

嘉義縣內埔國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三年級	年級課程 主題名稱	健康「心」選擇	課程 設計者	楊美緩、張玉坪、 林淑純	總節數 /學期 (上/下)	60 節 下學期
符合 彈性課程類 型	<p><input checked="" type="checkbox"/>第一類 統整性探究課程 <input checked="" type="checkbox"/>主題 <input type="checkbox"/>專題 <input type="checkbox"/>議題 *是否融入 <input type="checkbox"/>生命教育 <input checked="" type="checkbox"/>安全教育 <input checked="" type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>均未融入</p> <p><input type="checkbox"/>第二類 <input type="checkbox"/>社團課程 <input type="checkbox"/>技藝課程</p> <p><input type="checkbox"/>第四類 其他 <input type="checkbox"/>本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流</p> <p><input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>						
學校 願景	讀創思享樂活遊	與學校願景呼 應之說明	<p>透過閱讀文本，開啟學生多元的學習方式，培養閱讀理解能力，掌握概念的理解，同時透過創作奠定寫作的基本能力。</p> <p>透過小組合作共同學習的方式，發揮團隊精神，啟發孩子們的創造力，積極營造學習環境，讓學生與生活經驗結合。</p>				
總綱 核心素養	<p>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。</p> <p>E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。</p> <p>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。</p>	課程 目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 鼓勵學生發現、探索日常生活中的問題，培養從各類資源中判讀、分析資料，找尋解決問題的能力，進而身體力行。</li> <li>2. 藉由基本語文素養和生活所需的符號知能，表現合宜的互動方式，尊重彼此不同的看法，著重與人溝通。</li> <li>3. 透過體驗與實作，參與多元的活動，發揮團隊分工合作精神，勇於展現自我以及感恩的人文關懷。</li> </ol>				

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	教學活動 (學習活動)	教學資源	節數
第(1)週 ~ 第(1)週	真心好滋味	語文 2-II-2 運用適當詞語、正確語法表達想法。  語文 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。	各種不同滋味的食物  食物猜謎	1. 選擇正確語法表達以往的美食經驗。 2. 運用適當的語詞來描述各種不同滋味食物的外型、氣味和口感。 3. 在小組討論過程中，能勇於發表自己的觀點和意見。 4. 積極參加食物猜謎活動，做出個人回應。	1. 能舉例說出自己嘗過的美食種類。 2. 能正確說出用感官描述的重點和技巧。 3. 能使用合適語詞說出個人對食物特色的想法。 4. 能運用五感體驗+感受敘述方式說出不同滋味食物的特色。 5. 能參與食物猜謎活動，根據食物猜謎的內容，做出反應或回應，說出食物的名稱。	1. 學生分組準備各種不同滋味的食物(如:紅豆餅、橘子、烤地瓜、披薩、鹹蛋、辣椒口味餅乾……)。 2. 學生發表自己曾經吃過最難以忘懷的美食及原因。 3. 請學生依序品嚐這些食物。 4. 教師指導學生利用感官描述食物的特色。 5. 學生分組練習用五感體驗+感受說出食物的特色(視覺、聽覺、嗅覺、觸覺、口感、感覺) 6. 依照五感體驗+感受敘述的內容進行食物猜謎。	各種不同滋味的食物。	3
第(2)週 ~ 第(3)週	小小文學家(一)	語文 5-II-4 掌握句子和段落的意義與主要概念。  語文 5-II-3 讀懂與學習階段相符的文本。  語文 6-II-2 培養感受力、想像力等寫作基本能力。	美食文章  寫作學習單	1. 透過文本，掌握美食文章中的內容和概念。 2. 讀懂美食文章的內容並判斷優美詞句。 3. 學習美食文章優美詞句的寫法。 4. 培養對食物的感受力，以五感敘述，創作美食文章。 5. 運用想像力和寫作技巧，完成寫作學習單	1. 能從各種閱讀文本中選擇美食文章。 2. 能陳述文章的主旨，辨別美食佳句。 3. 學習美食佳句的書寫結構，書寫出五感敘述的句子。 4. 能運用想像力，以感官描述，寫出食物的特色。 5. 小組討論中能發揮思考力且發表意見，運用寫作技巧將句子組織成美食作文。	美食詞句放大鏡 1. 教師指導學生練習從國語日報或美食雜誌中找到與描寫食物有關的文章和報導。 (1)學生閱讀美食文章 (2)記錄優美詞句 2. 教師指導學生找出描寫有關食物色、香、味的句子。 3. 教師指導學生以視覺、聽覺、嗅覺、味覺和觸覺等感官來形容食物外型、氣味、味道和摸起來的感覺。 4. 教師展示美食圖片，讓小組選定一項食物，以五感敘述的句子介紹美食。 5. 學生小組討論，以選定的食物為主題，發揮思考創造力和想像力，針對食物的五感+感受敘述進行意見發表，將討論	1. 國語日報 2. 美食雜誌: <u>料理·台灣、美食堂</u>  美食圖片	6

