

臺南市公立永康區西勢國民小學 110 學年度第一學期 三 年級綜合活動領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	三年級	教學節數	每週(2)節, 本學期共(42)節		
課程目標	1. 單元一「興趣與我」: 了解自己, 發現興趣並嘗試發展興趣。 2. 單元二「情緒表達與溝通」: 認識情緒、壓力與正向思考, 學習合宜的溝通方式。 3. 單元三「安全好生活」: 覺察生活周遭的危險, 營造安全生活環境。						
該學習階段 領域核心素養	綜-E-A1 認識個人特質, 初探生涯發展, 覺察生命變化歷程, 激發潛能, 促進身心健全發展。 綜-E-C2 理解他人感受, 樂於與人互動, 學習尊重他人, 增進人際關係, 與團隊成員合作達成團體目標。 綜-E-A3 規劃、執行學習及生活計畫, 運用資源或策略, 預防危機、保護自己, 並以創新思考方式, 因應日常生活情境。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 8/30 9/03	單元一 興趣與我 活動一 認識你我他	2	1. 記錄生活中會做的事, 覺察自己做得很好的事。	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處, 並表達自己的想法和感受。	Aa-II-1 自己能做的事。	1. 實作評量	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第二週 9/06 9/10	單元一 興趣與我 活動一 認識你我他	2	1. 經由自我介紹分享自己感興趣的事, 進而互相認識、互相欣賞。	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處, 並表達自己的想法和感受。	Aa-II-1 自己能做的事。	1. 自我評量 2. 口語評量 3. 高層次紙筆測驗	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第三週 9/13 9/17	單元一 興趣與我 活動二 發現自我	2	1. 透過觀摩和體驗, 發現自己有其他感興趣的人、事、物, 並分享體驗後的想法。	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處, 並表達自己的想法和感受。	Aa-II-2 自己感興趣的人、事、物。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆測驗	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第四週 9/20 	單元一 興趣與我 活動二 發現自我	2	1. 選擇感興趣的活動規畫探索, 並思考探索時須注意的事項。	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處, 並表達自己的想法和感受。	Aa-II-2 自己感興趣的人、事、物。	1. 自我評量 2. 實踐評量	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

9/24							
第五週 9/27 10/01	單元一 興趣與我 活動三 探索與展現	2	1. 展現探索感興趣的事的成果，並分享經驗與感受。	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	Aa-II-3 自我探索的想法與感受。	1. 自我評量 2. 口語評量	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第六週 10/04 10/08	單元一 興趣與我 活動三 探索與展現	2	1. 展現探索感興趣的事的成果，並分享經驗與感受。 2. 透過探索感興趣的事的歷程，省思與分享成長與收穫。	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	Aa-II-3 自我探索的想法與感受。	1. 實踐評量 2. 高層次紙筆測驗	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第七週 10/11 10/15	單元二 情緒表達與溝通 活動一 情緒調色盤	2	1. 認識並觀察生活中曾展現過的情緒。	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。	1. 實作評量 2. 口語評量	
第八週 10/18 10/22	單元二 情緒表達與溝通 活動一 情緒調色盤	2	1. 從觀察中，覺察同一情緒在不同人身上表現出的行為與反應可能不同。	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。	1. 口語評量 2. 實作評量	
第九週 10/25 10/29	單元二 情緒表達與溝通 活動一 情緒調色盤	2	1. 覺察情緒發生時，個人的生理、心理反應，學習情緒的調適。	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆測驗	
第十週 11/01 11/05	單元二 情緒表達與溝通 活動二 我的壓力	2	1. 發現生活中的壓力來源。 2. 分享面對壓力時的看法，省思壓力對情緒的影響。	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-2 正向思考的策略。	1. 口語評量 2. 實作評量	
第十一週 11/08 	單元二 情緒表達與溝通 活動二 我的壓力	2	1. 探索面對壓力時的處理方法。 2. 透過生活實例探討面對	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-2 正向思考的策略。	1. 實踐評量 2. 口語評量	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

11/12			問題的方法，練習正向思考。				
第十二週 11/15 11/19	單元二 情緒表達與溝通 活動二 我的壓力	2	1. 透過生活實例探討面對問題的方法，練習正向思考。	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-II-2 正向思考的策略。	1. 口語評量 2. 實踐評量 3. 高層次紙筆測驗	
第十三週 11/22 11/26	單元二 情緒表達與溝通 活動三 溝通再溝通	2	1. 覺察情緒與壓力對溝通產生的影響。 2. 演練適當表達自己，傾聽他人的想法、感受與情緒，並同理他人的想法、感受與情緒。	2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。	Ba-II-1 自我表達的適切性。 Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。	1. 實作評量 2. 口語評量 3. 實踐評量 4. 高層次紙筆測驗	【生涯規劃教育】涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【人權教育】人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重個人與他人的權利。
第十四週 11/29 12/03	單元二 情緒表達與溝通 活動三 溝通再溝通	2	1. 意見不同時，以理性態度尋求共識，展現合宜的溝通態度與技巧。	2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。	Ba-II-1 自我表達的適切性。 Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。	1. 實作評量 2. 口語評量 3. 高層次紙筆測驗	【生涯規劃教育】涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【人權教育】人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重個人與他人的權利。
第十五週 12/06 12/10	單元三 安全好生活 活動一 危機在哪裡	2	1. 從生活經驗出發，思考情境中可能潛藏的危機。	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。	1. 實作評量	【安全教育】安 E2 了解危機與安全。
第十六週 12/13 12/17	單元三 安全好生活 活動一 危機在哪裡	2	1. 從生活經驗出發，思考情境中可能潛藏的危機。	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。	1. 實作評量	【安全教育】安 E2 了解危機與安全。
第十七週	單元三 安全好生活	2	1. 透過感官辨識、調查訪問及運用資訊蒐集訊息，辨識	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情	Ca-II-2 生活周遭危機	1. 實作評量	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

