臺南市公立麻豆區文正國民小學 112 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2	康 軒版		施年級 三年級	教學節數	每让	週 (2)節,本學期共(4	12)節		
課程目标	票 2.單元二「情緒表達	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。							
該學習階領域核心力	·投 綜-E-A3 規劃、執行	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-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。 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。							
			課程弈	F 構脈絡					
11 212 11	m - h sa e h ae	46 L.	212 AT - 1 AT	學習	重點	表現任務	融入議題		
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵		
第一週 8/30~9/2	單元一興趣與我 活動1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。	報告	【生涯規畫教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。		
第二週 9/3~9/9	單元一興趣與我 活動 1 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。	報告	【生涯規畫教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。		
第三週 9/10~9/16	單元一興趣與我 活動 2 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。	報告實作	【生涯規畫教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。		
第四週 9/17~9/23	單元一興趣與我 活動 2 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。	報告實作	【生涯規畫教育】 涯 E4 認識自己的特質與興		

							趣。
第五週 9/24~9/30	單元一興趣與我 活動 3 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。	實踐自我評量	【生涯規畫教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第六週 10/1~10/7	單元一興趣與我 活動 3 探索與展現	2	1.透過探索感興趣的事 的歷程,省思並分享成 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。	實踐自我評量	【生涯規畫教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第七週 10/8~10/14	單元二情緒表達與溝通 活動1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。	自我評量實踐	
第八週 10/15~10/21	單元二情緒表達與溝通 活動1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。 2.覺察自我的生理、心 理反應,並學習情緒的 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。	自我評量實踐	
第九週 10/22~10/28	單元二情緒表達與溝通 活動1情緒調色盤	2	1.覺察自我的生理、心理反應,並學習情緒的 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。	自我評量實踐	
第十週 10/29~11/4	單元二情緒表達與溝通 活動 2 我的壓力	2	1.發現生活中的壓力來源,思考壓力與情緒間的關係。 2.分享面對壓力時的看法,並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。	自我評量 實作	
第十一週 11/5~11/11	單元二情緒表達與溝通 活動2我的壓力	2	1.探索面對壓力時的處理方法。	1d-II-1 覺察情緒 的變化,培養正		自我評量 實作	

