

臺北市溪山實驗國民小學

115 學年度總體課程計畫



115 年 7 月

目錄

壹、 課程特色.....	3
貳、 整體課程架構.....	4
參、 學生作息及學習節數.....	7
肆、 教師組織型態及配課節數.....	14
附錄一、溪山百味 (Bike Way) 主題課程大綱.....	錯誤! 尚未定義書籤。
附錄二、生活品味主題課程大綱.....	錯誤! 尚未定義書籤。
附錄三、四季知味主題課程大綱.....	錯誤! 尚未定義書籤。

壹、課程特色

溪山實小緊鄰陽明山國家公園及外雙溪，三面環山，溪流相伴，自然生態環境豐富，山林、步道及溪流成為重要環境及教學資源。植基於學校發展的歷史脈絡，是以「**打造一所徜徉山林的幸福學園，彩繪一個築夢踏實的快樂童年**」為學校願景，秉持以學生為學習主體的教育理念，致力於讓孩子追求幸福人生。

十二年國教之中，以「自發」、「互動」及「共好」為核心理念，全面強化學生的學習主體性。學校重視培養孩子的學習動機與熱情，讓他們在充滿支持與啟發的環境中成為自發主動的學習者。同時，學校課程與活動設計注重引導學生在多元互動中建立連結，從自我探索到與他人、與社會乃至與自然的良性互動，發展出豐富的學習與生活能力。

本校期待能「**賞識每一個孩子的獨特性，幫助每一個孩子找到自己的亮點**」，透過實驗教育的歷程，為孩子的童年創造了一條條充滿可能性的成長之路。並透過大衛庫柏(David Kolb)的經驗學習模組：體驗(E)→反思(R)→歸納(G)→應用(A)→知識(K)為教學模組，整合建構知識。當孩子走「入」溪山—拓展經驗，擴充視野；當孩子走「出」溪山—運用知能，實踐夢想。透過結合自然、人文與未來需求的教育方式，讓孩子童年的發展踏實前行。

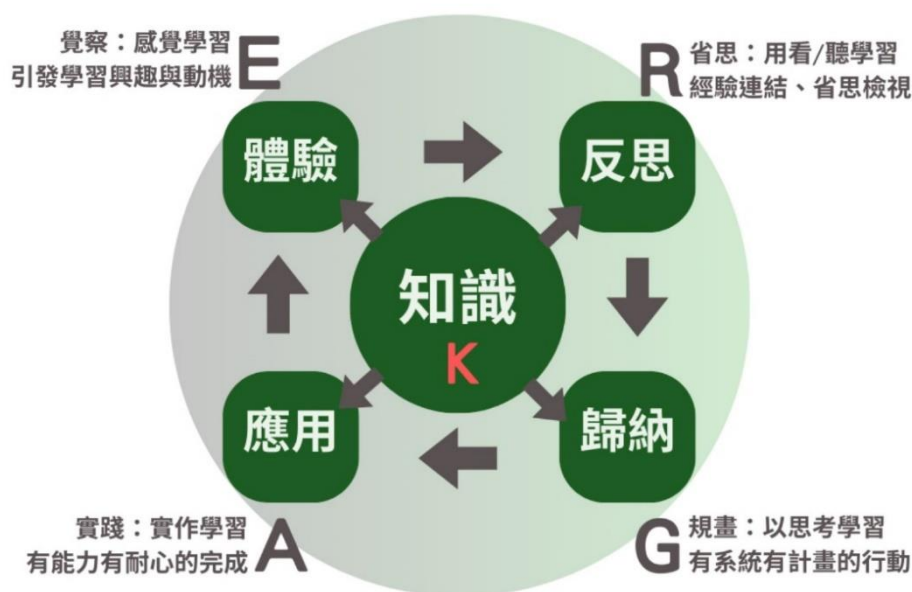


圖 1 經驗學習模組

貳、整體課程架構

表 1 溪山整體課程架構表

理 念	學 習 內 涵	學 習 課 程	學 習 領 域	十 二 年 國 教 課 綱 對 應
培 養 具 備 高 效 習 慣 的 全 人	閱 讀 理 解 邏 輯 推 理 表 達 溝 通 創 意 思 考 環 境 覺 察 藝 術 鑑 賞 負 責 恆 毅 互 助 合 作	基 礎 學 科 課 程	語 文 (國語文、寰宇溪山) 數 學	部 定 課 程
		溪 山 百 味 課 程 生 活 品 味 課 程 四 季 知 味 課 程 閱 讀 有 Way 課 程 運 動 滋 味 課 程	採主題統整的跨領域課程設計，包含：語文、數學、生活、社會、自然科學、藝術、綜合活動、健康與體育等領域。	
		德 行 溪 山 課 程 自 主 好 Way 課 程 混 齡 玩 味 課 程 科 技 Highway 課 程	彈 性 學 習 課 程	校 訂 課 程

(一) 基礎素養課程：

參酌 12 年國教課綱理念，以認識、理解、及生活應用為核心目標，基礎素養課程內容包含本國語文、寰宇溪山及數學等三個工具學科。這三門學科是所有學習的工具與基礎，也是生活的載體，本實驗教育課程以 12 年國教課綱中此三個領域的架構與內容，協助孩子認識、理解、並且在生活中精熟應用。

