」、「加粗加長把柄梳」等進行盥洗活動。
4. 如廁類輔具:針對坐至站之能力較差。馬桶增高器、馬桶旁加裝扶手、活動式馬桶椅、電動協助起立式馬桶等。
5. 沐浴類輔具:需在浴室活動動線加裝扶手,如出入口、浴缸進出處等,或可建議使用「洗澡椅」,在坐姿下清洗較安全。
6. 行動類輔具:行動輔具包含各式手杖、電動車、助行器與輪椅等,產品種類眾多,應要請教專業治療師,以免使用不當,反而造成意外或二度傷害。
7. 移位類輔具:包含繩梯、移位滑板、床邊欄杆、轉位帶、搬運帶、移位機、軌道式、軌道爬梯機等。
8. 休閒娛樂輔具:各種握筆輔具、易控剪刀、放大鏡、加粗鑰匙把等。
9. 輔具資源:有些較簡單或普遍的產品,在醫療器材行即可買到;但若不確定購買的產品是否適合,則購買前可透過幾個管道尋求輔具相關專業服務或購置資訊,以免購置不當,「輔具中心」或醫療院所的復健科職能治療師等相關專業人員,可提供所需之評估、購置建議,或購買的管道與資訊。衛生福利部社會及家庭署有提供諮詢服務、租借服務、維修服務、與補助,服務電話(02)28743415。

(二)活動二/中場休息5分鐘,順便準備桌遊。

5分

桌遊


(三)活動三/桌遊「疊疊樂」

4分

網路影片


1. 播放「疊疊樂」桌遊玩法的影片。

2. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以肢體手

<p>眼協調為主的平衡認知遊戲分組活動。</p> <p>3. 分組活動-遊戲內容是積木四個為一層交錯疊成高塔，並用手將疊疊樂高塔整理整齊。遊戲如下：</p> <p>4. 教學與遊戲</p> <p>(1). 平衡技巧:每個遊戲者依序隨機抽出一塊積木，放置最頂端，輪流依序步驟，最後使主結構全倒的。 8分</p> <p>(2). 貼紙玩法:積木貼上貼紙後，打散貼紙積木，四個一層隨機往上疊成高塔，以貼紙的顏色為區隔。平均分配積木的數。例如:2人玩，每人20個;4人玩，先抽出分配到的顏色數量為勝。 8分</p> <p>(3). 推推骨牌:將積木當成骨牌，試著排列各種關卡的路線，推倒之後便會出現想像中的圖畫。 9分</p> <p>(四) 活動四/統整與總結今天課程內容</p> <p>1. 複習今天課程內容重點。 3分</p> <p>2. 預告下次課程內容。</p> <p>3. 請學員推派3位年長者代表學習分享。 3分</p> <p>4. 問題與討論。 3分</p> <p>5. 收拾物品及整理環境。</p>		
<p>回家應用</p>		
<p>1. 回家後與親朋好友分享輔具資源。</p> <p>2. 回家之後與親朋好友分享本次桌遊學習樂趣。</p> <p>3. 祖孫在家中運用積木玩出不同的玩法，下周與其他人分享。</p>		


大手牽小手 相知你和我

單元五「老化進行式」及記憶能力桌遊「拔毛運動會」		
活動名稱	教學重點	
老化進行式	銀髮族對於老化的生理改變，應自我了解，會出現外觀變老、各種生理功能衰退，對疾病的抵抗力減低，復原能力也變差，年輕人也要了解老化後的改變所帶來的影響，並共同做出適當的生活習慣與觀念心理調整，才能活得健康、相處快樂融洽。	
桌遊-拔毛運動會	1. 能讓祖孫培養策略思考、顏色辨識、記憶能力的遊戲。 3. 能讓祖孫學習顏色認知、反應專注能力、記憶能力。 3. 能讓祖孫學習和其他人輪流、等待、競賽、分組合作的能力。	
活動流程		
教學活動	時間	教學資源
一、 意識覺醒 請祖孫三對分享上周回家後玩疊疊樂感想。	3分	教學簡報
二、 知識性教學 (一)活動一/「老化進行式」 1. 心臟血管系統:心臟力量變弱，易造成起立性低血壓，改變姿勢時動作宜緩慢。 2. 呼吸系統:肺活量減小，確保有足夠氧氣、避免吸菸或接觸過敏原。 3. 肌肉骨骼系統:骨質疏鬆、肌力減弱，多補充鈣質，行動也小心，以免跌倒造成骨折。 4. 神經系統:神經細胞數目減少，對於冷、熱刺激的反應變慢，要多注重保暖、避免燒燙傷。 5. 消化系統:牙齒脫落、口水分泌減少、胃腸蠕動變慢，影響對食物的消化、吸收，飲食要少量多餐，選擇容易消化的食物，避免炸、粗糙、刺激性食物。 4. 泌尿系統:膀胱容積減小且收縮力減弱，常出現頻尿、急尿、夜尿等現象，晚上不宜飲太多湯水，以免影響睡眠。應提醒老年人攝取足量水分，並定時	12分	

<p>如廁，維持泌尿系統功能。</p>		
<p>5. 皮膚系統: 皮脂腺分泌減少，皮膚乾燥，沐浴時水溫不宜過熱，以免皮膚乾癢、搔抓後引起發炎。</p>		
<p>6. 感官系統: 視力與聽力減退要配戴適當眼鏡並裝設助聽器。與老年人說話時要放慢速度。</p>		
<p>(二) 活動二/ 中場休息 5 分鐘，順便準備桌遊。</p>		
<p>(三) 活動三/ 桌遊「拔毛運動會」</p>	5 分	桌遊
<p>1. 播放「拔毛運動會」桌遊玩法的影片。</p>		
<p>2. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以培養策略思考、顏色辨識、記憶能力的遊戲。</p>	2 分	網路影片
<p>3. 分組活動-遊戲內容是玩家們要想辦法，第一個拔完所有雞的毛就獲勝。</p>		
<p>4. 教學與遊戲</p>		
<p>(1). 將 12 張雞窩卡面朝下放在場中央。</p>		
<p>(2). 將 24 張跑道卡面朝上擺成一個圓跑道。</p>		
<p>(3). 最年輕的開始，翻開 1 張雞窩卡展示給所有玩家看 如果與雞面前的圖案一樣，則可以往前 1 格，將雞窩卡翻回背面，繼續翻下一張，直到你翻到與前面不一樣的圖案就換人。</p>	30 分	
<p>(4). 成功翻到後，就可以跑在牠面前並拿走牠的羽毛， 當有人把所有的毛拔到自己的雞身上，就獲勝。</p>		
<p>(四) 活動四/ 統整與總結今天課程內容</p>		
<p>1. 複習今天課程內容重點。</p>		
<p>2. 預告下次課程內容。</p>	3 分	
<p>3. 請學員推派 3 組祖孫代表學習分享。</p>		
<p>4. 問題與討論。</p>	3 分	
<p>5. 收拾物品及整理環境。</p>	2 分	
<p>回家應用</p>		
<p>1. 回家後藉由環境調整、活動安排、溝通方式改變，改善行為情緒。</p>		
<p>2. 自我檢視身心狀況。</p>		
<p>3. 教導其他人學習代間桌遊的遊戲。</p>		


大手牽小手 相知你和我

單元六 「認識失智症」及排列組合能力桌遊「拉密磚塊牌」		
活動名稱	教學重點	
認識失智症	1. 失智是一種疾病現象而不是正常的老化，失智症的特點是患者的認知功能障礙及日常生活功能逐漸退化。 2. 腦部功能退化，使得記憶力、判斷力、語言能力、抽象思考能力及推理能力逐漸降低影響到工作及自我照顧的功能。	
桌遊-拉密磚塊牌	1. 能讓祖孫了解遊戲對於數字和顏色排列組合學習。 2. 能讓祖孫經由遊戲過程中，培養重新規畫組合及策略的能力。 3. 能讓祖孫運用桌遊增進分組合作及促進社交的能力。	
活動流程		
教學活動	時間	教學資源
一、意識覺醒 (一)提問:請問對於失智症的認識。	2分	
二、知識性教學 (一)活動一/影片欣賞 倒帶人生-我會永遠記得你-認識失智症	4分	網路影片
(二)活動二/祖孫討論 請祖孫共同觀後分享心得。	2分	
(三)活動三/「認識失智症」 1. 什麼是失智。 失智症的臨床症狀是以記憶力的退化主，再加上其他至少一項以上的認知功能缺損(如計算、視覺、語言…等)，其嚴重程度足以影響到日常生活或工作的執行。 2. 失智症與正常老化的分別。 許多人常常抱怨有健忘的情形，經過提醒，卻可以馬上回憶起來，所以不太影響日常的生活。但是罹患失智症的人，即使在經過別人提醒也會完全忘記。	5分	教學簡報
(四)活動四/中場休息5分鐘，順便準備桌遊。 (五)活動五/桌遊「拉密磚塊牌」	5分	桌遊

<p>1. 播放「拉密磚塊牌」桌遊玩法的影片。</p> <p>2. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以肢體手 眼協調為主的平衡認知遊戲分組活動。</p> <p>3. 分組活動-遊戲內容是拉密數字牌總共有數字 1-13， 每個數字都有紅、藍、黑、橘各 2 個，加上 笑臉百搭牌共 106 張。將所有數字牌面朝下 洗混後每人抽取 14 張牌放在自己的牌架 上，剩餘的放在桌上當作牌堆。</p> <p>4. 教學與遊戲</p> <p>(1). 大家從牌堆中抽一張牌由數字最大的人開始。</p> <p>(2). 出合法的牌組，合法牌組一組至少 3 張以上，並符 合以下兩種規則。</p> <p>a. 同顏色的出順序組，如, 5 6 7 8, 1 2 3。</p> <p>b. 不同顏色的出同樣數字，如 6 6 6。</p> <p>(3). 利用桌面上已經出過的牌組重新排列組合讓自己的 手牌能夠打出。</p> <p>(4). 當自己手牌只剩一張時需喊『拉密』讓別人知道你 即將獲勝。</p> <p>(6). 百搭牌可以代表任意牌，已放在桌上的百搭牌可以 用他所代表的牌來換取。所換取的百搭牌不能拿回 自己的牌架，必需馬上使用在此一輪中。</p> <p>(五) 活動五/統整與總結今天課程內容</p> <p>1. 複習今天課程內容重點。</p> <p>2. 預告下次課程內容。</p> <p>3. 請學員推派 3 位學童者代表學習分享。</p> <p>4. 問題與討論。</p> <p>5. 收拾物品及整理環境。</p>	<p>網路影片</p>  <p>30 分</p> <p>3 分</p> <p>3 分</p> <p>3 分</p>
<p>回家應用</p>	
<p>1. 回家後將失智症的預防與他人分享。</p> <p>2. 回家之後與親朋好友分享本次桌遊學習樂趣。</p> <p>3. 祖孫在家中運用撲克牌玩出不同的玩法，下周與其他人分享。</p>	

