

七年級

桃園市富岡國民中學114學年度第一學期七年級【綜合領域】課程計畫			
每週節數	3	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	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 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。 國2-IV-4靈活運用科技與資訊，豐富表達內容。 國2-IV-5視不同情境，進行報告、評論、演說及論辯。	
	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Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 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Ab-IV-1 國內童軍與青少年活動的認識及參與，以增進生活能力。 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。 輔Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 國◎Bb-IV-1自我及人際交流的感受。	

	國◎Bb-IV-2對社會群體與家國民族情感的體會。
融入之議題	【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。 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。 【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。 安J9 遵守環境設施備的安全守則。 【防災教育】 防J7 繪製校園的防災地圖並參與校園防災演練。 防J9 了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。 【家庭教育】 家J9 家庭資源與個人生活目標。 【生涯規劃教育】 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。
學習目標	一、知識 1. 促進自我發展 ○ 探索自我潛能與發展自我價值 ○ 尊重自己與他人生命進而體會生命的價值 2. 實踐社會參與 ○ 關懷人群 ○ 尊重不同族群並積極參與多元文化 3. 保護自我與環境 ○ 與大自然和諧相處 ○ 保護或改善環境以促進環境的永續發展 二、技能 1. 落實生活經營 ○ 實踐個人生活所需的技能並作有效管理 ○ 探究、運用與開發各項資源 2. 實踐社會參與 ○ 善用人際溝通技巧 3. 保護自我與環境 ○ 學習自我保護與解決問題的策略 ○ 增進野外生活技能 三、態度 1. 促進自我發展 ○ 增進自我管理知能與強化自律負責 2. 落實生活經營 ○ 覺察生活中的變化以創新適應 3. 實踐社會參與 ○ 服務社會 4. 保護自我與環境 ○ 辨識生活中的危險情境

教學與評量說明	教材編輯與資源 翰林版國中綜合7上教材 教學方法 1.以激發學生學習動機，與同儕合作，主動學習為主。 2.善用多元的教學策略，如：體驗學習、價值澄清、合作學習、問題解決與創意思考等。 3.採用協同合作的教學模式，發展跨科目之統整課程。 4.與特殊教育專業人員協同輔導不同學習能力的學生，依其特殊需求，調整教學與輔導。 教學評量 教師評量 學生互評 學生自評			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1 0901-0905	主題一當我們童在一起 單元一攜手童行	單元一：攜手童行 <活動1>有你真好 一、教師引導與說明 二、我的名片 (一)活動規則與說明： 1.請製作自己的名片卡，寫下自我介紹的資訊。 2.找幾個不太熟的同學交換名片，互相介紹後，彼此分享進入國中校園的第一印象。 (二)活動進行： 1.教師發名片卡，一人五張(數量可視班級人數彈性調整)，每個人的五張名片中，每一張都寫上自己的姓名，並在名片中列出自己認為重要的幾個資訊。 2.鼓勵學生可以在名片上增添想要讓同學們認識的資訊。 3.名片交流站 三、拉近彼此的距離 四、教師總結歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三衣Q魔法師 單元一衣Q養成計畫	單元一：衣Q養成計畫 <活動1>選衣召喚術 一、活動說明 二、活動進行-選衣召喚術	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行	學生自評 學生互評 教師評量

	(一)以小組為單位, 選擇一個情境。可依照課本的情境來分配, 或自創其他情境及角色。 (二)請小組思考, 這些人物在此情境時, 有哪些特殊需求, 需要的衣物特性為何。 (三)請同學回想過去經驗, 在這些情境時, 自己或家人會選擇何種材質、觸感、織法及功能性的衣物。 (四)請小組討論, 除了自己家中會選擇的衣物外, 是否還有其他合適的衣物呢? (五)與全班分享小組討論的結果, 說明選擇的理由。 (六)小組報告後, 請同學提問, 並由小隊或老師補充說明。 (七)教師提問引導學生思考, 並鼓勵學生自由發表: 在不同情境時你所選擇的衣物, 是否有發現什麼呢? 三、活動小省思與小結 四、教師總結歸納 (一)教師總結今日上課內容。 (二)為下一節課要觀察衣物的標示, 請學生回家準備一件衣物或布製品。教師可讓學生自行攜帶, 亦可以小組為單位規定攜帶不同情境下會使用到的布製品, 或不同種類的衣物。 ~本節結束~	個人口頭分享 文字符號: 能完成課堂上的紙筆練習	
主題五國中新時代 單元一國中生友會	單元一: 國中生友會 <活動1>新班集合啦 一、教師引導與說明 (一)時光飛逝, 一轉眼已經從國小畢業邁入新階段了, 誠摯歡迎你進入國中生活。不論國小生活擁有什麼樣的經驗, 到了國中就是個嶄新的開始, 以下有幾個問題讓我們一同來思考, 然後就來打造屬於我們自己的國中生活吧! (二)讓學生左右小聲討論, 思	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	學生自評 教師評量

		考課本92頁之問題。 二、活動進行 三、打造主題班級 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 1.在座位附近的同學打招呼問好。 2.挑選以下材料與同學進行互動,將所蒐集的材料記錄下來。 (三)活動進行 (四)活動小省思 ~本節結束~		
2 0908-0912	主題一當我們 童在一起 單元一攜手童 行	單元一:攜手童行 <活動2>我的最佳拍檔 一、教師引導與說明 二、撲克牌找拍檔 (一)活動規則與說明 (二)活動進行 三、教師總結歸 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三衣Q魔 法師 單元一衣Q養 成計畫	單元一:衣Q養成計畫 <活動2>衣料辨認術-觀察洗標 一、活動說明 二、活動進行 (一)教師引導學生檢視帶來衣物的吊牌、洗標: 1.衣物吊牌或洗標有哪些資訊? 2.哪些是政府規定一定需要標示的事項呢? (1)國內產製者,應標示製造廠商名稱及地址;其為進口者,應標示進口廠商名稱及地址。 (2)尺寸或尺碼。 (3)生產國別(產品主要製程地之生產國別)。 (4)纖維成分或填充物成分。 (5)洗燙處理方法。	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	學生自評 學生互評 教師評量

		(二)教師引導學生觀察自己所帶來的衣服或布料,將衣料上的洗標資訊抄寫在課本。 ~本節結束~		
	主題五國中 新時代 單元一國中生 友會	單元一：國中生友會 <活動2>國中、國小不一樣 一、教師引導與說明 認識同學後,你覺得國中生活和國小有哪些不同呢?周遭的親朋好友對你的期待有什麼不一樣嗎?想一想,你的國中生活出現哪些變化?請參考以下活動說明,和全班一起體驗「國中國小不一樣」活動吧! 二、活動進行 (一)教師請學生參考課本第94頁,並同時聆聽教師說明進行方式: 1.請與座位旁的同學在6分鐘內討論出國中、國小差異之處並記錄下來。 2.教師先行示範「國中國小不一樣」口訣,帶領學生練習「國中國小不一樣」活動口訣。 3.練習完成,全班配合節奏唸出口訣後,依安排順序說出國中國小的差異處,並請老師將差異之處記錄在黑板上。 4.完成活動後,教師再引導全班回顧活動中所提之國中、國小差異項目,並說明該差異原因。 (二)全班依上述順序進行活動。 ~本節結束~	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	學生自評 教師評量
3 0915-0919	主題一當我們 童在一起 單元一攜手童 行	單元一：攜手童行 <活動2>我的最佳拍檔(續上節) 一、同心圓疊紙杯 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 (三)活動小省思 (四)教師總結歸納	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:	學生自評 學生互評 教師評量

		二、訂定小隊約定及分工 (一)教師引導與說明 (二)活動進行 (三)教師總結歸 ~本節結束~	能完成課堂上的紙筆練習	
	主題三衣Q魔法師 單元一衣Q養成計畫	單元一：衣Q養成計畫 <活動2>衣料辨認術-衣物材質辨識(續上節) 三、活動說明 你帶來的衣物穿起來是什麼感覺呢？你認為是什麼因素讓你有這樣的感覺？請利用各種感官體驗這件衣服，並參考課本的衣Q魔法卡原料、織法、洗標的資訊，和小隊伙伴討論不同織物的材質、織法與特性。 四、活動進行 五、活動小省思與小結 (一)活動小省思 (二)小結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題五國中新時代 單元一國中生友會	單元一：國中生友會 <活動2>國中、國小不一樣(續上節) 三、不一樣的適應 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 1.與同學討論國中、國小有什麼樣的差異，並進行程度評分。 2.針對討論出的項目找出應對方式，並記錄下來。 3.與全班同學一起檢視提出的方式，並將可學習之處記錄下來。 (三)學生進行討論與分享。 (四)教師引導學生完成課本內容。 (三)活動小省思 ~本節結束~	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	學生自評 教師評量
4 0922-0926	主題一當我們童在一起 單元一攜手童	單元一：攜手童行 <活動2>我的最佳拍檔(續上節)	溝通表達： 能在課堂議題討論	學生自評 學生互評 教師評量

	行	<活動3>品行兼優就是我 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 (三)活動進行 一、無生動令計時賽 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 (三)活動小省思 (四)教師總結歸 ~本節結束~	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	
	主題三衣Q魔法師 單元一衣Q養成計畫	單元一：衣Q養成計畫 <活動2>衣料辨認術-認識機能衣物(續上節) 六、活動說明 七、活動進行 (一)教師提問 (二)教師說明 (三)教師引導同學與小組伙伴分享家中機能性織物種類穿著的時機、穿起來感覺如何，並鼓勵同學分享在網路上搜尋到的機能性纖維資訊。 八、活動小省思與小結 九、教師總結與歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題五國中新時代 單元二校園交流站	單元二：校園交流站 <活動1>校園進行曲 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一)教師將各處室題號卡貼在黑板上，每題分數不同。 (二)教師自行運用抽籤方式，先由一個小組選題，並唸出題目內容，小組討論5秒鐘，由小組代表說出答案。 (三)小組答對，則將題號卡給該小組；若答錯，則將題號卡貼回黑板，再由下一個小組選題作答，重複到黑板上沒有題目為止。 (四)最後各小組將手中題號卡上的分數進行加總，分數最高的小組為優勝。	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	學生自評 學生互評 教師評量

		(五)全班依上述順序進行活動。 (六)活動小省思 三、教師總結歸納 ~本節結束~		
5 0929-1003	主題一當我們童在一起 單元一攜手童行	單元一：攜手童行 <活動3>品行兼優就是我(續上節) (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 (三)活動進行 一、無生動令計時賽 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 (三)活動小省思 (四)教師總結歸 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三衣Q魔法師 單元二衣物保養	單元二：衣物保養 <活動1>洗衣的修練 一、活動說明，洗衣經驗分享 二、活動進行 三、活動小省思與小結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題五國中新時代 單元二校園交流站	單元二：校園交流站 <活動2>資源伴我行 一、活動說明 上一堂課我們透過猜題來初步了解學校各處室、單位，想想看，除了猜題的內容之外，各處室的業務內容還有哪些呢？陪伴我們學習、成長，並能協助我們適應國中生活的各處室中，有哪些事務跟我們息息相關。班上的幹部和小老師們，當需要協助同學時，你知道要去哪裡找資源嗎？ 二、活動進行 (一)活動規則與說明 (二)教師請學生彙整老師的叮嚀，並反思自己有哪些需要調	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	學生自評 學生互評 教師評量

		整,之後採取具體行動可以有哪些? (三)活動討論與分享 三、小結 ~本節結束~		
6 1006-1010	主題一當我們 童在一起 單元一攜手童 行	單元一:攜手童行 <活動3>品行兼優就是我-最小 隊就是我 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、活動小省思 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三衣Q魔 法師 單元二衣物保 養	單元二:衣物保養 <活動1>洗衣的修練(續上節) 四、活動說明 (一)教師引導學生分享 (二)教師引導學生將上週同學 分享的洗衣方式歸納成以下四 點洗衣步驟順序。 (三)以正確的方式清洗衣物, 不但穿起來乾淨舒適,還可延 長心愛衣物的壽命,你知道在 洗衣順序的各階段,還有哪些 洗衣的小魔法呢? (四)藉此活動鼓勵學生藉由實 際操作、體驗,提升分辨各項 資訊的能力。 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題五國中 新時代 單元二師生交 流站	單元二:師生交流站 <活動2>資源伴我行(續上節) 一、活動說明 二、活動進行 (一)活動規則與說明 1教師請每小組翻開課本活動2 資源伴我行內容。 2教師由教務處教學組開始介 紹,並在介紹一處室一組時請 各組搶答那些幹部或股長會需 要熟悉這個組。 3小組搶答時需要說出原因, 並可請該幹部和小老師補充了	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	學生自評 學生互評 教師評量

		解的經驗。 4全班依上述順序進行活動。 5處室回應時允許學生自由發表觀察到的校園事務。 6教師請每小組翻開課本校園生活筆記內容,給予學生自己想給這個班級的提醒。 7教師由校長曾經提醒過同學哪些事情開始搶答。 ※教師可配合各項獎勵活動,增進學生的參與動力。 (二)教師請學生彙整老師的叮嚀,並反思自己有哪些需要調整,之後採取具體行動可以有哪些? (三)活動討論與分享 1如果不清楚老師們的叮嚀和提醒,對國中生活會有什麼影響? 2如果少了老師的重要叮嚀,對國中生活會有甚麼影響?為什麼? 三、小結 在國中生活的時候,每個師長都會給我們一些提醒和叮嚀,都是希望我們可以在國中生活有更好的表現,不論在課業練習的成績上和處理事情的作法上,都是我們可以透過老師們的經驗,讓自己學習得更好的捷徑。 ~本節結束~		
7 1013-1017	主題一當我們童在一起 單元二遇見·Scout (第一次段考)	單元二:遇見·Scout <活動1>童軍訓練之路 一、教師引導與說明 二、活動規則與說明 (一)仔細觀看老師提供的24張物品圖片。(只能觀看,不能動筆記錄) (二)請同學在一分鐘內默記這24張物品圖片。 (三)一分鐘後,老師收起物品圖片,將你記得的圖片名稱填寫至表格中。 三、教師總結歸納	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	學生自評 學生互評 教師評量

