

課程名稱	生活高手	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共(3)節			
彈性學習課程 四類規範	1.■統整性探究課程 (□主題□專題■議題)							
設計理念	關係-讓兒童了解學校生活與自己生活的連結。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。							
課程目標	透過認識與覺察，了解學校也愛上學校。							
配合融入之 超學科領域或議 題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引			☐ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☒ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育				
表現任務	文字與圖像表達： 任務：幫忙做家事 1. 畫出自己做家事的圖像。 2. 記錄一周做家事記錄。							
課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)								
生活高手 (3) 能主動幫忙做簡單的家事								
教學期 程	節 數	單元與 活動名 稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校 訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選 教材 或學習單
第7-9	3	生活高手	家 E12	1. 校 園 歷	1. 熟悉校園歷史、校	1. 校園巡禮：認識校園	1. 學習態度	1. 校 園

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

週			社區資源的了解與運用。 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 家 E15 個人與家庭生活作息的規劃。 綜 2d-II-1 體察並感知生活中美感的普遍性與多樣性。	史、校名、地點。 2. 最喜歡的校園角落。 3. 「作息規畫學習單」。	名、地點等內容。 2. 感知並繪製出自己最喜歡的校園角落。 3. 能妥善規畫自己的作息。	歷史、校名、地點等內容。 2. 繪製完成最喜歡的校園角落。 3. 能規畫出屬於自己的「作息規畫學習單」。	2. 口頭發表 3. 完成「最喜歡的校園角落」繪製 4. 完成「作息規畫學習單」	歷史 2. 「作息規畫學習單」
---	--	--	---	--	---	---	---	-------------------------------

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

課程名稱	營養均衡 DIY	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共(3)節			
彈性學習課程 四類規範	1.■統整性探究課程 (□主題□專題■議題)							
設計理念	關係與表現-讓孩子體察「六大類營養素」和「健康」之間的關係，從而改進自己的飲食習慣，達到健康的目標。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展， <u>並認識個人特質，發展生命潛能。</u> E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。							
課程目標	透過了解六大類營養素，了解自己的健康情形，也透由實作能自己製作出健康的餐點。							
配合融入之 超學科領域或議 題	☐國語文 ☐英語文 ☐英語文融入參考指引 ☐本土語 ☐數學 ☐社會 ☐自然科學 ☐藝術 ☐綜合活動 ☒健康與體育 ☐生活課程 ☐科技 ☐科技融入參考指引 ☐性別平等教育 ☐人權教育 ☐環境教育 ☐海洋教育 ☐品德教育 ☐生命教育 ☐法治教育 ☐科技教育 ☐資訊教育 ☐能源教育 ☐安全教育 ☐防災教育 ☐閱讀素養 ☐多元文化教育 ☐生涯規劃教育 ☒家庭教育 ☐原住民教育 ☐戶外教育 ☐國際教育							
表現任務	設計發明與改造創造 任務：製作營養三明治 1. 回憶習得的營養素來購買營養三明治的食材。 2. 親手製作一份營養滿分的三明治。							
課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)								
營養均衡 DIY (3) 製作營養滿分的三明治								
教學 期程	節數	單元與 活動 名稱	學習表現 校訂或相關領域 與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教 材 或學習單
第	3	營養均衡 DIY	【健體】	1. 六大類營養素	1. 認識六大類營養	1. 在文本中認識六大	1 學習態度	1. 六大類營

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

7-- 9 週			1a- II -1 認識身心健康基本概念與意義。 2b- II -2 願意改善個人的健康習慣。 家 E14 家務技巧與參與。	2. 我的飲食記錄學習單 3. 食物和營養素配對遊戲 4. 營養三明治活動規畫學習單 5. 營養三明治製作。	素。 2. 改善自己的飲食習慣。 3. 認識食物的營養素。 4. 能做好工作分配。 5. 能自己製作三明治。	類營養素。 2. 能完整寫出自己的飲食記錄。 3. 能參與食物和營養素配對遊戲 4. 參與製作三明治的準備工作，並完成學習單。 5. 製作營養三明治。	2. 口頭發表 3. 討論分享 4. 能完成：我的飲食記錄學習單 5. 能做對「食物和營養素配對遊戲」 6. 能完成：營養三明治活動規畫學習單 7. 能成功做出三明治	營養的資料 2. 食物及營養素的字卡 3. 我的飲食記錄學習單 4. 營養三明治活動規畫學習單
---------------	--	--	---	---	--	---	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。