大手牽小手 相知你和我

單元七 「失智症的檢測」及數理能力桌遊「多明諾骨牌-1」

活動名稱	教學重點		
失智症的檢測	<p>※AD-8 檢測表、GDS-檢測表、記憶門診之介紹。</p> <p>可透過簡易之 AD-8 檢測表與老人憂鬱量表。篩檢出有問題的老人家。如果失智症可以提早五年檢測出來，早期發現、早期診斷，可以改善個人與家庭的生活品質，延遲住進安養中心，如此可以為家庭和社會減輕許多負擔。</p>		
桌遊-多明諾骨牌	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能讓祖孫了解遊戲對於腦力激盪、數理計算的能力的幫助。 2. 能讓祖孫學習結合計算力與推理能力於日常生活中。 3. 能讓祖孫運用桌遊增進分組合作及促進情感支持的能力。 		
活動流程			
教學活動	時間	教學資源	
一、意識覺醒 (一)提問:請問年長者知道AD-8 檢測表與GDS-檢測表嗎?	2分		
二、知識性教學 (一)活動一/ AD-8 檢測表、GDS-檢測表、記憶門診之介紹(影片由大林醫院精神科提供) 1. 分發給在場每人一張 AD-8 檢測表。進行檢查記憶，配合影片、簡報；如附錄(二)、(三)。 2. 進行 AD-8 檢測表與 GDS-檢測表篩檢，讓年長者知道您的健康是我們關心的，我們特別針對年長者的記憶力困擾進行篩檢，誠摯邀請您寫，若篩檢出您需要進一步檢查的情形，可自行到醫院就診。	20分	教學簡報 影片	
(二) 活動二/中場休息5分鐘，順便準備桌遊。 (三)活動三/桌遊「多明諾骨牌」 1. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以腦力激盪、數理計算為主的認知遊戲。 2. 分組活動-遊戲內容是骨牌有 28 塊磚牌，可玩接龍遊戲、大富翁，將規則做各式各樣的變化來遊	5分	桌遊 	

玩。

3. 教學與遊戲

(1). 骨牌接龍遊戲

大家從牌堆中抽一張牌由數字最大的人開始順時針進行遊戲。將四張骨牌呈四角形的方式來接牌。

- ①將骨牌的數字面朝上洗牌後展開於桌面上。
- ②每家輪流從桌上取一張牌。第二輪時，將取進來的牌呈四角形的方式來接續，最先連好四角形的人為優勝。

(2). 骨牌大富翁

- ①將骨牌隨意連接，從開始到終點做好一條路。若跳到數字3時，就回到原點、若跳到4時就前進四步、跳到0時就休息一次。
- ②將標示錐放至開始的位置。依順序擲骰子，依擲出的數字和來進行前進或後退多少，最先達到終點者為勝。

(3). 骨牌雙雙對對

- ①將骨牌數字面朝下洗牌後展開在桌面上。最先的人選擇任二張骨牌並打開。若二張骨牌內有相同的點數可以配對，就把這二張骨牌取走。可以一直翻牌直到沒有翻到配對的牌為止，然後換下家。
- ②輪流取牌，若庫存的牌剩下四張以下時，就比誰拿到的牌最多為優勝。

(四) 活動四/統整與總結今天課程內容

1. 複習今天課程內容重點。
2. 預告下次課程內容。
3. 請學員推派3位年長者代表學習分享。
4. 問題與討論。
5. 收拾物品及整理環境。

8分



3分

3分

3分

回家應用

1. 回家後將失智症的 AD-8 檢測、GDS-檢測與他人分享。
2. 回家之後與親朋好友分享本次桌遊學習樂趣。
3. 能發展新的桌遊玩法下周與其他家人分享。

大手牽小手 相知你和我

單元八 「照護有妙招」及數理能力桌遊「多明諾骨牌-2」		
活動名稱	教學重點	
失智症的照護	1. 預防失智症的營養照護 預防失智症的營養照護，應該及早發覺並預防發生，更重要的是維持家人的關心及支持，對於失智症的改善很有助益。 2. 失智症的照護 (1). 把焦點放在他的能力與長處。 (2). 安排規律作息，保有家庭功能。 (3). 支持失智者的獨立。 (4). 適度調整照顧者的標準和習慣。 (5). 了解失智者過去背景及生活經驗 3. 照顧者的困境與壓力 照顧者為專心照顧失智症病人，因而脫離了自己的社交生活，與社會脫節，同時也失去了自己的朋友，讓照顧者很孤單，尤其面對病人的多疑、重覆行為、日夜顛倒等情況，對照顧者而言是一項甜蜜沉重的負擔。 4. 社會福利資源 可向中央或各縣市政府社政單位或各大醫療院所社工室洽詢，以減少照顧的壓力。	
桌遊-多明諾骨牌	1. 能讓祖孫學習腦力激盪、數理計算的能力。 2. 能讓祖孫結合計算力與推理能力。 3. 能讓祖孫運用到生活的中日常能力的計算。	
活動流程		
教學活動	時間	教學資源
一、意識覺醒 (一)提問:請問3年長者分享上周AD-8檢測表與老人憂鬱量表與親友分享的情況。	3分	
二、知識性教學 (一)活動一/預防失智症的營養照護	4分	教學簡報

1. 均衡飲食：養成正確的飲食習慣，適量的攝取各類食物，確保各種營養素不致缺乏，使身體適當運作。
2. 攝取足夠的維生素B群、葉酸、等營養素，避免血中同半胱氨酸過高，降低中風的危險性，進而降低血管性硬化失智的發生。
3. 鈣質有穩定情緒、改善焦慮煩躁，情緒不穩或精神無法集中的問題，足夠鈣質可紓解神經的敏感度。
4. 低油、低鹽、低糖的自然飲食生活調理，遠離高血壓、高脂血、糖尿病等血管硬化相關性之疾病發生。
5. 維生素A、C、E有良好的抗氧化作用，可清除體內自由基，預防血管硬化的作用。
6. 遠離酒精、咖啡因等刺激物質。
7. 養成運動的習慣，規律的生活作息，減少抽煙等都有助於預防老化的作用。


(二) 活動二/失智症的照護


(摘自 台北市政府失智症服務網)

1. 把焦點放在他的能力與長處：雖然疾病會奪去失智者的部分能力，但仍有許多能力會保留，如能自己洗臉、掃地、拔草、唱歌、說話等，請盡量讓患者做他會的事情。
2. 安排規律作息，保有家庭功能：每天散步、曬太陽有助於改善患者的情緒、生理時鐘及夜間睡眠，而參與家務及家庭聚會，能讓提高患者的自我價值。
3. 支持失智者的獨立：應給予失智者尊嚴與尊重，支持他們儘可能保有獨立，並自己安排生活的內容，維持堅強活躍的心靈，執行自我管理。
4. 適度調整照顧者的標準和習慣：在安全的前提下，允許患者做他想做的事，給他較多的自由，降低照顧者對失智者的控制。
5. 了解失智者過去背景及生活經驗：儘量配合長輩的習慣及喜好，多談他熟悉的往事，以維持言語能力並促進愉悅情緒。

3分

大手牽小手 相知你和我

<p>(三) 活動三/照顧者的困境與壓力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 自我壓力調適困難。 2. 缺乏照顧替手，無法好好休息。 3. 對資源陌生。 4. 與家人溝通困難。 5. 如何處理被照顧者的情緒。 6. 自覺照顧知能不足。 	2分	
<p>(四) 活動四/社會福利資源</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 重大傷病卡、身心障礙手冊。 2. 或撥打電話 0800-055-799 申請防走失的「愛的手鏈」或播打 1957 福利諮詢專線。 3. 居家服務、日間\餐飲服務、守護天使、喘息服務日間照護服務、失智症長期服務等。 4. 失智走失指紋捺印:家屬或監護人可陪同身心障礙者向各縣市警察局申請捺印指紋 5. 衛星定位:申請個人衛星定位器需附身心障礙手冊，並具有失智症、智能障礙等資格，詳情請洽各縣市社會局。 6. 瑞智學堂:讓失智長者提升人際交流機會，改善情緒並獲得好的生活品質。 	3分	
<p>(五) 活動五/ 中場休息 3 分鐘，順便準備桌遊。</p>	3分	桌遊
<p>(六). 活動六/桌遊「多明諾骨牌」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 體驗學習教學-讓參與者了解到這款桌遊是以腦力激盪、數理計算為主的認知遊戲。 2. 分組活動-遊戲內容是骨牌有 28 塊磚牌，可玩接龍遊戲、大富翁，將規則做各式各樣的變化來遊玩。 		
<p>3. 教學與遊戲</p> <p>※骨牌加加減減遊戲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 擲骰子找點數 <p>(1). 將骨牌數字面朝上洗牌後展開。擲骰子(二顆)後，去取和骰子上相同的點數，可自由的組合一張或二</p>	6分	

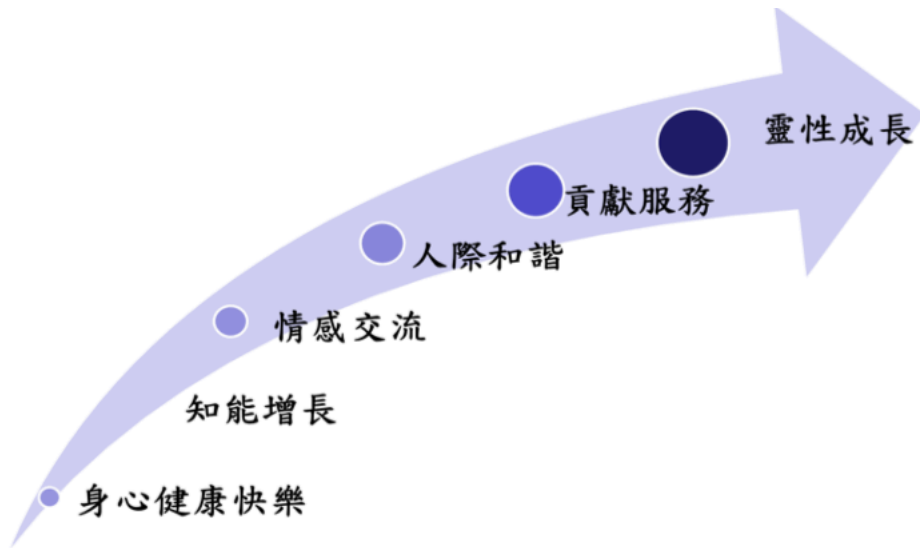
<p>張的牌。</p> <p>(2). 輪流反覆(1)後，最先取到十張牌(三人以上時七張)的人為優勝。</p> <p>2. 加加你和我</p> <p>(1). 將骨牌數字面朝下洗牌後展開在桌面上。</p> <p>(2). 開始找 28 張骨牌中，任 2 張牌，加起來為 10、12、20 的各有幾組，誰找到最多的組數牌為優勝。</p> <p>(3). 開始找 28 張骨牌中，任 3 張牌，加起來為 10、12、20 的數字各有幾組，誰找到最多的組數牌為優勝。</p> <p>3. 乘乘有意思</p> <p>(1). 將骨牌數字面朝下洗牌後展開在桌面上。</p> <p>(2). 開始找 28 張骨牌中，任 2 張牌，乘起來為 20、30、40 的數字各有幾組，誰找到最多的組數牌為優勝。</p> <p>(3). 開始找 28 張骨牌中，任 3 張牌，加起來為 20、30、40 的各有幾組，誰找到最多的組數牌為優勝。</p> <p>(六) 活動六/統整與總結今天課程內容</p> <p>1. 複習今天課程內容重點。</p> <p>2. 問題與討論(討論下周社區日照中心貢獻服務工作分配等事宜。</p> <p>3 收拾物品及整理環境。</p>	 <p>2 分</p> <p>10 分</p>
<p>回家應用</p>	
<p>1. 回家後將失智症的照護與資源與親朋好友。</p> <p>2. 回家後可到醫療院所或是到各鄉市公所更進一步詢問。</p> <p>3. 回家之後與親朋好友分享本次桌遊學習樂趣。</p> <p>4. 記下「1957」福利諮詢專線。</p> <p>5. 準備貢獻服務課程及協助日照中心老人做失智檢測。</p>	

大手牽小手 相知你和我



整體方案具體效益指標

(一)、預期效益



(二)、具體效益指標

1. 身心健康: 透過方案活動學習的過程, 可獲得個人身心健康快樂。
2. 知能增長: 從課程中獲得體驗老人、認識失智症與桌上互動遊戲的知能增長。
3. 情感交流: 祖孫共學, 增進代間之間的關係與情感的交流。
4. 人際和諧: 建立祖孫透過方案活動學習, 維持好的認知功能及人際互動。
5. 貢獻服務: 藉由貢獻服務學習, 培養樂於助人之心與終身學習之樂趣。
6. 靈性成長: 透過方案活動中的學習、反思、貢獻, 建立自信心與肯定自我存在價值, 以增進個人靈性成長, 進而達到個人身、心、靈各方殊的需求滿足。