		四、記號大祕寶 (一)教師引導與說明 (二)活動進行 1.小隊伙伴根據課本上的各種記號進行討論與分享。 2.教師提供更多不同形式的「追蹤記號」讓學生認識與思考。 五、教師總結歸納。 ~本節結束~		
	主題三衣Q魔法師 單元二衣物保養(第一次段考)	單元二:衣物保養 <活動1>洗衣的修練(續上節) 一、活動進行 (一)教師引導各小組小隊認領一項洗衣步驟順序的主題,在書本、網路搜尋,並於下節課與全班同學分享報告。 (二)小組搜尋資訊,判別資訊真偽。 (三)小組統再課本整填寫查詢到此洗衣階段步驟的注意事項。 二、活動小省思與小結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題五國中新時代 單元三國中生生活達人(第一次段考)	單元二:師生交流站 <活動1>國中生有了沒 一、活動說明 (一)教師引言:從國小進到國中新階段,相信大家對國中生生活充滿興奮與期待,有沒有自己想國中生三年想完成的事情呢?教師請同學自由發言。(參考答案:好好把英文學好、考進校排前50名.....) (二)請學生參考課本頁面,教師說明:國中生活不只有學業方面,還有各方面的挑戰,如:人際、家庭、健康等其他課題,每個人重視與想完成的比重不一樣,但若缺乏目標,等到畢業時才發現荒廢了三年,那太可惜了!讓我們一起想一想,國	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	學生自評 學生互評 教師評量

		中生活樣貌可以怎麼更精彩？ ※參考資料-「跳蚤效應」：生物學家曾將跳蚤隨意向地上一拋，它能從地面上跳起一米多高。但是如果在一米高的地方放個蓋子，這時跳蚤會跳起來，撞到蓋子，而且是一再地撞到蓋子。過一段時間後，拿掉蓋子後發現，雖然跳蚤繼續在跳，但已經不能跳到一米以上了，直至結束生命都是如此。為什麼呢？它們已經調節了自己跳的高度，而且適應了這種情況，不再改變。不但跳蚤如此，人也一樣，有目標就能創造豐富的人生。如果能先為國中生活設定一些目標，加上具體的行動，相信我們的國中生活會更精彩豐富。 ~本節結束~		
8 1020-1024	主題一當我們童在一起 單元二遇見·Scout	單元二：遇見·Scout <活動1>童軍訓練之路(續上節) 一、記號大祕寶 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 1.小隊伙伴們先討論與認識以下記號。 2.依照老師設置的記號找到任務信件。 3.完成信中任務返回教室向老師回報。 (三)活動進行 (四)活動小省思 二、童軍劇作達人(15分鐘) (一)教師引導與說明 (二)活動進行 1.教師介紹一則童軍相關故事。 2.同學們閱讀其他相關童軍故事。 3.小隊討論與分享閱讀的童軍故事。 4.小隊選出下次上課欲演出之	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	學生自評 學生互評 教師評量

		故事，課後與小隊討論腳色分配與其他分工。 (三)教師總結歸納 ~本節結束~		
主題三衣Q魔法師 單元二衣物保養	單元二：衣物保養 <活動1>洗衣的修練(續上節) 五、活動進行 (一)教師引導各小組小組認領一項洗衣步驟順序的主題，在書本、網路搜尋，並於下節課與全班同學分享報告。(二)小隊搜尋資訊，判別資訊真偽。 (三)小組統再課本整填寫查詢到此洗衣階段步驟的注意事項。 六、活動小省思與小結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量	
主題五國中新時代 單元三國中萬事通	單元三：國中萬事通 <活動1>我的國中藍圖 一、活動說明 二、活動進行 (一)教師請學生參考課本內容，並聆聽教師說明進行方式： 1現在有七個議題咖啡館，每個咖啡館都代表在國中階段可能會面臨哪些議題的挑戰：有人際館、學習館、家庭館、時間館、情緒館、健康館、其他館，教師選擇七個館的桌長(可選擇小組長或教師自訂)。 2請小組輪流到每個咖啡館進行討論(桌長不動)。 ※班級小組和議題數量不同，教師可自行修正或以其他方式進行討論。 3小組依教師時間規定，到各館後，由桌長帶領討論，針對這些議題，自己想完成哪些目標，並把內容寫出來。(運用海報紙及彩色筆工具) ※教師提醒學生可就學校、家庭、個人等各方面來思考，並提醒學生掌握時間。 ※若無法七個議題都討論，教	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	學生自評 學生互評 教師評量	

		師分配各咖啡館討論的隊數，不要太懸殊。 4小組分別到各館完成討論後，停留在最後一個館，接下來進行全班分享。 5請同學思考如果要在國中三年完成這些目標，自己應該要做什麼準備，並與小組伙伴分享。 ~本節結束~		
9 1027-1031	主題一當我們童在一起 單元二遇見·Scout	單元二：遇見·Scout <活動2>白浪島奇遇記 1、教師引導與說明 2、1907年夏天，童軍運動創始人貝登堡先生在英國南部桃山的白浪島舉行為期兩週的露營，貝登堡先生利用小隊制度，教導參與者露營、觀察、森林知識、騎士精神、急救與愛國精神。現在讓我們一起追尋貝登堡先生在白浪島的足跡吧！ 二、活動規則與說明 三、活動進行 四、活動省思： ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三衣Q魔法師 單元二衣物保養	單元二：衣物保養 <活動1>洗衣的修練-洗衣四部曲（續上節） 十、活動進行 1.衣物分類 2.衣物清洗 3.晒乾衣物 十一、活動小省思與小結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題五國中 新時代 單元三國中萬事通	單元三：國中萬事通 <活動1>我的國中藍圖 一、活動說明 二、活動進行 三、各小組進行討論與分享。	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭	學生自評 學生互評 教師評量

		1.想完成的目標有哪些? 參考答案:我覺得休閒很重要,不能一直讀書、要達到校排前十名。 2.如果想達到目標,自己應該做什麼準備? 參考答案:我希望我的英文能進步,我每天可以背5個單字;我想要學吉他,所以想加入吉他社。 四、小結 大家進到國中後,有許多自己的想法及目標想達成,希望大家可以將目標落實,一步一步實現。 ~本節結束~	分享 文字符號: 能完成課堂上的紙筆練習	
10 1103-1107	主題二吾愛吾校 單元一地圖搜查線	單元二:地圖搜查線 <活動1>地圖追追追 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、教師總結歸納 (一)活動小省思 (二)總結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三衣Q魔法師 單元二衣物保養	單元二:衣物保養 <活動2>收納的考驗 一、活動說明 二、活動進行 1.衣物收納困擾分享 2.收納妙招大公開 3.收納改善實作 三、活動小省思與小結 ~本節結束~	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	學生自評 教師評量
	主題五國中新時代 單元三國中萬事通	單元三:國中萬事通 <活動2>咖啡館探索 活動二:咖啡館探索 一、活動說明 上週我們討論了想在國中階段完成的目標,接下來我們進一	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	學生自評 學生互評 教師評量

		步探討各咖啡館議題，從中獲得更多元的學習。 二、活動進行 (一)時間咖啡館探索 1. N字法則： 2. 番茄鐘工作法： 3. 實用時間管理app 4. 活動小省思 (二)學習館探索 1. 學習風格概念 2. 介紹四種學習風格 3. 學習風格測驗 4. 分享學習風格測驗結果 5. 小試身手 6. 教師提問： 7. 教師總結 ~本節結束~	文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
11 1110-1114	主題二吾愛吾校 單元一地圖搜查線	單元二：地圖搜查線 <活動2>超人指路 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、導航「五」最行 在地圖上找到位置之後，就可以利用地圖上的資訊試著規畫路線了！ ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三衣Q魔法師 單元二衣物保養	單元二：衣物保養 <活動2>收納的考驗(續上節) 四、活動說明 五、活動進行 1. 教師提問 2. 改善家裡的衣物收納方式時，你有遇到什麼困難嗎？你是如何怎麼解決的？ 3. 衣物收納改善成果分享 六、活動小省思及小結 七、教師總結與歸納 ~本節結束~	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	學生自評 教師評量
	主題五國中新	單元三：國中萬事通	溝通表達： 能在課堂	學生自評

	時代 單元三國中萬 事通	<活動2>咖啡館探索 活動二：咖啡館探索 一、活動說明 上週我們討論了想在國中階段完成的目標，接下來我們進一步探討各咖啡館議題，從中獲得更多元的學習。 二、活動進行 (一)時間咖啡館探索 1. N字法則： 2. 番茄鐘工作法： 3. 實用時間管理app 4. 活動小省思 (二)學習館探索 1. 學習風格概念 2. 介紹四種學習風格 3. 學習風格測驗 4. 分享學習風格測驗結果 5. 小試身手 6. 教師提問： 7. 教師總結 ~本節結束~	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	學生互評 教師評量
12 1117-1121	主題二吾愛吾 校 單元一地圖搜 查線	單元二：地圖搜查線 <活動2>超人指路(續上節) (三)活動進行 四、教師總結歸納 ~本節結束~	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	學生自評學 生互評 教師評量
	主題三衣Q魔 法師 單元二衣物保 養	單元二：衣物保養 <活動2>收納的考驗(續上節) 四、活動說明 五、活動進行 1. 教師提問 2. 改善家裡的衣物收納方式時，你有遇到什麼困難嗎？你是如何怎麼解決的？	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	學生自評 教師評量

		3.衣物收納改善成果分享 六、活動小省思及小結 七、教師總結與歸納 ~本節結束~	堂上的紙 筆練習	
主題五國中 新時代 單元三國中萬 事通	單元三：國中萬事通 <活動2>咖啡館探索 活動二：咖啡館探索 一、活動說明 上週我們討論了想在國中階段 完成的目標，接下來我們進一 步探討各咖啡館議題，從中獲 得更多元的學習。 二、活動進行 (三)健康館/情緒館/人際館探 索 1.談身體界線 2.教師請同學看案例 3.活動及討論： (1)圈出不能被碰的區域並說 明想法。(如課本圖) (2)回答「當身體界線被逾越 時」的五個問題： (3)如何讓別人尊重自己的身 體界線？ 4.教師進行統整及小結。 <活動3>咖啡館實踐 一、活動說明 (一)教師引言：經由這單元的 學習，我的成長如何呢？有哪 些是仍需要努力及繼續行動的 呢？一起來探索。 活動進行 咖啡館的滿意度 分享與討論 請小組成員分享及討論： 1.我在哪個館收穫最大？為什 麼？ 2.我感到滿意的是哪些館？原 因是？ 3.我需要什麼資源，幫助我更	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	學生自評 學生互評 教師評量	

		成長? 小結 ~本節結束~		
13 1124-1128	主題二吾愛吾校 單元二美好的校園時代	單元二:美好的校園時代 <活動1>校園仙蹤 一、教師引導與說明 (一)引起動機 (二)教師說明 二、活動規則與說明 (一)活動說明 1.根據校園平面圖的路線,依序進行踏察。 2.將校園中,有校徽、設置有滅火器的地點標示在校園平面圖上。 3.將各類校園特色標記在校園平面圖中,並且規畫出各類校園之最(危險、美麗、安心、快樂、補給站.....)的路線。 4.將校園中需改進或需注意的地方,用紅筆標示在地圖上。 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四料理新鮮人 單元一烹調「硬」實力	單元一:烹調「硬」實力 <活動1>環境探索 一、活動說明 二、活動進行 1.觀察廚房配置 2.烹飪教室使用守則 三、教師總結與歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題六生涯魔法精靈 單元一神祕魔法石	單元一:神祕魔法石 <活動1>我的神祕書櫃 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一)詢問各小隊討論的結果,將學生分享於小隊中的內容寫在黑板上,簡單統整出學生常使用的認識自己之方式。	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	學生自評 學生互評 教師評量

		(二)活動小省思 ~本節結束~	堂上的紙 筆練習	
14 1201-1205	主題二吾愛吾校 單元二美好的校園時代 (第二次段考)	單元二:美好的校園時代 <活動1>校園仙蹤(續上節) (二)在進行踏查前: 1.以小隊為單位進行活動不脫隊。 2.不破壞或移動校園的設施。 3.不喧嘩吵鬧、遵守秩序不妨礙他人學習。 4.隨身攜帶活動相關物品,證明在上綜合活動課。 5.最遲必須在下課鐘響前五分鐘到達最後一站,鐘響後,請以最快的速度回到現在的集合位置。 三、教師總結歸納 (一)問題思考 (二)補充說明 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四料理新鮮人 單元一烹調「硬」實力 (第二次段考)	單元一:烹調「硬」實力 <活動2>器具再發現 一、活動說明 二、活動進行-烹調器材使用、清潔與保養 三、活動小省思與小結 三、教師總結與歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題六生涯魔法精靈 單元一神祕魔法石(第二次段考)	單元一:神祕魔法石 <活動1>我的神祕書櫃(續上節) (三)教師說明,進行步驟: 1 教師引導各小組以不重複為前提,請小組準備一項認識自己的方式。 2 教師請各小組將準備好的資料書寫於小卡中,並在小組上臺分享認識自己的方法時,能將自己統整出來的資料分享給全班同學。	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	學生自評 學生互評 教師評量

		3 提醒學生蒐集各小隊製作的小卡, 並將小卡留存於之後第88頁神祕之窗的活動中使用。 三、活動小省思 ~本節結束~		
15 1208-1212	主題二吾愛吾校 單元二美好的校園時代	單元二: 美好的校園時代 <活動1>校園仙蹤(續上節) 一、教師引導與說明 二、活動規則與說明 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四料理新鮮人 單元二料理起手式	單元二: 料理起手式 <活動1>不知不可~烹調步驟的教學 一、活動說明 二、活動進行-烹調技術探索 三、活動小省思與小結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題六生涯魔法精靈 單元一神祕魔法石	單元一: 神祕魔法石 <活動2>拼出我自己 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一)教師說明活動進行方式: 1.教師發下空白紙張, 請同學寫上姓名與座號。 2.請學生以條列式方式來描述自己, 愈多愈好。 (二)學生完成後, 教師收回, 隨機抽出一張, 並唸出內容, 讓學生猜猜填寫的人是誰? (三)猜出的人要說明原因。 (四)教師提問 (五)教師說明 (六)教師解釋自我概念的五個層面	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	學生自評 學生互評 教師評量

		三、教師總結歸納 ~本節結束~		
16 1215-1219	主題二吾愛吾校 單元二美好的校園時代	單元二：美好的校園時代 <活動1>校園仙蹤（續上節） 一、教師引導與說明 二、活動規則與說明 三、活動進行（參考） （一）全校最高的建築物。 （二）校園有紅、白相間的色系。 （三）校園新長出的嫩綠芽。 （四）在草叢間活動的校犬黑妞。 （五）全校最悅耳的聲音。 （六）傾聽自然的聲音。 （七）要仔細聽才能聽到的聲音。 （八）校園外救護車的聲響。 （九）全校最軟的東西。 （十）全校最刺而不傷人的東西。 （十一）全校最凹凸不平的是運動場上的草地。 （十二）觀察全校最令人飢腸轆轤的味道時。 （十三）全校最芳香的味道。 （十四）全校最臭的味道在地下室公廁，同時也是最黑暗的角落。 （十五）全校最讓人感到心情愉快的地方是療癒步道。 （十六）全校最讓人感到不舒服的地方。 （十七）全校最讓人感到平靜的地方是輔導處。 （十八）全校最讓人感到安心的地方。 三、教師總結歸納 （一）教師提問 （二）活動小省思 （三）總結 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四料理新	單元二：料理起手式	溝通表達：	學生自評