(二) 溪山百味 (Bike Way) 課程

至善路與內雙溪是溪山最重要的對外路線，以內雙溪的溪流為主，認識地球與社區的過去，像是溪流水文、地形環境、人文社會歷史、藍色公路、淨水與衛生等等；至善路是現在著名的自行車路線，利用至善路練習自行車，利用自行車能獨立移動到學習的知識點，培養學生面對未來挑戰的獨立移動能力，才能運用溪山周遭的資源繼往開來。

表 2 溪山百味 Bike Way 課程大綱

	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
秋	自行車起步走 溪流探險趣	自行車與我 溯溪我負責	自行車之 「油」 溯溪起步走	脫「胎」換 骨 溯溪動動手	自行車 維修小達人 水的鬼斧神工	旅程規畫與訓練 溪流的秘密
冬	風味 消除生活的臭	獨特臺灣美景 認識國家公園	奇妙的空氣 千變萬化的水	索爾之槌 Water Life	風雲變色 大地的奧秘	神秘的天空 母親之河
春	社區探訪趣 陽明春曉	溪流化妝師 溪流化妝師	生活中的力 就是 weather 你	時間的流動 回到士林	神「力」超人 藍色公路	無「線」可能 天氣魔術師
夏	保護自己 水一夏	騎行真安全 溪流小生態	我是大力士 居住的地方	安全保衛戰 Ina Formosa	翹動地球 你是哪種水	眼前的黑不是黑 關心我們的地球

(三) 生活品味課程

品味課程結合音樂、美勞、閩南語、自然觀察、科技 STEAM 等，從自我、學校、社區、臺灣一路到世界，打開五官感受周遭的四季變化，接受來自博物館、大自然、影像等的刺激，利用繪畫、音樂、媒體、陶藝等方式創作，豐富自己的生活、開創獨特的品味。

表 3 生活品味課程大綱

	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
秋	My School	房子的光陰	海洋真奇 「異」	來杯草山紅	從藝術看臺灣	大學之道
冬	魚兒水中游	嬌客駕到	混色愛迪生	Music Liner	霍爾的移動城堡	Super Star
春	動植物真有趣	家庭的色彩	舊時印象樂陶 陶	稻香溪山	春之慶典	未來不是夢
夏	玩具國	說從前從前	花現洛可可	搏泥幻化	國寶總動員	植物印花樂

(四) 四季知味課程

「讓我們的餐桌能配合四季的變化」是最重要的理念，知味課程帶領學生藉由種植不同的作物，理解友善農業的重要、產生感恩的情意。隨著學習年齡的變化，從常見農作物的認識、重要的昆蟲問題以及學習如何烹調食材，更進一步認識海洋的生物，瞭解臺灣在過度捕撈的過去與改變，最後，在世界貿易之下，我們的餐桌究竟產生哪些變化，而變化又帶來哪些惡化...知味的課程結合食農、健康、國際議題等等。

表 4 四季知味課程大綱

	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
秋	Big Six	水果大觀園	實在油夠讚	添好運	市場演化論-士林到賣場	資源與代價-預算、金錢與碳足跡
冬	蔬菜遊樂園	地底下的食物	辛香之道	魚兒水中游	地底下的能量-根莖變身術	綠能果香-精準農業與技術外交
春	健康食米穀	豆豆DoReMi	仙境奇緣	溪山嗡嗡嗡	食物奇航-保鮮與標籤科學	防線系統-從糧食守護到心靈素養
夏	雜七雜八合作社	水水菜市場	醇傲江湖	餐桌上的學問	深海音樂會-海洋捕撈與職安	畢業餐宴-竹林力學與生長

〈五〉德行溪山課程

美國管理大師史蒂芬·柯維博士 (Stephen Covey) 的著作 The 7 Habits of Highly Effective People (顧淑馨譯《與成功有約》，天下文化出版) 所發展出來的一套完整的品格及生活技能教育系統。他將人類社會中許多亙古不變的原則，整理成為「七個習慣」(主動積極、以終為始、要事第一、雙贏思維、知彼解己、統合綜效、不斷更新)，強調教師必須以身作則、引導孩子積極發揮個人天賦、將學校塑造成一個親師生共學的環境。

德行溪山課程以培養良好公民品格為核心精神，邀請沛德國際教育機構協助本校教師教學增能，透過教師的身教、境教、言教，進而養成學生的高效習慣。各年段每週兩次共計實施 80 分鐘，由學群老師共同規畫課程內容，授課方式可以班級方式進行，分別針對班級、團體與學校事務進行討論，形塑學生良好品格並參與校園公民事務。

參、學生作息及學習節數

(一) 學群課表

1. 低年級課表

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
07:50-08:00	10	打掃時間				
08:00-08:30	30	導師時間	晨讀時間	本土語共學	晨讀時間	自主學習
08:30-09:10	40	基礎學科	德行溪山	閱讀溪山混齡玩味	基礎學科	德行溪山
09:20-10:00	40	基礎學科			基礎學科	
10:00-10:30	30	體適能時間				
11:30-11:10	40	主題課程時間				
11:20-12:00	40	主題課程時間				
12:00-13:10	70	午餐及午休時間				
13:10-13:50	40	課後學習	主題課程	課後學習	課後學習	課後學習
14:00-14:40	40					

