

伍、領域/科目課程計畫

一、普通班級各年級各領域學習課程之課程計畫

(八)綜合領域課程計畫

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 7 年級【綜合領域-家政科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	七年級教學團隊
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	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。 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。		
	學習內容	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 家 Cc-IV-1 生活空間的規畫與美化，以及創意的展現。 家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 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。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。		
融入之議題	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【環境教育】 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。			
學習目標	一、知識目標 1. 認識膚質、正確清潔方式。 二、技能目標 1. 學習個人形象管理、手縫技能，增強生活自理能力。 三、態度目標 1. 學習空間清潔與美化，增進創造生活之美的實踐力。 2. 利用五感感受自身與環境。			

教學與評量說明	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	第三主題生活新人王 第1單元形象好手 活動1 禮儀要周到	1. 了解個人形象管理的重要性，學習正確禮儀、個人清潔與服裝儀容的知能，展現合宜的儀態。	練習正確姿態與禮儀	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	第三主題生活新人王 第1單元形象好手 活動2 梳洗有一套	1. 了解個人形象管理的重要性，學習正確禮儀、個人清潔與服裝儀容的知能，展現合宜的儀態。	練習正確清潔與保養身體的方式	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0914-0918	第三主題生活新人王 第1單元形象好手 活動2 梳洗有一套	1. 了解個人形象管理的重要性，學習正確禮儀、個人清潔與服裝儀容的知能，展現合宜的儀態。	練習正確清潔與保養身體的方式	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0921-0925	第三主題生活新人王 第1單元形象好手 活動3 服裝好形象	1. 了解個人形象管理的重要性，學習正確禮儀、個人清潔與服裝儀容的知能，展現合宜的儀態。	了解適當服儀對生活的重要性	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0929-1002	第三主題生活新人王 第1單元形象好手 活動3 服裝好形象	1. 了解個人形象管理的重要性，學習正確禮儀、個人清潔與服裝儀容的知能，展現合宜的儀態。	了解適當服儀對生活的重要性	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 1005-1009	第三主題生活新人王 第2單元縫紉巧手 活動1 手縫充電站	1. 學習基本手縫技巧並運用於服飾管理中。	認識手縫用具，並學習穿針打結	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 1012-1016	第三主題生活新人王 第2單元縫紉巧手	1. 學習基本手縫技巧並運用於服飾管理中。	學習與練習各種手縫法	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	活動 2 巧手 練功坊			
八 (一段) 1019-1023	第三主題生 活新人王 第 3 單元改 造高手 活動 1 改造 設計師	1. 運用資料蒐集與創意思考 法，改造服飾或製作實用生活 用品，使服飾與物品再利用並 展現美感。	搜尋適合的 衣物改造資 訊	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
九 1026-1030	第三主題生 活新人王 第 3 單元改 造高手 活動 1 改造 設計師	1. 運用資料蒐集與創意思考 法，改造服飾或製作實用生活 用品，使服飾與物品再利用並 展現美感。	搜尋適合的 衣物改造資 訊	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十 1102-1106	第三主題生 活新人王 第 3 單元改 造高手 活動 2 匠心 巧手做	1. 運用資料蒐集與創意思考 法，改造服飾或製作實用生活 用品，使服飾與物品再利用並 展現美感。	進行衣物改 造設計圖	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十一 1109-1113	第三主題生 活新人王 第 3 單元改 造高手 活動 2 匠心 巧手做	1. 運用資料蒐集與創意思考 法，改造服飾或製作實用生活 用品，使服飾與物品再利用並 展現美感。	執行衣物改 造設計	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十二 1116-1120	第三主題生 活新人王 第 3 單元改 造高手 活動 2 匠心 巧手做	1. 運用資料蒐集與創意思考 法，改造服飾或製作實用生活 用品，使服飾與物品再利用並 展現美感。	執行衣物改 造設計	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 1123-1127	第四主題 「玩」美空 間 第 1 單元淨 亮新「室」 計 活動 1 教室 寫真簿	1. 檢視並歸納教室中影響空間 與動線的原因，規畫清理空間 計畫。 2. 執行清理空間計畫，比較前 後差異，評估執行成效。 3. 運用五感培養對環境的責任 心，養成定期整理環境的好習 慣。	規畫教室清 理計畫	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 1130-1204	第四主題 「玩」美空 間 第 1 單元淨 亮新「室」 計	1. 檢視並歸納教室中影響空間 與動線的原因，規畫清理空間 計畫。 2. 執行清理空間計畫，比較前 後差異，評估執行成效。 3. 運用五感培養對環境的責任	執行教室清 理計畫	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	活動 2 整理動起來	心，養成定期整理環境的好習慣。		
十五 (二段) 1207-1211	第四主題 「玩」美空間 第 1 單元淨亮新「室」計 活動 2 整理動起來	1. 檢視並歸納教室中影響空間與動線的原因，規畫清理空間計畫。 2. 執行清理空間計畫，比較前後差異，評估執行成效。 3. 運用五感培養對環境的責任心，養成定期整理環境的好習慣。	評估教室清潔前後的成效	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 1214-1218	第四主題 「玩」美空間 第 1 單元淨亮新「室」計 活動 3 感官「心」體驗	1. 檢視並歸納教室中影響空間與動線的原因，規畫清理空間計畫。 2. 執行清理空間計畫，比較前後差異，評估執行成效。 3. 運用五感培養對環境的責任心，養成定期整理環境的好習慣。	感受教室清潔後的差異	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 1221-1225	第四主題 「玩」美空間 第 1 單元淨亮新「室」計 活動 3 感官「心」體驗	1. 檢視並歸納教室中影響空間與動線的原因，規畫清理空間計畫。 2. 執行清理空間計畫，比較前後差異，評估執行成效。 3. 運用五感培養對環境的責任心，養成定期整理環境的好習慣。	感受教室清潔後的差異	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十八 1228-0101	第四主題 「玩」美空間 第 2 單元「玩」美新生活 活動 1 改造魔法師	1. 檢視空間中的收納狀況，並規畫收納工具的設計方案。 2. 執行收納工具設計方案，評估作品優化生活空間的效果，並培養營造生活之美的實踐力。	規畫收納工具的設計方案	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十九 0104-0108	第四主題 「玩」美空間 第 2 單元「玩」美新生活 活動 2 「玩」美好設計	1. 檢視空間中的收納狀況，並規畫收納工具的設計方案。 2. 執行收納工具設計方案，評估作品優化生活空間的效果，並培養營造生活之美的實踐力。	執行收納工具設計方案	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十 0111-0115	第四主題 「玩」美空間 第 2 單元	1. 檢視空間中的收納狀況，並規畫收納工具的設計方案。 2. 執行收納工具設計方案，評估作品優化生活空間的效果，	評估收納工具的優化方式	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	「玩」美新生活 活動 2「玩」 美好設計	並培養營造生活之美的實踐力。		
二十一 (三段) 0118-0120	家政複習第 三、四主題	1. 學習個人形象管理、手縫技能，增強生活自理能力。 2. 學習空間清潔與美化，增進創造生活之美的實踐力。	發表學習成果	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 7 年級【綜合領域-家政科】課程計畫			
每週節數	1 節	設計者	七年級教學團隊
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、 ☐ 3. 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	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。 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。 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。	
	學習內容	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 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繫。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	
融入之議題	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。		
學習目標	一、知識目標 1. 了解家人情感的表達。 2. 認識食材選購、烹飪教室與蔬果洗滌。 二、技能目標 1. 規畫家庭共同活動。 2. 清洗各種蔬菜水果。 三、態度目標 1. 了解家人喜愛的愛之語，並嘗試表達。 2. 選購當季蔬果。		

教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	第三主題用 愛鋪滿家 第1單元家 庭愛行動 活動1 我們 這一家	1. 分享、思考家人常說話語的意涵，從中感受家人對自己的情感，並願意表達自己的感受。 2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察覺經營家庭生活自己與家人所需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。	思考家人提醒話語背後的涵義	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0215-0219	第三主題用 愛鋪滿家 第1單元家 庭愛行動 活動2 表達 需技巧	1. 分享、思考家人常說話語的意涵，從中感受家人對自己的情感，並願意表達自己的感受。 2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察覺經營家庭生活自己與家人所需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。	運用較佳的溝通方式與家人溝通	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0222-0226	第三主題用 愛鋪滿家 第1單元家 庭愛行動 活動3 愛之 語特搜	1. 分享、思考家人常說話語的意涵，從中感受家人對自己的情感，並願意表達自己的感受。 2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察	利用愛之語檢測，了解自己與家人喜愛的愛的表現	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		覺經營家庭生活自己與家人所需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。		
四 0301-0305	第三主題用愛鋪滿家 第1單元家庭愛行動 活動4愛之語行動	1. 分享、思考家人常說話語的意涵，從中感受家人對自己的情感，並願意表達自己的感受。 2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察覺經營家庭生活自己與家人所需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。	為家人擬定適合的愛之語行動	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0308-0312	第三主題用愛鋪滿家 第1單元家庭愛行動 活動4愛之語行動	1. 分享、思考家人常說話語的意涵，從中感受家人對自己的情感，並願意表達自己的感受。 2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察覺經營家庭生活自己與家人所需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。	為家人執行適合的愛之語行動	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 0315-0319	第三主題用愛鋪滿家 第1單元家庭愛行動 活動4愛之語行動	1. 分享、思考家人常說話語的意涵，從中感受家人對自己的情感，並願意表達自己的感受。 2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察覺經營家庭生活自己與家人所	執行愛之語行動，促進家人情感	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。		
七 0322-0326	第三主題用愛鋪滿家 第1單元家庭愛行動 活動4愛之語行動	1. 分享、思考家人常說話語的意涵，從中感受家人對自己的情感，並願意表達自己的感受。 2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察覺經營家庭生活自己與家人所需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。	執行愛之語行動，促進家人情感	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 0329-0402	第三主題用愛鋪滿家 第2單元凝聚好時光 活動1相聚時刻	1. 透過家人活動經驗分享，體悟家人共同經驗的重要性，覺察家庭活動與家人親密關係的關聯。 2. 探究自身家庭活動與互動的特色，並運用高層次思考與創新能力豐富家庭活動的學習面向。 3. 規畫並執行自己的「家人共築夢」學習活動，建立家人間的正向互動，邁向學習型家庭。	分享家庭活動的經驗	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 0405-0409	第三主題用愛鋪滿家 第2單元凝聚好時光 活動2家庭活動共成長	1. 透過家人活動經驗分享，體悟家人共同經驗的重要性，覺察家庭活動與家人親密關係的關聯。 2. 探究自身家庭活動與互動的特色，並運用高層次思考與創新能力豐富家庭活動的學習面向。 3. 規畫並執行自己的「家人共築夢」學習活動，建立家人間的正向互動，邁向學習型家庭。	覺察家庭活動與家人親密關係的關聯	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 0412-0416	第三主題用愛鋪滿家	1. 透過家人活動經驗分享，體悟家人共同經驗的重要性，覺	了解自身家庭活動與互	1. 實作評量 2. 高層次紙

	第2單元凝聚好時光 活動2家庭活動共成長	察家庭活動與家人親密關係的關聯。 2. 探究自身家庭活動與互動的特色，並運用高層次思考與創新能力豐富家庭活動的學習面向。 3. 規畫並執行自己的「家人共築夢」學習活動，建立家人間的正向互動，邁向學習型家庭。	動的特色	筆評量
十一 0419-0423	第三主題用愛鋪滿家 第2單元凝聚好時光 活動2家庭活動共成長	1. 透過家人活動經驗分享，體悟家人共同經驗的重要性，覺察家庭活動與家人親密關係的關聯。 2. 探究自身家庭活動與互動的特色，並運用高層次思考與創新能力豐富家庭活動的學習面向。 3. 規畫並執行自己的「家人共築夢」學習活動，建立家人間的正向互動，邁向學習型家庭。	利用創新能力豐富家庭活動	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 0426-0430	第三主題用愛鋪滿家 第2單元凝聚好時光 活動2家庭活動共成長	1. 透過家人活動經驗分享，體悟家人共同經驗的重要性，覺察家庭活動與家人親密關係的關聯。 2. 探究自身家庭活動與互動的特色，並運用高層次思考與創新能力豐富家庭活動的學習面向。 3. 規畫並執行自己的「家人共築夢」學習活動，建立家人間的正向互動，邁向學習型家庭。	規劃並執行家庭共同活動	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 0503-0507	第四主題生活好味道 第1單元街角遇到菜市場 活動1市場情報站	1. 了解食物基本選購原則及正確的儲存方式。 2. 應用食物基本選購原則及正確儲存方式。	認識食物的選購保存方式	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 0510-0514	第四主題生活好味道 第1單元街角遇到菜市場	1. 了解食物基本選購原則及正確的儲存方式。 2. 應用食物基本選購原則及正確儲存方式。	認識食物的選購保存方式	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	活動 2 市集 開賣啦			
十五 (二段) 0517-0521	第四主題生 活好味道 第 1 單元街 角遇到菜市 場 活動 2 市集 開賣啦	1. 了解食物基本選購原則及正 確的儲存方式。 2. 應用食物基本選購原則及正 確儲存方式。	認識食物的 選購保存方 式	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	第四主題生 活好味道 第 2 單元從 市場到廚房 活動 1 廚房 找找看	1. 熟悉烹飪教室或廚房的使用 規則、安全注意事項及環境維 護。 2. 有效運用廚房常用的器材及 用具。	了解烹飪教 室安全守則	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十七 0531-0604	第四主題生 活好味道 第 2 單元從 市場到廚房 活動 2 廚具 對對碰	1. 熟悉烹飪教室或廚房的使用 規則、安全注意事項及環境維 護。 2. 有效運用廚房常用的器材及 用具。	認識廚具	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十八 0607-0611	第四主題生 活好味道 第 3 單元 「食」在好 繽紛 活動 1 食物 本色	1. 用心體察食物本味，發現食 材原色之美。 2. 透過基本烹飪技巧，呈現出 食材之原色原味。	認識食材本 色	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十九 0614-0618	第四主題生 活好味道 第 3 單元 「食」在好 繽紛 活動 2 玩轉 「食」刻	1. 用心體察食物本味，發現食 材原色之美。 2. 透過基本烹飪技巧，呈現出 食材之原色原味。	製作彩色湯 圓，展現食 材原色原味	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
二十 0621-0625	第四主題生 活好味道 第 3 單元 「食」在好 繽紛 活動 2 玩轉 「食」刻	1. 用心體察食物本味，發現食 材原色之美。 2. 透過基本烹飪技巧，呈現出 食材之原色原味。	製作彩色湯 圓，展現食 材原色原味	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
二十一 (三段) 0628-0630	家政複習全 冊	1. 分享、思考家人常說話語的 意涵，從中感受家人對自己的 情感，並願意表達自己的感 受。	發表學習成 果	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量

		2. 分析家人溝通模式，運用較佳的溝通訣竅進行溝通，增進家人關係。 3. 透過統整家庭生活美好時光與「家人愛之語檢測表」，察覺經營家庭生活自己與家人所需的愛之語。 4. 認識愛之語的具體行動，並為家人擬定與執行適合的愛之語行動，促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。 5. 透過家人活動經驗分享，體悟家人共同經驗的重要性，覺察家庭活動與家人親密關係的關聯。 6. 探究自身家庭活動與互動的特色，並運用高層次思考與創新能力豐富家庭活動的學習面向。 7. 規畫並執行自己的「家人共築夢」學習活動，建立家人間的正向互動，邁向學習型家庭。 8. 了解食物基本選購原則及正確的儲存方式。 9. 應用食物基本選購原則及正確儲存方式。 10. 熟悉烹飪教室或廚房的使用規則、安全注意事項及環境維護。 11. 有效運用廚房常用的器材及用具。 12. 用心體察食物本味，發現食材原色之美。 13. 透過基本烹飪技巧，呈現出食材之原色原味。		
--	--	--	--	--

桃園市青埔國民中學 <u>115</u> 學年度第一學期 7 年級【綜合領域-童軍科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	七年級教學團隊
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		

	學習表現	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。 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。		
學習重點	學習內容	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 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。 輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。		
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。 【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 品 J8 理性溝通與問題解決。 【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。			
學習目標	一、知識目標 1. 讓學生能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。 二、技能目標 1. 讓學生能有效處理生活中的時間與金錢安排。 2. 使學生能認識及計劃個人與家庭飲食行為。			
教學與評量說明	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	第一主題人 我新關係 第 1 單元友 誼啟航 活動 1 新友 來報到	1. 透過參與團體活動，學習與同儕建立關係的方法，進而培養與他人合宜互動的能力。	透過活動認識新同學	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	第一主題人 我新關係	1. 透過參與團體活動，學習與同儕建立關係的方法，進而培	透過活動培養合宜互動	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	第 1 單元友誼啟航 活動 2「友」來「友」往	養與他人合宜互動的能力。		
三 0914-0918	第一主題人我新關係 第 1 單元友誼啟航 活動 2「友」來「友」往	1. 透過參與團體活動，學習與同儕建立關係的方法，進而培養與他人合宜互動的能力。	透過活動培養合宜互動	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0921-0925	第一主題人我新關係 第 2 單元當我們同在一起 活動 1 小隊成軍	1. 理解童軍禮節的意義，並透過參與團隊活動，察覺自己與他人的特質。 2. 從小隊制度的分工合作，以及理解童軍諾言、規律、銘言的意義及規範的重要性，建立團隊應有的規範。	建立小隊	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0929-1002	第一主題人我新關係 第 2 單元當我們同在一起 活動 2 禮尚往來	1. 理解童軍禮節的意義，並透過參與團隊活動，察覺自己與他人的特質。 2. 從小隊制度的分工合作，以及理解童軍諾言、規律、銘言的意義及規範的重要性，建立團隊應有的規範。	了解常見的童軍禮節	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 1005-1009	第一主題人我新關係 第 2 單元當我們同在一起 活動 3 規範伴我行	1. 理解童軍禮節的意義，並透過參與團隊活動，察覺自己與他人的特質。 2. 從小隊制度的分工合作，以及理解童軍諾言、規律、銘言的意義及規範的重要性，建立團隊應有的規範。	了解團隊規範的重要性，並建立小隊規範	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 1012-1016	第一主題人我新關係 第 3 單元小隊進行式 活動 1 最佳拍檔	1. 藉由小隊精神的建立，展現自己的優勢能力。 2. 透過手號操及團體活動，落實執行團隊默契，促進團體動力的提升。 3. 了解小隊精神的意義，並創作小隊徽及小隊呼。 4. 主動與夥伴分享小隊精神的創作，並共同選出最具代表性的作品。	建立小隊默契，提升團隊動力	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 1019-1023	第一主題人我新關係 第 3 單元小隊進行式 活動 2 小隊	1. 藉由小隊精神的建立，展現自己的優勢能力。 2. 透過手號操及團體活動，落實執行團隊默契，促進團體動力的提升。	製作小隊徽與小隊呼	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	精神我最行	3. 了解小隊精神的意義，並創作小隊徽及小隊呼。 4. 主動與夥伴分享小隊精神的創作，並共同選出最具代表性的作品。		
九 1026-1030	第一主題人 我新關係 第3單元小 隊進行式 活動2 小隊 精神我最行	1. 藉由小隊精神的建立，展現自己的優勢能力。 2. 透過手號操及團體活動，落實執行團隊默契，促進團體動力的提升。 3. 了解小隊精神的意義，並創作小隊徽及小隊呼。 4. 主動與夥伴分享小隊精神的創作，並共同選出最具代表性的作品。	製作小隊徽 與小隊呼	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十 1102-1106	第一主題人 我新關係 第3單元小 隊進行式 活動3 我們 是超級巨星	1. 藉由小隊精神的建立，展現自己的優勢能力。 2. 透過手號操及團體活動，落實執行團隊默契，促進團體動力的提升。 3. 了解小隊精神的意義，並創作小隊徽及小隊呼。 4. 主動與夥伴分享小隊精神的創作，並共同選出最具代表性的作品。	發表小隊徽 與小隊呼	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十一 1109-1113	第一主題人 我新關係 第3單元小 隊進行式 活動3 我們 是超級巨星	1. 藉由小隊精神的建立，展現自己的優勢能力。 2. 透過手號操及團體活動，落實執行團隊默契，促進團體動力的提升。 3. 了解小隊精神的意義，並創作小隊徽及小隊呼。 4. 主動與夥伴分享小隊精神的創作，並共同選出最具代表性的作品。	發表小隊徽 與小隊呼	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十二 1116-1120	第二主題環 境心探索 第1單元校 園夢幻島 活動1 校園 追追追	1. 了解追蹤記號的含義，並能設計應用於校園環境的探索。 2. 蒐集校園人文資料，並製作影片，探索校園人文環境之美。 3. 觀察與欣賞校園環境，並以行動維護校園，建立愛校、護校的情感。	了解校園各 種標示的意 義	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 1123-1127	第二主題環 境心探索 第1單元校	1. 了解追蹤記號的含義，並能設計應用於校園環境的探索。 2. 蒐集校園人文資料，並製作	認識追蹤記 號	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	園夢幻島 活動 1 校園 追追追	影片，探索校園人文環境之美。 3. 觀察與欣賞校園環境，並以行動維護校園，建立愛校、護校的情感。		
十四 1130-1204	第二主題環 境心探索 第 1 單元校 園夢幻島 活動 1 校園 追追追	1. 了解追蹤記號的含義，並能設計應用於校園環境的探索。 2. 蒐集校園人文資料，並製作影片，探索校園人文環境之美。 3. 觀察與欣賞校園環境，並以行動維護校園，建立愛校、護校的情感。	蒐集校園景 點	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 1207-1211	第二主題環 境心探索 第 1 單元校 園夢幻島 活動 2 保家 護土就靠我	1. 了解追蹤記號的含義，並能設計應用於校園環境的探索。 2. 蒐集校園人文資料，並製作影片，探索校園人文環境之美。 3. 觀察與欣賞校園環境，並以行動維護校園，建立愛校、護校的情感。	利用追蹤記 號向同學介 紹自己喜愛 的校園美景	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 1214-1218	第二主題環 境心探索 第 2 單元探 索生活圈 活動 1 社區 時光機	1. 發現社區的自然景觀與人文環境之美。 2. 思考社區的特色及需要維護之處。 3. 蒐集社區環境資源，統整社區風土資源，實踐愛鄉護土的精神。	察覺社區之 美	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十七 1221-1225	第二主題環 境心探索 第 2 單元探 索生活圈 活動 2 社區 好風景	1. 發現社區的自然景觀與人文環境之美。 2. 思考社區的特色及需要維護之處。 3. 蒐集社區環境資源，統整社區風土資源，實踐愛鄉護土的精神。	認識社區資 源與特色	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十八 1228-0101	第二主題環 境心探索 第 2 單元探 索生活圈 活動 2 社區 好風景	1. 發現社區的自然景觀與人文環境之美。 2. 思考社區的特色及需要維護之處。 3. 蒐集社區環境資源，統整社區風土資源，實踐愛鄉護土的精神。	社區主題報 導的蒐集與 分享	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十九 0104-0108	第二主題環 境心探索 第 2 單元探 索生活圈	1. 發現社區的自然景觀與人文環境之美。 2. 思考社區的特色及需要維護之處。	統整社區資 源	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量

	活動 3 愛我生活圈	3. 蒐集社區環境資源，統整社區風土資源，實踐愛鄉護土的精神。		
二十 0111-0115	第二主題環境心探索 第 2 單元探索生活圈 活動 3 愛我生活圈	1. 發現社區的自然景觀與人文環境之美。 2. 思考社區的特色及需要維護之處。 3. 蒐集社區環境資源，統整社區風土資源，實踐愛鄉護土的精神。	分享社區主題報導	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十一 (三段) 0118-0120	童軍複習第一、二主題	1. 認識新同學與建立團隊，提升團體動力。 2. 認識校園及其周遭環境的人文與自然之美，以適應國中新環境。	發表學習成果	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 7 年級【綜合領域-童軍科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	七年級教學團隊
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、 □3. 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	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。 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。 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。 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	童 Ba-IV-1 服務學習的意義、價值與信念的理解及落實。 童 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 童 Bb-IV-1 多元族群服務需求的評估。 童 Bb-IV-2 服務活動方案的規畫與執行。 童 Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Ca-IV-3 各種童軍旅行的規畫、執行並體驗其樂趣。 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。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Bc-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 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。		
融入之議題	環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 戶 J4 理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。			
學習目標	一、知識目標 1. 建立服務學習正確觀念。 二、技能目標 1. 培養規畫休閒活動的能力及正確態度。 三、態度目標 1. 以正向積極的態度，培養興趣，與人為善。			
教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	第一主題青春樂休閒 第 1 單元休閒不一 Young 活動 1 打開休閒的門	1. 認識休閒活動的意義與功能。 2. 培養從事戶外休閒活動的興趣。	檢視個人休閒時間的適當性	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0215-0219	第一主題青春樂休閒 第 1 單元休閒不一 Young 活動 2 休閒搜查線	1. 認識休閒活動的意義與功能。 2. 培養從事戶外休閒活動的興趣。	了解戶外休閒的意義	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0222-0226	第一主題青春樂休閒 第 1 單元休閒不一 Young 活動 2 休閒搜查線	1. 認識休閒活動的意義與功能。 2. 培養從事戶外休閒活動的興趣。	建立深度休閒觀念	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0301-0305	第一主題青春樂休閒 第 2 單元戶外樂活趣	1. 認識不同領域的戶外休閒活動，拓展戶外休閒活動的視野。 2. 培養規畫戶外休閒活動的能	拓展戶外休閒活動的視野	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	活動 1 生活調色盤	力。		
五 0308-0312	第一主題 青春樂休閒 第 2 單元戶 外樂活趣 活動 2 休閒 百樂園	1. 認識不同領域的戶外休閒活動，拓展戶外休閒活動的視野。 2. 培養規畫戶外休閒活動的能力。	規畫戶外休閒活動	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 0315-0319	第一主題 青春樂休閒 第 2 單元戶 外樂活趣 活動 2 休閒 百樂園	1. 認識不同領域的戶外休閒活動，拓展戶外休閒活動的視野。 2. 培養規畫戶外休閒活動的能力。	規畫戶外休閒活動	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 0322-0326	第一主題 青春樂休閒 第 3 單元休 閒 Plus 活動 1 休閒 玩很大	1. 運用戶外休閒活動知能，解決戶外休閒活動的問題。 2. 體驗不同的住宿型態，發展規畫合宜戶外活動的執行能力。	利用繩結增進戶外休閒活動品質	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 0329-0402	第一主題一起「趣」旅行 第 3 單元休 閒 Plus 活動 1 休閒 玩很大	1. 運用戶外休閒活動知能，解決戶外休閒活動的問題。 2. 體驗不同的住宿型態，發展規畫合宜戶外活動的執行能力。	利用繩結增進戶外休閒活動品質	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 0405-0409	第一主題一起「趣」旅行 第 3 單元休 閒 Plus 活動 2 戶外 休閒露營趣	1. 運用戶外休閒活動知能，解決戶外休閒活動的問題。 2. 體驗不同的住宿型態，發展規畫合宜戶外活動的執行能力。	依據不同情境挑選適合的帳篷	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 0412-0416	第一主題一起「趣」旅行 第 3 單元休 閒 Plus 活動 3 另類 舒適居	1. 運用戶外休閒活動知能，解決戶外休閒活動的問題。 2. 體驗不同的住宿型態，發展規畫合宜戶外活動的執行能力。	依不同需求選擇合適的帳篷	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十一 0419-0423	第一主題一起「趣」旅行 第 3 單元休 閒 Plus	1. 運用戶外休閒活動知能，解決戶外休閒活動的問題。 2. 體驗不同的住宿型態，發展規畫合宜戶外活動的執行能力。	規畫合宜戶外活動執行能力	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	活動 3 另類 舒適居			
十二 0426-0430	第二主題完 勝服務學習 第 1 單元修 練核心價值 活動 1 我們 為何服務	1. 透過價值澄清，探討服務學習的核心價值，關心周遭不平之事，並提出改善的想法及行動。 2. 藉由體驗不同的生活習慣，理解服務學習的重要意涵。	利用案例認識服務的核 心價值	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 0503-0507	第二主題完 勝服務學習 第 1 單元修 練核心價值 活動 2 服務 需要學習	1. 透過價值澄清，探討服務學習的核心價值，關心周遭不平之事，並提出改善的想法及行動。 2. 藉由體驗不同的生活習慣，理解服務學習的重要意涵。	運用同理心 理解服務學 習的重要內 涵	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 0510-0514	第二主題完 勝服務學習 第 1 單元修 練核心價值 活動 2 服務 需要學習	1. 透過價值澄清，探討服務學習的核心價值，關心周遭不平之事，並提出改善的想法及行動。 2. 藉由體驗不同的生活習慣，理解服務學習的重要意涵。	運用同理心 理解服務學 習的重要內 涵	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 0517-0521	第二主題完 勝服務學習 第 2 單元服 務全面啟動 活動 1 啟動 前準備	1. 擬定服務學習行動計畫，進行分工與準備，並實地執行。 2. 反思服務學習成果，統整學習經驗成為未來行動的承諾，成為更好的公民。	規畫服務前 準備	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	第二主題完 勝服務學習 第 2 單元服 務全面啟動 活動 1 啟動 前準備	1. 擬定服務學習行動計畫，進行分工與準備，並實地執行。 2. 反思服務學習成果，統整學習經驗成為未來行動的承諾，成為更好的公民。	撰寫服務學 習行動計畫	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十七 0531-0604	第二主題完 勝服務學習 第 2 單元服 務全面啟動 活動 2 行動 代號：服務	1. 擬定服務學習行動計畫，進行分工與準備，並實地執行。 2. 反思服務學習成果，統整學習經驗成為未來行動的承諾，成為更好的公民。	進行服務學 習的準備與 分工	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十八 0607-0611	第二主題完 勝服務學習 第 2 單元服 務全面啟動 活動 2 行動 代號：服務	1. 擬定服務學習行動計畫，進行分工與準備，並實地執行。 2. 反思服務學習成果，統整學習經驗成為未來行動的承諾，成為更好的公民。	執行服務學 習計畫	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十九 0614-0618	第二主題完 勝服務學習	1. 擬定服務學習行動計畫，進行分工與準備，並實地執行。	反思服務經 驗	1. 實作評量 2. 高層次紙

