

實踐 永續 做中學

創意 體育 動腦玩

成癮物質防治

菸的主要成分包含尼古丁、焦油、一氧化碳和其他化學物質，你認識這些成分嗎？它們對人體有哪些影響呢？

菸的主要成分

- 尼古丁**：具有興奮、提神的作用，長期使用會令人上癮，導致心臟病、肺病、皮膚癢、失眠、戒煙後增加、戒煙後戒斷、戒煙後戒斷。
- 焦油**：是一種黃色黏稠物質，長期使用會令人上癮，導致心臟病、肺病、皮膚癢、失眠、戒煙後增加、戒煙後戒斷、戒煙後戒斷。
- 一氧化碳**：是一種無色無味氣體，會降低血液中的含氧量，導致心臟病、肺病、皮膚癢、失眠、戒煙後增加、戒煙後戒斷、戒煙後戒斷。

菸對健康的危害

- 腦部**：記憶力退化、學習能力變差。
- 肺部**：長期吸入菸草中的煙霧，導致肺部受損，甚至引發肺癌。
- 心臟**：增加心臟負擔，導致心臟病發作。
- 呼吸系統**：咳嗽、氣喘、支氣管炎、肺炎。
- 心臟病**：增加心臟負擔，導致心臟病發作。

3 GOOD HEALTH AND WELL-BEING

第2課 酒與檯檯

跟媽媽一起回家時，目睹了酒駕的慘劇現場，酒駕是錯誤的行為，影響的不僅是個人，甚至可能造成多個家庭破碎。

酒駕的危害

- 造成意外事故，例如：門臉人、引發急性酒精中毒、甚至危及生命、及肇事逃逸等事件。
- 導致精神不振、增加心臟負擔、增加心臟負擔、增加心臟負擔、增加心臟負擔。

酒後吐瀉

酒後吐瀉是酒精中毒的表現，嚴重時可能危及生命。應立即送醫治療。

解讀選手習態度

第1課 跑步活力躍

一般短跑比賽包含100公尺、200公尺、400公尺等距離。在短跑比賽中，從起跑到衝過終點線只有幾秒到幾十分鐘。這短促的時間內，每個選手，衝刺都至關重要。展現出運動員能年累月的訓練與堅持，你欣賞哪個短跑運動員呢？

最遠精神 絕不放鬆

短跑比賽中，選手們在起點後，會以極快的速度衝刺。在短跑比賽中，選手們在起點後，會以極快的速度衝刺。在短跑比賽中，選手們在起點後，會以極快的速度衝刺。

生活行動家

運動能強身健體，還能鍛煉意志，培養團隊精神。讓我們一起努力，成為更好的自己。

演練攻防築策略

判斷方向傳球到壘，球比跑壘者先到，就防守成功。

防守策略

- 5人一排，一次2隊上場。一隊為進攻隊（紅隊），一隊為防守隊（藍隊）。防守隊在壘間佈置守備隊員，進攻隊在壘間佈置跑壘者。
- 進攻隊在壘間佈置跑壘者，防守隊在壘間佈置守備隊員。
- 進攻隊在壘間佈置跑壘者，防守隊在壘間佈置守備隊員。