14:50- 15:30	40					
15:30		放學				

2. 中年級課表

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
07:50-08:00	10	打掃時間				
08:00-08:30	30	導師時間	晨讀時間	本土語共學	晨讀時間	自主學習
08:30-09:10	40	基礎學科	德行溪山	閱讀溪山混齡社團	基礎學科	德行溪山
09:20-10:00	40	基礎學科			基礎學科	
10:00-10:30	30	體適能時間				
11:30-11:10	40	主題課程時間				
11:20-12:00	40	主題課程時間				
12:00-13:10	70	午餐及午休時間				
13:10-13:50	40	主題課程	主題課程	課後學習	主題課程	課後學習
14:00-14:40	40					
14:50-15:30	40					
15:30		放學				

3. 高年級課表

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
07:50-08:00	10	打掃時間				
08:00-08:30	30	導師時間	晨讀時間	本土語共學	晨讀時間	自主學習
08:30-09:10	40	基礎學科	德行溪山	閱讀溪山混齡社團	基礎學科	德行溪山
09:20-10:00	40	基礎學科			基礎學科	
10:00-10:30	30	體適能時間				
11:30-11:10	40	主題課程時間				
11:20-12:00	40	主題課程時間				
12:00-13:10	70	午餐及午休時間				
13:10-13:50	40	主題課程	主題課程	課後學習	主題課程	主題課程
14:00-14:40	40					
14:50-15:30	40					
15:30		放學				

(二) 學習節數與課程說明

參酌 12 年國教課綱學習時數及臺北市英語及資訊課程綱要規定，每週規畫：

- 部定課程(領域學習課程)：低年級 20 節、中年級 25 節、高年級 26 節
 - 基礎學科課程

- 低年級為國語文 6 節、數學 4 節、本土語共學 1 節，共 11 節。
- 中年級為國語文 5 節、本土語共學 1 節、數學 4 節、寰宇 My Way 1 節，共 11 節。
- 高年級為國語文 5 節、本土語共學 1 節、數學 4 節、寰宇 My Way 2 節，共 12 節。

(2) 實驗主題課程

- 規畫溪山百味 (原風馳及水漾課程)：低年級 2 節、中 4 節、高 5 節。
- 生活品味 (原雲遊溪山)：低年級 2 節、中 3 節、高 3 節。
- 四季知味 (農情溪山)：低年級 2 節、中 3 節、高 3 節三大跨域統整課程。
- 閱讀有 Way：中年級 1 節。
- 運動滋味：低年級 1 節、中年級 1 節、高年級 1 節
- 德行溪山課程：各年段每週 2 節。

2. 校訂課程 (彈性學習課程)：低年級 3 節、中年級 4 節、高年級 6 節

- (1) 閱讀有 Way：低年級、高年級各 1 節。
- (2) 混齡玩味課程：各年段隔週 2 節。
- (3) 科技 High Way 課程：中、高年級每週 1 節。
- (4) 自主好 Way 專題探究課程：高年級每週 2 節。
- (5) 寰宇 My Way：低、中年級 2 節、高年級 1 節。

3. 其他時間：(不列入學習節數計算)

- (1) 打掃時間：每日 7:50-8:00，共 10 分鐘。
- (2) 晨讀時間：每週二四上午 8:20-8:30，共 20 分鐘。進行靜心閱讀活動。
- (3) 自主學習時間：每週五 8:00-8:30，共 30 分鐘。中高年級下午另有自主學習時間，期待孩子實踐「主動積極」、「以終為始」及「要事第一」的習慣，安排該時段的自主學習計畫。

- (4) 體適能時間：每日 10:00-10:30，共 30 分鐘，為各項技能之自主學習。
- (5) 午餐午休時間：每日 12:00-13:10，共 70 分鐘，在成人社會裡，午餐及午休為一天中重要的社交時間，打破在教室用餐之規定，孩子可以帶著午餐在校園角落與友人或單獨用餐，為須重視用餐禮儀，以靜態活動為主，注意活動音量。

表 5 溪山課程學習節數

			第一學習階段		第二學習階段		第三學習階段	
			一	二	三	四	五	六
部 定 課 程	領 域 學 習 課 程	語文	國語文 6		國語文 5		國語文 5	
			本土語共學 1		本土語共學 1		本土語共學 1	
					寰宇 My Way 1		寰宇 My Way 2	
		數學	數學 4		數學 4		數學 4	
		基礎學習總節數	11		11		12	
		社會	生活品味 2 四季知味 2 德行溪山 2		溪山百味 2		溪山百味 3 生活品味 3 生活品味 3 四季知味 3 德行溪山 2	
		自然科學			生活品味 3			
		藝術			四季知味 3			
		綜合活動/健康			德行溪山 2 閱讀有 Way 1			
		健康與體育	溪山百味 2 運動滋味 1		溪山百味 2 運動滋味 1		溪山百味 2 運動滋味 1	
		領域學習節數	9		14		14	
校 訂	彈 性 學	統整性主題課程/專 題/議題探究課程	閱讀有 Way1		科技 High Way1		自主好 Way 2	
							閱讀有 Way1	
							科技 High Way1	

課程	習 課 程	社團活動與技藝課程	混齡玩味 1	混齡玩味 1	混齡玩味 1
		特殊需求領域課程			
		其他類課程	寰宇 My Way 2	寰宇 My Way 2	寰宇 My Way 1
		彈性學習總節數	4	3	4
115 學年度			24	29	32

