

貳、部定課程各年級各領域/科目課程計畫

一、普通班-國小(表七之一)

113 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	混齡模式 或備註 (無則免填)
		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-□-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	Aa-□-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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	
第二週	單元一興趣與我 活動 1 認識你我他	1a-□-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	Aa-□-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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	
第三週	單元一興趣與我 活動 2 發現自我	1a-□-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	Aa-□-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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	
第四週	單元一興趣與我 活動 2 發現自我	1a-□-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	Aa-□-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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	
第五週	單元一興趣與我 活動 3 探索與展現	1a-□-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	Aa-□-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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	
第六週	單元一興趣與我 活動 3 探索與展現	1a-□-1 展現自己能力、興趣與長處，並表	Aa-□-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	實踐評量 自我評量	【生涯規畫教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	

		達自己的想法和感受。		穫。			
第七週	單元二情緒表達與溝通 活動 1 情緒調色盤	1d-□-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-□-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】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第八週	單元二情緒表達與溝通 活動 1 情緒調色盤	1d-□-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-□-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。 2.覺察自我的生理、心理反應，並學習情緒的調適。	自我評量 實踐評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第九週	單元二情緒表達與溝通 活動 1 情緒調色盤	1d-□-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-□-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 實踐評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第十週	單元二情緒表達與溝通 活動 2 我的壓力	1d-□-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-□-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】 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。	
第十一週	單元二情緒表達與溝通 活動 2 我的壓力	1d-□-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-□-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】 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。	
第十二週	單元二情緒表達與溝通 活動 2 我的壓力	1d-□-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	Ad-□-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】 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。	

第十三週	單元二情緒表達與溝通 活動3 溝通再溝通	2a-□-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-□-1 自我表達的適切性。 Ba-□-2 與家人、同儕及師長的互動。 Ba-□-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】 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自己與他人的權利。	
第十四週	單元二情緒表達與溝通 活動3 溝通再溝通	2a-□-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-□-1 自我表達的適切性。 Ba-□-2 與家人、同儕及師長的互動。 Ba-□-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】 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自己與他人的權利。	
第十五週	單元三安全好生活 活動1 危機在哪裡	3a-□-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-□-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】 安E2 了解危機與安全。 安E3 知道常見事故傷害。	
第十六週	單元三安全好生活 活動1 危機在哪裡	3a-□-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-□-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】 安E2 了解危機與安全。 安E3 知道常見事故傷害。	
第十七週	單元三安全好生活 活動2 發現危機有方法	3a-□-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-□-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】 安E5 了解日常生活危害安全的事件。 安E10 關注校園安全的事件。	
第十八週	單元三安全好生活	3a-□-1 覺察生活中潛藏危機	Ca-□-2 生活周遭危機情境	1.透過感官辨識、	實作評量 高層次紙筆評量	【安全教育】	

	活動 2 發現危機有方法	的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。	的辨識方法。	調查訪問及運用資訊蒐集訊息，辨識周遭危機。		安E5 了解日常生活危害安全的事件。 安 E10 關注校園安全的事件。	
第十九週	單元三安全好生活 活動 3 行動減危機	3a-□-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-□-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】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E9 學習相互尊重的精神。	
第廿週	單元三安全好生活 活動 3 行動減危機	3a-□-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-□-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】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E9 學習相互尊重的精神。	
第廿一週	單元三安全好生活 活動 3 行動減危機	3a-□-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-□-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】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E9 學習相互尊重的精神。	
第廿二週	單元三安全好生活 活動 1~3 複習	3a-□-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-□-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】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E9 學習相互尊重的精神。	