	鮮人 單元二料理起 手式	<活動2>選購祕訣 一、活動說明 二、活動進行-生鮮食材選購要點 三、活動小省思與小結 ~本節結束~	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	學生互評 教師評量
	主題六生涯魔 法精靈 單元一神祕魔 法石	單元一：神祕魔法石 <活動3>揭開神祕面紗 一、教師引導與說明 (一)教師引言 (二)教師可鼓勵學生朝生理特徵、人格特質、興趣、能力等多元向度思考個人特色，不僅限於人格特質的探索，以增加學生自我描述的豐富性。 二、活動進行 請學生從課本第116頁形容詞氣球中選出符合自己的描述，並記錄在紙上。 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
17 1222-1226	主題二吾愛吾 校 單元二美好的 校園時代	單元二：美好的校園時代 <活動2>校園停看聽 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、教師總結歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四料理新 鮮人 單元二料理起 手式	單元二：料理起手式 <活動2>選購祕訣(續上節) 一、活動說明 二、活動進行-包裝食品與散裝食品的選購要點 三、影響食材選購的各種因素 四、活動小省思與小結 五、教師總結與歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量

18 1229-0102	主題六生涯魔法精靈 單元一神祕魔法石	單元一：神祕魔法石 <活動3>揭開神祕面紗(續上節) 三、同學眼中的我 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 1.參考56頁形容詞，給予班上同學回饋。 2.將寫好的回饋小卡送給該位同學。 3.整理好自己的回饋小卡。 (三)活動進行 1.教師發給每位學生4-6張小卡，請學生參考課本第60頁形容詞汽球，在小卡上寫下對同學的觀察與回饋。2.請學生將寫好的小卡傳送給被回饋的同學。 3.請學生整理收到的回饋小卡。 (四)活動小省思 四、教師總結歸納 除了同學給你的小卡，你一定也收過其他人給的卡片或祝福，記得要將這些祝福整理或收藏起來喔！不論別人給的回饋是否和自己原本以為的相符合，皆能增進自我認識，下節課我們將藉此進一步探索自我。 ~本節結束~	筆練習 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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題二吾愛吾校 單元二美好的校園時代	單元二：美好的校園時代 <活動2>校園停看聽(續上節) 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、教師總結歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四料理新	單元二：料理起手式	溝通表達： 能在課堂	學生自評

	鮮人 單元二料理起手式	<活動3>食材保存術 一、活動說明-食品保存的前處理方式 二、活動進行 三、省思 四、教師小結 ~本節結束~	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	學生互評 教師評量
	主題六生涯魔法精靈 單元一神祕魔法石	單元一：神祕魔法石 <活動3>揭開神祕面紗(續上節) 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一)教師在黑板上繪製四宮格(如下圖)，並說明「我的周哈里窗」填寫方式： A公開我 B盲目我 C隱藏我 D未知我 1.請學生在白紙上依樣繪製四宮格，將1自己給自己的描述，以及2同學給你的描述，整理在紙上。 2.將1、2皆有出現的形容詞填寫在A區。 3.將1沒有、2有出現的形容詞填寫在B區。 4.將1有、2沒有出現的形容詞填寫在C區。 5.將1、2皆沒有出現，是自己想要探索開發的特色填寫在D區。 (二)教師提問 (三)教師介紹周哈里窗理論，並請學生參閱課本第63頁的說明。 (四)活動小省思 三、教師總結歸納 四、下節活動預告 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
19 0105-0109	主題二吾愛吾校 單元二美好的	單元二：美好的校園時代 <活動3>校園小確幸 一、教師引導與說明	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意	學生自評 學生互評 教師評量

	校園時代	教師可以搭配小隊要做安全標示的物品進行照片的準備，在小隊回答出該物品時，可以要求學生說出該物品的使用狀況，且教師視情況進行適切的補充。 1.滅火器 2.緩降機 3.AED 4.緊急求救鈴 5.煙霧偵測器 6.消防栓 ~本節結束~	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	
	主題四料理新鮮人 單元三新鮮上菜	單元三：新鮮上菜 <活動1>做好準備 一、活動說明 二、活動進行 1.實作食譜 2.實作分工 三、活動小省思與小結 四、教師總結與歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題六生涯魔法精靈 單元二生涯水晶球	單元二：生涯水晶球 <活動1>生涯夢想家 一、我的獨特品牌 (一)教師引導與說明 (二)活動進行 (三)活動小省思 (四)教師總結歸納 二、獨特我插圖 (一)教師引導與說明 (二)活動進行 (三)教師總結歸納 1.教師結語 2.下節活動預告 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
20 0112-0116	主題二吾愛吾校 單元二美好的校園時代	單元二：美好的校園時代 <活動3>校園小確幸(續上節) 二、活動進行 聽完同學的分享後，想一想，對於校園環境中有安全顧慮或	溝通表達：能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭	學生自評 學生互評 教師評量

		美中不足的地方, 學校已經做了哪些預防及改善的措施? 成效如何? 我們還可以為學校做些什麼呢? ~本節結束~	分享 文字符號: 能完成課堂上的紙筆練習	
	主題四料理新鮮人 單元三新鮮上菜	單元三: 新鮮上菜 <活動2> 展示廚藝 一、活動說明 1. 集合與準備 2. 實作規則參考 二、活動進行 三、活動小省思與小結 四、教師總結與歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題六生涯魔法精靈 單元二生涯水晶球	單元二: 生涯水晶球 <活動2> 我的生涯軌跡 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、教師總結歸納 (一) 活動小省思 (二) 總結歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
21 0119-0120	主題二吾愛吾校 單元二美好的校園時代(第三次段考)	單元二: 美好的校園時代 <活動3> 校園小確幸(續上節) 1、教師引導與說明 有毒植物辨識 二、活動進行 三、教師總結歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四料理新鮮人 單元三新鮮上菜(第三次段考)	單元三: 新鮮上菜 <活動3> 回顧與檢討 一、活動說明 二、活動進行-意見發表 三、活動小省思 四、教師總結與歸納 ~本節結束~	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:	學生自評 學生互評 教師評量

			能完成課堂上的紙筆練習	
	主題六生涯魔法精靈 單元二生涯水晶球(第三次段考)	單元二：生涯水晶球 <活動2>我的生涯軌跡(續上節) 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、教師總結歸納 (一)活動小省思 (二)總結歸納 ~本節結束~	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	學生自評 學生互評 教師評量

桃園市富岡國民中學114學年度第二學期七年級【綜合領域】課程計畫				
每週節數	3		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	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。 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-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-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。 國1-IV-3分辨聆聽內容的邏輯性，找出解決問題的方法。 國1-IV-4靈活應用科技與資訊，增進聆聽能力，加強互動學習效果。		
	學習內容	家Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 童Ba-IV-1 服務學習的意義、價值與信念的理解及落實。 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Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 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Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。 國◎Bb-IV-1自我及人際交流的感受。 國◎Bb-IV-2對社會群體與家國民族情感的體會。
融入之議題		【人權教育】 人J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 【品德教育】 品EJU1 尊重生命。 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J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 品EJU7 關懷行善。 品J7 同理分享與多元接納。 品EJU8 公平正義。 品J8 理性溝通與問題解決。 品J9 知行合一與自我反省。 【生命教育】 生J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。 【生命教育】 生J13 美感經驗的發現。 【法治教育】 法J1 探討平等。 法J2 避免歧視。 【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。 【家庭教育】 家J4 對家人愛與關懷的表達。 家J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 家J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【閱讀素養教育】 閱J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 【戶外教育】 戶J4 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。

學習目標	1、 知識 1. 本課程依據核心素養與領域課綱學習表現、學習內容進行設計，結合重大議題，並適時融入新興概念與社會時事，以培養面對未來的基本能力。 2. 本課程設計融合各種體驗活動，引導學生透過活動的進行，培養及強化學生實踐之能力，並運用於生活當中。 2、 技能 1. 本課程設計融合各種體驗活動，引導學生透過活動的進行，培養及強化學生實踐之能力，並運用於生活當中。 2. 本教材設計「我的小組名單」與「我的備忘錄」等內容，以提供學生記錄分工責任及備忘記事。 3. 本綜合活動課本配合課程設計，於各主題後提供評量活動，引導學生於主題學習後檢核個人學習概況，作為教師評量與學生自評之參考。 3、 態度 1. 本課程設計融合各種體驗活動，引導學生透過活動的進行，培養及強化學生實踐之能力，並運用於生活當中。 2. 本教材設計「我的小組名單」與「我的備忘錄」等內容，以提供學生記錄分工責任及備忘記事。			
教學與評量說明	教材編輯與資源 翰林版國中綜合7下教材 教學方法 1.以激發學生學習動機，與同儕合作，主動學習為主。 2.善用多元的教學策略，如：體驗學習、價值澄清、合作學習、問題解決與創意思考等。 3.採用協同合作的教學模式，發展跨科目之統整課程。 4.與特殊教育專業人員協同輔導不同學習能力的學生，依其特殊需求，調整教學與輔導。 教學評量 1.高層次紙筆評量 2.教師評量 3.學生互評 4.學生自評			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1 0211-0213	主題一：學習 修練室 單元一：學習 探險家	<u>活動一 學習啟航</u> 賓果遊戲 一、活動說明 全班同學共同討論「學習的意義」有哪些？教師請學生閱讀課本活動範例，引導學生思考學習的好處，學習到的新知識與技能對生活的幫助等。 二、活動進行 1.教師請同學自由書寫：學習是為了自己還是別人？或是有	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	學生自評 教師評量

		其他目的？寫下你想到的學習意義，與伙伴分享。 2.完成後開始進行賓果遊戲，請同學將自己寫在九宮格中的學習意義跟伙伴分享，如果對方也認為這個意義很重要，即在該格內簽名，若簽名連成一線則可回到座位。 3.學生都回到座位後，教師邀請同學輪流說出自己九宮格中的其中一個答案，全班進行討論，邀請學生分享以下問題： (1)哪些答案可以產生主動學習的動力？哪些只是被動學習的原因？動機不同會有什麼影響？ (2)哪些是大家一致認同的學習意義？哪些學習意義則是在特別的時機會對個人產生幫助？ 三、活動小省思與小結 該如何提醒自己學習的意義，激勵自己積極學習呢？ 學生可能的回答有： 1.發現學習不僅是在教室內的考試、學習應該是為了自己、學習過程可能有挫折但也會有收穫。 2.為了學到一技之長可以自食其力賺錢、可以實現夢想。 3.不只是為了考試，而是為了自己的前途。 學習歷程 一、活動說明 透過賓果遊戲，大家發現學習的重要意義，但是學習知識或技能的過程不是一蹴可幾，從不會到熟練，勢必會經過一段歷程。接下來請各小隊討論在學習歷程中可能會遇到哪些情況。 二、活動進行 1.請小隊閱讀學習歷程的兩個		
--	--	--	--	--

		例子，思考主角從入門生手到成為熟練高手的過程當中，需要經過哪些步驟呢？兩個主角有什麼共同點？ 2.教師發下全開海報與彩色筆，每組一份，請小隊把答案寫在海報上。完成後，各小隊將海報貼在黑板上，並派代表依序上臺，與全班分享小隊討論的內容。 3.全班一起歸納，找出學習歷程的關鍵。 4.自我激勵。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 1.每個人學習不同知識或技能，意願有高有低，甚至有時對同一件事喜好也會有所變化，如果變得不喜歡了，該如何提醒自己學習的意義呢？ 2.學習歷程中如果遇到挫折了，又該如何維持學習動力呢？ (二)小結 從各種不同的學習過程，希望同學們發現成功的學習需要具備的關鍵因素，持續的學習才能充實自我具備因應未來生活的知識與技能，希望這次討論能讓同學在生活中更了解學習的深度含意。		
	主題三： LOVE服務 單元一：點燃 服務之光	<u>活動一 服務停看聽</u> 一、活動說明 教師引言：學務處曾邀請要至校外參加服務學習的同學到學務處領取表單填寫。你知道『服務學習』是什麼嗎？為什麼要填寫表單呢？ 二、活動進行：服務學習是什麼？ (一)請各隊討論服務學習的定義與例子。可引導學生思考：我覺得服務學習是……。 (二)請各隊分享：	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	教師評量

		1.過去的服務經驗, 有哪些好的經驗及需要改進的經驗。 2.曾聽過、看過哪些事情與服務學習有關。 (三)各隊派一名代表至黑板上寫出小隊的討論內容。 (四)完成後請學生互相檢視黑板上的內容。討論或圈出各組都有提到的概念或詞語, 全班一起釐清服務學習的定義。 三、活動進行:被服務的需求 (一)延續上個活動「服務學習是什麼?」, 引導學生思考過去服務經驗中的被服務對象及其需求。 (二)教師說明:「從服務學習的概念討論中, 我們可以發現服務學習的場域其實來自於生活環境, 讓我們以翰寶的服務學習紀錄來分析, 在整個服務學習的過程中, 翰寶如何發現問題、解決問題? 有什麼服務行動? 行動的過程中, 遇到哪些困難? 如何解決? 獲得哪些收穫?」 (三)以文章段落進行討論及分析: 1.發現問題 2.解決問題:觀察法、訪問法 3.服務行動 4.遇到的困難及解決方案 5.獲得收穫 四、教師歸納統整及回饋		
主題五:飲食大探索 單元一:食在健康	<u>活動一 吃喝的理由</u> 一、活動說明 教師展示一張印象最深刻的餐點照片、網頁介紹或其他相關資料, 詢問學生:「請問你覺得這一餐看起來如何?」邀請1位學生發表意見後, 教師說明自己選擇這餐與學生分享的理由。 二、活動進行	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	學生自評 教師評量	