表 6 溪山課程與十二年國教的比較圖

第一學習階段				十二年國教課綱學習節數	溪山實驗教育課程學習節數
部 定 課 程	領 域 學 習 課 程	語文	國語文	6	6
			本土語文/新 住民語文	1	1
			英語文	0	0
		數學		4	4
		生活課程		6	6 (主題課程)
		健康與體育		3	3(主題課程)
		領域學習節數		20	20
校 訂 課 程	彈 性 學 習 課 程	統整性主題課程/專題 /議題探究課程		2-4	1 (閱讀有 Way)
		社團活動與技藝課程			1 (混齡玩味課程)
		特殊需求領域課程			
		其他類課程			2 (寰宇 My Way)
		彈性學習節數		2-4	4
學習總節數				22-24	24

第二學習階段				十二年國教課綱學習節數	溪山實驗教育課程學習節數
部 定 課 程	領 域 學 習	語文	國語文	5	5
			本土語文/新 住民語文	1	1
			英語文	1	1
		數學		4	4

第二學習階段			十二年國教課綱學習節數	溪山實驗教育課程學習節數
	課程	社會	3	12(主題課程)
		自然科學	3	
		藝術	3	
		綜合活動	2	
		健康與體育	3	
		領域學習節數	25	23
校訂課程	彈性學習課程	統整性主題課程/專題 /議題探究課程	3-6	1(科技溪山課程)
		社團活動與技藝課程		1 (混齡玩味課程)
		特殊需求領域課程		
		其他類課程		2 (寰宇 My Way)
		彈性學習節數	3-6	3
學習總節數			28-31	31

第三學習階段				十二年國教課綱學習節數	溪山實驗教育課程學習節數
部 定 課 程	領 域 學 習 課 程	語文	國語文	5	5
			本土語文/新 住民語文	1	1
			英語文	2	2
		數學		4	4
		社會		3	14(主題課程)
		自然科學		3	
		藝術		3	
		綜合活動		2	
		健康與體育		3	
		領域學習節數		25	26
校 訂 課 程	彈 性 學 習	統整性主題課程/專題 /議題探究課程		3-6	1 (閱讀有 Way) 2(自主好 Way) 1(科技 Highway 課程)
		社團活動與技藝課程			1 (混齡玩味課程)

	課 程	特殊需求領域課程		
		其他類課程		1 (寰宇 My Way)
		彈性學習節數	3-6	6
學習總節數			28-31	32

肆、教師組織型態及配課節數

115 學年度本校各教師組織及運作、各組召集人及任務說明

(一) 行政團隊：主要負責實驗教育行政事務

職稱	姓名	職稱	姓名
教務主任	楊上萱	學輔主任	邱仁偉
研發主任	陳知臨	總務主任	張良宇
教務組長	黃淑婷	學輔組長	王姝涵
研發組長	徐珮華	事務組長	林幸燕
出納幹事	林幸燕	護理師	王麗玲

(二) 學群組織：主要負責課程教學、學群班級事務處理

	導師	科任/行政	輔特老師
低年級學群	靜宜、芷如	佳蓓、姝涵、知臨、淑婷	陳慧妍
中年級學群	珮芝、定瑤	婷婷、紫諾、珮華、上萱	許淑瑛
高年級學群	皓庭、浩安	浩鴻、郁綾、仁偉、良宇	待聘

(三) 課程研發小組：主要負責課程教學、學群班級事務處理

	溪山百味	四季知味	雲遊品味	國數溪山	閱作溪山	寰宇溪山
召集人	黃浩鴻	謝靜宜	林芷如	林定瑤	鄭浩安	劉珮芝

成員	王姝涵 章紫諾 黃浩鴻 盧郁綾 徐珮華	黃淑婷 劉珮芝 黃浩鴻	林芷如 林定瑤 盧郁綾	林芷如 謝靜宜 林定瑤 劉珮芝 徐珮華 鄭浩安 羅皓庭	徐珮華 林婷婷	王姝涵 盧郁綾
	張良宇 邱仁偉	張良宇 陳知臨	楊上萱 邱仁偉	楊上萱 陳知臨	楊上萱 陳知臨	楊上萱 陳知臨

溪山百味 (Bike Way) 主題課程大綱

	一	二	三	四	五	六
秋	自行車起步走【交通安全教育】 1. 起點能力檢測 2. 自行車種類 3. 自行車騎行-正確的牽車方式與停車柱使用 4. 自行車能力-戴安全帽與調整坐墊 5. 玩遊戲的規則與安全 6. 上下學的安全-搭乘交通工具的安全守則 溪流探險趣【戶外教育】 7. 溯溪活動的認識 8. 溯溪安全與危險 9. 認識基本溯溪裝備-安全帽、救生衣、溯溪鞋)和溯溪的五官感受 10. 溯溪-學校附近下	自行車與我【交通安全教育】 1. 自行車零件(車架、轉向) 2. 自行車維修(坐墊高度) 3. 自行車能力(煞車) 4. 自行車騎乘(S型) 溯溪我負責【戶外教育】 1. 認識溯溪基本裝備-我們應該注意什麼事情 2. 自我整理溯溪的裝備 3. 溯溪-學校周遭下水練習，認識溪流的角落	自行車之「油」【交通安全教育】 1. 認識鍊條保養油 2. 油對海洋環境的污染(繪本：企鵝才不穿毛衣) 3. 自行車維修-調整坐墊高度、胎壓與打氣、鍊條保養 4. 搬運自行車 5. 自行車零件-煞車、傳動 6. 自行車騎乘-牽車上下波 溯溪起步走【戶外教育】 1. 溯溪裝備進階認識-溯溪繩、安全吊帶、防寒衣褲 2. 溯溪-學校至楓林橋 3. 身體平衡練習-平衡木	脫「胎」換骨【交通安全教育】 1. 自行車維修工具認識 2. 自行車維修工具使用(拆卸輪胎) 3. 自行車騎乘-校內變速練習(溪山-三叉路口) 溯溪動動手【戶外教育】 1. 生活中常見的繩結-雙八字、愚人結、稱人結 2. 溯溪手語-頭盔、前進、小 OK'、大 OK 等 3. 溯溪-攻擊式渡溪、拉繩渡溪	自行車維修小達人【交通安全教育】 1. 自行車騎乘-手勢實作 2. 自行車騎乘(溪山-釣蝦場) 3. 錄製自行車乘車安全守則 水的鬼斧神工【戶外教育】 1. 溯溪-拋繩與信任倒 2. 溯溪-團體動力相互信任 3. 天災與環境 4. 人與河川的連結 5. 自來水場的探訪	旅程規畫與訓練 1. 討論畢業旅行旅程中的景點 2. 規畫畢業旅行騎乘的注意事項(安全問題、騎乘的間隔以及休息區等) 3. 畢業旅行專題製作 旅程規畫與訓練【交通安全教育】 1. 雙北自行車道體驗(規畫、投票、體驗) 2. 自行車維修(煞車及變速系統維修) 3. 自行車騎乘(溪山-故宮) 溪流的秘密【防災議題】 1. 溯溪挑戰-領導力與環境判讀 2. 溯溪挑戰-流域地形

