

彰化縣縣立僑愛國民小學 115 學年度學校課程總體架構

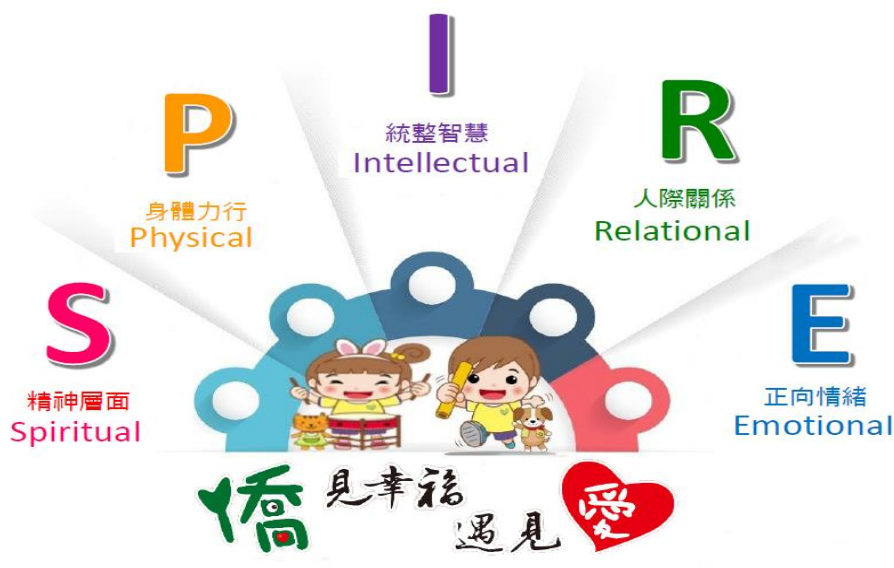
2、課程願景與目標

學校課程願景

一、依據

1. 十二年國民基本教育課程綱要-總綱。
2. 本校課程發展委員會決議辦理。

二、學校課程願景與目標



心理學家班夏哈（Tal Ben-Shahar）的正向心理學，名列哈佛史上最受歡迎的一門課，他也被譽為「最受歡迎的快樂學導師」。班夏哈認為：成功不等於幸福，而是感到幸福，才會成功！

紐約大學提出一個概念叫做「反脆弱」（antifragility），這是「脆弱」的相反，多數人稱為「韌性 2.0」。「反脆弱」是從工程學延伸出來的概念，有些材料承受壓力後會恢復原來的形狀，就像這個材料有自己的韌性。真正的快樂來自於內在，而不是外在因素。

SPIRE 五個快樂核心，正是實現快樂和幸福的關鍵要素：

S／精神層面的（spiritual）幸福感：這可以來自宗教、信仰層面的安慰。

P／身體的（physical）幸福感：這包含每日所食和運動。

I／智能上的（intellectual）幸福感：也就是要有好奇心

R／人際關係的（relational）幸福感：人際關係也能預知一個人是否快樂。

E／情緒上的（emotional）幸福感：這不是說要規避悲傷或是焦慮，人活著就要面對這些情緒。但我們也會有正面的情緒，例如快樂、感恩，學著感恩、感激。

我們以新課綱的核心素養導向，建構僑愛的學生圖像為：

愛己愛人：所謂『我愛人人，人人愛我。』除此之外，尊重也是種愛人的表現。培養有自信、能夠愛自己，進而能夠從小我擴張到大我、懂得愛人並為人服務的孩子。我們引導學生認識自我生命的價值及意義，培養挫折容忍力，學習正向思考之能力，訓練同理心與社會參與，鼓勵關懷及服務他人。

積極進取：積極是正面的、肯定的，期勉孩子們主動力圖進取，努力上進，立志有所作為。進取是奮發向上，求取進步，讓孩子從成功的體驗中獲得滿足，從學習成就中獲得快樂！

合作學習：Vygotsky 認為學生間的合作學習可以促進成長，因為年齡相近的孩童的基本發展區運作類似，所以合作的團體學習，較個別學習的表現好。

Vygotsky 這一派認為知識具有社會性，經由合作學習，理解和解決問題而建構起來，團體成員藉由資訊和見解的交換，發現彼此推理上的弱點，相互矯正，奠定於別人的理解之上來調整自己的理解。

感恩關懷：「感恩」與「關懷」都是僑愛親師生共同票選的品德教育核心價值，在我們周遭有太多值得感恩的事物了！所謂「受人點水之恩，須當湧泉以報」，週遭的人給我們的恩惠太多了，縱使我們無從以報，但我們要以「感恩的心」去關懷每一件事情，幫助別人，以服務學習的行動去活用實踐。

因此，我們以「**僑見幸福遇見愛**」為課程願景，建構幸福學的 SPIRE 課程地圖。循著心理學家班夏哈（Tal Ben-Shahar）的幸福學架構～我們從幸福學的 12 項支柱，優化到「反脆弱」（antifragility）的「韌性 2.0」建構「**SPiRE**」的課程地圖

學校願景	心理學家班夏哈（Tal Ben-Shahar）的幸福學，提出「反脆弱」（antifragility）的「韌性 2.0」。認為幸福快樂是可以被訓練的，以「SPIRE」頂尖為架構，讓真正的快樂來自於內在，而不是外在因素。 我們以 SPIRE 五個快樂核心，實現快樂和幸福的關鍵要素。通過關注精神、身體、智識、關係和情緒層面，使我們能夠實現更豐富的生活，讓僑愛學子僑見幸福遇見愛。				
學生圖像	愛己愛人	積極進取		合作學習	感恩關懷
課程主軸	S Spiritual 精神層面	P Physical 身體力行	I Intellectual 統整智慧	R Relational 人際關係	E Emotional 正向情緒
課程目標	透過練習正念、藝術陶冶、樂器演奏等方式來培育身心素質與自我精進	營造多方體驗與實踐的機會，讓學生能知行合一活用實踐	提供多樣的學科知識，強調跨學科學習，鼓勵學生系統思考，探索、提問、分析與解決問題	鼓勵孩子合作學習，幫助別人，訓練反脆弱。促進團隊合作與人際關係	透過情緒覺察、情緒表達與情緒調整讓學生學著感恩、感激。使我們有韌性的來面對未來
課程發展重點	花壇文史 家庭教育 社區節慶	健康促進 食農教育 太鼓飛揚	多元閱讀 國際啟英 戶外教育	服務學習 安全教育 性別平等	品德教育 生命教育 情緒教育