		(一)印象深刻的一餐經驗分享 參考流程如下： 1.請學生先用2分鐘時間進行自我分析。 2.小隊內分享時，按照座號順序進行發表，每個人最多1分鐘。 3.各小隊的文書協助記錄下大家的分享重點。 (二)探究吃喝的理由 1.教師引言：「回顧印象深刻的一餐，除了飢餓之外，還有哪些事情可能影響你的飲食選擇？請和小隊伙伴試著找出『飲食行為的影響因素』，將內容歸納整理後，再與小組伙伴分享。」 2.教師請各小隊進行討論與歸納整理，參考流程如下： (1)各小隊文書將剛剛記下的重點與小隊伙伴們分享，先找出除了飢餓之外的飲食影響因素。 (2)再回想個人生活經驗，找出其他的飲食影響因素。 (3)小隊將討論內容分類列點，寫在紀錄單上，供口頭報告參考。 (4)小隊討論時間為3~5分鐘，討論結束後，各小隊派人上臺分享。 (5)小隊分享時，可將關鍵字寫在黑板上。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 教師提問：「在購買食物或決定要去哪裡用餐的時候，會優先考慮哪些事情？」請學生思考後，將回答寫下或和全班分享。 (二)小結與叮嚀 1.教師結語：「在這個活動中，我們回顧了自己印象深刻的用	筆練習	
--	--	--	-----	--

		餐經驗，也試著找出各式各樣飲食行為的可能影響因素，同學們是否發現飲食行為的不同面貌了呢？希望大家日後在進行飲食活動的時候，能更清楚自己的選擇是被什麼影響著，在進行飲食決定的時候，能夠更客觀冷靜。」 2.教師提醒學生於下次活動進行前完成課前作業： (1)利用活動二的提問，事先觀察自己與家人的飲食習慣。 (2)蒐集「健康飲食」相關資料，例如：書籍、報章雜誌、網頁資訊或家人意見等等。		
2 0216-0220	主題一：學習 修練室 單元一：學習 探險家	<u>活動二 多元智慧學習家</u> 冒險旅行團 一、活動說明 教師引導學生進行討論：從小到大你在各方面的學習過程中，其實都已經儲備了面對未來各種挑戰的能力，如果遭遇生活的問題時，可以運用所學來因應處理。 二、活動進行 1.請學生思考：如果要前往陌生的地點露營，想一想，課本中的角色可以負擔什麼工作？為什麼？ 2.學生自由發表各個角色可能在露營中擔任的工作，並說明原因。 3.在團體中的伙伴擁有不同的優勢能力，這樣的團隊可以發揮各種可能性，具有無限潛能，本次單元將讓同學發現自己擁有的優勢能力，也讓大家了解自己在團隊中適合擔任的角色。 多元智慧檢核表 一、活動說明 其實冒險旅行團的各種角色，	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	學生自評 教師評量

		代表了不同的多元智慧，請你閱讀下列多元智慧的說明，看看每個角色是屬於哪一種智慧的專長。 二、活動進行 1. 首先請學生閱讀多元智慧的說明，了解各種智慧的意義，教師可對於每項智慧加以舉例說明並幫助學生理解。 2. 教師讓學生大致理解多元智慧的意義後，請學生說明自己擁有哪些多元智慧？並準備進行多元才藝秀。 3. 請學生填寫課本上的多元智慧檢核表，回答問題，計算得分，從中可發現自己的多元智慧屬於哪些。經過檢核之後，請學生找到其中一項多元智慧有關的才藝，準備進行展演或報告。 4. 回家作業：請各小隊（或每個人）準備一項多元才藝秀，教導同學一項擅長或有興趣的事，給每個人5分鐘以內的時間報告，並說明這項才藝和哪種多元智慧有關？對未來可能有什麼幫助？		
	主題三： LOVE服務 單元一：點燃 服務之光	<u>活動二 從心出發</u> 一、暖身活動說明 (一) 教師說明活動規則：(活動方式如同「大風吹」) (二) 活動進行 (三) 活動引導與省思： 1. 進行活動時，我們要如何確保被蒙眼的同學可以順利更換座位呢？ 2. 參與服務學習時，有哪些相似的狀況？ 3. 我們可以怎麼做才能真正了解被服務者的處境與需求？ 4. 服務學習的對象不一定是身心障礙人士，如果被服務的對象是其他人，甚至是動物或是	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	學生互評 教師評量

		自然環境等，我們要如何了解其需求與感受呢？要如何採取相對應的服務行動呢？ (四)教師小結：進行服務前，必須謹慎確認被服務對象的處境及需求，確實瞭解其需要幫助的地方，才能真正幫助到被服務對象。生活中，你曾經觀察到他人需要幫助的時刻嗎？讓我們從「心」出發，仔細觀察生活中他人的需求，進而規畫適當的服務行動吧。 二、活動進行 (一)教師引言：「在翰寶的服務學習歷程中，如果我們以『同理心地圖』來進行分析，服務對象會是誰？根據服務對象的特性，需求是什麼？在進行服務學習時，有什麼需要注意的倫理規範嗎？」 (二)服務對象：人行道。 (三)同理心地圖：正中央填上「人行道」 1.聽到：路過的人都說人行道很髒。 2.看到：看到人行道有垃圾、狗大便。 3.說或做：人行道無法為自己發聲。 4.想：行人不亂丟垃圾、溜狗不留下排泄物。 5.有什麼痛苦：默默承受。 6.想獲得什麼：變乾淨。 (四)服務需求：人行道變乾淨。 (五)服務學習時的倫理規範 三、想一想 (一)教師提問：「除了課本中提示的相關資訊之外，還有什麼和『關注被服務者需求』及『服務倫理』相關的內容呢？」 (二)邀請學生分享。 四、教師歸納統整及回饋		
--	--	--	--	--

	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	活動二 飲食放大鏡 一、活動說明 教師帶領學生閱讀課本上的提問，並簡短說明這些提問與健康的關聯性。 二、活動進行 (一)飲食習慣觀察心得分享 請學生進行小隊分享，建議流程如下： 1.請學生利用課本頁面上的「飲食觀察結果」表格，依據自己所觀察到的現況進行圈選，並在旁邊註記說明。 2.小隊內進行分享，每次分享時間為1分鐘。各小隊文書負責將小隊的飲食習慣概況記錄下來並整理。 3.各小隊派人上臺分享大家最常做到與最少做到的飲食習慣分別有哪些。 (二)飲食習慣改善計畫 1.請學生拿出自己蒐集的健康飲食資料，準備進行分享，建議流程如下： (1)每個學生整理自己的資料，將健康飲食建議與理由寫在紙上。 (2)以小隊競賽方式進行，教師說：「健康飲食如何做？」各小隊就馬上派出1人先念出內容，再將紙張貼在黑板上，答案若與別隊重複，則需馬上換人上臺。 (3)重複進行至各小隊發表完畢。 (4)回顧各小隊提出的建議，教師選取較特別的作法進行提問，了解學生是從何處蒐集到相關資訊，並補充說明建議背後的學理依據。 2.教師說明：「請參考各小隊的分享，並檢視自己和家人的飲食習慣觀察結果，為自己及家	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	學生自評 教師評量
--	----------------------------------	---	---	-------------------------

		人設計飲食習慣建議清單，看看有哪些習慣需要調整？怎麼調整會更健康呢？」 請學生在此檢視「飲食習慣改善計畫」，選取很少做到的項目，參考剛剛大家所分享的資訊，著手設計自己與家人的「飲食習慣改善計畫」，並將建議轉化為具體做法。 教師巡視各小隊，協助學生完成。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 (二)教師總結與歸納		
3 0223-0227	主題一：學習修練室 單元一：學習探險家	<u>活動二 多元智慧學習家</u> 多元才藝秀 一、活動說明 前一堂課請同學準備才藝秀向大家介紹，這一次請同學們輪流上臺發表。臺下的同學專心觀賞，並且想一想這位同學的專長是屬於什麼樣的多元智慧優勢呢？ 二、活動進行 1.依照班級人數的實際狀況，教師彈性決定上臺報告的人數，當班級人數較多，可以一個小隊共同準備報告一項才藝，當班級人數較少時，可以讓每個同學都輪流上臺報告。教師亦可視情況讓每個人都準備，並在小隊內與伙伴分享後，派一位代表報告。 2.才藝秀結束後，教師可以帶領學生回顧同學們都展現了哪些多元智慧？並請學生持續發揮自己的多元智慧。 3.學生進行完多元才藝秀之後，請學生回想自己在學校活動、家庭活動中，常運用哪些多元智慧，並完成「我的多元智慧」紀錄表後和伙伴分享。	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	學生自評 教師評量

		多元智慧學習方式連連看 一、活動說明 經過前面活動找出自己具備的多元智慧後，接下來要讓大家學習運用自己優勢的智慧來學習，開發學習潛能。 二、活動進行 1.請學生與小隊伙伴一起討論多元智慧的學習方式，推測每個角色屬於何種多元智慧的學習方式，並畫線連連看。 2.教師邀請學生發表討論出的連連看答案，教師可引導學生討論。 三、活動小省思與小結 教師鼓勵學生開始運用本主題所提供的多元智慧的學習方式，請學生選擇適合自己的學習方式並發表，以此為本活動之評量，並做為下一個活動的預備。		
	主題三： LOVE服務 單元一：點燃 服務之光	<u>活動二 從心出發</u> 一、活動說明 教師引言：看了翰寶的例子之後，現在讓我們從「心」出發，開始腦力激盪，生活中最困擾的問題是什麼？這個問題帶給我們的感受是什麼？如果使用同理心地圖的話，這個問題的樣貌是什麼？如果想要解決這個問題，可以怎麼做？可以用什麼方法獲得相關資訊呢？ 二、活動進行：服務行動挑戰 (一)內容說明： 1.問題與感受：困擾自己及身邊的人的問題；自己的專長或興趣，可以做為協助他人的方法。以安全且有正面意義為發想的方向，不一定要想出很複雜的問題。 2.想像與解決：思考可以執行且看得到成果的解決方法，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	學生互評 教師評量

	可以依照自己的專長或興趣進行服務的計畫, 解決方法或計畫須有建設性和創意。 3.提問和建議: 訪問或請教和這個解決方法、計畫有關的人員; 尋找與這個問題或計畫相關的資源, 讓計畫更完整。 4.嘗試與演練: 根據所擬定的計畫進行練習, 並與小隊伙伴討論如何修改計畫, 讓計畫更具可行性。 (二)各隊分享。 (三)其他小隊提問。 三、活動提問 (一)在思考服務學習場域時, 除了從問題出發之外, 還可以從哪些角度去思考呢? (二)哪些機構可以提供服務學習機會? 四、教師歸納統整及回饋 五、愛的叮嚀 請利用課餘時間, 了解並蒐集與「問題」相關的資訊。提醒學生攜帶下次活動相關資料(小隊想要服務之機構資料)。		
主題五: 飲食大探索 單元一: 食在健康	<u>活動三 健康上菜</u> 一、活動說明 教師說明本次烹調實作的實施方式, 以作為學生決定實作菜色的參考。 二、活動進行 (一)菜色分享 教師請每位同學拿出自己搜尋到的健康食譜, 向小隊伙伴說明菜色與選擇的理由, 每一位同學的分享時間需控制在1分鐘以內。 (二)小隊菜單討論 請學生參考課本範例, 並說明菜單討論: 1.參考課本的營養需求與餐次分配表格, 先決定小隊將以哪一餐次作為設計主題。	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	學生自評 教師評量

		2.依據選擇餐次的餐點特性與各類食物份量進行菜單初步篩選。 3.考慮實作場地、器材與烹調所需時間的限制，將太複雜、需要特殊器材或耗時較長的食譜進行烹調法的調整修正，思考能否用相似的材料，更簡單的烹調技術完成這道菜。 4.各小隊進行15分鐘討論，將完成的菜單寫下後，上臺與全班分享實作菜色名稱。 (三)小隊食譜修正與任務分工 1.參考課本食材份量確認表格，確認各食譜的食材份量加總後，是否符合原先的餐次規畫，需要在哪些菜色中進行調整。 2.參考課本的食譜範例，將蒐集到的食譜調整成適合小隊操作的食譜。 3.進行小隊分工，特別注意食材前處理若需在家中事先進行，務必要記錄在分工表之中。 4.各小隊參考課本範例，事先規畫好回饋表格與記錄方式，於烹調實作時確實記錄，與家人分享後也利用同一表格記下家人的回饋。 三、活動小結 請學生務必要在實作前熟悉食譜內容與自己的負責工作。		
4 0302-0306	主題一：學習修練室 單元一：學習探險家	<u>活動三 學習有妙方</u> 學習習慣掃描 一、活動說明 1.以前面兩個活動為基礎，本活動進入較為具體的學習現況分析與策略運用的階段。 2.活動引導語：升上國中後，你對自己的學習表現滿意嗎？依照滿意的程度，最高分為5分，最低分為1分，請大家用手指比出自己的分數。	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	學生自評 學生互評 教師評量

		3.在前兩個活動當中，你是否嘗試了多元智慧的學習方法呢？有時候學習習慣也會影響你的成效喔！接下來檢視自己的學習習慣，看看這些習慣對你的學習成果產生哪些阻力或助力。 二、活動進行 1.教師念出以下幾種學習習慣，如果學生認為是助力，就以雙手比O的手勢，如果是阻力，則比出X的手勢。 2.活動完畢後，請跟伙伴一起討論自己的學習習慣，可能包括老師舉例的幾種，也可以自行條列出來，勾選出對於自己是阻力或助力，這樣的學習習慣對自己造成了什麼影響，填完表格。 3.教師可邀請學生分享其中一個自己主動養成的學習習慣以及培養的過程。這樣的習慣對學習表現有什麼正面的效果。 三、活動小省思與小結 請學生討論，經過這樣的分析之後，發現自己有哪些學習習慣，並且評估哪些學習習慣需要改善。下次上課要針對這些感到困擾的學習習慣進行修正。		
	主題三： LOVE服務 單元二：有愛世界	<u>活動一 服務我最行</u> 一、活動說明 1.事前準備：檢視學生是否有帶服務機構之資料 2.教師引言：「服務學習即是藉由『服務』的過程中，『學習』到幫助他人、社會和環境的意義，從中肯定自我的能力與價值。經過服務行動挑戰後。相信你對『服務學習』更有想法與心得了，現在就讓我們一起來規畫吧！」 二、活動進行	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	學生互評 教師評量

