

士頓VISAM文化實驗小學

獵獵跨領域



abuka

漁獵跨領域中的自然與體育
(魚隻模型與水中精靈體操)

漁獵跨領域中的文化故事
(不同族群的捕魚文化)

tjaiwan

嘉洛

漁獵跨領域中的語文教材
(漁獵跨領域中的情緒文本)





漁獵相關 肌群訓練 與防護

肌群

前頭、中頭
肌-總右二頭肌

3. 剛臂 (八側伸完結梳肌)

4. 三頭肌 (總右三頭肌長頭、外頭、內頭)

訓練方法:

1. 伏土也挺身

2. 吊單槓



腿部

運用到的肌肉:

1. 腿後腱 (股二頭肌、內收大肌、半腱肌、股薄肌、半膜肌)

2. 大腿 (股外側肌、股內側肌、肌直肌、縫匠肌、恥骨肌、內收長肌、肌薄、半膜肌)

腰部

1. 股大肌

2. 股中肌

3. 豎脊肌

4. 腹外斜肌 (側腹肌)

1. 硬舉

2. 早安

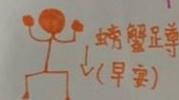
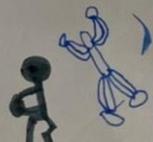
3. 超人

訓練方法:

1. 深蹲

2. 半蹲

螃蟹蹲 (早安)



abuka

漁獵跨領域中的自然與體育
(魚隻模型與水中精靈體操)

漁獵跨領域中的文化故事
(不同族群的捕魚文化)

tjaiwan

嘉洛

漁獵跨領域中的語文教材
(漁獵跨領域中的情緒文本)

kadjunangan 家 族 漁 獵 文 化 學 習 單

ngadan(組員):



1. 請小朋友們介紹其他族群的漁獵文化及神靈觀
(人、事、時、地、物都可以介紹喔!)



2. 如果我 是 海神 或 河神, 我 希 望 人 類 如 何 尊 重 自 然 與 環 境 保 護 呢?
(小朋友們想一想, 我們要 如 何 永 續 生 態 呢? 請 舉 例。)

109 學 年

kadjunangan 家 族 漁 獵 文 化 學 習 單

ngadan(組員): 子昕、蕃健、文芯、伊婕



1. 請小朋友們介紹其他族群的漁獵文化及神靈觀
(人、事、時、地、物都可以介紹喔!)

人 族 人 勇 士

事 捕魚 《禁忌》 女人不得參加, 祭祀前下水打雙。靈。身上帶肉或
在上游洗漁網, 都會被視為對河神不敬

地 河邊 河裡

物 魚網 捕魚用具 山寮葉製成的雨具

時 清晨 5 點





2. 如果我 是 海神 或 河神, 我 希 望 人 類 如 何 尊 重 自 然 與 環 境 保 護 呢?
(小朋友們想一想, 我們要 如 何 永 續 生 態 呢? 請 舉 例。)

昕: 希望人不要太貪心、自私, 要不然魚不會讓你抓。

健: 要定時各地點捕魚, 不要讓魚都沒有, 要讓魚生生不息

芯: 不要大量抓魚, 小魚要放掉。

婕: 不 子 勿 勿 勿 勿 不 哥 我 不 你 魚

kadjunangan土地家家族 親子學習單

ngadan(名:字): 謝希伊

小朋友和家人們一起找看看，其他國家或文化有沒有不同的捕魚方式呢？（可以用平板或手機查喔！）

(泰國)
不用水打箭去地裡挖。

(荷蘭)
用低電壓捕魚海魚類。

(日本)
舟夫挑著兩籃子的海魚去賣
來到漁船上，用專業網帶著魚
裝上一個皮圈，可以浮上捕獲的獵物
吞下肚子。



捕魚方式、漁獵慶典活動都可以介紹喔！

kadjunangan土地家家族 親子學習單

ngadan(名:字): 謝希伊

小朋友和家人們一起找看看，其他國家或文化有沒有不同的捕魚方式呢？（可以用平板或手機查喔！）

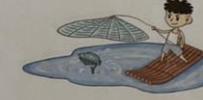
阿美族的巴拉吉 禁止女生參與

排灣族的打魚

卡那那官族的 禁止跟排灣族很像

達悟族飛魚祭

邵族 四手捕



捕魚方式、漁獵慶典活動都可以介紹喔！

kadjunangan土地家家族 親子學習單

ngadan(名:字): FAN RAY (晉健)