活動之參考文獻資料

(一)、影片

- 1.企鵝敲冰塊 <https://www.youtube.com/watch?v=Ee9kB9cbArM>。
- 2.企鵝敲冰樂的變化玩法 <http://otwu4302.pixnet.net/blog/post/151269095-%5B-%E5%85%92%E7%AB%A5%E6%A1%8C%E9%81%8A-%5D-%E4%BC%81%E9%B5%9D%E6%95%E5%86%B0%E6%A8%82%E7%9A%84%E8%AE%8A%E5%8C%96%E7%8E%A9%E6%B3%95%EF%BD%9E%EF%BD%9E%EF%BD%9E>。
- 3.嗒寶數與形 <https://www.youtube.com/watch?v=Mc-99Gt4g1E>。
- 4.桌上遊戲-跑跑龜教學影片 <https://www.youtube.com/watch?v=4H7kyBvpVes>
- 5.週跑跑龜 <http://merrich999.pixnet.net/blog/post/427075616-%E8%B7%91%E8%B7%91%E9%BE%9C-the-grate-turtle-race>
- 6.疊疊樂這樣玩 <https://www.youtube.com/watch?v=JV8geg04x6c>。
- 7.拔毛運動會 <https://www.youtube.com/watch?v=UIu6nHb-FJo>。
- 8.得恩堡拉密牌-教學影片 <https://www.youtube.com/watch?v=AEzUiw71dmc>。
- 9.替代役男穿”老化裝” 感受老人行動不便－民視新聞 <https://www.youtube.com/watch?v=RfQLcv3pDJw>。
- 10.倒帶人生-我會永遠記得你-認識失智症 <https://www.youtube.com/watch?v=YxKvflq0ilc>。

大手牽小手 相知你和我

(二)、資料來源:

- 1.黃富順(2004)。高齡學習。臺北市:五南。
- 2.王百合、楊國德(2010)。高齡薪傳者與少年之代間學習互動研究。屏東教育大學學報教育類，34，149-176。
- 3.體驗老的感覺 照顧長者更有同理心 <http://www.chinatimes.com/newspapers/20180325001180-260102>。
- 4.大林慈濟醫院護理部廖慧燕副主任。
- 5.衛生福利部國民健康署
<file:///C:/Users/maggic/Desktop/40254.pdf>。
- 6.Care 照護線上 <https://www.careonline.com.tw/2017/07/dementia.html>。
- 7.台灣失智症協會 http://www.tada2002.org.tw/tada_know_02.html。
- 8.失智十大警訊表參考台灣失智症協會
http://www.tada2002.org.tw/tada_know_02.html。

附錄

附錄(一)

失智症十大警訊學習單

請學員自我檢測有無下列10個問題，並在
內作答，若有2題勾者，儘速就醫，早期
 治療，延緩失智。

失智症十大警訊

自我檢測，有影響請打勾



記憶力減退影響工作	<input type="checkbox"/>
無法勝任熟悉的事物	<input type="checkbox"/>
言語表達出現問題	<input type="checkbox"/>
喪失時間、地點的概念	<input type="checkbox"/>
判斷力變差、警覺性降低	<input type="checkbox"/>
抽象思考出現困難	<input type="checkbox"/>
家用品擺放錯亂	<input type="checkbox"/>
行為、情緒出現改變	<input type="checkbox"/>
個性改變	<input type="checkbox"/>
喪失活動及開創力	<input type="checkbox"/>

資料來源：臺灣失智症協會提供 製表：記者吳典獻

大手牽小手 相知你和我

附錄(二)

教育部進階樂齡規劃師培訓：105 樂悠規劃師

AD8 檢測表

填寫者：自填 他填

親愛的阿公、阿嬤、阿伯、阿姨您好：

很榮幸有機會邀請您填寫這份問卷，您的健康一直是我們所關心的。因此，我們特別針對老年人的記憶力困擾進行篩檢。誠摯邀請您填寫此份問卷，若篩檢出您有需要進一步檢查的情形，如蒙您同意，我們會推薦相關醫護人員跟您聯絡，敬請於同意書簽名處簽名及填寫下列基本資料。

1. 立同意書人姓名：_____ 2. 性別：男 女 3. 年齡：_____歲 4. 教育程度：_____

5. 聯絡住址：_____ 6. 電話：_____

說明：若以前無下列問題，但過去幾年中有以下的改變，請填「是，有改變」。若無，請填「否，沒有改變」。

問題	問法	是	否
1. 判斷力上的困難：例如落入圈套或騙局、財務上不好的決定、買了對受禮者不合宜的禮物。	1. 最近是否經常做出一些以前都不會去做的事情？例如，把錢借給陌生人、送別人不適當的禮物、一個月的藥量一週就吃完了。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 對活動和嗜好的興趣降低。	2. 平常喜歡做的事情，最近都不喜歡去做了。例如，唱歌、爬山、找人聊天、看連續劇或政論節目等等，且不去做的原因不是行動不便造成的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 重複相同的問題、故事和陳述。	3. 最近同樣的問題一直問，或經常講同樣的話，但以前都不會這樣。例如，問人家吃過飯沒、重複講兒女小時候的事情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 在學習如何使用工具、設備、和小器具上有困難。例如：電視、音響、冷氣機、洗衣機、熱水爐(器)、微波爐、遙控器。	4. 最近不知道為什麼，以前都會用的東西，現在常常忘記要怎麼用了。例如，電視、電鍋、洗衣機、遙控器、馬桶、冷氣等等。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 忘記正確的月份和年份。	5. 最近經常忘記一些重要的日子，但以前都不會這樣。例如，除夕、中秋節、祭祖、端午節等等。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 處理複雜的財務上有困難。例如：個人或家庭的收支平衡、所得稅、繳費單。	6. 最近常常不知道怎麼處理有關錢的事務，但以前都不會這樣。例如，如何提款、繳水電費、標會的錢。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 記住約會的時間有困難。	7. 經常忘記跟別人約定好的時間，以前都不會這樣。例如，開會、看病、去逛街、去散步、去做運動等時間。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 有持續的思考和記憶方面的問題。	8. 最近發生的事情常常容易忘記，別人提醒或事後回想也想不起來，以前都不會這樣，例如常常忘記把錢、鑰匙、或證件放在那裏了，想也想不起來。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

AD8 總得分

請填入回答「是，有改變」總題數

- 基本上，你對你的生活感到滿意嗎？.....
- 你是否常常感到厭煩或對任何事情感到興趣缺缺？.....
- 你是否常常感到無論做何事情都很無助、無奈？.....
- 你是否比較喜歡待在家裡而較不喜歡外出及作新鮮的事？.....
- 你是否覺得以自己現在這個樣子，活的很沒有價值？.....
- 你是否常常感到心情沮喪或鬱卒嗎？.....

GDS 總得分

請填入第1題答「否」，→ 2-5題答「是」的總題數

★ 附錄(三)

AD8 檢測個人評估結果

團測用

親愛的阿公、阿嬤、阿伯、阿姨您好：

很榮幸有機會邀請您填寫這份問卷，您的健康一直是我們所關心的。因此，我們特別針對老年人的記憶力困擾進行篩檢。誠摯邀請您填寫此份問卷，若篩檢出您有需要進一步檢查的情形，如蒙您同意，我們會推薦相關醫護人員跟您聯絡，敬請於同意書簽名處簽名及填寫下列基本資料。

1.立同意書人姓名：_____ 2.性別：?男 ?女 3.年齡：_____

歲

4.教育程度：_____

5.聯絡住址：_____ 6.電話：_____

說明：請注意聽老師說明題目，若以前無下列問題，但過去幾年中有以下的改變，請填「是，有改變」。若無，請填「否，沒有改變」。

題號	是(○)，有改變	否(×)，沒有改變
第1題		
第2題		
第3題		
第4題		
第5題		
第6題		
第7題		
第8題		
第1題	<input type="checkbox"/> 滿意 <input type="checkbox"/> 不滿意	
第2題	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否(不是)	
第3題	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否(不是)	
第4題	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否(不是)	
第5題	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否(不是)	
第6題	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否(不是)	



佳作



記憶裡的金柑糖，
等你來重溫

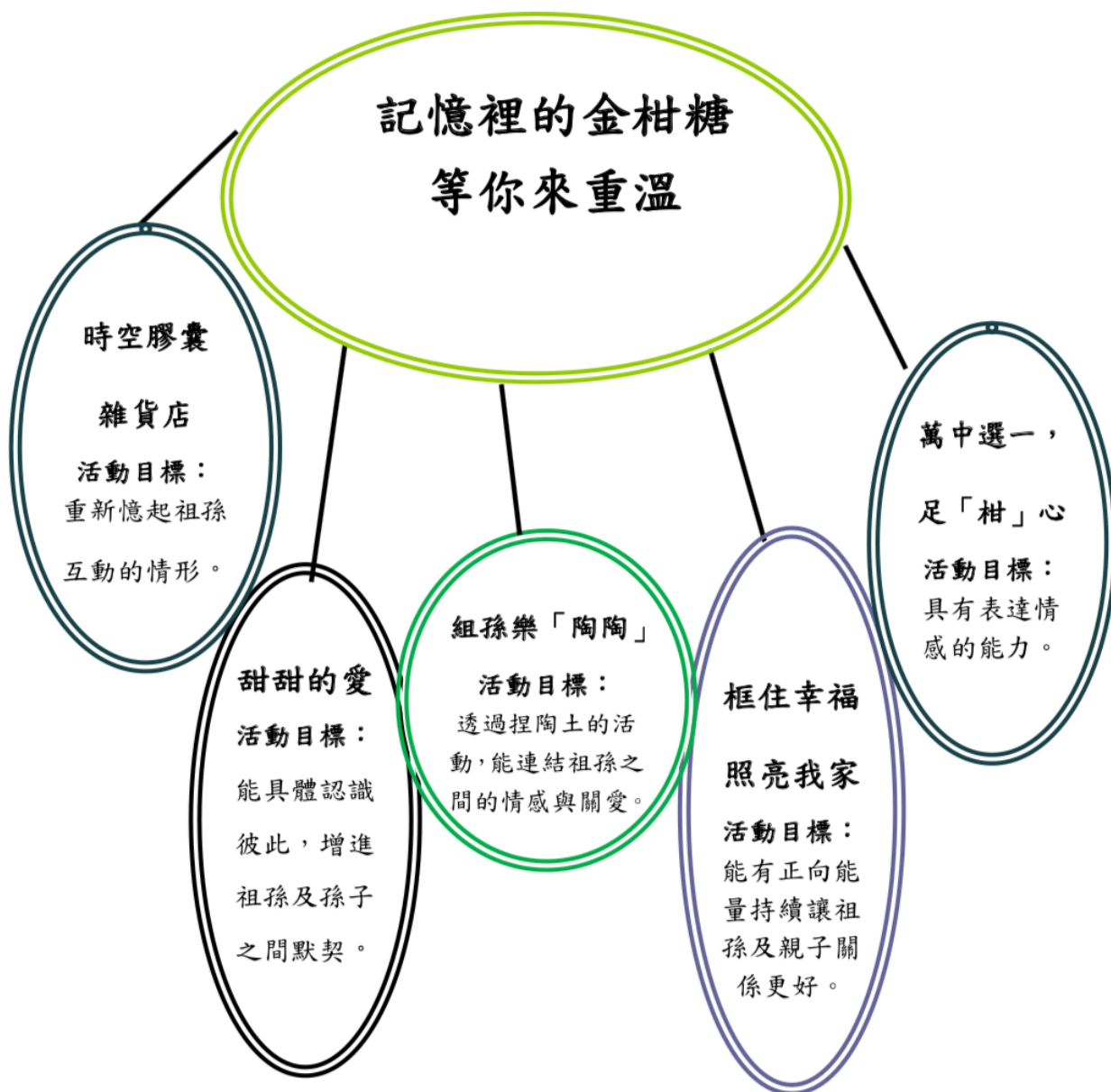
劉辰璇

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

方案名稱	記憶裡的金柑糖，等你來重溫		
方案背景	因應社會的變遷，祖父母及孫子女的代溝日益增加。因此，期許給予祖父母及孫子女更多相處及了解的機會。		
對象	祖孫 (大約 30 人) (參加年齡：國小以上)	課程時間	8 小時
		活動地點	大埤國小活動中心
設計理念	<p>由於社會的轉變，許多家庭的結構已逐漸改變為小家庭，鮮少和祖父母相處。然而，高齡社會的現象已是的不爭的現況，不論是政府或家庭都應該要即早因應。藉由代間教育的實施，讓我們開始教育孩子認識祖父母的生活背景與習慣，進而能接受、欣賞與尊重彼此生活的差異，改變家庭互動關係並減少代溝。</p> <p>祖父母擁有非常豐富的人生經驗，有些親子的衝突事件如果以祖父母的智慧來處理，可以具有緩和氣氛的功能。因此，藉著此活動，讓祖孫以及親子有更好的相處之道，亦讓祖父母有機會再度貢獻寶貴的經驗與知識，也能傳承固有的優良文化與美德。</p>		