			向思考的態度。			
		對問題的方法,並練習				
		正向思考。				
四二一块仙士·夫伯·朱·3		1.透過生活實例探討面	1d-II-1 覺察情緒	Ad-II-2 正向思	自我評量	
	2	對問題的方法,並練習	的變化,培養正	考的策略。	實作	
活動 2 找的壓刀		正向思考。	向思考的態度。			
		1. 覺察情緒與壓力對溝	2a-II-1 覺察自己	Ba-II-1 自我表	自我評量	【生涯規畫教
		通產生的影響。	的人際溝通方	達的適切性。	實作	育】
		2.演練適當表達自己,	式,展現合宜的	Ba-II-2 與 家		涯 E7 培養良
		傾聽他人的想法、感受	互動與溝通態度	人、同儕及師		好的人際互動
單元二情緒表達與溝通	2	與情緒,並同理他人的	和技巧。	長的互動。		能力。
活動3溝通再溝通	2	想法、感受與情緒。		Ba-II-3 人際溝		【人權教育】
				通的態度與技		人 E5 欣賞、
				巧。		包容個別差異
						並尊重自己與
						他人的權利。
		1.意見不同時,以理性	2a-II-1 覺察自己	Ba-II-1 自我表	自我評量	【生涯規畫教
		態度尋求共識,展現合	的人際溝通方	達的適切性。	實作	育】
		宜的溝通態度與技巧。	式,展現合宜的	Ba-II-2 與 家		涯 E7 培養良
			互動與溝通態度	人、同儕及師		好的人際互動
單元二情緒表達與溝通	2		和技巧。	長的互動。		能力。
活動 3 溝通再溝通	2			Ba-II-3 人際溝		【人權教育】
				通的態度與技		人 E5 欣賞、
				巧。		包容個別差異
						並尊重自己與
						他人的權利。
		1.從生活經驗出發,思	3a-II-1 覺察生活	Ca-II-1 生活周	實作	【安全教育】
B ニー ウ入 反 ル 江		考生活中可能潛藏的危	中潛藏危機的情	遭潛藏危機的		安 E2 了解危
·	2	機。	境,提出並演練	情境。		機與安全。
活 切 1 危機任哪裡			減低或避免危險			
			的方法。			
單元三安全好生活	2	1.從生活經驗出發,思	3a-II-1 覺察生活	Ca-II-1 生活周	實作	【安全教育】
	活動 3 溝通再溝通 單元二情緒表達與溝通 活動 3 溝通再溝通 單元三安全好生活 活動 1 危機在哪裡	活動 2 我的壓力 2 單元二情緒表達與溝通 2 單元二情緒表達與溝通 2 單元二情緒表達與溝通 2 單元三安全好生活活動 1 危機在哪裡 2	單元二情緒表達與溝通 2 1.透過生活實例探討面對問題的方法,並練習正向思考。 1.覺察情緒與壓力對溝通產生的影響。 2.演練適的想法達自己,傾聽他人,並同時緒、或受與情緒、或受與情緒。 2.演練適的想法、感受與情緒。 2.演練適的想法是他人的想法、感受與情緒。 2.意見不同時,以理性態度尋求共識度的溝通態度與技巧。 2 1.從生活經驗出發,思考生活中可能潛藏的危機。 2 2 1.從生活中可能潛藏的危機。	對問題的方法,並練習正向思考。 1.透過生活實例探討面對問題的方法,並練習正向思考。 1.透過生活實例探討面對問題的方法,並練習正向思考的態度。 1.覺察情緒與壓力對溝通產生的影響。 2.演練通台已,傾聽他緒,並同理他人的視法、感受與情緒。 2. 類線通子與情緒。 2. 類線通子與情緒。 2. 類線通子與性別的方法,或與溝通態度專樣巧。 2. 類線通子與情緒。 1. 意見不同時,以理性態度專求共識,展現合宜的人際溝通態度專樣巧。 2. 可以應應者或其一數與溝通態度與技巧。 2. 是是不同時,以理性態度專表方式,展現合宜的人際溝通態度,不大巧。 1. 意見不同時,以理性態度專表方式,展現合宜的五數與溝通態度,不大巧。 2. 是是不同時,以理性態度專表方。或數與溝通態度,不大巧。 2. 是是是一個人際溝通的人類,是與過過態度,不大方式,是與過過態度,不大方。 2. 是是一個人際溝通的人類與溝通態度,不大方。 3. 是二十一學察自己的人學演通的五數與溝通能度,是一個人際溝通的方法。	単元二情緒表達與溝通 2 1.透過生活實例探討面對問題的方法,並練習上向思考的態度。 Ad-II-2 正向思考的態度。 1.透過生活實例探討面對問題的方法,並練習上向思考的態度。 1.受察情緒與壓力對溝通達生的影響。2.演練適當表達自己,傾聽他人的想法、感受與情緒。 2a-II-1 覺察自己 的人際溝通方域的適切性。 五動與溝通態度 人、同儕及師長的互動。 Ba-II-2 與家戶機構 人、同儕及師長的互動。 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。 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的態度與技巧。 單元二情緒表達與溝通活動 3溝通再溝通 2 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。 Ba-II-1 自我表達的適切性。 Ba-II-2 與家戶機的五動。 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。 單元二情緒表達與溝通活動 3溝通再溝通 2 1.從生活經驗出發,思考性活中可能潛藏的危機的情境。 3a-II-1 覺察生活學生活學療養人學與技巧。 2 1.從生活經驗出發,思考性活中可能潛藏的危機的情境。 2 1.從生活經驗出發,思考性活中可能潛藏的危機的方法。	単元二情緒表達與溝通 2 1.透過生活質例探討面 對問題的方法、並練習 計學問題的方法、並練習 計學問題的方法、並練習 計學問題的方法、並練習 的變化、培養正 向思考的態度。 1.過度生的影響。