小朋友和家人們一起找看看，其他國家或文化有沒有不同的捕魚方式呢？（可以用平板或手機查喔！）

達悟族(雅美族)

人口約9,175人

地區: 蘭山嶼

語言: 達悟語、中華民國國語、臺灣閩南語

捕魚方法: 漁船捕魚

飲食: 飛魚乾

傳統主食: 蕃薯、芋頭

服飾: 顏色有黑、白、藏青色

禁忌: 飛魚汛期間，女子禁止織布

飛魚祭

亂捕魚，被祖靈罵！



巧克力 巧克力

捕魚方式、漁獵慶典活動都可以介紹喔！

ngadan(名:字): 羅以勒

小朋友和家人們一起找看看，其他國家或文化有沒有不同的捕魚方式呢？（可以用平板或手機查喔！）

阿美族的巴拉吉 禁止女生參與

排灣族的打魚

卡那那官族的 禁止跟排灣族很像

達悟族飛魚祭

邵族 四手捕



捕魚方式、漁獵慶典活動都可以介紹喔！

kadjunangan土地家家族 親子學習單

ngadan(名:字): ka Da Ju 楊志

小朋友和家人們一起找看看，其他國家或文化有沒有不同的捕魚方式呢？（可以用平板或手機查喔！）

達悟族(雅美族)

人口4,175人

地區: 蘭山嶼

語言: 達悟語、中華民國國語、臺灣閩南語

捕魚方法: 漁船捕魚

飲食: 飛魚乾

傳統飲食: 蕃薯、芋頭

服飾: 顏色有黑、白、藏青色

禁忌: 飛魚汛期間，女子禁止織布

飛魚祭



捕魚方式、漁獵慶典活動都可以介紹喔！

kadjunangan土地家家族 親子學習單

ngadan(名:字): 柯伊建

小朋友和家人們一起找看看，其他國家或文化有沒有不同的捕魚方式呢？（可以用平板或手機查喔！）

阿美族的巴拉吉 禁止女生參與

排灣族的打魚

卡那那官族的 禁止跟排灣族很像

達悟族飛魚祭

邵族 四手捕



捕魚方式、漁獵慶典活動都可以介紹喔！

各族群漁獵文化介紹

常用 插入 繪圖 設計 轉場 動畫 投影片放映 校閱 檢視

版面配置 新增投影片 重設 章節

轉換成 SmartArt 圖片 圖形 文字方塊 排列 快速樣式 圖案填滿 圖案外框

1 各族群漁獵文化介紹

2 各族群漁獵文化介紹

3 排灣族 漁獵祭

4 族名: jaywan 族語: jaywan

5 族名: qaya 族語: qaya

6 族名: jayva 族語: jayva

7

按一下以新增備忘稿

投影片 2/35 中文(台灣)

各族群漁獵文化介紹

投影片放映 校閱 檢視

轉換成 SmartArt 圖片 圖形 文字方塊 排列 快速樣式 圖案填滿 圖案外框

3 排灣族 漁獵祭

4 族名: jaywan 族語: jaywan

5 族名: qaya 族語: qaya

6 族名: jayva 族語: jayva

7

按一下以新增備忘稿

投影片 1/35 中文(台灣)

104%

達悟族 (雅美族)

事: 捕魚、足北舞

時: 每年三月

地: 蘭山嶼、海洋 (東部太平洋)

物: 拼板舟、魚獵工具、鬼頭刀

禁忌: 飛魚祭期間禁止在村莊海邊游泳、捕魚、打魚、用魚吐者向海邊亂丟石頭, 會把飛魚嚇走不能珊瑚魚、底棲魚, 只能捕捉飛魚和浮在水面上的表層迴游性魚類, 否則會受到詛咒, 日後捉不到魚。出海捕魚時, 不能大聲說話、唱歌。在魚船上看到飛魚靠近不能用手指指點。