學習目標	活動具體目標
1. 增進祖孫之間的互動關係 2. 了解代間之間童年生活環境之差異 3. 認識代間的歌曲文化差異 4. 提升關懷代間之間的情感 5. 了解表達情感的方式	1-1 能重新憶起祖孫互動的情形。 2-1 能具體認識彼此，增進祖孫及孫子之間默契。 3-1 透過捏陶土的傳達，能表達祖孫之間的關愛。 4-1 透過拍照留影，能有正向能量持續讓祖孫關係更好。 5-1 藉由共同栽種盆栽，能讓雙方感受到彼此心中的想法。
參考資料	朱念文(2000)。當白髮遇上紅顏。康健雜誌，24期。 許芳菊(2000)。當祖父母變保姆。康健雜誌，24期。 黑幼龍(2006)。黑+的幸福秘密。日月文化出版社。 影片：「阿嬤的衛生紙」、「阿公的禮物」。
方案主要內容概述與活動帶領主要原則	藉由五個互動模式，增進祖孫之間的感情與互，並且，以對雙方的互相了解及期許的呈現為原則。

記憶裡的金柑糖，等你來重溫



具 體 目 標	教 學 活 動	時 間	教 學	評 量
			資 源	方 式
重 新 憶 起 祖 孫 的 互 動 情 形	<p style="text-align: center;">第一節</p> <p style="text-align: center;">活動：時空膠囊雜貨店</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、早期雜貨店的擺設圖片以及食物的圖片：金柑糖、明星花露水、黑白電視機、黑膠唱片、陀螺、舊鐵馬。</p> <p>二、學習單(如附件一)、心情貼紙(如附件二)、筆。</p> <p>三、獎勵貼紙點數、獎勵卡(如附件三、附件四)。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>播放早期擺設圖片以及食物的圖片，例如：明星花露水、黑白電視機、黑膠唱片、陀螺、舊鐵馬，讓祖孫一同尋找記憶裡的相處的快樂時光。</p> <p>二、發展活動：「食」在很愛你</p>	10'	<p>早期雜貨店的擺設圖片以及食物的圖片</p> <p>筆</p> <p>學習單</p>	<p>能專心欣賞</p> <p>能參與發表意見與分享</p>
		30'	<p>心情貼紙</p> <p>獎勵貼紙點數</p>	

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

<p>(一)喜歡吃的食物：祖父母與孫子女互相說出對方，若彼此回答得出來可以獲得獎勵點數貼紙一張，並且黏貼於獎勵卡。</p> <p>(二)最想和彼此分享的食物：祖父母與孫子女互相說出最想和彼此一起分享的食物。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>分享看法：</p> <p>說明自己最想和彼此一起分享的食物，並說出具體原因(如：因為是祖父母親手製作的，所以有濃濃的愛…)。心情表達：彼此一起分享食物的心情，如：感到開心、感到幸福…，並將彼此的心情(如附件二)黏貼或繪畫於學習單(如附件一)。</p> <p>互相交流彼此的年代常用的詞句或用語： (如：hen 讚、給你按個讚、歹歹菜有一步燒：菜只要新鮮熱騰騰即是好菜。)</p> <p style="text-align: center;">第一節 結束</p>	20'	獎勵卡	能參與發表意見與分享
--	-----	-----	------------

具 體 目 標	教 學 活 動		教 學 資 源	評 量 方 式
		時 間		
能 具 體 認 識 彼 此 ， 增 進 祖 孫 及 孫 子	<p style="text-align: center;">第二節</p> <p style="text-align: center;">活動：甜甜的愛</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、影片分享：阿嬪的衛生紙</p> <p>二、金柑糖甜蜜愛心表(附件五)、愛心貼紙(附件六)</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機：</p> <p>欣賞表達祖孫之間情感的影片：阿嬪的衛生紙。引導孫子女感受到祖父母的呵護與關愛。</p> <p>二、發展活動：「你問我答」</p> <p>說出彼此的全名、主要生活作息、平常要分擔的家務、最欣賞的明星、休閒娛樂、平時擁有的零用錢、睡覺的寢具、祖父母的年代</p>	<p>10'</p> <p>30'</p>		

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

之
間
默
契

與孫子女時期的如何因應天冷、天熱的時
候、喜歡的歌曲、餐桌上的主食、最不喜歡
家長吩咐的家務是什麼。

參、綜合活動

(一)若彼此可以完成上述「你問我答」活動，
每個家庭在「金柑糖的甜蜜愛心表」(如附件五)可
貼上一張「愛心貼紙」。(註：各個家庭皆有一張「金
柑糖甜蜜愛心表」)。獲得一張「愛心貼紙」可兌
換一顆金柑糖。

(二)彼此分享一首自己喜歡的歌，並且說出
這首歌的意義或要傳達的意思，若完成可再貼上一
張「愛心貼紙」。(註：各個家庭皆有一張「金柑糖
甜蜜愛心表」)。獲得一張「愛心貼紙」可兌換一
顆金柑糖。

20'

第二節 結束

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

<p>間 的 情 感 與 關 愛</p>	<p>(二)祖孫一起使用陶土捏出各種模型與形狀，代表過去曾經的回憶，也是展現彼此對於所屬年代的看法。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>(一)上台分享祖孫之間感動、有趣、代間溝通的情況...，接著，說出此作品代表的情感、意義。</p> <p>(二)祖孫子互贈陶土作品，讓作品成為祖孫之間的情感維繫的具體物件。</p> <p>(三)為愛奠基： 主辦單位將提供簡易木頭，讓祖孫能將木頭當成底座，讓作品立基於木頭底座。</p> <p style="text-align: center;">第三節 結束</p>	<p>20'</p>		<p>能參與發表意見與分享</p>
--	--	------------	--	-------------------

具 體 目 標	教 學 活 動	時 間	教 學 資 源	評 量 方 式
能 有 正 向 能 量 持 續 讓 祖 孫 及 親 子 關 係	<p style="text-align: center;">第四節 框住幸福照亮我家</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、相片、獎狀。</p> <p>二、相機、護貝、早期童玩與當今玩具或遊戲。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>影片欣賞：阿公的禮物。藉由影片重溫兒時祖 孫 的溫馨時光，讓孫子女更了解祖父母內心 感受。二、發展活動：</p> <p style="text-align: center;">分享彼此的生活模式：祖父母介紹童年玩 具，孫子女分享自己童年玩具的運用方式，如：祖 父母年代的玩具：彈珠、陀螺……。孫子女也教導祖 父母玩當下的玩具的運用方式，如：指尖陀螺、線 上遊戲、流行的開心農場遊戲…等。彼此在時間內 各自分享一項玩具運用方式的說明，參與者可直接 獲得金柑糖一顆。</p>	10' 25'	數位相機 相片 獎狀 護貝 早期童玩與 當今玩具或 遊戲	能專 心欣 賞 能認

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

<p>更 好</p>	<p>參、綜合活動</p> <p>一、展現成果時間：</p> <p>每個家庭成員將拿著「金柑糖的甜蜜愛心表」及「獎勵卡」進行拍照的活動，並且，將相片贈予各組、頒發獎勵品：金柑糖。</p> <p>二、展望未來：</p> <p>說出自己未來能為祖父母做的具體事項，（如：幫祖父母搥搥背、陪祖父母聊聊天……）。</p> <p style="text-align: center;">第四節 結束</p>	<p>25'</p>	<p>真思 考及 參與 討論</p> <p>能與 爺爺 奶奶 一起 合影 並與 家人 分享 心得</p>
----------------	--	------------	--

具體目標	教學活動	時間	教學資源	評量方式
能具有表達情感的能力	<p style="text-align: center;">第五節</p> <p style="text-align: center;">萬中選一，足「柑」心</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、大型金柑糖形狀盆栽、多肉植物苗。</p> <p>二、培養土、中型鏟子、噴水器。</p> <p>三、水彩筆、水彩顏料、水桶、調色盤。</p> <p>四、、金色染布、小型的圓形金柑糖禮盒</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>現場活動主辦單位準備檸檬愛玉飲品及仙草蜜茶參讓參加者享用，讓參加者與植物的距離更加接近。並且，主辦單位準備薰衣草餅乾及紅茶餅乾，讓參加者享用，引起參加者對於植物的喜愛。</p> <p>二、發展活動：</p> <p>萬中選一：主辦單位呈現多種多肉植物苗給所有現場的祖父母及孫子女參考，祖父母及孫子女</p>	15'	<p>大型金柑糖形狀盆栽</p> <p>調色盤</p> <p>多肉植物苗</p> <p>培養土</p> <p>中型鏟子</p> <p>噴水器</p> <p>水彩筆</p> <p>水彩顏料</p> <p>水桶</p> <p>金色染布</p> <p>金柑糖禮盒</p>	<p>能專心欣賞</p> <p>能認真思</p>

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

<p>可以任選多種的多肉植物贈送給對方(如：祖父母、孫子女)，接著，祖父母及孫子女必須上臺說出為什麼選擇這種多肉植物的原因。</p>	30'		考及 參與 討論
<p>參、綜合活動</p>			
<p>一、「畫」我們的金柑糖：</p>			
<p>祖父母及孫子女一起先把大型金柑糖形狀盆栽，先自由地將大型金柑糖形狀盆栽進行彩繪完成。</p>	40'		能與 爺爺 奶奶
<p>二、愛在金柑糖：</p>			
<p>祖父母孫及子女一起將選擇的多肉植物幼苗，栽種於大型盆栽當中。祖父母及孫子女。主辦單位會先講解及指示主要的及簡單的栽種程序及方式。</p>	60'		一起 合影 並與 家人
<p>三、「柑」心為你：</p>			
<p>祖父母及孫子女一起為栽種完成的大型金柑糖形狀盆栽想出一個屬於彼此的圖象。並且，以水彩繪畫於金黃色染布，完成之後，將金黃色染布放入小型的圓形金柑糖禮盒中。</p>	50'		分享 心得

	<p>四、「金」甜蜜分享時間：</p> <p>祖父母及孫子女一起上臺分享共同繪畫出屬於彼此的意象的意涵或象徵。</p> <p>第五節 結束</p>	45'		
--	--	-----	--	--