						的句子記錄在學習單上，並修改為一篇美食文章。		
第(4)週 ~ 第(5)週	小小文學家(二)	語文 6-II-7 找出作品的錯誤，並加以修改。  語文 6-II-6 運用改寫、縮寫、擴寫等技巧寫作。	寫作互評表  美食文章。	1. 運用寫作互評表的要點， <b>找出文章中的錯誤</b> ，並提出修改的意見和建議。 2. <b>運用寫作改寫技巧</b> ， <b>進行</b> 美食文章的 <b>修正</b> 。 3. 覺察文章修改前後的差異。	1. 能掌握寫作互評的要點 2. 能指出其他組別美食文章的優缺點。 3. 能針對別組文章內容提出修改的建議。 4. 小組成員再次討論，共同改寫文章內容。 5. 能說出文章修改前後的差別。	我是小偵探 1. 教師說明寫作互評的要點。 2. 學生分組欣賞別組的美食文章，找出優點和佳句 3. 小組謹慎討論，對他組的美食文章提出修改建議。 4. 根據他組提出的修改建議，小組再次進行討論，提出可行的策略，修改自己組別的文章。 5. 請學生思考文章修改前後的改變： (1)內容是否更符合主題? (2)文句是否更貼近五感描述? (3)結尾是否更有力?	寫作互評表	5
第(5)週 ~ 第(7)週	健康「心」行動(一)	健康 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。  健康 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。  健康 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	紅燈、綠燈和黃燈食物  飲食改善計畫表	1. 利用教師提供的健康訊息， <b>了解</b> 日常生活中的紅燈、綠燈和黃燈食物的種類。 2. 覺察自己飲食習慣的缺失， <b>願意修正</b> 不健康的飲食內容。 3. 根據飲食改善計畫表， <b>遵守更健康的生活飲食型態</b> 。	1. 能將生活中常吃的食物分類，區別紅燈、綠燈和黃燈食物，並舉例說明。 2. 能說出各類食物對健康的重要性。 3. 能指出自己的飲食內容中，不健康的部分。 4. 能針對自己的飲食內容，擬定飲食改善計畫。 5. 分享並省思自己飲食改善計畫實施的情形。	1. 老師介紹紅燈、綠燈和黃燈食物的分類與內容，以及對健康的影響。 2. 學生記錄自己一週晚餐的飲食內容在飲食面面觀紀錄表中。 3. 學生檢視自己飲食面面觀紀錄表的飲食組合。 4. 針對自己飲食習慣不恰當處，提出飲食改善計畫。 5. 一週後，請學生分享自己的實施情形和遇到到困難與因應方式。	1. 飲食面面觀紀錄表 2. 飲食改善計畫表	6
第(7)週 ~ 第(9)週	健康「心」行動(二)	綜合 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。  綜合 1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態	心情卡  事件情境圖  心情紀錄表	1. 透過心情卡， <b>探索</b> 自我情緒表達。 2. 利用 <b>角色扮演</b> 方式，呈現事件情境圖的情緒反應。 3. <b>整理並檢視</b> 心情紀錄表， <b>覺察自己情緒的狀</b>	1. 能與他人分享自己的情緒事件。 2. 能根據事件情境圖中不同的情境，演示可能的情緒反應。 3. 能記錄完成心情紀錄表。	1. 心情時光機 (1)學生記錄印象最深刻的事，並將事件的原因及感受記錄在心情卡上。 (2)請學生分享自己的心情卡。 2. 情緒小偵探	事件情境 PPT	5