阿美族的海祭

捕魚祭是阿美族人向海神及天地神靈感恩的具體表現, 因為他們相信自然界是由許多神明的支配, 所以他們祭祀海神。

物、祭品: 魚具

男性族人

祭典 目地 尊重 感恩

祭品: 禁止女性參與

專祭 拜海神、唱歌跳舞抓魚

時: 豐年祭之前 (白天)

地: 海邊 (花蓮港口 蘇澳)

阿美族 海祭

卡那卡那富族的海祭

人: 族人 勇士 祭司

事: 捕魚 《禁忌》 女人不得參加, 祭祀前下水打噴嚏、身上帶肉或在上游洗漁網, 都被視為對河神不敬

地: 河邊 河裡

物: 魚網 捕魚用具 山棕葉製成的雨具

時: 清晨 5 點

卡那卡那富傳說

那瑪夏是一個不喜歡打獵, 但喜歡去河邊捕魚, 有一天他去河邊捕魚時, 突然下大雨, 但是河水卻沒有漲, 他很好奇, 於是到上游去看, 發現大鱸鰻圍起來水, 在給小鱸鰻玩水, 族人害怕鱸鰻危害落族人, 決定祭祀河神消災, 便有現在的河祭。

大家都很辛苦, 每個人都要有捕魚用具!

婦女們

好久沒玩水了!

小鱸鰻

abuka

漁獵跨領域中的自然與體育
(魚隻模型與水中精靈體操)

漁獵跨領域中的文化故事
(不同族群的捕魚文化)

tjaiwan

嘉洛

漁獵跨領域中的語文教材
(漁獵跨領域中的情緒文本)

石人傳說:

有一天早上，vuljaw、ciqaw、gang、quzang 他們從 drupu 游到 tjaupailan，然後他們看到人類，就害怕得躲在石頭縫裡，結果人類看到一隻小 vuljaw 的尾巴，就伸手把牠抓了起來，其他動物們看到都很害怕。後來動物 vuvu 們看到就覺得很生氣，怎麼可以抓小 vuljaw 呢！一氣之下便把人類通通都變成一顆顆不能動的石頭了，從此世界上只有一顆顆的石頭，而不再有人類了。

吃毛蟹長腹肌:

有一個男孩叫 drungdrung，他在紅橋下面的河流捕魚。突然他注意到有一隻母螃蟹，drungdrung 拿起一塊石頭打死了那隻母螃蟹並帶回家煮來吃。說也奇怪，後來的每天他到河邊都有看到螃蟹，貪心的他決定每隻都要帶回家煮來吃。結果 drungdrung 發現他突然有腹肌，而且手變得越來越像螃蟹，又硬又沒有毛，但他還是每天吃螃蟹，最後 drungdrung 竟變成一隻毛蟹，跑到河裡了。

創始神魚

三萬年前，創始神魚一個人在世界上，他變出了太陽和一座山，後來創始神魚又變出了水中生物們和人類。本來人類跟水中生物都和平共處，人類想吃魚時也都只有拿剛剛好的分量。但是，人類開始越來越貪婪，每次都把大魚小魚都抓完，也開始一直破壞環境、汙染河川。