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

附件一：

學習單

彼此一起分享食物的心情

和祖父母一起分享食物的心情是：

和孫子女一起分享食物的心情是：

附件二

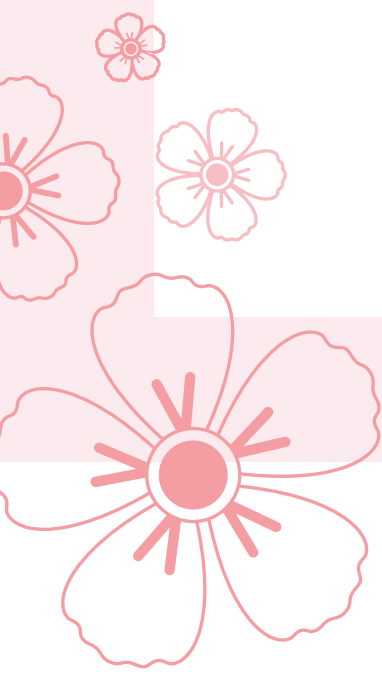
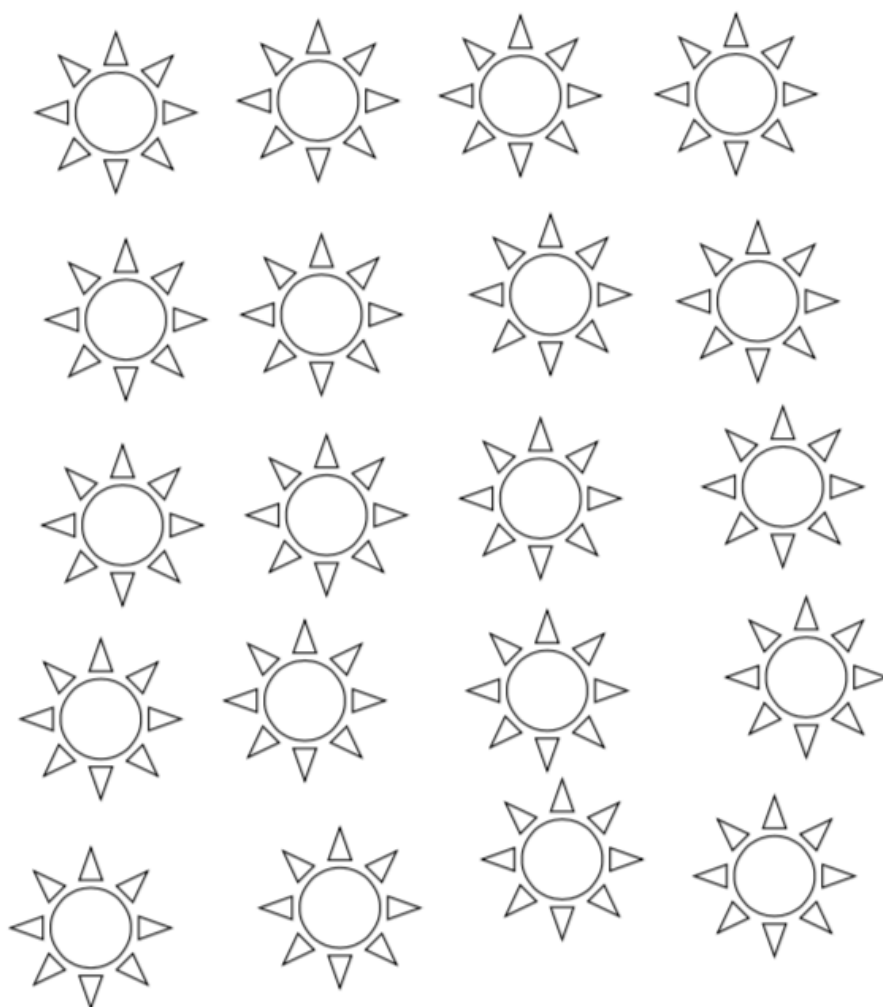
心情貼紙



記憶裡的金柑糖，等你來重溫

附件三

獎勵貼紙



附件四

獎勵卡

記憶裡的金柑糖，等你來重溫

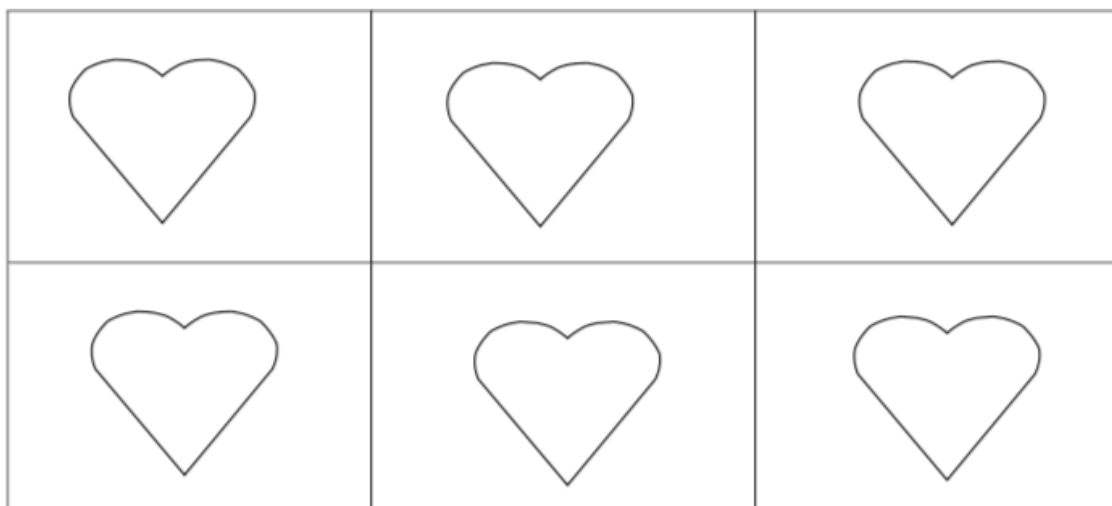
附件五

金柑糖甜蜜愛心表



附件六

讚貼紙





佳作



代間交享閱・How書福

鄭窈窕



方案背景：

人口老化的浪潮襲捲全球，在人口轉變過程中，少子女高齡化是全球最明顯的趨勢，也是最大的挑戰。臺灣於 1983 年老年人口比率達 7.1%，邁入 WHO「高齡化社會」，2017 年攀升至 13.33%，人口老化指數達到 100.18%，幼年人口則降至 13.31%，首度低於老年人口比例，至 2018 年 3 月，已經超過 14.06%，進入高齡社會(aged society)；依據國家發展委員會推估，2026 年恐將再超過 20%，躍居「超高齡社會」(superaged society)，對臺灣社會造成極大的衝擊和影響。同時，少子女化導致學齡人口下降，預估 18 歲至 21 歲之大學生人數，將自 2012 年的 128.3 萬人逐年遞減，推

估 2022 年，大學生人數將減少 26.1%，僅剩 94.8 萬人(教育部，2006)。家庭是文化傳承的單位，也是生命內涵的起源，家庭深深影響一個人

的一生，家庭的功能包含生育、社會化、經濟、感情、社會地位，所謂的社會化意指訓練孩童成為社會所接受的成員之功能(林振春，1993)。全家人的身心靈健康工程是時代新潮流，也是全民共同的願景。家庭裡的長輩、親輩、子輩、孫輩，密不可分的優質親情關係，端賴全家人不間斷的閱讀與學習，共同營建創造。

Hatton-Yeo 在 2000 年聯合國教科文組織(UNESCO)代間方案座談會中，界定「代間方案」係指兩代之間為了個人及社會利益，所進行的一種有意義的，而且是持續性的資源交換和學習的途徑(引自林麗惠，2003)。「代間學習」(Intergenerational Learning)指的是一種強調成人與兒童雙向學習的教學活動方式，透過世代間的互動讓老少成員都有所收穫與成長(Kaplan,2002；劉思岑、歐家好，2005)。高齡人口的遽增、少子女化的驟減、家庭結構改變、終身學習興起、以及重視代間融合議題等，乃臺灣正面臨之社會趨勢。

面對價值紛紜多變的世界，透過不同世代間之共學活動，雙向互動與分享彼此感受與看見，讓老少成員都能獲得有意義的收穫與成長。陳毓璟（2014）研究指出，在代間共學的課堂裡，參與者實地體驗不同世代間觀念上的差異性。彼此從原本敬老尊賢的尊卑態度逐步發展為學習夥伴的平等關係，透過不斷地互動與對話，消弭衝突與促進瞭解，也提供學生更多元的思考。

「代間共讀」能提昇知情意的讀書力，更能涵養世代親職教養、品格教育、人倫關係、處事方法等多元能力的養成，獲得未來踏入社會所需的溝通能力與先備知識，涵育出健康正向有能力的下一代。將「代間共讀」納入家庭休閒生活，藉以凝聚家人關懷，體悟飲水思源，傳承高齡者的生活智慧，進而對父母、祖先的尊重，強化家庭的向心力，營造幸福有愛的家庭氛圍，增益社會和諧關係。

方案設計理念與目標：

（一）方案設計理念

1、兒童在成長期的模仿力強，社會心理學家Albert Bandura 的「社會學習理論」（Social Learning Theory）強調，在社會情境中個體的行為因受別人的影響而改變，包含觀察學習（observational learning）與模仿（modeling）兩個概念，模仿是指個體在觀察學習時，對社會情境中某個人或團體行為學習的歷程。模仿的對象稱為楷模（model），「典範學習」是經由觀察和模仿別人的行為，而學習行為動作之模仿學習的過程。兒童的行為與人格是學習的結果，個體所處環境會塑造與修正其行為（Bandura, 1986；Bandura, 1977）。家庭中的高齡者與父母、社會上的成功人物以及偉人傳記類書籍，都是兒童最佳的典範學習對象。

2、透過閱讀並聯結典範人物的成功故事，經由閱讀卓越者之生命歷程，觸動代間的反思與啟發，激發效法的動機，邁向適性發展之途，進而落實於生活中，

產生積極而正向的勵志效應

3、臺北市樂齡學習示範中心設置於臺北市立圖書館總館，整合中心與圖書館團隊的豐富資源，秉持「代間共讀」的基本信念，針對各主題採用文章、影片、繪本等多元素材，啟迪兼具深度與廣度的閱讀素養，創造思考能力，提昇有效學習，運用活潑有趣的專題、活動、討論、對話、創作等體驗學習策略，啟發全人的三 H 學習：用心感覺(Heart)、用腦思考(Head)、動手創作(Hand)。

(二) 方案目標

- 1、認知：參與者能瞭解代間共讀的意涵與重要性，並運用在活動中。
- 2、情意：參與者能發展代間共讀的興趣與技巧，並培養自我統整之覺察與信心。
- 3、技能：參與者能產生代間共讀的想法或見解，並轉化為日常中的能力或習慣。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

(一) 活動帶領原則

1、代間共讀活動，包含兩個活動元素，分兩個階段性引導：(1)「共學：代間共讀與討論」高齡者與兒童共同參與閱讀學習；(2)「共享：代間分組學習圈」高齡者的親職學習與兒童的展延學習。透過代間攜手同步參與，促進共讀與親職的雙效增能。

2、代間經由共讀與討論，典範人物的成功故事、繪本故事等各種素材，並展延設計體驗活動，深探共學力，享受閱讀的喜悅與樂趣。

(二) 活動實施方式

- 1、活動日期：107 年 12 月 1 日至 12 月 22 日止 (共四單元)

2、活動時間：周六下午 14:00~16:00 (每次 2 小時，共 8 小時)