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	混齡模式 或備註
		學習表現	學習內容				

							(無則免填)
第一週	單元一學習伴我行 活動 1 學習有經驗	1b-□-1 選擇 合宜的學習方 法，落實學習 行動。	Ab-□-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】 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。	
第二週	單元一學習伴我行 活動 1 學習有經驗	1b-□-1 選擇 合宜的學習方 法，落實學習 行動。	Ab-□-1 有效 的學習方法。	1.透過經驗分享， 體驗學習動機與方 法的重要性。	自我評量	【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。	
第三週	單元一學習伴我行 活動 2 學習好方法	1b-□-1 選擇 合宜的學習方 法，落實學習 行動。	Ab-□-1 有效 的學習方法。 Ab-□-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】 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 活動 2 學習好方法	1b-□-1 選擇 合宜的學習方 法，落實學習 行動。	Ab-□-1 有效 的學習方法。 Ab-□-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】 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	單元一學習伴我行 活動 2 學習好方法	1b-□-1 選擇 合宜的學習方 法，落實學習 行動。	Ab-□-1 有效 的學習方法。 Ab-□-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】 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	單元一學習伴我行 活動 2 學習好方法	1b-□-1 選擇 合宜的學習方	Ab-□-1 有效 的學習方法。	1.落實學習方法， 思考個人想完成的	自我評量 實踐評量	【閱讀素養教育】 閱 E10 中、高年	

		法，落實學習行動。	Ab-□-2 學習行動。	學習任務，擬定學習行動計畫。		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。	
第七週	單元一學習伴我行 活動3學習樂行動	1b-□-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	Ab-□-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】 涯E11 培養規劃與運用時間的能力。	
第八週	單元二地球只有一個 活動1海洋生病了	3d-□-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-□-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】 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。	
第九週	單元二地球只有一個 活動2環境問題知多少	3d-□-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-□-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-□-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】 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。	
第十週	單元二地球只有一個 活動2環境問題知多少	3d-□-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-□-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-□-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】 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。	
第十一週	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	3d-□-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-□-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-□-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】 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。	
第十二週	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	3d-□-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-□-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-□-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】 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。	
第十三週	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	3d-□-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-□-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-□-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】 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。	
第十四週	單元二地球只有一個 活動 3 愛護地球我來做	3d-□-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-□-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-□-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】 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	單元三資源便利通 活動 1 資源點點名	2c-□-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-□-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-□-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】 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	
第十六週	單元三資源便利通 活動 1 資源點點名	2c-□-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-□-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-□-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】 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	
第十七週	單元三資源便利通 活動 2 資源探索趣	2c-□-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。	Bc-□-1 各類資源的認識與彙整。 Bc-□-2 個人日常生活問題所需的資源。 Bc-□-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】 涯E12 學習解決問題與做決定的能力。	

			動。				
第十八週	單元三資源便利通 活動 2 資源探索趣	2c-□-1 蒐集與 整理各類資 源，處理個人 日常生活問 題。	Bc-□-1 各類 資源的認識與 彙整。 Bc-□-2 個人 日常生活問題 所需的資源。 Bc-□-3 運用 資源處理日常 生活問題的行 動。	1.調查社區資源， 認識並彙整自己需 要的資源。	高層次紙筆評量	【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	單元三資源便利通 活動 3 資源行動讚	2c-□-1 蒐集與 整理各類資 源，處理個人 日常生活問 題。	Bc-□-1 各類 資源的認識與 彙整。 Bc-□-2 個人 日常生活問題 所需的資源。 Bc-□-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】 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	單元三資源便利通 活動 3 資源行動讚	2c-□-1 蒐集與 整理各類資 源，處理個人 日常生活問 題。	Bc-□-1 各類 資源的認識與 彙整。 Bc-□-2 個人 日常生活問題 所需的資源。 Bc-□-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】 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	單元三資源便利通 活動 1~3 統整複習	2c-□-1 蒐集與 整理各類資 源，處理個人 日常生活問 題。	Bc-□-1 各類 資源的認識與 彙整。 Bc-□-2 個人 日常生活問題 所需的資源。 Bc-□-3 運用 資源處理日常	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】 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	

			生活問題的行動。			心。	
--	--	--	----------	--	--	----	--