	第 2 單元服務全面啟動 活動 3 讓愛傳出去	2. 反思服務學習成果，統整學習經驗成為未來行動的承諾，成為更好的公民。		筆評量
二十 0621-0625	第二主題完勝服務學習 第 2 單元服務全面啟動 活動 3 讓愛傳出去	1. 擬定服務學習行動計畫，進行分工與準備，並實地執行。 2. 反思服務學習成果，統整學習經驗成為未來行動的承諾，成為更好的公民。	分享服務的經驗與喜悅	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十一 (三段) 0628-0630	童軍複習全冊	1. 認識休閒活動的意義與功能。 2. 培養從事戶外休閒活動的興趣。 3. 認識不同領域的戶外休閒活動，拓展戶外休閒活動的視野。 4. 培養規畫戶外休閒活動的能力。 5. 運用戶外休閒活動知能，解決戶外休閒活動的問題。 6. 體驗不同的住宿型態，發展規畫合宜戶外活動的執行能力。 7. 透過價值澄清，探討服務學習的核心價值，關心周遭不平之事，並提出改善的想法及行動。 8. 藉由體驗不同的生活習慣，理解服務學習的重要意涵。 9. 擬定服務學習行動計畫，進行分工與準備，並實地執行。 10. 反思服務學習成果，統整學習經驗成為未來行動的承諾，成為更好的公民。	發表學習成果	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 7 年級【綜合領域-輔導科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	7 年級教學團隊
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、 ☐ 3. 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-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個		

		人成長因素及調適方法。 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。 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。		
	學習內容	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。 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 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。		
融入之議題	【生涯規畫教育】 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自我的人格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。			
學習目標	一、知識目標 1. 認識自我優勢與校園資源，以適應國中新生活。 二、技能目標 1. 製作生涯檔案。 三、態度目標 1. 認識各階段生涯角色與任務，了解自我特質。			
教學與評量說明	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	第五主題晉級的國中生 第1單元國中 有意思 活動1 自信 成長 easy go	1. 覺察個人升上國中的感受，以及正向特質、興趣與多元能力，與同儕交流產生正向連結。 2. 增進對青少年身心發展歷程與國中三年生活的認識，建立面對國中生活正向合宜的心態。	認識國中小 差異	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	第五主題晉級的國中生	1. 覺察個人升上國中的感受，以及正向特質、興趣與多元能	了解自我的 身心變化與	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	第1單元國中 有意思 活動2國中 生活解密	力，與同儕交流產生正向連結。 2. 增進對青少年身心發展歷程與國中三年生活的認識，建立面對國中生活正向合宜的心態。	國中未來三年的大事件	
三 0914-0918	第五主題晉級的國中生 第2單元國中 方程式 活動1校園 任意門	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。 4. 統整所學，勾勒出自己面對國中生活的期許與行動方案。	覺察校園可利用的資源	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0921-0925	第五主題晉級的國中生 第2單元國中 方程式 活動2校園 行動派	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。 4. 統整所學，勾勒出自己面對國中生活的期許與行動方案。	探索課餘時間校園資源	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0929-1002	第五主題晉級的國中生 第2單元國中 方程式 活動2校園 行動派	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。 4. 統整所學，勾勒出自己面對國中生活的期許與行動方案。	探索課餘時間校園資源	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 1005-1009	第五主題晉級的國中生 第2單元國中 方程式	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析	分享校園資源與運用時間	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	活動 3 校園資源網	及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。 4. 統整所學，勾勒出自己面對國中生活的期許與行動方案。		
七 1012-1016	第五主題晉級的國中生 第 2 單元國中方程式 活動 3 校園資源網	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。 4. 統整所學，勾勒出自己面對國中生活的期許與行動方案。	分享校園資源與運用時間	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 1019-1023	第五主題晉級的國中生 第 2 單元國中方程式 活動 4 訂做我的國中生活	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。 4. 統整所學，勾勒出自己面對國中生活的期許與行動方案。	擬定自我對國中生活的期許	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 1026-1030	第五主題晉級的國中生 第 3 單元學習快易通 活動 1 學習百憂解	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察個人的專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習	擬定面臨學習挑戰的方法	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		經驗，並將所學應用在國中學習情境。		
十 1102-1106	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通 活動2專注力知多少	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察個人的專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	提出提升專注力的方法	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十一 1109-1113	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通 活動3心在哪裡	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察個人的專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	練習動靜轉換的專注方法	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 1116-1120	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通 活動4專注的時間術	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察個人的專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。	練習並運用番茄鐘工作法	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。		
十三 1123-1127	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通 活動5自主i學習	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察個人的專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	學習利用線上學習資源	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 1130-1204	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通 活動5自主i學習	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察個人的專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	利用線上學習資源，促進自我學習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 1207-1211	第六主題生涯尋寶趣 第1單元生涯尋寶我最行 活動1我的精采面貌	1. 參與體驗活動，覺察個人在不同情境中之能力與特質，並思考自我認識的意義。 2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整，建立自我探索能力。。	藉由多元方式認識自我	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 1214-1218	第六主題生涯尋寶趣 第1單元生	1. 參與體驗活動，覺察個人在不同情境中之能力與特質，並思考自我認識的意義。	透過周哈里窗認識自我特質	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	涯尋寶我最行 活動 2 發掘自我的寶藏	2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整，建立自我探索能力。。		
十七 1221-1225	第六主題生涯尋寶趣 第 2 單元我的生涯多寶閣 活動 1 做自己的生涯主人	1. 找到自己的生涯楷模，並從生涯楷模的生涯故事中，探索自己的生涯方向。 2. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據以規畫個人生涯檔案的藍圖。 3. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。 4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。	從生涯楷模中找到自己的人生方向	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十八 1228-0101	第六主題生涯尋寶趣 第 2 單元我的生涯多寶閣 活動 2 生涯寶庫特搜隊	1. 找到自己的生涯楷模，並從生涯楷模的生涯故事中，探索自己的生涯方向。 2. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據以規畫個人生涯檔案的藍圖。 3. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。 4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。	討論收錄至生涯檔案的重要資訊	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十九 0104-0108	第六主題生涯尋寶趣 第 2 單元我的生涯多寶閣 活動 3 我的生涯藏寶庫	1. 找到自己的生涯楷模，並從生涯楷模的生涯故事中，探索自己的生涯方向。 2. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據以規畫個人生涯檔案的藍圖。 3. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。	規畫個人生涯檔案	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。		
二十 0111-0115	第六主題生涯尋寶趣 第2單元我的生涯多寶閣 活動3我的生涯藏寶庫	1. 找到自己的生涯楷模，並從生涯楷模的生涯故事中，探索自己的生涯方向。 2. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據以規畫個人生涯檔案的藍圖。 3. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。 4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。	製作個人生涯檔案	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十一 (三段) 0118-0120	輔導複習第五、六主題	1. 認識自我優勢與校園資源，以適應國中新生活。 2. 探索自我特質與能力，統整個人價值觀，製作生涯檔案。	發表學習成果	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 7 年級【綜合領域-輔導科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	七年級教學團隊
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、 ☐ 3. 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。 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。 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。		
	學習內容	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。		

		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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Bc-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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。		
融入之議題	【生涯規畫教育】 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。 【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。			
學習目標	一、知識目標 1. 認識正向行為對交友的影響。 二、技能目標 1. 創造良好的溝通模式。 2. 了解自我的學習狀況，訂立合理學習目標。 三、態度目標 1. 了解為什麼需要學習。			
教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	第五主題征服學習王國 第1單元踏上學習之旅 活動1 學習找方法	1. 分享國中階段的學習經驗，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決。 3. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並設定學習目標，擬定學習計畫，建立自主管理的能力。	嘗試以新的學習方法解決學習困擾	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0215-0219	第五主題征服學習王國 第1單元踏上學習之旅 活動2 達人養成記	1. 分享國中階段的學習經驗，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決。 3. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並設定學習目標，擬定學習計畫，建立自主管理的能力。	選擇適合的學習方式，擬定學習計畫	1. 口語評量 2. 學習紀錄

三 0222-0226	第五主題征服學習王國 第2單元學習 玩家登入 活動1 分析 戰鬥能力	1. 探索個人的優勢多元智能，並在生活中嘗試運用優勢智能學習。 2. 運用多元智能擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習方法，執行學習計畫，並運用多元智能及學習風格，提升學習效率。	探索個人的優勢智能	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0301-0305	第五主題征服學習王國 第2單元學習 玩家登入 活動1 分析 戰鬥能力	1. 探索個人的優勢多元智能，並在生活中嘗試運用優勢智能學習。 2. 運用多元智能擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習方法，執行學習計畫，並運用多元智能及學習風格，提升學習效率。	將多元智能運用在班級活動	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0308-0312	第五主題征服學習王國 第2單元學習 玩家登入 活動2 探索 多元學習模式	1. 探索個人的優勢多元智能，並在生活中嘗試運用優勢智能學習。 2. 運用多元智能擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習方法，執行學習計畫，並運用多元智能及學習風格，提升學習效率。	善用學習風格，執行學習計畫	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 0315-0319	第五主題征服學習王國 第3單元大 學習家 活動1 學習 玩家 fun 心 學	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。 3. 透過活動盤點學習資源，訂定人生學習清單與任務，統整規畫終身自主學習藍圖。	體認自主學習對個人發展的重要	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 0322-0326	第五主題征服學習王國 第3單元大 學習家 活動2 學習 玩家練功坊	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。 3. 透過活動盤點學習資源，訂定人生學習清單與任務，統整規畫終身自主學習藍圖。	回顧過往經驗，找出學習絆腳石	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

八 (一段) 0329-0402	第五主題征服學習王國 第3單元大學習家 活動2學習 玩家練功坊	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。 3. 透過活動盤點學習資源，訂定人生學習清單與任務，統整規畫終身自主學習藍圖。	學習自我管理，提升自主學習效率	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 0405-0409	第五主題征服學習王國 第3單元大學習家 活動3朝學習 玩家前進	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。 3. 透過活動盤點學習資源，訂定人生學習清單與任務，統整規畫終身自主學習藍圖。	盤點學習資源，規畫人稱學習清單	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 0412-0416	第五主題征服學習王國 第3單元大學習家 活動3朝學習 玩家前進	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。 3. 透過活動盤點學習資源，訂定人生學習清單與任務，統整規畫終身自主學習藍圖。	規畫終身自主學習藍圖	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十一 0419-0423	第六主題團體二三事 第1單元人際 你我他 活動1人際 魅力估估樂	1. 檢視團體中受歡迎及不受欢迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。	了解日常行為對人際關係的影響	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

十二 0426-0430	第六主題團體二三事 第1單元人際你我他 活動1 人際魅力估估樂	1. 檢視團體中受歡迎及不受欢迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。	正向經營人際關係	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 0503-0507	第六主題團體二三事 第1單元人際你我他 活動1 人際魅力估估樂	1. 檢視團體中受歡迎及不受欢迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。	正向經營人際關係	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 0510-0514	第六主題團體二三事 第1單元人際你我他 活動2 交友挑戰快易通	1. 檢視團體中受歡迎及不受欢迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。	採取合宜方式與人互動	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 0517-0521	第六主題團體二三事 第1單元人際你我他 活動2 交友挑戰快易通	1. 檢視團體中受歡迎及不受欢迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 3. 運用問題解決策略，練習常	運用問題解決策略，解決交友困境	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。		
十六 0524-0528	第六主題團體二三事 第1單元人際你我他 活動3網路交友行不行	1. 檢視團體中受歡迎及不受歡迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。	檢視自我網路交友的安全性	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 0531-0604	第六主題團體二三事 第1單元人際你我他 活動3網路交友行不行	1. 檢視團體中受歡迎及不受歡迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。	運用問題解決策略解決網路交友問題	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十八 0607-0611	第六主題團體二三事 第2單元團隊好夥伴 活動1最佳拍檔你和我	1. 體會參與團體活動的歷程，透過團隊溝通及分工合作，增進工作效能，並能將所學應用在班級活動中。 2. 分析班級優勢條件，體認團隊中每人都有其貢獻，承諾發揮個人行動力，以完成班級任務。 3. 檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也讚揚有所貢獻的同學。	透過活動學習團隊溝通與合作	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十九 0614-0618	第六主題團體二三事 第2單元團	1. 體會參與團體活動的歷程，透過團隊溝通及分工合作，增進工作效能，並能將所學應用	體認每個人對團隊的貢獻，發，完	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	隊好夥伴 活動 2We Are One	在班級活動中。 2. 分析班級優勢條件，體認團隊中每人都有其貢獻，承諾發揮個人行動力，以完成班級任務。 3. 檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也讚揚有所貢獻的同學。	成班級進化	
二十 0621-0625	第六主題團體二三事 第 2 單元團隊好夥伴 活動 2We Are One	1. 體會參與團體活動的歷程，透過團隊溝通及分工合作，增進工作效能，並能將所學應用在班級活動中。 2. 分析班級優勢條件，體認團隊中每人都有其貢獻，承諾發揮個人行動力，以完成班級任務。 3. 檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也讚揚有所貢獻的同學。	體認每個人對團隊的貢獻，發，完成班級進化	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十一 (三段) 0628-0630	輔導複習全冊	1. 分享國中階段的學習經驗，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決。 3. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並設定學習目標，擬定學習計畫，建立自主管理的能力。 4. 探索個人的優勢多元智能，並在生活中嘗試運用優勢智能學習。 5. 運用多元智能擬定班級活動分工。 6. 善用個人學習方法，執行學習計畫，並運用多元智能及學習風格，提升學習效率。 7. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 8. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。 9. 透過活動盤點學習資源，訂定人生學習清單與任務，統整規畫終身自主學習藍圖。	發表學習成果	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		10. 檢視團體中受歡迎及不受歡迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 11. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。 12. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。 13. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。 14. 體會參與團體活動的歷程，透過團隊溝通及分工合作，增進工作效能，並能將所學應用在班級活動中。 15. 分析班級優勢條件，體認團隊中每人都有其貢獻，承諾發揮個人行動力，以完成班級任務。 16. 檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也讚揚有所貢獻的同學。		
--	--	---	--	--

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 8 年級【綜合領域-家政科】課程計畫			
每週節數	1 節	設計者	八年級教學團隊
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、 ☐ 3. 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	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。	
	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。	
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。 【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。 【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 【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 【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。		
學習目標	一、知識目標 1. 觀察各種不同織物材質，了解服飾清潔與保養方法 二、技能目標 1. 學習服飾整理與收納技巧，培養生活自理能力 2. 從生活中服飾的搭配和選擇，塑造個人形象 藉由個人服飾專欄的完成，展現自我風格 三、態度目標 1. 欣賞與尊重自己與他人的異同。 2. 促進團隊凝聚力與合作精神，展現自己的興趣與專長		
教學與評量說明	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表		

	4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	活動一 分工齊治家 一、活動進行 （一）學生回想家中前一週的家務工作，並將其依照處理頻率、主要負責人，記錄下來。 （二）教師說明 1. 家庭資源為所有可供家庭使用的資源，可幫助家庭完成生活目標。 2. 可以「人力」及「物質」資源分類。 3. 可以「經濟」或「非經濟」資源分類。 （三）教師引導思考：處理這些家務時，還會用到那些資源協助呢？ 三、教師提醒：請觀察及訪問家人在面對不同的金錢消費狀況時，會有什麼樣的處理方式？ 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 善用家庭資源與金錢管理策略，規劃個人目標，培養理性消費與財務規劃能力。 品德教育： 善用資源與理性消費，透過溝通討論解決問題，培養判斷與決策能力。	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	活動一 分工齊治家 一、活動進行 （一）學生回想家中前一週的家務工作，並將其依照處理頻率、主要負責人，記錄下來。 （二）教師說明 1. 家庭資源為所有可供家庭使用的資源，可幫助家庭完成生活目標。 2. 可以「人力」及「物質」資源分類。 3. 可以「經濟」或「非經濟」資源分類。 （三）教師引導思考：處理這些家務時，還會用到那些資源協助呢？ 三、教師提醒：請觀察及訪問家人在面對不同的金錢消費狀況時，會有什麼樣的處理方	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		式？ 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 善用家庭資源與金錢管理策略，規劃個人目標，培養理性消費與財務規劃能力。 品德教育： 善用資源與理性消費，透過溝通討論解決問題，培養判斷與決策能力。		
三 0914-0918	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	活動二 蒐集幸福要件 一、活動說明 學會如何運用資源還不夠，我們還需要重視使用資源的態度與價值觀。這些內在的因素會左右我們使用資源的決策和行為，也會影響我們資源應用的效率。 二、活動進行 參考課本頁面的項目，觀察家人在不同消費決策時的做法。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 善用家庭資源與金錢管理策略，規劃個人目標，培養理性消費與財務規劃能力。 品德教育： 善用資源與理性消費，透過溝通討論解決問題，培養判斷與決策能力。	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0921-0925	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	活動三 機智消費上路 一、活動說明 師引導：雖然在消費時，我們有許多管道與支付方式，讓消費者可以選擇適合適合自己的形式，但也多了許多潛在的劣勢或威脅。自己或親朋好友有遇過類似的事件嗎？或是在臺灣有發生過類似的案例嗎？ 二、活動進行 1. 請小組依照上一節課討論的購物/支付管道的潛在風險，選定小組購物提案商品的消費糾紛/陷阱案例，要以臺灣近年的案例為主。 2. 小組討論這些消費糾紛有哪些？陷阱發生的原因為何（可從賣家與消費者的角度思考） 教師說明討論方法，如使用WOOPS討論法。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育：	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		善用家庭資源與金錢管理策略，規劃個人目標，培養理性消費與財務規劃能力。 品德教育： 善用資源與理性消費，透過溝通討論解決問題，培養判斷與決策能力。		
五 0929-1002	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	活動三 機智消費上路 一、活動說明 二、活動進行 1. 教師說明口頭分享方式，每組派1-2人口頭分享提案內容，其餘組員可平分至各小組觀看聆聽他組提案。 2. 小組與全班分享提案的討論結果，同學可針對報告內容提出疑問及回饋，報告小組再說明。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 善用家庭資源與金錢管理策略，規劃個人目標，培養理性消費與財務規劃能力。 品德教育： 善用資源與理性消費，透過溝通討論解決問題，培養判斷與決策能力。	主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力 【家庭教育】 【品德教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 1005-1009	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	活動一 幸福家庭計畫 一、活動進行 (一) 請同學思考過往的家庭活動，這些活動都是如何被計畫的，用了哪些資源呢？你的感受如何？ (二) 教師說明：在聽完同學的分享後，你想要和自己的重要他人一起達成什麼目標呢？請參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。 二、活動省思：規劃家庭活動除了要考量到家庭資源的合理使用外，還需要考量到什麼因素呢？ 三、教師提醒同學：請將你的「幸福家庭計畫」帶回家與家人分享，並請家人給你建議，在下週帶來與小組討論修正。 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 運用資源規劃家庭與個人興趣活動，提升生活品質與目標實踐能力。 品德教育：	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		培養理性思考與溝通能力，提升問題解決的判斷力與決策力，並發展良好的合作態度，建立和諧的人際關係。		
七 1012-1016	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行（第一次段考） 【家庭教育】 【品德教育】	活動一 幸福家庭計畫 一、活動進行 （一）請同學思考過往的家庭活動，這些活動都是如何被計畫的，用了哪些資源呢？你的感受如何？ （二）教師說明：在聽完同學的分享後，你想要和自己的重要他人一起達成什麼目標呢？請參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。 二、活動省思：規劃家庭活動除了要考量到家庭資源的合理使用外，還需要考量到什麼因素呢？ 三、教師提醒同學：請將你的「幸福家庭計畫」帶回家與家人分享，並請家人給你建議，在下週帶來與小組討論修正。 一、教師引導：在規劃家庭活動時，還需要考量到家人的心理感受及需求。你的初版「幸福家庭計畫」是否有將家人的喜好及感受考量進去呢？ 二、活動進行 教師說明，學生實際操作：請學生參考家人看完計畫的建議與回饋，以及可提供的其他資源，適度修正你的計畫目標及執行方式。 三、活動省思：當自己的計畫與家人的看法沒有交集時，該如何解決或調適呢？ 四、教師總結：請在本學期執行完你的「幸福家庭計畫」，成果發表呈現方式為拍攝一張最具代表性的照片。請學生記得在執行的過程中，以照片記錄過程或成果。 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 運用資源規劃家庭與個人興趣活動，提升生活品質與目標實踐能力。 品德教育： 培養理性思考與溝通能力，提升問題解決的判斷力與決策力，並發展良好的合作態度，建立和諧的人際關係。	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行（第一次段考） 【家庭教育】 【品德教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