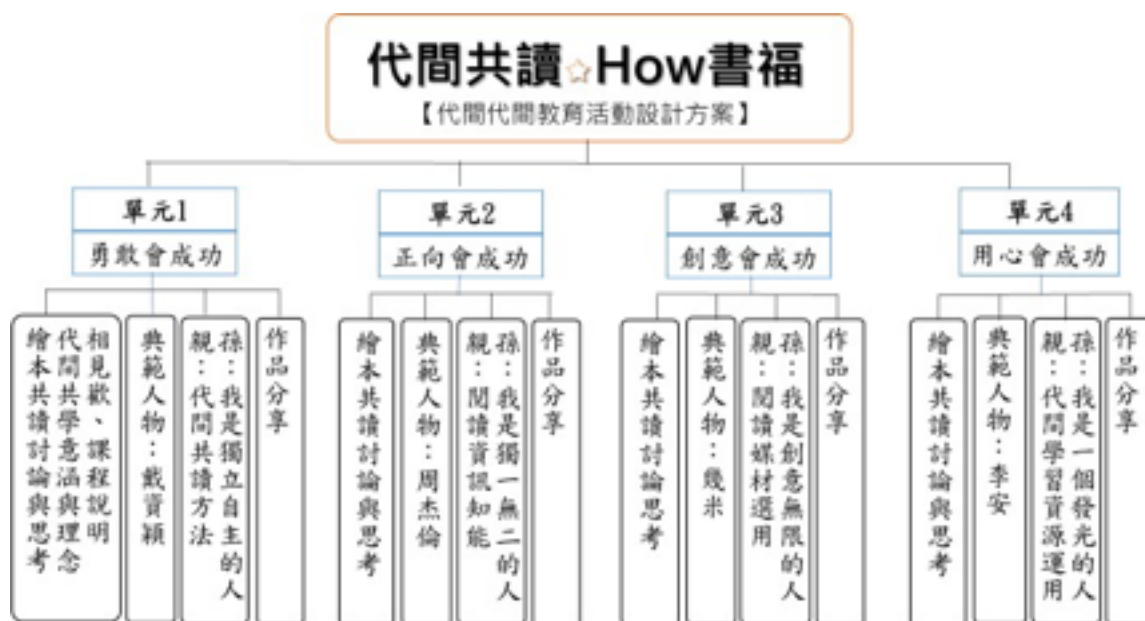
3、活動地點：臺北市立圖書館總館 11 樓研習教室

4、企劃暨授課：鄭窈窕

(國立臺中科技大學講師、教育部樂齡專業講師/規畫師/輔導員)

5、報名事項：即日起接受報名，(持樂齡學員證)總館 3 樓諮詢服務課服務臺報名。或電至 2755-3554 報名。

(三) 方案實施架構圖



參與對象和人數：

(一) 活動對象：臺北市樂齡學員、樂齡志工及一般樂齡市民。

(二) 參與人數：每單元 10~12 對代間，候補 3 對。總計約 80~96 人。

(每位兒童由 1 位自己的高齡者親屬陪同)



活動執行:

(一) 教學準備

教師	教學前準備：(1) 熟悉教材，研讀有關參考書籍與資料。 (2) 預備講義與教材、投影片、教具。 教學後反思：撰寫教學日誌、觀察學員上課反應及學習成效或改變；以期覺察並修調教學方式與教材，以利教學成效。
助教或志工	(1) 報到前：①預備電腦、單槍、麥克風、音響、紙張等器材。 ②場地安排與情境佈置 (2) 報到：簽到、名牌、領取材料和講義
	(3) 記錄：①拍照②共讀記錄③分組記錄 (4) 帶領「子」活動。
學員	(1) 攜帶筆記本、寫字筆、繪圖用品、環保杯。 (2) 帶著快樂學習、喜悅分享的心。

(二) 單元活動設計

★ 單元一：【勇敢會成功】

1、單元教學目標

教學目標	(1) 課程說明及認識老師和同學 (2) 了解不同世代互動關係的轉變 (3) 建構愛讀書的樂齡代間學習型家庭
教學方法	主題講述法、對話教學法、遊戲教學、體驗學習、回饋與分享。

2、教學活動

教學流程	時間	教學資源
(1) 引起動機「代間共學趣！」 ①課程說明與闡述代間共讀理念 ②相見歡「彩色朋友」	10"	• 音樂 • 紙條
(2) 主題活動「共學：代間共讀與討論」 ①暖身活動：「跳跳兔」 ②閱讀討論與思考：繪本《逃家小兔》 Q1. 封面的兔子牠們在哪裡？天氣看起來怎麼樣？ Q2. 你覺得兔子媽媽在說什麼？小兔子怎麼回答？ Q3. 如果你是兔媽媽，妳會放心小孩出去玩嗎？ Q4. 大人平時會放心讓孩子出去嗎？ Q5. 你猜書裡的小兔子幾歲？ Q6. 你覺得多大的孩子才能自己外出？要注意什麼事？ Q7. 什麼叫「離家出走」？逃家，是什麼意思？ Q8. 如果家裡的大人不知道你離開，會有什麼危險？ Q9. 小兔子變成魚，媽媽就變成捕魚人，會不會被捉到？ Q10. 為什麼媽媽用紅蘿蔔去釣牠？小兔子會不會上鉤？媽媽的表情看起來怎麼樣？	50"	• 繪本

<p>Q11. 你覺得兔媽媽了不了解小兔？</p> <p>Q12. 你喜歡媽媽用什麼方式鼓勵你？</p> <p>Q13. 兔媽媽身上的繩子是做什麼用的？她的背包鼓鼓的，有什麼東西？</p> <p>Q14. 當小兔子變成小鳥，飛得遠遠的，這時候，媽媽為什麼要變成樹？</p> <p>Q15. 當小兔子變成小帆船，飄得遠遠的，媽媽就變成風，她說：把你吹到我要你去的去的地方，為什麼？</p> <p>Q16. 你覺得故事裡的兔媽媽是哪一種媽媽？</p> <p>Q17. 你覺得小兔子為何要一直跑出去？</p> <p>Q18. 媽媽為什麼要變成各種不同的角色去找小兔子？</p> <p>Q19. 為什麼這本書有黑白頁也有彩色頁？有什麼差別嗎？</p>		
<p>(3) 典範人物：世界球后戴資穎</p> <p>◎戴資穎：「什麼滋味最好，可以一直做自己喜歡的事，這樣的滋味，真好。」</p>	10”	戴資穎的資料與影片
<p>(4) 分組活動「共享：代間分組學習圈」</p> <p>①[子]學習圈：我是獨立自主的人[小兔歷險記]</p> <p>②[親]學習圈：閱讀賞析紀錄及心得分享</p> <p>· 親職文章：p. 93 用運動提昇學習力</p>	30”	<ul style="list-style-type: none"> 繪圖用品 兔子圖 文章
<p>(5) 展延活動</p> <p>①作品欣賞與分享</p> <p>②今日學習心得分享</p>	20”	
<p>(6) 回顧與展望</p> <ul style="list-style-type: none"> · 下次日期：107.12.8 (六) 14:00~16:00 · 下次主題：正向會成功 · Home Work：回家後分享故事給沒參加的家人朋友聽。 		6 格小書
3、評量方式		
學員熱烈參與討論程度、參與率、作品的表現。		
4、預期效益		
<p>(1) 增益代間彼此尊重獨立自主的自由</p> <p>(2) 增益家庭不同世代互動關係的正向轉變</p> <p>(3) 透過今日活動體驗學習，豐富樂齡期代間和諧關係</p>		

單元二：【正向會成功】

1、單元教學目標

教學目標	(1) 分享自己擁有的獨特性 (2) 理解家庭成員彼此的差異性 (3) 建構不同世代的相互理解與調適
教學方法	對話教學法、多媒體教學、體驗學習、舞台策略、回饋與分享。

2、教學活動

教學流程	時間	教學資源
(1) 引起動機 暖身活動：「點點捉迷藏」	10"	• 小點貼紙
(2) 主題活動「共學：代間共讀與討論」 -閱讀討論與思考：繪本《點》 Q1. 在這個教室空間有什麼圓的點點或圓的顏色？ Q2. 畫畫課結束後，歲歲還是沒有離開為什麼？ Q3. 看到歲歲的白紙，老師怎麼說？你覺得呢？ Q4. 如果紙是黑色的呢？ Q5. 如果紙是紅色的呢？ Q6. 歲歲在白紙上「諾」畫一個點點？老師怎麼做？ Q7. 接下來發生了什麼事？ Q8. 你認為讓歲歲改變的原因是什麼？ Q9. 如果你是開了畫展的歲歲，你的心情如何？ Q10. 一個小男孩一直盯著畫，歲歲為何說你絕對沒有問題？ Q11. 小男孩畫的時候，手為什麼一直不停的發抖？ Q12. 當歲歲把畫紙推向小男孩說請簽名，男孩的心情如何？ Q13. 你覺得小男孩會畫出什麼樣的線？幾個顏色？ Q14. 最後小男孩在甚麼地方畫一條直線？ Q15. 如果歲歲沒有遇到這位老師，會如何呢？ Q16. 怎樣可以當一個像書中的老師那樣的大人呢？	50" • 繪本	
(3) 典範人物：音樂才子周杰倫 ◎周杰倫從小被音樂老師認為他音樂出類拔萃，但是被其他老師認為他智力有障礙 ◎教養孩子三不政策：不嘮叨、不指責、不脅迫	10"	周杰倫的資料與歌曲

<p>(4) 分組活動「共享：代間分組學習圈」</p> <p>①[子]學習圈：我是獨一無二的人[豆豆獨特貼]</p> <p>②[親]學習圈：家庭共學分享與蒐集資訊之能</p> <p>· 親職文章：p130 讓孩子向大自然的蘋果樹</p>	30”	<ul style="list-style-type: none"> 繪圖用品 大中小點貼紙 文章
<p>(5) 展延活動</p> <p>①作品欣賞與分享</p> <p>②今日學習心得分享</p>	20”	
<p>(6) 下次預告</p> <ul style="list-style-type: none"> 下次日期：107.12.15（六）14:00~16:00 下次主題：創意會成功 下次請攜帶一條孩子的寶貝毯或寶貝物品 Home Work：回家後分享故事給沒參加的家人朋友聽。 		6 格小書
<p>3、評量方式</p>		
<p>學員熱烈參與討論程度、參與率、作品的獨特性。</p>		
<p>4、預期效益</p>		
<p>(1) 增益代間了解彼此所擁有的獨特性</p> <p>(2) 增益家庭不同世代互相同理與接納差異性的存在</p> <p>(3) 透過今日活動體驗學習，提升樂齡期代間的愛與理解</p>		

單元三：【創意會成功】

<p>1、單元教學目標</p>		
<p>教學目標</p>	<p>(1) 分享生活中的創意</p> <p>(2) 欣賞與觀察家庭中有創意者的樂趣</p> <p>(3) 促進家庭代間相互學習創意開發</p>	
<p>教學方法</p>	<p>對話教學法、舞台策略、體驗學習法、鷹架策略、回饋與分享等。</p>	
<p>2、教學活動</p>		
<p>教學流程</p>		<p>時間</p>
<p>(1) 引起動機</p> <p>暖身活動：「寶貝物 Show Time」</p>		<p>10”</p> <ul style="list-style-type: none"> 音樂

<p>(2) 主題活動「共學：代間共讀與討論」</p> <p>-閱讀討論與思考：繪本《阿文的小毯子》</p> <p>Q1. 阿文不管到哪做什麼都帶著小毯子，喜歡的巧克力、餅乾、汽水，小毯子也都會沾上去，會發生什麼事呢？</p> <p>Q2. 如果你是阿文的家人你會怎麼辦？</p> <p>Q3. 有沒有把東西丟掉的經驗？</p> <p>Q4. 如何保留孩子的作品？</p> <p>Q5. 毯子可以用來做什麼？</p> <p>Q6. 用盡各種方法，阿文還是每天帶著小毯子，媽媽該怎麼辦？</p> <p>Q7. 如果這毯子是你的，你會怎麼辦？</p> <p>Q8. 開學了，阿文不能帶毯子去學校，阿文的媽媽怎麼做？</p> <p>Q9. 阿文為何一定要帶著小毯子？有什麼特別的意義呢？</p> <p>Q10. 大人該如何了解孩子看事情的立場與想法呢？</p>	50"	• 繪本
<p>(3) 典範人物：繪本一哥幾米</p> <p>◎幾米的故事引領著每一位欣賞他作品的人看到並相信世界上的美與善。</p>	10"	幾米的資料與著作
<p>(4) 分組活動「共享：代間分組學習圈」</p> <p>①[子]學習圈：我是創意無限的人[創意小黑變變變]</p> <p>②[親]學習圈：電子媒材選用與建立閱讀資料</p> <p>• 親職文章：p124 創意時帶的腦力競爭</p>	30"	<ul style="list-style-type: none"> • 繪圖用品 • 4cm 黑點 • A4 紙長邊對切 • 文章
<p>(5) 展延活動</p> <p>①作品欣賞與分享</p> <p>②今日學習心得分享</p>	20"	
<p>(6) 下次預告</p> <ul style="list-style-type: none"> • 下次日期：107.12.22（六）14:00~16:00 • 下次主題：用心會成功 • Home Work：回家後分享故事給沒參加的家人朋友聽。 		6 格小書
3、評量方式		
學員熱烈參與討論程度、參與率、作品的創造力。		
4、預期效益		

