

桃園市會稽國民中學109學年度

綜合活動 領域課程計畫-七、八年級

壹、依據

- 一、教育部十二年國民基本教育課程綱要暨綜合活動課程綱要。
- 二、教育部頒定九年一貫課程綱要。
- 三、國民教育階段特殊教育課程綱要總綱。
- 四、本校課程發展委員會決議。
- 五、本校課程發展委員會之綜合活動領域課程小組會議決議。

貳、基本理念

綜合活動領域秉持十二年國民基本教育課程綱要總綱「自發」、「互動」及「共好」的理念，關注學生的生活經驗，透過核心素養的落實，各教育階段科目內涵的連貫與跨領域/科目間的統整，引導學生進行體驗、省思、實踐與創新等學習活動，建構內化意義，涵養利他情懷。

本領域之理念分述如下：

一、擴展價值探索與體驗思辨

發展個人興趣與專長，促進多元自主的學習，探索個人價值，思辨與統整經驗，將所了解的知能實踐於生活情境中。

二、涵養美感創新與生活實踐

以開放、多元的學習情境，豐富信息選擇及人際互動，探索未來社會變化，涵養美感、創新與生活實踐知能。

三、促進文化理解與社會關懷

理解、尊重與關懷不同文化族群，透過服務學習，落實社會參與，關懷自然生態與環境永續。

參、現況分析

本校學生個性質樸，對於體驗型課程動機性強，願意主動投入學習，而在省思部分，由於同學表述能力較弱，需要藉由多元化方式推動，方能促使同學將感受與經驗整合，從中有所收穫。

另外，個別同學家庭背景差異較大，於自信培養和自我探索過程中較易遇到困難，亦須給予更多的耐心和引導，協助其建立自我認知和生涯發展。

肆、課程目標

依據教育部十二年國民基本教育課程綱要明定，本領域課程總目標在培養學生具備「價值探索、經驗統整與實踐創新」的能力，具體說明如下：

一、促進自我與生涯發展

發展自我潛能與自我價值，探索自我觀、人性觀與生命意義，增進自主學習與強化自我管理，規劃個人生涯與促進適性發展，進而尊重並珍惜生命，追求幸福人

生。

二、實踐生活經營與創新

發展友善的互動知能與態度，建立良好的人際關係，與健康的情感表達和互動，培養團體合作與服務領導的素養，開發及管理各項資源，發揮未來想像，經營與創新生活，並能省思生活美學議題，提升生活品質，展現生活美感。

三、落實社會與環境關懷

辨識社會與環境中的各種挑戰與危機，發展思辨能力與適切的處理策略，尊重多元文化，積極關懷人群與生態，養成公民意識及社會責任感，並能參與戶外活動，與大自然和諧相處，以促進環境永續發展。

又結合本校經營目標，期許學校成為一所「自主學習、自信成長、適性發展、追求卓越」的優質學習園地，適性輔導學生發展興趣為目標。整合目標說明如下：

一、促進自我發展：

透過活動的體驗、省思與實踐，探索自我潛能與發展自我價值，增進自我管理知能與強化自律負責，尊重自己與他人生命進而體會生命的價值。

二、落實生活經營：

透過活動的體驗、省思與練習，實踐個人生活所需的技能並作有效管理，覺察生活中的變化以創新適應，探究、運用與開發各項資源。

三、實踐社會參與：

透過各項團體活動的參與體驗、省思與實踐，善用人際溝通技巧，尊重不同族群並積極參與多元文化。

四、保護自我與環境：

透過活動的體驗、省思與實踐，辨識生活中的危險情境，學習自我保護與解決問題的策略。

伍、實施原則與策略

一、以激發學生學習動機，與同儕合作，主動學習為主。

二、善用多元的教學策略，如：體驗學習、價值澄清、合作學習、問題解決與創意思考等。

三、採用協同合作的教學模式，發展跨科目之統整課程。

陸、實施內容

桃園市會稽國民中學 109 學年度第一學期七年級綜合領域課程計畫	
核心素養	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。

學習重點	學習表現 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 學習內容 輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 童 Aa-IV-1 童軍諾言、規律、銘言的品德實踐與團隊目標的達成。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 童 Aa-IV-3 童軍禮節與團隊規範的建立及執行。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。
融入之議題	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。

【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【人權教育】 人 J4 瞭解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 人 J3 探索各種利益可能發生的衝突，並瞭解如何運用民主審議方式及正當的程序，已形成公共規則，落實平等自由之保障。 【戶外教育】 戶 J6 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 戶 J7 從環境中理解知識愈生活間的關係，並捕獲心靈面的喜悅，積極面對挑戰。 【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。				
學習目標			1. 協助學生融入國中環境，並適應校園生活。 2. 引導檢視學習狀況，進而調適學習態度。 3. 反思個人生活管理，以達健康規律新生活。	
教學與評量說明			1. 紙筆測驗(文字發表、心得報告)。 2. 實作評量(觀察學生、態度評定、口頭發表、小組評量、活動參與)。 3. 檔案評量。	
週數	日期	節數	單元名稱	活動內容
1	08/31 09/04	1	國中新世界	【活動 1】 友伴同行 藉由團體互動過程來表達進入新環境的適應感受。
		2	我們是好夥伴	【活動 1】 有緣來相聚 參與破冰活動，與班上同學互動，彼此熟悉，建立友誼。 【活動 2】 有夥伴，真好 參與班級互動及班級組裝圖像的活動，學習溝通方法，建立團隊概念，培養默契與認同感。
2	09/07 09/11	1	國中新世界	【活動 2】 國中新鮮事 覺察國中與國小的校園生活差異，並嘗試出改善方法。
		2	我們是好夥伴	【活動 3】 夥伴 Give Me Five 參與小隊列車組織的過程，熟練溝通技巧，並發揮個人正向影響力，為小隊服務。 【活動 4】 小隊默契有夠讚(一)

				參與小隊形象塑造的討論與小隊精神的展現，發揮團隊默契與團體動力。
3	09/14 09/18	1	國中新世界	【活動 3】校園資源大串聯(一) 經由認識校園中資源，解決個人或班級的問題。並活化運用校園資源，進而提升適應國中生活的能力。
		2	我們是好夥伴	【活動 4】小隊默契有夠讚(二) 參與小隊形象塑造的討論與小隊精神的展現，發揮團隊默契與團體動力。
4	09/21 09/25	1	國中新世界	【活動 3】校園資源大串聯(二) 經由認識校園中資源，解決個人或班級的問題。並活化運用校園資源，進而提升適應國中生活的能力。
		2	我的活力團隊	【活動 1】全班動起來 瞭解個人與團體的關係，並提出團體可能發生的問題。藉由手號操提升團隊集合效率。
5	09/28 10/02	1	國中新世界	【活動 4】新生一級棒(一) 整合調適方法及校園資源，設計自己的國中適應計劃，評估並調整方法，提升適應能力。
		2	我的活力團隊	【活動 2】心心相印 覺察諾言、規律、銘言的重要性並瞭解其意涵，瞭解自己在團體中扮演的角色。
6	10/05 10/09	1	國中新世界	【活動 4】新生一級棒(二) 整合調適方法及校園資源，設計自己的國中適應計劃，評估並調整方法，提升適應能力。
		2	我的活力團隊	【活動 3】大家來挑戰 分析自己在團隊中的表現，善用個人特質，積極參與團隊運作，嘗試執行改善團體活動的策略。
7	10/12 10/16	1	國中新世界	【活動 5】校園鮮師—鮮師專訪(一) 1. 透過鮮師專訪的活動，能了解維持良好師生關係的方法。 2. 小組分工合作執行。
		2	我的活力團隊	【活動 4】同心協力 透過自己對班級團隊的期望，覺察班級事務的改善問題，透過團隊合作、發揮創意提出執行策略，以改善問題。
8	10/19 10/23	1	國中新世界	【活動 5】校園鮮師—鮮師專訪(二) 小組分工執行，並各組上台報告。
		2	我的祕密校園	【活動 1】校園停看聽 分享個人在校園生活的經驗，瞭解個人與團體校園生活中常見的問題，並知道如何解決。

9	10/26 10/30	1	國中新世界	【活動 5】校園鮮師—鮮師專訪(三) 藉由各小組分享老師的訪談內容，對老師熟悉、清楚對班上的期待與想法之外，是否還有其他收穫?或是老師給予的學習小叮嚀，並思考實踐在自己的生活學習上。
		2	我的祕密校園	【活動 2】校園福爾摩斯 利用追蹤記號識讀地圖與校園活動路線。
10	11/02 11/06	1	自我圓舞曲	【活動 1】我是誰? 透過「鏡中自我」活動，思考「自己」在不同人眼中的模樣，接著進行「猜猜誰是誰」活動，表現出自己具備的特質。
		2	我的祕密校園	【活動 3】校園安全大使的修練 發揮團隊效能，實際進行校園追蹤，評估校園安全情形，擬定校園改善計畫並執行。
11	11/09 11/13	1	自我圓舞曲	【活動 2】我的特質(一) 寫下同學的內在特質，讓其他同學猜。
		2	我的祕密校園	【活動 4】校園安全大使發表會 發表執行成果並評估執行成果與預估成效的相符程度。
12	11/16 11/20	1	自我圓舞曲	【活動 2】我的特質(二) 運用「特質燈光秀」活動，思考最適合代表自己的光，進而理解會用哪些特質來形容自己。
		2	元氣新生活	【活動 1】管理好手 說明個人在生活中處理時間資源的情形，並找出時間管理的基本概念。
13	11/23 11/27	1	自我圓舞曲	【活動 2】我的特質(三) 藉由「特質正字標記」活動，從自認與他認的過程中，更理解自己的自知、周知、不知及未知的特質，並瞭解「周哈里窗」的概念。
		2	元氣新生活	【活動 2】「金」打細算 檢視個人生活中的消費習慣，分析處理金錢資源的狀況。
14	11/30 12/04	1	自我圓舞曲	【活動 3】我的成長小書(一) 從「我的生涯腳印」分享從小到大的生涯點滴蒐集，接著從「生涯檔案大解密」的活動，學習如何將學習過程中的重要資料整理成冊。
		2	元氣新生活	【活動 3】關鍵決定

				確認國中生活目標，運用所學擬定具體計畫，並有效執行生活重要事務。 【活動 4】打造行動力 記錄計畫短期的實施狀況，找出問題然後評估與調整，於生活中繼續實踐。
15	12/07 12/11	1	自我圓舞曲	【活動 3】我的成長小書(二) 從「我的生涯腳印」分享從小到大的生涯點滴蒐集，接著從「生涯檔案大解密」的活動，學習如何將學習過程中的重要資料整理成冊。
		2	食尚玩家	【活動 1】挑食任務 分享自己的早餐選擇情形。透過討論，覺察自己食物選擇的傾向與習慣。
16	12/14 12/18	1	學習特攻隊	【活動 1】學習挖挖哇 探索學習的意義，覺察自己的學習問題，並提出最想改善的項目。
		2	食尚玩家	【活動 2】食事偵查線 覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機，並檢討個人飲食生活的合宜性。
17	12/21 12/25	1	學習特攻隊	【活動 2】學習雷達站(一) 分析產生學習問題的原因，並嘗試蒐集各種改善的方法。
		2	食尚玩家	【活動 3】選擇有「食」力 分析、選擇並規劃合宜的輕食搭配。編輯並製作健康輕食的介紹立牌。
18	12/28 01/01	1	學習特攻隊	【活動 2】學習雷達站(二) 分析產生學習問題的原因，並嘗試蒐集各種改善的方法。
		2	食尚玩家	【活動 4】「食健」有動力 運用創意進行簡單的輕食製備。觀摩各種輕食組合之搭配，省思其優劣，並思考如何將組合中的優點轉化運用於生活當中。
19	01/04 01/08	1	學習特攻隊	【活動 3】學習 A 計畫(一) 訂定自己的學習目標，並擬定具體的學習計畫，實際執行。
		2	衣事一籬筐	【活動 1】衣同探險趣 發現生活中常見的衣物清潔、收納與管理問題，並說出解決辦法。
20	01/11 	1	學習特攻隊	【活動 3】學習 A 計畫(二) 訂定自己的學習目標，並擬定具體的學習計畫，實際

