

114 學年度三年級綜合活動領域教學計畫表

第一學期							
教學進度	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	單元一興趣與我 活動 1 認識你我他	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.記錄生活中會做的事，覺察自己做得很好的事。	口語評量	【生涯規畫教育】 【品德教育】 【職業試探】	
第二週	單元一興趣與我 活動 1 認識你我他	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.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。	口語評量	【生涯規畫教育】 【品德教育】 【職業試探】	
第三週	單元一興趣與我 活動 2 發現自我	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.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。	口語評量 實作評量	【生涯規畫教育】 【品德教育】 【職業試探】	
第四週	單元一興趣與我 活動 2 發現自我	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.選擇感興趣的活動規畫探索，並思考探索時須注意的事項。	口語評量 實作評量	【生涯規畫教育】 【品德教育】 【職業試探】	
第五週	單元一興趣與我 活動 3 探索與展現	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.展現探索感興趣的事的成果，並分享經驗與感受。	實踐評量 自我評量	【生涯規畫教育】 【品德教育】 【職業試探】	
第六週	單元一興趣與我 活動 3 探索與展現	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.透過探索感興趣的事的歷程，省思並分享成長與收穫。	實踐評量 自我評量	【生涯規畫教育】 【品德教育】 【職業試探】	
第七週	單元二情緒表達與溝通 活動 1 情緒調色盤	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.認識並觀察生活中曾展現過的情緒。	自我評量 實踐評量	【生命教育】	
第八週	單元二情緒表達與溝通 活動 1 情緒調色盤	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.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。	自我評量 實踐評量	【生命教育】	

				2.覺察自我的生理、心理反應，並學習情緒的調適。			
第九週	單元二情緒表達與溝通 活動 1 情緒調色盤	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.覺察自我的生理、心理反應，並學習情緒的調適。	自我評量 實作評量	【生命教育】	
第十週	單元二情緒表達與溝通 活動 2 我的壓力	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.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。	自我評量 實作評量	【生命教育】	
第十一週	單元二情緒表達與溝通 活動 2 我的壓力	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.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，並練習正向思考。	自我評量 實作評量	【生命教育】 【品德教育】 【食農教育】	
第十二週	單元二情緒表達與溝通 活動 2 我的壓力	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.透過生活實例探討面對問題的方法，並練習正向思考。	自我評量 實作評量	【生命教育】	
第十三週	單元二情緒表達與溝通 活動 3 溝通再溝通	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.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。	自我評量 實作評量	【生涯規畫教育】 【人權教育】	
第十四週	單元二情緒表達與溝通 活動 3 溝通再溝通	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.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。	自我評量 實作評量	【生涯規畫教育】 【人權教育】	
第十五週	單元三安全好生活 活動 1 危機在哪裡	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，	Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。	1.從生活經驗出發，思考生活中可能潛藏的危	實作評量	【安全教育】	

		提出並演練減低或避免危險的方法。		機。			
第十六週	單元三安全好生活活動 1 危機在哪裡	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.從生活經驗出發，思考生活中可能潛藏的危機。	實作評量	【安全教育】	
第十七週	單元三安全好生活活動 2 發現危機有方法	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.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。	實作評量 高層次紙筆評量	【安全教育】 【高齡教育】	
第十八週	單元三安全好生活活動 2 發現危機有方法	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.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。	實作評量 高層次紙筆評量	【安全教育】 【失智症】	
第十九週	單元三安全好生活活動 3 行動減危機	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-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。	1.規畫及進行安全正確的活動演練，預防危機的發生。	實踐評量	【安全教育】	
第廿週	單元三安全好生活活動 3 行動減危機	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-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。	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。	實踐評量	【安全教育】 【消費者保護教育】	
第廿一週	單元三安全好生活活動 3 行動減危機	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-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。	1.擬訂並執行危機因應策略，降低危機發生的損害。	實踐評量	【安全教育】	

第二學期

教學進度	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	單元一學習伴我行活動 1 學習有經驗	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.覺察學習對生活的影響，分享學習的經驗與感受。	自我評量	【閱讀素養教育】 【品德教育】	
第二週	單元一學習伴我行活動 1 學習有經驗	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.透過經驗分享，體驗學習動機與方法的重要	自我評量	【閱讀素養教育】 【品德教育】	

				性。			
第三週	單元一學習伴我行 活動2學習好方法	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.透過各種管道探索學習方法，找到適合自己的學習方法。	自我評量 實踐評量	【閱讀素養教育】 【生命教育】	
第四週	單元一學習伴我行 活動2學習好方法	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.透過各種管道探索學習方法，找到適合自己的學習方法。	自我評量 實踐評量	【閱讀素養教育】 【高齡教育】	
第五週	單元一學習伴我行 活動2學習好方法	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.透過各種管道探索學習方法，找到適合自己的學習方法。	自我評量 實踐評量	【閱讀素養教育】	
第六週	單元一學習伴我行 活動2學習好方法	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.落實學習方法，思考個人想完成的學習任務，擬定學習行動計畫。	自我評量 實踐評量	【閱讀素養教育】	
第七週	單元一學習伴我行 活動3學習樂行動	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.實踐個人學習行動計畫，分析學習行動並修正。	高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 【職業試探】	
第八週	單元二地球只有一個 活動1海洋生病了	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.閱讀海龜故事，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。	口語評量	【環境教育】 【海洋教育】 【食農教育】	
第九週	單元二地球只有一個 活動2環境問題知多少	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.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。	實作評量	【海洋教育】 【戶外教育】 【安全教育】 【消費者保護教育】	
第十週	單元二地球只有一個 活動2環境問題知多少	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.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。	實作評量	【海洋教育】 【戶外教育】 【安全教育】	
第十一週	單元二地球只有一個 活動3愛護地球我來做	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.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。	實作評量 自我評量	【環境教育】 【戶外教育】	

第十二週	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	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.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。	實作評量 自我評量	【環境教育】 【戶外教育】	
第十三週	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	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.進行環保行動，持之以恆培養環保習慣。	實踐評量	【環境教育】 【戶外教育】	
第十四週	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	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.進行環保行動，持之以恆培養環保習慣。	實踐評量	【環境教育】 【戶外教育】	
第十五週	單元三資源便利通 活動 1 資源點點名	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。	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。	口語評量 實踐評量	【家庭教育】 【品德教育】 【失智症】	
第十六週	單元三資源便利通 活動 1 資源點點名	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。	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。	口語評量 實踐評量	【家庭教育】	
第十七週	單元三資源便利通 活動 2 資源探索趣	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.學習選擇適切的資源解決個人生活上的問題。	高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】	
第十八週	單元三資源便利通 活動 2 資源探索趣	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	1.調查社區資源，認識並彙整自己需要的資源。	高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】	

			行動。				
第十九週	單元三資源便利通 活動3 資源行動讚	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.了解使用各類資源的注 意事項。	實作評量 自我評量	【生命教育】	
第廿週	單元三資源便利通 活動3 資源行動讚	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.進行資源機構體驗活 動，覺察資源的可貴與 重要。	實作評量 自我評量	【生命教育】	
第廿一週	單元三資源便利通 活動3 資源行動讚	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.進行資源機構體驗活 動，覺察資源的可貴與 重要。	實作評量 自我評量	【生命教育】	