- (1) 增益世代間的生活創意
- (2) 增益家庭成員創造新的互動模式
- (3) 透過今日活動體驗學習，創造與時俱進的樂齡期代間情感

單元四：【用心會成功】

1、單元教學目標		
教學目標	(1) 分享築夢踏實的歷程 (2) 了解不同世代對成功詮釋的轉變 (3) 創造雙贏的樂齡期代間關係	
教學方法	對話教學法、遊戲教學、合作學習、鷹架策略、回饋與分享等。	
2、教學活動		
教學流程	時間	教學資源
(1) 引起動機 暖身活動：「大腳大」	10"	音樂
(2) 主題活動「共學：代間共讀與討論」 -閱讀討論與思考：繪本《大腳丫跳芭蕾舞》- Q1. 為什麼叫大腳丫？ Q2. 什麼是芭蕾舞？從她的表情看，她喜歡跳芭蕾舞嗎？ Why？ Q3. 你有學芭蕾舞嗎？還是學什麼才藝？有表演過嗎？表演前是什麼心情？ Q4. 貝琳達跳芭蕾舞發生了什麼事？她為什麼要躲在布幕的後面？ Q5. 她的腳是個問題嗎？為什麼？腳很大跳舞就會跌倒嗎？ Q6. 有規定多大尺寸的腳才能跳芭蕾舞嗎？ Q7. 小朋友的學習過程中，有中途放棄的經驗嗎？ Q8. 沒機會表演的貝琳達是什麼心情？為什麼？ Q9. 如果那些評審看過貝琳達的一躍，會讓她繼續跳嗎？ Q10. 貝琳達的腳沒有變小，為什麼現在沒有人去注意她的腳是不是很大？ Q11. 別人對你不滿意時，你要怎麼辦？要不要很快就放	50"	• 繪本

棄？ Q12. 你看到別人沒做好，要怎麼跟他說比較好？ Q13. 遇到挫折時怎麼辦？		
(3) 典範人物：臺灣之光李安 ◎學習他的努力與不放棄！	10”	李安的資料與電影
(4) 分組活動「共享：代間分組學習圈」 ①[子]學習圈：我是一個發光的人[九宮格發光人] ②[親]學習圈：營造愛讀書的家與共讀方法 ·親職文章：p127 不要再截長補短	30”	·繪圖用品 ·九宮格圖畫紙 ·文章
(5) 展延活動 ①作品欣賞與分享 ②今日學習心得分享	20”	
(6) 下次預告 ·分享學習心得與未來期待 ·Home Work：回家後分享故事給沒參加的家人朋友聽。		6 格小書
3、評量方式		
學員熱烈參與討論程度、參與率、學員對代間共讀之體會力。		
4、預期效益		
(1) 增益代間互相鼓勵與支持築夢踏實 (2) 增益家庭成員開放心胸欣賞各自不同的成功模式 (3) 透過今日活動體驗學習，豐富樂齡期代間和諧關係		



整體方案具體效益指標

經由四次的代間共讀活動中，讓高齡者與兒童學習到：

- (一) 增進家庭代間共讀的涵養與習慣，落實家庭閱讀觀。
- (二) 增能家庭代間閱讀思考與對話討論的能力。
- (三) 透過講師的帶領，在愉快溫暖的情境下，豐富樂齡期代間學習經驗。



參考文獻資料

- 林振春(1993)。社會工作，P84。臺北市：師大書苑。
- 林麗惠(2003)。運用代間方案推動社區成人教育。成人教育學刊，72，46-49。
- 教育部(2006)。邁向高齡社會老人教育政策白皮書。取自
<http://edu.tw/files/publication/B0034/951225.pdf>
- 國家發展委員會(2016)。中華民國人口推估(105至150年)報告。取自
https://www.ndc.gov.tw/Content_List.aspx?n=84223C65B6F94D72
- 劉思岑、歐家好(2005)。運用代間學習推動環境教育之研究回顧。台北市立教育大學，2005年中華民國環境教育學術研討會論文集，51-58。
- 洪蘭(2010)。理直氣平：勇於改變才會進步。臺北市：遠流。
- 陳毓璟(2014)。代間學習策略融入社會老年學之學習歷程與成效研究。教育科學研究期刊，59(3)，1-28。
- Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of Thought and action. Englewood. Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.



佳作



「老童玩、促健康」 代間教育活動設計方案

蕭月娟



方案背景：

一、高齡社會來臨

隨著社會的進步、經濟的發展、醫療的發達、公共衛生的改善，以及個人對健康養生的重視，使得平均餘命逐年延長，再加上出生率未見增加、戰後嬰兒潮世代已逐步進入高齡族群，使得臺灣高齡人口數和比率皆呈現顯著的成長。2018年3月高齡人口比率已達14%，正式邁入「高齡社會」(aged society)。預估2025年高齡人口比率將超過20%，達到「超高齡社會」(super-aged society)的指標(內政部統計處，2018)。因此高齡人口數不斷的攀升，高齡者的健康及照顧問題益形重要。

二、高齡者的健康更應受重視

根據健康促進統計年報(2017)指出65歲以上高齡者的失能率：65-74歲為7.0%，75-84歲為21.6%，85歲以上竟高達44.2%。顯示隨著年齡越高，失能風險跟著大增。因此預防高齡者失能實在是刻不容緩。在追求長壽的同時，更應該重視延長高齡者的健康餘命。其中以肌少症所造成的跌倒、骨折及失能的醫療或照顧成本逐漸被國內外老年醫學及公衛重視，肌少症所造成的生活品質下降更是不容忽視的議題。

三、高齡者與孫子女相處時間減少

根據2013年老人狀況調查報告(2014)得知高齡獨居者於1999年為9.2%，到了2013年已經增加到11.1%。同時間與孫子女同住者則由39.9%減少至38.8%。顯示出高齡者與孫子女不住在一起的比率有增加的趨勢，無法住在一起，那麼相處的時間也將跟著減少，代間互動的減少，一方面會造成代間情感的疏離，造成年輕世代更無法融洽的與高齡世代相處，另一方面高齡世代也將無法將豐富的生命經驗傳承給年輕世代。

「老童玩、促健康」 代間教育活動設計方案

四、高齡者的社會參與亟待提升

進入高齡社會後，高齡者的社會參與益顯重要，雖然各單位積極辦理活動來增加高齡者的社會參與，但是截至2013年仍有49.6%的高齡者完全沒有參加任何宗教活動、志願活動、進修活動或者任何形式的團體活動（2013年老人狀況調查報告，2014）。如此高比率的高齡者無任何社會參與，勢將威脅高齡者的健康。因此，提升高齡者的社會參與是刻不容緩的。



方案設計理念與目標：

一、方案設計理念

（一）讓高齡者與兒童共同學習，了解不同世代間的想法與處事方式，分享彼此的經驗，降低世代間溝通的隔閡與迷思。

（二）透過高齡者與兒童共同學習，建立友善的社區，讓不同世代間更加了解彼此，可以在社區中可以相處得更和諧。

二、目標

- （一）增進代間互動的機會
- （二）促進代間相互學習
- （三）提升代間溝通技巧
- （四）增加代間社會參與



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

一、方案主要內容概述

1、方案執行地點：高雄市鳳山區樂齡學習中心

2、方案執行時間：每週執行一次，每次兩個小時，共執行四次，八小時。

3、教學方法：配合兩個世代的習慣語言能力，擔任課程或活動帶領人，需要同時使用國、台語講授或帶領，為確保教學品質，可以融入多媒體教學，但是在播放教學過程中，須考慮到高齡學員的生、心理特徵。

4、志工協助：為確保學習效果，於活動進行前，須先訓練協助志工，熟習活動流程與現場狀況協助，以達預期的效果。



參與對象和人數：

活動對象以鳳山樂齡學習中心學員為主，選取鳳山樂齡學習中心學員6人，另選取兒少課輔學童，選取小學三、四年級學童6名，男女不拘。



活動執行：

次序	單元名稱	單元目標	活動內容摘要	時間
1	認識牙齒	1.認識彼此 2.訂定團體目標與個人目標 3.認識牙齒及其功能 4.學會正確清潔牙齒的方法	1.帶領者自我介紹 2.成員自我介紹 3.介紹牙齒及其功能 4.介紹牙齒的清潔工具與用法 5.如何正確清潔牙齒 6.定期看牙醫	5 25 30 20 30 10
2	口腔保健	1.認識彼此 2.了解口腔保健的意義 3.學會正確口腔保健的方法	1.分組複習牙齒清潔 2.學習單分享、討論 3.講授口腔保健 4.學習健口操 5.手作心肺訓練玩具	20 10 30 30 30
3	健康飲食介紹	1.分享彼此的飲食習慣。 2.認識人體需要的營養素。 3.學習區別健康食物與食品	1.分組複習健口操 2.學習單分享、討論 3.分享玩具使用心得 4.分享飲食習慣 5.學習六大營養素 6.學習健康食材 7.認識營養標示法	15 15 15 30 20 10
4	認識我的餐盤	學會設計自己的餐盤	1.分組複習 2.學習單分享、討論 3.阿孫來學阿嬤的手路菜	15 15 90

「老童玩、促健康」 代間教育活動設計方案

二、各項活動/教學預期目標與效益

- 1、學會正確清潔牙齒的方法
- 2、學會正確口腔保健的方法
- 3、學會從健康食材攝取人體需要的營養素
- 4、學會共同完成一桌美味營養的餐食

三、各項活動/教學準備

1、教材：依據教育部樂齡學習網站所提供之教材，衛生福利部國民健康署社區預防及延緩失能方案人員培訓計畫教材資源包。

2、教室空間與環境：為考量學童交通安全及接送問題，以鳳山樂齡學習中心拓點至五甲老人活動中心為主要活動地點。該地點所提供的空間，更適合代間學習。該地點空間更適合烹飪的實作活動。

3、師資/人力：師資以鳳山樂齡學習中心之師資為主，並須通過衛生福利部國民健康署辦理之師資培訓。協助志工3名，以鳳山樂齡學習中心優先，並且須要經過課前訓練課程，而且須全程參與者。

4、評量：每一次課程皆設計相關學習單，並且於下次活動時，彼此分享、討論。

5、工具：衛教單張、牙齒模型、牙刷、牙線、牙間刷、吸管、細線、保麗龍球、透明膠帶、剪刀、西卡紙、彩色筆、代針筆、海報、食品包裝袋、烹飪用具等。



整體方案具體效益指標

- (一) 透過本代間共學方案，讓代間相處可以更和諧。
- (二) 透過本代間共學方案，養成良好的口腔衛生習慣。
- (三) 透過本代間共學方案，養成健康的飲食習慣。
- (四) 透過本代間共學方案，一起享受祖孫共同備餐的溫馨時光。
- (五) 透過本代間共學方案，增加高齡者的社會參與。
- (六) 透過本代間共學方案，高齡者得以將豐富的經驗傳承給另一世代。
- (七) 透過本代間共學方案，培養學童正確的老化觀念，得以建立友善社區