	服務學習的第一步：準備（Prepare） 準備是在服務前，先針對被服務者的背景及需求，所做的一連串計畫，需注意是否能確實符合被服務對象的需求。 （一）引導學生依照「服務學習的概念」中四個關鍵的步驟，設計「小隊服務學習活動計畫」。教師提醒學生參考所蒐集之資料，依照每人的能力、專長、時間分配，並決定服務之項目內容及其活動形式。 （二）各小隊輪流上臺報告「小隊服務學習活動計畫」，並將回饋意見記錄在課本第54頁中。 提醒學生留意： 1.你認為這樣的事前準備工作完整嗎？為什麼？ 2.你們是如何決定這樣的服務工作？又是如何決定小隊員的工作分配？ 3.你們的服務學習活動計畫最大的特色是什麼？ 三、教師統整與小結。		
主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	<u>活動三 健康上菜</u> 一、活動說明 教師說明：「準備好了嗎？請依據你與小隊伙伴的事前規畫，完成你們的『健康饗宴』，除了利用上次活動所設計的表格記錄過程與成果之外，也要記得與家人分享健康菜色哦！」 教師協助確認各小隊帶齊實作所需物品，例如：圍裙、食材、自備器具等，請各隊至小隊位置上進行烹調實作。 二、活動進行 各小隊依據事前規畫進行烹調實作，教師走動巡視，適時給予協助。 ※建議：老師可協助學生進行	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	學生自評 教師評量

		實作過程記錄, 以拍照、錄影等方式記錄學生的實作情況。		
5 0309-0313	主題一: 學習 修練室 單元一: 學習 探險家	<u>活動三 學習有妙方</u> 學習困擾知多少 一、活動說明 好的學習習慣可以幫助增進學習效果, 不好的習慣就會影響學習, 你有哪些學習困擾呢? 跟伙伴一起討論出解決方法吧! 二、活動進行 1. 請學生利用曼陀羅的思考方式, 每個小隊先選出一個在考試中遇到的困擾, 將問題寫在表格中央, 並從中分析這個學習困擾問題的細節。可參考課本範例並與小隊伙伴把曾經使用過的解決策略寫下來。 2. 完成表格後, 小隊派代表報告學習困擾的分析, 以及曾經嘗試過的方法, 回想當時效果如何。 3. 準備學習錦囊報告: 一個困擾可以有各種處理的策略, 請各小隊針對其中一個困擾並查詢解決方法後介紹給大家, 教師可參考課本學習錦囊的範例、各種查詢資源也可參考課本畫面, 並且要有實際嘗試的效果報告向大家說明。 三、活動小省思與小結 找尋學習錦囊的時候請注意需要解決的是何種困擾, 解決方法必須有實際運用的例子, 並在報告中呈現。	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題三: LOVE服務 單元二: 有愛 世界	<u>活動一 服務我最行</u> (承上節課) 一、活動說明 服務學習第二步: 服務活動 (Service) 教師引言: 服務活動包含間接或直接的親身服務過程。在服務過程中的所見所聞皆是能誘	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	學生互評 教師評量

		發服務者學習的素材。 二、活動進行 (一)各小隊輪流上臺報告「小隊服務學習活動計畫」,並將回饋意見記錄在課本第54頁中。 1.建議: (1)提出來的服務學習方案是否能與觀察到的被服務對象連結? (2)是否真的能夠了解被服務對象的需求呢? (3)是否聯想到適切的方法來進行服務學習? (4)還有什麼其他沒有注意到的地方呢? 2.優點:有什麼值得學習的地方嗎? 提醒學生留意: 1.你認為這樣的事情準備工作完整嗎?為什麼? 2.你們是如何決定這樣的服務工作?又是如何決定小隊員的工作分配? 3.你們的服務學習活動計畫最大的特色是什麼? (二)各隊互相給予回饋意見。 (三)各隊修正「小隊服務學習活動計畫」。 (四)教師檢核學生的修正討論結果,並提醒學生注意行動時的安全及其他須配合的注意事項,並留下活動紀錄。可用拍照或訪問等各種方式(須先徵求當事人同意),作為活動的見證。 三、教師統整與小結 提醒學生: 1.請在服務學習活動執行前,根據小隊的自我評估與大家的回饋意見,修正「小隊服務活動計畫」。	堂上的紙筆練習	
--	--	---	----------------	--

		2.服務學習計畫執行前應先聯繫相關機構或管理單位，了解其需求與自己能提供的幫助。 3.服務學習活動結束後，立即召開小隊檢討會。		
	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	活動三 健康上菜 (承上節課) 一、活動進行 各小隊依據事前規畫進行烹調實作，教師走動巡視，適時給予協助。 ※建議：老師可協助學生進行實作過程記錄，以拍照、錄影等方式記錄學生的實作情況。 二、活動小結 教師請學生利用自己所設計的紀錄表格，將本次實作的成果記錄下來，並提醒學生，下次上課前務必要先完成與家人分享健康菜色的任務。	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	學生自評 教師評量
6 0316-0320	主題一：學習修練室 單元一：學習探險家	活動三 學習有妙方 學習錦囊 一、活動說明 經過前面的討論，可能發現我們常有些共同的學習困擾，請你查詢網站、書籍，或請教老師、同學、學長姐，針對學習的問題找出解決方法。 二、活動進行 1.教師將重要的學習問題分為以下幾類，請各小隊依照主題查詢相關資訊，進行報告。課本中提供了心智圖的學習錦囊範例，教師可以先說明報告的重點是依據前一節課發現自己問題所在，使用了什麼有效的方法，在課堂中跟同學分享。 2.教師可事先準備平板電腦提供學生上網查詢，或提供相關書籍供學生查閱。 (1)解題策略 (2)筆記方法 (3)記憶策略	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	學生自評 學生互評 教師評量

		(4) 線上學習資源介紹 (5) 其他 3.每個小隊約報告3分鐘, 教師可針對學生提出的各種學習策略補充相關資訊。 各組報告完畢後, 請學生票選出其中最有效的錦囊:學習錦囊No.1。 三、活動小省思與小結 本活動習得的讀書小技巧, 下個單元將落實運用, 打造自己專屬的學習計畫, 向未來目標邁進。		
	主題三: LOVE服務 單元二:有愛世界	<u>活動一 服務我最行</u> (承上節課) 一、活動說明 (事前準備:檢視學生的小隊服務學習活動記錄。) 服務學習第三步:反思(Reflection) 反思是服務與學習之間的連結, 讓個人以現在所遇到的問題, 來回想過去的經驗, 檢討自己的行為, 並將相關概念應用到新環境中。 (一)邀請各隊學生簡要說明服務學習進行狀況。 (二)教師引言:反省是進步的原動力, 讓我們藉由3W的問題, 檢視個人的服務行動。完成後請與小隊伙伴分享你的收穫。 二、活動進行 (一)請學生完成課本第53頁問題。 1.What:我做了哪些服務? 2.So What:這些服務帶給我什麼意義與學習? 3.Now What:未來我將如何運用這次的服務經驗? (二)在小隊內分享自己的收穫與心得。	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	學生互評 教師評量

		(三)依序分享完後，小隊推選代表向全班介紹。 三、活動小省思 如果有一天你也成為需要他人服務的對象時，你希望別人怎麼跟你相處？		
	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	<u>活動三 健康上菜</u> 一、活動說明 1.教師呈現過去幾週以來的課程內容與學生上課紀錄。 2.教師提問：「還記得你為自己與家人所設想的『健康飲食習慣建議』嗎？這幾週下來，你和家人都有落實這些建議嗎？」請學生回想實踐的狀況，分別請每天都實踐的、一週實踐至少5天的、一週只有實踐2-4天的、幾乎沒有在實踐的學生舉手，教師進一步詢問：「為什麼大家的健康飲食建議落實情況會有差異呢？」邀請數位學生回答。 二、活動進行 (一)反省與回饋 教師提問：「透過『健康饗宴』與『健康飲食習慣實踐』，你和家人的飲食生活產生了哪些變化？哪些飲食行為你覺得應該再做調整？」 請學生進行本單元的反省與回饋，參考流程如下： 1.教師發下便利貼，一人一張，寫下「飲食規律性的改變」。 2.教師發下第二張便利貼，每個人寫下「飲食內容的改變」。 3.教師發下第三張便利貼，每個人寫下「飲食方式的改變」。 4.教師請各小隊將小隊桌面分成三大區塊，每位學生依序分享自己的便利貼內容，並分別貼在三大區塊之中。後面分享的學生如果有相似內容，則將便利貼貼在一起，透過便利貼	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	學生自評 教師評量

		討論，彙整出小隊分享重點。 5.教師將黑板劃分為三大區塊，分別邀請各小隊上臺分享心得重點並張貼便利貼。教師提醒學生要將別人提出的可用意見記下來。 (二)飲食建議再升級 教師提問：「回想自己與家人飲食行為實踐狀況，也聽完同學的分享，你覺得自己或家人的飲食行為還能如何調整？你會如何增減你的健康飲食建議呢？」 三、活動小省思與小結 (一)活動省思 教師提問：「在蒐集、整理與分析各種健康飲食建議與食譜的過程中，你發現哪些地方取得的資料內容較正確清楚？在面對無法確定內容真偽的資料時，你又會採取什麼行動呢？」 (二)小結 飲食行為受到許多因素的影響，在這個單元中，我們試著找出這些因素，並發掘不同因素對我們的不同影響程度。然後，我們觀察了自己與家人的飲食習慣，也搜尋了健康飲食相關資訊，並將兩者結合，找出適合自己與家人的健康飲食建議，並嘗試在日常生活中落實它們。最後我們運用了上學期已經學過的烹調技巧，搜尋食譜並依據健康需求調整內容，製作出適合自己與家人的健康饗宴。希望透過這些活動讓同學們對飲食有更深入的了解，平時會更加留意與飲食相關的健康資訊，讓健康飲食不只是口號，而是實際的行動。		
7 0323-0327	主題一：學習 修練室 單元二：學習 加油站(第一	<u>活動一 靜心學習</u> 一、活動說明 現在請仔細思考，為了更專注學習，我們一起想想如何安排	溝通表達： 能在課堂 議題討論 中發表意	學生自評 教師評量

	次段考)	生活中大小事的優先順序，才能達到有效學習的成果呢？ 二、活動進行 1.教師引導靜心活動步驟如下： (1)閉上眼睛，做幾下深呼吸、放鬆。 (2)想像你來到一個非常舒適且適合安靜思考的地方，這裡很安靜，能讓你保持專注，不受打擾，專注的思考。 (3)開始回想你的國中生活。 (4)記得剛進入國中時你設定的目標嗎？進入七年級下學期，為了達到這個目標，你做了哪些努力？ (5)到現在為止，你的國中生活有哪些值得珍惜的事？哪些是你最有成就感的事？ (6)現在的生活安排中，你花多少時間在這些重要的事情上呢？ (7)再深呼吸幾次，放鬆，睜開眼睛，把你所想到的事寫下來。 2.學生寫下靜心後想到的可能答案。 3.「個人目標魚骨圖」 (1)請學生依照靜心活動後的想法，開始思考「圓滿國中生活，為將來做好準備」之下，想要達到的目標。同學列出幾個「大目標」，再思考與此目標有關的「小目標」，以及短期之內（約1個月左右）可以完成的目標，並注意這些目標必須符合以下的條件。 • 你真的願意把體力與時間投注在這個目標上 • 這個目標與你重視的價值相符 • 這個目標可以實踐 • 這個目標是正向的	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	
--	------	---	--	--

	• 這個目標能均衡發展 (2)完成了「個人目標魚骨圖」後，請跟伙伴分享。 (3)填寫完畢後，就本次活動的作業請學生在日常生活中，時時提醒自己去實踐這些目標。找一個適合安靜思考的環境，靜心思考，今天做了哪些事情與實現這個目標有關。 三、活動小省思與小結 請持續練習靜心，養成每天提醒自己為目標投入時間與精力，接下來的活動會討論你如何運用時間達成目標。		
主題三： LOVE服務 單元二：有愛世界(第一次段考)	<u>活動一 服務我最行</u> (承上節課) 一、活動說明 (一)各隊參考課本第54頁，討論心得與收穫。並決定上臺分享的同學。 服務學習第四步：慶賀(celebration) 慶賀是在服務結束後，由被服務者及服務者共同分享自己的成長與改變，藉由肯定自己的貢獻，進而激發下一次的服務動機。 (二)教師引言：「凡走過必留下痕跡，處處留心皆學問，現在讓我們一起來聽聽各小隊的服務心得與成果吧！」 二、活動進行 (一)各隊分享服務歷程與收穫(參考課本第54頁)。 (二)其他小隊分享時，每位同學需將自己的想法及回饋記錄下來。 (三)各隊統整回饋，並分享給該組。 (四)教師說明：聽完各小隊的心得分享，你知道被服務對象的感受嗎？不論被服務對象是否為生命體、是否會說話，請	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	學生互評 教師評量

		設想如果他們有感受，會說些什麼呢？」請完成課本第54頁下方表格。		
	主題五：飲食大探索 單元二：青春樂吃購(第一次段考)	活動一 餐飲情報站 一、活動說明 教師引言：「每天的三餐點心都是你或家人親手製作的嗎？」現場調查學生平日早餐與午餐的來源，再引入飲食消費的討論主題。 二、活動進行 (一) 外食商家點點名 1. 教師提問：「在選擇外食店家時，你會注重哪些事情呢？」教師請參考課本的範例九宮格，針對飲食消費行為設計提問，再透過這些問題讓學生回想自己的飲食消費行為，並將答案記下。 2. 教師利用飲食九宮格進行「外食點點名」趣味活動，念出2~3個題目，請學生找到與自己答案相同的人，全部都找到後馬上蹲下。未找到與自己相同答案的人，請他與全班分享答案。若有未找齊相同答案者就蹲下的同學，則必須回答教師所提出與飲食消費有關的其他提問。 3. 請學生與小隊成員分享自己在飲食消費上重視哪些層面，由小隊文書將大家分享的重點進行歸納整理，例如：在不同店家分別有哪些不同的選購注意事項、為什麼特別常那些店家……等等。 4. 各小隊上臺進行重點分享，教師協助將各小隊討論結果呈現在黑板上。 (二) 外食商家觀察清單 1. 教師提問：「經過大家的分享討論，你是否發現了自己過去沒有注意到的事情？」邀請數	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	學生互評 教師評量

		位學生舉手發言。 2. 請學生根據剛剛同學的分享內容與教師的補充說明，整理出「<u>外食商家觀察清單</u>」，內容可參考課本示例，再依據個人需求修正。		
8 0330-0403	主題一：學習修練室 單元二：學習加油站	<u>活動二學習高手</u> 一、活動說明 教師引言：經過靜心學習的練習並設定目標後，為了達到預期目標，你該如何善用時間，成為學習高手呢？我們一起來努力吧！ 二、活動進行 1.時間管理大師： (1)影片引導 (2)分組討論 (3)全班討論 2.時間規畫好方法： (1)引導說明：為了因應突發情況，我們可以學習使用N字法則來安排事情的先後順序。教師先在黑板上畫下一個N字法則的座標，參考課本中翰寶的範例進行解說。接下來請每個學生在便利貼上寫出一個最近重要的待辦事項，並寫下可能的處理方法，將寫好的便利貼，放在對應的區塊，運用N字法則把日常的各項事務進行分類。 (2)全班討論：完成之後，老師請全班一起討論貼在各區的便利貼有哪些事務，邀請學生說出分類的原則和處理方法。 (3)填寫紀錄表：學會時間運用後，請選定一個目標，參考前一單元的各種學習方法，以及靜心學習小目標設定和時間安排方式，填寫「<u>自主學習計畫與實踐紀錄表</u>」一週計畫的部分，並請一個伙伴見證，在這一週之內進行實踐，下次上課	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	學生自評 學生互評 教師評量