	01/15			執行。
		2	衣事一籬筐	【活動 2】衣物神祕袋 1. 分析織物材質、特性在衣料上的應用。 2. 分析織物材質、特性對於穿著舒適度的關係。 3. 收集生活中衣物洗滌的狀況，分析洗衣標示對於衣物洗滌的影響。
21	01/18 01/20	1	學習特攻隊	【活動 4】學習計畫檢測站 針對上周執行的學習計畫進行檢核與調整，並持續進行。
		2	衣事一籬筐	【活動 3】解碼高手 分析各種不同清潔劑與衣物髒汙的關係。運用各種不同清潔劑解決衣物髒汙的困擾。 【活動 4】衣物萬事通 判斷家中服飾適合的最佳收納方式。整合所有資源，解決日常生活中與服飾相關的問題。

桃園市會稽國民中學 109 學年度第二學期七年級綜合領域課程計畫	
核心素養	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。
學習重點	<u>學習表現</u> 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學

	習與自我管理的能力。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-2 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。 3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規劃並執行合宜的戶外活動。 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。 學習內容 輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。 家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 家 Ba-IV-2 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。 家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。 童 Ca-IV-3 各種童軍旅行的規劃、執行並體驗其樂趣。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。 童 Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。
融入之議題	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。

	人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 人 J7 探討違反人權的事件對個人、社區/部落、社會的影響，並提出改善策略或行動方案。 【生命教育】 生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。 生 J17 愛自己與愛他人的能力。 【法治教育】 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【品德教育】 品 EJU1 尊重生命。 品 EJU4 自律負責。 品 EJU7 關懷行善。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 【閱讀素養教育】 閱 J3 理解學科知識內的重要詞彙意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人進行溝通。 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 【環境教育】 環 J1 瞭解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J4 瞭解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J6 瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 【家庭教育】 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。 【戶外教育】 戶 J4 寒暑假期間參加公私立保育機關（國家公園、自然教育中心、風景區、實驗林、文化資產、博物館…）及民間團體所舉辦的環境保護活動。 戶 J5 參加學校辦理外宿型戶外教學及考察活動。 【安全教育】 安 J3 瞭解日常生活容易發生事故的原因。
學習目標	1. 理解自己與他人，培養知行合一的品德。 2. 瞭解個人食衣的需求，建立環保新選擇。

			3. 具備無痕山林概念，進而運用在戶外生活。	
教學與評量說明			1. 紙筆測驗(文字發表、心得報告)。 2. 實作評量(觀察學生、態度評定、口頭發表、小組評量、活動參與)。 3. 檔案評量。	
週數	日期	節數	單元名稱	活動內容
1	02/17	1	群我交響曲	【活動 1】班級的團體關係 知悉、珍重與接納班級成員的個殊性和存在性。
	02/19	2	「衣」起消費 「趣」	【活動 1】「衣」時之選 分享自己衣物選購的經驗與喜好。
2	02/22	1	群我交響曲	【活動 2】團體衝突化解攻略 學習解決團體衝突的方法、同理衝突發生當下的心情，並執行合宜的衝突解決策略。
	02/26	2	「衣」起消費 「趣」	【活動 2】「衣」見傾心 藉由測驗與活動覺察自己的消費決策習慣偏向。
3	03/01	1	群我交響曲	【活動 3】「友」你愛我零霸凌(一) 覺察個人在團體的人際互動經驗，杜絕霸凌的產生。
	03/05	2	「衣」起消費 「趣」	【活動 3】買衣停看聽 能透過活動體驗分析服飾消費可能遭遇的風險，思考並擬定相應的解決策略。
4	03/08	1	群我交響曲	【活動 3】「友」你愛我零霸凌(二) 覺察個人在團體的人際互動經驗，杜絕霸凌的產生。
	03/12	2	「衣」起消費 「趣」	【活動 4】全班「衣」起購 運用所學，模擬服飾消費活動，並分享、評估其適切性。
5	03/15	1	群我交響曲	【活動 4】七年愛班(一) 營造和諧的班級氛圍，付出改善班級的行動，奠基共好的學校生活。
	03/19	2	「針」惜好生活	【活動 1】「針」心工坊 運用適當的針線工具處理衣物破損的狀況。
6	03/22	1	群我交響曲	【活動 4】七年愛班(二) 營造和諧的班級氛圍，付出改善班級的行動，奠基共好的學校生活。
	03/26	2	「針」惜好生活	【活動 2】「針縫」對決 覺察及分析各種不同縫法，並正確使用手縫法縫補衣物。

7	03/29 04/02	1	多元智慧王	【活動 1】多元智慧知多少 瞭解多元智慧的意義、來源、表現方式及影響。
		2	「針」惜好生活	【活動 3】「針」惜好物 1. 運用創意思考的能力開發物品的多元功能性。 2. 運用創新能力進行評估與改良。
8	04/05 04/09	1	多元智慧王	【活動 2】我的智慧我體驗(一) 展現與探索自己顯著和潛在的多元智慧。
		2	「針」惜好生活	【活動 3】「針」惜好物 1. 運用創意思考的能力開發物品的多元功能性。 2. 運用創新能力進行評估與改良。 【活動 4】「針」心「針」意 展現舊物改造之優點與特色，並欣賞惜物愛物之情懷。
9	04/12 04/16	1	多元智慧王	【活動 2】我的智慧我體驗(二) 展現與探索自己顯著和潛在的多元智慧。
		2	新良食運動	【活動 1】綠色飲食好選擇 覺察個人飲食行為對環境的影響。 【活動 2】惜食不「破」氣 分析個人飲食消費習慣，建立惜食的飲食態度。
10	04/19 04/23	1	多元智慧王	【活動 3】多元智慧過生活 運用與表現自己的多元智慧。
		2	新良食運動	【活動 3】低碳飲食 COOL 一點 1. 因應環境變化，建構低碳飲食消費觀念。 2. 瞭解低碳飲食的觀念與技巧，提出具體做法並實作。
11	04/26 04/30	1	多元智慧王	【活動 4】多元展望未來(一) 利用 SWOT 分析並發展融入多元智慧概念的生涯計畫。
		2	新良食運動	【活動 4】小決定，改變大世界 從飲食擴大到其他生活層面，落實低碳消費與生活習慣。
12	05/03 05/07	1	多元智慧王	【活動 4】多元展望未來(二) 利用 SWOT 分析並發展融入多元智慧概念的生涯計畫。
		2	綠色生活新方向	【活動 1】綠色生活新使命 表達人類從事戶外活動時，環境遭受破壞的現象與參與環保行動的經驗。 【活動 2】守護地球 Go

				討論人與環境的關係，並瞭解無痕山林的觀念。
13	05/10 05/14	1	多元智慧王	【活動 4】多元展望未來(三) 利用 SWOT 分析並發展融入多元智慧概念的生涯計畫。
		2	綠色生活新方向	【活動 3】無痕野餐趣 規劃友善環境的休閒活動，共同討論並設計環保野餐活動的菜單與無痕策略。
14	05/17 05/21	1	多元智慧王	【活動 4】多元展望未來(四) 利用 SWOT 分析並發展融入多元智慧概念的生涯計畫。
		2	綠色生活新方向	【活動 4】環保野餐樂 執行合宜的無痕環保野餐活動，體驗戶外生活的樂趣及反思無痕環保的意義。
15	05/24 05/28	1	我愛我的存在	【活動 1】生命不設限 1. 感受生命中酸甜苦辣的滋味。 2. 分享自己的生命歷程並瞭解其意義。
		2	生火饗食樂	【活動 1】野炊樂無窮 透過戶外炊事或生火經驗的分享，表達保護環境的理由。 【活動 2】創造好「火」伴 透過「飢渴好『火』伴」短文的閱讀與討論，學習燃燒三要素、三級柴、架柴等基本知能，並學習保護環境的方法。
16	05/31 06/04	1	我愛我的存在	【活動 2】生命剛剛好(一) 學習面對生命困境的態度，體會與接納生命中的不完美。
		2	生火饗食樂	【活動 2】創造好「火」伴 透過「飢渴好『火』伴」短文的閱讀與討論，學習燃燒三要素、三級柴、架柴等基本知能，並學習保護環境的方法。 【活動 3】安全護家園 透過分析用火的危險情境、火災應變及學習確實滅跡的方法，學習規劃對環境低衝擊的野炊方式。
17	06/07 06/11	1	我愛我的存在	【活動 2】生命剛剛好(二) 發揮同理心，思考不同角色的立場與反應。
		2	生火饗食樂	【活動 4】野炊美味現 透過執行環保料理及環保行動，展現生火野炊技巧，並評估其成效以提升戶外生活安全與品質。

18	06/14 06/18	1	我愛我的存在	【活動 3】生命的交流(一) 分享生命中出現的牠帶來的意義與學習。
		2	戶外生活「營」家	【活動 1】戶外休閒新世紀 分享戶外露營的經驗，並學習保護環境的方法。 【活動 2】Fun 心選營地 能具備戶外露營基本知能，並表達戶外露營時保護環境的理由。
19	06/21 06/25	1	我愛我的存在	【活動 3】生命的交流(二) 探索不同物種的生命意義與價值。
		2	戶外生活「營」家	【活動 3】開心露營有挑戰 能應用戶外露營基本知能，分析戶外露營可能的問題，並規劃降低環境干擾或傷害的策略。
20	06/28 06/30	1	我愛我的存在	【活動 4】珍愛生命 1. 統整並歸納出尊重生命的重要性。 2. 實踐並珍惜自己與他人的生命。
		2	戶外生活「營」家	【活動 4】快樂露營趣 能整合運用戶外露營知能，建立戶外安全居所，並執行環境保護行動，評估實施成效，以提升戶外居住的安全與品質。

桃園市會稽國民中學 109 學年度第一學期八年級綜合領域課程計畫				
每週節數	1 節/2 節		設計者	八年級 綜合領域團隊
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 ■A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 □B2. 科技資訊與媒體素養 ■B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解		
學習重點	學習表現			
	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。			
	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。			
	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。			
	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成			

	分內工作。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 2d-IV-1 運用創新能力，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。 3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。 學習內容 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維持。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。 童 Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。
融入之議題	【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。 【生命教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。				
學習目標			1. 從自我面向拓展至與他人關係的層面，經由對個性的認識，學習欣賞與尊重自己與他人的異同。 2. 覺察可能發生的人際衝突，進而學習溝通協商等處理策略，解決生活中所發生的人際衝突。 3. 透過各項活動觀察和體驗，協助學生從生活中服飾的搭配和選擇，塑造個人形象，並藉由個人服飾專欄的完成，展現自我風格。 4. 觀察各種不同織物材質，了解服飾清潔與保養方法，並學習服飾整理與收納技巧，培養生活自理能力，進而達到良好生活之目標。 5. 透過一系列的野外團體活動與實作，讓學生學習露營相關知能。 6. 藉由實際規畫與從事露營活動，培養學生露營生活與省思的能力，促進團隊凝聚力與合作精神，進而展現自己的興趣與專長，並將這些對自我的認識，運用在生活中。	
教學與評量說明			教學評量 1. 紙筆測驗(文字發表、心得報告) 2. 實作評量(觀察學生、態度評定、口頭發表、小組評量、活動參與) 3. 檔案評量	
週數	日期	節數	單元名稱	活動內容
1	08/31 09/04	1	情緒密碼	【活動 1】情緒觀測站 1. 邀請學生自由發表對於情緒的定義與認識。 2. 了解學生平常都怎麼表達自己的情緒，而這些情緒時會有那些外在表現。
		2	發現幸福力	【活動 1】分工齊治家 1. 教師引導學生思考家庭家務分工情況。 2. 認識每位家庭成員在經營家庭生活中擔負的角色與任務。
2	09/07 09/11	1	情緒密碼	【活動 2】情緒曲線 1. 藉由記錄自己的情緒與事件覺察自身情緒變化是因何引起，並透過與同學的分享交流，事件相同但情緒不一定相同。
		2	發現幸福力	【活動 2】採集資源田 1. 辨識和發覺家庭資源的來源和分配情況。 2. 學生省思與分享家庭消費習慣。認識現今常見的消費誤區與陷阱。
3	09/14 09/18	1	情緒密碼	【活動 3】思想情緒調節站 1. 透過故事閱讀討論引出想法可決定情緒的重點。 2. 藉由討論讓學生了解同一件事件，大家的想法可能會不同，不同的想法就會有不同的情緒，提升願意調整想法、改變情緒的意願。