八 (一段) 1019-1023	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	活動一 幸福家庭計畫 一、活動進行 (一) 請同學思考過往的家庭活動，這些活動都是如何被計畫的，用了哪些資源呢？你的感受如何？ (二) 教師說明：在聽完同學的分享後，你想要和自己的重要他人一起達成什麼目標呢？請參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。 二、活動省思：規劃家庭活動除了要考量到家庭資源的合理使用外，還需要考量到什麼因素呢？ 三、教師提醒同學：請將你的「幸福家庭計畫」帶回家與家人分享，並請家人給你建議，在下週帶來與小組討論修正。 一、教師引導：在規劃家庭活動時，還需要考量到家人的心理感受及需求。你的初版「幸福家庭計畫」是否有將家人的喜好及感受考量進去呢？ 二、活動進行 教師說明，學生實際操作：請學生參考家人看完計畫的建議與回饋，以及可提供的其他資源，適度修正你的計畫目標及執行方式。 三、活動省思：當自己的計畫與家人的看法沒有交集時，該如何解決或調適呢？ 四、教師總結：請在本學期執行完你的「幸福家庭計畫」，成果發表呈現方式為拍攝一張最具代表性的照片。請學生記得在執行的過程中，以照片記錄過程或成果。 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 運用資源規劃家庭與個人興趣活動，提升生活品質與目標實踐能力。	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 1026-1030	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	活動二 愛的片刻時光 一、教師引導： 你的「與你同行」計畫在經過與家人的討論與修正後，是否順利執行了呢？家人又給你什麼回饋呢？你有什麼收穫？ 二、活動進行： 1. 將「與你同行」計畫的成果照片或圖畫張貼在牆壁上，並請同學利用創意，替這張影像	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		取名，書寫在投票看板上。 （可使用A4紙張摺成桌面立牌，立在照片前） 2. 學生參觀照片展示區。 3. 每位學生有3至5張貼紙，可貼在喜歡的影像前。 4. 得票數最高的5位同學，口頭分享「與你同行」計畫的成果與想法。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 運用資源規劃家庭與個人興趣活動，提升生活品質與目標實踐能力。 品德教育： 培養理性思考與溝通能力，提升問題解決的判斷力與決策力，並發展良好的合作態度，建立和諧的人際關係。		
十 1102-1106	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	活動二 愛的片刻時光 一、教師引導： 你的「與你同行」計畫在經過與家人的討論與修正後，是否順利執行了呢？家人又給你什麼回饋呢？你有什麼收穫？ 二、活動進行： 1. 將「與你同行」計畫的成果照片或圖畫張貼在牆壁上，並請同學利用創意，替這張影像取名，書寫在投票看板上。 （可使用A4紙張摺成桌面立牌，立在照片前） 2. 學生參觀照片展示區。 3. 每位學生有3至5張貼紙，可貼在喜歡的影像前。 4. 得票數最高的5位同學，口頭分享「與你同行」計畫的成果與想法。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 運用資源規劃家庭與個人興趣活動，提升生活品質與目標實踐能力。 品德教育： 培養理性思考與溝通能力，提升問題解決的判斷力與決策力，並發展良好的合作態度，建立和諧的人際關係。	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行 【家庭教育】 【品德教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十一 1109-1113	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊	活動一 危機「食」刻 一、活動說明 二、活動進行 1 各小隊發下4~6張空白卡	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	片，學生依據自己的飲食喜好、常吃食物或食材與所蒐集的新聞資料，選擇4~6個食物，以文字或圖片製作成食物圖卡，若此項食物曾發生過食安事件，則在圖卡背面畫上驚嘆號作為標記，各小隊至少須有一張卡片是沒有驚嘆號標示的。 2 各小隊派代表上臺一邊逐張展示圖卡，一邊詢問「○○曾經發生過食安問題嗎？」臺下小隊負責猜答案。 3. 各小隊說明圖片中的食物曾經發生過什麼的食安事件。 三、活動小省思與小結： 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食安風險與成因，規劃安心飲食對策。	【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	
十二 1116-1120	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	<u>活動一 危機「食」刻</u> 一、活動說明 二、活動進行 1 各小隊發下4~6張空白卡片，學生依據自己的飲食喜好、常吃食物或食材與所蒐集的新聞資料，選擇4~6個食物，以文字或圖片製作成食物圖卡，若此項食物曾發生過食安事件，則在圖卡背面畫上驚嘆號作為標記，各小隊至少須有一張卡片是沒有驚嘆號標示的。 2 各小隊派代表上臺一邊逐張展示圖卡，一邊詢問「○○曾經發生過食安問題嗎？」臺下小隊負責猜答案。 3. 各小隊說明圖片中的食物曾經發生過什麼的食安事件。 三、活動小省思與小結： 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食安風險與成因，規劃安	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		心飲食對策。		
十三 1123-1127	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動二「食」項確認 一、活動說明 本活動重點在於認識食安問題的可能預防機制，從「食品標示」、「食品標章」、「販售環境」與「烹調衛生安全」面向，提出消費者在避免食安危機上的可能作法，教師可視學生能力調整補充說明的內容。 二、活動進行 觀察分析食品的「選購」過程，規畫出安心飲食的可行作法。 三、活動小省思與小結： 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食安風險與成因，規劃安心飲食對策。	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 1130-1204	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊（第二次段考） 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動二「食」項確認 一、活動說明 本活動重點在於認識食安問題的可能預防機制，從「食品標示」、「食品標章」、「販售環境」與「烹調衛生安全」面向，提出消費者在避免食安危機上的可能作法，教師可視學生能力調整補充說明的內容。 二、活動進行 觀察分析食品的「選購」過程，規畫出安心飲食的可行作法。 三、活動小省思與小結： 一、標章作參考 各小隊利用上一堂課帶來的食品標示與課本圖例，進行5分鐘經驗分享與討論，討論結束後，教師一一出示食品標章，由各小隊舉手發表。 二、烹調保存要注意 教師引言：「你和家人在烹調與保存食物時，會特別注意哪些安全事項呢？」請各小隊參考課本上的8大面向，回想過去所學與家庭生活中的做法，逐項列舉出具體做法。 三、活動省思 教師提問：「你在生活中最常	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊（第二次段考） 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		執行的食品安全行動是什麼？你會調整自己的做法嗎？」請各小隊進行2分鐘自由分享，再派代表上台報告。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食安風險與成因，規劃安心飲食對策。		
十五 (二段) 1207-1211	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動二「食」項確認 一、活動說明 本活動重點在於認識食安問題的可能預防機制，從「食品標示」、「食品標章」、「販售環境」與「烹調衛生安全」面向，提出消費者在避免食安危機上的可能作法，教師可視學生能力調整補充說明的內容。 二、活動進行 觀察分析食品的「選購」過程，規畫出安心飲食的可行作法。 三、活動小省思與小結： 一、標章作參考 各小隊利用上一堂課帶來的食品標示與課本圖例，進行5分鐘經驗分享與討論，討論結束後，教師一一出示食品標章，由各小隊舉手發表。 二、烹調保存要注意 教師引言：「你和家人在烹調與保存食物時，會特別注意哪些安全事項呢？」請各小隊參考課本上的8大面向，回想過去所學與家庭生活中的做法，逐項列舉出具體做法。 三、活動省思 教師提問：「你在生活中最常執行的食品安全行動是什麼？你會調整自己的做法嗎？」請各小隊進行2分鐘自由分享，再派代表上台報告。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育：	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		探究食安風險與成因，規劃安心飲食對策。		
十六 1214-1218	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動二「食」項確認 一、活動說明 本活動重點在於認識食安問題的可能預防機制，從「食品標示」、「食品標章」、「販售環境」與「烹調衛生安全」面向，提出消費者在避免食安危機上的可能作法，教師可視學生能力調整補充說明的內容。 二、活動進行 觀察分析食品的「選購」過程，規畫出安心飲食的可行作法。 三、活動小省思與小結： 一、標章作參考 各小隊利用上一堂課帶來的食品標示與課本圖例，進行5分鐘經驗分享與討論，討論結束後，教師一一出示食品標章，由各小隊舉手發表。 二、烹調保存要注意 教師引言：「你和家人在烹調與保存食物時，會特別注意哪些安全事項呢？」請各小隊參考課本上的8大面向，回想過去所學與家庭生活中的做法，逐項列舉出具體做法。 三、活動省思 教師提問：「你在生活中最常執行的食品安全行動是什麼？你會調整自己的做法嗎？」請各小隊進行2分鐘自由分享，再派代表上台報告。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食安風險與成因，規劃安心飲食對策。	主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 1221-1225	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動一 加工現形 一、加工目的 請各小隊參考課本頁面上的提示，先以5分鐘時間找出家中各種加工食品分別符合哪些加工目的性。討論結束後，教師說明每項加工目的，並請各小隊發表「哪些食品符合此項目的」。 二、加工究竟好不好？	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	育】	教師提問：「提到加工食品，自己和家人們最先想到的是方便好用？充滿危機？還是有礙健康？這些看法是有科學根據的嗎？請和小組夥伴分享自己的家人訪問記錄，並提出你的看法或疑問。」請學生拿出課前完成的訪問記錄，進行3分鐘小隊內意見交流與分享，並歸納小隊夥伴們的意見準備口頭發表。 三、教師提醒：教師協助全班分配各小組的資料蒐集範圍。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食品製作風險與安全因素，培養操作安全意識。	育】	
十八 1228-0101	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	<u>活動一 加工現形</u> 一、加工方法 教師提問：「加工食品是用哪些方法製造出來的？不同的加工食品又分別具有哪些特點？請對照課本範例與你所蒐集到的資料，有哪些加工食品是你經常接觸的？當你和家人利用這些加工食品時，會注意哪些事情呢？」請學生拿出資料，以5分鐘時間，進行對照與注意事項確認。 教師分別就課本上提到的八項加工方式進行說明，並邀請學生進行相關資料與使用經驗的分享。 二、教師提問：「你會如何應用加工食品，同時又兼顧健康？」 三、教師提醒：請蒐集家人們對於全家一起製作食品的意見，包括製作品項、口味偏好、時間、地點、希望的任務分配等等。請依據家人的意見，選擇並蒐集自製加工食品的食譜，於下次上課時帶來。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食品製作風險與安全因素，培養操作安全意識。		
十九 0104-0108	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動二 安心自己來 一、教師說明：「經過數次食安風暴，越來越多人選擇自己動手製作食品，以避免原料、添加物或衛生層面的風險。」教師展示自己曾經製作過的加工食品照片，或是自己興趣製作的加工食品食譜與製作過程參考影片。 二、安心自己來 教師提問：師說明活動進行方式：「請觀察比較你所蒐集的食譜，與市售的同類型食品，在成分原料上有哪些不同？為什麼會有這些差異呢？」教師請各小隊以5分鐘時間使用平板或電腦進行資料蒐集。討論時間結束後，各小隊上臺報告資料查詢結果。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食品製作風險與安全因素，培養操作安全意識。	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十 0111-0115	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動三 好味時光 一、好味時光—規劃篇 （一）教師提問：「之前老師請各位同學回家詢問家人對於自製食品的意見，以作為活動規畫的參考。請問各位在詢問家人意見的過程中，有沒有遇到什麼問題？可以提出來，老師及同學們可以一起幫忙想想解決之道」讓學生自由舉手發問，教師給予學生建議。 （二）教師以說明活動規畫書內容要點： 1. 說明食譜選擇或活動形式的規劃緣由。 2. 列出家人對此一活動的意見，並此為依據規畫活動內容與形式。 3. 說明菜色選擇與食譜設計上的創新之處。務必再次確認食譜的份量，明確列出所需器材	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		與材料。 4. 列出活動日期與活動進行的時程規劃。 5. 依照家人能力、時間或意願進行任務分配，需要事前完成的任務一定要寫出具體的完成時間。 6. 規劃出活動紀錄的方式與紀錄重點，可以先設想出幾個問題以幫助家人進行回饋。 二、好味時光—規劃分享 教師請同學上臺分享自己的活動規畫書，老師與臺下同學則給予具體意見。 教師提醒：「請在分享與回饋活動進行之前，實際執行你所設計的活動，並以影音或文字方式，將活動的過程與家人們的心得意見都記錄下來。」 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食品製作風險與安全因素，培養操作安全意識。		
二十一 (三段) 0118-0120	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 (第三次段考) 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	活動三 好味時光 一、好味時光—規劃篇 (一) 教師提問：「之前老師請各位同學回家詢問家人對於自製食品的意見，以作為活動規畫的參考。請問各位在詢問家人意見的過程中，有沒有遇到什麼問題？可以提出來，老師及同學們可以一起幫忙想想解決之道」讓學生自由舉手發問，教師給予學生建議。 (二) 教師以說明活動規畫書內容要點： 1. 說明食譜選擇或活動形式的規劃緣由。 2. 列出家人對此一活動的意見，並此為依據規畫活動內容與形式。 3. 說明菜色選擇與食譜設計上的創新之處。務必再次確認食譜的份量，明確列出所需器材與材料。 4. 列出活動日期與活動進行的時程規劃。 5. 依照家人能力、時間或意願進行任務分配，需要事前完成	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味 (第三次段考) 【生命教育】 【人權教育】 【安全教育】	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		的任務一定要寫出具體的完成時間。 6. 規劃出活動紀錄的方式與紀錄重點，可以先設想出幾個問題以幫助家人進行回饋。 二、好味時光—規劃分享 教師請同學上臺分享自己的活動規畫書，老師與臺下同學則給予具體意見。 教師提醒：「請在分享與回饋活動進行之前，實際執行你所設計的活動，並以影音或文字方式，將活動的過程與家人們的心得意見都記錄下來。」 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 面對食安風險，學習克服困境，提升健康與幸福。 人權教育： 關注食安不公，採取行動保護弱勢群體的飲食權利。 安全教育： 探究食品製作風險與安全因素，培養操作安全意識。		
--	--	---	--	--

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 8 年級【綜合領域-家政科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	八年級教學團隊
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、 ☐ 3. 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	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-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。 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 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。		

融入之議題	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J8 理性溝通與問題解決。 【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。 【國際教育】 國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 【環境教育】 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。			
學習目標	一、知識目標 1. 理解現代便利飲食行為背後可能對環境與社會造成的影響。 2. 理解衣著消費與環境永續之間的關聯。 二、技能目標 1. 能思考並提出友善環境的飲食行動方案，實踐「良食」理念。 2. 能運用選購與搭配技巧，展現兼具環保與美感的穿衣智慧。 三、態度目標 1. 培養關懷地球與實踐永續生活的責任感。 2. 樂於以行動展現環保意識，建立自信且有品味的生活態度。			
教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	主題三：食光新主張 單元一：剩食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動一 此剩食彼一食 一、引起動機 二、活動進行 （一）學生檢視自己及家人外出用餐時的點餐習慣及對待剩食的態度。 （二）教師引導討論：為什麼自己及家人會選擇這樣的做法呢？ （三）教師說明：我們享受著生活中的各種美食，即使在 IG 上搜尋「飢餓」，仍然還是出現大量食物及俊男美女的照片。在我們的同溫層外，又是什麼樣子呢？學生可搜尋關鍵字，如食物銀行	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		foodbank、剩食 leftovers、廚餘 food waste、糧食分配不均 unequal food distribution、永續發展目標 SDGs，並與全班分享小組搜尋到的資訊。 三、活動小省思 四、教師總結語歸納 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 幫助學生檢視自己與家人的剩食習慣，了解糧食供給的永續議題。 品德教育： 合作關懷剩食議題，促進環境永續與團隊共識。		
二 0215-0219	主題三：食光新主張 單元一：剩食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動一 此剩食彼一食 一、教師提問 二、活動進行 (一) 教師提問：你有觀察到家中哪些食材或調味料較受歡迎，哪些又容易被放到壞掉？為什麼？ (二) 教師引導思考：家中最常出現剩食的角落在哪邊呢？通常會剩下什麼？請思考為什麼會有這樣的現象出現？ (三) 與小隊伙伴分享後，派出一名隊員全班同學分享自己家中的剩食角落及剩食原因分析。 (四) 教師引導學生思考：這些烹調的食材從生產地到我們口中，會經過哪些關卡呢？ (五) 教師歸納從產地到餐桌會出現的關卡為：加護消費端、銷售通路端及生產加工運輸階段。請學生思考並歸納出自己家中的飲食、食材採購習慣，會影響到各階段的那些浪費呢？ (六) 教師說明：在生產收成、運輸加工階段的耗損為糧食損失，在供應銷售、家戶消費階段的耗損為食物浪費。每種食材都會在不同階段造成或多或少的耗損，如何減少這些耗損是刻不容緩的議題。 三、活動小省思 四、教師總結語歸納 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 幫助學生檢視自己與家人的剩食習慣，了解糧食供給的永續議題。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		品德教育： 合作關懷剩食議題，促進環境永續與團隊共識。		
三 0222-0226	主題三：食光新主張 單元一：剩食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動二 良食的冒險之路 一、教師提問 二、活動進行 （一）教師引導生產、運輸、加工端的食物浪費情形： 1. 為了後續銷售方便，通路商在收購前就會要求農家淘汰掉外觀不符合規格的產品。大多數生產端的浪費，可能是為了符合通路商進貨規格或盛產滯銷所造成的。 2. 運輸製加工端或銷售通路的過程中，如國外進口的食物，若冷鍊保存沒做好、運輸期延長，或檢疫未通過，皆有可能造成食材的浪費。 （二）小組報告國內外案例。 （三）教師引導學生思考：這些在生產端因格外品、產量過剩的農產品除了做成堆肥及飼料外，你認為還有什麼用途呢？請小組討論後，與全班同學分享。 三、活動小省思 四、教師總結語歸納 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 幫助學生檢視自己與家人的剩食習慣，了解糧食供給的永續議題。 品德教育： 合作關懷剩食議題，促進環境永續與團隊共識。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0301-0305	主題三：食光新主張 單元一：剩食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動二 良食的冒險之路 一、教師提問 二、活動進行 （一）教師引導學生思考：大多數銷售通路端的浪費，可能是為了符合政府法規，或為了增加消費者選購意願所造成的。食品過了有效日期就不能吃了嗎？你願意購買快過期的即期品嗎？請與小隊分享你的經驗及作法。 （二）教師說明：臺灣的市售包裝食品有效日期評估指引指出，產品包裝的有效日期指在特定儲存條件下，市售包裝食品可保持產品價值的最終期限，應為時間點，例如「有效日期：○年○月○日」。食品業者在標示進口	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		食品有效日期十，若無法提供佐證，則「Best Before」和「賞味期限」日期則應視為「有效日期」。 (三) 國內外已有許多行動計劃來改善銷售通路端的剩食問題。你認為它們可能會遇到的挑戰有哪些呢？ (四) 小組報告國內外案例。 (五) 教師引導思考：臺灣還可以複製哪些國際成功案例，如何修正後用在臺灣？ (六) 教師引導思考：你認為顧客所做出的消費選擇，是否能夠影響業者的銷售方針呢？ 三、活動小省思 四、教師總結語歸納 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 幫助學生檢視自己與家人的剩食習慣，了解糧食供給的永續議題。 品德教育： 合作關懷剩食議題，促進環境永續與團隊共識。 能源教育：以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 生命教育：運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。		
五 0308-0312	主題三：食光新主張 單元一：剩食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動二 良食的冒險之路 一、活動進行 (一) 教師提問：在消費者端的剩食狀況，是我們最可以直接觀察的食物浪費實況。檢視自己的飲食習慣，你在哪一種的飲食活動最容易製造廚餘呢？你認為是什麼原因造成這樣的結果？ (二) 教師引導學生歸納：大多數消費者端的浪費，都是因為不適當的飲食習慣及採買習慣所造成的。如買太多、點太多、整理太少。你家的狀況又是什麼呢？請與小組分享你家有的狀況，並思考如何改變。 (三) 教師引導：在臺灣與其他國家，每個人都有可能面對「剩下來的食物該如何處理」的問題。國內外已有許多行動計畫來改善消費者端的剩食問題。有哪些國內外的範例呢？ (四) 小組報告國內外案例。 (五) 教師引導學生思考：在看完國內外的範例後，除了知	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		道自己能做什麼外，最重要的是你願意做些什麼？請同學與小組成員分享你的看法。 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 幫助學生檢視自己與家人的剩食習慣，了解糧食供給的永續議題。 品德教育： 合作關懷剩食議題，促進環境永續與團隊共識。 能源教育：以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 生命教育：運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。 生命教育：運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。		
六 0315-0319	主題三：食光新主張 單元二：惜食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動一 惜食思辨之旅 一、教師提問 二、活動進行 （一）教師將學生平均分配至各討論小組，學生並將蒐集到的新聞及相關資訊留在各討論桌。 （二）教師說明活動進行方式。 （三）教師提醒：立場不必中立，但態度需要公正。對於與自己立場不同的看法，也應傾聽他人的想法，才能明白不同立場背後的論點與動機，讓自己有反思的機會。 （四）小組進行討論。 （五）討論小組與全班分享討論結果，其他小組給予意見交流及回饋討論。 三、活動小省思 四、教師總結語歸納 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 1. 幫助學生檢視自己與家人的剩食習慣，了解糧食供給的永續議題。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食議題。 品德教育： 合作關懷生活環境，實踐永續飲食與友善行動。 能源教育：以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 生命教育：運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

七 0322-0326	主題三：食光新主張 單元二：惜食大作戰 (第一次段考) 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動二 盛食行動 1.0 一、教師提問 二、活動進行 (一)教師說明活動步驟 1.找到自己有興趣的永續飲食主題，並與所見略同的伙伴們，一起對身邊的問題作提案。 2.確定主題後，找到這個狀況的核心問題，並在找到資源後，擬訂計畫與執行。 ※註：可參考前述課程所介紹的內容，找到有興趣或較易操作的項目，或延續社會上已有執行的項目。如：營養午餐的剩飯、環保外帶容器評比、拍攝剩食月曆、清理家中的冰箱，制定儲存 SOP、作食物銀行的志工…… 3.學生將自己最在意，或正面臨到地的飲食永續問題書寫在黑板上。學生依照黑板上的問題，找到與自己所見略同的伙伴。 (二)活動步驟 1.一個團隊可有 1-6 人，亦可全班票選出一項剩食問題，變成班級團體活動。 2.教師可引導學生思考如何邀請他人加入自己的提案 3.教師引導學生計畫流程 三、活動小省思 四、教師提醒 【議題融入與延伸學習】 運用策略與飲食消費行動，改善剩食議題。 品德教育： 合作關懷生活環境，實踐永續飲食與友善行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 0329-0402	主題三：食光新主張 單元二：惜食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動三 盛食行動 2.0 一、教師確認各小組執行進度與紀錄，安排分享順序。 二、活動進行 (一)教師引導盛食行動小組分享已執行的計畫進度及記錄，並提出執行時遭遇的困難為何，組員心聲、其他前輩的建議、是否需要其他資源介入。 (二)其他小組給予建議及回饋。 (三)良食小組根據其他組給的建議回饋，與自己小組討論修正接下來的策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		【議題融入與延伸學習】 運用策略與飲食消費行動，改善剩食議題。 品德教育： 合作關懷生活環境，實踐永續飲食與友善行動。		
九 0405-0409	主題三：食光新主張 單元二：惜食大作戰 【環境教育】 【能源教育】 【品德教育】 【生命教育】	活動三 盛食行動 2.0 一、教師引言 二、活動進行 （一）盛食行動小組分享已執行的計畫成果及記錄。（若尚未完成結案的小組，可分享盛食行動 2.0 截至目前為止的行動紀錄），並請其他小組給予回饋。 （二）請同學分享執行盛食行動的心得與看法。 （三）教師引導思考：盛食行動的計畫不是曇花一現，要持續進行才能讓影響持續發生。你覺得要如何讓這些有意義的計畫常態進行呢？ （四）學生票選本屆盛食行動派首獎。 （五）教師引導 （六）學生檢視自己的狀況，將學習這個單元時，自己所看見、體驗到的永續飲食圖像，以文字或繪圖的方式呈現。 三、活動小省思 四、教師總結與歸納 【議題融入與延伸學習】 運用策略與飲食消費行動，改善剩食議題。 品德教育： 合作關懷生活環境，實踐永續飲食與友善行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 0412-0416	主題四：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人 【環境教育】 【品德教育】	活動一 服飾研究社 一、教師引言 二、教師提問，引導學生發言 生活中，如何避免這些服飾消費問題或困擾呢？ 三、教師引導學生思考：請檢視自己所擁有的服飾，將不同種類服飾的款式及數量記錄下來，想想自己常穿搭的服飾有哪些？這些服飾運用在生活上是否足夠？並將結果與小組伙伴分享。 四、教師引導學生將自己常穿著的服飾搭配方式記錄在學生活動手冊中，並和小組伙伴分享，看看對自己的穿著有何新	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		發現。 五、小組伙伴自由分享自己的穿著和相關的發現及想法。 六、教師提問，並鼓勵學生發表：檢視自己的服飾後，我還想購買哪些服飾種類？原因是？ 七、學生自由發表 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 了解生活中消費決策行為，認識消費管道、風險及影響因素，並落實永續的意義。 品德教育： 覺察服飾消費行為，理性溝通與反思，實踐環境友善與合作行動。		
十一 0419-0423	主題四：穿著大學問 單元一：BUY衣達人 【環境教育】 【品德教育】	<u>活動二 Which One?</u> 一、教師引導學生思考 教師可請學生參考課本頁面的對話示例，引導學生思考是否有過相同的經驗，若自己即為圖片中的主角，當時選擇服飾時的考量為何，會做什麼樣的選擇？ 二、教師小結學生發表內容，並說明進行服飾搭配時可能會考慮的因素。 三、教師提問，並鼓勵學生發表：眾多影響服飾選擇因素中，自己比較重視的是哪些因素？ 四、教師引言 五、教師帶領學生從消費者模式5W1H討論個人家人的服飾消費行為與習慣。 六、請依照上述討論，檢視自己的服飾消費行為樣子，並記錄於表格中。 七、教師提問 <u>活</u> 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 了解生活中消費決策行為，認識消費管道、風險及影響因素，並落實永續的意義。 品德教育： 覺察服飾消費行為，理性溝通與反思，實踐環境友善與合作行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 0426-0430	主題四：穿著大學問 單元一：BUY衣達人	<u>活動三 購衣計畫，GO!</u> 一、教師引導學生思考 當我們能檢視自身服飾消費問題，了解目前擁有的服飾資	溝通表達： 能在課堂議題討論中發	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	【環境教育】 【品德教育】	源，並評估自己的消費習慣，就有機會在購買服飾時成為聰明消費者。現在，讓我們小試身手，根據下列說明，擬定穿衣消費計畫，做個優秀的消費高手吧！ 二、透過<u>翰寶與小琳</u>的網路發問，一起分析購買服飾時，如何依照自己需求，購買適合自己的服飾。 （一）預算有限但又想要有比較好的品質。 （二）要考量到「綠色消費」 （三）網購須注意事項 （四）服飾種類可依照你使用的場合、服飾功能來挑選。 三、活動小省思與小結 四、總結 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 了解生活中消費決策行為，認識消費管道、風險及影響因素，並落實永續的意義。 品德教育： 覺察服飾消費行為，理性溝通與反思，實踐環境友善與合作行動。	表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
十三 0503-0507	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手 【多元文化教育】 【國際教育】	活動一 身體密碼大搜密 身體形態比一比 一、教師引言 二、教師說明 （一）倒三角型 （二）正三角型 （三）沙漏型 （四）橢圓型 （五）長方型 三、活動小省思 四、教師引言 五、教師總結各小組內容，並請學生將討論結果記錄課本中。 六、小結 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 0510-0514	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手（第二次段考） 【多元文化教育】	活動一 身體密碼大搜密 身體形態比一比 一、重點修飾我最「型」 一、教師引言並鼓勵學生發表 二、教師請學生觀察課本的例	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	教育】 【國際教育】	子，分組討論圖例中的局部身型困擾該利用哪一種服飾搭配達到修飾效果，以解決問題，並將選擇原因記錄下來。 三、教師可依課本示例說明修飾方法 四、請各小組發表討論結果 五、教師總結各小組討論內容 臉型領型對對碰 一、教師引言 二、教師請學生參考課本圖例，並畫下每種臉型適合的領型。 三、請學生以小組為單位進行討論與分享 四、教師提問並鼓勵學生發表 五、學生自由發表 六、教師總結與歸納 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。	頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
十五 (二段) 0517-0521	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手 【多元文化教育】 【國際教育】	活動一 身體密碼大搜索 臉型領型對對碰 一、教師引言 二、教師請學生參考課本圖例，並畫下每種臉型適合的領型。 三、請學生以小組為單位進行討論與分享 四、教師提問並鼓勵學生發表 五、學生自由發表 六、教師總結與歸納 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手 【多元文化教育】 【國際教育】	活動二 整體造型設計師 個人形象修練室 一、教師引言 二、教師引導學生思考：你認為最適合自己的裝扮是什麼樣子？ 三、引導學生參考課本內容，思考個人的喜好，並記錄下來。 四、教師提問引導學生思考 五、教師引言：請討論各風格中的服飾配件對身體線條的修	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		飾效果，最後請各小組派一位組員向全班分享。 六、教師請各小組代表上臺進行分享及說明，教師針對學生說明進行補充。 七、教師總結各項風格與特色，引導學生思考適合自己的服飾風格。 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。		
十七 0531-0604	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手 【多元文化教育】 【國際教育】	活動三 服飾禮儀任我行 一、教師引言 二、請學生從課本頁面圖片中找出每一個場合適合的服飾，並說明選擇原因。 三、各個場合的服飾禮儀 四、教師提問 當場合需求和自我風格有所衝突時，你會怎麼做？ 五、教師小結 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十八 0607-0611	主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄 【多元文化教育】 【國際教育】	活動一 時尚教主 一、教師引言 二、請學生以課本的圖示為範例，並將討論結果記錄下來。 三、小組討論 (一) 要設定哪一種場合來做服飾搭配呢？ (二) 選定服飾搭配場合之後，請學生討論該場合的服飾特點為何，並將討論結果記錄於課本表格中。 四、教師引言 選定服飾穿著場合之後，請從下面四種專欄製作方法中選擇一種你最有興趣的方式製作，並完成「我的服飾專欄」。 五、教師說明服飾專欄製作方式 六、教師再次提醒 七、教師總結並提醒學生服飾專欄製作注意事項 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育：	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。		
十九 0614-0618	主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄 【多元文化教育】 【國際教育】	活動一 時尚教主 一、教師引導學生回憶上一節課內容，並提醒學生：請考量所設定的「場合」，依照個人特色與身型優缺點（臉型、體型、特別想要修飾部位……），並配合個人的喜好，為自己設計一頁服飾專欄吧！ 二、全班製作「我的服飾專欄」，教師隨堂巡視，適時指導學生。 三、教師總結與提醒：透過實際服飾搭配練習，能對服飾搭配有更進一步的認識，試著利用服飾搭配技巧美化身型，進而展現自我風格喔！ 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十 0621-0625	主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄（第三次段考） 【多元文化教育】 【國際教育】	活動二 Best of you 一、教師引言：經過精心創作屬於自己的服飾專欄後，你覺得大家表現如何呢？請在小組中分享彼此作品，並選三位你最欣賞的作品給予回饋。 二、教師引言：最後，全班一起欣賞所有同學的作品，看看各小組選擇的服飾搭配場合為何？服飾穿著具有什麼樣的特色？請各小組派一位隊員代表上臺分享你們的觀察心得吧！ 三、請各小組推派一位代表分享小組心得，其他學生自由給予回饋。 四、教師提問 （一）你覺得哪一位同學的服飾搭配和他所設定的場合最相符？為什麼？ （二）在製作過程中，你發揮哪些創意？克服哪些困難？這些經驗對你有什麼啟發？ （三）經過本單元學習後，你最大的收穫為何？對你未來服飾搭配有何影響？	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		五、教師總結 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。		
二十一 (三段) 0628-0630	主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄（休業式） 【多元文化教育】 【國際教育】	活動二 Best of you 一、教師引言：經過精心創作屬於自己的服飾專欄後，你覺得大家表現如何呢？請在小組中分享彼此作品，並選三位你最欣賞的作品給予回饋。 二、教師引言：最後，全班一起欣賞所有同學的作品，看看各小組選擇的服飾搭配場合為何？服飾穿著具有什麼樣的特色？請各小組派一位隊員代表上臺分享你們的觀察心得吧！ 三、請各小組推派一位代表分享小組心得，其他學生自由給予回饋。 四、教師提問 (一) 你覺得哪一位同學的服飾搭配和他所設定的場合最相符？為什麼？ (二) 在製作過程中，你發揮哪些創意？克服哪些困難？這些經驗對你有什麼啟發？ (三) 經過本單元學習後，你最大的收穫為何？對你未來服飾搭配有何影響？ 五、教師總結 【議題融入與延伸學習】 多元文化教育： 了解在日常生活中，服飾、生活空間、人文與自然環境等生活文化及美感的展現。 國際教育： 能欣賞多元服飾文化之美。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 8 年級【綜合領域-童軍科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	八年級教學團隊
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	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。 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。		
	學習內容	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-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。		
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。 【戶外教育】 戶 J2 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 J4 理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。 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。 【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。 【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。 【環境教育】 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 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 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。			
學習目標	一、知識目標 1.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。 二、技能目標 1.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。 三、態度目標 1.欣賞與尊重自己與他人的異同。 2.促進團隊凝聚力與合作精神，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	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	主題一：露營練功坊 單元一：可口玩野炊 【品德教育】 【戶外教	活動一 食尚露營家 1.活動說明 2.活動進行 （一）請各小隊參考前兩輪的分享內容，並參考課本的範例內容，並運用網路蒐集相關資訊，歸納出在戶外炊事時須遵	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享	1.口語評量 2.學習紀錄