	水練習					深度判讀 3. 橋接社會：橋樑功能與城市連結 4. 河川－淡水河系三支流與河道變遷史 5. 河川－基隆河治理對生活型態的改變 6. 現代工程與區域發展
--	-----	--	--	--	--	--

冬	風味 1. 認識東北季風 2. 風在生活中的應用-風乾柿餅、風力發電、風車 3. 風的童玩製作-風陀螺 自行車起步走 1. 自行車裝備認識-整體 2. 自行車騎行-手勢認識 3. 自行車騎行-雙腳滑步 消除生活的臭味 1. 認識水資源的種類 2. 認識海洋垃圾-垃圾減量 3. SDGs12 減少垃圾的產生-一起減少教室中的垃圾	獨特的臺灣美景 1. 認識臺灣的縣市分布 2. 粗略認識臺灣 9 座國家公園-地景特色 自行車 1. 常見的交通號誌 2. 自行車維修(胎壓) 3. 自行車能力(變速) 岩壁的舞者 1. 抱石課程-安全墜落 2. 抱石課程-岩牆熟悉	自行車 1. 自行車騎乘-轉彎、擺頭(小圈) 2. 練習騎乘車距、變速 3. 練習上下坡 4. 自行車騎乘-溪山至紅壇 5. 騎乘時應保有的呼吸節奏 奇妙的空氣 1. 空氣在哪裡 2. 空氣的特性 千變萬化的水 1. 水的三態 2. 從內雙溪到淡水河的人文生活-水田、桶柑 冬遊步道踏查 1. 認識冬遊步道的特色 2. 瞭解觀察自然的方式 3. 認識步道的常見	自行車 自行車騎乘-學校斜坡練習 自行車騎乘-變速練習 認識校內綠能踏車 索爾之槌 1. 燈泡發光 2. 鏈路連接 3. 用電觀念 4. 能量與能源 5. 綠能發電 Water Life 1. 生物的生存環境 2. 生態池觀察-水生生物如何適應環境 3. 從內雙溪到淡水河的動植物生態 4. 如何愛護我們的環境 5. 毛細現象、虹吸現象、連通管原理	自行車維修小達人 自行車維修-複習換內外胎、上潤滑油、煞車及變速系統維修 自行車騎行-全班騎行隊形變化 自行車騎行-規畫自行車道的路線 風雲變色【防災議題】 1. 自行車所遇到的生鏽與防鏽 2. 人為易產生的災害-火災 3. 認識空氣與燃燒的條件 4. 如何避免火災以及滅火小知識 5. 製作滅火器 大地的奧秘 1. 臺灣地圖認識各縣市-臺灣地形圖認識河流取向	神秘的天空 1. 太陽與四季 2. 認識太陽系 3. 四季的星空 4. 參觀天文館 母親之河 1. 文明搖籃-全球古文明與河流關係 2. 古今河流的差異 3. 歷史-大航海時代 4. 淨水過濾實驗-水資源保護
---	--	--	--	---	---	--

			植物		2. 地球是如何形成地型-板塊擠壓與火山運動 3. 自然災害的認識-地震、海嘯、淹水、土石流 4. 自然災害帶來的人類移動-清代移民	
--	--	--	----	--	---	--

