

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(41)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 9/3	單元一 興趣與我 活動一 認識你我他	1	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 9/6 9/10	單元一 興趣與我 活動一 認識你我他	3	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	1	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	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

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

9/24				和感受。			趣。
第五週 9/27 10/1	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 10/4 10/8	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 11/1 11/5	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 11/8 	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	

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 12/3	單元二 情緒表達與溝通 活動三 溝通再溝通 ※兒童權利公約	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 12/6 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 ※性侵害防治教育	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。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第十七週 12/20 12/24	單元三 安全好生活 活動二 發現危機有方法 ※性侵害防治教育	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	
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 ※性侵害防治教育	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 1/3 1/7	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	
第廿週 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	
第廿一週 1/17 1/21	總複習	2	總複習	總複習	總複習	總複習	總複習

◎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。

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(39)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 2/7 2/11		0					
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. 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	
第三週 2/21 2/25	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. 實作評量 2. 高層次紙筆測驗	【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。
第四週	單元一學習伴我行	2	1. 透過各種管道探索學習方	1b-II-1 選擇合宜	Ab-II-1 有效的	1. 自我評量	【閱讀素養教

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

2/28 3/4	活動 2 學習好方法		法，找到適合自己的學習方法。	的學習方法，落實學習行動。	學習方法。 Ab-II-2 學習行動。	2. 實踐評量	【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。
第五週 3/7 3/11	單元一學習伴我行 活動 2 學習好方法 ※兒童權利公約	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。
第六週 3/14 3/18	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。
第七週 3/21 3/25	單元二地球只有一個 活動 1 海洋生病了 ※環境教育	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。
第八週 3/28 4/1	單元二地球只有一個 活動 2 環境問題知多少 ※環境教育	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。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	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洋的污染、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。
第九週 4/4 4/8	單元二地球只有一個 活動 2 環境問題知多少 ※環境教育	1	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。
第十週 4/11 4/15	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. 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。

							<p>【戶外教育】</p> <p>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。</p>
<p>第十二週</p> <p>4/25 4/29</p>	<p>單元二地球只有一個</p> <p>活動 3 愛護地球我來做</p>	2	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。</p> <p>Cd-II-2 環境友善的行動與分享。</p>	<p>1. 實踐評量</p>	<p>【環境教育】</p> <p>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。</p> <p>【戶外教育】</p> <p>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。</p>
<p>第十三週</p> <p>5/2 5/6</p>	<p>單元二地球只有一個</p> <p>活動 3 愛護地球我來做</p>	2	<p>1. 進行環保行動，持之以恆培養環保習慣。</p>	<p>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。</p>	<p>Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。</p> <p>Cd-II-2 環境友善的行動與分享。</p>	<p>1. 實作評量</p>	<p>【環境教育】</p> <p>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。</p> <p>【戶外教育】</p> <p>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</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

							環境的好。
第十四週 5/9 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	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	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-II-2 個人日	1. 實作評量	【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

6/3				人日常生活問題。	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。		問題與做決定的能力。
第十八週 6/6 6/10	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。
第十九週 6/13 6/17	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。
第廿週 6/20 6/24	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。
第廿一週	總複習	2	總複習	總複習	總複習	總複習	總複習

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

6/27 6/30							
-------------------	--	--	--	--	--	--	--

◎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。