	育】 【環境教育】	守的原則至少六項，以及這些原則的具體行動內容。 （二）各隊進行發表，教師協助統整各隊提出的內容，作為全班在日後課程中皆須遵守的戶外炊事原則。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。 戶外教育： 體驗露營炊事，運用知識解決問題，培養觀察紀錄與永續實踐能力。 環境教育： 從炊事活動中認識環境負荷，落實友善行動，理解永續發展的重要性。	文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
二 0907-0911	主題一：露營練功坊 單元一：可口玩野炊 【品德教育】 【戶外教育】 【環境教育】	<u>活動一 食尚露營家</u> 1. 活動說明 2. 活動進行 （一）請各小隊參考前兩輪的分享內容，並參考課本的範例內容，並運用網路蒐集相關資訊，歸納出在戶外炊事時須遵守的原則至少六項，以及這些原則的具體行動內容。 （二）各隊進行發表，教師協助統整各隊提出的內容，作為全班在日後課程中皆須遵守的戶外炊事原則。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。 戶外教育： 體驗露營炊事，運用知識解決問題，培養觀察紀錄與永續實踐能力。 環境教育： 從炊事活動中認識環境負荷，落實友善行動，理解永續發展的重要性。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0914-0918	主題一：露營練功坊 單元一：可口玩野炊 【品德教育】	<u>活動二 野炊有妙計</u> 一、活動說明 二、活動進行 1. 本次規畫的小隊露營炊事計畫書，是以校園內的戶外炊事	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	育】 【戶外教育】 【環境教育】	區域作為活動環境背景，並且以隔宿露營中常見的食材做為菜單設計的基準。 2. 小隊依據前一節課討論出的原則，並參考課本或自行蒐集野炊相關資訊（菜單設計要領、烹調器材清單、食材價格等），共同討論及撰寫完成小隊露營炊事計畫書。 3. 小隊露營炊事計畫書的基本內容包含「友善環境的行動、分工內容、菜單設計、器材清單」，除此之外可引導讓小隊自行思考並補充其他內容，讓計畫書更加充實完整。 4. 各隊派代表將討論結果報告給全班，其他小隊可針對報告小隊的計畫內容給予補充建議或錯誤修正。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。 戶外教育： 體驗露營炊事，運用知識解決問題，培養觀察紀錄與永續實踐能力。 環境教育： 從炊事活動中認識環境負荷，落實友善行動，理解永續發展的重要性。	進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
四 0921-0925	主題一：露營 單元一：可口玩野炊 【品德教育】 【戶外教育】 【環境教育】	活動三 美味上桌囉 一、活動說明 小隊炊事計畫書做好事前準備，接下來的露營炊事實作也請大家要依照計畫書進行，並且遵守幾項規定： （一）掌握時間分配，避免壓縮食用及善後的時間。 （二）隨時注意用火狀況，須有人看顧，安全第一。 （三）請注意食材烹煮的份量，不要製造過多廚餘。 （四）依照分工進行炊事，隨時互相協助完成工作。 二、活動進行 （一）定期提醒學生炊事的時間。 （二）巡視小隊狀況，掌握炊事進度。 （三）提醒學生要先完成部分善後工作再享用料理。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		(四) 小隊完成所有善後工作，須請教師進行檢核。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。 戶外教育： 體驗露營炊事，運用知識解決問題，培養觀察紀錄與永續實踐能力。 環境教育： 從炊事活動中認識環境負荷，落實友善行動，理解永續發展的重要性。		
五 0929-1002	主題一：露營練功坊 單元一：可口玩野炊 【品德教育】 【戶外教育】 【環境教育】	活動四 回顧野炊趣 一、活動進行 露營炊事實作結束後，關於小隊的露營炊事計畫書，你覺得還有哪些部分是需要再修正的呢？要如何修正呢？此外，這次學習到的計畫能力與實踐經驗，我們還可以如何應用在其他情境，例如：隔宿露營中的戶外炊事活動呢？ 二、活動說明 1. 請小隊共同找出實作課的問題並進行計畫書的內容修正。 2. 請小隊（或個人）運用本單元的學習經驗，規畫其他情境中（例：隔宿露營、烤肉活動……）的炊事計畫書。 各隊發表調整後的計畫書內容，全班共同協助小隊進行目標達成度的評估工作。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。 戶外教育： 體驗露營炊事，運用知識解決問題，培養觀察紀錄與永續實踐能力。 環境教育： 從炊事活動中認識環境負荷，落實友善行動，理解永續發展的重要性。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 1005-1009	主題一：露營練功坊	活動四 回顧野炊趣 一、活動進行	溝通表達： 能在課堂議	1. 實作評量 2. 高層次紙

	單元一：可口玩野炊 【品德教育】 【戶外教育】 【環境教育】	露營炊事實作結束後，關於小隊的露營炊事計畫書，你覺得還有哪些部分是需要再修正的呢？要如何修正呢？此外，這次學習到的計畫能力與實踐經驗，我們還可以如何應用在其他情境，例如：隔宿露營中的戶外炊事活動呢？ 二、活動說明 1. 請小隊共同找出實作課的問題並進行計畫書的內容修正。 2. 請小隊（或個人）運用本單元的學習經驗，規畫其他情境中（例：隔宿露營、烤肉活動……）的炊事計畫書。 . 各隊發表調整後的計畫書內容，全班共同協助小隊進行目標達成度的評估工作。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。 戶外教育： 體驗露營炊事，運用知識解決問題，培養觀察紀錄與永續實踐能力。 環境教育： 從炊事活動中認識環境負荷，落實友善行動，理解永續發展的重要性。	題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	筆評量
七 1012-1016	主題一：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密（第一次段考） 【品德教育】 【戶外教育】	<u>動一 搭帳達人</u> 一、活動說明 在我們到達營地時，仔細觀察並選擇適合的營地，可以讓接下來的露營更加舒適且便利。如何選擇適合的營地呢？讓我們一起來討論看看。你覺得課本內的這些營地地點適合搭帳嗎？適合的原因是什麼呢？ 二、活動進行 1. 營地選擇要點 2. 帳篷認識 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。		
八 (一段) 1019-1023	主題一：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密 【品德教育】 【戶外教育】	<u>活動一 搭帳達人</u> 一、活動說明 二、活動進行 1. 教師說明搭設帳篷的注意要點 2. 露營中的繩結-營繩結 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 1026-1030	主題一：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密 【品德教育】 【戶外教育】	<u>活動二 搭帳合作趣</u> 一、活動說明 在搭帳的過程中，大家可能會遇到一些挑戰，例如地形不平整、帳篷支架難以固定，或分工不夠清楚。請針對這些具體問題，小隊討論並分享你們是如何解決的。 二、活動進行 1. 小隊進行討論 2. 小隊實際進行搭帳考驗 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 1102-1106	主題一：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密 【品德教育】 【戶外教育】	<u>活動一 搭帳達人</u> 一、活動說明 在露營活動中有許多需要團隊一起從事的活動，我們一起進行了戶外炊事及帳篷搭設，自己在活動中扮演的角色是什麼呢？ 二、活動進行 1. 上次搭帳時的狀況討論 2. 團隊及個人效能活動說明 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。		
十一 1109-1113	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】 【品德教育】	活動一 化險靠計策 3. 活動說明 1. 準備露營相關新聞事件，或參考課本提供之案例，作為今日課堂討論主題。 2. 規畫一份評估表供各隊進行檢核針對新聞事件所提出的預防及應對策略的可行性。 二、活動進行 從同學的分享中，我們已知露營活動中潛藏著各種風險，然而風險會發生勢必是有其成因，若是我們想要做好預防工作或採取應對措施，必須要找出風險的成因並想出對策。請小隊從課本範例或新聞事件中找出有哪些風險狀況，並運用魚骨圖分析及記錄每個風險的成因、對策及結果，由各隊輪流上台分享，其他同學則從報告內容中選擇一項風險進行對策的可行性評估，以及提出可修正的建議。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。 環境教育： 探究露營災害成因，學習避災與應變策略。 品德教育： 團隊合作應變危機，培養人際溝通能力。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 1116-1120	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】	活動一 化險靠計策 4. 活動說明 同學的分享中，我們已知露營活動中潛藏著各種風險，然而風險會發生勢必是有其成因，若是我們想要做好預防工作或採取應對措施，必須要找出風險的成因並想出對策。請小隊從課本範例或新聞事件中找出有哪些風險狀況，並運用魚骨	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	【品德教育】 圖分析及記錄每個風險的成因、對策及結果，由各隊輪流上台分享，其他同學則從報告內容中選擇一項風險進行對策的可行性評估，以及提出可修正的建議。 二、活動進行 1. 小隊從課本範例或新聞事件，看圖說故事找出風險及成因，擬定預防或應對策略以及結果，以魚骨圖的方式記錄。 2. 小隊上台輪流報告，其他同學填寫學習單，紀錄台上的報告內容。 3. 每人從各隊報告內容中選擇一項風險對策，進行可行性評估並給予建議。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。 環境教育： 探究露營災害成因，學習避災與應變策略。 品德教育： 團隊合作應變危機，培養人際溝通能力。	習		
十三 1123-1127	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】 【品德教育】	<u>活動二 有備必無患</u> 一、活動說明 我們藉由露營新聞事件學習風險管理的能力，針對事件中的風險進行成因的分析，發現在「事前準備不充足」的項目中，其中一項就是裝備的準備問題。因此，在露營活動中我們究竟需要準備哪些裝備呢？而現今的露營裝備種類和品牌都五花八門，我們應該如何選擇才能達到降低風險的目標呢？ 二、活動進行 小隊於限時內完成討論後進行分享，各隊每次發表一項裝備，其他小隊同步檢核自己的討論結果，補上缺漏的露營裝備。 5. 活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育：	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。 環境教育： 探究露營災害成因，學習避災與應變策略。 品德教育： 團隊合作應變危機，培養人際溝通能力。		
十四 1130-1204	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩（第二次段考） 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】 【品德教育】	活動三 整裝好生活 一、活動說明 們已經提出許多露營時個人需要使用到的裝備，這些裝備必須要有好的收整才能方便我們攜帶，並且還要在活動過程中是能夠方便取用。想想看，我們要如何收整呢？ 二、活動進行 1. 請小隊討論如何將所有帶來的裝備收入背包之中。 2. 每回合派一名同學背著背包出列，當老師說出任務時，最快從背包裡拿出所需物品者得兩分，其他完成者得一分。 3. 每位同學除了拿出物品之外，還需要說明該物品放置在背包中哪個位置，以及擺放的原因。 4. 任務 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。 環境教育： 探究露營災害成因，學習避災與應變策略。 品德教育： 團隊合作應變危機，培養人際溝通能力。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 1207-1211	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩 【生命教育】	活動三 整裝好生活 一、活動說明 二、活動進行 1. 在前一個活動中，我們依照自己的想法裝填背包，卻無法有效完成任務，更有同學發生	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	【人權教育】 【環境教育】 【品德教育】	無法舒服的肩負背包，導致行走姿勢很不正常…等等這些具有風險的狀況。因此，除了挑選裝備有特定的原則要遵守，收納裝備也有一些原則須遵守喔！ 2. 請同學閱讀課本所列的收納原則，並和小隊同學討論出各項原則的意義，以及試著提出一個生活應用的時機。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。 環境教育： 探究露營災害成因，學習避災與應變策略。 品德教育： 團隊合作應變危機，培養人際溝通能力。	頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
十六 1214-1218	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】	活動一 戶外回憶錄 一、教師提問 二、環境保護與娛樂分析圖 請各小隊進行討論，在進行這些戶外活動時，如果以環境保護與娛樂進行分析，這些活動可以放置在那些位置，為什麼你們小隊會選擇這樣進行擺放，小隊討論後向全班分享小隊想法。 三、教師引導與總結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。 環境教育： 發展低干擾活動，理解環境承載並實踐永續行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 1221-1225	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營 【生命教育】	活動二 露營活動心體驗 露營是一個團隊合作與參與的戶外活動，如何讓露營活動中可以更有趣且吸引人參與，露營中的活動設計就相當重要，請與小隊進行討論，一同設計	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	【人權教育】 【環境教育】	一個可以在露營中進行的活動，並進行活動帶領練習。 一、教師說明活動設計要點 二、教師指導小隊設計活動時應注意之事項。 三、小隊口頭發表活動設計。小隊針對活動進行口頭發表，老師進行解說，並請同學回去準備，下次上課進行活動實際帶領。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。 環境教育： 發展低干擾活動，理解環境承載並實踐永續行動。	頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
十八 1228-0101	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】	活動二 露營活動心體驗 露營是一個團隊合作與參與的戶外活動，如何讓露營活動中可以更有趣且吸引人參與，露營中的活動設計就相當重要，請與小隊進行討論，一同設計一個可以在露營中進行的活動，並進行活動帶領練習。 一、教師說明活動設計要點 二、教師指導小隊設計活動時應注意之事項。 三、小隊口頭發表活動設計。小隊針對活動進行口頭發表，老師進行解說，並請同學回去準備，下次上課進行活動實際帶領。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。 環境教育： 發展低干擾活動，理解環境承載並實踐永續行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十九 0104-0108	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營	活動三 活動 Show Time 一、教師進行活動說明 二、活動進行 二、於活動後進行反思紀	溝通表達： 能在課堂議題討論中發	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】	錄，紀錄題目如下： 1. 在活動中令你印象最深的是什麼？ 2. 你認為這個活動是否會對環境造成影響？ 3. 在設計活動時該如何降低對環境的影響呢？ 4. 這個活動帶給你那些收穫呢？ 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。 環境教育： 發展低干擾活動，理解環境承載並實踐永續行動。	表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
二十 0111-0115	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】	活動四 憶起享露 一、教師進行活動說明 二、教師可以蒐集現行露營活動中的娛樂活動在課程中與學生分享，並分享許多露營人士喜歡露營的原因。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。 環境教育： 發展低干擾活動，理解環境承載並實踐永續行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十一 (三段) 0118-0120	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營(第三次考) 【生命教育】 【人權教育】 【環境教育】	活動四 憶起享露 一、教師進行活動說明 二、教師可以蒐集現行露營活動中的娛樂活動在課程中與學生分享，並分享許多露營人士喜歡露營的原因。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。 環境教育： 發展低干擾活動，理解環境承載並實踐永續行動。		
--	--	--	--	--

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 8 年級【綜合領域-童軍科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	八年級教學團隊
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。 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。 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。 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	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 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-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 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。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。		
融入之議題	【戶外教育】 戶 J2 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。 【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康飲食、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【安全教育】			

	安 J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 【能源教育】 能 J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。 【環境教育】 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。 【交通安全教育課程】 【全民國防教育課程】			
學習目標	一、知識目標 1. 理解人類在運用大地資源時，應具備關懷、愛護與感恩自然的觀念。 2. 理解休閒活動與健康生活之間的關聯。 二、技能目標 1. 能檢視並調整自身在使用自然資源時的行為，實踐永續共生的態度。 2. 能根據個人狀況與需求，規畫合宜的休閒活動以促進健康。 三、態度目標 1. 培養對自然環境的感恩與珍惜之心，實踐永續生活理念。 2. 樂於主動規畫健康的休閒方式，維持身心平衡。			
教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	主題一：說到做到愛地球 單元一：來去無痕實踐家 【品德教育】 【環境教育】 【戶外教育】	活動一 與自然同在 一、教師引導與說明 二、與自己相伴 （一）活動規則與說明 （二）活動討論 1. 閉上眼睛靜下心來，有什麼感受？ 2. 閉上眼睛前與睜開眼睛後，周遭事物帶給自己的感受有什麼不一樣？ 3. 室內與戶外環境，在各種感官上的感受，有什麼不一樣？ 4. 為什麼有些人喜歡從事戶外活動，與大自然接觸？ 三、寶島之美 活動規則與說明： 1. 從老師準備的自然美景圖片中，票選最喜歡的三張照片。 2. 討論內容。 四、美麗背後	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		(一) 觀察課本頁面，思考環境破壞成因。 (二) 教師引導 (三) 教師提問。 (四) 學生自由分享。 (五) 愛的叮嚀：下次上課會討論從事戶外活動產生的環境問題，同學可以利用時間蒐集相關資料，以利討論。 活動二 愛護自然心行動 一 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。 環境教育： 培養永續行動力，理解環境保護與人類發展的平衡。 戶外教育： 觀察環境衝擊現象，落實無痕原則與友善行動。		
二 0215-0219	主題一：說到做到愛地球 單元一：來去無痕實踐家 【品德教育】 【環境教育】 【戶外教育】	活動二 愛護自然心行動 一、教師引導與說明 二、翰寶日記內容與友善環境分析。 三、在前面的討論中，我們可以發現很多行動都有著「討論空間」，有些我們覺得再正常不過的行動，對環境可能隱藏著破壞的危機，發跡於美國的「Leave No Trace」活動（無痕旅遊教育推廣活動，臺灣目前譯為「無痕山林」或「新野外環境禮儀」，常簡稱為「LNT」），以「負責任的品質旅遊」為宗旨，提出七大面向（守則），或許可以作為我們進行戶外活動的參考。 四、討論內容 五、教師總結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。 環境教育： 培養永續行動力，理解環境保護與人類發展的平衡。 戶外教育： 觀察環境衝擊現象，落實無痕原則與友善行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0222-0226	主題一：說到做到愛地球	活動三 無痕山林非廣告 一、教師說明：上次上課時，我們學習了無痕山林守則，也	溝通表達： 能在課堂議	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	單元一：來去無痕實踐家 【品德教育】 【環境教育】 【戶外教育】	討論了這些守則可能可以避免的環境破壞，今天讓我們透過戲劇的演出，對無痕山林守則有更深入的了解吧！ 二、活動說明 三、活動討論 （一）這些無痕山林的守則，還可以運用在哪些戶外活動中呢？ （二）當我們將無痕山林守則運用到其他戶外活動上時，可能有的具體行為會是什麼？ 四、戶外活動停看聽：經過表演與討論，我們對無痕山林守則有更深入的了解，讓我們藉由底下的活動，一起來思考在每一個不一樣的情境，怎麼樣才可以做到友善環境呢？ （一）活動規則。 （二）各類案例活動討論。 （三）活動討論： 1. 這些行為可以與哪些無痕山林守則相對應？ 2. 可以怎麼調整，讓紅燈及黃燈變綠燈？ 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。 環境教育： 培養永續行動力，理解環境保護與人類發展的平衡。 戶外教育： 觀察環境衝擊現象，落實無痕原則與友善行動。	題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號：能完成課堂上的紙筆練習	
四 0301-0305	主題一：說到做到愛地球 單元一：來去無痕實踐家 【環境教育】 【戶外教育】 【品德教育】 【能源教育】	<u>活動四 許自然一個未來</u> 一、教師引導：「我們學習了無痕山林守則的概念後，翰寶在網路上查詢關於環境保護的相關行動，發現不論是人民團體或是政府機關，皆致力於將無痕山林的概念落實在生活中，這些環保行動，與無痕山林的概念，有哪些異同呢？有哪些行動是我們可以落實在生活中的呢？」 二、學生分享 三、教師引導 四、無痕政策不漏接 五、守則精神 in 生活 針對政府所提的五大政策主軸，若以無痕山林的七大守則來探討，站在政府機關的立場、環境保育者的立場及登山	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號：能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		使用者的立場，分別會有什麼想法及可以的具體行動呢？同學們所提出的想法與行動，是否可行呢？ 六、教師引導 七、學生分享與討論 八、愛的叮嚀：請大家記錄自己每日所使用的物品及製造的廢棄物。 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。 環境教育： 培養永續行動力，理解環境保護與人類發展的平衡。 戶外教育： 觀察環境衝擊現象，落實無痕原則與友善行動。		
五 0308-0312	主題一：說到做到愛地球 單元二：減廢少塑生活家 【環境教育】 【戶外教育】 【品德教育】 【能源教育】	活動一 一天生活 GO 一、教師引導與說明 二、一個人的影響 （一）活動規則與說明 （二）活動討論 三、一日之所需 教師說明：「在前面的活動中，我們可以發現很多東西並不是我們覺得已經丟到垃圾桶或是進行資源回收，就完成了這個物品在地球上的旅程，不同的處理方法，可能產生不一樣的結果，現在讓我們以一天三餐及飲用水來做分析，看看我們每天大約會生產多少垃圾。」 （一）活動規則。 （二）活動說明 （三）活動小省思 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 關心環境與生態，實踐永續生活與友善行動。 環境教育： 探究環境議題與行動策略，實踐永續發展原則。 戶外教育： 覺察自然環境變化，培養紀錄觀察與保護行動能力。 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

六 0315-0319	主題一：說到做到愛地球 單元二：減廢少塑生活家 【環境教育】 【戶外教育】 【品德教育】 【能源教育】	活動二 綠色消費 Let' s Go 一、教師引導 生活中廢棄物與我們的消費行為息息相關，購買物品時，會考慮的因素有哪些呢？ 二、教師引導與說明 三、活動範例與說明 四、綠色消費 6R3E 說明 五、教師說明 六、愛的叮嚀 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 關心環境與生態，實踐永續生活與友善行動。 環境教育： 探究環境議題與行動策略，實踐永續發展原則。 戶外教育： 覺察自然環境變化，培養紀錄觀察與保護行動能力。 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 0322-0326	主題一：說到做到愛地球 單元二：減廢少塑生活家（第一次段考） 【環境教育】 【戶外教育】 【品德教育】 【能源教育】	活動三 綠色生活 Go 一、教師引導：「購買物品時，會考慮的因素有哪些呢？」 二、教師引導與說明 三、活動範例與說明 （一）日常生活中的食、衣、住、行、育、樂方面，哪些行為或習慣，符合綠色消費的原則？ （二）生活中，有哪些物品與綠色消費有關？ （三）有哪些地方可以購買到綠色消費的物品？購買這些物品是否方便、容易？ （四）可能會遇到什麼問題？在什麼樣的狀況下，消費者可能不願意進行綠色消費？為什麼？可以如何解決？ （五）以綠色消費原則來檢核過去一週的無痕生活行動，還有哪些可以調整的地方呢？ 四、綠色消費 6R3E 說明 五、教師說明：「低汙染、可回收、省資源是綠色產品的重要特色，而綠色消費的幾個原則有……」 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 關心環境與生態，實踐永續生	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		活與友善行動。 環境教育： 探究環境議題與行動策略，實踐永續發展原則。 戶外教育： 覺察自然環境變化，培養紀錄觀察與保護行動能力。 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑綠色消費的理念落實於生活中。		
八 (一段) 0329-0402	主題一：說到做到愛地球 單元二：減廢少塑生活家 【環境教育】 【戶外教育】 【品德教育】 【能源教育】	活動四 Yes, I do 一、教師引導與說明：請同學分享家中符合綠色消費規範的產品或相關訊息。 二、學生自由分享 三、教師引導與說明 (一) 政府機關自民國 91 年開始推動一次性物品在有替代品的狀況下，用法令限制使用，並針對難以執行的情形，訂定排除條款。 (二) 讓我們透過 SWOT 分析從消費者、業者、環保團體等不同角色，討論這項政策及實際執行時的優缺點。 (三) 政策內容：來自「一次用產品源頭減量宣導網」 (四) 為了要避免缺點及威脅，在減量的目標為前提下，我們可以怎麼做呢？ 四、教師引導：「檢視我們進行了一週以後的垃圾減量成果，其中購物用塑膠袋、免洗餐具、一次用外帶飲料杯及塑膠吸管各占所有垃圾中多少比例？我們還可以怎麼做來減少這些一次性用品呢？」 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 關心環境與生態，實踐永續生活與友善行動。 環境教育： 探究環境議題與行動策略，實踐永續發展原則。 戶外教育： 覺察自然環境變化，培養紀錄觀察與保護行動能力。 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑綠色消費的理念落實於生活中。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 0405-0409	主題一：說到做到愛地球	活動四 Yes, I do 一、有哪些團體致力於環境保	溝通表達： 能在課堂議	1. 實作評量 2. 高層次紙

	球 單元二：減 廢少塑生活 家 【環境教 育】 【戶外教 育】 【品德教 育】 【能源教 育】	護或垃圾減量呢？他們做了哪 些事情？ 二、教師引導：「經過兩週的 努力，讓我們再來檢視垃圾減 量的成果如何？減量最多的垃 圾是哪一種？仍然還累積許多 的是哪一種？為什麼？覺得最有 用的垃圾減量方法是什麼？如 果我們要將這個方法推廣出 去，可以怎麼做呢？」 三、學生討論及分享 四、教師說明：「除了我們所 說的推廣方法之外，上次課程 中的各種環保團體，也常利用 團體的力量進行倡議以推廣各 類行動，我們也可以匯集眾人 之力，小小行動，改變環境 喔！」 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 關心環境與生態，實踐永續生 活與友善行動。 環境教育： 探究環境議題與行動策略，實 踐永續發展原則。 戶外教育： 覺察自然環境變化，培養紀錄 觀察與保護行動能力。 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所 造成的影響，並將減廢少塑綠 色消費的理念落實於生活中。	題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	筆評量
十 0412-0416	主題二：休 閒快樂行 單元一：戶 外活動 Let' s Go 【品德教 育】 【生命教 育】 【安全教 育】 【防災教 育】 【交通安全 教育課程】 【全民國防 教育課程】	<u>活動一 戶外活動知多少</u> 一、教師引言 同學們，先前的課程當中，我 們學習露營及戶外炊事技巧， 在隔宿露營練習與實踐，當時 所留下的美好記憶是否還記憶 猶新呢？像露營這樣在大自然 中進行的活動即為戶外活動， 這個單元我們將聚焦在戶外休 閒，接觸陽光、空氣與大自 然，以全身感官去參與，能讓 我們的身心都更加健康喔！大 家有沒有聽過或嘗試過哪些戶 外休閒呢？ 二、活動說明 （一）每人準備一張休閒活動 所需裝備圖。 （二）抽籤輪流上臺秀出圖 照。 （三）以組別為單位搶答該項 裝備為何種休閒。 （四）回答正確組別加分。 （五）討論活動適合參與的人	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量