入生活 舉例生活情境，導入成癮物質對身體的危害，引導學生遠離並拒絕接觸。

認識運動選手，了解努力的歷程，學習不懈的態度與運動家精神。

設計足壘球各式活動情境，模擬攻防策略，動動身體兼動腦。

急救與防災教學

大家都想瞭解受傷時該怎麼辦，老師說明急救的「沖、脫、泡、蓋、送」五步驟，並帶領全班演練。

沖：用流動的冷水沖洗傷處，沖洗15~30分鐘。

脫：脫去受傷部位的衣物，如果必要，可以用剪刀剪開。

泡：將受傷部位浸泡在冷水中15~30分鐘。

蓋：用乾淨的紗布或布蓋住傷口。

送：送醫治療。

3 GOOD HEALTH AND WELL-BEING 11 SUSTAINABLE CITIES AND COMMUNITIES

在公共場所遭遇火災時，若建築物內的樓梯或安全梯已遭火勢或濃煙侵入無法使用，並且無其他相對安全的避難空間時，可使用樓梯進行逃生。

樓梯使用方式

- 樓梯使用方式：樓梯使用方式。
- 樓梯使用方式：樓梯使用方式。
- 樓梯使用方式：樓梯使用方式。

萬一身上著火了，該怎麼辦呢？

滅火方式

- 滅火方式：滅火方式。
- 滅火方式：滅火方式。
- 滅火方式：滅火方式。

圖解豐 圖解灼燙傷急救、火場逃生技巧，搭配口訣學習，健康技能易上手。

體適能檢測改版 NEW

體適能檢測

- 1. 體適能檢測**：體適能檢測。
- 2. 體適能檢測**：體適能檢測。
- 3. 體適能檢測**：體適能檢測。

體適能檢測紀錄

與同學互相觀察，協助彼此完成體適能檢測，檢測後利用數據，進行體適能檢測。

體適能檢測紀錄表

項目	1.成績紀錄	2.等級
1. 50公尺	() 秒	() 級
2. 100公尺	() 秒	() 級
3. 200公尺	() 秒	() 級
4. 400公尺	() 秒	() 級
5. 800公尺	() 秒	() 級
6. 1000公尺	() 秒	() 級

圖解各體適能檢測項目，即時編入更新項目，清晰解構步驟，測驗內容全掌握。



LINE@正式上線囉!

獨家

精實帶班課時 教學展高效

✦ 設計精華版教學 PPT，精煉授課時間。

<p>Step 1 多體驗 第一節</p> <p>家中、戶外或是學校可能會發生哪些危險？這些危險會造成什麼樣的傷害呢？</p>	<p>Step 2 多體驗 第二節</p> <p>你可以透過哪些方法，來辨識這些危險呢？</p>	<p>Step 2 勤實踐 第三節</p> <p>參考示例，和同學一起規畫一個安全活動，並進行演練吧！</p>
<p>Step 3 齊思考 第四節</p> <p>當你面對無法立刻解決的危機時，可以用什麼方法避開呢？</p>	<p>Step 4 再省思 第四節</p> <p>發現生活周遭的危機後，我可以怎麼做，避免這些危險發生在我身上呢？</p>	<p>省思再前進 / 課後提問</p> <p>在我感興趣的事時，安全上有什麼要注意的呢？</p> <p>我還能做什麼，讓我的生活更安全？</p>

首創

拓展永續地圖 一起 SDGs

✦ 設計扣課 SDGs 教學資源，掌握教學新趨勢。

<p>SDGs 永續教育</p> <p>「教育目標」單元引導學生了解在地環境，知能發展積極的生活實踐態度，與內化 SDGs「永續城市與社區」的內涵。</p> <p>目標 11 永續城市與社區 讓城市和人居住具包容性、安全性、有韌力和永續力。</p> <p>學習重點</p> <p>1. 認識城市發展與環境、安全、永續發展等關係。 2. 了解城市發展與環境、安全、永續發展等關係。 3. 認識城市發展與環境、安全、永續發展等關係。</p>	<p>SDGs 教學小活動設計表</p> <table border="1"> <tr> <th>融入領域、課次</th> <th>綜合活動 3 下 資源利用</th> <th>設計者</th> <th>評定者</th> </tr> <tr> <td>實施年級</td> <td>3 年級</td> <td>康軒文教</td> <td>共 2 節</td> </tr> <tr> <td>活動名稱</td> <td>社區大圖</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>學習表現</td> <td>2a-21 能夠與同學合作，共同完成任務。</td> <td>2b-21 能夠與同學合作，共同完成任務。</td> <td>2c-21 能夠與同學合作，共同完成任務。</td> </tr> <tr> <td>學習重點</td> <td>2a-21 能夠與同學合作，共同完成任務。</td> <td>2b-21 能夠與同學合作，共同完成任務。</td> <td>2c-21 能夠與同學合作，共同完成任務。</td> </tr> </table>	融入領域、課次	綜合活動 3 下 資源利用	設計者	評定者	實施年級	3 年級	康軒文教	共 2 節	活動名稱	社區大圖			學習表現	2a-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2b-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2c-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	學習重點	2a-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2b-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2c-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	<p>綜合 3 下 SDGs 統整學習單</p> <p>期末跳蚤市場</p> <p>本單元「你」已進行「跳蚤市場」活動，請同學們將活動心得，以圖文、口語、書寫等方式，與同學分享。</p> <p>一、你為什麼要參加「跳蚤市場」？</p> <p>二、你在「跳蚤市場」中賣了什麼？請寫出 3 項。</p> <p>A 物名：_____，賣了 _____ 元。</p> <p>B 物名：_____，賣了 _____ 元。</p> <p>C 物名：_____，賣了 _____ 元。</p> <p>1. 總共賣了 _____ 元，我賣出的金額大約是總金額的 _____ 倍。</p> <p>2. 為什麼不賣出 2 個 5 元，卻賣出 1 個 10 元？</p> <p>3. 如果我有 1 個 10 元，我可以用 _____ 個 5 元，換 _____ 個 2 元？</p>
融入領域、課次	綜合活動 3 下 資源利用	設計者	評定者																			
實施年級	3 年級	康軒文教	共 2 節																			
活動名稱	社區大圖																					
學習表現	2a-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2b-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2c-21 能夠與同學合作，共同完成任務。																			
學習重點	2a-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2b-21 能夠與同學合作，共同完成任務。	2c-21 能夠與同學合作，共同完成任務。																			