		度。		<p>況。</p> <p>4. 擬定情緒適當策略，<b>培養正向思考的態度</b>，調整個人情緒表現問題。</p>	<p>4. 能說出自己的情緒變化。</p> <p>5. 能訂定正向思考的情緒處理策略。</p> <p>6. 在日常生活努力實行正向思考模式的情緒表達。</p>	<p>(1)教師準備事件情境 PPT，讓學生依照抽到的事件，將心情表演出來。</p> <p>(2)學生互相討論事件可能帶來的情緒反應。</p> <p>(3)請學生記錄自己一週的心情。</p> <p>(4)小組分享心情紀錄表。</p> <p>(5)小組討論，依事件寫出適當的情緒處理方法。</p> <p>(6)學生思考自己處理情緒的可能策略，並在生活中實踐。</p>		
第(9)週~第(11)週	聰明「心」選擇(一)	<p>綜合 2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p> <p>綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p>	<p>社區特色商店</p> <p>安全規範</p>	<p>1. 探索社區商店的特點。</p> <p>2. <b>參加</b>社區商店採買活動，<b>遵守</b>走訪社區的<b>安全規範</b>。</p> <p>3. 採買過程中，<b>主動關懷與照顧</b>小組成員，<b>重視團隊合作</b>。</p> <p>4. 團體行動，分工合作完成採買物品的任務，<b>培養責任感</b>。</p>	<p>1. 能說出社區內商店的特色。</p> <p>2. 能根據需求和金額，規劃自己的購物內容。</p> <p>3. 能聽從老師指導，有秩序地參與走訪社區商店的活動。</p> <p>4. 小組成員在過程中能互相幫忙與照顧。</p> <p>5. 依照規劃內容，實際購買物品。</p>	<p>1. 教師介紹內埔老街的特色商店：</p> <p>(1)內埔林香腸</p> <p>(2)協成餅舖</p> <p>(3)新玉成餅店</p> <p>2. 請學生發表平時在內埔社區買東西的經驗。</p> <p>3. 請學生規劃採買的內容和金額預算</p> <p>4. 教師說明走訪社區商店購物的原則和安全注意事項，進行分組，指派小組長。</p> <p>5. 教師實際帶領學生到內埔的商店採購同樂會物品。</p>	<p>內埔商店</p> <p>(1)內埔林香腸</p> <p><a href="https://www.linssausage.com.tw/">https://www.linssausage.com.tw/</a></p> <p>(2)協成餅舖</p> <p><a href="https://www.facebook.com/ShieCheng1936/">https://www.facebook.com/ShieCheng1936/</a></p> <p>(3)新玉成餅店</p> <p><a href="https://www.facebook.com/%E6%96%B0%E7%8E%89%E6%88%90%E9%A4%85%E5%BA%97-191392400883505/">https://www.facebook.com/%E6%96%B0%E7%8E%89%E6%88%90%E9%A4%85%E5%BA%97-191392400883505/</a></p>	6
第(11)週~	聰明「心」選	<p>數學 n-II-9 理解長度、角度、面積、容量、重量的常用單位與換算，培養量感與估測能力，並能做計</p>	<p>磅秤</p> <p>已購買的物品</p>	<p>1. <b>估測</b>已購買物品的重量，<b>培養學生的量感</b>。</p> <p>2. 利用磅秤，<b>實際測量</b>已購買的物品。</p>	<p>1. 能對物品進行估測，說出預估的重量。</p> <p>2. 能知道磅秤的使用方法。</p>	<p>1. 教師指導學生磅秤的使用方式。</p> <p>2. 對期末同樂會所購買物品進行重量估測並記錄下來。</p>	<p>磅秤</p>	2