		要檢驗大家的實踐成果。 三、活動小省思與小結 (1)活動小省思:經過上述的討論,請學生想一想有什麼收穫? (2)小結:執行自主學習計畫的時候,請注意本次活動討論的要點,看看對落實計畫有何幫助。		
	主題三: LOVE服務 單元二:有愛世界	<u>活動一 服務我最行</u> (承上節課) 一、活動說明 (一)各隊參考課本第54頁,討論心得與收穫。並決定上臺分享的同學。 服務學習第四步:慶賀(celebration) 慶賀是在服務結束後,由被服務者及服務者共同分享自己的成長與改變,藉由肯定自己的貢獻,進而激發下一次的服務動機。 二、活動小省思 (一)經過這次的服務活動,發現自己具備什麼能力與特質?為了完成這些服務活動,你認為自己應該充實或增加哪些能力?為什麼? (二)在接下的國中生涯中,你還想嘗試哪些服務活動?要如何規畫時間進行自己想從事的服務活動?為了完成這些服務活動,你認為自己應該充實或增加哪些能力?為什麼? (三)我們還可以將服務學習的經驗分享,透過什麼樣的方式給什麼人知道?分享的對象有什麼回饋和建議嗎?	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	學生互評 教師評量
	主題五:飲食大探索 單元二:青春樂吃購	<u>活動一 餐飲情報站</u> (承上節課) 一、活動進行 (一)外食商家觀察清單 1.教師提問:「經過大家的分享	溝通表達: 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭	學生互評 教師評量

		討論, 你是否發現了自己過去沒有注意到的事情？」邀請數位學生舉手發言。 2.請學生根據剛剛同學的分享內容與老師的補充說明, 整理出「外食商家觀察清單」, 內容可參考課本示例, 再依據個人需求修正。 3.全班一起進行觀察店家分配, 一家店最多一組人前往觀察。 4.教師提醒學生觀察時應注意禮節, 若有需要拍照, 應事先取得店家的同意, 觀察時也不可干擾到店家做生意。 二、活動小省思與小結 (一)活動小省思 教師提問:「你和家人對外食的看法是什麼？」 (二)小結 教師總結與叮嚀:「今天我們回顧了各自的外食經驗, 教師也重新發現了我們校園內外提供飲食的商家, 同學們可能或多或少都曾經從這些店家的門口走過吧! 外食是現代社會中不可或缺的一環, 方便取得的食物能解決人類急切的飢餓需求, 在下一次的活動中, 我們要進一步探討方便的外食可能暗藏什麼危機, 請同學們務必在下次活動前完成以下作業: 1依據觀察清單進行餐飲店家實地觀察, 並記錄下你的觀察結果。 2蒐集與飲食消費有關的資訊。」	分享 文字符號: 能完成課堂上的紙筆練習	
9 0406-0410	主題一:學習 修練室 單元二:學習 加油站	<u>活動三實踐我最行</u> 一、活動說明 教師引言:經過自主學習計畫與實踐, 你是否又往目標邁進了一步呢? 學如逆水行舟, 不進則退, 自主學習的過程需要	溝通表達: 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭	學生自評 學生互評 教師評量

		不斷循環。獨自學習很孤單，有伙伴一起就不困難，大家一起持續前進吧！ ※ 教學建議：教師上課前一天需提醒學生攜帶自主學習計畫與實踐紀錄表並完成檢討內容。 二、活動進行 1.進行自主學習計畫與實踐紀錄表檢討：請學生依照自主學習計畫與實踐紀錄表，跟小隊伙伴分享下列問題。 1過程中覺得自己做得很好的地方是什麼？ 2待改進的地方是什麼？ 3對於原本設定的目標達到多少？ 請各小隊伙伴聽完彼此的分享後，互相給彼此一張回饋小卡，並票選各組一名「學習高手」作為代表，請學習高手上臺分享。 2.學習再進化 本單元最後，教師可補充PDCA循環觀念，引導學生思考未來可以再努力的行動方案，調整目前的計畫。PDCA循環說明如下： 此為美國著名的管理學家戴明(Deming)所提出，包括以下五步驟，持續進行能有效提升效率： (1)步驟1：計畫(Plan) 正所謂謀定而後動，秉持第一次就做對的精神，謹慎的思考該怎麼做！在開始行動之前，做好詳細的規畫。 (2)步驟2：執行(Do) 依據先前制定的規畫，準確的執行各項工作。 (3)步驟3：查核(Check) 在執行過程中，必須隨時檢查達成率。倘若發現計畫(	分享 文字符號：能完成課堂上的紙筆練習	
--	--	---	-----------------------------------	--

		Plan)和實際執行(Do)發生落差時, 就該隨時提出改善的辦法。 (4)步驟4: 行動(Act) 針對第3個步驟查核(Check)所提出的改善之道, 重新修正做法, 正確執行矯正措施, 以利未來的工作方向越來越進步。 上述的步驟是一個持續循環的動態過程, 只要重覆執行步驟1~4, 就能持續從錯誤中學習和反省, 並且從反省中成長! 三、活動小省思與小結 請學生將回饋小卡蒐集完畢後, 教師可選擇適當的內容張貼公告, 讓學生彼此互相勉勵, 提醒學生持續運用本主題課程所學, 運用自我調整策略, 有效增進學習成效。		
	主題三: LOVE服務 單元二: 有愛世界	<u>活動二 樂服我。樂服你</u> 一、活動說明 教師引言: 透過服務學習經驗的分享, 我們可以讓更多人一起投入並參與我們的服務行動, 而不是讓服務學習停留在「一次性」的服務, 對於被服務者來說, 如果只是一次性的服務, 是否真的能協助到被服務者呢? 二、活動進行 (一)只憑一己之力的努力或影響是有限的, 也會讓服務者感到身心俱疲, 除了經驗分享之外, 我們還能怎麼做將自己的服務學習活動計畫推廣、擴大, 讓別人也願意參與, 使我們的服務學習行動得以延續呢?」 (二)公民倡議 1.說明社會力量與政府政策的關係。 2.介紹相關網站: 公民政策網	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	教師評量

		路參與平臺。 (三)各隊進行腦力激盪,想出各種可行方法能達到原先預設目標。 (四)由小隊選出一最可行之方法,將步驟具體呈現。 (五)各隊分享。 (六)教師小結。 力行服務 1.在別人的需要裡,看見自己的責任」是服務學習的精神之一,歐美國家的青年習慣利用寒暑假時間,至不同的國家結合服務學習,進行自我探索與體驗另一個世界的生活,臺灣也有許多海外志工前來服務學習的足跡,在臺灣有許多機構的創立,其源頭是來自於其外國創始人至臺灣進行志工服務的關係,如臺灣兒童暨家庭扶助基金會、馬偕紀念醫院、臺東縣東工高工等。除了外國人到臺灣服務之外,根據教育部青年發展署的資料顯示,臺灣的青年海外志工參與人數可望在未來達到2500人次,想一想這些人願意進行海外志工服務學習的原因是什麼?到海外進行服務學習時,可能會有的考量、限制與其他收穫會是什麼? 2.除了親自到國外服務之外,臺灣也有許多機構以其他方式,如金錢募集、物資勸募等,提供對其他國家的援助,如世界展望會、財團法人舊鞋救命國際基督關懷協會等。 三、活動小省思 (一)我們的生活周遭,有哪些擴大參與或力行服務的例子? (二)服務學習對我們還可能產生哪些影響? 四、教師統整與小結。		
--	--	--	--	--

	主題五：飲食大探索 單元二：青春樂吃購	<u>活動二 飲食主張</u> 一、活動說明 老師先分享自己最近一次飲食消費經驗中對該店家的觀察心得，和一則與飲食消費相關的新聞，再帶入本次經驗與資料分享活動。 二、活動進行 (一)飲食消費觀察與相關資料分享 1.教師請學生先進行觀察結果分享，各小隊伙伴之間先彼此分享自己觀察了哪間店家，看到了什麼，並將大家的觀察結果分類整理，先將要點寫在黑板上。 2.接下來請學生分享自己蒐集到的青少年飲食消費相關資料，將觀察店家時未能看到的資訊，補充在小隊分享結果中，並更新黑板上的要點內容。 3.由各小隊派代表上臺，講解小隊提出的飲食消費要點內容。 (二)我的「飲食消費行動方案」 1.教師提問：「經過剛剛的分享之後，你對飲食消費有哪些新的認識？」邀請1~2位學生分享心得。 2.請學生參考課本範例，依據大家的分享內容與自己的飲食消費習慣，找出可以改進之處，並為自己定下「飲食消費行動方案」。 3.教師提問：「在實踐行動方案時，可用哪些方式提醒自己？」各小隊蒐集伙伴的點子，彙整之後與全班分享。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 教師提問：「如果社會上的每個人都確實實踐了自己的飲食消費行動方案，有可能對餐飲相	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	學生互評 教師評量
--	-----------------------------------	--	---	-------------------------

		關產業造成什麼影響？」 (二)小結與叮嚀 教師小結與叮嚀:「今天我們探討了青少年飲食消費的各種層面,從健康需求到環境保護,並請同學們訂下自己專屬的飲食消費行動方案。希望大家認真實踐自己的原則,透過消費行動表達理念。記得要依據你的飲食消費行動方案,重新檢視自己曾經去過的飲食店家;當你有購買食品的需求時,也請依據原則選擇店家與餐點。」		
10 0413-0417	主題二:漫步在人際 單元一:友誼 智多星	<u>活動一 友誼層次寶典</u> 一、引起動機 教師提問:「在生活中我們擁有家人、師長以及朋友們的陪伴,想一想你會怎麼定義朋友的角色?每個人對於朋友的定義都不相同,你對朋友的定義又是什麼?」 教師說明:「在日常生活中,音樂常常扮演著傳達理念的角色,因此我們可以藉由理解音樂背後的意義來體會各種不同情感。其中又以流行歌曲最令我們耳熟能詳,在諸多歌曲中不乏以友誼為主題的作品,就讓我們一起從歌曲中探索朋友的定義吧!」 教師於課堂中播放歌曲並讓學生聆聽1至2首歌曲後,讓學生從歌詞中找出朋友的定義,並與小隊伙伴討論與統整出共同的答案後向全班分享。接著,抽出各小隊友誼造句的籤紙,由小隊先於內部進行2至3句造句後跟全班進行分享。 二、發展活動 你好,我的朋友 教師提問:「生活中除了要跟家人相處,還會與自己喜歡的人	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	學生自評 學生互評 教師評量

		成為朋友，為什麼你喜歡跟這些人成為朋友呢？你欣賞朋友們的哪些部分？」 教師說明：「接下來，請思考並寫下自己與他人成為朋友的原因，以及你欣賞他們哪些地方？填寫完後與小隊伙伴一起分享吧！」 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 1.你對朋友的期待與想像可能造成哪些迷思的存在？ 2.你對目前自己的人際交友狀態的滿意程度如何？若有需改善的地方，你認為該如何改變？ (二)小結 教師總結：「當我們面對不同類型的朋友時，我們也可以思考一下該以何種方式互動較為恰當，例如跟不熟的朋友則不適合輕易開玩笑，可能會造成彼此的誤會；心事或秘密適合跟好朋友說，因為好朋友通常較值得信賴。」		
	主題四：結「火」「童」行 單元一：結繩達人	<u>活動一 繩索知多少</u> 一、活動說明 教師引言：「從人類懂得使用工具以來，就有使用繩子的紀錄，古人用繩子捆綁物品甚至製作衣物。在你的生活中使用過繩子的經驗是什麼？而這條繩子的觸感如何？」 (一)請學生分享生活經驗中可能使用到繩索的經驗及繩子的觸感。 (二)教師可以預先準備不同材質的繩索供學生觀察，引起其探究的動力。 教師提問：「與同學們分享完後，有哪一位同學所分享的經驗讓你覺得印象深刻呢？」或是「你們有哪些對於繩索的共同	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	活動參與 實作評量 口語評量

		經驗呢？這些繩子的觸感與材質都一樣嗎？ 二、活動進行 (一)繩子的正確使用 (二)介紹繩子儲存與保養的注意事項 (三)繩頭處理 (四)繩子的部位 (五)收繩步驟 (六)細線或臨時收繩的整理方式 (七)討論繩子與環境 三、小結 即使在現代，繩子的運用仍然是非常的廣泛，人類的雙手可以製作出許多不同的物品，下次上課我們將進行繩索的運用，請各位同學回去再次觀察生活當中，有哪些東西是用繩子創造出不同的形狀喔！		
	主題五：飲食大探索 單元二：青春樂吃購	<u>活動三實踐與分享</u> 一、活動說明 教師先以自己為例，分享一個自己實踐消費原則時遇到的情況與自己的心得。 二、活動進行 (一)飲食消費行動方案對生活的影響 (1)教師提問：「飲食消費行動方案對你的飲食生活產生了什麼影響？」請學生用一分鐘時間，回想自己在實踐消費原則後生活的改變。 (2)請各小隊輪流派人上臺寫出答案。 (二)消費行動方案實踐與分析 (1)請學生參考課本「飲食消費行動方案實踐與分析」表格，回顧自己的行動方案實踐過程，針對每一個原則的達成度、困難之處、解決方法或感想進行填答。 (2)請學生進行小隊內分享，請	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	學生自評 教師評量

		教伙伴針對困難之處有哪些更好的解決方法。 (3)各小隊上臺分享各自遇到的困難與解決之道。 (4)各小隊分享尚未解決的困難點，全班與教師一起幫忙思考解決方案。 (5)請學生重新檢視自己的飲食消費行動方案，看看是否有需要修正之處。 三、活動省思與總結 (一)主題省思與回饋 1.教師發下本主題的學習回饋表，並播放學生學習相關紀錄，如照片、影片等，請學生回想自己在這些活動中的表現，並完成學習回饋表。 2.教師邀請學生分享自己對於這個主題在學習上與進行方式的想法與建議。 (二)總結 教師總結：「飲食是每天生活不可或缺的行為，我們透過飲食獲得活動的能量與建造身體、維持生命運作的材料，我們也透過飲食聯絡感情、獲得心靈上的滿足。有時候，規律的飲食還能幫助維持作息的規律感，日本的海軍船上每個禮拜五都會提供咖哩飯當作餐點，因為每天在海上度過，容易喪失時間規律，透過固定的餐點內容，讓長期在海上生活的軍人一看到咖哩就會知道禮拜五到了，又度過了一週。 我們每天的飲食也是如此，固定的三餐時間能維持每天的生活規律，也讓身體在需要能量的時候，適時得到補給。除了定時三餐，同學們還蒐集了許多與健康飲食、飲食消費相關的資訊，透過分析與整理，訂出了適合全家的飲食習慣改		
--	--	---	--	--