12/10~12/16	活動 1 危機在哪裡		考生活中可能潛藏的危機。	中潛藏危機的情境,提出並演練 減低或避免危險 的方法。			安 E2 了解危機與安全。
第十七週 12/17~12/23	單元三安全好生活 活動 2 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。		遭危機情境的	* *	
第十八週 12/24~12/30	單元三安全好生活 活動 2 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。		遭危機情境的		
第十九週 12/31~1/6	單元三安全好生活 活動 3 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。	, , ,	遭潛藏危機的	實踐	
第二十週 1/7~1/13	單元三安全好生活 活動 3 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.透過踏查、觀察、記 錄等方式,覺察周遭潛 藏的危機情境。	中潛藏危機的情 境,提出並演練	遭潛藏危機的	實踐	
第二十一週 1/14~1/19	單元三安全好生活 活動 3 行動減危機	2	1.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。	遭潛藏危機的	實踐	

[◎]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。

臺南市公立麻豆區文正國民小學 112 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 康軒版		施年級 級/組別) 三年級	教學節數	每过	週(2)節,本學期共(4	0)節			
課程目	標 2.單元二「地球只有	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-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。 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	F 構脈絡						
			****	學習	重點	表現任務	融入議題			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵			
第一週 2/16-2/17	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。	自我評量				
第二週 2/19-2/23	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。	自我評量				
第三週 2/26-3/01	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	Ab-II-1 有效的 學習方法。 Ab-II-2 學習行 動。	自我評量實踐	【閱讀素養教育 [10] 中,從 是 明			
第四週 3/04-3/08	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。	自我評量實踐	【閱讀素養教 育】 閱 E10 中、高 年級:能從報 章雜誌及其他			

							22 14 11 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
							閱讀媒材中汲
							取與學科相關
							的知識。
			1.透過各種管道探索學	1b-II-1 選擇合宜	Ab-II-1 有效的	自我評量	【閱讀素養教
			習方法,找到適合自己	的學習方法,落	學習方法。	實踐	育】
			的學習方法。	實學習行動。	Ab-II-2 學習行		閱 E10 中、高
第五週	單元一學習伴我行	2			動。		年級:能從報
3/11-3/15	活動 2 學習好方法	2					章雜誌及其他
							閱讀媒材中汲
							取與學科相關
							的知識。
			1.落實學習方法,思考	1b-II-1 選擇合宜	Ab-II-1 有效的	自我評量	【閱讀素養教
			個人想完成的學習任		學習方法。	實踐	育】
			務,擬定學習行動計		Ab-II-2 學習行		閲 E10 中、高
第六週	 單元一學習伴我行		畫。		動。		年級:能從報
3/18-3/22	活動 2 學習好方法	2	_		- 7		章雜誌及其他
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,						閱讀媒材中汲
							取與學科相關
							的知識。
			1.實踐個人學習行動計	1b-II-1 選擇合宜	Ab-II-2 學習行	資料蒐集整理	【生涯規畫教
			畫後,分析學習行動並		動。	吴 们泡水亚二	育】
第七週	單元一學習伴我行	2	修正。	實學習行動。	29,7		涯 E11 培養規
3/25-3/29	活動3學習樂行動		1922	只有日13			劃與運用時間
							的能力。
			1. 閱讀海龜故事,覺察	3d-II-1 覺察生活	Cd-II-1 生活中	報告	【環境教育】
			海洋汙染的現象。	中環境的問題,	環境問題的覺	71. 0	環 E2 覺知生
			2. 發現海洋汙染的原		察。 察 。		物生命的美與
第八週	 單元二地球只有一個		因,了解汙染對人類的		亦		價值,關懷
東八週 4/01-4/05	千九一地球八角	2	影響。	九久百时11 初。			動、植物的生
1101 1105	但圳1件工例		沙 首				勤、植初的生 命。
							【海洋教育】
							海 F7 閱讀、
							/

分享及創作與
海洋有關的故
事。
【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】
户 E4 覺知自
身的生活方式
會對自然環境
產生影響與衝
撃。
 【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】
户 E4 覺知自
身的生活方式
會對自然環境
產生影響與衝
擊。
【環境教育】
評量 環 E17 養成日
常生活節約用
水、用電、物
質的行為,減