		2	發現幸福力	【活動 3】消費踏步走 1. 學習分辨需要與想要的差別。 2. 掌握理性消費的原則，檢驗自己的消費觀念。 3. 了解記帳的方式和記帳的好處。
4	09/21 09/25	1	情緒密碼	【活動 3】思想情緒調節站 1. 學生在思想情緒紀錄簿寫下三件讓自己有負面情緒的事件，並與同學分享自己的想法及情緒。
		2	與你同行	【活動 1】幸福家庭計畫 1. 分享家庭活動的酸甜苦辣時光。 2. 學習如何規劃家庭活動。
5	09/28 10/02	1	情緒密碼	【活動 3】思想情緒調節站 1. 思考哪種方式是健康的情緒表達方式，以及解決之道。 2. 在情緒表達時，還需要注意那些事情？
		2	與你同行	【活動 2】愛的片刻時光 1. 將實際推動家庭活動的情形以照片、影片等形式與同學分享。 2. 察覺家人在家庭活動中的收穫與體會。
6	10/05 10/09	1	情緒密碼	【活動 4】穩住情緒 1. 思考情緒調節方法帶給自己的幫助，並除了課堂上學習到的情緒紓解方法以外，自己還有哪些紓解情緒的方法。 2. 完成屬於自己的「情緒紓解便利貼」。
		2	飲食偵查隊	【活動 1】危機「食」刻 1. 從食安問題新聞報導進行主題導入與討論。 2. 認識食品從產地到餐桌的過程中，可能會產生哪些食安危機。
7	10/12 10/16	1	生命百寶箱	【活動 1】走過低潮-我的寶藏 1. 學生寫下自己所擁有的人事物，並思考它們對自己的重要性為何，並依照你自己的重視程度排序，不能有重視程度一樣的小卡。
		2	飲食偵查隊	【活動 2】「食」項確認 1. 認識消費者在食品選購時可以如何避免食安危機。 2. 學習如何辨識食品標示，確實了解標示內的訊息。 3. 認識食物烹調及保存方法，如何確保安全與衛生的原則。
8	10/19 10/23	1	生命百寶箱	【活動 1】走過低潮-失落現場 1. 引導同學思考：自己是怎麼長大的？在成長的過程中，有沒有過失去的經驗？ 2. 思考自己在事件發生時歷經那些過程

				與情緒。
		2	飲食偵查隊、吃出新美味	【活動3】「食」在安心 1. 學習運用安心飲食四步驟，檢視日常生活中，從選購到食用的過程，是否符合食安原則。 2. 認識促進食品安全的資源與管道。 【活動1】加工現形 1. 發現日常生活中的食物加工品。
9	10/26 10/30	1	生命百寶箱	【活動1】走過低潮-走過失落 1. 回想當時自己面對失落經驗時，對生活的各種影響，透過大家的狀況瞭解失落經驗對每個人的影響。 2. 學習自助與助人，並以正向的方式度過失落經驗的想法。
		2	吃出新美味	【活動1】加工現形 1. 解析食品加工的報導或文章，破解食品加工的迷思。 2. 為食物加工品分類，歸納各種食品加工方式。 3. 了解不同食品加工方法的特點和食用注意事項。
10	11/02 11/06	1	生命百寶箱	【活動2】心靈診療室 經過生命失落經驗的分享後，了解每個人都會面臨不如意或者失去的議題，因此需要認識心理困擾與因應資源。
		2	吃出新美味	【活動2】安心自己來 1. 依據食安原則及食品加工方法，研擬自製健康的食品加工食譜。
11	11/09 11/13	1	生涯冒險家	【活動1】生涯期望值 1. 將自己的生涯期望相關的經驗畫出。 2. 並分享自己的期望和家人期望有哪些一致性，還是有不同呢？家人期望會有甚麼影響？
		2	吃出新美味	【活動3】好味時光 1. 根據小隊設計的健康食譜進行實作。 2. 分享實作歷程，省思與回饋實作經驗。
12	11/16 11/20	1	生涯冒險家	【活動2】家人生涯史 1. 引導學生思考：了解家人的生涯現況嗎？是否知道家人從事什麼職業？ 2. 進行家人職業採訪內容，及注意事項。
		2	可口吃野味	【活動1】友善的野炊 1. 比較一般廚房炊事與野外炊事的差異之處。 2. 認識野外炊事與戶外環境的緊密連結。

				3. 討論野外炊事需要注意的的地方，以及如何與戶外環境友善共處。
13	11/23 11/27	1	生涯冒險家	【活動 2】家人生涯史 1. 分享職業訪談的結果。 2. 在生涯選擇過程中，他們都是怎樣決定自己的生涯？重視的價值觀有哪些。
		2	可口吃野味	【活動 2】野炊有妙計 1. 認識野外炊事的特殊性。 2. 研擬小隊的野外炊事菜單。 3. 進行野外炊事的分工規畫與計畫書。
14	11/30 12/04	1	生涯冒險家	【活動 2】家人生涯史 1. 生涯金三角的個人因素、環境因素、資訊因素的了解。 2. 完成幸福生涯規畫藍圖。
		2	可口吃野味	【活動 3】野味上桌囉 1. 實際進行野外炊事活動。
15	12/07 12/11	1	生涯冒險家	【活動 2】家人生涯史 1. 分享自我的生涯規畫藍圖。 2. 自我的生涯藍圖裡，是否還需要努力，學習，夢想實現。
		2	可口吃野味、帳篷下的秘密	【活動 4】回顧野炊趣 1. 分享野炊過程中有趣的記憶點。 2. 省思野炊實作的體驗與收穫。 【活動 1】露營好幫手—帳篷 1. 認識戶外生活的重要角色—帳篷。 2. 簡介常見不同款式的帳篷，其名稱與適合使用的場合。
16	12/14 12/18	1	職涯萬花筒	【活動 1】工作世界 1. 認識不同類別的工作，並每種類型工作各有的特色？ 2. 藉由工作的認識，了解職業的真實面貌，做為生涯職業選擇。
		2	帳篷下的秘密	【活動 2】蒙古包的搭設與拆收方法 1. 認識帳篷的基本架構與各部位名稱。 2. 學習帳篷的搭設與拆收方法。 3. 了解帳篷使用與保養的原則。
17	12/21 12/25	1	職涯萬花筒	【活動 2】職業瀏覽器 1. 上網查詢各種職業分類，看看現在有哪些工作分類。 2. 要從事相關工作或職業時，應具備何種能力和專長。
		2	帳篷下的秘密	【活動 3】搭帳達人 1. 進行帳篷搭設與拆收的實作。

18	12/28 01/01	1	職涯萬花筒	【活動 2】 職業瀏覽器 1. 從事相關職業，除了具備應有的能力專長之外，是否發現在職場中有性別的差異呢？這會對在未來職業的選擇上，造成哪些影響？ 2. 如因為性別而受到職業選擇的限制時，你覺得該怎麼辦？
		2	輕鬆玩露營	【活動 1】 戶外回憶錄 1. 詢問學生對戶外生活的經驗，分享其對戶外生活的印象。 2. 分享教師戶外生活的經驗，引出戶外活動與生活的魅力點。 【活動 2】 露營活動心體驗 1. 介紹露營活動的醍醐味—團體活動。 2. 小隊研擬設計團體活動。
19	01/04 01/08	1	職涯萬花筒	1. 認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素養。 2. 哪些自我的潛能特質，也和職人很類似，如果未來想要成為職業達人，有哪些還不足的部分呢？ 【活動 3】 職人素養
		2	輕鬆玩露營	【活動 3】 活動 Show Time 1. 小隊實作自行設計的團體活動。 【活動 4】 憶起享露 1. 分享團體活動的歷程，記憶快樂的瞬間。
20	01/11 01/15	1	職涯萬花筒	【活動 3】 職人素養 1. 想像自己成為未來世界所需要的職人，你的臉書會是什麼樣貌？請試著設計出一份屬於自己的職人臉書。 2. 分享自己的職業臉書。
		2	風險一把罩	【活動 1】 危險何處藏 1. 認識戶外活動可能潛藏的安全危機。 2. 解構安全問題可能發生的原因，並進行分類。
21	01/18 01/20	1	職涯萬花筒	【活動 3】 職人素養 1. 有關自己未來想成為怎樣職人的相關資訊，想想看自己目前已具備那些特點，還有哪些未來需要達成。
		2	風險一把罩	【活動 2】 化險靠計策 1. 針對不同種類的安全問題提出預防和因應的措施。 【活動 3】 生活零風險 1. 討論如何降低戶外活動的風險。練習利用風險評估表進行戶外活動檢核。

每週節數	1 節/2 節		設計者	八年級 綜合領域團隊
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 ■A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 ■B2. 科技資訊與媒體素養 ■B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解		
學習重點	學習表現 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 1c-IV-1 澄清個人價值觀並統整個人能力特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 2d-IV-1 運用創新能力規畫合宜的活動豐富個人及家庭生活。 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。 3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。			
	學習內容 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 家 Ba-IV-2 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。 家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 輔 1c-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Bb-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。			
融入之議題	【性別平等教育】 性 J2 釐清身體意象的性別迷思。 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 性 J11 去除性別刻板印象與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 【環境教育】			

	環 J2 了解人與周遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。 【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 【能源教育】 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。 【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。 【家庭教育】 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。 【生涯規劃教育】 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 【多元文化教育】 多 J3 提高對弱勢或少數群體文化的覺察與省思。 多 J4 瞭解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 瞭解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【戶外教育】 戶 J1 描述、測量、紀錄觀察所得。 戶 J2 從環境中捕獲心靈面的喜悅。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。
學習目標	1. 透過生活觀察與自我省思來理解性別刻板印象對於自身的影響，藉由多元性別議題的介紹，進而形塑正向的性別認同，並且落實真正的性別尊重。 2. 透過理想對象特質討論、交往想法的辯論、新聞案例討論，讓學生了解喜歡與愛情的差別、喜歡的理想情人特質、釐清愛情交往的迷思，以及因應分手失落的哀傷，進而在未來面對愛情關係，能抱持著合宜的觀念與態度 3. 藉由職業資訊的介紹，協助學生了解自己的興趣、特質以及目前的職業世界，藉此建構個人的夢想藍圖 4. 體會生命的價值，並珍惜生命，尊重生命，發現需要協助的生命與其需求。 5. 結合服務學習的概念與步驟，給予弱勢團體實際的救助行動與關懷。 6. 從生活經驗出發，透過探索、體驗、資料收集、分享與省思活動，使學生對異國文化有更多了解。 7. 培養學生尊重多元文化的態度，並透過活動探索自我，增進資源