創始神魚一氣之下變用魔法把人類跟世界炸毀了，並且傷心地離開了。

貪婪量

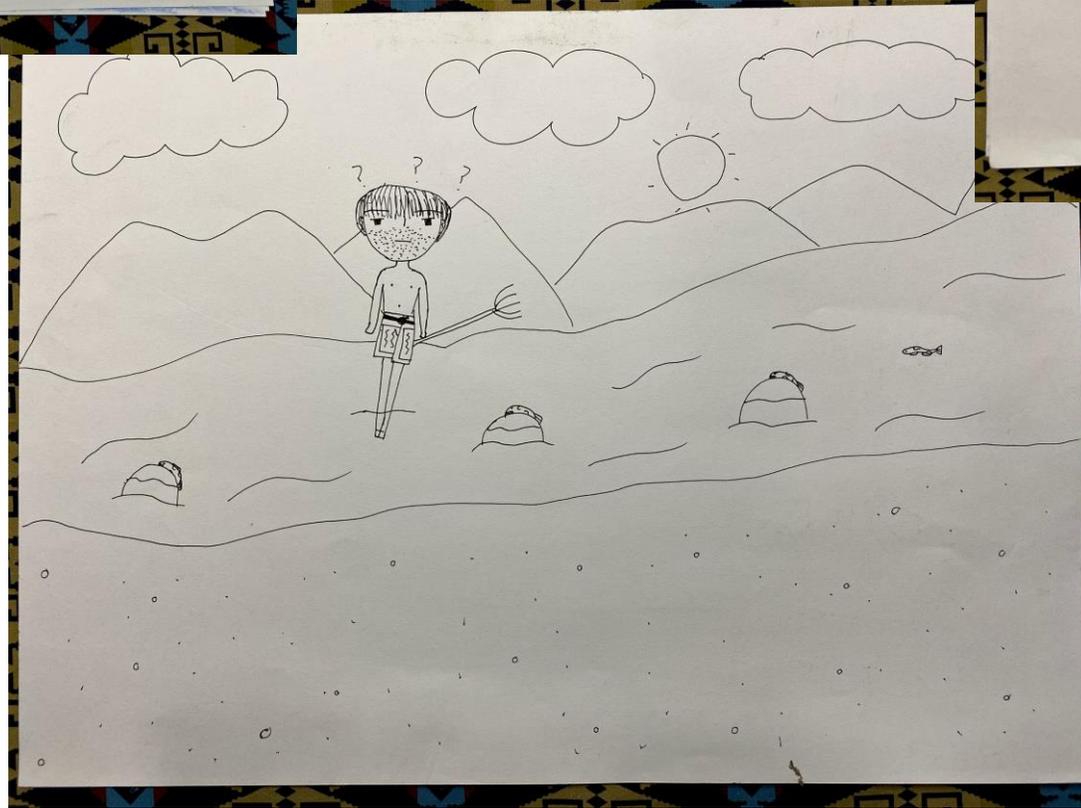
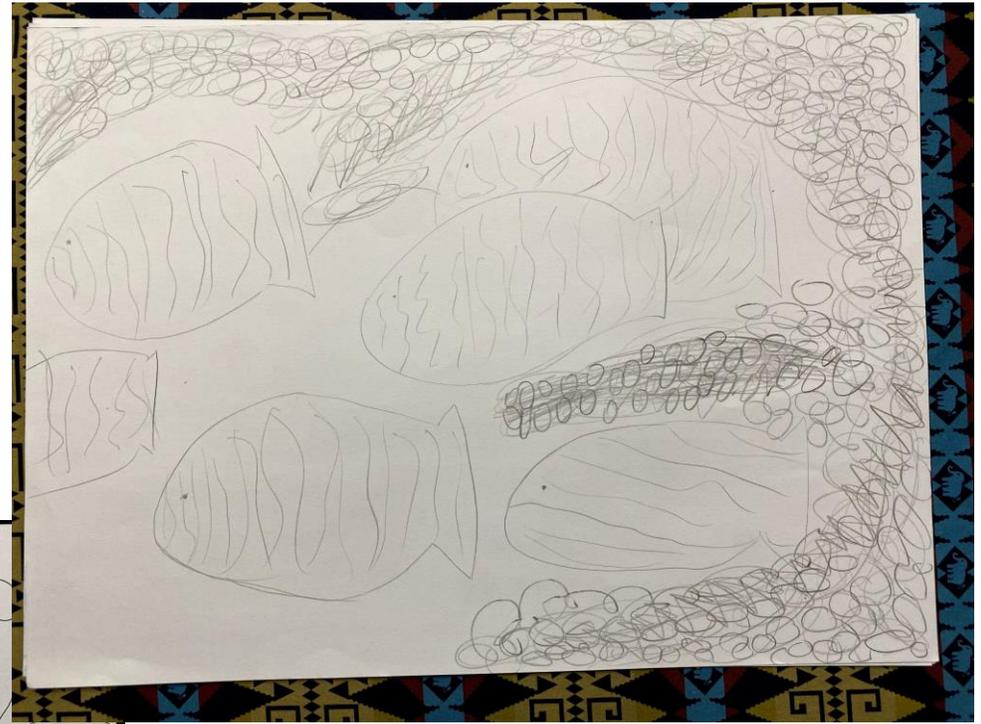
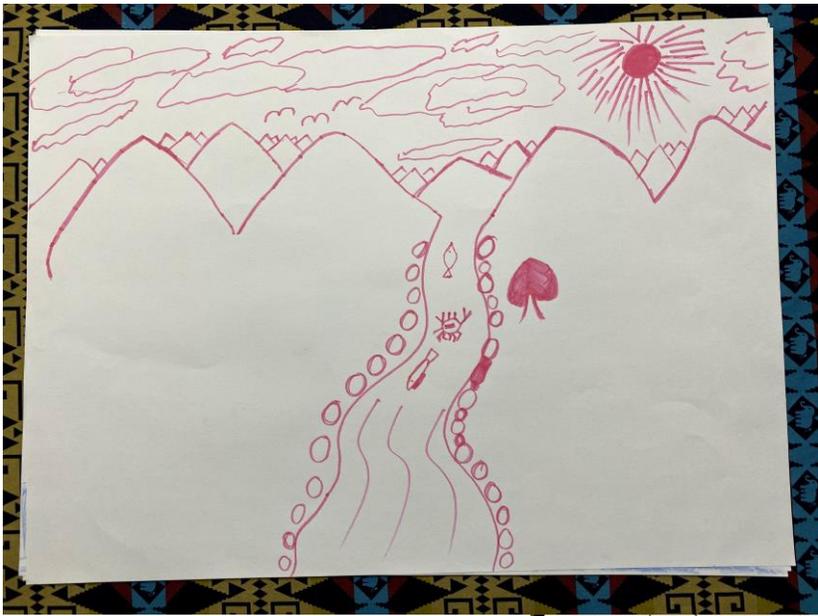
萬·神魚