	<u> </u>		Т	T.		T.	
					享。		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。
			1.理解生活中各種影響	3d-II-1 覺察生活	Cd-II-1 生活中	實作	【環境教育】
			環境的行為,改善自己	中環境的問題,	環境問題的覺	自我評量	環 E17 養成日
			的生活習慣友善環境。	探討並執行對環	察。		常生活節約用
				境友善的行動。	Cd-II-2 環境友		水、用電、物
					善的行動與分		質的行為,減
					享。		少資源的消
							耗。
第十二週	單元二地球只有一個	2					【戶外教育】
4/29-5/03	活動3愛護地球我來做						户 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。
			1.進行環保行動,持之	3d-II-1 覺察生活	Cd-II-1 生活中	實踐	【環境教育】
			以恆培養環保習慣。	中環境的問題,	環境問題的覺		環 E17 養成日
				探討並執行對環	察。		常生活節約用
第十三週	單元二地球只有一個	2		境友善的行動。	Cd-II-2 環境友		水、用電、物
5/06-5/10	活動3愛護地球我來做				善的行動與分		質的行為,減
					享。		少資源的消
					,		耗。
							•

第十四週 5/13-5/17	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 探討並執行動。	Cd-II-1 生題 写際。 Cd-II-2 環動 境與	實踐	【户身動對覺體境【環常水質少耗【戶身動對覺體境戶 E與經生知驗的環E生、的資。戶 E與經生知驗的外2 環驗活與與好境17活用行源 外2 環驗活與與好教豐境,環敏珍。教養節電為源 教豐境,環敏珍。育富的培境感惜 育成約、,的 育富的培境感惜了自互養的,環
第十五週 5/20-5/24	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言。	報告實踐	【家庭教育】 家 E13 熟悉與 家庭生活相關 的社區資源。
第十六週 5/27-5/31	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	2c-II-1 蒐集與整 理各類資源,處 理個人日常生活	Bc-II-1 各類資源的認識與彙整。	報告實踐	【家庭教育】 家 E13 熟悉與 家庭生活相關

			生活造成的影響。	問題。	Bc-II-2 個人日		的社區資源。
					常生活問題所		
					需的資源。		
			1.學習選擇適切的資源	2c-II-1 蒐集與整	Bc-II-1 各類資	資料蒐集整理	【生涯規畫教
			解決個人生活上的問	理各類資源,處	源的認識與彙		育】
			題。	理個人日常生活	整。		涯 E12 學習解
				問題。	Bc-II-2 個人日		決問題與做決
第十七週	單元三資源便利通				常生活問題所		定的能力。
6/03-6/07	活動2資源探索趣	2			需的資源。		
					Bc-II-3 運用資		
					源處理日常生		
					活問題的行		
					動。		
			1.調查社區資源,認識	2c-II-1 蒐集與整	Bc-II-1 各類資	資料蒐集整理	【生涯規畫教
			並彙整自己需要的資	理各類資源,處	源的認識與彙		育】
			源。	理個人日常生活	整。		涯 E12 學習解
				問題。	Bc-II-2 個人日		決問題與做決
第十八週	單元三資源便利通	2			常生活問題所		定的能力。
6/10-6/14	活動2資源探索趣	2			需的資源。		
					Bc-II-3 運用資		
					源處理日常生		
					活問題的行		
					動。		
			1.了解使用各類資源的	2c-II-1 蒐集與整	Bc-II-1 各類資	實作	【生命教育】
			注意事項。	理各類資源,處	源的認識與彙	自我評量	生 E7 發展設
				理個人日常生活	整。		身處地、感同
第十九週	單元三資源便利通			問題。	Bc-II-2 個人日		身受的同理心
第十元週 6/17-6/21	活動3資源行動讚	2			常生活問題所		及主動去愛的
	11 31 0 只 1/11 31 项				需的資源。		能力,察覺自
					Bc-II-3 運用資		己從他者接受
					源處理日常生		的各種幫助,
					活問題的行		培養感恩之

					動。		心。
			1.進行資源機構體驗活	2c-II-1 蒐集與整	Bc-II-1 各類資	實作	【生命教育】
			動,覺察資源的可貴與	理各類資源,處	源的認識與彙	自我評量	生 E7 發展設
			重要。	理個人日常生活	整。		身處地、感同
				問題。	Bc-II-2 個人日		身受的同理心
第廿週	單元三資源便利通	2			常生活問題所		及主動去愛的
6/24-6/28	活動3資源行動讚	2			需的資源。		能力,察覺自
					Bc-II-3 運用資		己從他者接受
					源處理日常生		的各種幫助,
					活問題的行		培養感恩之
					動。		<i>☆</i> 。

- ◎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。