			搜尋與運用的能力。	
教學與評量說明			教學評量 1. 紙筆測驗(文字發表、心得報告) 2. 實作評量(觀察學生、態度評定、口頭發表、小組評量、活動參與) 3. 檔案評量	
週數	日期	節數	單元名稱	活動內容
1	02/17 02/19	1	性別偵探社	【活動 1】性別觀察家 1. 觀察生活中常有的不同性別符號？哪些是男性常見的符號？哪些是女性常見的符號？ 2. 生活中有因為本身的性別而被期待的事嗎？對你的影響是什麼？
		2	戶外活動 Let' s go	【活動 1】戶外活動知多少 1. 搜尋記憶中聽聞過或見識過的戶外活動，分享所知道的內容。 2. 歸納這些戶外活動的共通點和差異點，並找出戶外活動有別於一般室內活動的特色之處。
2	02/22 02/26	1	性別偵探社	【活動 2】偏見放大鏡 1. 經過生活事件的一番反思，你是否注意到性別意識對於社會的影響呢？ 2. 如何在自己的生活中落實性別平等的行動？
		2	戶外活動 Let' s go	【活動 2】風險管理都知道 1. 透過戶外活動意外新聞，進行戶外活動風險的探討。 2. 了解風險管理對戶外活動進行的重要性。 認識風險管理的評估項目和評估方式。
3	03/01 03/05	1	性別偵探社	【活動 3】性別與尊重 1. 從生活中的各個層面，發掘社會文化中性別不平等與歧視的問題。 2. 能了解接納不同的性別氣質。
		2	戶外活動 Let' s go	【活動 3】一起出發休閒好 1. 從風險評估角度，學習研擬小隊的戶外活動計畫。 2. 分享小隊的戶外活動方案，討論各方案的優缺點，及如何完善。
4	03/08 03/12	1	幸福協奏曲	【活動 1】那些我們追的劇 1. 討論自己看過的偶像劇、言情小說或動漫，並選擇其中一部作品分析劇中主角的各個面向，並思考不同的作品是否有對於主角與劇情設定等相同之處，並歸納出言情作品的共通點。 2. 透過同學的討論來發表情感互動中的正確觀念或想法。
		2	來去無痕實踐家	【活動 1】小草的心聲 1. 由學生分別扮演小草、遊客和動物，體驗步道有無，及遊客是否遵從愛護自然原則，對自然環境造成的影響。

				2. 透過草地和環境被人類活動破壞後的照片，連結體驗活動與真實 【活動 2】愛護自然新行動 1. 透過影片和照片體會台灣山林之美。 2. 針對開放山林議題進行討論，表達對於人與自然和諧相處之道的想法與意見。
5	03/15 03/19	1	幸福協奏曲	【活動 2】情竇初開 1. 了解愛情關係中具有的元素。 2. 學習與異性相處應有的正確態度與方法。
		2	來去無痕實踐家	【活動 3】無痕行動生活+ 1. 認識無痕山林七大守則。 2. 思考戶外活動中如何友善環境。 3. 承諾戶外活動和日常生活中，可以如何實踐對待環境友善的方法。
6	03/22 03/26	1	幸福協奏曲	【活動 3】感情八點檔 1. 國中階段戀情會發生的困擾或挑戰。 2. 針對國中戀情會發生的困擾，鼓勵學生公開發表自己想到或聽過的感情困擾。
		2	減廢少塑生活家	【活動 1】一天生活 GO 1. 分別從食衣住行育樂的角度去分析一日生活，統計會產生的垃圾量。 2. 進一步思考這些垃圾的軌跡，最後會如何處理。
7	03/29 04/02	1	幸福協奏曲	【活動 3】感情八點檔 1. 性別交往發生親密關係，後續可能產生的風險有哪些？ 2. 更進一步的親密關係，若等到我們更成熟時再發生，會有什麼好處？
		2	減廢少塑生活家	【活動 2】無痕購物 Let' s Go 1. 認識綠色消費的內涵與方法。 2. 回顧之前進行的一日生活解析，對照綠色消費原則，找出可以改善的地方。 【活動 3】YES, I do 1. 各小隊自行設定綠色消費行動改善目標，研擬實施計畫並實踐之。
8	04/05 04/09	1	幸福協奏曲	【活動 3】感情八點檔 1. 在性別交往時，能尊重彼此的身體自主權。 2. 學習以合宜的方式，性別、人際互動。
		2	惜食大作戰	【活動 1】此剩食彼一食 1. 請同學回想自己與家人平時的飲食情形，外出點餐時會如何考慮份量，而對於剩食會如何處理。 2. 透過不同餐桌和餐盤的照片，引導同學思索剩食 v. s 飢餓的情形。
9	04/12	1	幸福協奏曲	【活動 4】分手練習曲 1. 學生透過討論找出分手時，有哪些地

	 04/16			方，或分手的方式是不適合的。
		2	惜食大作戰	【活動 2】剩食最前線 1. 請同學檢視自己平日在學校食用營養午餐的情況，打菜時是否遵守「我的餐盤」原？ 2. 回想班上的餐車和廚餘桶，針對剩餘數量進行省思。
10	04/19 04/23	1	幸福協奏曲	【活動 4】分手練習曲 1. 學會面對分手時應有的正確態度。 2. 能善用各項資源，做好分手時的心理調適。
		2	盛食行動派	【活動 1】綠食思辨之旅 1. 分別從消費者、銷售者、生產者的角度出發，去思考食物浪費的問題。 2. 連結食物浪費與環境保護議題的相關性。
11	04/26 04/30	1	幻遊夢想星球	【活動 1】從心起航 1. 職業世界初探，開啟對職業世界的興趣。 2. 增進對各職業的觀察與體會。
		2	盛食行動派	【活動 2】我的良食計畫 1.0 1. 各小隊針對不同的剩食問題，進行解決之道的討論，採取方案宣導和說明。 【活動 3】我的良食計畫 2.0 1. 評選各小隊的良食計畫，修正後討論如何實際推動。
12	05/03 05/07	1	幻遊夢想星球	【活動 2】旅人風華 1. 能進行自我檢視，發現自己的興趣傾向。 2. 了解興趣與生涯規畫的關係。
		2	BUY 衣達人	【活動 1】時尚！快不快？ 1. 從服裝的產業鏈切入，了解何謂服裝快時尚。 2. 分析服裝快時尚造成的環境問題。
13	05/10 05/14	1	幻遊夢想星球	【活動 2】旅人風華 1. 發現自己在人格特質上具有的特點。 2. 了解人格特質與生涯規畫上的關係。
		2	BUY 衣達人	【活動 2】消費！BUY 不 BUY？ 1. 介紹綠色時尚活動，瞭解透過消費者的力量如何影響時尚產業推動環保。 2. 檢視服裝消費的習慣，如何更符合需要，並且對環境更友善。 【活動 3】網購！GO 不 GO？ 1. 討論網路購物的便利性和即時性。 2. 討論網購中服飾採購可能發生的問題，以及如何因應。 3. 思考綠色消費和網路服飾消費的關係。

14	05/17 05/21	1	幻遊夢想星球	【活動 3】我的星球密碼 1. 統整自我探索過程中，對自己在人格特質、能力、興趣上的發現與了解。 2. 了解自身生涯發展的因素，綜合個人條件及環境資訊，探索適合自己未來發展的方向
		2	搭配高手	【活動 1】身體密碼大搜密 1. 學習用皮尺測量自己的身型，並根據身體數據找到自己身型的黃金比例。 2. 觀察自己的臉型和膚色，學習不同的髮型、領型如何影響視覺效果。
15	05/24 05/28	1	幻遊夢想星球	【活動 3】我的星球密碼 1. 自我探索的興趣、特質、能力進行大統整，介紹何倫馬的生涯組型概念，並歸納出學生所屬的 Holland 密碼。
		2	搭配高手	【活動 2】整體造型設計師 1. 學習使用飾品凸顯身型之美，或修飾曲線。 2. 學習服裝色彩的搭配，讓自己穿出個人風格與特色。 3. 結合所學與個人的喜好，思考最適合自己的裝扮。
16	05/31 06/04	1	幻遊夢想星球	【活動 4】回到地球 1. 釐清自己的職業憧憬，與現實社會呈現的職業內容有無誤差。
		2	搭配高手	【活動 3】世界潮流任我行 1. 了解服裝產生的歷史，和其所傳遞的訊息。 2. 認識世界不同文化的服飾特色，及其所代表的文化意涵。 3. 討論現今的流行服飾如何產生，為何有所謂流行的出現？
17	06/07 06/11	1	職線向前	【活動 1】職涯心電圖 1. 藉由名人的故事，來讓學生了解職涯抉擇需要經過很多轉折與適應的過程。 2. 了解不斷的挫折跟調整，才能到達我們的目的地。
		2	時尚專欄	【活動 1】時尚教主 1. 小隊選擇主題，根據個人喜好和特色，創造風格服裝搭配。 2. 小隊為服裝搭配展示進行準備。
18	06/14 06/18	1	職線向前	【活動 2】勇闖生涯路 1. 結合資訊，試著構思自己的未來夢想，並想想自己曾經做過哪些努力。 2. 夢想實現除了要清楚自己的目標外，還要注意哪些事像呢？
		2	時尚專欄	【活動 2】Best of you 1. 小隊進行服裝搭配展示走秀活動。 2. 分享準備的過程，並學習欣賞同學的搭配。

19	06/21 06/25	1	職線向前	【活動 2】 勇闖生涯路 1. 思考如何具體實踐自己的夢想。 2. 學生規劃，並實踐夢想的目標和作法。
		2	休閒我最行	【活動 1】 休閒是什麼 1. 透過休閒猜猜猜活動，認識各種休閒活動，拓展休閒活動視野。 2. 連結同學平日休閒生活經驗，察覺目前在進行的休閒活動為何？對何項休閒活動感興趣？等。
20	06/28 06/30	1	職線向前	【活動 2】 勇闖生涯路 「人因夢想而偉大」，看看還可以透過哪些生涯進路培養實現夢想的能力。
		2	休閒我最行	【活動 2】 休閒新體驗 1. 根據學生興趣，設計數項不同類型的休閒活動，分組進行實際體驗。 2. 分享體驗歷程，利用 4F 思考法，察覺從事休閒活動時的心情與感受，以及休閒活動對生活帶來的成長與意義為何。