12/20 12/24	活動二 發現危機有方法		周遭危機。	境，提出並演練減低或避免危險的方法。	情境的辨識方法。	
第十八週 12/27 12/31	單元三 安全好生活 活動二 發現危機有方法	2	1. 透過感官辨識、調查訪問及運用資訊蒐集訊息，辨識周遭危機。	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	Ca-II-2 生活周遭危機 情境的辨識方法。	1. 實作評量 2. 口語評量
第十九週 1/03 1/07	單元三 安全好生活 活動三 行動減危機	2	1. 規畫及進行安全正確的活動演練，預防危機的發生。	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	Ca-II-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。	1. 實踐評量
第二十週 1/10 1/14	單元三 安全好生活 活動三 行動減危機	2	1. 規畫及進行安全正確的活動演練，預防危機的發生。 2. 擬訂並執行危機因應策略，降低危機發生的損害。	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	Ca-II-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。	1. 實踐量 2. 口與評量
第二十一週 1/17 1/21	單元三 安全好生活 活動三 行動減危機	2	1. 透過踏查、觀察、記錄等方式，覺察周遭潛藏的危機情境。	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	Ca-II-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。	1. 實踐評量 2. 高層次紙筆評量

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

臺南市公立永康區西勢國民小學 110 學年度第二學期 三 年級綜合活動領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	三年級	教學節數	每週(2)節, 本學期共(42)節		
課程目標	1. 單元一「學習伴我行」: 探究各種學習的方法, 了解適合自己的學習方式。 2. 單元二「地球只有一個」: 了解生活中的環境問題, 實踐環保生活。 3. 單元三「資源便利通」: 認識社會資源, 運用資源解決生活問題。						
該學習階段 領域核心素養	綜-E-A2 探索學習方法, 培養思考能力與自律負責的態度, 並透過體驗與實踐解決日常生活問題。 綜-E-B2 蒐集與應用資源, 理解各類媒體內容的意義與影響, 用以處理日常生活問題。 綜-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物, 體驗服務歷程與樂趣, 理解並遵守道德規範, 培養公民意識。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 2/07 2/11	單元一學習伴我行 活動 1 學習有經驗	0	1. 覺察學習對生活的影響, 分享學習的經驗與感受。	1b-II-1 選擇合宜的學習方法, 落實學習行動。	Ab-II-1 有效的學習方法。	1. 實作評量	
第二週 2/14 2/18	單元一學習伴我行 活動 1 學習有經驗	2	1. 覺察學習對生活的影響, 分享學習的經驗與感受。	1b-II-1 選擇合宜的學習方法, 落實學習行動。	Ab-II-1 有效的學習方法。	1. 實作評量	
第三週 2/21 2/25	單元一學習伴我行 活動 1 學習有經驗	2	1. 透過經驗分享, 體驗學習動機與方法的重要性。	1b-II-1 選擇合宜的學習方法, 落實學習行動。	Ab-II-1 有效的學習方法。	1. 實作評量	
第四週 2/28	單元一學習伴我行 活動 2 學習好方法	2	1. 透過各種管道探索學習方法, 找到適合自己的學習方法。	1b-II-1 選擇合宜的學習方法, 落實學習行動。	Ab-II-1 有效的學習方法。 Ab-II-2 學習行	1. 實作評量 2. 高層次紙筆測驗	【閱讀素養教育】 閱 E10 中、高年