活動之參考文獻資料

內政部統計處(2018)。內政統計月報。2018年6月03日取自 https://www.moi.gov.tw/files/site_stuff/321/1/month/month.html

衛生福利部國民健康署(2017)。健康促進統計年報。臺北市：衛福部。2018年6月3日取自<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=268&pid=8535>

衛生福利部(2014)。中華民國102年老人狀況調查報告。臺北市：衛福部。



佳作

【阿公的回憶錄】

聲動繪本代間方案

謝明原、陳怡瑄

【阿公的回憶錄】

聲動繪本代間方案

阿公的故事，兩人一起來畫
再請阿公看著畫面講故事，讓孫子用影像記錄下來，
出版的繪本裡，每幅畫旁都有一個QR code，
手機一掃描，就能看/聽見阿公的娓娓道來！

方案背景：

身為祖父母，代表的意義與價值是生命的延續、情感的實現、經驗的傳承、心願的實踐等。祖孫關係的維繫除了靠血緣關係外，還有情感的支持、人格特質的影響，以及雙方互動互信的結果。（老人教育白皮書，2006，p. 16）

經由有組織的代間學習規劃，無論是年長或年輕世代均有正向的效益，透過社區世代學習活動，更能促進祖孫間的親子關係。本方案預計改良一般的銀髮繪本形式，過去由阿公阿嬤自己獨畫，但由於長輩不習慣畫畫和書寫，因此需長時間的繪畫課程才能產出作品。

「生命的意義，在創造宇宙繼起之生命」每位阿公阿嬤活過的精彩一生，都需要傳承給孫兒輩，讓他們更理解阿公阿嬤！因此，本方案將重新設計「生命繪本」的傳統課程形式，加入代間與科技元素，目標是讓更多人可以在短時間內參與，並各自發揮所長。因此將以出版一本共創的「聲動繪本」為目標，在6小時的課程中，導入QR CODE、影片拍攝等時代元素，讓每位參與者擔任適切與有意義的角色，各自發揮所長，並讓繪本跳脫平面化，有畫、有聲音、有影像，跳脫平面化，與目前繪本的發展趨勢同步！有聲有影，阿公的回憶錄，更生動，更綿長！



方案設計理念與目標

■ 設計理念：

以「學習·共創」的課程設計理念，多元的創作形式，透過學習互動發展更融洽的代間關係。

■ 方案目標：

本方案預計達成以下幾個目標：

1. 透過共創時的互動，提升代間的了解，改變兒童對長輩的刻板印象。
2. 透過各自強項的發揮，增加彼此欣賞的機會。
3. 提供銀髮族了解新科技的機會，並藉此新科技紀錄自己的生命故事。
4. 透過新科技的學習，建立銀髮族自尊和自我信賴的機會。



方案主要內容概述與活動帶領主要原則：

1. 最終產出：聲動繪本一本
2. 內容元素：聲動/阿公阿嬤為繪本說故事的影像紀錄
繪本/孫兒或祖孫一同創作的畫
3. 本計畫招募10組祖孫，一起透過多媒材教學、學習單與互動討論等形式，每週進行代間學習2小時（共2週，4小時），再透過繪畫創作，影像紀錄等工作，促進雙向的溝通與了解，祖孫二代的成品交由專業編輯人員進行出版編輯，在最後一場次（2小時）的繪本發表會，邀約全家人一同來為「聲動繪本」留下永恆的紀錄。

【阿公的回憶錄】 聲動繪本代間方案

方案課程的架構與安排如下表所示：

	主題/課程內容	目標
第一場	祖孫「畫」當年 (2HR)	祖孫共同尋找出繪畫主題，並畫出記憶，預計產出十幅繪本畫作。
第二場	為畫「說」故事 (2HR)	由孫兒幫長輩錄影，預計產出十段依據畫作內容的說故事影像。
第三場	「聲動」繪本發表會 (2HR)	在繪本出版後，邀約全家人一起來，領取繪本並現場發表交流，凝聚家族感情。

【繪本範例】





參與對象和人數：

嘉義縣民雄鄉山中社區(民雄樂齡學習中心山中分班)

10位樂齡學員與他們的孫子



活動執行：

教學活動	時間	教學資源	教學評量
<p style="text-align: center;">第一週</p> <p>子題一：祖孫「畫」當年</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、教師準備</p> <p> (一)繪本的元素 PPT</p> <p> (二)整體活動任務介紹 PPT</p> <p> (三)繪本說故事影片</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=fjYAuzLDnxQ</p> <p>14:28~</p> <p> (四)繪本 10-20 本</p> <p> (五)圖畫紙</p> <p> (六)主題與故事記錄單(附件 1)</p> <p>二、學生準備</p> <p> (一)蠟筆/彩色筆/水彩</p> <p>貳、發展活動</p> <p> 一、引發動機</p>			

【阿公的回憶錄】

聲動繪本代問方案

(一) 實體繪本展示並請學員各自選一本翻閱。	10'	繪本	
(二) 教師提出問題請學員回答： 知道這是什麼嗎？大家都可以當插畫家來出繪本喔！	2'		
(三) 播放「整體活動任務介紹」PPT	3'	PPT	【教師觀察】
(四) 播放繪本說故事影片	2'	影片	能理解本次活動的任務
(五) 教師歸納統整： 這次的任務不同以往，不只要畫出一張畫，還要拍出阿公阿嬤說故事的影像，但你只要說孫兒畫的那張畫的故事，很有挑戰性，但卻是意義十足	3'		
二、發展活動			
(一) 繪本的元素 PPT 教師介紹繪本畫作的主要元素，和故事性的重點。	7'	PPT	
(二) 由教師引導學員構思主題	3'	主題與故事記錄單	【實作】完成主題與故事記錄單(附件1)
(三) 祖孫共同討論主題	15'		
(四) 主題發表 必須陳述為什麼選這個主題?有什麼故事?	15'		
(五) 祖孫根據主題創作出繪畫	50'	圖畫紙/蠟筆	【實作】完成畫作
參、綜合活動			
(一) 成品展示與心得分享	10'		

<p>各組推派代表針對今天的活動進行分享並展示成品，畫作若未完成，可作為回家作業，在下一次活動開始時繳回。</p> <p style="text-align: center;">第一場 結束</p>			
第二週			
子題二：為畫「說」故事			
壹、準備活動			
一、教師準備			
(一) 十組腳架			
(二) 自製「人物說故事拍攝重點」PPT			
二、學生準備			
(一) 手機			
(二) 已完成之畫作			
貳、發展活動			
一、引發動機			
(一) 繪本說故事影片	3'	影片	
https://www.youtube.com/watch?v=fjYAuzLDnxQ 14:28~			
(二) 教師進行問題引導	2'		
你覺得拍攝時要注意的點有哪些呢？			
二、發展活動			
(一) 現場示範拍攝重點	10'	腳架 手機	【教師觀察】
由教師邀約一組成員，現場示範與指導拍攝重點。			能指出影片拍攝重點

【阿公的回憶錄】

聲動繪本代問方案

<p>(三) 教師提出問題學員回答： 現場示範的拍攝重點有哪些呢？</p>	3'		
<p>(四) 教師再度歸納統整拍攝重點</p>	2'		
<p>(五) 各組分散進行拍攝工作 教師與志工巡迴各組進行指導。</p>	60'	腳架 手機	【實作】 能產出一支 說故事影片
<p>參、綜合活動</p> <p>(一) 成品展示與心得分享</p> <p>各組推派代表針對今天的活動進行分享 並展示成品，影片拍攝若不滿意，可回 家後續拍，於一週內繳交影片作品。</p> <p style="text-align: center;">第二週 結束</p>	40'	影片	
第三週			
子題三：「聲動」繪本發表會			
<p>壹、準備活動</p> <p>一、教師準備</p> <p>(一) 場地布置 (在書局舉辦)</p> <p>(二) 投影機</p> <p>(三) 印製好之「聲動」繪本</p> <p>(四) 活動側拍影片</p> <p>二、學生準備</p> <p>(一) 手機</p>			



貳、發展活動			
一、活動流程			
(一) 活動側拍影片	5'	影片	
(二) 長官致詞/頒發繪本	20'	繪本	
(三) 祖與孫代表心得分享(各1位)	5'		
(四) 繪本透過大螢幕發表(1~5組)	20'		
(五) 祖與孫代表心得分享(各1位)	5'		
(六) 繪本透過大螢幕發表(6~10組)	20'		
(七) 祖與孫代表心得分享(各1位)	5'		
(八) 茶敘	30'	點心	
第三週 結束			



整體方案具體效益指標

- 1.本方案執行後，產出1本「聲動」繪本，內含10幅共創畫作與10段故事視頻。
- 2.10組家庭促進更和諧的代間關係。



活動之參考文獻資料

- 老人教育白皮書，教育部，2006，p.16
- 課堂教學視頻的力量—網路時代教師 群體學習的新管道〔J〕· 開放教育研究(2)：80 -85

【阿公的回憶錄】 聲動繪本代間方案

【附件 1】主題與故事記錄單

【阿公的回憶錄】聲動繪本代間方案

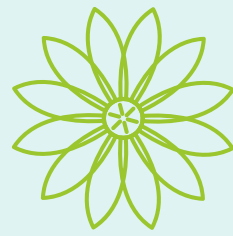
主題與故事記錄單

(祖) 姓名：_____ 年齡：_____

(孫) 姓名：_____ 年齡：_____

■ 主題：

■ 故事大綱



107年度徵選優質代間教育活動設計方案彙編

總編輯：李百麟、何青蓉、楊國德

編輯團隊：樂齡學習南區輔導團

國立高雄師範大學成人教育研究所/中心

執行編輯：曾玉靜

排版美編：卓芸萱

出版單位：教育部

執行單位：終身教育司

地址：100臺北市中正區中山南路5號

電話：(02) 77366666轉終身教育司家庭及高齡教育科

出版日期：民國108年11月

ISBN: 9789865444266 (PDF)

其他類型版本說明：

本書同時登載於教育部樂齡學習網

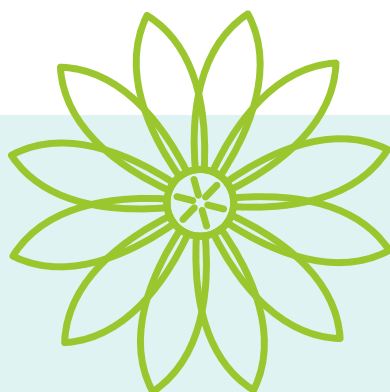
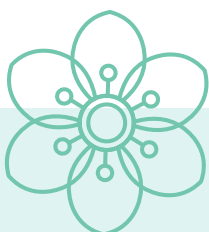
<https://moe.senioredu.moe.gov.tw//> 報告出版品與教材

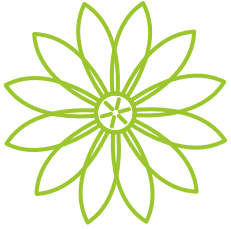
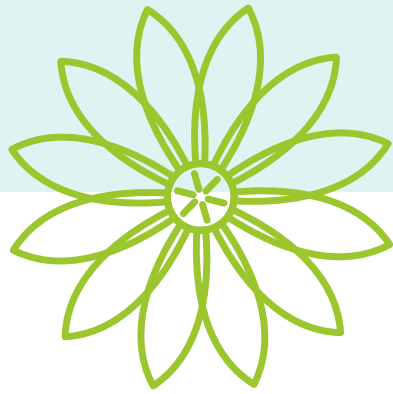
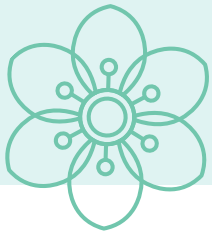
國立高雄師範大學成人教育研究所/中心

地址：80201高雄市苓雅區和平一路116號

電話：(07) 7172930 # 2053

※版權所有 非經出版單位同意不得轉載、複製及翻印※





教育部樂齡學習網

<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/>



教育部樂齡學習 南區輔導團facebook