第(11)週	擇(二)	算和應用解題。		<p>3. 透過布題，應用不同重量單位的<b>換算方式進行解題活動</b>。</p> <p>4. 換算不同重量單位的物品，並做輕重比較</p>	<p>3. 能正確使用磅秤測量物體重量並報讀重量。</p> <p>4. 能計算使用不同重量單位的物品之間的換算。</p> <p>5. 能比較不同重量單位物體的輕重關係。</p>	<p>3. 再將物品實際實測，看看估測和實測之間的重量差距</p> <p>4. 教師指導學生分組利用不同商品組合，進行公斤和公克的換算。</p> <p>5. 教師進行布題，請學生換算不同重量單位的物品，最後比較輕重的關係。</p>	
第(12)週 ~ 第(14)週	當我們同在一起 ~ 同樂會	<p>藝術 3-II-3 能為不同對象、空間或情境，選擇音樂、色彩、布置、場景等，以豐富美感經驗。</p> <p>綜合 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。</p>	邀請卡 表演音樂	<p>1. 參與同樂會活動安排和討論。</p> <p>2. 設計創作同樂會邀請卡。</p> <p>3. 選用多元的素材<b>布置</b>同樂會場景，<b>豐富場地布置</b>。</p> <p>4. 為才藝發表項目<b>選擇適當的表演音樂或製作道具</b>，並加強練習</p> <p>5. 實際<b>展現自己的才藝</b>。</p> <p>6. <b>欣賞</b>同學才藝表演。</p>	<p>1. 在討論過程中，對活動流程說出自己的意見。</p> <p>2. 能運用各種媒材進行個人創作或小組合作製作邀請卡。</p> <p>3. 能完成邀請卡的發送。</p> <p>4. 能和同學合作準備同樂會所需道具和材料。</p> <p>5. 能和同儕分工完成會場布置。</p> <p>6. 能演示並執行自己的才藝表演。</p> <p>7. 能扮演觀賞者的角色，認真欣賞同學的表演。</p>	<p>快樂時刻~同樂會</p> <p>1. 全班一起討論、安排同樂會活動流程。</p> <p>小組討論同樂會時間、內容、主持人以及所需道具。</p> <p>2. 設計邀請卡 請學生設計邀請卡，並邀請家長和師長參加班級同樂會。</p> <p>3. 布置同樂會會場： 學生設計、製作道具，同時整理環境，布置會場。</p> <p>4. 同樂會登場 學生表演彩排以及正式才藝表演。</p>	7
第(14)週 ~ 第(16)週	環保「心」時代(一)	<p>綜合 3b-II-1 參與學校或社區服務學習，並分享心得。</p> <p>綜合 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。</p> <p>資訊 資 t-II-2 能使用資訊科技解決生活中簡單的問題。</p> <p>綜合 3d-II-1 覺察生活中</p>	資源回收物品 Google 搜尋引擎	<p>1. <b>參與班級環境打掃</b>活動。</p> <p>2. <b>動手整理</b>班級資源回收物品。</p> <p>3. 分享個人資源垃圾分類的經驗。</p> <p>4. <b>利用 Google 搜尋引擎搜尋垃圾減量的做法</b></p> <p>5. <b>覺察</b>生活中<b>資源垃圾</b>的問題，以<b>友善的行動</b></p>	<p>1. 能主動幫忙整理班級環境。</p> <p>2. 能分辨資源垃圾，做正確的分類與處理。</p> <p>3. 能全班合作完成資源回收。</p> <p>4. 能說出自己處理資源垃圾的方法。</p> <p>5. 能利用相關網站找到資源垃圾減量的實際做法。</p>	<p>活動一：攜手做環保</p> <p>1. 全班學生分工合作將同樂會場地復原。</p> <p>2. 全班學生一起進行資源垃圾回收。</p> <p>3. 請學生分享自己資源垃圾分類的經驗。</p> <p>4. 師生共同討論資源回收注意事項</p> <p>5. 小組利用 Google 搜尋引擎搜尋垃圾減量的做法</p> <p>6. 請學生分享自己做到的垃圾</p>	<p>網站連結： 1. 行政院環境保護署-環境主題-資源循環 <a href="https://www.epa.gov.tw/Page/A0D5208FDB52DE77">https://www.epa.gov.tw/Page/A0D5208FDB52DE77</a> 2. 資源回收網</p>