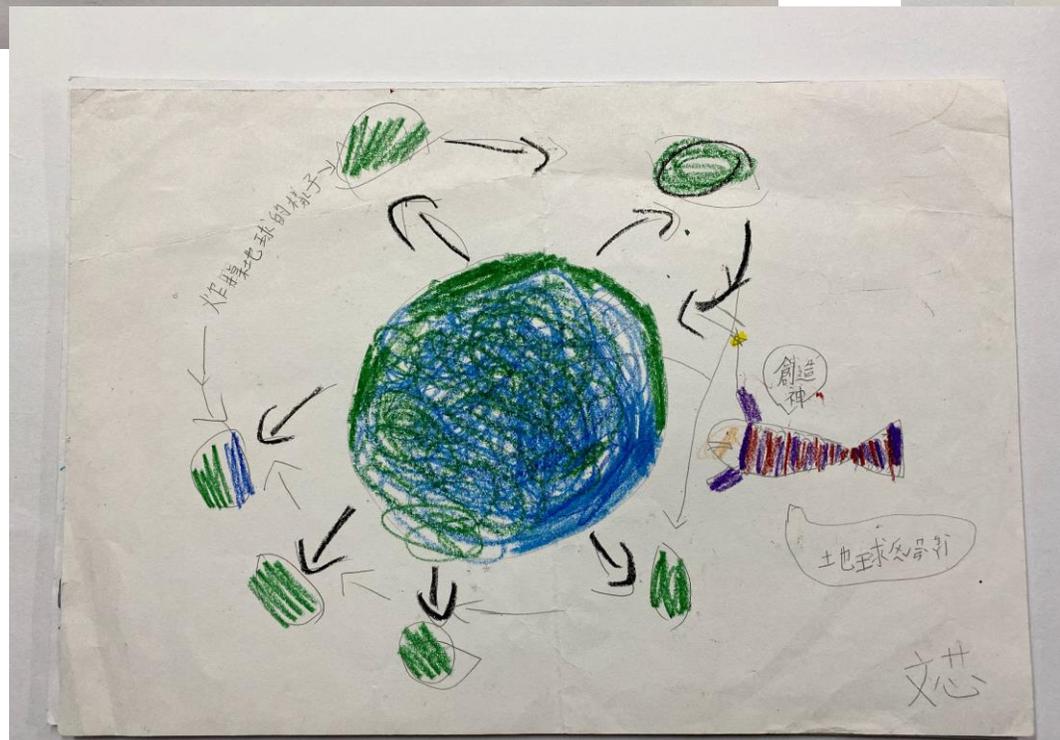
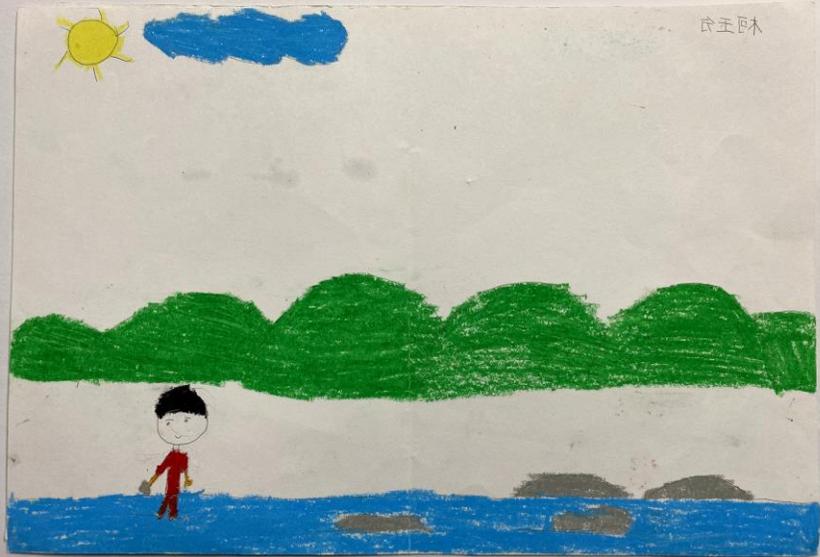
類頁·圖