議題 X 跨域 X 校本 助多元融合

三上			四上		
單元名稱	活動名稱	議題融入	單元名稱	活動名稱	議題融入
單元一 興趣與我	1. 認識你我他 2. 發現自我 3. 探索與展現	生涯規劃教育	單元一 團隊勳章	1. 任務新安排 2. 團隊的規範 3. 愛班與合作	人權教育
單元二 情緒表達與溝通	1. 情緒調色盤 2. 我的壓力 3. 溝通再溝通	人權教育	單元二 攜手向前行	1. 同心協力 2. 友愛同伴 3. 合作無間	品德教育
單元三 安全好生活	1. 危機在哪裡 2. 發現危機有方法 3. 行動減危機	安全教育	單元三 服務心體驗	1. 生活中的志工 2. 齊心服務去 3. 社區服務樂	生命教育

跨域社會 | 交通安全宣導 | 跨域社會 | 清潔週

豐富線上資源 增影片質量

電子書

- 大聊 Y 跳芭蕾舞
- 小奇的藍絲帶
- 追逐夢想的小畫家
- 小安妮的音樂旅程
- 我能做什麼

議題動畫

- 【唐朝小菓子】拿手項目
- 【唐朝小菓子】走對的路
- 【唐朝小菓子】我想成為你
- 【唐朝小菓子】我的優缺點

單元扉頁連結繪本動畫，引發學習動機。

精製單元扣課動畫，歸納主題重點。

探討單元議題，接軌社會時事。

YouTube 影音頻道

各單元補充豐富影片，隨時更新影音資訊。

獨家

精實帶班課時 教學展高效

✦ 設計精華版教學 PPT，精煉授課時間。

Step 齊思考 第一節
Step 多體驗 第二節
Step 齊思考 第三節
Step 動實踐 第三節
Step 齊思考 第四節
Step 動實踐 第四節

議題 X 跨域 X 校本 助多元融合

五上			六上		
單元名稱	活動名稱	議題融入	單元名稱	活動名稱	議題融入
單元一 化解危機總動員	1. 潛藏危機放大鏡 2. 辨識危機小撇步 3. 化解危機即轉機	防災教育	單元一 生命萬花筒	1. 自然與我 2. 成長軌跡 3. 尊重與珍惜生命	戶外教育
單元二 悅己納人	1. 特質停看聽 2. 你我都特別 3. 我們都很棒	品德教育	單元二 合作我最行	1. 角色放大鏡 2. 挑戰任務有策略 3. 團隊生活小達人	生涯規劃教育
單元三 我懂你的心	1. 相互尊重 2. 用心經營	性別平等教育	單元三 永續服務情	1. 服務學習 Keep going 2. 服務行動 Just do it 3. 樂在服務 So happy	國際教育

反詐騙宣導 國家防災日 跨域國語 畢業旅行 同樂會 跨域社會 閱讀週

首創

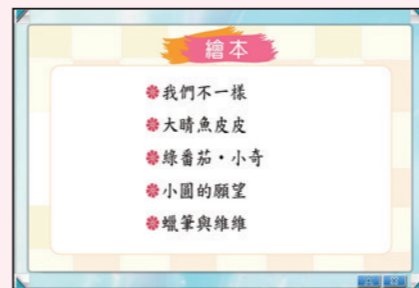
拓展永續地圖 一起 SDGs

✦ 設計扣課 SDGs 教學資源，掌握教學新趨勢。

SDGs 永續教育
SDGs 教學小活動設計表
綜合 5 下 SDGs 統整學習單

豐富線上資源 增影片質量

電子書



單元扉頁連結繪本動畫，引發學習動機。



精製單元扣課動畫，歸納主題重點。



探討單元議題，接軌社會時事。

YouTube 影音頻道



各單元補充豐富影片，隨時更新影音資訊。



SDGs小BOX補充永續教育內涵。SDGs教學小活動延伸永續課程學習。SDGs統整學習單融合全冊精華總結。