		數及事前準備有哪些。 三、教師總結歸納 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
十一 0419-0423	主題二：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let's Go 【品德教育】 【生命教育】 【安全教育】 【防災教育】 【交通安全教育課程】 【全民國防教育課程】	活動一 戶外活動知多少 一、教師引言 在上一堂課老師有請大家回家查詢有關戶外休閒的新聞，可能是正面也有可能是負面，請大家待會小組中互相分享所準備的新聞，選一則並以播報新聞的方式來和全班分享喔！ 二、活動說明 三、活動進行 (一) 隊員們輪流分享所查找之戶外休閒新聞。 (二) 隊長進行投票，小隊選出一則新聞。 (三) 編製與摘要新聞。 (四) 演練播報新聞。 (五) 上臺播報新聞。 (六) 聽完全班分享，小隊討論戶外休閒的啟發以及危害處理。 四、教師總結歸納 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 0426-0430	主題二：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let's Go 【品德教	活動二 洞悉風險樂休閒 一、教師引言 二、教師講述 那麼風險管理是什麼呢？我們先了解風險管理步驟，首先先列出該活動可能發生的危害，	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	育】 【生命教育】 【安全教育】 【防災教育】 【交通安全教育課程】 【全民國防教育課程】	再來將這些危害進行發生率和影響程度的分析，並由此判斷風險指數，再來決定相應策略。以應變各種可能發生的風險突發狀況。 三、活動說明 （一）學會風險管理步驟後，以課本實例練習。 （二）例如：班上要去登山，列出從學校出發到登上山可能發生的風險項目。 （三）個人先將想到的風險及最佳對應策略、決策執行者或支援者，再小隊中分享與交換想法。 四、活動進行 （一）個人列出班級戶外活動的整個過程中，可能發生的風險項目並進行相關評估與擬定應對方針。 （二）小隊隊員間互相交換分享想法與項目。 （三）每回合各隊輪流講出一個項目，累積不同回合，看哪隊能想出最多答案（加分）。 （四）教師可視時間調整加入別的練習：例如全班要一起去游泳、一起玩定向等……。 五、教師叮嚀 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。	頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練習	
十三 0503-0507	主題二：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let's Go 【品德教育】 【生命教育】 【安全教育】 【防災教育】	活動二 洞悉風險樂休閒 一、天氣資訊站 （一）教師引導與說明： （二）活動規則與說明： 1. 全班依人數 3~4 人一隊，準備好觀測天空雲相所需的繪製器材。 2. 前往老師指定地點（如：操場）觀測並畫出看到的雲相，觀測時間至少 15 分鐘，並記錄當下天空中所出現的雲族	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	【交通安全教育課程】 【全民國防教育課程】	0~2 個。 3. 返回教室將觀測紀錄與相關資料對照比較，並討論判斷出接下來今天的天氣可能會有哪些變化。 (三) 教師小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
十四 0510-0514	主題二：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let's Go (第二次段考) 【品德教育】 【生命教育】 【安全教育】 【防災教育】 【交通安全教育課程】 【全民國防教育課程】	活動二 洞悉風險樂休閒 一、清點檢視指北針器材及教學用品。 二、求生「指」引 (一) 活動說明： (1) 圓盤型指北針：最普遍的指北針，也是最易取得的一種指北針。 (2) 透明型指北針：可與地圖搭配使用列於測量、計算距離。(3) 磁盤型指北針：辨別方位較精準，適用於精密的軍事偵察。 (4) GPS 全球衛星定位系統：利用位於地球同步軌道上的同步衛星，以其相對位置的關係，來測出精確的位置。 (5) 手機：手機為現代人隨身必備的通訊工具，亦為辨別方位的重要工具。 三、自然的方位指引 四、下節課準備：各隊準備長袖外套 2 件。 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
十五 (二段) 0517-0521	主題二：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let's Go 【品德教育】 【生命教育】 【安全教育】 【防災教育】 【生涯規劃教育】 【交通安全教育課程】 【全民國防教育課程】	活動二 洞悉風險樂休閒 一、緊急救援搜查線 (一) 教師引言： (二) 急救包的準備與應用 1. 教師引導說明 2. 活動規則 (三) 緊急簡易擔架製作與應用 1. 教師引導說明 2. 活動規則 3. 擔架搬運注意事項 二、教師總結歸納 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	主題二：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let's Go 【品德教育】 【生命教育】 【安全教育】 【防災教育】 【生涯規劃教育】	活動三 一起出發休閒好 一、教師引導與說明 二、活動規則與說明 (一) 每隊領用一套小白板。 (二) 奇數隊針對登山計畫討論分析風險與因應策略。 (三) 偶數隊針對游泳計畫討論分析風險與因應策略。 (四) 分隊發表。 (五) 奇數隊給偶數隊回饋，偶數隊給奇數隊回饋。 三、教師叮嚀 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
十七 0531-0604	主題二：休閒快樂行 單元二：休閒我最行 【品德教育】 【生命教育】 【安全教育】 【防災教育】 【生涯規劃教育】	活動一 我最愛休閒 一、教師引言 二、問題討論 三、我最愛休閒 （一）活動說明 （二）活動進行 1. 教師隨機抽取籤，給予學生所寫的不同提示，請學生猜測對應的休閒及同學。 2. 答出相對應休閒名稱，可以斟酌加分（依學生填寫4個提示為例：公佈一個提示便答對，可加4分，公布兩個提示答對加3分，公布三個提示答對得2分……以此類推）。 （三）活動反思：請同學想一想：自己和其他人喜歡的休閒有哪裡不同？為什麼會有這樣的差異？ 四、休閒是什麼 經過一番你問我答後，翰寶發現大家所喜歡的休閒活動都不太一樣，不過為什麼休閒對我們來說這麼重要呢？從事休閒活動帶給我們什麼樣的感受？為什麼？ （一）活動流程 1. 小隊內分享：請學生將事先收集好的圖片帶上臺分享，並用一個形容詞、一句話或是一項物品來說明從事此休閒活動給他／她的感受及原因。 2. 先小隊內分享，再邀請學生上臺，可依各組、教師邀請或隨機抽籤。 （二）簡短反思及小結 五、教師總結 六、下節課預告：請同學們回家思考除了自己已在進行的休閒外，還有想要體驗哪些同學們休閒活動呢？ 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過合作與表達，培養人際理解與和諧互動能力。 生命教育： 進行休閒探索與價值思辨，促進健康生活與個人成長。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		安全教育： 了解活動安全，學習基本創傷救護與自我保護行為。 防災教育： 關注戶外氣象資訊，培養風險判斷與應變行動力。 生涯規劃教育： 探究休閒活動帶給自我及他人的影響，並規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。		
十八 0607-0611	主題二：休閒快樂行 單元二：休閒我最行 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動二 認識新休閒 一、教師引言 二、活動說明 （一）依照不同興趣組成籌備小隊，並選出負責人。 （二）運用腦力激盪法，構想休閒介紹活動的架構內容 （三）將此架構內容整理後發展成休閒介紹計畫書。 （四）小隊完成後可以交給教師檢查，初步審核是否有需要調整的部分（分工、時間安排、活動的）。 三、活動進行 四、教師歸納與總結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 探究休閒活動帶給自我及他人的影響，並規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。 品德教育： 透過休閒活動分享與合作，增進溝通能力與和諧人際關係。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十九 0614-0618	主題二：休閒快樂行 單元二：休閒我最行 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動二 認識新休閒 休閒心體驗 一、教師引言 二、活動說明 （一）請學生依序上臺帶領體驗活動。 （二）可以先帶學生看課本休閒心體驗之提問，讓學生更有方向得留意活動細節。 三、活動進行 （一）學生依序上臺開始體驗活動，參與學生體驗後可以將回饋的想法及體驗後的心得及時記錄在筆記本、學習單或是課本當中。 （二）活動後反思： 1. 體驗完同學們的休閒後，一起來想想有哪些發現！ 2. 運用 4F 思考法帶領。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		四、教師總結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 探究休閒活動帶給自我及他人的影響，並規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。 品德教育： 透過休閒活動分享與合作，增進溝通能力與和諧人際關係。		
二十 0621-0625	主題二：休閒快樂行 單元二：休閒我最行 (第三次段考) 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動三 休閒之於我 一、教師引言 二、大家來找碴活動進行 (一) 給予1分鐘的時間，看完<u>翰寶</u>和<u>小琳</u>的周末休閒生活，如果你是他們的長輩，會比較支持哪位夥伴從事休閒呢？為什麼？ (二) 請給<u>小琳</u>一些具體的建議，讓他可以更加適當的運用休閒來放鬆身心。 三、名人築夢搜查線 在我們的生活中，還有哪些人築夢成功，將小時候的休閒、興趣，發展成為自己的專業呢？ (一) 活動說明及進行 1. 各小隊內分享個人蒐集的相關資料。 2. 將分享重點整理成海報。 3. 各小隊上臺報告。 (二) 學生報告：一組約1分鐘。 (三) 老師針對學生報告內容給予回饋。 四、我的休閒 SWOT 分析 (一) 教師引導與說明 (二) 活動規則與說明 (三) SWOT 分析範例—以定向活動為例 (四) 完成後請找三位重要他人，如：家人、老師、同學或一起從事休閒的朋友，向他們說明自己的 SWOT 分析，並請他們提供給自己建議或鼓勵，作為自己未來執行休閒時參考的依據。 (五) 活動小省思 五、教師總結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 探究休閒活動帶給自我及他人的影響，並規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		品德教育： 透過休閒活動分享與合作，增進溝通能力與和諧人際關係。		
二十一 (三段) 0628-0630	主題二：休閒快樂行 單元二：休閒我最行 (休業式) 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動三 休閒之於我 一、教師引言 二、大家來找碴活動進行 (一) 給予1分鐘的時間，看完<u>翰寶</u>和<u>小琳</u>的周末休閒生活，如果你是他們的長輩，會比較支持哪位夥伴從事休閒呢？為什麼？ (二) 請給<u>小琳</u>一些具體的建議，讓他可以更加適當的運用休閒來放鬆身心。 三、名人築夢搜查線 在我們的生活中，還有哪些人築夢成功，將小時候的休閒、興趣，發展成為自己的專業呢？ (一) 活動說明及進行 1. 各小隊內分享個人蒐集的相關資料。 2. 將分享重點整理成海報。 3. 各小隊上臺報告。 (二) 學生報告：一組約1分鐘。 (三) 老師針對學生報告內容給予回饋。 四、我的休閒SWOT分析 (一) 教師引導與說明 (二) 活動規則與說明 (三) SWOT分析範例—以定向活動為例 (四) 完成後請找三位重要他人，如：家人、老師、同學或一起從事休閒的朋友，向他們說明自己的SWOT分析，並請他們提供給自己建議或鼓勵，作為自己未來執行休閒時參考的依據。 (五) 活動小省思 五、教師總結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 探究休閒活動貸給自我及他人的影響，並規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。 品德教育： 透過休閒活動分享與合作，增進溝通能力與和諧人際關係。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 8 年級【綜合領域-輔導科】課程計畫

每週節數	1 節	設計者	八年級教學團隊
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、 □3. 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。 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	
	學習內容	家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 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-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。 【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。 【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。 【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。 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 【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。		
學習目標	一、知識目標 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。 二、技能目標 1. 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。 2. 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。 三、態度目標 1. 欣賞與尊重自己與他人的異同。		

	2. 促進團隊凝聚力與合作精神，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	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 【品德教育】 【家庭教育】	活動一 情緒觀測站 一、活動說明 二、活動進行 (一) 情緒你我他 「什麼是情緒？」邀請學生自由發表對於情緒的定義與認識。 (二) 情緒花朵 教師提問：「平常的最常出現的情緒有哪些？」接下來請學生閱讀課本第 103 頁，教師介紹人的六種基本情緒，並請拿到同樣情緒卡的同學集思廣益，這些情緒若依照強度之分，還有哪些可以形容的詞彙。請同學討論並寫下。 (三) 解讀情緒 承接上個活動，將情緒表達方式覺察擴展至對他人的情緒覺察，透過事例反省自己平常與人互動時，是否過於關注自己而少去注意他人的情緒反應，以及面對同樣事件自己與他人的感受差異。 1. 活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。 家庭教育： 認識家庭引發的情緒，學習表達與調適，培養正向思考與溝通能力。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 【品德教育】 【家庭教育】	一、活動說明 二、活動進行 (一) 情緒事件紀錄簿 1. 學生回憶上次課程所學並進行分享。 2. 教師說明：「現在，請大家拿出自己的『情緒指數』紀錄，看看自己寫在上面的事件與情緒。與同組同學分享自己的情緒以及所遇到的事件吧！」	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		※建議：若學生忘記紀錄，可請他當場回想曾發生的主要事件與情緒。 3. 學生進行組內分享，透過分享知道與人聊聊也是一種紓解情緒的方法。 4. 組內分享完畢後，邀請自願同學分享自己的一件事，並說明自己的情緒。邀請與分享同學有類似事件的同學說說自己的情緒，讓學生了解即使遭遇相同事件也會有不同情緒。問問大家：「你發現什麼？」引導學生了解即使遭遇相同事件也會有不同情緒。 ※建議：學生會因自己的特質或班級氣氛而有不願意分享的情形發生，教師可以多鼓勵，或者預備一些國中生會遇到的事件，請學生分享自己可能有的情緒感受。 (二) 情緒教我的事 自願同學分享後，請學生自行尋找班上其他四位伙伴交流關於課本的四個思考問題點，分別是：自己的主要情緒、情緒易起伏對自己的影響、情緒產生變 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。 家庭教育： 透過溝通、理解與關係經營，有助於調適與因應困境。	習	
三 0914-0918	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 【品德教育】 【家庭教育】	活動二 我的思想與情緒 一、活動說明 二、活動進行 (一) 晴天雨天 學生分享單元一所學後，閱讀課本「晴天雨天」故事。 (二) 情緒的方向 教師說明：「同樣一件事，卻有如此截然不同的情緒，可見想法的力量，請各組同學拿海報紙與白板筆，從之前紀錄的情緒事件紀錄簿中找到一件情緒不好的事，抽絲剝繭出當時可能有的想法與情緒。想法愈多愈好。寫在海報紙上的格式可依照課本「情緒的方向」範例或自由發揮。」學生開始進行討論與書寫。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。 家庭教育： 透過溝通、理解與關係經營，有助於調適與因應困境。		
四 0921-0925	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 【品德教育】 【家庭教育】	活動三 思想情緒調節站 走出思考框框 一、活動進行 (一) 請學生回憶上次課程中關於自己思考特點的歸納並發表。 (二) 學生閱讀課本我的情緒我選擇事件，發表個人面對相同事件的其他想法，並延伸思考到可能行動與影響。 (三) 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。 (四) 分享原有的想法與情緒後，邀請學生試著用學過的調整想法技巧將自己調整過後的想法寫下並試著發表。 (五) 學生討論在過程中遇到的困難並邀請其他同學提供解決方法。 二、活動小省思與小結 (一) 活動小省思 提問：「面對調整想法時所遇到的困難，伙伴們提供的建議對我有幫助嗎？」 (二) 小結 1. 邀請學生總結。 2. 教師總結。 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。 家庭教育： 透過溝通、理解與關係經營，有助於調適與因應困境。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0929-1002	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 【品德教育】 【家庭教育】	活動三 思想情緒調節站 表達情緒我可以 一、活動進行 (一) 同學分享並發表這一星期調整想法的練習成果以及對自己的影響。 (二) 學生思考如果情緒紓解方法只有一種會面臨哪些狀況，鼓勵發表。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號：	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		(三) 學生閱讀課文內容的情境題並找出與自己使用同樣情緒表達方式的同學，思考這種方式後續會產生那些情緒並進行口頭發表。 (四) 學生思考哪種方式是健康的情緒表達方式以及理由。 (五) 學生透過課文說明認識自我肯定的情緒表達方法與步驟。 (六) 學生分組討論最近遇到的生活事件中是否有可運用自我肯定方法來表達情緒、紓解情緒的例子，開始分享遇到的事件詳細狀況，並選擇其中一人的遭遇透過簡短戲劇演出事件與自我肯定的情緒表達方式。 (七) 學生進行討論後演出。演出過程重點放在自我肯定的情緒表達方法。在每一組學生呈現完畢之後，可分享自己情緒的轉變，其他組學生針對其表達方式給予肯定或建議，互相學習更精巧的情緒表達。 (八) 演出完畢後引導學生思考：自我肯定情緒表達方式還需要注意那些事情？ 二、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。 家庭教育： 透過溝通、理解與關係經營，有助於調適與因應困境。	能完成課堂上的紙筆練習	
六 1005-1009	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 【品德教育】 【家庭教育】	活動三 穩住情緒 - 活動進行 - 活動說明 (一) 情緒紓解小錦囊 - 同學分享之前學的思想情緒調節方法帶給自己的幫助與困難，其他同學可給予建議。 - 請學生閱讀課文問題教師提問：「你認為課文案例中那些情況的情緒需要紓解？原因是什麼呢？」教師可邀請學生回答後說明：「不管是所謂的好情緒或壞情緒，只要它會影響正常生活，我們就必須試著紓解那種情緒。」 - 請學生思考，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，	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	- 實作評量 - 高層次紙筆評量

		並進行適用之情緒以及優缺點之分析。 4. 完成之後請學生在組內進行交流，並由同組成員選出1~2種公認最能紓解情緒的方法，派代表寫在黑板上並報告。 5. 其他組成員提供補充資料，例如：可能還有其他優缺點但報告的組別並未講到。 6. 每組輪流報告完後，請同學口頭發表選擇情緒紓解方法的原則。例如：不能有傷害性、需考量時間與地點……。 (二) 情緒紓解便利貼 1. 教師說明：「我們了解並學習多種情緒紓解的方法，最重要的是要應用在自己身上。請自己歸納一下，自己常出現的影響生活的情緒或想法為何？可以運用哪些方式來調整？」教師於課堂發下N次貼或紙張，同學在上面寫下自己有情緒要紓解時的自我提醒方式，可參考課本書寫範例，請同學簽名後放置於明顯處，作為提醒與督促自己實踐的方法。 2. 邀請自願同學分享自己的情緒紓解便利貼內容。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。 家庭教育： 透過溝通、理解與關係經營，有助於調適與因應困境。		
七 1012-1016	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱（第一次段考） 【生命教育】 【人權教育】	<u>活動一 走過低潮</u> 3. 活動說明 顧自己的生命歷程經歷過哪些失落經驗？檢視自己在這些失落經驗中的階段，了解這是每個人都曾經歷到的事情。 二、活動進行 (一) 請同學在每張小卡上寫下自己所擁有的人事物。 (二) 請同學將這些小卡依照自己的重視程度排序。 (三) 請同學在每張小卡上打一個X，代表它從生活中消失，從最不重視的那一張開始，去感受打X時，心中有何感受？ 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		生命教育： 透過覺察與資源運用，學習調適失落經驗，培養面對挫折並促進身心健康的能力。 人權教育： 關懷並理解心理困擾者需求，學習辨識並提供適切協助，展現保護與支持弱勢的行動力。		
八 (一段) 1019-1023	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱 【生命教育】 【人權教育】	一、活動說明 學生回想當時自己面對失落經驗時對生活的各種影響，透過統整大家的狀況瞭解失落經驗對每個人的影響都是有的。之後透過文章閱讀與自己的歸納，產生自己可以用正向的方式度過失落經驗的想法。 二、活動進行 (一) 走過失落 1. 學生回想自己的失落經驗，並找到與自己有類似經驗的同學（將失落經驗分類，如課本範例）分享在事件發生時對彼此造成哪些影響，將影響寫在便利貼上後，黏在黑板的相對應分類下面。 2. 引導學生思考有何發現。 3. 教師說明：「失落經驗影響生活的層面或大或小，調適的方法也不太一樣，請同學分享一下，那時的我是怎麼恢復自己的情緒與生活呢？」亦邀請學生回答。 4. 教師說明：「擁有即是失去的開始。這句話點出了人生無常的事實，我們雖不能阻止時間的流逝，但可以決定該如何面對這些失落經驗。現在，讓我們來閱讀課本內的故事，想想報導中的主角經歷何事，以及他們如何面對。」 5. 學生閱讀課本的新聞事件說明。 6. 教師發問：「請問他們經歷了什麼事件？他們可能有哪些情緒？是什麼原因讓他們走過失落？」 心情：難過、悲痛、震驚 原因：自己的力量、其他人的協助 7. 教師提問：「請各位同學想想看：經過與同學的分享、看到以上的新聞報導，你對於生命中的失落經驗有什麼不同看法？」 學生可能的回答有：	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		原來我們都會遇到類似的事件，不是只有我而已事情都會過去，只是有人心情會過不去。 8. 邀請學生分享心得。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過覺察與資源運用，學習調適失落經驗，培養面對挫折並促進身心健康的能力。 人權教育： 關懷並理解心理困擾者需求，學習辨識並提供適切協助，展現保護與支持弱勢的行動力。		
九 1026-1030	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱 【生命教育】 【人權教育】	一、活動說明 學生回想當時自己面對失落經驗時對生活的各種影響，透過統整大家的狀況瞭解失落經驗對每個人的影響都是有的。之後透過文章閱讀與自己的歸納，產生自己可以用正向的方式度過失落經驗的想法。 二、活動進行 (一) 走過失落 1. 學生回想自己的失落經驗，並找到與自己有類似經驗的同學（將失落經驗分類，如課本範例）分享在事件發生時對彼此造成哪些影響，將影響寫在便利貼上後，黏在黑板的相對應分類下面。 2. 引導學生思考有何發現。 3. 教師說明：「失落經驗影響生活的層面或大或小，調適的方法也不太一樣，請同學分享一下，那時的我是怎麼恢復自己的情緒與生活呢？」亦邀請學生回答。 4. 教師說明：「擁有即是失去的開始。這句話點出了人生無常的事實，我們雖不能阻止時間的流逝，但可以決定該如何面對這些失落經驗。現在，讓我們來閱讀課本內的故事，想想報導中的主角經歷何事，以及他們如何面對。」 5. 學生閱讀課本的新聞事件說明。 6. 教師發問：「請問他們經歷了什麼事件？他們可能有哪些情緒？是什麼原因讓他們走過失落？」 心情：難過、悲痛、震驚 原因：自己的力量、其他人的	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		協助 7. 教師提問：「請各位同學想想看：經過與同學的分享、看到以上的新聞報導，你對於生命中的失落經驗有什麼不同看法？」 學生可能的回答有： 原來我們都會遇到類似的事件，不是只有我而已事情都會過去，只是有人心情會過不去。 8. 邀請學生分享心得。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過覺察與資源運用，學習調適失落經驗，培養面對挫折並促進身心健康的能力。 人權教育： 關懷並理解心理困擾者需求，學習辨識並提供適切協助，展現保護與支持弱勢的行動力。		
十 1102-1106	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱 【生命教育】 【人權教育】	活動二 心靈診療室 一、活動說明 經過生命失落經驗的分享後，學生已能了解每個人都會面臨不如意或者失去的議題，有人甚至會因為無法接受或其他生活挫折而演變成心理困擾，因此需要認識心理困擾與因應資源，進一步透過活動體會心理困擾者所面臨的困境，並透過反思去統整對心理困擾者可以有哪些態度與做法。 二、活動進行 (一) 連連看 1. 教師引言：「人生當中有許多困境、心理困擾，並不適合自己孤軍奮鬥去解決。如果有人可以互相了解、支援，負擔才不會變得沉重。」 2. 教師說明：「人是需要互相幫忙的，尤其在有嚴重的心理困擾時更是如此。最近臺灣很流行戲劇內容是在演出有嚴重心理困擾的人他們在社會上生存的困境，你是否曾經看過呢？這些心理困擾可能是焦慮情緒、憂鬱情緒等。現在就讓我們透過連連看了解這些心理困擾會對我們造成的影響。」 3. 邀請學生發表連連看答案。 答案參考： 雅婷—焦慮情緒 美英—憂鬱情緒	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		翰寶—容貌焦慮 (二) 我可以找誰 1. 教師說明：「遇到這些心理困擾，需要更多資源協助。我知道有哪些社會資源可以協助我？協助內容又有哪些呢？讓我們透過影片來找到答案。」 2. 欣賞完影片後邀請學生回答問題。 3. 教師提問：「除了課堂上介紹的資源，我還想到哪那些社會資源可以協助我促進心理健康呢？」 4. 教師提問：「原來社會資源如此之多，但有時我們也會看到有人對心理困擾者的誤解，請你設身處地思考：如果自己有心理困擾，你會希望別人怎麼對待你？而你又可以有哪一些行動幫助這些人呢？」 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過覺察與資源運用，學習調適失落經驗，培養面對挫折並促進身心健康的能力。 人權教育： 關懷並理解心理困擾者需求，學習辨識並提供適切協助，展現保護與支持弱勢的行動力。		
十一 1109-1113	主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記 【生涯規劃教育】 【家庭教育】 【品德教育】	活動一 生涯期望 一、活動說明 二、活動進行 (一) 想像幸福生涯 1. 請學生思考，並和伙伴分享「幸福生涯想像」。 2. 教師可邀請學生全班分享自己小時候家長的期望或請學生分享聽到那些答案印象深刻。 3. 教師歸納學生的答案。 (二) 我的生涯藍圖 1. 教師可請同學票選覺得重要的三項，一人三票，並統計票數。 2. 看看班上的同學會重視哪一類別的幸福生涯，帶到每個人所想要的未來生涯可以是不一樣的。 3. 引導同學思考選項多樣性的原因，未來選擇沒有對錯，只有適合與否，和如何去達到想要的樣貌。 4. 請同學配合課本生涯藍圖去選出認為重要的前五項。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		5. 找出五位願意分享的同學的選擇答案當題目，請同學猜找出哪位同學選的是這五項。 6. 請同學互相分享自己選擇的原因，為什麼覺得適合自己。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 透過自我覺察與資訊蒐集，了解能力、特質與價值觀，探討個人與家庭對生涯發展的影響與可能方向。 家庭教育： 運用家庭資源，規劃個人生涯目標。 品德教育： 與家人溝通期望，建立良好關係。		
十二 1116-1120	主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記 【生涯規劃教育】 【家庭教育】 【品德教育】	活動二 生涯期望 PART I 一、活動說明 二、活動進行 (一) 我的生涯價值觀了解自己做決定的因素 1. 請學生翻開之前選擇的五個重要價值觀，想想看這五項對自己重要的原因是什麼？ 2. 提醒學生可以用「我想要／我覺得／我喜歡＋（價值觀）……，加上因為我曾經／我過去／我看到／我發現……」來作為思考句。 3. 請學生想好這五項的重要性後，排列重要程度的一到五順序。 4. 學生組內分享自己排序的原因，透過了解彼此選擇與排序的原因，並找出影響自己的可能來源。 (二) 我的生涯期望，反思與整理做決定的各種生活因素。 1. 請學生對照課本思考哪些因素影響了生涯期待與價值觀。 2. 回顧上週請同學回家詢問家長的期望時，家長的回應是希望自己走什麼樣的方向？對照自己的方向是否一樣。 3. 回憶自己為喜歡與最投入的活動是什麼？這帶給自己怎樣的人生幸福時間。 4. 找出自己高光時刻，在什麼時間點曾經覺得自己很光榮，很有成就感。 5. 了解自己最主要的個性特質是那些，會如何影響自己的生涯期待？	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		6. 回想自己過去的願望與期許是否成功？調整自己現在的方向，要繼續努力或是轉換不同的方式支持。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 透過自我覺察與資訊蒐集，了解能力、特質與價值觀，探討個人與家庭對生涯發展的影響與可能方向。 家庭教育： 運用家庭資源，規劃個人生涯目標。 品德教育： 與家人溝通期望，建立良好關係。		
十三 1123-1127	主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記 【生涯規劃教育】 【家庭教育】 【品德教育】	活動二 工作世界 PART I 一、活動說明 二、活動進行 (一) 工作世界 1. 請學生參考活動範例，思考因應社會環境變遷，現在這些工作和過去相比有什麼改變呢？為什麼？學生自由發表個人意見。 2. 除了課本上列出的工作情況，可請學生提出還有哪些職業過去和現在大不相同呢？學生自由提出答案。 (二) 職業瀏覽器 1. 進行職業搜尋，發給學生平板電腦或安排在電腦教室進行本活動，可以一個人查詢一個職業，較能符合學生個人興趣與需求。 2. 教師可先請學生參考課本資訊，大致了解有什麼分類，了解高中職五專有哪些職群有相關的職業，或者大學有關的學群科系又有哪些職業，有些學群大學有但高中職五專沒有。這一部分教師可簡單指出分類即可。 3. 接下來進一步採用各家人力銀行網站的資料，示範一種查詢方法，直接選擇或輸入想要了解的職業，進入網站查詢，網站中可能會提供高中職五專或大學相關學系資訊，學生就可以連結職群或學群的概念了。 ※建議：以 104 工作世界為例，可以請學生輸入好奇或喜歡的職業進行搜尋，或可以看	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		不同工作分類進入查看相關職業。請學生不僅查一個職業，可查詢三到五項工作內容，了解職缺的性別比例、薪資、學歷要求、供給需求現況、未來發展等等，最後挑選一個職業進行報告。 4. 提醒學生可以參考各種相關的工作，不僅看單一工作，擴展對同一類型工作的認識。 5. 引導學生仔細閱讀網站中的職業資訊，看看其中會出現的資訊有哪些呢？請把它寫下來。這些資訊為什麼很重要呢？你看完這些些資訊後，請跟伙伴討論你的心得。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 透過自我覺察與資訊蒐集，了解能力、特質與價值觀，探討個人與家庭對生涯發展的影響與可能方向。 家庭教育： 運用家庭資源，規劃個人生涯目標。 品德教育： 與家人溝通期望，建立良好關係。		
十四 1130-1204	主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記（第二次段考） 【生涯規劃教育】 【家庭教育】 【品德教育】	活動二 工作世界 PART II 一、活動說明 二、活動進行 （一）參訪日記與職業探查報告 1. 請和組員討論自己感興趣的學校科系或是職業，並思考有哪些親友可以協助被訪問。 2. 討論針對這個科系或職業有哪些想知道的問題，一起擬定我們專屬的參訪札記問題錦集。 3. 與伙伴確認好訪問的時間地點和負責的工作分配。 4. 帶個一顆真誠請教的心意，有禮貌地詢問自己的疑惑，並真摯感謝職業前輩的協助。 5. 亦可以透過網路上的工作職人資訊來找到自己想知道的資料。 6. 教師可依照自己的課程規畫選擇完成參訪札記或職業探查報告。 7. 職業探查／參訪札記報告實	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		作評量 (1) 請學生跟同組的伙伴分享查詢到的職業與各種內容，學生報告的內容可參考職業訊息面面觀的範例。 (2) 提醒學生的報告應結合活動小省思，說一說這樣的資訊對他個人的意義是什麼？有什麼幫助？ (二) 未來工作世界聯想 1. 未來世界變化萬千，各行各業也要因應世界的趨勢與環境的變化，請學生先提出可能想到的未來變化有哪些？ 2. 參考課本的語詞，提示未來工作世界的變化，請學生分小隊抽出不同的語詞，聯想有哪些相關的職業，進行腦力激盪寫出越多越好。 3. 各小組派代表報告想到的答案。 4. 教師引導學生思考，真正的工作世界會因應時代脈動，我們可以透過多了解工作世界，找到自己未來的生涯方向，開始進行準備。教師可補充有關未來工作趨勢的文章。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 透過自我覺察與資訊蒐集，了解能力、特質與價值觀，探討個人與家庭對生涯發展的影響與可能方向。 家庭教育： 運用家庭資源，規劃個人生涯目標。 品德教育： 與家人溝通期望，建立良好關係。		
十五 (二段) 1207-1211	主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記 【生涯規劃教育】 【家庭教育】 【品德教育】	活動三 生涯初探檢核 一、活動說明 二、活動進行 1. 教師先帶領學生回顧這幾堂課的重點內容，包括：個人生涯期待、價值觀、參考的因素，職業世界和現今的能力狀態。 2. 教師引導學生填寫課本檢核清單。 3. 教師可加入生涯金三角概念協助學生探索自己並且補充還有哪些可以多充實的資訊。 4. 跟同組伙伴分享自己的生涯	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		金三角 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 透過自我覺察與資訊蒐集，了解能力、特質與價值觀，探討個人與家庭對生涯發展的影響與可能方向。 家庭教育： 運用家庭資源，規劃個人生涯目標。 品德教育： 與家人溝通期望，建立良好關係。		
十六 1214-1218	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動一 生命開麥拉 一、活動說明 二、活動進行 (一) 生命開麥拉 1. 教師請學生研讀課本生命開麥拉的兩個例子，並找出影響他們生涯轉折的因素和考量的原因。 2. 引導學生討論生活中是否有看到類似這兩位受訪者的故事 (1) 受訪者姐姐的例子中可以看到影響她生涯轉變的事例是：傷疤影響外型，興趣引起學習動機，職業趨勢帶動發展，兼顧生活轉型工作型態。 (2) 受訪者叔叔的事例中可以看到因課業不好，先做可以做的事情，反省自身沒有獲得成就感，下定決心突破以往限制，重拾熱情找興趣，往更好的方向專心發展。 3. 請學生小組分享自己所知道的故事，或可提供 IPAD 讓學生上網進行搜索職業人生故事。 (二) 人生筆記 1. 運用課本人生筆記一篇引導學生思考看到社會人士因各種原因變化生涯方向時的感受。 2. 小組討論並請各處選擇一題來做發表 (1) 在其中生涯決擇中最令你印象深刻的是什麼？為什麼？參考答案：因為自身限制而必須放棄時，為了目標而決定堅持下去的時候。 (2) 各種生涯經驗所帶給我	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		的感覺？參考答案：堅持下去時很佩服，不能成功時很難過。 (3) 這些生涯經驗讓我學到？參考答案：我必須培養好自己的能力才能做更多的選擇。 (4) 聽到家人對我的期望，我未來的目標想要？家人希望我要有穩定的工作，我想要讓自己能夠握到家人的期待，因此我想考慮考公職。三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。 品德教育： 理性溝通自我成長困境，建立支持性人際關係。		
十七 1221-1225	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動一 生命開麥拉 一、活動說明 二、活動進行 (一) 生命開麥拉 - 教師請學生研讀課本生命開麥拉的兩個例子，並找出影響他們生涯轉折的因素和考量的原因。 - 引導學生討論生活中是否有看到類似這兩位受訪者的故事 - 受訪者姐姐的例子中可以看到影響她生涯轉變的事例是：傷疤影響外型，興趣引起學習動機，職業趨勢帶動發展，兼顧生活轉型工作型態。 - 受訪者叔叔的事例中可以看到因課業不好，先做可以做的事情，反省自身沒有獲得成就感，下定決心突破以往限制，重拾熱情找興趣，往更好的方向專心發展。 - 請學生小組分享自己所知道的故事，或可提供 IPAD 讓學生上網進行搜索職業人生故事。 (二) 人生筆記 - 運用課本人生筆記一篇引導學生思考看到社會人士因各種原因變化生涯方向時的感受。 - 小組討論並請各處選擇一題	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	- 實作評量 - 高層次紙筆評量