柒、教學資源

一、課本

二、教師手冊

三、單元活動所需教具

四、相關主題網路媒體資源與書籍

桃園市會稽國民中學109學年度

綜合活動 領域課程計畫-九年級

109 學年度第一學期 九年級 綜合活動技領域 課程計畫

(一) 課程目標

- 1.在野外活動遇到危機時，能冷靜思考，並觀察身邊環境，以採取適當策略預防與因應。
- 2.了解青少年與世界交流的方式，並能培養及增進自身與國際接軌的能力。

3.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。

(二) 課程(教學)計畫

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
1	08/31 09/04	1	蓄勢待發	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	【第1單元】蓄勢待發 1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	【活動1】三年級，我懂 1.初步探索與了解國三的生活及其任務。 2.學會以合宜心態與行動面對三年級生活。	【家政教育】 3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表 6.自省	
		2	災變話題	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	1.能覺察人為或自然環境的危險情境。 2.了解各種災害帶來的危險，並能選擇合宜的預防與應變方法。	【活動1】危機四伏 1.認識臺灣發生過的自然災害，體認防災工作的必要性。 2.分析災害情境中人為因素所造成的危險。 【活動2】災害知多少 1.增進對自然災害的認識，因應災害選擇合宜的預防與應變方法。	【海洋教育】 4-4-6:了解臺灣海岸地形的種類與海岸災害(如海嘯、地層下陷、海水倒灌)的成因，並提出永續利用的方法。 4-4-8:認識臺灣的氣候型態(如春雨、梅雨、颱風等)與海洋的關係。	1.臺灣自然災害的相關資訊	1.觀察學生 2.口頭發表 3.實作表現 4.態度評定	
2	09/07 09/11	1	蓄勢待發	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	【第1單元】蓄勢待發 1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 2.覺察自己的壓	【活動1】三年級，我懂 1.初步探索與了解國三的生活及其任務。 2.學會以合宜心態與行動面對三年級生活。	【家政教育】 3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。				表 6.自省	
		2	救難好幫手	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	【第2單元】救難好幫手 1.學習運用繩索和簡單器物，進行災難救助和緊急救護。 2.培養面對重大災害的應變能力。	【活動1】救護急先鋒 1.能善用生活簡單器物進行緊急救護。 2.能製作臨時擔架進行傷患搬運，提升緊急救護能力。	【資訊教育】 3-4-5:能針對問題提出可行的解決方法。 5-4-2:能善盡使用科技應負之責任。 【人權教育】 1-4-2:了解關懷弱勢者行動之規畫、組織與執行，表現關懷、寬容、和平與博愛的情懷，並尊重與關懷生命。	1.運用於緊急救護的生活工具 2.童軍繩與製作簡易擔架的材料	1.觀察學生 2.實作表現 3.態度評定 4.口頭發表 5.團隊合作 6.技能表現	
3	09/14 09/18	1	蓄勢待發	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	【第1單元】蓄勢待發 1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	【活動2】About 壓力 1.認識壓力的來源及其帶來的正面與負面影響，學習正向看待壓力。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	【家政教育】 3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.不同顏色的便利貼	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表 6.自省	
		2	救難好幫手	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	【第2單元】救難好幫手 1.學習運用繩索和簡單器物，進行災難救助和緊急救護。	【活動2】「繩」來助我 1.運用繩結技能以因應災變，提升災難救助能力。	【資訊教育】 3-4-5:能針對問題提出可行的解決方法。 5-4-2:能善盡使用科技應負之責任。 【人權教育】	1.運用於緊急救護的生活工具	1.觀察學生 2.實作表現 3.態度評定 4.口頭發表 5.團隊合作 6.技能表現	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					2.培養面對重大災害的應變能力。		1-4-2:了解關懷弱勢者行動之規畫、組織與執行，表現關懷、寬容、和平與博愛的情懷，並尊重與關懷生命。			
4	09/21 09/25	1	蓄勢待發	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	【第1單元】蓄勢待發 1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	【活動2】About 壓力 1.認識壓力的來源及其帶來的正面與負面影響，學習正向看待壓力。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	【家政教育】 3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表 6.自省	
		2	攜手同行	2-4-4:面臨逆境能樂觀積極的解決問題。 4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	【第3單元】攜手同行 1.能評估並運用最佳處理策略，以因應災變。 2.面臨逆境，能有正向的態度，並主動關懷需要協助的人。	【活動1】社區防災地圖 1.能善用社區防災地圖，落實災前準備工作，並運用資源因應防災的各種需求。 【活動2】盡一份心力 1.能綜合運用所學，以因應社區中可能發生的災變。 2.面對災變的逆境，能了解災民的需求，並提供支援的力量。	【人權教育】 1-4-2:了解關懷弱勢者行動之規畫、組織與執行，表現關懷、寬容、和平與博愛的情懷，並尊重與關懷生命。 【人權教育】 3-4-1:關懷弱勢團體及其生活環境。 4-4-1:能運用科學方法鑑別、分析、了解周遭的環境狀況與變遷。	1.社區防災地圖的相關資料 2.有關防災經驗的實例	1.觀察學生 2.口頭發表 3.實作表現 4.態度評定 5.團隊合作	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
5	09/28 10/02	1	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【第1單元】高校情報站 1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	【活動1】高校知多少 1.增進對高校生活的了解。 2.思考關於高校生活的重要主題。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。	1.校園最前線之題目	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
		2	野地小築	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-3:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	1.能選擇及辨別野外臨時露宿環境及條件，並搭設臨時露宿場所。 2.統整運用所學，提升野外生存能力。	【活動1】野外有巢氏 1.能利用周遭環境及身邊裝備，判斷及選擇如何搭設露宿場所。 2.能學習搭設露宿場所，以提升野外生存力。	【環境教育】 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。	1.學冊頁面 2.搭設臨時露宿場所的用品	1.態度評定 2.口語評量 3.實作評量	
6	10/05 10/09	1	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【第1單元】高校情報站 1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	【活動2】高校特派員 1.擬定高校生活探討問題。 2.了解完成小組報告之方式與要求。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。	1.學冊頁面	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
		2	野地小築	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-3:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	1.能選擇及辨別野外臨時露宿環境及條件，並搭設臨時露宿場所。 2.統整運用所學，提升野外生存能力。	【活動2】搭建臨時露宿場所 1.發生緊急狀況時，能活用周遭環境及身邊裝備。 2.能在不破壞生態環境下，搭設臨時露宿場所。	【環境教育】 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。	1.學冊頁面 2.搭設臨時露宿場所的用品	1.態度評定 2.口語評量 3.實作評量	
7	10/12 10/16	1	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【第一次評量週】	【第1單元】高校情報站 1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活	【活動2】高校特派員 1.小組能分工合作完成報告。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.學冊頁面	1.小組評分 2.觀察學生	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。		【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。		3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
		2	處處有生機	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並運用最佳處理策略,以保護自己或他人。 4-4-3:具備野外生活技能,提升野外生存能力,並與環境做合宜的互動。	1.在野外活動遇到危機時,能冷靜思考,並觀察身邊環境,以採取適當策略預防與因應。 2.學習辨識可食植物、尋找安全水源及自製濾水器,增進野外求生知能。	【活動1】取水有訣竅 1.在野外發生緊急狀況時,能透過觀察尋找水源。 2.能自製濾水器,並活用於生活中。	【環境教育】 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊,進而建立環境友善的生活與消費觀念。	1.學冊頁面 2.600cc 空寶特、小石子、砂子、炭木炭、布、棕櫚皮等	1.態度評定 2.口語評量 3.實作評量 4.團隊合作	
8	10/19 10/23	1	高校情報站	1-4-3 掌握資訊,自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【第2單元】高校情報站 1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	【活動3】高校報報 1.增進對各類型高校生活的了解。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。	1.投影器材 2.空白小卡	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.多元報告 5.口頭發表	
		2	處處有生機	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並運用最佳處理策略,以保護自己或他人。 4-4-3:具備野外生活技能,提升野外生存能力,並與環境做合宜的互動。	1.在野外活動遇到危機時,能冷靜思考,並觀察身邊環境,以採取適當策略預防與因應。 2.學習辨識可食植物、尋找安全水源及自製濾水器,增進野外求生知能。	【活動1】取水有訣竅 1.在野外發生緊急狀況時,能透過觀察尋找水源。 2.能自製濾水器,並活用於生活中。	【環境教育】 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊,進而建立環境友善的生活與消費觀念。	1.學冊頁面 2.600cc 空寶特、小石子、砂子、炭木炭、布、棕櫚皮等	1.態度評定 2.口語評量 3.實作評量 4.團隊合作	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
9	10/26 10/30	1	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【第2單元】高校情報站 1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	【活動3】高校報報 1.做好銜接高校生活的準備。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。	1.投影器材 2.空白小卡	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.多元報告 5.口頭發表	
		2	處處有生機	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-3:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	1.在野外活動遇到危機時，能冷靜思考，並觀察身邊環境，以採取適當策略預防與因應。 2.學習辨識可食植物、尋找安全水源及自製濾水器，增進野外求生知能。	【活動2】救命野生植物 1.能觀察周遭環境，懂得正確辨識野生植物。 2.了解採集野生可食植物原則，能與環境做合宜互動。	【環境教育】 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。	1.學冊頁面 2.植物圖鑑	1.態度評定 2.口語評量 3.團隊合作	
10	11/02 11/06	1	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】開啟升學大門 1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	【活動1】升學多線道 1.認識各類型學校的特色及內涵，做為升學選校的參考。 2.能蒐集運用資源，分辨升學進路，了解自己選擇的理由。	【生涯發展教育】 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 【資訊教育】 3-4-9 能判斷資訊的適用性及精確度。	1.自製各類型學校字卡	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告	
		2	無	4-4-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最	1.善用自然資源	【活動1】野炊新「食」	【環境教育】	1.學冊頁	1.態度評定	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
			具巧炊	佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-3:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	進行野外炊事，並與環境做合宜的互動。 2.能展現創意，進行無具野炊的菜單設計及實作。	代 1.了解無具炊事的方法與技巧。 2.能發揮創意、就地取材，進行無具炊事的設計。	3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 【家政教育】 1-4-3:表現良好的飲食行為。	面	2.口語評量 3.團隊合作	
11	11/09 11/13	1	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】開啟升學大門 1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	【活動1】升學多線道 1.認識各類型學校的特色及內涵，做為升學選校的參考。 2.能蒐集運用資源，分辨升學進路，了解自己選擇的理由。	【生涯發展教育】 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 【資訊教育】 3-4-9 能判斷資訊的適用性及精確度。	1.自製各類型學校名稱卡	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告	
		2	無具巧炊	4-4-3:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	1.善用自然資源進行野外炊事，並與環境做合宜的互動。 2.能展現創意，進行無具野炊的菜單設計及實作。	【活動2】無具主廚秀 1.能合作完成無具野炊的實作練習。 2.從活動中提升野外生活技能，並體認環境保育的重要性。	【環境教育】 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 【家政教育】 1-4-3:表現良好的飲食行為。	1.替代炊具及食材	1.態度評定 2.口語評量 3.實作評量 4.團隊合作	