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

3/04					動。		級：能從報章雜誌及其他閱讀媒材中汲取與學科相關的知識。
第五週 3/07 3/11	單元一學習伴我行 活動 2 學習好方法	2	1. 透過各種管道探索學習方法，找到適合自己的學習方法。	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	Ab-II-1 有效的學習方法。 Ab-II-2 學習行動。	1. 自我評量 2. 實踐評量	【閱讀素養教育】 閱 E10 中、高年級：能從報章雜誌及其他閱讀媒材中汲取與學科相關的知識。
第六週 3/14 3/18	單元一學習伴我行 活動 2 學習好方法	2	1. 透過各種管道探索學習方法，找到適合自己的學習方法。	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	Ab-II-1 有效的學習方法。 Ab-II-2 學習行動。	1. 自我評量 2. 口語評量	【閱讀素養教育】 閱 E10 中、高年級：能從報章雜誌及其他閱讀媒材中汲取與學科相關的知識。
第七週 3/21 3/25	單元一學習伴我行 活動 3 學習樂行動	2	1. 實踐個人學習行動計畫後，分析學習行動並修正。	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	Ab-II-2 學習行動。	1. 實踐評量 2. 高層次紙筆測驗	【生涯規劃教育】 涯 E11 培養規劃與運用時間的能力。
第八週 3/28 4/01	單元二地球只有一個 活動 1 海洋生病了	2	1. 閱讀海龜故事，藉此覺察海洋污染的現象。 2. 發現海洋污染的原因，了解污染對人類的影響。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。	1. 實作評量 2. 口語評量	【環境教育】 環 E2 覺知生物生命的美與價值，關懷動、植物的生命。 【海洋教育】 海 E7 閱讀、分享及創作與海洋有關的故事。
第九週 4/04	單元二地球只有一個 活動 2 環境問題知多少	2	1. 觀察生活中的各種環境問題，了解污染造成的危害，討論改善的方法。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。	1. 口語評量 2. 實作評量	【海洋教育】 海 E16 認識家鄉的水域或海

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

4/08				善的行動。	Cd-II-2 環境友善的行動與分享。		洋的汙染、過漁等環境問題。 【戶外教育】 戶 E4 覺知自身的生活方式會對自然環境產生影響與衝擊。
第十週 4/11 4/15	單元二地球只有一個 活動 2 環境問題知多少	2	1. 觀察生活中的各種環境問題，了解汙染造成的危害，討論改善的方法。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆測驗	【海洋教育】 海 E16 認識家鄉的水域或海洋的汙染、過漁等環境問題。 【戶外教育】 戶 E4 覺知自身的生活方式會對自然環境產生影響與衝擊。
第十一週 4/18 4/22	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	2	1. 理解生活中各種影響環境的行為，改善自己的生活習慣友善環境。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	1. 口語評量 2. 實作評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【戶外教育】 戶 E2 豐富自身與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗與珍惜環境的好。
第十二週 4/25 4/29	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	2	1. 理解生活中各種影響環境的行為，改善自己的生活習慣友善環境。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	1. 實踐評量 2. 口語評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【戶外教育】 戶 E2 豐富自身

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

							與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗與珍惜環境的好。
第十三週 5/02 5/06	單元二地球只有一個 活動3 愛護地球我來做	2	1. 理解生活中各種影響環境的行為，改善自己的生活習慣友善環境。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	1. 實踐評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【戶外教育】 戶 E2 豐富自身與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗與珍惜環境的好。
第十四週 5/09 5/13	單元二地球只有一個 活動3 愛護地球我來做	2	1. 進行環保行動，持之以恆培養環保習慣。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	1. 實作評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【戶外教育】 戶 E2 豐富自身與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗與珍惜環境的好。
第十五週 5/16 5/20	單元二地球只有一個 活動3 愛護地球我來做	2	1. 進行環保行動，持之以恆培養環保習慣。	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	1. 實作評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【戶外教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

							戶 E2 豐富自身與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗與珍惜環境的好。
第十六週 5/23 5/27	單元三資源便利通 活動 1 資源點點名	2	1. 認識生活中的各類資源，了解資源的豐富與多元，覺察資源不足對生活造成的影響。	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-II-2 個人日常生活問題所需的資源。 Bc-II-3 運用資源處理日常生活問題的行動。	1. 實作評量	【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。
第十七週 5/30 6/03	單元三資源便利通 活動 1 資源點點名	2	1. 認識生活中的各類資源，了解資源的豐富與多元，覺察資源不足對生活造成的影響。	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-II-2 個人日常生活問題所需的資源。 Bc-II-3 運用資源處理日常生活問題的行動。	1. 實作評量	【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。
第十八週 6/06 6/10	單元三資源便利通 活動 2 資源探索趣	2	1. 學習選擇適切的資源解決個人生活上的問題。	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-II-2 個人日常生活問題所需的資源。 Bc-II-3 運用資源處理日常生活問題的行動。	1. 實作評量	【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。
第十九週 6/13 6/17	單元三資源便利通 活動 2 資源探索趣	2	1. 調查社區資源，認識並彙整自己需要的資源。	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-II-2 個人日常生活問題所需的資源。 Bc-II-3 運用資源處理日常生活問題的行動。	1. 實作評量 2. 口語評量	【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第廿週 6/20 6/24	單元三資源便利通 活動 3 資源行動讚	2	1. 了解使用各類資源的注意事項。 2. 進行資源機構體驗活動，覺察資源的可貴與重要。	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-II-2 個人日常生活問題所需的資源。 Bc-II-3 運用資源處理日常生活問題的行動。	1. 實踐評量	【生命教育】 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。
第廿一週 6/27 7/01	單元三資源便利通 活動 3 資源行動讚	2	1. 進行資源機構體驗活動，覺察資源的可貴與重要。	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-II-2 個人日常生活問題所需的資源。 Bc-II-3 運用資源處理日常生活問題的行動。	1. 實踐評量	【生命教育】 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。