		來做發表 (1) 在其中生涯決擇中最令你印象深刻的是什麼？為什麼？參考答案：因為自身限制而必須放棄時，為了目標而決定堅持下去的時候。 (2) 各種生涯經驗所帶給我的感覺？參考答案：堅持下去時很佩服，不能成功時很難過。 (3) 這些生涯經驗讓我學到？參考答案：我必須培養好自己的能力才能做更多的選擇。 (4) 聽到家人對我的期望，我未來的目標想要？家人希望我要有穩定的工作，我想要讓自己能夠握到家人的期待，因此我想考慮考公職。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。 品德教育： 理性溝通自我成長困境，建立支持性人際關係。		
十八 1228-0101	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動二 我的富足人生 一、活動說明 二、活動進行 1. 教師介紹活動內容： (1) 每一個人都會經歷不同的人生階段，也都會有期待自己在人生能夠完成自己的富足一生，我們將透過設定自己的富足目標，擲骰子來經歷地圖事件，並最後加總看看自己的一生會活成什麼樣貌。 (2) 說明各向度目標的意思，健康是指生理與心理的健全，不影響自己的日常生活運行，人際是指能夠在人際互動中擁有讓自己滿意的社交關係和感受，金錢是指擁有自覺富足的財富收入，事業包括能夠學習和達到的學歷與工作或人生職業成就，家庭指友好的家庭內關係，包括原生家庭與自己創建的家庭間的親情關係，聲望為得到社會大眾的肯定與認同。 (3) 說明得分分數的高低	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		分，1 分為最低代表對自己而言沒有那麼重要或需要，10 分是最高代表對自己來說非常重要和需要。 2. 請同學思考自己的富足人生需要哪些向度目標，並把這些目標需要達到的得分值寫在課本頁面。 3. 開始富足人生：從 start 起點房屋處開始，每次投擲一個骰子，依照點數 1~6 點來按照點數走步數，走到哪一格就觸發當格事件。 4. 請同學依照當格事件記錄下來，例如一開始骰子骰到 3，就遇到當格事件為”學校畢業後持續線上學習進修，專業+2”，則在課本紀錄表第一輪的事業格子上紀錄+2，並先停留在那一格上，直到老師指示可投擲下一次骰子。 5. 活動提醒，各格觸發事件不同，有任務者須完成任務才能得到分數。 6. 依照老師指示持續投擲骰子直到活動結束。 7. 活動結束後合計自己在各向度總共得到的分數。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。 品德教育： 理性溝通自我成長困境，建立支持性人際關係。		
十九 0104-0108	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動三 我的生命活力 一、活動說明 二、活動進行 (一) 連加恩的故事 1. 教師介紹連加恩醫生的故事 2. 教師可以先用課本連加恩的故事當引導，學生閱讀文章或播放相關影片介紹，讓學生認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素養。參考影片如下：連加恩——臺大畢業典禮演講。 3. 請學生討論影片裡連加恩醫生有什麼特點，讓他能夠成為自己。 4. 教師介紹生命活力三能力： (1) 專業力——求學時代或	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		在生活，職場中學得的知識或技能，常有相關能力，或學歷證明的考試，通常有證書或證照。 例如：大學文憑、碩士文憑、營養師證照、藥師證照、技術士證照等。 (2) 特質力——一個人從出生到今的個性，有助於面對生活狀況或個人成長的態度。例如：活潑外向，不怨天尤人。 (3) 調適力——當現實狀況不如預期時，能夠在環境中持續尋找解決方法或資源來追求理想，例如：尋找伙伴一起討論解決方法，找公家機關協助處理。 5. 引導學生討論連加恩醫生在一個個可選擇的道路方向中，選擇這個方向的關鍵影響力是？為什麼？ 6. 如果少了一個能力，則連加恩醫生這樣選擇可能會有什麼後續的故事？ (二) 我的生命活力 1. 請學生以連加恩醫生為例子思考並寫下自己未來想要擁有的生命活力。 2. 請找班上 1~2 位跟自己最熟悉的同學，幫自己勾選選出目前的儲備狀態，有勾選表示同學已經認證非常擁有這個能力。 3. 統整自己在活動中的回饋，看看自己的生命活力儲備清單的儲備狀況是否滿意。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。 品德教育： 理性溝通自我成長困境，建立支持性人際關係。		
二十 0111-0115	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動三 我的生命活力 一、活動說明 二、活動進行 (一) 連加恩的故事 1. 教師介紹連加恩醫生的故事 2. 教師可以先用課本連加恩的故事當引導，學生閱讀文章或播放相關影片介紹，讓學生認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素養。參考影片如	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		下：連加恩——臺大畢業典禮演講。 3. 請學生討論影片裡連加恩醫生有什麼特點，讓他能夠成為自己。 4. 教師介紹生命活力三能力： （1）專業力——求學時代或在生活，職場中學得的知識或技能，常有相關能力，或學歷證明的考試，通常有證書或證照。 例如：大學文憑、碩士文憑、營養師證照、藥師證照、技術士證照等。 （2）特質力——一個人從出生到今的個性，有助於面對生活狀況或個人成長的態度。例如：活潑外向，不怨天尤人。 （3）調適力——當現實狀況不如預期時，能夠在環境中持續尋找解決方法或資源來追求理想，例如：尋找伙伴一起討論解決方法，找公家機關協助處理。 5. 引導學生討論連加恩醫生在一個個可選擇的道路方向中，選擇這個方向的關鍵影響力是？為什麼？ 6. 如果少了一個能力，則連加恩醫生這樣選擇可能會有什麼後續的故事？ （二）我的生命活力 1. 請學生以連加恩醫生為例子思考並寫下自己未來想要擁有的生命活力。 2. 請找班上1~2位跟自己最熟悉的同學，幫自己勾選選出目前的儲備狀態，有勾選表示同學已經認證非常擁有這個能力。 3. 統整自己在活動中的回饋，看看自己的生命活力儲備清單的儲備狀況是否滿意。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。 品德教育： 理性溝通自我成長困境，建立支持性人際關係。	上的紙筆練習	
二十一 (三段)	主題六：彩繪人生之路 單元二：生	活動四 我的未來職人臉書 一、活動說明 二、活動進行	溝通表達： 能在課堂議	1. 實作評量 2. 高層次紙

0118-0120	命 奇 遇 記 (第三次段考) 【生涯規劃教育】 【品德教育】	我的未來職人臉書 1. 設計我的未來職人臉書：說明與示範職人臉書的製作方法：發給學生每人一張四開圖畫紙與彩色筆，每個人參考課本職人臉書的格式，畫下自己的大頭照，並寫下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哪些特點，還有哪些未來需要達成，包括項目可參考課本範例。 ※建議：本活動希望拓展學生的未來想像，根據讓學生在網頁搜尋當中看到的各種職業資訊，產生未來想像，一方面也統整自己目前已有的生涯的資訊，製作個人專屬的職人臉書，有類似未來履歷的概念。 2. 欣賞同學的職人臉書作品：學生完成個人作品之後，請將每個人的作品張貼在教室四周牆壁，請學生到各個臉書作品前欣賞，請學生最後票選最喜歡的作品，並且在同學的職人臉書上寫下欣賞對方的一句話，類似在臉書留言和按讚的意義。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。 品德教育： 理性溝通自我成長困境，建立支持性人際關係。	題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號：能完成課堂上的紙筆練習	筆評量
-----------	--	---	--	-----

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 8 年級【綜合領域-輔導科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	八年級教學團隊
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、 ☐ 3. 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。 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。		

		2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。
	學習內容	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 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		【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生命教育】 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 【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 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。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 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 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 【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。 【性侵害防治教育課程】
學習目標		一、知識目標 1. 理解性別刻板印象的成因與影響，並了解多元性別議題的內涵。 2. 了解喜歡與愛情的差別、理想伴侶特質及交往中的常見迷思。 3. 理解自我能力、興趣與職業之間的關聯。 二、技能目標 1. 能透過生活觀察與自我省思，分析性別刻板印象對自身的影響。 2. 能藉由討論、辯論與案例分析，釐清愛情與人際關係的正確認知。 3. 能規劃具可行性的職涯行動策略，逐步實踐個人目標。 三、態度目標 1. 形塑正向的性別認同，並落實性別尊重的態度。 2. 在面對愛情與人際關係時，能抱持成熟、理性的觀念。 3. 培養主動探索與自我成長的態度，積極規畫未來人生方向。
教學與評量說明		1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量

週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	主題五：性別魔法站 單元一：性別偵探社 【性別平等教育】 【人權教育】 【品德教育】 【性侵害防治教育課程】	活動一 性別觀察家 一、活動說明 二、活動進行 （一）性別事件簿 1. 生活情境討論。 2. 學生討論完情境中的性別差異與困擾後，寫下自己的經驗。可以請學生匿名寫在紙上，老師抽出來隨機念出。 3. 學生的經驗分享後老師可以把相關的經驗分門別類，讓學生了解性別的差異與體諒不同性別的立場。 （二）推理時間 1. 引導學生思考。 2. 進行活動 （三）討論過推理時間的性別刻板印象後，請小組伙伴共同探討可以如何突破性別刻板印象，從觀念上、態度上、行動上取思考我們如何可以如何改變。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 性別平等教育： 能覺察生活中性別的差異與困擾，到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 人權教育： 尊重多元與差異，實踐性別平等與正義原則。 品德教育： 培養同理與溝通力，促進尊重與性別平等行動。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0215-0219	主題五：性別魔法站 單元一：性別偵探社 【性別平等教育】 【人權教育】 【品德教育】 【性侵害防治教育課程】	活動二 性別與尊重 一、活動說明 二、活動進行 （一）性別挖挖哇 1. 引導學生思考 2. 透過影片引導學生思考 3. 教師可請學生提供自己帶來的性別特徵與特質多元化的名人故事，分組討論該位名人如何肯定自己，周圍的人又如何接納他。 （二）性平劇場 1. 引導討論。 2. 學生可參考課本的範例，並請小組進行討論，找出一個日常生活中可能會有性騷擾或性霸凌情境，可以如何調整？試著從行為人、被行為人、被行	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		為人的朋友同學、現場目擊者等不同的角度進行思考。 3. 學生討論完畢後，透過上臺演出討論的情境，學習同理遇到不平等待遇時，會有什麼樣的反應，不論當事人或周圍的人都可學習調整，表現出面對性別平等與尊重的行動，讓不同性別者的互動更友善。 (三) 性平大聲說 1. 經過上述討論，引導學生去發現性別平等的態度在家庭、學校、社會中潛移默化地傳遞，日常生活中就要養成性別平等的意識。 2. 引導學生從成人身上學習，請學生利用課後時間，訪問師長或親友，蒐集重要的性別平等觀念是什麼？並提出分享。建議：教師可以事先蒐集一些有關家庭、學校、職場中的關於對多元性別、性別特質特徵不平等現象的文字報導、新聞短片，可讓學生先分組閱讀新聞內容，再請學生去訪談師長或親友的觀點，蒐集各方意見後，再彙整其中有什麼重要的觀念。 3. 學生分組討論完畢後，請派代表分享討論的結果。 4. 教師可以歸納家庭、學校、社會友善環境的行動，重要的性別平等觀念 5. 性平宣言：經過討論後，請學生反思自己的性別特質、特徵與性別認同，統整自己應該如何表達尊重的態度，寫下性平宣言。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 性別平等教育： 能覺察生活中性別的差異與困擾，到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 人權教育： 尊重多元與差異，實踐性別平等與正義原則。 品德教育： 培養同理與溝通力，促進尊重與性別平等行動。		
三 0222-0226	主題五：性別魔法站 單元一：性別偵探社	活動二 性別與尊重 一、活動說明 二、活動進行 (一) 性別挖挖哇	溝通表達： 能在課堂議題討論中發	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	【性別平等教育】 【人權教育】 【品德教育】 【性侵害防治教育課程】	1. 引導學生思考 2. 透過影片引導學生思考 3. 教師可請學生提供自己帶來的性別特徵與特質多元化的名人故事，分組討論該位名人如何肯定自己，周圍的人又如何接納他。 (二) 性平劇場 1. 引導討論。 2. 學生可參考課本的範例，並請小組進行討論，找出一個日常生活中可能會有性騷擾或性霸凌情境，可以如何調整？試著從行為人、被行為人、被行為人的朋友同學、現場目擊者等不同的角度進行思考。 3. 學生討論完畢後，透過上臺演出討論的情境，學習同理遇到不平等待遇時，會有什麼樣的反應，不論當事人或周圍的人都可學習調整，表現出面對性別平等與尊重的行動，讓不同性別者的互動更友善。 (三) 性平大聲說 1. 經過上述討論，引導學生去發現性別平等的態度在家庭、學校、社會中潛移默化地傳遞，日常生活中就要養成性別平等的意識。 2. 引導學生從成人身上學習，請學生利用課後時間，訪問師長或親友，蒐集重要的性別平等觀念是什麼？並提出分享。建議：教師可以事先蒐集一些有關家庭、學校、職場中的關於對多元性別、性別特質特徵不平等現象的文字報導、新聞短片，可讓學生先分組閱讀新聞內容，再請學生去訪談師長或親友的觀點，蒐集各方意見後，再彙整其中有什麼重要的觀念。 3. 學生分組討論完畢後，請派代表分享討論的結果。 4. 教師可以歸納家庭、學校、社會友善環境的行動，重要的性別平等觀念 5. 性平宣言：經過討論後，請學生反思自己的性別特質、特徵與性別認同，統整自己應該如何表達尊重的態度，寫下性平宣言。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 性別平等教育：	表意見、能進行個人口頭分享 文字符號：能完成課堂上的紙筆練習	
--	---	---	---	--

		能覺察生活中性別的差異與困擾，到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 人權教育： 尊重多元與差異，實踐性別平等與正義原則。 品德教育： 培養同理與溝通力，促進尊重與性別平等行動。		
四 0301-0305	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 【家庭教育】 【品德教育】 【生命教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育課程】	活動一 初探感情互動 愛的主打歌 一、活動說明 二、活動進行 （一）教師可以先播放數首自備的情歌，讓學生猜猜今日課程主題，用音樂喚醒他們的聽覺，引起他們動機！ （二）將學生分成4-6組，並抽籤決定上臺分享的順序，給每組學生5分鐘的時間回憶流行歌曲中印象深刻的歌詞，選出一首歌，把它的兩句歌詞註記下來，並且請他們寫下這歌詞背後代表的情感關係態度。 （三）請各組輪流推派代表唱出歌詞，並分享歌詞背後代表的情感關係態度。 （四）教師邀請學生分享活動小省思，在歌詞中，有哪幾句讓我印象深刻呢？我曾經擁有類似這些歌詞所帶出來的情境或情緒嗎？ 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 以家庭為基礎，培養正確人際互動、親密關係態度及衝突解決能力。 品德教育： 培養溝通與互動態度，建立尊重與和諧關係。 生命教育： 釐清親密關係價值觀，探索幸福與自我成長。 性別平等教育： 透過釐清性別互動迷思、覺察愛情價值觀、學習合宜的交往態度與分手調適，並行動實踐，培養健康的親密關係態度。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0308-0312	主題五：性別魔法站 單元二：性	活動一 初探感情互動 愛的主打歌	溝通表達： 能在課堂議	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	別協奏曲 【家庭教育】 【品德教育】 【生命教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育課程】	愛情價值觀、愛的大聲公 (一) 結束上述暖身活動後，教師可帶同學瀏覽愛的表態中的戀人條件，請學生參考活動範例說明，票選自己重視的情感價值觀。學生投票完畢後統計該班最受歡迎的戀人條件，並且為這些價值觀提供歸類的參考，並做簡短的解釋。 (二) 經過投票活動後，由教師帶領學生討論課本頁面上所列出的題目，並邀請學生寫下自己的答案，請學生自由發表。 (三) 學生發表完畢後，可引導學生思考自己重視的戀人條件有何迷思？ 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 以家庭為基礎，培養正確人際互動、親密關係態度及衝突解決能力。 品德教育： 培養溝通與互動態度，建立尊重與和諧關係。 生命教育： 釐清親密關係價值觀，探索幸福與自我成長。 性別平等教育： 透過釐清性別互動迷思、覺察愛情價值觀、學習合宜的交往態度與分手調適，並行動實踐，培養健康的親密關係態度。	題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
六 0315-0319	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 【家庭教育】 【品德教育】 【生命教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育課程】	活動二 感情生活不卡關 一、活動說明 二、活動進行 (一) 學生開始進行情感活動不卡關活動。發表題由一人代表回答，演練題則是兩人即興演出，省思題則是讓伙伴們一起集思廣益的想一想。 (二) 學生可能會有卡關時候，這時可邀請其他組救援 (三) 省思提問：「我覺得感情萌芽時還會遇到哪些困擾？」 學生可能回答：不確定對對方的感覺。 (四) 教師總結並說明：下次上課要來討論兩人交往當中可能會面臨到的狀況。 【議題融入與延伸學習】	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		家庭教育： 以家庭為基礎，培養正確人際互動、親密關係態度及衝突解決能力。 品德教育： 培養溝通與互動態度，建立尊重與和諧關係。 生命教育： 釐清親密關係價值觀，探索幸福與自我成長。 性別平等教育： 透過釐清性別互動迷思、覺察愛情價值觀、學習合宜的交往態度與分手調適，並行動實踐，培養健康的親密關係態度。		
七 0322-0326	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲（第一次段考） 【家庭教育】 【品德教育】 【生命教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育課程】	活動三 感情互動協奏曲 一、活動說明 二、分手不 NG （一）進行討論 1. 將學生分成 4 到 6 組，每組派一位代表來抽取一張籤，籤上的內容是狀況劇情之一。 2. 讓他們討論如何面對這樣子的狀況，時間 2 分鐘，並邀請他們上臺演出討論的結果，不論他們演出的結果為何，教師都給予鼓勵。 3. 演出前教師可針對各個狀況簡要說明，提示討論重點，如何展現適宜的性別情感互動，做到尊重對方、保護自己、考慮後果。 （二）開始演出 （三）要點提醒 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 以家庭為基礎，培養正確人際互動、親密關係態度及衝突解決能力。 品德教育： 培養溝通與互動態度，建立尊重與和諧關係。 生命教育： 釐清親密關係價值觀，探索幸福與自我成長。 性別平等教育： 透過釐清性別互動迷思、覺察愛情價值觀、學習合宜的交往態度與分手調適，並行動實踐，培養健康的親密關係態度。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

八 (一段) 0329-0402	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 【家庭教育】 【品德教育】 【生命教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育課程】	活動三 感情互動協奏曲 尊重與分際 一、活動說明 二、活動進行 (一)回顧前一節課演出內容，邀請學生說出前一節課的提醒與收穫。教師可以請學生針對每一個狀況劇回想劇情，以及請學生說出演出後要提示的重點，邀請學生一一發表。 (二)討論與報告 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育：以家庭為基礎，培養正確人際互動、親密關係態度及衝突解決能力。 品德教育：培養溝通與互動態度，建立尊重與和諧關係。 生命教育：釐清親密關係價值觀，探索幸福與自我成長。 性別平等教育：透過釐清性別互動迷思、覺察愛情價值觀、學習合宜的交往態度與分手調適，並行動實踐，培養健康的親密關係態度。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 0405-0409	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 【家庭教育】 【品德教育】 【生命教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育課程】	活動四 和平分手練習曲 一、分手故事 (一)學生閱讀課本引導後教師說明：「有人說，在談戀愛之前要先學會分手，因為它是最難的課題。不管你有沒有談過戀愛，應該或多或少都曾經聽過關於分手的二三事，讓我們來透過活動深入學習這最難的一堂感情課。」教師詢問學生關於分手的經驗。 (二)學生閱讀活動範例後，開始進行討論。 (三)討論時間結束。各組依順序分享他們整理的分手原因與方式，以及如果對方用這種方式提分手的感受。教師可將各組的分享簡單記錄在黑板上，讓同學可以一目了然較常見的分手原因、方式，以及感受。 (四)省思提問：「你發現了什麼呢？」 學生可能答案：分手方式會影響感受。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		(五)教師小結：「有人不敢面對面提分手或許是難以面對對方的情緒，但這樣並不是很尊重對方。我們有沒有更好的方式呢？」 (六)教師引言：「不管今天是分手還是被分手的那一方，都要小心謹慎的處理，避免受到傷害。讓我們藉由以下案例，來找到不適合的分手方式與作法。」 (七)帶領學生閱讀課本漫畫案例，學生閱讀完畢後，請學生舉手自由發表，他們認為春嬌在與志明分手時，哪些做法可能需要調整。教師可給發表學生口頭肯定。 二、教師小結 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 以家庭為基礎，培養正確人際互動、親密關係態度及衝突解決能力。 品德教育： 培養溝通與互動態度，建立尊重與和諧關係。 生命教育： 釐清親密關係價值觀，探索幸福與自我成長。 性別平等教育： 透過釐清性別互動迷思、覺察愛情價值觀、學習合宜的交往態度與分手調適，並行動實踐，培養健康的親密關係態度。		
十 0412-0416	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 【家庭教育】 【品德教育】 【生命教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育課程】	活動四 和平分手練習曲 想試著了解你 (一)教師引言：「我們上一節課了解過於決絕的言詞或方式，不太適合處理分手，輕則影響關係，重則讓雙方受傷。如果真的分手，雙方可能會有那些感覺，讓我們透過活動來體會與對話吧！」 (二)帶領學生閱讀活動範例，討論春嬌與志明的互動狀況。並決定角色，開始進行活動。 【議題融入與延伸學習】 家庭教育： 以家庭為基礎，培養正確人際互動、親密關係態度及衝突解決能力。 品德教育：	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		培養溝通與互動態度，建立尊重與和諧關係。 生命教育： 釐清親密關係價值觀，探索幸福與自我成長。 性別平等教育： 透過釐清性別互動迷思、覺察愛情價值觀、學習合宜的交往態度與分手調適，並行動實踐，培養健康的親密關係態度。		
十一 0419-0423	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動一 未來同學會 一、活動說明 二、活動進行 （一）教師可以播放輕柔的音樂，唸著以下的引導語詞，請大家閉眼，隨著音樂，想像你已經到了20年後的世界！那時候你的未來自己的形象是什麼樣子呢？那是個天氣晴朗的日子，你穿著什麼服裝呢？同學會所在的餐廳外觀是什麼樣呢？進門簽到後，第一個遇到的同學是誰？靠什麼特徵認出他／她來呢？他見到好久不見的你，第一句話會說什麼呢？他會驚訝你外貌的改變嗎？還是覺得你跟國中時期長的差不多？等你跟一些老朋友興奮地聊幾句之後，主持人敲了玻璃杯，開始請大家輪流介紹自己！ （二）第一個要你介紹的是，你目前是什麼樣的性格呢？其實你這幾年變得不多，跟國中時期的性格差不多，是什麼呢？ 教師邀請學生選擇其中一種最貼近自己的特質描述！ （三）教師再請同學眼睛閉上，繼續幻遊：那個時候的人類已經發達到可以在外星球居住，並且在其中穿梭旅行！所以，同學會主持人第二個自我介紹的題目是：你現在居住的星球是哪個型號？每個星球有不同的特色跟居民，你覺得自己最有興趣住在哪個星球呢？為什麼呢？教師可以鼓勵學生依據直覺來做出選擇，邀請最先完成的學生分享！ （四）接下來的討論，便是邀請同學思考若是興趣不鮮明，沒有特別感興趣的星球要怎麼	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		辦？或是感興趣的太多，要怎麼應對？讓同學兩兩分組，抽籤邀請他們分享對策！ 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 透過溝通合作，理解自我興趣與能力，促進和諧人際與生涯規劃。		
十二 0426-0430	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動一 未來同學會 一、教師說明 二、活動進行 （一）在未來同學會對自己個性、居住星球的介紹之後，主持人第三個要每個人介紹的是自己目前任職的公司，當初是靠哪一方面的能力才能加入這家公司？教師可以帶領學生理解那些公司所要求能力，在學生完成選擇之後，再鼓勵學生舉手、分享是否在選擇時遇到跟課本角色一樣的猶豫心境！ （二）帶領同學討論課本上2個問題代表的意涵，也請他們分組討論出應對策略，並上臺報告。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 透過溝通合作，理解自我興趣與能力，促進和諧人際與生涯規劃。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 0503-0507	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動二 解開生涯謎 一、活動說明 二、活動進行 （一）前言：如果我們未來選擇的工作能具備下面三點：自己有興趣、符合自我的氣質、有這方面的天賦專長。那工作生活就不只是為了餬口飯吃，還能更加有樂趣，讓自己優游其中，那真是太美妙的人生了！接下來的活動，便是要看看我們是否能達到這樣的速配	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		程度，如果不能達到，該怎麼應對？ 1. 對學生介紹「生涯興趣組型」雙向度模型的概念，並請學生依著課本指示，將前四頁的結果綜合起來比對，就可以得出那幾個問題的結果！教師可以在學生座位之間穿梭，關心他們是否解讀成功。 2. 可以請學生拿出螢光筆，將所對應到的職業群中最吸引他的某幾樣職業標示出來，作為未來的生涯目標。 （二）在得知自己的組型之後，教師帶領學生瀏覽教育部生涯手冊關於升學職群的對照，有個粗略的認識之後，試著連連看！ 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 透過溝通合作，理解自我興趣與能力，促進和諧人際與生涯規劃。		
十四 0510-0514	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 單元（第二次段考） 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動三 生涯「能」不「能」 一、活動說明 （一）利用登錄在教育部生涯輔導手冊P4的性向測驗結果，讓學生明白自己的能力傾向是適合高中還是高職，以及未來適合的職業類群！為接下來的學習階段有個初步的方向！ （二）協助學生自我對照與檢視，認識高職群科分類與其對應能力，也建立學生對技職教育的正確認知 （三）在本堂課最後，統整本單元討論到的概念：帶領學生檢視自身興趣與能力的適配程度，並討論興趣能力一致或不一致的應對策略。 二、活動進行 （一）請學生回想升上國中以來參與過的生涯探索活動（例如：家長職業分享、週會時間的技藝班展、群科參訪、性向測驗……），提醒同學跟自己能力最相關的探索活動就是「性向測驗」 （二）讓學生翻開教育部生涯	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