12	11/16 11/20	1	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】開啟升學大門 1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選	【活動2】條條道路通羅馬 1.能探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。	【生涯發展教育】 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。	1.學冊頁面 2.多媒體設備	1.觀察學生 2.態度評定 3.訪問報告	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。		【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 【資訊教育】 3-4-9 能判斷資訊的適用性及精確度。		4.小組分享 5.口頭報告	
		2	立足臺灣看世界	3-4-4:探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。 3-4-5:分享在多元社會中生活所應具備的能力。	1.認識臺灣多元族群，透過臺灣專屬明信片設計，思索社會的多元型態。 2.了解不同族群之間的差異性。 3.反思並尊重臺灣多元文化，學習互相關懷的素養。	【活動1】挖掘多元新臺灣 1.了解臺灣包含的多元族群種類。 2.了解臺灣各族群之基本文化特色。	【家政教育】 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 4-4-5:參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評量 3.得分紀錄 4.活動參與 5.口頭發表	
13	11/23 11/27	1	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】開啟升學大門 1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	【活動2】條條道路通羅馬 1.能探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。	【生涯發展教育】 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 【資訊教育】 3-4-9 能判斷資訊的適用性及精確度。	1.學冊頁面 2.多媒體設備	1.觀察學生 2.態度評定 3.訪問報告 4.小組分享 5.口頭報告	
		2	立足	3-4-4:探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。 3-4-5:分享在多元社會中生活所應具備的能力。	1.認識臺灣多元族群，透過臺灣專屬明信片設計，思索社會的多元型態。 2.了解不同族群之間的差異性。 3.反思並尊重臺灣多元文化，學習互相關懷的素養。	【活動2】揮灑色彩秀臺灣 1.了解臺灣包含的多元族群種類。 2.了解臺灣各族群之基本文化特色。	【家政教育】 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 4-4-5:參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評量	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
			臺灣看世界	活所應具備的能力。	屬明信片設計，思索社會的多元型態。 2.了解不同族群之間的差異性。 3.反思並尊重臺灣多元文化，學習互相關懷的素養。	1.設計出專屬多元臺灣的特色明信片。	與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 4-4-5:參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。		3.得分紀錄 4.活動參與 5.口頭發表	
14	11/30 12/04	1	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【第二次評量週】	【第1單元】開啟升學大門 1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	【活動3】升學資訊Q & A 1.能了解多元入學的管道及最新相關的資訊。	【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 【生涯發展教育】 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【資訊教育】 3-4-9 能判斷資訊的適用性及精確度。	1 本年度多元入學方案最新資訊	1.觀察學生 2.態度評定 3.資料蒐集 4.小組分享 5.口頭報告	
		2	繽紛的世界	3-4-4:探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。	1.認識臺灣的異國多元文化及產物。 2.藉由小組資料分享，增進學生認識世界不同風情。 3.了解異國多元文化對日常生活的影響。	【活動1】解碼世界 1.認識臺灣的異國多元文化及產物。 2.了解異國多元文化對日常生活的影響。 【活動2】各國風情畫 1.蒐集並發表世界各地不同的生活方式。 2.認識不同國家的風俗民情。 3.分享對多元文化的體驗。 【活動3】繞著地球跑	【家政教育】 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 4-4-5:參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。	1.題目 PPT	1.觀察學生 2.態度評定 3.得分紀錄 4.活動參與 5.口頭發表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
						1.透過分組闖關活動增進對多元文化的了解。 2.培養對不同族群的尊重與相互學習的素養				
15	12/07 12/11	1	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】開啟升學大門 1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	【活動1】升學資訊 Q & A 1.能了解多元入學的管道及最新相關的資訊。	【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 【生涯發展教育】 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【資訊教育】 3-4-9 能判斷資訊的適用性及精確度。	1 本年度多元入學方案最新資訊	1.觀察學生 2.態度評定 3.資料蒐集 4.小組分享 5.口頭報告	
		2	世界更繽紛	3-4-4:探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。 3-4-5:分享在多元社會中生活所應具備的能力。	1.了解青少年與世界交流的方式，並能培養及增進自身與國際接軌的能力。 2.透過手工藝作品表達自己心中的關懷與祝福。	【活動1】親善好青年 1.了解青少年與世界接軌的國際活動與方法。 2.培養與世界接軌所需具備的能力。	【家政教育】 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 4-4-5:參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.得分紀錄 4.活動參與 5.口頭發表	
16	12/14 12/18	1	全面啟動	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。	【第2單元】全面啟動 1.學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2.針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	【活動1】預約成功 1.觀察並了解「樂學三年級」學生所具備的能力與特質。	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
							3-3-5 發展規畫生涯的能力。		表	
		2	世界更繽紛	3-4-4:探索世界各地的生活方式,展現自己對國際文化的理解與學習。 3-4-5:分享在多元社會中生活所應具備的能力。	1.了解青少年與世界交流的方 式,並能培養及增 進自身與國際接 軌的能力。 2.透過手工藝作 品表達自己心中 的關懷與祝福。	【活動2】藝起傳心意 1.了解臺灣伴手禮的意涵 及特色。 2.能推荐符合各項考量點 的臺灣伴手禮。 3.熟悉祈福小天燈製作流 程。 4.能同理相對少數文化背 景的同學或周遭人士心 境。 5.能表達心中的關懷與祝 福。	【家政教育】 4-4-4:主動探索家庭 與生活中的相關問 題,研擬解決問題的 可行方案。 4-4-5:參與策劃家人 共同參與的活動,增 進家人感情。	1.製作小 天燈材料	1.觀察學生 2.態度評量 3.得分紀錄 4.實作表現 5.口頭發表	
17	12/21 12/25	1	全面啟動	1-4-3 掌握資訊,自己界 定學習目標、製定學習計 畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個 人生活中重要事物。	【第2單元】全 面啟動 1.學會以正向態 度擬定目標與 行動計畫。 2.針對行動計畫 執行後的成 效,進行檢核與 修正。	【活動1】預約成功 1.能以正向積極態度擬 定目標與行動計畫。	【家政教育】 4-4-4 主動探索家 庭與生活中的相關 問題,研擬解決問 題的可行方案。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生 涯問題及做決定的 能力。 3-3-5 發展規畫生 涯的能力。	1.學冊頁 面	1.觀察學 生 2.態度評 定 3.活動參 與 4.口頭發 表 5.文字發 表	
		2	彬彬有禮	2-4-1:妥善計畫與執行個人 生活中重要的事務。	1.能將所學的西餐 禮儀運用於日 常生活中。 2.增進對西方飲 食文化的認識與 了解。	【活動1】餐桌禮儀 1.了解並學會西餐餐具的 擺放位置。 2.培養正確的西餐進食禮 儀。	【家政教育】 1-4-3:表現良好的飲 食行為。 1-4-4:了解並接納異 國的飲食文化。 3-4-2:展現合宜的禮 儀以建立良好的人 際關係。 3-4-7:了解並尊重不 同國家及族群的生 活禮儀。	1.小組計 分表 2.烹飪教 室之西餐 餐具 3.桌巾 4.口布 5.學冊頁 面	1.觀察學生 2.態度評定 3.得分紀錄 4.活動體驗 5.口頭發表 6.團隊合作 7.實作表現	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
18	12/28 01/01	1	全面啟動	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。	【第2單元】全面啟動 1.學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2.針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	【活動2】成功補給「讚」 1.能以正向語言表達對自己的肯定與鼓勵。	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。	1.書寫小卡	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表	
		2	彬彬有禮	2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	1.能將所學的西餐禮儀運用於日常生活中。 2.增進對西方飲食文化的認識與了解。	【活動2】「口布」造型秀 1.學會口布摺法與使用方式。 2.能發揮創意，摺出其他有變化的口布造型。	【家政教育】 1-4-3:表現良好的飲食行為。 1-4-4:了解並接納異國的飲食文化。 3-4-2:展現合宜的禮儀以建立良好的人際關係。 3-4-7:了解並尊重不同國家及族群的生活禮儀。	1.小組計分表 2.烹飪教室之西餐餐具 3.桌巾 4.口布 5.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.得分紀錄 4.活動體驗 5.口頭發表 6.團隊合作 7.實作表現	
19	01/04 01/08	1	全面啟動	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。	【第2單元】全面啟動 1.學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2.針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	【活動2】成功補給「讚」 1.能以正向語言表達對他人的鼓勵與欣賞。	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。	1.書寫小卡	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表	
		2	浪漫的	1-4-2:展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	1.熟悉西餐烹製過程與方法。 2.能將學習成果	【活動1】經典套餐 1.認識西式菜單內容，並了解其食材的特性與應	【家政教育】 1-4-1:了解個人的營養需求，設計並規畫	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
			西餐		歸納整理並製作成檔案。	用。 2.能妥善規畫與安排西餐烹飪實作相關事宜。	合宜的飲食。 1-4-2:選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 1-4-3:表現良好的飲食行為。 1-4-4:了解並接納異國的飲食文化。 3-4-2:展現合宜的禮儀以建立良好的人際關係。 3-4-7:了解並尊重不同國家及族群的生活禮儀。		4.口頭發表 5.實作評量 6.多元評量 7.檔案整理	
20	01/11 01/15	1	全面啟動	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。 【第三次評量週】	【第2單元】全面啟動 1.學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2.針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	【活動3】成功晉級 1.自省並檢核行動計畫書的執行狀況。 2.針對執行狀況進行行動計畫書內容的修正。	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.實作評量 4.活動參與 5.文字發表 6.口頭發表 7.自省	
		2	浪漫的西餐	1-4-2:展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	1.熟悉西餐烹製過程與方法。 2.能將學習成果歸納整理並製作成檔案。	【活動2】食尚饗宴 1.藉由烹飪實作的體驗過程，增進料理西餐的能力。 2.增進完成西餐烹飪實作的信心。	【家政教育】 1-4-1:了解個人的營養需求，設計並規畫合宜的飲食。 1-4-2:選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 1-4-3:表現良好的飲食行為。	1.學冊頁面 2.西餐食材	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.實作評量 6.多元評量 7.檔案整理	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
							1-4-4:了解並接納異國的飲食文化。 3-4-2:展現合宜的禮儀以建立良好的人際關係。 3-4-7:了解並尊重不同國家及族群的生活禮儀。			
21	01/18 01/20	1	複習全冊(輔導)	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第一主題】為自己出征 1.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。 2.增進對各類型高校生活的了解。 3.做好銜接高校生活的準備。 【第二主題】發現之旅 1.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 2.學會以正向態度擬定目標與行動計畫。	【第一主題】為自己出征 【第1單元】蓄勢待發 【第2單元】高校情報站 【第二主題】發現之旅 【第1單元】開啟升學大門 【第2單元】全面啟動	【家政教育】 3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 3-4-9 能判斷資訊的適用性及精確度。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表 6.自省 7.小組評分 8.多元報告	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
		2	浪漫的西餐	14-2:展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 24-1:妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	1.熟悉西餐烹製過程與方法。 2.能將學習成果歸納整理並製作成檔案。	【活動3】典藏浪漫 1.協助學生有系統的彙整資料，並建立學習檔案。 2.懂得將學習檔案內容運用於生活中。	【家政教育】 14-1:了解個人的營養需求，設計並規畫合宜的飲食。 14-2:選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 14-3:表現良好的飲食行為。 14-4:了解並接納異國的飲食文化。 34-2:展現合宜的禮儀以建立良好的人際關係。 34-7:了解並尊重不同國家及族群的生活禮儀。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.實作評量 6.多元評量 7.檔案整理	