春	社區探訪趣【交通安全教育】 1. 自行車騎行規則-常見的交通號誌 2. 自行車騎乘裝備-認識車衣、車褲、車鞋 3. 自行車保養-灰塵清潔 4. 自行車騎乘-右腳上踏 陽明春曉 1. 認識陽明山國家公園的地質特色-大屯火山群 2. 認識陽明山國家公園的臺灣特色動植物-臺灣水韭、獼猴等 3. 認識國家公園創立的意義	自行車 1. 自行車能力(變速) 2. 自行車能力(下坡) 3. 簡易繩結的運用 岩壁的舞者 1. 抱石課程-安全墜落 2. 抱石課程-向上攀爬、左右攀爬	自行車【交通安全教育】 1. 自行車騎乘-轉彎、擺頭(外騎) 2. 自行車保養-騎乘後的清理 生活中的力 1. 力的現象 2. 磁力特性 3. 不一樣的力 4. 風力與風向 就是 weather 你【防災議題】 5. 天氣對生活的影響 6. 如何觀測天氣 7. 應用氣象資訊	自行車【交通安全教育】【戶外教育】 自行車維修(換內外胎) 自行車騎乘-溪山-三叉路口 時間的流動 觀察太陽與月亮的變化 認識日夜景象的差異 太陽的位置與四季的變化 月亮的變化與時、潮汐的關聯 回到士林 認識士林的重要資產-芝山岩史前歷史遺跡 從芝山岩史前瞭解人類氣候、水資源與生活	自行車藍色公路【交通安全教育】 執行自行車計畫-藍色公路 自行車騎行-全班騎行隊形變化、安全知識 自行車維修-外騎的維修技能 神「力」超人 1. 從腳踏車的彈簧、煞車、齒輪認識力的種類 2. 瞭解力的大小 3. 從騎行瞭解摩擦力的應用 4. 從騎行認識力的平衡 藍色公路【戶外教育】 1. 清朝的發展-大稻埕主題	自我挑戰的規畫【交通安全教育】【戶外教育】 自行車騎行-制訂自我挑戰的路線(溪山至風櫃嘴) 自行車騎行-制定自我挑戰的達成策略 自行車維修-列出自我挑戰時可能遇到的問題 天氣魔術師 1. 戰後台灣發展與都市水災壓力 2. 河流改道-基隆河截彎取直與分洪 3. 氣候危機：全球暖化與流域影響觀察 4. 公民聽證會：工程與生態權衡
---	---	--	--	--	--	---

					2. 移民信仰-士林媽祖廟、開漳聖王廟 3. 士林新舊區-芝山岩 4. 傳教士-馬偕的腳步	
--	--	--	--	--	--	--

夏	保護自己 1. 生活中的風-瞭解溪山 2. 身體紅綠燈 3. 個人的衛生習慣 4. 自行車騎乘-直線騎行、煞車 5. 自行車保養 水一夏【戶外教育】 1. 溯溪的安全與危險 2. 各國的水活動 3. 珍惜水資源 4. 溯溪-複習溯溪的基本裝備認識 5. 溯溪-學校周圍漂浮練習	騎行真安全 1. 自行車綜合能力(S型、下坡、車距) 2. 自行車騎乘(溪山-溪和宮) 溪流小生態【戶外教育】 1. 溯溪-學校周圍觀察河流岩石的種類以及動植物。	我是大力士 3. (輪組) 4. 自行車零件課程大統整 5. 自行車護照考試 我們居住的地方【戶外教育】 1. 認識居住的地方(縣市、住址) 2. 溪山與平等社區的人文歷史生活認識 3. 地方設施認識-愛水會、淨水廠、溪合宮等 4. 地方居民的活動分組報告	安全保衛戰【安全教育】 1. 騎乘單車易發生的危險 2. 面對危險的自我保護策略 3. 自行車維修工具使用-調整煞車線、煞車塊 4. 自行車護照練習 5. 自行車護照考試 6. 自行車上下坡練習 7. 自行車騎乘(溪山-萬溪餐坊) Ina Formosa 1. 如何觀看地圖 2. 從世界地圖認識臺灣與大航海時代的貿易 3. 從劍潭的地名瞭解荷西與鄭氏統治的關聯 4. 瞭解大航海時代對	畢旅規畫 畢業旅行騎乘路線規畫 自行車騎行-溪山至中社 翹動地球 1. 從腳踏車認識滑輪與輪軸 2. 認識槓桿 3. 瞭解動力的傳送 你是哪種水 1. 物質溶解 2. 水溶液導電 3. 水溶液酸鹼值	自我挑戰的規畫 自我挑戰練習 自行車騎行-溪山至風櫃嘴 自行車維修大考驗 眼前的黑不是黑 1. 空氣汙染與其他環境汙染 2. 珍惜自然資源 3. 可負擔的潔淨能源(SDGs 7) 4. 自行車騎乘(溪山-關渡宮-溪山) 關心我們的地球【國際教育議題、環境教育】 1. 海流脈動與全球氣候調節 2. 全球視角-世界地圖與洋流分布 3. 公民議題-依據當
---	--	--	---	--	---	---

				臺灣的影響		年國際新聞做設計 (例格陵蘭島) 4. 溯溪-畢業大挑戰
--	--	--	--	-------	--	------------------------------------