		輔導手冊第4頁的性向測驗結果，依照課本的引導，在手冊中翻找答案！並且寫下來註記在課本上！ (三) 播放「選技職好好讀」宣導影片，提升學生對技職路徑的理解。並藉此講解群科分類：什麼科系屬於什麼類群？可以讓學生藉學校提供的平板電腦來分組，各組認領2—3個職群來做介紹。 三、活動小省思及結語 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 透過溝通合作，理解自我興趣與能力，促進和諧人際與生涯規劃。		
十五 (二段) 0517-0521	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動一 未來職業設計師 一、活動說明 二、活動進行 (一) 先介紹未來的五種世界的趨勢，並讓學生分組進行討論，選擇。 組員其中一人來作範例：依據該生的A(興趣類型)+B(適合職群)+C(未來趨勢)=未來職業，這樣的公式來腦力激盪。 (二) 這個創新的職業必須有名稱、職責說明、需要的能力與職場環境。每組推派一位同學發表本組的成果。 (三) 教師可以特別叮嚀 三、延伸討論與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 學習溝通合作，理解生涯多元角色與逆境，促進和諧人際關係。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	主題六：生涯方程式 二：勇闖生涯路	活動一 未來職業設計師 探索我的職能冰山 一、活動說明 二、活動進行	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	【生涯規劃教育】 【品德教育】	(一) 為學生介紹這個新的觀念：職能冰山模型 (Iceberg Model of Competencies)。它把「一個人在工作上展現的能力」比喻成一座冰山：只有一小部分浮出水面 (顯性)，大部分都藏在水面下 (隱性)；但水面下那部分，才是真正支撐整座冰山的力量。 (二) 帶學生進行個人檢視活動 (三) 將學生分成小組交流與反思 三、小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 學習溝通合作，理解生涯多元角色與逆境，促進和諧人際關係。	進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
十七 0531-0604	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動二 人生規畫局 一、活動說明 二、活動進行： (一) 將學生分成三到五組，每組發下一份疊疊樂的教具，並請他們決定小組內的輪流順序。 (二) 讓每組學生在組內輪流說出虛構人物：翰寶，這一生不同年齡會做的事情，從十五歲的年紀開始說起，每放上一塊積木，代表增加 5 歲，放積木的人要同時說出這個年紀會做的事情，小組伙伴以接龍的方式完成翰寶的生涯故事。如果活動過程中倒塌，就必須重新再來，學生可能的答案是 A、麻吉 B、男朋友 C、爸爸 D、小孩，教師可以穿梭在小組間，適時修正他們提出的角色名稱。 (三) 跟學生約定一個遊戲的時間，大約 10 分鐘，看看哪一組能在時間內疊出最高的塔，即是優勝者。 (四) 邀請冠軍隊伍推派一人，分享他們遊戲中接龍製造出來的生涯角色。 (五) 其他各組也把焦點轉回到	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		組內，討論剛剛自己這一組聯想的角色有哪些，它們分別又有什麼要完成的任務？將答案註記在下一頁，並分組上臺報告。 三、活動小省思及結語 生涯彩虹圖 一、活動說明 二、活動進行： (一)幫同學複習上一活動討論的各種生涯角色，並帶領同學看課本的生涯彩虹圖範例。 (二)教師發下空白紙及彩色筆，並邀請他們著手設計屬於自己的彩虹圖，學生可先在圖上標示自己最在乎的七個角色，一個角色用一種顏色代表，在活動頁上的彩虹圖一層一層堆疊出所指定角色的起迄時間。教師可跟學生解釋，每一個區塊，不論大小都是代表著五年，從十歲開始，到一百歲結束。 (三)教師可給予學生充足的時間思考及繪製，並穿梭於學生的座位附近準備隨時為其解惑或是給予建議。 (四)待活動結束後，教師可邀請完成圖形的學生跟兩旁同學分享自己的圖形設計。 (五)教師可鼓勵3至5個願意分享的學生，並拍下他們的作品，投影出來並請學生上臺分享。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 學習溝通合作，理解生涯多元角色與逆境，促進和諧人際關係。		
十八 0607-0611	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動三 生涯過來人 一、活動說明 二、活動進行 (一)教師可邀請學生質疑這個課題：生涯會如我們規畫般順利嗎？ 教師可以舉出一些名人具體的成就，來讓他們猜測名人的姓	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號：	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		名。例如：臺灣女子舉重奧運金牌郭婞純，亞洲流行樂獨樹一格的歌手，新中國風的歌詞跟曲是他的作品一大特色周杰倫，教師可詢問學生是否知道他們的生涯故事？並且為其進行簡短的解說。 教師可將學生分成4至6組，請他們討論出一個想要調查的名人，並依照課本範例的那些要項，進行資料蒐集。 (二) 10分鐘後，請各組派代表上臺報告名人逆境重生的故事。 (三) 在分享完畢之後，教師可抽籤邀請同學分享印象深刻的報告內容及原因。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 學習溝通合作，理解生涯多元角色與逆境，促進和諧人際關係。	能完成課堂上的紙筆練習	
十九 0614-0618	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動三 生涯過來人 好漢當年勇 一、活動說明 二、活動進行 (一) 教師可向學生說明活動的要旨，並且介紹解釋課本上的採訪問題，並鼓勵學生腦力激盪出其他可以提問的問題並提供給大家參考。 (二) 教師可讓學生討論進行採訪的禮貌及注意事項，並且交代採訪期限，要求同學於下周上課時進行分享。 (三) 一星期後，教師可於課堂上請同學兩兩分組，分享自己採訪的結果及收穫。 (四) 教師再請同學分組成大群，約4至6個人一組，討論出答案的共通性，並推派一位代表上臺分享。 三、活動省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 學習溝通合作，理解生涯多元角色與逆境，促進和諧人際關係。		
二十 0621-0625	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路（第三次段考） 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動四 生涯夢想板 活動說明 二、活動進行 三、小結 一筆總結 一、活動說明 （一）教師可請同學回憶，之前繪製彩虹圖時，是否想到很多跟那些角色相關的畫面？教師可先舉例說明：「工作者」最後變成充滿笑容、樂在其中的達人；「伴侶」之間互動畫面很愉悅；「父母」建立了每季都會帶著孩子露營的家庭慣例..... （二）教師亦可跟學生說明，具象化能夠讓抽象的目標更有實踐的動力，所以今天要大家帶這些跟未來角色正面、美好的相關圖片，將夢想具象化！ （三）教師於課堂每人發下一人一張 B4 厚紙板，讓學生將帶來的圖片貼在紙上，並引導他們從中找到圖片象徵的角色及意義，標註在圖片旁邊。 （四）教師可讓學生兩兩一組為單位來分享自己的貼圖，再接著抽籤邀請被抽中的學生說出對方的貼圖故事。 （五）教師可以邀請學生彼此分享並討論下方的三個問題，並鼓勵同學分享。 二、活動進行： 邀請學生一起搜索記憶庫，搶答從二上到目前以來的生涯相關試探活動，可將這些答案條列在黑板上，並且用簡短的描述幫助學生溫習過往經驗。 三、小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 學習溝通合作，理解生涯多元	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

		角色與逆境，促進和諧人際關係。		
二十一 (三段) 0628-0630	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 (休業式) 【生涯規劃教育】 【品德教育】	活動四 生涯夢想板 活動說明 二、活動進行 三、小結 一筆總結 一、活動說明 (一)教師可請同學回憶，之前繪製彩虹圖時，是否想到很多跟那些角色相關的畫面？教師可先舉例說明：「工作者」最後變成充滿笑容、樂在其中的達人；「伴侶」之間互動畫面很愉悅；「父母」建立了每季都會帶著孩子露營的家庭慣例..... (二)教師亦可跟學生說明，具象化能夠讓抽象的目標更有實踐的動力，所以今天要大家帶這些跟未來角色正面、美好的相關圖片，將夢想具象化！ (三)教師於課堂每人發下一人一張 B4 厚紙板，讓學生將帶來的圖片貼在紙上，並引導他們從中找到圖片象徵的角色及意義，標註在圖片旁邊。 (四)教師可讓學生兩兩一組為單位來分享自己的貼圖，再接著抽籤邀請被抽中的學生說出對方的貼圖故事。 (五)教師可以邀請學生彼此分享並討論下方的三個問題，並鼓勵同學分享。 二、活動進行： 邀請學生一起搜索記憶庫，搶答從二上到目前以來的生涯相關試探活動，可將這些答案條列在黑板上，並且用簡短的描述幫助學生溫習過往經驗。 三、小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 統整個人特質、興趣、能力，了解自己的生涯興趣組型亦能在無法選擇的時候探究原因並提出解決之道。 品德教育： 學習溝通合作，理解生涯多元角色與逆境，促進和諧人際關係。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 9 年級【綜合領域-家政科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	九年級教學團隊
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、 ■3. 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	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。 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。		
	學習內容	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現。 家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Cc-IV-1 生活空間的規劃與美化，以及創意的展現。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。		
融入之議題	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 【生涯規劃】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。			
學習目標	一、知識目標 1. 能說明世界各地飲食文化的異同與特色。 2. 能說明創意思考的基本原則及 SMART 目標設定方式。 3. 能辨識生活中常見的資源與限制，提出改善或創新的生活方案。 二、技能目標 1. 能分析不同國家的飲食文化，並設計具文化意涵的料理或活動。 2. 能完成簡易生活小物或創意作品，展現個人構思與手作能力。 3. 能規劃並執行簡單的生活改造活動。 三、態度目標 1. 展現尊重多元文化的態度，樂於探索他國文化與生活方式。 2. 願意動手實作，享受創作過程並從中獲得成就感。 3. 關心生活品質，樂於將創意與行動力應用於日常生活中。			
教學與評量說明	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量

一 0831-0904	主題二青春 觀世界 單元1轉動世界力 【活動1】在 餐桌上旅行 『國際教 育』	認識並表達不同國家食物與文 化的關聯。	學生能表達 自己接觸世 界各地多元 生活方式的 經驗。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	主題二青春 觀世界 單元1轉動世界力 【活動2】餐 桌上的國際 力(一) 『國際教 育』	蒐集並分享世界各地食材與飲 食文化之內涵。	學生能蒐集 並分享世界 各地食材與 飲食文化之 內涵。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0914-0918	主題二青春 觀世界 單元1轉動世界力 【活動2】餐 桌上的國際 力(二) 『國際教 育』	蒐集並分享世界各地食材與飲 食文化之內涵。	學生能蒐集 並分享世界 各地食材與 飲食文化之 內涵。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0921-0925	主題二青春 觀世界 單元1轉動世界力 【活動3】跳 動的味蕾 (一) 『國際教 育』	分析世界各地飲食文化內涵之 差異與成因，並展現合誼的禮 儀。	學生能分析 世界各地飲 食文化內涵 之差異與成 因，並展現 合誼的禮 儀。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0929-1002	主題二青春 觀世界 單元1轉動世界力 【活動3】跳 動的味蕾 (二)	分析世界各地飲食文化內涵之 差異與成因，並展現合誼的禮 儀。	學生能分析 世界各地飲 食文化內涵 之差異與成 因，並展現 合誼的禮 儀。	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	『國際教育』			
六 1005-1009	主題二青春觀世界 單元1轉動世界力 【活動4】美味的饗宴(一) 『國際教育』	尊重世界各地飲食文化的獨特性，並以合宜的方式參與文化交流活動，展現對國際文化的理解。	學生能尊重世界各地飲食文化的獨特性，並以合宜的方式參與文化交流活動，展現對國際文化的理解。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 1012-1016	主題二青春觀世界 單元1轉動世界力 【活動4】美味的饗宴(一) 『國際教育』	尊重世界各地飲食文化的獨特性，並以合宜的方式參與文化交流活動，展現對國際文化的理解。	學生能尊重世界各地飲食文化的獨特性，並以合宜的方式參與文化交流活動，展現對國際文化的理解。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 1019-1023	主題二青春觀世界 單元1轉動世界力 【活動4】美味的饗宴(二) 『國際教育』	尊重世界各地飲食文化的獨特性，並以合宜的方式參與文化交流活動，展現對國際文化的理解。	學生能尊重世界各地飲食文化的獨特性，並以合宜的方式參與文化交流活動，展現對國際文化的理解。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 1026-1030	主題二青春觀世界 單元2手作夢未來 【活動1】許你心想事成 『生涯規劃教育』	1. 分享自己的願望或目標。 2. 覺察自己訂定願望時可能的不足，練習用「SMART」法則訂下合宜且具體可實踐的願望。	學生能寫下並分享自己的願望或目標，並練習用「SMART」法則訂下合宜且具體可實踐的願望。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 1102-1106	主題二青春觀世界 單元2手	1. 蒐集夢想代表物的資訊，並依照需求選擇合宜的夢想代表物。	學生能蒐集夢想代表物的資訊與製	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	作夢未來 【活動 2】 設計我的夢 『生涯規劃教育』	2. 以創意與美感，結合以 SMART 法則訂下的願望，設計夢想代表物。	作方式，並以創意結合美感，畫出設計圖。	
十一 1109-1113	主題二青春觀世界 單元 2 手作夢未來 【活動 3】 巧手圓夢趣(一) 『生涯規劃教育』	1. 認識皮雕、羊毛氈與手縫的特性、工具與製作過程。 2. 運用創新能力製作夢想代表物，在過程中展現個人能力與美感。	學生能掌握手作技巧，利用創新能力製作夢想代表物，展現個人能力與美感。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 1116-1120	主題二青春觀世界 單元 2 手作夢未來 【活動 3】 巧手圓夢趣(二) 『生涯規劃教育』	1. 認識皮雕、羊毛氈與手縫的特性、工具與製作過程。 2. 運用創新能力製作夢想代表物，在過程中展現個人能力與美感。	學生能掌握手作技巧，利用創新能力製作夢想代表物，展現個人能力與美感。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 1123-1127	主題二青春觀世界 單元 2 手作夢未來 【活動 3】 巧手圓夢趣(三) 『生涯規劃教育』	1. 認識皮雕、羊毛氈與手縫的特性、工具與製作過程。 2. 運用創新能力製作夢想代表物，在過程中展現個人能力與美感。	學生能掌握手作技巧，利用創新能力製作夢想代表物，展現個人能力與美感	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 1130-1204	主題二青春觀世界 單元 2 手作夢未來 【活動 3】 巧手圓夢趣(三) 『生涯規劃教育』	1. 認識皮雕、羊毛氈與手縫的特性、工具與製作過程。 2. 運用創新能力製作夢想代表物，在過程中展現個人能力與美感。	學生能欣賞自己與他人的夢想代表物，進行夢想宣告，並針對作品進行評估，思考將夢想具體化，如搭	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	教育』		配圖騰、顏色、文字，並發揮創意設計、製作夢想代表物的過程中可再改良的地方，增進生活樂趣。	
十五 (二段) 1207-1211	主題二青春觀世界 單元2 手作夢未來 【活動4】夢的設計大賞 『生涯規劃教育』	1. 欣賞自己與他人的夢想代表物。 2. 評估自己與他人的作品，思考將夢想具體化與發揮創意、製作過程中的改良方式，增進生活樂趣。	學生能欣賞自己與他人的夢想代表物，進行夢想宣告，並針對作品進行評估，思考將夢想具體化，如搭配圖騰、顏色、文字，並發揮創意設計、製作夢想代表物的過程中可再改良的地方，增進生活樂趣。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 1214-1218	主題二青春觀世界 單元3 玩轉美好生活 【活動1】哎呀！我的生活 『家庭教育』	覺察目前生活待改善之處，以及自己運用資源的現況。	學生能檢視個人在日常生活中運用各項資源的狀況。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 1221-1225	主題二青春觀世界 單元3 玩轉美好生活 【活動2】生活好easy(一) 『家庭教	1. 分析自己面對生活選擇時的想法及態度，練習提出妥善決定來解決問題。 2. 思考如何運用所學及現有資源為生活加分。	1. 學生能分析自己常見的「生活選擇行為」背後的想法與態度，練習提出妥善決定。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	育』		2. 學生能找出提升生活品質、增加生活美感的方法，學習妥善運用資源為生活加分。	
十八 1228-0101	主題二青春 觀世界 單元3 玩轉 美好生活 【活動2】生 活好 easy(二) 『家庭教育』	1. 分析自己面對生活選擇時的想法及態度，練習提出妥善決定來解決問題。 2. 思考如何運用所學及現有資源為生活加分。	1. 學生能分析自己常見的「生活選擇行為」背後的想法與態度，練習提出妥善決定。 2. 學生能找出提升生活品質、增加生活美感的方法，學習妥善運用資源為生活加分。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十九 0104-0108	主題二青春 觀世界 單元3 玩轉 美好生活 【活動3】元 氣生活提案 『家庭教育』	依個人狀況及需求擬訂合宜的健康生活計畫。	學生能依個人狀況及需求擬訂合宜的計畫，增進生活品質。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十 0111-0115	主題二青春 觀世界 單元3 玩轉 美好生活 【活動4】生 活樂玩味 『家庭教育』	執行擬訂計畫，評估實施成效並提出調整方法，與他人分享。	學生能執行擬訂計畫，評估實施成效並提出調整方法，與他人分享。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十一 (三段) 0118-0120	主題二青春 觀世界 單元3 玩轉	執行擬訂計畫，評估實施成效並提出調整方法，與他人分享。	學生能執行擬訂計畫，評估實施成	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	美好生活 【活動 4】生活樂玩味 『家庭教育』		效並提出調整方法，與他人分享。	
--	-----------------------------------	--	-----------------	--

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 9 年級【綜合領域-家政科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	九年級教學團隊
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	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。 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。		
	學習內容	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現。 家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Cc-IV-1 生活空間的規劃與美化，以及創意的展現。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。		
融入之議題	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 【生涯規劃】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。			
學習目標	一、知識目標 1. 能認識食品加工與添加物的種類及其對健康的影響。 2. 能理解自我成長歷程與影響自我選擇的內外因素。 二、技能目標 1. 能分析並判別日常生活中的加工食品及其成分。 2. 能運用創作或表達方式，描繪個人特質與生命故事。 三、態度目標 1. 培養關心飲食安全與健康的態度，做出負責任的飲食選擇。 2. 培養自我覺察與負責任的生活態度，正向面對成長挑戰。			
教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論			

5. 高層次紙筆評量				
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	主題三青春 實踐家 單元1 食在 好安心 【活動1】食 品放大鏡 (一) 『環境教 育』	觀察並表達日常生活中加工食 品的範圍，從食安新聞中瞭解 食物從產地到餐桌所發生食安 事件之危機與關係。	學生能從本 單元覺察生 活中食品加 工的危機與 現象，並找 出策略應用 於生活中。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0215-0219	主題三青春 實踐家 單元1 食在 好安心 【活動1】食 品放大鏡 (二) 『環境教 育』	觀察並表達日常生活中加工食 品的範圍，從食安新聞中瞭解 食物從產地到餐桌所發生食安 事件之危機與關係。	學生能從本 單元覺察生 活中食品加 工的危機與 現象，並找 出策略應用 於生活中。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0222-0226	主題三青春 實踐家 單元1 食在 好安心 【活動2】食 品變身記 『環境教 育』	探究食品加工過程與常見之加 工法，歸納加工食品之目的與 方法並覺察其帶來的影響。	學生能從本 單元中覺察 生活中食品 加工的危機 與現象，並 找出策略應 用於生活 中。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0301-0305	主題三青春 實踐家 單元1 食在 好安心 【活動3】食 品練功坊 『環境教 育』	分析食材與加工之關係與變 化，並運用食品加工法製作出 合適之加工食品。	學生能從本 單元覺察生 活中食品加 工的危機與 現象，並找 出策略應用 於生活中。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0308-0312	主題三青春 實踐家 單元1 食在 好安心 【活動4】好	運用合宜的策略解決飲食安全 危機保護自己或他人。	學生能從本 單元覺察生 活中食品加 工的危機與 現象，並找	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	食交流會 『環境教育』		出策略應用於生活中。	
六 0315-0319	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動1】歲月的禮物 『品德教育』、『多元文化教育』	覺察並思考一個階段的完成，對於自己的意義或影響。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 0322-0326	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動1】歲月的禮物 『品德教育』、『多元文化教育』	覺察並思考一個階段的完成，對於自己的意義或影響。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 0329-0402	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動2】成長的模樣 『品德教育』、『多元文化教育』	分享穿著服飾的經驗，探究服飾具備的功能或意涵，並思考如何透過合宜的穿著來展現自己。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 0405-0409	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動3】歷練的累積(一) 『品德教	分析未來生活應具備的跨界關鍵力，並依此設計考驗活動來展現學習成果與心得。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	育』、『多元文化教育』			
十 0412-0416	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動3】歷練的累積(二) 『品德教育』、『多元文化教育』	分析未來生活應具備的跨界關鍵力，並依此設計考驗活動來展現學習成果與心得。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十一 0419-0423	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動4】食在玩美(一) 『品德教育』、『多元文化教育』	能運用資源，以創新思考結合美感設計班級活動方案，並執行，運用美學於日常生活中，展現美感，豐富生活。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 0426-0430	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動4】食在玩美(二) 『品德教育』、『多元文化教育』	能運用資源，以創新思考結合美感設計班級活動方案，並執行，運用美學於日常生活中，展現美感，豐富生活。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 0503-0507	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動5】打造青春舞台(一) 『品德教	1. 依討論結果擬定班級畢業式計畫。 2. 按照計畫分工並完成準備工作。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	育』、『多元文化教育』			
十四 0510-0514	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動5】打造青春舞台(一) 『品德教育』、『多元文化教育』	1. 依討論結果擬定班級畢業式計畫。 2. 按照計畫分工並完成準備工作。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 0517-0521	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動5】打造青春舞台(二) 『品德教育』、『多元文化教育』	1. 依討論結果擬定班級畢業式計畫。 2. 按照計畫分工並完成準備工作。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動6】綻放畢業式(一) 『品德教育』、『多元文化教育』	1. 在活動中展現合宜的態度與能力。 2. 在畢業式中，能運用適當的方式表達對於他人的感謝與祝福。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 0531-0604	主題三青春實踐家 單元2 攀登成熟的彼端 【活動6】綻放畢業式(二)	1. 在活動中展現合宜的態度與能力。 2. 在畢業式中，能運用適當的方式表達對於他人的感謝與祝福。	學生能用合宜的言語、行動來表達自己的想法與情意。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	『品德教育』、『多元文化教育』			
--	-----------------	--	--	--

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 9 年級【綜合領域-童軍科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	九年級教學團隊
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	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。 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。 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。 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	童 Ca-IV-3各種童軍旅行的規劃、執行並體驗其樂趣。 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。 童 Ba-IV-1服務學習的意義、價值與信念的理解及落實。 童 Ba-IV-2校園關懷服務活動的參與及分享。 童 Bb-IV-1多元族群服務需求的評估。 童 Bb-IV-2服務活動方案的規劃與執行。 童 Bb-IV-3服務活動的反思與多元能力的展現。 輔 Dd-IV-3多元文化社會的互動與關懷。 童 Da-IV-2人類與生活環境互動關係的理解，即永續發展策略的實踐與省思。 童 Dc-IV-2國際環境議題的理解、參與及省思。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。		
融入之議題	【戶外教育】 戶 J3 善用教室外、戶外及校外教學，認識臺灣環境並參訪自然及文化資產，如國家公園、國家風景區及國家森林公園等。 【品德教育】 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 【人權教育】 人 J5 瞭解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【海洋教育】 海 J14 探討海洋生物與生態環境之關聯。 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。			