桃園市會稽國民中學109學年度

綜合活動 領域課程計畫-九年級

109 學年度第二學期 九年級 綜合活動技領域 課程計畫

(一) 課程目標

- 1.提升維護戶外活動安全的能力，並運用於日常生活中。
- 2.了解金錢管理技巧，以及認識家庭收支概況。
- 3.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭人事物表達感恩、祝福與惜別。

(二) 課程（教學）計畫

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
1	02/17 02/19	1	抉擇時刻	24-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 24-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】抉擇時刻 1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。	【活動1】升學路上你和我 1.透過實果活動檢核個人對升學資訊了解的狀況，並針對不足之處加以補充。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資	1.空白紙張	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭報告 4.自省	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。 3.升學備忘錄實作，學習自我負責，掌握重要升學行事。		訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。			
		2	休閒 My Way	24-3:規畫合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。 24-6:有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	【第1單元】休閒 My Way 1.檢視個人休閒活動，覺察休閒與個人的關係。 2.建構合宜的休閒觀，養成良好的休閒習慣。	【活動1】生活小憩 1.了解休閒活動的意義與功能。 2.檢視自己休閒時間安排的合宜性。 【活動2】休閒輕話題 1.了解自己及同儕休閒活動的內涵。	【生涯發展教育】 1-3-1:探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【資訊教育】 4-3-1:能應用網路的資訊解決問題。	1.長條紙 2.休閒活動相關資訊	1.態度評定 2.實作表現 3.口頭發表 4.觀察學生	
2	02/22 02/26	1	抉擇時刻	24-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 24-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】抉擇時刻 1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。	【活動2】生涯決策分析師 1.能了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告 5.自省	
		2	樂活休閒	24-3:規畫合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。 24-6:有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 44-2:透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。	1.認識多樣性的戶外休閒活動，發現休閒的多元面貌。	【活動1】巧拼戶外休閒 1.認識多樣的戶外休閒活動，培養從事戶外休閒活動的興趣。	【資訊教育】 4-3-1:能應用網路的資訊解決問題。 【環境教育】	1.休閒活動相關資訊 2.戶外休	1.觀察學生 2.態度評定 3.實作表現 4.口頭發表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					2.規畫個人休閒活動，提升休閒品質。 3.建立良好的終身休閒觀念。	【活動2】戶外休閒最好Go 1.經由旅行經驗的分享，體驗旅行的樂趣。 2.了解規畫旅行需考量的因素，培養執行合宜的戶外活動能力。	1-3-1:能藉由觀察與體驗自然，以創作文章、美勞、音樂、戲劇表演等形式表現自然環境之美與對環境的關懷。 【海洋教育】 1-4-2:學習從事水域休閒運動的知識與技能，具備安全自救的能力。 【生涯發展教育】 1-3-1:探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-3-3:培養解決生涯問題及做決定的能力。 【家政教育】 4-4-5:參與策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。	閒活動資訊 3.聲音檔、播放器	5.文字發表	
3	03/01 03/05	1	抉擇時刻	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】抉擇時刻 1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。	【活動2】生涯決策分析師 1.能了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告 5.自省	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
							解決方案的適切性。			
		2	樂活休閒	24-3:規畫合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。 24-6:有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 44-2:透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。	【第2單元】樂活休閒 1.認識多樣性的戶外休閒活動，發現休閒的多元面貌。 2.規畫個人休閒活動，提升休閒品質。 3.建立良好的終身休閒觀念。	【活動3】休閒新鮮「試」 1.了解「樂活」的主張，拓展休閒規畫的視野。 2.探索個人興趣，學習規畫合宜的休閒活動。	【環境教育】 1-3-1:能藉由觀察與體驗自然，以創作文章、美勞、音樂、戲劇表演等形式表現自然環境之美與對環境的關懷。 【海洋教育】 14-2:學習從事水域休閒運動的知識與技能，具備安全自救的能力。 【生涯發展教育】 3-3-3:培養解決生涯問題及做決定的能力。 【家政教育】 44-5:參與策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。 【資訊教育】 4-3-1:能應用網路的資訊解決問題。	1.戶外休閒活動資訊	1.觀察學生 2.態度評定 3.實作表現 4.口頭發表	
4	03/08 03/12	1	抉擇時刻	24-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 24-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】抉擇時刻 1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。	【活動3】做明智的決定 1.能學習做決定的技巧。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。	1.選校平衡單	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告 5.自省	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
							【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。			
		2	樂活休閒	2-4-3:規畫合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。 2-4-6:有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 4-4-2:透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。	1.認識多樣性的戶外休閒活動，發現休閒的多元面貌。 2.規畫個人休閒活動，提升休閒品質。 3.建立良好的終身休閒觀念。	【活動4】樂活人生 1.了解生命階段的發展需求，建立良好的終身休閒觀念。	【環境教育】 1-3-1:能藉由觀察與體驗自然，以創作文章、美勞、音樂、戲劇表演等形式表現自然環境之美與對環境的關懷。 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 2-4-1:了解環境與經濟發展間的關係。 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。 5-4-4:具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。 【海洋教育】 1-4-2:學習從事水域休閒運動的知識與技能，具備安全自救的能力。 【生涯發展教育】 3-3-3:培養解決生涯問題及做決定的能力。 【家政教育】 4-4-5:參與策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。	戶外休閒活動資訊	1.觀察學生 2.態度評定 3.實作表現 4.口頭發表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
							【資訊教育】 4-3-1:能應用網路的資訊解決問題。			
5		1	抉擇時刻	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】抉擇時刻 1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。	【活動3】做明智的決定 1.能學習運用平衡單，為生涯抉擇進行評估。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。	1.選校平衡單	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告 5.自省	
	03/15 03/19	2	選擇的課題	4-4-4:分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	1.覺察過度人為開發對大自然所造成的傷害。 2.探討人為開發與自然生態平衡的方法。	【活動1】環境的聲音 1.覺察過度人為開發對大自然所造成的傷害。 2.分析並分享影響「經濟發展」與「環境保護」抉擇的因素，學習表達自我看法。 【活動2】無毒農業的選擇 1.思考及體驗不同角色的責任、可能選擇與後果。 2.探討人為開發與自然生態平衡的方法。	【環境教育】 1-3-1:能藉由觀察與體驗自然，以創作文章、美勞、音樂、戲劇表演等形式表現自然環境之美與對環境的關懷。 3-3-1:關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 2-4-1:了解環境與經濟發展間的關係。 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。 5-4-4:具有提出改善	1.戶外休閒活動資訊 2.學冊頁面 3.國光石化開發相關資料 4.其他臺灣人民為保護環境發聲的資料 5.配合學生演出的道具	1.態度評定 2.口語評量 3.實作評量 4.活動參與 5.團隊合作 6.觀察學生 7.口頭發表 8.團隊表現 9.觀察學生 10.實作表現	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
							方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。 【海洋教育】 1-4-2:學習從事水域休閒運動的知識與技能，具備安全自救的能力。 【生涯發展教育】 3-3-3:培養解決生涯問題及做決定的能力。 【家政教育】 4-4-5:參與策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。 【資訊教育】 4-3-1:能應用網路的資訊解決問題。			
6	03/22 03/26	1	抉擇時刻	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【第1單元】抉擇時刻 1.升學備忘錄實作，學習自我負責，掌握重要升學行事。	【活動4】升學備忘錄 1.能蒐集升學資訊，整合各項升學資源，為自己的升學做準備。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。 【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。	1 本 年 度 多元入學 方案最新 資訊	1.態度評定 2.口語評量 3.實作評量 4.活動參與 5.團隊合作 6.觀察學生 7.口頭發表 8.團隊表現 9.觀察學生 10.實作表現	
		2	選擇的課題	4-4-4:分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	1.覺察過度人為開發對大自然所	【活動 2】無毒農業的選擇	【環境教育】 2-4-1:了解環境與經	1.國光石化開發相	1.觀察學生 2.團隊表現	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
				24-6:有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 44-5:參與保護或改善環境的行動，分享推動環境永續發展的感受。	造成的傷害。 2.探討人為開發與自然生態平衡的方法。	1.思考及體驗不同角色的責任、可能選擇與後果。 2.探討人為開發與自然生態平衡的方法。 【活動3】綠色消費你我他 1.分享實際行動的經驗並進行省思。 2.聆聽他人的經驗並加以學習與改良。 3.持續進行綠色消費改善行動。	濟發展間的關係。 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。 5-4-4:具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	關資料 2.其他臺灣人民為保護環境發聲的資料 3.配合學生演出的道具	3.態度評定 4.團隊合作 5.口頭發表	
7	03/29 04/02	1	預見未來	14-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【第一次評量週】	【第2單元】預見未來 1.思考自己在高中生活中要發展的能力。 2.了解未來將面對的世界及須具備的競爭力。 3.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	【活動1】火熱的青春 1.能從名人的年少故事中，找到奠定未來成功的基礎要素。 2.思考自己在高校生活中要發展的能力。 3.在進入高校生活前，發展培養能力的實踐計畫。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。	1.學冊頁面	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
		2	永續校園	44-5:參與保護或改善環境的行動，分享推動環境永續發展的感受。	1.認識並觀察校園永續相關項目。 2.蒐集資料、發現校園永續問題，並提出改善計畫。 3.分享參與改善環境的經驗與感受。	【活動1】校園特派員 1.能了解永續校園內涵。 2.能進行校園觀察並整理發現。 3.能分享觀察結果。	【環境教育】 24-1:了解環境與經濟發展間的關係。 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。 5-4-4:具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	1.校園永續相關資料	1.觀察學生 2.團隊表現 3.態度評定 4.團隊合作 5.口頭發表	
8	04/05	1	未見	14-3 掌握資訊，自己界定	【第2單元】預見	【活動1】火熱的青春				