		善計畫與針對青少年的飲食消費行動方案，希望大家在課程結束後，還能繼續實踐這些原則，讓飲食發揮對生活的正面影響力，透過飲食讓自己、讓家人、讓社會變得更美好。」		
11 0420-0424	主題二：漫步 在人際 單元一：友誼 智多星	<u>活動二 人際增強秘笈</u> 一、引起動機 教師提問：「你喜歡哪些偶像明星？他們有哪些特質吸引你的注意？」 二、發展活動 教師發給每人3-5張便利貼，讓學生分別在每張便利貼上寫下一條喜歡或不喜歡的行為舉止，寫完後依序上臺分別貼在黑板(或海報紙)上。待所有人寫完並貼完後，教師協助學生進行統整與歸納全班喜歡與不喜歡的行為舉止有哪些，並讓學生將歸納出的結果填寫於課本上以利自評，自評後請伙伴進行他評的勾選，並討論他評帶來的影響或改進方式。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 1.我們該如何保持良好的行為，並且改進大家不喜歡的行為？ 2.請選擇嘗試一件你目前沒有但卻受班上同學喜歡的言行舉止，並於下次上課時與小隊伙伴分享你嘗試後的結果與感想。 (二)小結 教師總結：「透過今天的課程，我們了解受歡迎的人擁有哪些良好的行為舉止，只要我們努力讓自己擁有這些特質，以後就可能擁有好人緣，然而，要改變一個習慣不是一件容易的事情，因此我們需要進行一段時間的練習並檢核實行的成效與困境後，才有可能讓我們的	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	學生自評 學生互評 教師評量

		習慣更加得宜，且增進自我的人際關係。因此，下次上課時，我們會請大家先分享『自己想要改進的習慣』在一週練習後的成效與心得，接著我們將會深入思考，該用哪些方法來維持好人緣及人際關係。」		
	主題四：結「火」「童」行 單元一：結繩達人	<u>活動二 繩結二三事</u> 一、活動說明 繩結的運用不論在生活中或是戶外活動都很常見。例如：綁鞋帶或是用緞帶包裝禮物，都會使用到蝴蝶結。除了美觀以外，也有固定、易拆的功能。古代人會利用繩結來記事，大事打大結，小事打小結，當事情結束後，就把結解開來。我們一起來討論看看關於使用繩索的注意事項吧！ (一)繩結接龍 1.小隊進行討論，日常生活中有運用哪些繩結。 2.進行繩結接龍，每隊提出一個利用方法，直到有小隊無法提出為止。 (二)繩子安全使用：教師可以再加強說明上課時使用繩子的注意事項。 例如：使用繩子3不1要 1.要注意安全：課程進行當中以安全為第一，隨時注意周遭狀況。 2.不天上飛：甩動或是丟繩子，繩頭可能在過程中甩到同學的眼睛或身體造成受傷。 3.不地上爬：可能會讓同學不小心踩到或絆倒，造成自己或是同學受傷。 4.不身上繞：除了救援用的繩索可以拿來綁身體，其餘的繩索都有可能因為摩擦力造成身體受傷，或在過程中繩子卡住或解不開來，造成傷害。	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	活動參與 實作評量 口語評量

		二、活動進行 (一)教師引言： 以下我們要來介紹一些基礎繩結，因為未來會學到的許多繩結都是從基礎繩結衍生出來的喔！」 (二)補充 1.繩結的特性 (1)易打易解：繩結的主要功能，一開始是希望能重複使用，因此要容易打且可以解開，以達到其目的。 (2)結型正確：有些繩結會有承載重量的功能，因此結型正確才能發揮它的功能。 (3)理繩清楚：一個正確的繩結，可以看出它的脈絡，不然會造成編織結構的不緊密，容易散開，若在極限運動會發生危險。 2.學生根據課本上的繩結步驟圖，進行繩結的打法練習。 3.學習的順序可以依照結型，或是功能： 單結→雙八字結→活結→雙半結→雀頭結 漁人結→平結→接繩結 手上雙套→棍上雙套 4.繩結的五大基本功能 (1)連結繩子和東西：可以將繩子的一端綁在木頭上面、晾衣服、連結水桶取水等。例如：雙半結、雙套結。 (2)網綁、固定東西：可用來網綁木材或舊報紙、繫綁鞋帶等。例如：平結、活結。 (3)製作繩瘤：可用在扣環的止滑、救生索的握把等。例如：單結、雙八字結。 (4)製作繩圈：可以掛在支柱上，或者固定圓形物品（如西瓜）等。例如：雙八字結。 (5)繩子互相連接：多用在強化	
--	--	---	--

		或延長繩索，連接釣魚線等。 例如：接繩結。		
	主題六：我們這一「家」 單元一：家庭互動之旅	<u>活動一 家人互動，上路囉！</u> 一、教師引言 家庭經營，除了培養管理家庭的能力之外，更重要的是家人相處時，彼此體諒、互助的情感支持。你平時是如何和家人相處的呢？你了解你和家人的互動方式嗎？讓我們一起來探究吧！ 二、活動說明 (一)以小隊為單位，各小隊派一名代表抽取小隊信物。 (二)各隊伙伴輪流擲骰子決定前進格數，依該格說明抽取題目，並完成該格任務，完成後可獲得獎勵分數。 (三)走到「家家加油站」需抽一張「加油卡」，並依照卡片指示完成任務，方能得到獎勵分數並繼續進行活動。 (四)進行期間有經過「起點」的小隊，可加2分。 (五)當所有小隊皆繞完一圈時，即可結束本活動。 三、結算各隊獲得總分，教師給予獎勵。 四、教師小結 日常生活中你和家人的互動情形如何呢？請參考第102頁「家人互動之旅題目集」題目，在這一週實際觀察自己和家人互動的情形，將結果記錄下來，並試著找到良好的溝通方式。	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	學生自評 學生互評 教師評量
12 0427-0501	主題二：漫步在人際 單元一：友誼 智多星	<u>活動三 人際增強秘笈</u> 我的友誼存摺 一、引起動機 教師提問：「上次我們討論到大家喜歡與不喜歡的行為舉止有哪些，並請大家運用一週的時	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	學生自評 學生互評 教師評量

	間進行練習『目前沒有但卻受班上同學喜歡的言行舉止』，請各小隊伙伴彼此分享。之後各小隊派1至2位同學發表在嘗試後的結果與感想。」 二、發展活動 1.教師提問：「你知道友誼是需要經營的嗎？就像儲蓄金錢的概念一樣。想一想，假設你有一本友誼存摺，你會經常存款還是扣款呢？請寫下你和朋友之間發生過的事，並將該事件歸類為友誼存摺中的存款或扣款，再進行勾選。」 2.當學生填寫完後，請學生統計哪類行為較多，思考原因為何？與小隊伙伴互相分享自己的友誼存摺狀態，並共同討論有哪些方法可以增加友誼存摺中的存款數值，各小隊派1至2位代表向全班進行分享。 三、活動小結 教師總結：「透過今天的課程，我們看到了自己與他人對待朋友的不同方式，也討論出經營友誼的適當方法。下次上課，我們會將交友的方式從現實轉向虛擬的網路世界中，大家一起討論不同交友模式的優缺點與注意事項。」	文字符號：能完成課堂上的紙筆練習	
主題四：結「火」「童」行 單元一：結繩達人	<u>活動二 繩結二三事</u> (承上節課) 一、活動進行 (一)小隊驗收活動 1.教師可採用「支援前線」的遊戲方式進行活動。 2.請教師依據班上的學習情況自行出題，參考題型如下： (1)翰翰一行人登山時，遇到陡峭山坡，必須利用何種繩結以增加攀爬時的摩擦力呢？(請打三條) (2)同行伙伴的登山背包斷裂，	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	活動參與 實作評量 口語評量

		需要以哪種繩結來補救呢？ (請打兩個) 二、活動小省思與小結 (一)活動小省思 知道關於繩子的相關知識後， 可以應用在生活中的哪些地方， 讓生活更便利呢？ (二)小結		
	主題六：我們這一「家」 單元一：家庭互動之旅	<u>活動二 家人溝通，我最行</u> 一、活動說明 上星期請學生記錄家人互動情形，這週一起來檢視良好的家人互動模式。 二、確認學生完成課本第103頁內容。 三、活動小省思 1.你喜歡自己與家人互動的方式嗎？為什麼？ 2.聽了同學的分享，你欣賞哪些互動方式？ 3.你認為目前與家人的互動中，哪些方式比較接近自己的期望？有哪些需要改變的部分？可以怎麼改變呢？ 四、教師引言 生活中，家人間有可能因為對事物的認知不同，加上沒有順利溝通，因此產生誤會。你有過類似的經驗嗎？你通常用什麼方式和家人溝通？當我們與家人溝通時，又需要注意哪些事項呢？ 五、活動說明 請參考第104頁的漫畫圖，想一想，如果是你會如何回應呢？而家人對你的回應通常有什麼樣的反應？ 六、活動小省思 1.你曾經學過哪些溝通技巧？在家人的互動中你可以如何運用這些技巧？ 2.你認為自己跟家人之間的溝	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	學生自評 教師評量

		通方式需要做哪些調整呢？ 七、小試身手 良好人際關係需要好的溝通技巧來經營，同樣的，家人關係也是需要透過良好溝通方式來維繫，請利用之前輔導課所學的溝通技巧，配合有效親子溝通方式，試著在生活中練習看看吧！ 八、小結 家人關係千變萬化，要達到良好家人關係，除了掌握正向家人互動技巧，還要針對自己家庭狀況適當的調整。當然，培養良好家人關係需要時間，只要你願意開始改變、開始實踐，正向情感將會一點一滴的累積！		
13 0504-0508	主題二：漫步在人際 單元一：友誼 智多星	<u>活動四 揭開網路面紗</u> 一、引起動機 教師提問：「你通常會從哪些地方認識新朋友？你知道有哪些管道可以認識新朋友？除了從現實生活中認識的朋友之外，你會藉由網路來交朋友嗎？」 隨著網路的快速發展，網路交友成為一種拓展人際圈的方式，現在就讓我們一起來討論網路交友時應該注意的事項。 二、發展活動 教師提問：「想一想，如果要從網路認識新朋友，你會如何決定要公開哪些個人資料呢？現在我們要參加交友達人網站的活動，註冊成為會員，並藉由這種方式來認識新朋友。」 教師說明：「請參考課本第29頁並勾選、填寫個人願意公開的基本資料與項目（不公開的項目不用填寫），寫完後將自己的真實姓名寫在學習單背面後，把學習單用吸鐵貼在黑板	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	學生自評 學生互評 教師評量

		上(蓋住真實姓名),讓全班同學觀看,待全班同學皆將資料貼於黑板後,每個人手中會有三張貼紙,請在你想認識的三位網友的資料上貼上貼紙,最後會進行票選活動,並公布你想認識的人是誰。」 教師說明:「透過交友達人活動,對於網路交友你有哪些想法?請和小隊伙伴一起討論網路交友的相關事件與注意事項。」先由各小隊派1至2位代表向全班進行分享。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 想一想,網路交友可能帶來的風險是什麼?有哪些該注意的細節? (二)小結 網路交友是一種拓展自我視野的管道與方式,然而若使用不當,則可能導致不良的影響,造成一輩子的陰影或傷害,因此,在使用這項工具時,我們必須保持良善且懂得自我保護,才能避免遺憾。		
	主題四:結「火」「童」行 單元一:結繩達人	<u>活動三 創意結繩</u> 給教師的話: 創新來自於將舊有事物賦予新的意涵,繩結的運用也隨著早期是工具以外,在現代的生活當中,繩結多用於文創物品、飾品等等,隨著環保意識的抬頭,繩結的運用也再度受到重視,讓學生設計可用於生活或是利用繩結製作生活物品,為活動3所希望可以讓學生將所學用於生活當中。 一、活動說明 教師引言:繩結的產生源自於人類想要解決問題,讓生活更加便利,因此繩索的使用無所不在,而透過繩結的特性,除	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	活動參與 實作評量 紙筆評量

		了解生活問題，也可以讓生活更富有美感，讓我們一起來發揮觀察力與創意，用繩結來製作生活用品吧！」 1.請分小隊或兩兩一組，互相分享自己想要設計的物品。 2.小隊內或兩兩一組，討論設計物品可能需要運用的繩結。 3.將討論結果記錄於便利貼上，以利資料的查詢與準備。 4.利用平板或繩結工藝相關書籍，讓學生查詢作品做法，完成課本中第71頁。 5.利用教師預先準備好的繩子進行作品的製作。 二、活動進行 我的繩結創藝品 1.利用平板或繩結工藝相關書籍，讓學生查詢作品做法，並完成課本第72頁。 2.利用教師預先準備好的繩子，進行作品的製作。		
	主題六：我們這一「家」 單元二：愛的語言大不同	<u>活動一 感動時刻</u> 一、教師引言 每個家庭成員都有不同的情感表達與關懷方式，有些人習慣用言語表達，有些人喜歡以行動傳情。回想你和家人相處時，家人常用哪種方式表達他們對你的關愛？你的感受又是如何？請根據你平日的觀察與感覺，寫下你的看法，並和小隊伙伴分享。 二、活動說明：學生完成課本第106頁內容。 三、請學生與小隊伙伴分享：在分享時可請學生進一步說明當時情境，讓分享更具體生動。 四、教師提問，並鼓勵學生發表：對你來說，什麼時候最能感受到家人對你的關愛？ 五、教師小結並進一步引導：	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	學生自評 學生互評 教師評量