生活品味主題課程大綱

	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
秋	My School【性別平等教育】 1. 我是誰(肯定自己、自畫像) 2. 認識校園(校園環境與樹) 3. 溪山的由來 4. 音樂：我的朋友在哪裡、王老先生有塊地	房子的光陰 1. 至善路上的房子 2. 認識光影 3. 音樂：好朋友	海洋真奇「異」【海洋教育環境教育】 1. 海洋垃圾 2. 平等的巨馬與別墅 3. 音樂：海豬仔、森林裡的小鳥	來杯草山紅 1. 陽明山茶葉文化 2. 水彩知多少 3. 音樂：Bingo、兩隻老虎	從藝術看臺灣【人權教育】 1. 陳澄波、立體黏土 2. 附近歷史 3. 音樂：傳統音樂、南北管、早安 Taiwan	大學之道 1. 至善路的由來 2. 附近煤礦 3. 自我成長的變化 4. 畢卡索 5. 音樂：電影真善美
冬	魚兒水中游【國際教育】 1. 游於藝 2. 海底世界 3. 節慶活動 4. 音樂：魚兒與兒水中游、叮叮噹	嬌客駕到【環境教育】 1. 黑面琵鷺 2. 游於藝 3. 音樂： 黑琵之歌	混色愛迪生 1. 游於藝 2. 彩色、混色練習 3. 音樂：直笛	Music Liner【國際教育】 1. 圖紋、線條魔法 2. 游於藝 3. 世界音樂	霍爾的移動城堡 1. 室內設計與色彩 2. 游於藝 3. 音樂：霍爾的移動城堡、小白花	Super Star 1. 游於藝 2. 版畫 3. 音樂：廣播劇、動物農莊
春	動植物真有趣 1. 陶藝：姓名陶板 2. 植物與動物	家庭的色彩【性別平等教育】 1. 彩色世界	舊時印象樂陶陶 1. 陶板燈箱 2. 媒材與線條紋路	稻香溪山 1. 米的創作 2. 陶藝：茶杯	春之慶典【國際教育】 1. 陶藝：碗、盤	未來不是夢【生涯規劃】 1. 陶藝：整組餐具

	3. 動物聲音 4. 音樂：春神來了	2. 陶藝：我的家人 3. 音樂：春天佇陀位	3. 音樂：蟲蟲歌	3. 市場音樂	2. 各國慶典-服裝與面具 3. 音樂：慶典音樂、	2. 各式各樣的職業 3. 畢業回憶錄 4. 音樂：畢業劇
夏	玩具國 1. 皇帝的玩具箱 2. 手作玩具 3. 端午節 4. 音樂：猜拳歌	說從前從前 1. 小小說書人 2. 認識清明上河圖 3. 音樂：虎姑婆	花現洛可可 1. 華麗洛可可風 2. 油桐花 3. 音樂：韋瓦第四季	搏泥幻化 1. 建築之美 2. 釉的變化 3. 音樂：感謝、鱒魚、舒伯特	國寶總動員 1. 故宮國寶 2. 自然、攝影與構圖 3. 音樂：火金姑、風鈴草	植物印花樂 1. 導覽與行銷 2. 植物染-餐布 3. 音樂：島嶼天光

四季知味主題課程大綱

	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
秋	Big Six【家庭教育】 1. 六大類食物(一) 全穀雜糧類 2. 六大類食物(二) 豆魚蛋肉類 3. 六大類食物(三) 水果類 4. 六大類食物(四) 蔬菜類 5. 六大類食物(五) 堅果種子及油脂類 6. 六大類食物(六) 乳品類 7. 我的餐盤 (聰明吃，營養跟著來) 產地到餐桌 製作融合六大類食物的餐食 用電鍋進行烹調	水果大觀園 1. 種子的旅行-種子的傳播方式 2. 授粉昆蟲-認識不同作物的傳播昆蟲 3. 認識「不喜歡的昆蟲」也有重要的功用 4. 水果的製品-果汁，我們需要的健康 產地到餐桌 使用果汁機製作果汁 討論新鮮果汁與加工果汁 種子盆栽 柚子的全果利用	實在油夠讚 1. 各種油品 2. 保存方式 3. 食安議題 產地到餐桌 種植向日葵 品嚐各種風味的油 用品嚐各種風味的油 用不同種類油品炒蛋，試出差異	添好運 1. 食品添加物 2. 種類、用途 3. 健康影響 4. 真食物 v. s 食品風味 產地到餐桌 自製蘋果牛奶與市售蘋果牛奶做比較 自製雞蛋布丁與市售雞蛋布丁做比較 蔬果汁裡的天然色素與人工色素的比較 蜂蜜的天然甜味與人工風味劑的比較	市場演化論—士林到賣場 1. 校外走讀：實地踏查士林市場與賣場。比較環境衛生、空間動線與城市樣貌變遷。 2. 專題探討：分析從傳統集散地到現代連鎖系統的產業轉型，以及外送、便利生活引發的生活型態改變。 3. 消費識讀：練習閱讀食品標籤，建立基礎消費辨識能力。 產地到餐桌 製作 pizza-從市場和賣場購買食材	資源與代價—預算、金錢與碳足跡【家庭教育】 1. 理財基礎：認識貨幣演變，探討通貨膨脹與匯率對物價的影響。 2. 經濟與環境：分析為何在地、當季食材具備價格優勢，並連結碳足跡概念。 3. 生命週期評估：從經濟成本與環境代價（碳足跡）探討產品的真實價格。 產地到餐桌 製作 pizza-低碳&預算控制採買食材

