

教材版本	康軒三年級	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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	【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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	【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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。

C5-1 三年級綜合領域學習課程(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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【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。	實踐 口試(口頭發表提問內容) 報告(策畫製作主題內容，並上台呈現報告主題)	【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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	

C5-1 三年級綜合領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第十一週 11/08 11/12	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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【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。	口試(口頭發表提問內容) 表演(分組規劃表演任務並完整呈現內容) 實踐	【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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	【安全教育】安 E2 了解危機與安全。
第十六週 12/13	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	Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【安全教育】安 E2 了解危機與安全。

C5-1 三年級綜合領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

12/17				法。			
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	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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	實踐 口試(口頭發表提問內容) 報告(策畫製作主題內容，並上台呈現報告主題)	

◎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。

◎「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。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報

C5-1 三年級綜合領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

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。

教材版本	康軒三年級	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	開學準備						
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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
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 學習行動。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。

C5-1 三年級綜合領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

3/04							
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
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。	實踐 口試(口頭發表提問內容) 報告(策畫製作主題內容，並上台呈現報告主題)	【生涯規劃教育】涯 E4 認識自己的特質與興趣。
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，藉此覺察海洋汙染的現象。 2. 發現海洋汙染的原因，了解汙染對人類的影響。	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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	
第九週 4/04 4/08	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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	

C5-1 三年級綜合領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單) 實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【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 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。	實踐 口試(口頭發表提問內容) 表演(分組規劃表演任務並完整呈現內容)	【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。
第十六週 5/23	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	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理	Bc-II-1 各類資源的認識與彙	口試(口頭發表提問內容)	【安全教育】安 E2 了解危機

C5-1 三年級綜合領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

5/27			元，覺察資源不足對生活造成的影響。	個人日常生活問題。	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。	作業(完成活動學習單)實踐	與安全。
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。
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。	口試(口頭發表提問內容) 作業(完成活動學習單)實踐	
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。	口試(口頭發表提問內容) 實踐	
第廿週 6/20	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	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	口試(口頭發表提問內容) 實踐	

C5-1 三年級綜合領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

6/24			要。		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。	
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。	實踐 口試(口頭發表提問內容) 表演(分組規劃表演任務並完整呈現內容)

- ◎「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。
- ◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，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。