		環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。		實行垃圾減量，以維護生活環境。	6. 能說出二項垃圾減量的方法。 7. 能在日常生活中落實垃圾減量。	減量行動	<a href="https://recycle.epa.gov.tw/">https://recycle.epa.gov.tw/</a>	
第(16)週 ~ 第(17)週	環保「心」時代(二)	藝術 1-II-2 能探索視覺元素，並表達自我感受與想像。  藝術 1-II-3 能試探媒材特性與技法，進行創作。  藝術 1-II-6 能使用視覺元素與想像力，豐富創作主題。	資源回收物品  環保作品	1. 表達對影片中環保作品的感受 2. 分析資源回收物品媒材的特性，進行環保作品創作。 3. 運用多元視覺元素，發揮創意和想像力，豐富環保創意作品	1. 能說出自己對環保作品的看法。 2. 能選擇適當的資源回收物品進行創作。 3. 能依照資源回收物品的特性完成作品。 4. 能欣賞他人作品，表達自己的看法，選出最佳「環保作品」，並說明選擇理由。	活動二：環保作品我最行 1. 播放 youtube 影片環保勞作教學:透過實際影片教學，啟發學生對環保作品的興趣。 2. 請學生發表意見，可以利用那些班級資源回收的物品製作環保作品? 3. 請學生發揮創意，繪製設計圖 4. 進行環保作品的創作 5. 舉辦環保作品票選會	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=EZqdfjMvQ54&amp;list=PLjCkUM9Z1Nx_cmJ16KDZqNWX1L8TvsHwB">https://www.youtube.com/watch?v=EZqdfjMvQ54&amp;list=PLjCkUM9Z1Nx_cmJ16KDZqNWX1L8TvsHwB</a> 環保勞作教學	5
第(18)週 ~ 第(19)週	感恩「心」時刻(一)	綜合 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。  藝術 1-II-6 能使用視覺元素與想像力，豐富創作主題。	成長紀錄單  感謝卡  感恩樹	1. 透過成長紀錄單的書寫，察覺並反省自己的成長過程，思考未來可以培養的能力與專長，並表達自己的想法。 2. 書寫感謝卡，表達自己的感謝，並豐富卡片的創作。 3. 運用想像力，合力布置班級感恩樹，豐富教室布置。	1. 能回想自己成長的過程和未來可以培養的能力與專長，完成成長紀錄單。 2. 勇敢向同學表達自己的想法。 3. 能發揮創意完成感謝卡。 4. 能運用巧思和各種素材，和同學分工合作布置感恩樹。	1. 請學生省思這學期自己的成長過程和未來努力方向寫在成長紀錄單。 2. 請學生發表自己的成長與收穫 3. 學生書寫感謝卡，謝謝生活中曾經幫助自己的人。 4. 將感謝卡裝置成班級感恩樹，豐富教室布置，提醒每個人常懷感恩心。	成長紀錄單  錄音設備	6
第(20)週 ~ 第(20)週	感恩「心」時刻(二)	綜合 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。  資訊 資 t-II-2 能使用資訊科技解決生活中簡單的問題。	錄音設備	1. 使用電話，展現合宜的互動方式，對家長表達自己的感恩。 2. 使用錄音設備將感謝的話錄製成音檔。 3. 利用資訊設備傳送錄音檔案。	1. 能主動參與熱線你和我活動，說出自己對家人的感恩。 2. 能成功錄製感恩音檔。 3. 能使用電子郵件或 LINE 正確執行檔案傳送給感謝的人。 4. 確認對方是否收到錄音檔案?	1. 熱線你和我: 挑選幾位學生，請他打電話給家長，依照感謝卡內容，說出感謝的話，表達對家人的愛意。 2. 愛你留聲機 (1) 指導學生利用資訊電腦設備錄音的方式，請感謝卡的內容錄製音檔。 (2) 將檔案以電子郵件或 LINE 傳送給感謝的人。	錄音設備	3

教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
本主題是否 融入資訊科 技教學內容	<input type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input checked="" type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共(3)節 (以連結資訊科技議題為主)						

### 三下健康心選擇

※身心障礙類學生：無 有-語言障礙(1)人、學習障礙(1)人、自閉症(2)人

※資賦優異學生：無 有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

#### 一、學習環境調整

1. 加強兩位自閉症學生上課學習態度與行為，建立上課秩序、依照教師指令參與活動等。
2. 需協助兩位自閉症學生安排適當的座位，以教師能立即處理其問題行為為基準。

#### 二、學習內容調整

1. 可針對吳生、邱生之學習內容予以簡化、減量。

#### 三、學習歷程調整

1. 需額外留意吳生、邱生之學習狀況，留意其學習進度。
2. 鼓勵個案發表，並給給予肯定與讚美，提升其學習動機與參與度。
3. 可多給與吳生、邱生口語表達的機會，調整其口語表達的完整性、語言流暢度。

#### 四、學習評量調整

1. 評量方式可採多元評量。如:吳生書寫能力較弱，可改以口語表達方式完成。
2. 評量標準可視其活動參與度、配合度、作品完成度等彈性調整之。
2. 可增加學生上台分享意見的機會，並引導同儕給予正面的肯定。

特教需求  
學生  
課程調整

特教老師簽名：劉建亨

普教老師簽名：林淑純