	【國際教育】 國 J3 瞭解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 瞭解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。			
學習目標	一、知識目標 1. 了解自然環境與人文環境的特色與價值。 2. 理解服務學習的意涵與流程。 3. 了解人類行為對地球環境造成的影響。 二、技能目標 1. 能規劃並執行合適的戶外活動與服務學習。 2. 能發掘社區需求，規劃並執行服務方案。 3. 能分析並設計可行的環境保護行動方案。 三、態度目標 1. 培養對環境與在地文化的尊重與關懷。 2. 樂於參與公共事務，關心社會並主動行動。 3. 具備守護地球的責任感，願意實踐永續理念。			
教學與評量說明	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	主題三青春 護家園 單元1印象福 爾摩沙 【活動1】 看 見臺灣之美 『環境教 育』、『戶 外教育』	1. 分享印象中的臺灣特有自然 景觀與人文環境。 2. 說出保護臺灣自然人文環境 的方法與低碳旅遊的方式。	學生能分享 低碳旅遊臺 灣自然景觀 與人文環境 的經驗。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	主題三青春 護家園 單元1印象福 爾摩沙 【活動2】 社 區探索趣 (一) 『環境教 育』、『戶 外教育』	1. 蒐集社區自然環境與人文資 源資訊。 2. 歸納整理並探究社區自然環 境與人文資源。	學生能蒐集 資訊，認識 並探究社區 中的自然環 境與人文資 源。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0914-0918	主題三青春 護家園 單元1印象	1. 蒐集社區自然環境與人文資 源資訊。 2. 歸納整理並探究社區自然環	學生能蒐集 資訊，認識 並探究社區	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	福爾摩沙 【活動 2】 社區探索趣 (二) 『環境教育』、『戶外教育』	境與人文資源。	中的自然環境與人文資源。	
四 0921-0925	主題三青春護家園 單元1 印象福爾摩沙 【活動3】 發現在地特色 『環境教育』、『戶外教育』	1. 規劃探索社區自然環境與人文社會戶外活動。 2. 製作能展現社區永續發展的探訪路線地圖。	學生能規劃探訪鄰近社區的戶外活動，並製作探索地圖。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0929-1002	主題三青春護家園 單元 1 印象福爾摩沙 【活動 4】 城鎮漫遊米其林(一) 『環境教育』、『戶外教育』	1. 執行城鎮漫遊活動，體驗戶外生活樂趣。 2. 落實公民關懷反思環境永續的意義，並推廣社區的特色與價值。	學生能規劃探訪鄰近社區的戶外活動，並製作探索地圖。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 1005-1009	主題三青春護家園 單元 1 印象福爾摩沙 【活動 4】 城鎮漫遊米其林(二) 『環境教育』、『戶外教育』	1. 執行城鎮漫遊活動，體驗戶外生活樂趣。 2. 落實公民關懷反思環境永續的意義，並推廣社區的特色與價值。	學生能執行城鎮漫遊活動，體驗戶外生活的樂趣與永續環保的意義。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
七 1012-1016	主題三青春護家園 單元 1 印象福爾摩沙 【活動 4】 城鎮漫遊米其	1. 執行城鎮漫遊活動，體驗戶外生活樂趣。 2. 落實公民關懷反思環境永續的意義，並推廣社區的特色與價值。	學生能分享服務與被服務的經驗。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	林(二) 『環境教育』、『戶外教育』			
八 (一段) 1019-1023	主題三青春護家園 單元2服務從心出發 【活動1】 點燃服務熱情 『品德教育』、『人權教育』	1. 認識社區服務，分享服務的經驗。 2. 澄清服務學習的意義與價值。	學生能分享服務與被服務的經驗。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 1026-1030	主題三青春護家園 單元2服務從心出發 【活動2】服務學習整備站(一) 『品德教育』、『人權教育』	1. 運用觀察力，探索社區服務的對象。 2. 運用同理心地圖，分析服務對象的需求。 3. 運用腦力激盪，提供服務的方法。 4. 規劃合宜的服務學習方案。	學生能澄清服務學習的意義與價值。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 1102-1106	主題三青春護家園 單元2服務從心出發 【活動2】服務學習整備站(二) 『品德教育』、『人權教育』	1. 運用觀察力，探索社區服務的對象。 2. 運用同理心地圖，分析服務對象的需求。 3. 運用腦力激盪，提供服務的方法。 4. 規劃合宜的服務學習方案。	學生能澄清服務學習的意義與價值。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十一 1109-1113	主題三青春護家園 單元2服務從心出發 【活動2】服務學習整備站(三)	1. 運用觀察力，探索社區服務的對象。 2. 運用同理心地圖，分析服務對象的需求。 3. 運用腦力激盪，提供服務的方法。 4. 規劃合宜的服務學習方案。	學生能運用同理心地圖與腦力激盪等方法，分析服務對象的需求，規劃服務學習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	『品德教育』、『人權教育』		方案。	
十二 1116-1120	主題三青春 護家園 單元2 服務 從心出發 【活動3】服 務學習即刻 啟動 『品德教 育』、『人 權教育』	1. 執行服務學習方案。 2. 分工合作執行服務學習。 3. 運用反思法評估服務學習成效。	學生能運用同理心地圖與腦力激盪等方法，分析服務對象的需求，規劃服務學習方案。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 1123-1127	主題三青春 護家園 單元2 服務 從心出發 【活動4】快 樂分享服務 續航 『品德教 育』、『人 權教育』	1. 分享服務學習成果。 2. 提出持續服務的行動方案。	學生能執行合宜的服務學習方案，歸納服務學習的成果，並提出持續服務的方案。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 1130-1204	主題三青春 護家園 單元2 服務 從心出發 【活動4】快 樂分享服務 續航 『品德教 育』、『人 權教育』	1. 分享服務學習成果。 2. 提出持續服務的行動方案。	學生能主動關注國際環境議題，實踐並省思環境永續發展的行動。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 1207-1211	主題三青春 護家園 單元3 地球 捍衛戰士 【活動1】 「地球勇 者」的生存 挑戰(一)	表達生態變遷，對全球各地人類及物種的影響。	學生能主動關注國際環境議題，實踐並省思環境永續發展的行動。	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	『環境教育』、『海洋教育』、『能源教育』、『國際教育』			
十六 1214-1218	主題三青春護家園 單元3 地球捍衛戰士 【活動1】 「地球勇者」的生存挑戰(二) 『環境教育』、『海洋教育』、『能源教育』、『國際教育』	表達生態變遷，對全球各地人類及物種的影響。	學生能瞭解九年級的生活和任務，學習以合理的心態來面對。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 1221-1225	主題三青春護家園 單元3 地球捍衛戰士 【活動2】 生活很樂，可是生態不樂 『環境教育』、『海洋教育』、『能源教育』、『國際教育』	覺察人與環境互動時的關係與產生的影響。	學生能分析人類與生活環境互動可能產生的議題，規劃環境永續的策略。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十八 1228-0101	主題三青春護家園 單元3 地球捍衛戰士 【活動3】 綠地保衛戰(一) 『環境教育』、『海洋教育』、『能源教育』、『國際教育』	探討人類在國際環境議題中所扮演的角色，並擬訂保護環境永續發展的可行策略。	學生能探究人類與生活環境互動的關係，並學習保護環境的方法。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	『能源教育』、『國際教育』			
十九 0104-0108	主題三青春 護家園 單元3 地球 捍衛戰士 【活動3】綠 地保衛戰 (二) 『環境教 育』、『海 洋教育』、 『能源教 育』、『國 際教育』	探討人類在國際環境議題中所扮演的角色，並擬訂保護環境永續發展的可行策略。	學生能探究人類與生活環境互動的關係，並學習保護環境的方法。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十 0111-0115	主題三青春 護家園 單元3 地球 捍衛戰士 【活動4】捍 衛地球不退 縮 『環境教 育』、『海 洋教育』、 『能源教 育』、『國 際教育』	實踐並省思個人對國際環境永續發展的行動策略與價值。	學生能表達個人與生活環境互動及環境保護的經驗。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十一 (三段) 0118-0120	主題三青春 護家園 單元3 地球 捍衛戰士 【活動4】捍 衛地球不退 縮 『環境教 育』、『海 洋教育』、 『能源教 育』、『國 際教育』	實踐並省思個人對國際環境永續發展的行動策略與價值。	學生能表達個人與生活環境互動及環境保護的經驗。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 9 年級【綜合領域-童軍科】課程計畫

每週節數	1 節	設計者	八年級教學團隊
------	-----	-----	---------

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	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。 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。 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。 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	童 Ca-IV-3 各種童軍旅行的規劃、執行並體驗其樂趣。 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。 童 Ba-IV-1 服務學習的意義、價值與信念的理解及落實。 童 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 童 Bb-IV-1 多元族群服務需求的評估。 童 Bb-IV-2 服務活動方案的規劃與執行。 童 Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，即永續發展策略的實踐與省思。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。
融入之議題	【環境教育】 環 J1 瞭解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J3 經由環境美學與自然文學瞭解自然環境的倫理價值。 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 J10 瞭解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。 環 J11 瞭解天然災害的人為影響因子。 【戶外教育】 戶 J3 善用教室外、戶外及校外教學，認識臺灣環境並參訪自然及文化資產，如國家公園、國家風景區及國家森林公園等。 【品德教育】 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 【人權教育】 人 J5 瞭解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【海洋教育】 海 J14 探討海洋生物與生態環境之關聯。 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。 【國際教育】 國 J3 瞭解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 瞭解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。	

學習目標	一、知識目標 1. 理解各地青少年的生活與文化，認識多元族群特性與跨文化理解方式。 2. 了解全球議題與服務行動的意義，認同全球公民的責任角色。 3. 理解 SDGs 的理念與重要性，掌握其對個人與社會的影響，理解國際參與的意義 二、技能目標 1. 能蒐集分析青少年文化資料，具備初步規劃與表達國際交流的能力。 2. 能分析全球議題與 SDGs，擬定行動方案，展現關懷與合作力。 3. 能評估議題並執行行動，具備實踐、表達與溝通合作的能力。 三、態度目標 1. 尊重多元文化，願意參與跨文化互動，培養包容與國際視野。 2. 關心弱勢與環境，具同理心與責任感，願投入永續行動。 3. 樂於服務與行動，展現責任與關懷，致力改善世界。			
教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	主題一青春樂翱翔 單元1世界青少年 【活動1】 「益」起看世界 『國際教育』	分享國內、國外青少年休閒活動的類型、發表參與童軍活動的經驗。	學生能收集國際活動交流資訊，突破國界疆域，學習理解與尊重多元文化。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0215-0219	主題一青春樂翱翔 單元1世界青少年 【活動2】一 「童」去交友(一) 『國際教育』	蒐集國內、國外青少年休閒活動資訊、類型，分析青少年喜好程度與參加跨國活動應具備的能力。	學生能收集國際活動交流資訊，突破國界疆域，學習理解與尊重多元文化。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
三 0222-0226	主題一青春樂翱翔 單元1世界青少年 【活動2】一 「童」去交	蒐集國內、國外青少年休閒活動資訊、類型，分析青少年喜好程度與參加跨國活動應具備的能力。	學生能收集國際活動交流資訊，突破國界疆域，學習理解與尊重多	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	友(二) 『國際教育』		元文化。	
四 0301-0305	主題一青春 樂翱翔 單元1 世界 青少年 【活動3】跨 越國際零距 離(一) 『國際教 育』	關心世界議題，規劃執行服務 方案，過程中展現對國際文化 的理解與重，並表現合宜的國 際交流互動禮儀。	學生能收集 國際活動交 流資訊，突 破國界疆 域，學習理 解與尊重多 元文化。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0308-0312	主題一青春 樂翱翔 單元1 世界 青少年 【活動3】跨 越國際零距 離(二) 『國際教 育』	關心世界議題，規劃執行服務 方案，過程中展現對國際文化 的理解與重，並表現合宜的國 際交流互動禮儀。	學生能收集 國際活動交 流資訊，突 破國界疆 域，學習理 解與尊重多 元文化。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 0315-0319	主題一青春 樂翱翔 單元2 愛在 世界地球村 【活動1】用 愛與國際連 結 『品德教 育』、『國 際教育』	1. 聆聽國際行善關懷相關的報 導與歌曲。 2. 分享參與國際行善關懷的經 驗。	學生能從認 識聯合國永 續發展目 標、關懷全 球議題，進 而規劃並以 落實國際關 懷或援助行 動。	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
七 0322-0326	主題一青春 樂翱翔 單元2 愛在 世界地球村 【活動1】用 愛與國際連 結 『品德教 育』、『國 際教育』	1. 聆聽國際行善關懷相關的報 導與歌曲。 2. 分享參與國際行善關懷的經 驗。	學生能從認 識聯合國永 續發展目 標、關懷全 球議題，進 而規劃並以 落實國際關 懷或援助行 動。	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
八 (一段) 0329-0402	主題一青春 樂翱翔 單元2 愛在 世界地球村 【活動2】讓	1. 認識童軍和平使者計畫及世 界童軍服務章。 2. 分析聯合國永續發展目標的 內容與意義。 3. 搜尋與認識非政府或非營利	學生能從認 識聯合國永 續發展目 標、關懷全 球議題，進	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量

	愛傳遞，地球永續(一) 『品德教育』、『國際教育』	等組織倡議永續發展目標的行動。 4. 學習全球議題探究與實作的步驟與方法。	而規劃並以落實國際關懷或援助行動。	
九 0405-0409	主題一青春樂翱翔 單元2 愛在世界地球村 【活動2】讓愛傳遞，地球永續(二) 『品德教育』、『國際教育』	1. 認識童軍和平使者計畫及世界童軍服務章。 2. 分析聯合國永續發展目標的內容與意義。 3. 搜尋與認識非政府或非營利等組織倡議永續發展目標的行動。 4. 學習全球議題探究與實作的步驟與方法。	學生能從認識聯合國永續發展目標、關懷全球議題，進而規劃並以落實國際關懷或援助行動。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 0412-0416	主題一青春樂翱翔 單元2 愛在世界地球村 【活動3】擁抱世界分享愛(一) 『品德教育』、『國際教育』	1. 規劃合宜的國際關懷或服務行動方案。 2. 執行國際關懷或國際服務的行動方案。 3. 評估執行成效及提出持續的方案。	學生能從認識聯合國永續發展目標、關懷全球議題，進而規劃並以落實國際關懷或援助行動。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十一 0419-0423	主題一青春樂翱翔 單元2 愛在世界地球村 【活動3】擁抱世界分享愛(二) 『品德教育』、『國際教育』	1. 規劃合宜的國際關懷或服務行動方案。 2. 執行國際關懷或國際服務的行動方案。 3. 評估執行成效及提出持續的方案。	學生能從認識聯合國永續發展目標、關懷全球議題，進而規劃並以落實國際關懷或援助行動。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 0426-0430	主題一青春樂翱翔 單元3 國際行動使者 【活動1】國際議題觀測站 『環境教育』、『國際教育』	1. 能分享過往對於國際議題認識與感受，並瞭解SDGs目標與重要性。 2. 蒐集資料並探討分析國際上世界各地與SDGs相關的國際議題內容。	學生能將三年所學到的能力，從自身運用到群體、從社區運用世界、從環境運用到人權等，各種國際議題。	1. 口語評量 2. 學習紀錄

十三 0503-0507	主題一青春 樂翱翔 單元3 國際 行動使者 【活動2】為 世界盡力前 行(一) 『環境教 育』、『國 際教育』	規劃並執行「支持、倡議或捍 衛相關國際議題」的行動方 案。	學生能將三 年所學到的 能力，從自 身運用到群 體、從社區 運用世界、 從環境運 用到人權等， 各種國際議 題。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 0510-0514	主題一青春 樂翱翔 單元3 國際 行動使者 【活動2】為 世界盡力前 行(一) 『環境教 育』、『國 際教育』	規劃並執行「支持、倡議或捍 衛相關國際議題」的行動方 案。	學生能將三 年所學到的 能力，從自 身運用到群 體、從社區 運用世界、 從環境運 用到人權等， 各種國際議 題。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 0517-0521	主題一青春 樂翱翔 單元3 國際 行動使者 【活動2】為 世界盡力前 行(二) 『環境教 育』、『國 際教育』	規劃並執行「支持、倡議或捍 衛相關國際議題」的行動方 案。	學生能將三 年所學到的 能力，從自 身運用到群 體、從社區 運用世界、 從環境運 用到人權等， 各種國際議 題。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	主題一青春 樂翱翔 單元3 國際 行動使者 【活動3】牽 起世界大步 走(一) 『環境教 育』、『國 際教育』	1. 評估行動方案的成效。 2. 回饋並擬定持續關注國際人 權議題的目標。	學生能將三 年所學到的 能力，從自 身運用到群 體、從社區 運用世界、 從環境運 用到人權等， 各種國際議 題。	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十七 0531-0604	主題一青春 樂翱翔 單元3 國際 行動使者 【活動3】牽 起世界大步	1. 評估行動方案的成效。 2. 回饋並擬定持續關注國際人 權議題的目標。	學生能將三 年所學到的 能力，從自 身運用到群 體、從社區 運用世界、	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量

	走(二) 『環境教育』、『國際教育』		從環境運用到人權等，各種國際議題。	
--	-----------------------	--	-------------------	--

桃園市青埔國民中學 115 學年度第一學期 9 年級【綜合領域-輔導科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	八年級教學團隊
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-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 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。		
	學習內容	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 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 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 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。		
融入之議題	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭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 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 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。 【品德教育】			

	品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU1 尊重生命。			
學習目標	一、知識目標 1. 能瞭解個人、家人期許對生涯抉擇的影響，並能建構生涯藍圖與目標。 2. 能說出生涯類型與學習歷程的關聯，瞭解其對生涯選擇的參考價值。 3. 能認識壓力來源及其正向與負向影響，瞭解因應壓力的情緒調適策略。 二、技能目標 1. 能統整自我興趣、能力等項目，製作出適合自己的生涯目錄。 2. 能統整高中職選類群資訊，建立個人升學選擇方向。 3. 能分析自己面對壓力的想法與感受，選擇合適的調適策略。 三、態度 1. 能接納個人特質，探索並尊重多元的生涯發展樣貌。 2. 能肯定自己特質與潛能，培養積極探索與行動的態度。 3. 能表達關懷與接納他人情緒，並展現面對壓力的正向態度與行動。			
教學與評量說明	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0831-0904	主題一青春 生涯路 單元1夢想啟航 【活動1】生涯領航(一) 『生涯規劃教育』	透過生涯幻遊，釐清自己的價值觀、興趣、性向等，對個人生涯抉擇的影響。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0907-0911	主題一青春 生涯路 單元1夢想啟航 【活動1】生涯領航(二) 『生涯規劃教育』	透過生涯幻遊，釐清自己的價值觀、興趣、性向等，對個人生涯抉擇的影響。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄

三 0914-0918	主題一青春 生涯路 單元1夢想啟航 【活動2】家 人伴我行 『生涯規劃 教育』	蒐集家人與環境因素對自我的 影響，表達自己對生涯的想 法。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0921-0925	主題一青春 生涯路 單元1夢 想啟航 【活動3】 生涯金三 角(一) 『生涯規劃 教育』	整合自己的各項生涯資訊，提 出適性的生涯發展目標。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0929-1002	主題一青春 生涯路 單元1夢 想啟航 【活動3】 生涯金三 角(二) 『生涯規劃 教育』	整合自己的各項生涯資訊，提 出適性的生涯發展目標。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 1005-1009	主題一青春 生涯路 單元1夢 想啟航 【活動4】 我的生涯 藍圖 『生涯規劃 教育』	收集各項影響生涯抉擇因素， 做出合宜的生涯抉擇。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
七 1012-1016	主題一青春 生涯路 單元1夢 想啟航 【活動4】 我的生涯	收集各項影響生涯抉擇因素， 做出合宜的生涯抉擇。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量

	藍圖 『生涯規劃 教育』		文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	
八 (一段) 1019-1023	主題一青春 生涯路 單元 2 生涯 Maker 【活動 1】 未來偵察員 (一) 『生涯規劃 教育』、 『生命教 育』	分享個人生涯規劃的感受與想 法，瞭解國中畢業後各類型學 校特色，並分析自己的狀況。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
九 1026-1030	主題一青春 生涯路 單元 2 生 涯 Maker 【活動 1】 未來偵察 員(二) 『生涯規劃 教育』、 『生命教 育』	分享個人生涯規劃的感受與想 法，瞭解國中畢業後各類型學 校特色，並分析自己的狀況。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十 1102-1106	主題一青春 生涯路 單元 2 生 涯 Maker 【活動 2】 資訊一把 罩 『生涯規劃 教育』、 『生命教 育』	熟悉十二年國教升學管道，並 檢視自己現階段的表現。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練 習	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量
十一 1109-1113	主題一青春 生涯路 單元 2 生 涯 Maker 【活動 3】 高校探險 隊(一) 『生涯規劃 教育』、	探索學區內高校資訊，澄清自 己的疑惑，作為擬訂個人生涯 規劃的參考。	溝通表達： 能在課堂議 題討論中發 表意見、能 進行個人口 頭分享 文字符號： 能完成課堂 上的紙筆練	1. 實作評量 2. 高層次紙 筆評量

	『生命教育』		習	
十二 1116-1120	主題一青春生涯路 單元2生涯Maker 【活動3】 高校探險隊(二) 『生涯規劃教育』、 『生命教育』	探索學區內高校資訊，澄清自己的疑惑，作為擬訂個人生涯規劃的參考。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 1123-1127	主題一青春生涯路 單元2生涯Maker 【活動4】 高校達人 『生涯規劃教育』、 『生命教育』	收集適合自己的高校資訊，覺察、評估未來生涯發展可能面臨的問題，並調整策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 1130-1204	主題一青春生涯路 單元2生涯Maker 【活動4】 高校達人 『生涯規劃教育』、 『生命教育』	收集適合自己的高校資訊，覺察、評估未來生涯發展可能面臨的問題，並調整策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十五 (二段) 1207-1211	主題一青春生涯路 單元3抗壓達人秀 【活動1】 生活檢測站 『生命教育』、『品德教育』	1. 分享自己對九年級生活的感受與體悟。 2. 瞭解九年級的任務，練習以合理的心態來面對挑戰。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 1214-1218	主題一青春生涯路 單元3抗壓	1. 認識壓力來源及壓力正負向影響。 2. 覺察自己的壓力狀態。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	達人秀 【活動 2】心靈深呼吸 (一) 『生命教育』、『品德教育』		表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
十七 1221-1225	主題一青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀 【活動 2】心靈深呼吸 (二) 『生命教育』、『品德教育』	1. 認識壓力來源及壓力正負向影響。 2. 覺察自己的壓力狀態。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十八 1228-0101	主題一青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀 【活動 3】減壓妙點子 (一) 『生命教育』、『品德教育』	1. 分析個人面對壓力的思考模式。 2. 練習不同壓力調節策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十九 0104-0108	主題一青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀 【活動 3】減壓妙點子 (二) 『生命教育』、『品德教育』	1. 分析個人面對壓力的思考模式。 2. 練習不同壓力調節策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
二十 0111-0115	主題一青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀 【活動 4】「抗壓執行」有夠讚！ 『生命教	1. 運用適合的壓力調節策略，調節自己的情緒與壓力。 2. 評估並調整自己所使用的情緒調節策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	育』、『品德教育』		習	
二十一 (三段) 0118-0120	主題一青春生涯路 單元3 抗壓達人秀 【活動4】 「抗壓執行」有夠讚！ 『生命教育』、『品德教育』	1. 運用適合的壓力調節策略，調節自己的情緒與壓力。 2. 評估並調整自己所使用的情緒調節策略。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

桃園市青埔國民中學 115 學年度第二學期 9 年級【綜合領域-輔導科】課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	九年級教學團隊
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-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 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。		
	學習內容	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 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 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 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。		
融入之議題	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭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 J7 學習蒐集與分析工作/ 教育環境的資料。			

	涯 J8 工作/ 教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 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。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EUJ1 尊重生命。			
學習目標	一、知識目標 1. 了解自我探索與選擇對未來生涯的重要性。 2. 理解教育會考帶來的壓力來源與情緒反應。 3. 理解面對畢業與離別時可能產生的心理感受與挑戰。 二、技能目標 1. 能分析職涯方向並擬定具體行動計畫。 2. 能提出並執行調適壓力的具體行動方案。 3. 能運用合適的方法調適情緒與壓力，正向面對變化。 三、態度目標 1. 培養正向態度，勇於追夢並承擔選擇責任。 2. 願意正向面對壓力，關懷並肯定自己的努力。 3. 願意珍惜回憶與人際關係，以自信與希望迎向未來。			
教學與評量說明	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量 4. 小組討論 5. 高層次紙筆評量			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
一 0211-0212	主題二青春 心配方 單元 1 未來 想像 【活動 1】 生 涯密碼 『生涯規劃 教育』、 『生命教 育』	1. 分享個人未來職業與就讀科系的想法與感受。 2. 藉由個人生命故事的整理，思索過去、現在和未來間的關聯性。	學生能統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
二 0215-0219	主題二青春 心配方 單元 1 未來 想像 【活動 2】 生 涯新世界	1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。 2. 覺察環境變動對自己的生涯影響，並培養跨領域能力。	學生能統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	(一) 『生涯規劃教育』、 『生命教育』		未來生涯。	
三 0222-0226	主題二青春 心配方 單元1 未來 想像 【活動2】生 涯新世界 (二) 『生涯規劃 教育』、 『生命教 育』	1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。 2. 覺察環境變動對自己的生涯影響，並培養跨領域能力。	學生能統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
四 0301-0305	主題二青春 心配方 單元1 未來 想像 【活動3】生 涯圖像(一) 『生涯規劃 教育』、 『生命教 育』	1. 釐清自己的生涯家政發展願景，澄清個人價值與生命意義，增進自己未來發展的正向能量。 2. 統整自己未來生涯所需的能力，訂定具體目標和計劃。	學生能統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
五 0308-0312	主題二青春 心配方 單元1 未來 想像 【活動3】生 涯圖像(二) 『生涯規劃 教育』、 『生命教 育』	1. 釐清自己的生涯發展願景，澄清個人價值與生命意義，增進自己未來發展的正向能量。 2. 統整自己未來生涯所需的能力，訂定具體目標和計劃。	學生能統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
六 0315-0319	主題二青春 心配方 單元2 盛夏 的任務 【活動1】主 動積極的實 踐家(一) 『生命教 育』	理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。	面臨「國中教育會考」時，學生能釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

			身能力並達到最好的表現。	
七 0322-0326	主題二青春 心配方 單元2 盛夏 的任務 【活動1】主 動積極的實 踐家(一) 『生命教 育』	理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。	面臨「國中教育會考」時，學生能釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
八 (一段) 0329-0402	主題二青春 心配方 單元2 盛夏 的任務 【活動1】主 動積極的實 踐家(二) 『生命教 育』	理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。	面臨「國中教育會考」時，學生能釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
九 0405-0409	主題二青春 心配方 單元2 盛夏 的任務 【活動2】決 戰五月天 (一) 『生命教 育』	理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。	面臨「國中教育會考」時，學生能釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十 0412-0416	主題二青春 心配方 單元2 盛夏 的任務	理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。	面臨「國中教育會考」時，學生能釐清自己面	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量

	【活動 2】決戰五月天 (二) 『生命教育』		對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。	
十一 0419-0423	主題二青春心配方 單元 2 盛夏的任務 【活動 3】充電轉運站 『生命教育』	討論轉化階段的待辦事項。調整轉化階段的心態方向。執行轉化階段的學習行動。	面臨「國中教育會考」時，學生能釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十二 0426-0430	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起 【活動 1】當我們一起走過 『品德教育』、『生命教育』	回顧自己的國中歷程並覺察自己的生命發展對自己的意義與價值。	學生能運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十三 0503-0507	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起 【活動 2】校園巡禮(一) 『品德教育』、『生命教育』	透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。	學生能運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十四 0510-0514	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起 【活動 2】校	透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。	學生能運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培	1. 口語評量 2. 學習紀錄

	園巡禮(一) 『品德教育』、『生命教育』		養正向思考與習慣，促進心理健康。	
十五 (二段) 0517-0521	主題二青春心配方 單元3 驪歌響起 【活動2】校園巡禮(二) 『品德教育』、『生命教育』	透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。	學生能運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。	1. 口語評量 2. 學習紀錄
十六 0524-0528	主題二青春心配方 單元3 驪歌響起 【活動3】結束的起點(一) 『品德教育』、『生命教育』	運用合宜的方式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	學生能運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量
十七 0531-0604	主題二青春心配方 單元3 驪歌響起 【活動3】結束的起點(二) 『品德教育』、『生命教育』	運用合宜的方式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	學生能運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量