故事文本名稱	情緒躲貓貓 -讀完故事後的情緒感受	情緒時光機 -成長過程中類似的情緒感受	情緒好朋友 -如何面對情緒風暴
-----	_____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____
-----	_____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____
-----	_____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____





<p>創</p> <p>情緒躲貓貓 生氣、害怕、難過、傷心、快樂、不快樂</p>	<p>情緒時光機</p> <p>1. 晚上害怕 2. 學我說話時，我很生氣。 3. 媽媽幫我「彈車」。 4. 姐姐一追我的東西我不快樂。</p>
<p>情緒好朋友</p> <p>1. 我不快樂會跟石頭說話。 2. 好好愛護它。 3. 跟我說對不起。</p> <p>神</p>	<p>情緒風暴寶典</p> <p>魚</p>

情緒躲貓貓 | 情緒時光機

石 情緒躲貓貓 情緒時光機 **人**

生氣 1. 爸爸一直叫我做事，我很生氣。
2. 功課沒有寫完的時候很害怕被老師罵。
3. 一直被媽媽唸的時候很生氣。

害怕 1. 爸爸一直叫我做事，我很生氣。
2. 功課沒有寫完的時候很害怕被老師罵。
3. 一直被媽媽唸的時候很生氣。

後悔 1. 爸爸一直叫我做事，我很生氣。
2. 功課沒有寫完的時候很害怕被老師罵。
3. 一直被媽媽唸的時候很生氣。

情緒好朋友

1. 去一個安靜的地方冷靜下來。
2. 和爸爸好好談話。
3. 跟閨蜜說。
4. 跟家人說。

情緒風暴寶典

1. 跟石頭說話。
2. 去安靜的地方冷靜。
3. 跟閨蜜說。
4. 跟家人說。

傳 **說**

情緒躲貓貓 | 情緒時光機

吃毛 **解虫**

1. 情緒躲貓貓
生氣、緊張、開心、害怕、懷疑

2. 情緒時光機
1. 停電的時候我會很害怕。
2. 妹妹在旁邊唸我寫功課我覺得很生氣。
3. 弟弟妹妹一直弄我時。
4. 不小心把手指弄受傷時。

3. 懷疑 → 開心 → 緊張 → 不安

4.

吃 **毛**