

家庭教育方案設計

學校：南投縣光華國民小學 年級或領域：高年級彈性領域 設計者：高年級團隊

單元名稱：我家的家規

一、設計說明

(一)設計理念

家庭是孩子成長過程中最早接觸的社會單位，許多價值觀與行為規範的建立，皆源自於家庭生活中的日常實踐。家庭中的「規範」雖然形式各異，卻共同承載著親子互動、生活秩序與責任分工等多重意義。

本教案以「我家的家規」為主題，透過討論與分享，讓學生主動覺察並表達自己家庭中的行為準則，進而理解規範背後的用意與價值。同時，在同儕間的交流中，學生也能學會尊重不同家庭文化與生活方式的差異，提升包容力與同理心。

(二)內容重點

1. 認識家庭中常見的規範（如作息、用錢、用網、家事等）。
2. 能表達自己家庭中的規範與背後原因。
3. 學習尊重與理解不同家庭的規範差異。
4. 引導學生思考規範對家庭和諧的重要性。

(三)單元架構

活動名稱	次數	時間（分）	單元重點
我家的家規	第1節	40 分鐘	認識家庭中常見的規範（如作息、用錢、用網、家事等）。

(四)單元內容

議題		家庭教育	設計者	
實施年級		高年級	總次數	共 次，合計 分鐘
單元名稱		我家的家規		
設計依據				
總綱 核心 素養	面向	A自主行動		
	項目	A2系統思考與解決問題		
	項目 說明	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。		
家庭 教育	主題軸		2/B家人關係與互動	
	學習 重點	學習 表現	5-III-1分析並反思家庭生活中的家務分工。	
		學習 內容	E-III-1 家務分工的意涵。 E-III-2 符合個人發展的家務分工。	
議題 融入		學習 主題		
		實質 內涵		
與其他 領域/ 科目的 連結		領域	社會	
		學習 表現	社3c-III-2 發揮各人不同的專長，透過分工進行團隊合作。	
		學習 內容	社Dc-III-1 團體或會議的運作可以透過成員適切的討論歷程做出決定。	
教材來源		南投縣光華國小彈性領域主題課程自編 高級中等以下學校及幼兒園家庭教育議題教師手冊		
教學設備/資源		書籍：上誼出版社【莉絲的要和不要】 反思單、		

學習目標

- 1、能認識家務與家庭規則。
- 2、能知道不同的家庭背景會使其對社會事務的觀點與感受產生差異。
- 3、能分享自己的家庭事務與規則。
- 4、能參與家務工作。
- 5、能了解了解家庭資源的意涵。
- 6、能了解個人生活行為對家人健康的影響。

活動設計

活動一

導讀：我家的家規【莉絲的要和不要】

活動二

小組問題討論，分組發表

- 1、在家中有那些規定要你遵守呢？你家的家規是什麼？
- 2、家規是誰訂的？怎麼訂出來的？
- 3、你對自己家的家規有什麼想法？

活動三

家規有多少

- 1、為什麼要遵守家規？
- 2、你家現在正在實施的家規是什麼？
- 3、你覺得現在正在實施的家規中需要做什麼改變嗎？
- 4、目前你們有哪些家規是合適的？
- 5、有哪些家規必須改變或拋棄的？
- 6、你們家必須再制定新的家規嗎？

活動四

問題討論

- 1、當有人不遵守或破壞規則時，會發生什麼事？
- 2、你能夠對家裡的誰說你內心快樂或難過的感覺？
- 3、如果你對某個人或某件事表示不贊成，你將怎麼做？
- 4、當你對某些事不清楚時，你會提出疑問嗎？
- 5、如果你覺得自己不被家人瞭解時，你能夠提出疑問，並加以說明清楚嗎？

二、單元評量

活動名稱	評量目標	評量方式（工具）
我家的家規	1.觀察學生在小組中是否能提出理由與尊重他人意見。 2.學生是否能針對家庭規範進行反思與個人表達。 3.學生是否能理解規範與家庭功能、關係和諧的關聯。	透過省思單或口語說明

三、參考資料

四、附件：反思單

我家的家規——學習反思單

姓名：_____ 日期：_____

一、我印象最深刻的家庭規範是：

為什麼我對這條家規印象深刻？

- ☐ 因為它很嚴格 ☐ 因為它跟別人家的不一樣
☐ 因為我曾經違反過 ☐ 其他原因：_____

二、今天在課堂上我聽到了哪些別人家的規範讓我覺得很特別？（請寫一項）

規範內容：_____

我覺得這個規範_____（好、有趣、嚴格、難理解……），因為：

三、我覺得「規範」在家庭中的作用是什麼？（可複選）

- ☐ 維持秩序 ☐ 保護家人 ☐ 增進感情 ☐ 培養好習慣 ☐ 其他：_____

四、我希望能和家人討論的一條家規是：

規範內容：_____

我想討論的原因是：

五、小小回饋（請畫◎）

問題	很同意	有一點	不太同意
今天的課讓我更了解我家的規定	◎	◎	◎
我願意去尊重別人家不同的規定	◎	◎	◎
我覺得自己可以參與家庭規則的討論	◎	◎	◎