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
	04/09 26			學習目標、製定學習計畫並執行。	未來 1.思考自己在高校生活中要發展的能力。 2.了解未來將面對的世界及須具備的競爭力。 3.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	1.能從名人的年少故事中，找到奠定未來成功的基礎要素。 2.思考自己在高校生活中要發展的能力。 3.在進入高校生活前，發展培養能力的實踐計畫。				
		2	永續校園	4-4-5:參與保護或改善環境的行動，分享推動環境永續發展的感受。	1.認識並觀察校園永續相關項目。 2.蒐集資料、發現校園永續問題，並提出改善計畫。 3.分享參與改善環境的經驗與感受。	【活動2】永續校園行動 1.能統整及分享小組觀察結果。 2.能擬定具體行動計畫。 3.能執行行動並加以檢討與調整。 4.能看到他人的優缺點並給予建議。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。	1.學冊頁面	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
9	04/12 04/16	1	預見未來	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【第2單元】預見未來 1.思考自己在高校生活中要發展的能力。 2.了解未來將面對的世界及須具備的競爭力。 3.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	【活動2】關鍵未來，自己掌握 1.了解未來將會面對的世界及所須具備的競爭力。 2.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。	1.學冊頁面	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.實作評量 5.口頭發表 6.內省	
		2	珍愛大地	2-4-6:有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運	1.體認人與環境	【活動1】地球太空船	【環境教育】	1.地球太	1.口頭發表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
				用。 4-4-4:分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	相互依存的關係。 2.提升關懷意願，實踐永續行動。	1.能體驗各情境帶來的困境並思考因應之道。 2.能分享自己的感受與想法。 3.能小隊共同合作達成任務。	1-4-1:覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 3-4-3:關懷未來世代的生存與永續發展。 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。 5-4-4:具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	空船情境 布置所需 教具(繩子、區域牌……) 2.蒐集臺灣、吐瓦魯、格陵蘭、澳洲等地，面對氣候變遷所面臨的處境與挑戰的資料	2.團隊表現 3.團隊合作 4.觀察學生 5.態度評定	
10	04/19 04/23	1	預見未來	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【第2單元】預見未來 1.思考自己在高校生活中要發展的能力。 2.了解未來將面對的世界及須具備的競爭力。 3.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	【活動2】關鍵未來，自己掌握 1.了解未來將會面對的世界及所須具備的競爭力。 2.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【性別平等教育】 3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。 3-4-3 運用校園各種資源，突破性別限制。	1.學冊頁面	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.實作評量 5.口頭發表 6.內省	
		2	珍愛大地	2-4-6:有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 4-4-4:分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	1.體認人與環境相互依存的關係。 2.提升關懷意願，實踐永續行動。	【活動2】地球的未來 1.能聆聽各國青少年宣言。 2.能統整資料並透過宣言表達想法。 3.能分享自己的感受並思考因應行動。	【環境教育】 1-4-1:覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 3-4-3:關懷未來世代的生存與永續發展。 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念	1.地球太空船情境 布置所需 教具(繩子、區域牌……) 2.蒐集臺灣、吐瓦魯、格陵	1.口頭發表 2.團隊表現 3.團隊合作 4.觀察學生 5.態度評定	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
							於日常生活與消費行為。 5-4-4:具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	蘭、澳洲等地，面對氣候變遷所面臨的處境與挑戰的資料		
11	04/26 04/30	1	我們的故事	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	【第1單元】我們的故事 1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。	【活動1】永遠的畫面 1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。	【性別平等教育】 2-4-2 思考傳統性別角色對個人學習與發展的影響。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。 【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評量 3.小組評分 4.小組分享 5.口頭發表 6.文字發表	
		2		2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	1.省察自己的金錢價值觀及其對生活的影響。 2.體認金錢資源的有限性。 3.知道金錢管理技巧：減少不必要的消費。	【活動1】我的金錢價值觀 1.能省思、檢核並修正個人的金錢價值觀。 2.了解不同的金錢價值觀，將會導致不同的生活樣貌。 3.察覺金錢資源的限制性。	【家政教育】 3-4-3:建立合宜的生活價值觀。 【生涯發展教育】 1-3-1:探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.團隊表現 3.態度評定 4.團隊合作	
12	05/03 05/07	1	我們的故事	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	【第1單元】我們的故事 1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。	【活動1】永遠的畫面 1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。	【性別平等教育】 2-4-2 思考傳統性別角色對個人學習與發展的影響。 【家政教育】	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評量 3.小組評分 4.小組分享 5.口頭發表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
				織團體活動。	件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。		4-4-1 肯定自己，尊重他人。 【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。		6.文字發表	
		2	選擇大不同	2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	1.省察自己的金錢價值觀及其對生活的影響。 2 體認金錢資源的有限性。 3.知道金錢管理技巧：減少不必要的消費。	【活動1】我的金錢價值觀 1.能省思、檢核並修正個人的金錢價值觀。 2.了解不同的金錢價值觀，將會導致不同的生活樣貌。 3.察覺金錢資源的限制性。 【活動2】想要還是需要 1.能辨別消費物品中的想要和需要，懂得控制欲望，減少不必要的消費。 2.懂得理性消費的技巧。	【家政教育】 3-4-3:建立合宜的生活價值觀。 3-4-4:運用資源分析、研判與整合家庭消費資訊，以解決生活問題。 3-4-5:了解有效的資源管理，並應用於生活中。 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 1-3-1:探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【環境教育】 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.作業撰寫 4.口頭報告 5.口頭發表 6.自我檢核	
13	05/10 05/14	1	我們的故事	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。	【第1單元】我們的故事 1.整理國中生活	【活動2】獨家「心」聞 1.能適度表達自己對國中生活的感受。	【性別平等教育】 2-4-2 思考傳統性別角色對個人學習	1.球、音樂CD播放器	1.觀察學生 2.態度評量 3.口頭發表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
				3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。 【第二次評量週】	中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。	2.省思自己在國中階段的成長及對其個人的意義。	與發展的影響。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。 【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。		4.文字發表	
		2	「金」有「為」	2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	1.認識家庭收支概況，體會長輩付出並樂於回饋。 2.知道金錢管理技巧：先儲蓄後支出。	【活動1】夢想實現高手 1.了解家庭金錢流動的方式。 2.了解家中收入與支出的概況。 3.體會長輩為家庭及子女的付出。 4.知道較佳的儲蓄方式為收入－儲蓄＝支出。	【家政教育】 3-4-3:建立合宜的生活價值觀。 3-4-4:運用資源分析、研判與整合家庭消費資訊，以解決生活問題。 3-4-5:了解有效的資源管理，並應用於生活中。 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 1-3-1:探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【環境教育】 3-4-4:願意依循環、簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.作業撰寫 4.口頭報告 5.口頭發表 6.自我檢核	
14	05/17	1	女的們	1-4-1 探索自我發展的過	【第1單元】我們	【活動2】獨家「心」聞	【性別平等教育】	1.球	1.觀察學生	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
	 05/21			程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	的故事 1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。	1.能適度表達自己對國中生活的感受。 2.省思自己在國中階段的成長及對其個人的意義。	2-4-2 思考傳統性別角色對個人學習與發展的影響。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。 【生涯發展教育】 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	2.音樂、CD播放器	2.態度評量 3.口頭發表 4.文字發表	
		2	「金金」有「為」	24-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	1.認識家庭收支概況，體會長輩付出並樂於回饋。 2.知道金錢管理技巧：先儲蓄後支出。	【活動2】秤秤斤兩 1.了解回饋家庭的開源節流行動策略。 2.願意規畫並執行家庭的回饋行動一節流行動計畫。	【家政教育】 3-4-3:建立合宜的生活價值觀。 3-4-4:運用資源分析、研判與整合家庭消費資訊，以解決生活問題。 3-4-5:了解有效的資源管理，並應用於生活中。 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【生涯發展教育】 1-3-1:探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【環境教育】 3-4-4:願意依循環保簡樸與健康的理念於日常生活與消費行為。	1.水桶x 1、水盆x 1、湯匙x 2、下方有小洞的紙碗x1、桌球x1 2.主計處家庭收支統計資料	1.觀察學生 2.態度評定 3.作業撰寫 4.口頭發表 5.自我檢核	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
15	05/24 05/28	1	傳愛・薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	【第2單元】傳愛・薪傳 1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	【活動1】畢業祝福 1.能省思畢業對個人成長的意義，並珍惜同儕情誼。 2.學習以多元的方式，向周遭人、事、物表達感恩、祝福與惜別。	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。	1. 音樂、CD播放器	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.文字發表	
		2	共築家園	2-4-4:面臨逆境能樂觀積極的解決問題。 2-4-5:覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	【第3單元】共築家園 1.體會家庭成員間的相互影響，宜扮演好自己的角色。 2.面臨家庭改變時，能運用各種策略度過變化。	【活動1】扛起自己的書包 1.覺知家庭是由一群相互影響的成員所組成。 2.了解自己的責任需由自己扛起，不宜增加他人壓力。	【家政教育】 4-4-3:調適個人的家庭角色與其他角色間的衝突。 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【性別平等教育】 2-4-15:習得家庭暴力的防治之道。	1.大量書籍或課本 2.自製狀況籤	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.作業撰寫	
16	05/31 06/04	1	傳愛・薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作。	【第2單元】傳愛・薪傳 1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。	【活動1】畢業祝福 1.能省思畢業對個人成長的意義，並珍惜同儕情誼。 2.學習以多元的方式，向周遭人、事、物表達感恩、祝福與惜別。	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊	1. 音樂、CD播放器	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.文字發表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
				作，並負責完成分內工作。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。		重他人。			
		2	共築家園	2-4-4:面臨逆境能樂觀積極的解決問題。 2-4-5:覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	【第3單元】共築家園 1.體會家庭成員間的相互影響，宜扮演好自己的角色。 2.面臨家庭改變時，能運用各種策略度過變化。	【活動2】家庭劇場 1.能運用適當方法面對家庭變化，減輕家庭壓力。 2.願意於平時的家庭生活中，儲備面臨家庭變化的能量。	【家政教育】 4-4-3:調適個人的家庭角色與其他角色間的衝突。 4-4-4:主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。 【性別平等教育】 2-4-15:習得家庭暴力的防治之道。	1.戲劇道具	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.作業撰寫	
17	06/07 06/11	1	傳愛・薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	【第2單元】傳愛・薪傳 1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的	【活動2】薪火相傳 1.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 2.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。 3.回顧與整理自己的國中學習經驗，幫助自己省思未來，掌握方向。	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組評分 4.口頭發表 5.文字發表 6.實作評量	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					精神。					
		2	經典回憶	24-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	【第1單元】經典回憶 1.藉由回憶所學課程，檢視自己具備的生活能力及其運用情形，並嘗試與未來生涯連結。 2.學習整合所學知識與技能，籌畫感恩惜福會。	【活動1】時空跳躍 1.回憶所學課程，檢視自己具備的生活能力及其運用情形。 2.能將所學運用於生活中，並嘗試與未來生涯連結。 【活動2】舊事譜新韻 1.能針對需求，提出具體可行之行動方案。 2.能整合學習過的知識與技能，並運用於生活中。	【生涯發展教育】 1-3-1:探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-3-1:培養正確工作態度及價值觀。	1.三年六冊課本或CD、光碟播放器、三年課程剪輯投影片 2.四開海報紙	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭分享 4.實作評量 5.討論參與 6.口頭報告	
18	06/14 06/18	1	傳愛・薪傳	14-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 14-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	【第2單元】傳愛・薪傳 1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	【活動2】薪火相傳 1.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 2.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。 3.回顧與整理自己的國中學習經驗，幫助自己省思未來，掌握方向。	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。	1.學冊頁面 2.空白紙張	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組評分 4.口頭發表 5.文字發表 6.實作評量	
		2	珍愛行動	24-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 3-4-1:參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	【第2單元】珍愛行動 1.透過討論、溝通，學習與他人合作，並完成分內工作。	【活動1】行動記錄簿 1.能依自己的專長，選擇適合自己的感恩惜福會工作。 2.學習擬定工作進度表。 【活動2】活動百寶箱	【家政教育】 14-2:選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 24-4:設計、選購及製作簡易生活用品。	1.學冊頁面 2.惜福會準備器材	1.觀察學生 2.態度評定 3.討論參與 4.填寫工作掌控記錄表 5.參與活動	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					2.藉由感恩惜福會的準備過程，培養學生擬定與執行計畫的能力。 3.能將活動計畫落實執行，並省思執行結果。 4.透過活動，提升感恩惜福的情懷。	1.能參與討論、溝通，學習與他人合作。 2.能執行計畫，並依實際情況調整工作進度。	2-4-5:欣賞服飾之美。 3-4-6:欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 【生涯發展教育】 3-3-3:培養解決生涯問題及做決定的能力。		6.口頭分享 7.填寫工作檢核表	
19	06/21 06/25	1	傳愛·薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。 【第三次評量週】	【第2單元】傳愛·薪傳 1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	【活動2】薪火相傳 1.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 2.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。 3.回顧與整理自己的國中學習經驗，幫助自己省思未來，掌握方向。	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。	1.學冊頁面 2.大字報	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組評分 4.口頭發表 5.文字發表 6.實作評量	
		2	珍愛行動	2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 3-4-1:參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	【第2單元】珍愛行動 1.透過討論、溝通，學習與他人合作，並完成分內工作。 2.藉由感恩惜福會的準備過程，培養學生擬定與執	【活動3】惜福迴旋曲 1.能透過活動展現自己的專長。 2.提升擬定與執行計畫的能力。	【家政教育】 1-4-2:選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 2-4-4:設計、選購及製作簡易生活用品。 2-4-5:欣賞服飾之美。 3-4-6:欣賞多元的生活文化，激發創意、	1.學冊頁面 2.惜福會準備器材	1.觀察學生 2.態度評定 3.討論參與 4.填寫工作掌控記錄表 5.參與活動 6.口頭分享 7.填寫工作檢核表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					行計畫的能力。 3.能將活動計畫落實執行，並省思執行結果。 4.透過活動，提升感恩惜福的情懷。		美化生活。 【生涯發展教育】 3-3-3:培養解決生涯問題及做決定的能力。			
20	06/28 06/30	1	傳愛・薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。 【休業式】	【第2單元】傳愛・薪傳 1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	【活動2】薪火相傳 1.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 2.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。 3.回顧與整理自己的國中學習經驗，幫助自己省思未來，掌握方向。	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。	1.學冊頁面	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組評分 4.口頭發表 5.文字發表 6.實作評量	
		2	珍愛行動	2-4-1:妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 3-4-1:參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	【第2單元】珍愛行動 1.透過討論、溝通，學習與他人合作，並完成分內工作。 2.藉由感恩惜福會的準備過程，培養學生擬定與執行計畫的能力。 3.能將活動計畫落實執行，並省思執行結果。	【活動4】昂揚展風華 1.能將所學運用於活動規畫與實踐。 2.學習觀賞活動的禮儀。 3.透過活動展現感恩惜福之情。 【活動5】飛揚的心 1.能以誠摯的心說出自己心中感受，並對他人表達感謝的心意。 2.能將同窗情誼延伸，累積學習圈的人脈。	【家政教育】 1-4-2:選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 2-4-4:設計、選購及製作簡易生活用品。 2-4-5:欣賞服飾之美。 3-4-6:欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 【生涯發展教育】 3-3-3:培養解決生涯問題及做決定的能	1.學冊頁面 2.惜福會準備器材	1.觀察學生 2.態度評定 3.討論參與 4.填寫工作掌控記錄表 5.參與活動 6.口頭分享 7.填寫工作檢核表	

週次	日期	教學節數	單元名稱	分段能力指標	教學目標	教學活動重點	融入議題	教學資源	評量方式	備註
					4.透過活動，提升感恩惜福的情懷。		力。			