冬	蔬菜遊樂園 1. 蔬菜種類-了解植物食用的部位 2. 認識四季蔬菜 3. 認識臺灣大區域特色作物 4. 蔬菜的天然色素應用 產地到餐桌 孵豆芽或葉菜種植-從整地、播種、施肥、澆水到收成 用蔬菜的天然色素做料理點心 燙青菜-採收和洗菜	地底下的食物 1. 作物的身分別-全穀 v. s 蔬菜 2. 認識泥土中的有機質 3. 自然界有不要的東西嗎?-製作堆肥與酵素 4. 土壤裡的生物-蚯蚓生態 5. 土壤的種子銀行 產地到餐桌 種植白蘿蔔 製作泡菜 練習切東西 養蚯蚓 土壤小實驗、一養一盆土	辛香之道 1. 台灣 v. s 國外 2. 原住民的調味料 3. 用途差異 4. 食用以外的價值 產地到餐桌 種植香草類作物 製作有香料的食物(例佛卡夏、蒜香奶油) 練習調味與烤箱使用(可以搭配陽明山/湖山國小)	魚兒水中游【海洋教育】 1. 認識臺灣原生的魚種 2. 認識臺灣周遭海洋容易見到的魚種 3. 瞭解臺灣漁業的技術 4. 漁業技術對環境的影響。 5. 綠色海鮮概念。 產地到餐桌 1. 練習使用平底鍋--煎魚。 2. 水煮鯖魚沙拉三明治。	地底下的能量—根莖變身術 1. 構造解剖：觀察芋頭、馬鈴薯、地瓜構造。辨別塊莖、球莖與塊根的生理差異。 2. 營養識讀：探討根莖類與其他食物的營養組成分析。 3. 能量儲能：討論植物如何透過變態構造儲存能量。 產地到餐桌 冬日根莖暖食	綠能果香—精準農業與技術外交【國際教育】 1. 品種科學：從台灣冬季水果育種技術切入，探討精緻農業如何提升競爭力。 2. 能源整合：討論綠能（風力、太陽能）應用於「智慧溫室與養殖」系統以減少能源損耗。 3. 永續外交：認識台灣農技團與漁技團如何將這套永續農漁業系統輸出國際。 產地到餐桌 低碳暖果食-製作水果沙拉 練習使用削皮刀、水果刀
春	健康食米穀	豆豆 Do Re Mi	仙境奇緣	溪山嗡嗡	食物奇航—保鮮與標	防線系統—從糧食守

	1. 認識米穀-稻米及全穀雜糧-玉米 2. 認識植物的部位名稱 3. 認識精緻加工的食物 4. 選擇健康的食物 產地到餐桌 種植玉米 使用卡式爐 製作全穀雜糧點心	1. 豆類的多重身分 2. 豆類的營養價值 3. 不同的食用部位-豆菜、豆莢、豆仁 4. 不同的生長型態：攀爬和直立 產地到餐桌 種植攀爬豆類 練習搭簡易棚架 練習川燙技巧 各式各樣的芽菜	1. 野菜&可食植物 2. 原住民的飲食文化 3. 校園及周邊的野菜/植物 4. 臺灣的民俗植物 產地到餐桌 種植臺灣原生種 食用臺灣原生種 艾草麻糬的製作	1. 認識常見的蜂種類 2. 認識授粉蜂、擬寄生蜂、狩獵蜂的生態 3. 授粉蜂對於人類生活的大功用 4. 氣候暖化與蜜蜂的危機 5. 避免蜂螫的對策和應變措施 產地到餐桌 種植蜜源植物 設計製作蜂蜜餐食與飲品	籤科學 1. 氣體現象探究：透過影片觀察氧氣與二氧化碳特性。延伸至食物保鮮邏輯。 2. 識讀延伸：深度解析罐頭標籤、防腐劑與加工科學。 3. 保鮮原理：理解真空封裝與熱脹冷縮的物理應用。 4. 微波爐課程 產地到餐桌 製作 pizza-罐頭食材製作	護到心靈素養 1. 糧食防線：實地種稻實作（春耕）。透過實作回顧引發對稻米病害與微生物的關注。 2. 生物與外部防線：認識蠶血醫療價值。探討邊境防疫（如非洲豬瘟）與疫苗偵測科學。 3. 內部防線：建立壓力調適與拒毒意識。思辨現代社會如何打破性別限制，提升防禦效率。 產地到餐桌 窯烤 Pizza 生產線
夏	雜七雜八合作社【國際教育】 1. 認識各式常見雜糧 2. 認識台灣雜糧種植地圖	水水菜市場 1. 水生植物與一般植物？ 2. 水生植物的四大分類	酵傲江湖【國際教育】 1. 發酵永圖 2. 各國發酵文化 3. 生活中的發酵物	健康美味料理饗宴 1. 菜單規畫與擺盤布置 2. 食材採買(價格、當季)	深海音樂會—海洋捕撈與職安【海洋教育】 1. 校外走讀：前往	畢業餐宴—竹林力學與生長 1. 生長觀察：研究竹筍習性與種類。

	3. 辨識食物的產地來源 4. 了解臺灣友善農業進行的方式 5. 認識 SDGs2 終結飢餓—永續糧食生產與彈性農業作法 產地到餐桌 介紹我們今年的種植與成長 逛市場找找雜糧相關食品	3. 可食水生植物的介紹 產地到餐桌 製作鹹水蔬菜(需有五色) 練習水煮青菜	產地到餐桌 介紹各國的飲食文化 介紹今年的成長 實作優格、甘酒	3. 用餐文化禮儀 4. 綠色消費原則 產地到餐桌 1. 練習購買當季的食材設計菜單 2. 練習使用卡式爐—搭配不同的鍋具烹調食物 3. 練習安全使用料理刀剪等用具備料	濱江市場與上引水產。觀察漁業冷鏈、批發聲景與捕撈差異。 2. 多元捕撈：對比遠洋（聲納/大規模）、近海（節氣/小模）與養殖（環境控制）的技術與生態代價。 3. 社會專案：連結遠洋漁業與移工議題。分析職安預防，探討勞權與社會歧視。 產地到餐桌 夏日海鮮盛宴	2. 力學採收：分析工具的槓桿原理與省力裝置應用。 3. 筵宴籌畫：完整流程設計與科學烹飪實踐。 產地到餐桌 辦理一場筵宴
--	--	---	---	--	--	---