		除了家人對你表達關愛之外，你是如何表達你對家人的關心呢？你在日常生活中會透過什麼方式與家人維繫並增進感情？ 六、活動小省思 (一)你做過哪些增進家人情誼的事？當時家人的反應是什麼？你自己的感受又是如何？ (二)你認為家人愛你的方式，和你愛家人的方式，有什麼異同？你最喜歡哪一種表達愛的方式？ 七、學生自由發表 八、小結 每個人都有自己習慣表達愛的方式，或許你無法感受到，但不代表他們不關心你。因此，學習感受他人關愛，並給予自己能力所及的感謝，是增進家人間情感很重要的能力喔！		
14 0511-0515	主題二：漫步在人際 單元一：友誼 智多星(第二次段考)	<u>活動三 揭開網路面紗</u> 網路社會線 一、引起動機 教師引言：「想一想，網路上的人際互動還可能遇到哪些問題呢？」 教師播放影片：公視主題之夜 9/19《網路殺了她 The Sextortion of Amanda Todd》 影片結束後，教師提問：「影片中的女主角發生了什麼事？在這件事件中，出現了哪些網路問題呢？」 二、發展活動 教師提問：「想一想，你在網路交友的過程中還可能遇到哪些問題呢？請你判斷各種網路情境，並試著將問題分類及討論出解決的方法。」待學生討論結束後，請各小隊派1至2人上臺分享答案與因應策略。 三、活動小省思與小結	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	學生自評 學生互評 教師評量

		(一)活動小省思 請思考並回想自己曾經參與網路交友的經驗及發生過哪些問題？你有想到哪些解決的方法嗎？ (二)小結 兒童福利聯盟文教基金會表示有85.8%(2018年資料)的學生曾透過網路認識網友，進一步分析發現有一成的使用者註冊時不會隱藏個資，不僅透露社群帳號、真實姓名，甚至有兒少告訴網友自家住址。還有網友會對交友平臺上的兒少提出不當要求，包括情侶交往、單獨外出、提供裸照等，甚至有人會詢價援交。因此，透過這堂課程希望提醒各位同學在結交網友時應懂得保護自己，避免發生危險與遺憾。		
	主題四：結「火」「童」行 單元一：結繩達人(第二次段考)	活動三 創意結繩 繩結創意分享會 一、活動說明 學生完成創意作品後，建議可以讓學生去觀摩其他人的作品，經由分享、發表或是評鑑的方式，讓學生透過評估與改良，讓作品更美觀實用。 二、活動進行 (一)教師引言：自己設計且實作出來的成品，這個過程是不是有很多有趣的經驗呢？一起來與伙伴們分享吧！ (二)教師引言：在與別人分享完後，我有哪些想法呢？重新回頭看自己的作品，又有哪些他人的經驗可以讓我的作品更好呢？讓我們把想法記錄下來吧！ 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 完成本單元的學習後，有哪些經驗讓你感到有趣？哪些事情是你下次再遇到時，會採取不	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	活動參與 實作評量 紙筆評量

		同的方式處理呢？ (二)小結 從生活中的觀察，學習繩結的基本知識，到製作出一個屬於自己的繩結創意作品，透過這些歷程，不知道你們有沒有發現，原來人的雙手是很靈巧的，而透過創意與手做，我們可以透過繩子的變化解決許多生活問題，老師期待各位可以將繩結運用在生活當中，也可以運用繩結環保袋來取代塑膠袋，朝環保的目標邁進！		
	主題六：我們這一「家」 單元二：愛的語言大不同 (第二次段考)	<u>活動二 愛的語言</u> 一、教師引言 家人互動中，每個人容易感受到的情感表達方式皆不同，若要增進家人間情感聯繫，了解如何對家人表達自己的愛意，又能打動對方的心，是很重要的事情喔！ 二、活動方式 (一)請找一位伙伴互相練習，面對對方的抱怨或喜悅，在對話框中寫下你認為比較正向的回應。 (二)與伙伴輪流扮演下列角色，觀察自己表達愛的語言的方式，並給予回饋。 三、學生完成課本第108~109頁內容。 四、教師說明 每位家人都有自己習慣或是偏好的愛之語，所以每個人表達愛的方式都不一樣，對愛的需求也不盡相同，所以平常家人常抱怨的話語，往往就是他覺得沒有被關愛的警訊。想要滿足家人的需求，請試著找出家人能接受與感受到的愛之語吧！ 五、活動小省思 (一)對你來說，哪一種愛的語	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	學生自評 學生互評 教師評量

		言最容易執行？哪一種則不容易表達？為什麼有這樣的差異？ (二)你認為你的家人習慣用哪一種方式表達他們的愛？ (三)觀察家人間不同的愛的語言後，你與家人的互動需要做什麼樣的調整呢？ 六、學生自由發表。 七、小結 認識並訴說他人的愛之語，能強化雙方的關係；反之，若不能用對方認為「愛」的行動來表達愛，我們所做的努力和誠意就會大打折扣。過去，我們和家人可能一直在用對方聽不懂的「外國話」表達溝通，所以總認為家人都不懂自己；現在，了解家人愛之語後，請試著用對方的愛之語表達關心與愛，讓家人關係更和諧吧！		
15 0518-0522	主題二：漫步在人際 單元一：友誼 智多星	<u>活動三 揭開網路面紗</u> 網路社會線 一、引起動機 教師引言：「想一想，網路上的人際互動還可能遇到哪些問題呢？」 教師播放影片：公視主題之夜 9/19《網路殺了她 The Sextortion of Amanda Todd》 影片結束後，教師提問：「影片中的女主角發生了什麼事？在這件事件中，出現了哪些網路問題呢？」 二、發展活動 教師提問：「想一想，你在網路交友的過程中還可能遇到哪些問題呢？請你判斷各種網路情境，並試著將問題分類及討論出解決的方法。」待學生討論結束後，請各小隊派1至2人上臺分享答案與因應策略。 三、活動小省思與小結	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	學生自評 學生互評 教師評量

		(一)活動小省思 請思考並回想自己曾經參與網路交友的經驗及發生過哪些問題？你有想到哪些解決的方法嗎？ (二)小結 兒童福利聯盟文教基金會表示有85.8%(2018年資料)的學生曾透過網路認識網友，進一步分析發現有一成的使用者註冊時不會隱藏個資，不僅透露社群帳號、真實姓名，甚至有兒少告訴網友自家住址。還有網友會對交友平臺上的兒少提出不當要求，包括情侶交往、單獨外出、提供裸照等，甚至有人會詢價援交。因此，透過這堂課程希望提醒各位同學在結交網友時應懂得保護自己，避免發生危險與遺憾。		
主題四：結「火」「童」行 單元一：結繩達人	活動三 創意結繩 繩結創意分享會 一、活動說明 學生完成創意作品後，建議可以讓學生去觀摩其他人的作品、分享、發表或是評鑑的方式，讓學生透過評估與改良，美化生活。 二、活動小省思與小結 (一)活動小省思 完成本單元的學習後，有哪些經驗是你覺得有趣的？而又有哪件事情是你下次再遇到時，會採取不同的面對方式呢？ (二)小結 從生活中的觀察，學習繩結的基本知識，到製作出一個屬於自己的繩結創意，透過這些歷程，不知道你們有沒有發現，原來人的雙手是很靈巧的，而透過創意與手做，我們也是可以解決問題的，一條繩子可以有很多種的變化，老師期待各位可以將繩結運用在生活當中	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	活動參與 實作評量 紙筆評量	

		，也可以運用繩結來取代一些塑膠袋的功能，一起來減塑喔！		
	主題六：我們這一「家」 單元二：愛的語言大不同	活動二 愛的語言 一、教師引言 家人互動中，每個人都有自己比較能感受到的情感表達方式，若要增進家人間情感聯繫，了解如何對家人表達自己愛意，又能打動對方的心，是很重要的事情喔！ 二、活動方式 （一）請找一位伙伴做練習，面對對方抱怨或開心言語，在對話框中寫下你認為比較正向的回應。 （二）與伙伴輪流扮演下列角色，觀察自己表達愛的語言的方式，並給予回饋。 三、學生完成課本第108~109頁內容。 四、教師說明 每位家人都有自己習慣或是偏好的愛之語，所以每個人表達愛的方式都不一樣，對愛的需求也不盡相同，所以平常家人常抱怨的言語，往往就是他覺得沒有被關愛的警訊，想要滿足家人的需求，請試著找出家人能接受與感受到的愛之語吧！ 五、活動小省思 1. 對你來說，哪一種愛的語言是容易執行的？哪一種是不容易表達的？為什麼有這樣的差異？ 2. 你認為你的家人習慣用哪一種方式表達他們的愛？ 3. 觀察家人間不同的愛的語言後，你與家人的互動需要做什麼樣的調整呢？ 六、小結	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	學生自評 學生互評 教師評量
16	主題二：漫步	活動一 專注傾聽	溝通表達：	學生自評

0525-0529	在人際 單元二：人際 百寶箱	一、引起動機 教師提問：「生活中我們常需要藉由溝通來了解對方的想法與感受，然而很多時候受到溝通方式不良的影響，常導致誤會與歧見的發生，想一想，你曾經遇到過哪些溝通不良的情況？你會如何處理？」 二、發展活動 教師說明：「請兩位伙伴一組（如果有學生落單，則改以三人一組，或由教師加入），每人有兩張紙，一位伙伴先閉上眼睛，另一位伙伴在紙上畫出由5個幾何圖形組成的圖案。繪圖完成後，請伙伴睜開眼睛，繪圖者以單純口述的方式，請搭檔的伙伴按照說明畫出圖案，完成後比對兩人的圖片，觀察有哪些差異。接者兩人交換角色，按照上述流程再進行一次活動。」 教師提問：「除了言語說明外，還有哪些方式可以進行溝通？」 教師提問：「你有曾經被誤解的經驗嗎？你認為當時被誤解的原因是什麼？如果我們有良好的溝通能力，可以降低被誤解的機率嗎？」請跟小隊伙伴一同進行討論，並派出代表分享結論。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 1.想一想，學會良好的溝通方式有哪些重要性？ 2.思考你和別人目前的溝通方式，有哪些可以改進的地方？ (二)小結 教師總結：「我們從今天的活動中體會了溝通的重要性，在接下來的課程中，我們就要來探討在溝通中很重要的幾個要素	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	學生互評 教師評量
-----------	-------------------------------	---	--	----------------------

		—專注傾聽、我訊息、三明治溝通法。」		
	主題四：結「火」童行 單元二：火焰力士	<u>活動一 火神降臨</u> 一、活動說明 (一)請學生回憶使用火的經驗，完成課本頁面第73頁。 (二)請小隊伙伴互相分享自己的用火經驗。 二、活動進行 (一)教師引導學生透過剛剛的分享，歸納生火要素。 1.燃點：在這裡是指可以讓火點燃的方式，例如：打火機、火柴等，與自然領域的燃點有所不同。自然領域的燃點係指物質要達到一定的溫度才能燃燒，這個溫度稱為燃點。 2.可燃物：維持火持續燃燒的物品。 3.助燃物：火種，一開始火點燃的物品及氧氣。 (二)教師引導歸納用火的注意事項。 1場地：空氣要流通、是否是可以使用的地方，例如：很多公園都有明文規定不能使用。 2保持乾淨：生火時要注意周遭沒有其他易燃物，結束後要注意使用場地的復原。 3安全準備：滅火器材要事先準備好，附近要有水源或知道處理方式。例如：油鍋起火應該如何處理。 4風向：風不能太大，以免釀成火災。 5避免高溫：避免在溫度過高的情況下，使用生火器材。例如：太陽直射下使用卡式瓦斯爐。 6生火器材的準備：要準備合宜的工具。例如：鍋具過大；用火時，爐具不宜並列使用且鍋具不宜大過爐面以防傾倒。木炭、木柴生火應該要有火盆，	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	口語評量 活動參與

		且做好與地面的隔離。 教師可以先蒐集相關資訊，帶領學生了解用火安全。 (三)教師引導學生討論，不同場合的注意事項。 使用卡式爐的情境： 1.器材本身是否有損壞，使用前要檢查。 2.使用燃料的保存。 3.取火的方式。 使用火盆烤肉的情境： 1.器材的準備：需要準備火盆，否則可能會對土地或是地面產生影響。 2.火盆的功用是要架高炭火，讓熱能不會直接破壞地表。 3.了解燃燒後廢棄物的處理，或是一開始直接從源頭減量，如果學會正確搭建木炭的方式，就可以燃燒完全，燃燒產物只剩灰燼，減少餘炭。 可以切入的點： 火的功能對環境產生的影響。 (1)火燃燒時產生高溫，若直接在地面生火，會將土壤中的微生物殺死，造成土壤質量降低，短時間內無法長出新植物，破壞生態。 (2)在不對的地方生火，可能產生森林大火，燃燒的濃霧會危害人體。 三、小提問與小結 (一)小提問 在學習完用火的知識後，搜尋一篇戶外用火事故，分析看看發生的原因為何？如何避免或是降低傷害呢？ (二)小結 童軍的銘言中「準備」是童軍精神中最重要的一件事，對於任何事情都應該要事先預想過。「火」具有很大的能量，而其造成的傷害也往往不可逆，因此		
--	--	--	--	--

		事前的準備與預防相當重要。不論在家中、室內場所甚至戶外，每個人都應該要注意用火安全，並在遵守法律的情況下，以正確方式用火。		
	主題六：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書	活動一 愛家放大鏡 一、教師引導學生思考 家人相處難免會有爭持或摩擦，若要維繫良好家人關係，需要靠家人彼此之間相互體諒和付出。請仔細觀察你的家庭，看看家人平常為家庭做了哪些事？付出多少辛勞？而自己又為家庭分擔哪些工作和責任？請和小隊伙伴分享觀察紀錄，並思考下列問題。 二、請學生依照自己在家庭生活中所觀察到的「家人觀察紀錄」內容，和小隊伙伴分享觀察紀錄。 三、教師請學生和全班分享看法。 四、活動小省思 1.了解家人對家庭的貢獻，對你有什麼影響？ 2.家庭中有多少事務？你目前分擔了什麼家務工作？你還能為家庭做些什麼事情呢？	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	學生自評 學生互評 教師評量
17 0601-0605	主題二：漫步在人際 單元二：人際百寶箱	活動一 專注傾聽 練習「專注與傾聽」 一、引起動機 教師提問：「生活中是否有過當你在說話對方卻心不在焉的經驗？你有哪些感覺？」在人際互動中，傾聽的重點也很重要。透過用心的傾聽，可以了解對方所要表達的想法，同時也讓對方有被尊重的感受。 二、發展活動 教師說明活動規則： 1.老師介紹「專注與傾聽」的活動流程，兩位伙伴一組。 2.一位伙伴當敘述者，另一位	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	學生自評 學生互評 教師評量

		當傾聽者。敘述者以三分鐘的時間，向傾聽者分享最近讀過的書、看過的電影、玩過的遊戲等。 3.傾聽者要「專注傾聽」，過程中可以透過眼神交流、點頭、表情來回應對方，不能開口說話。 4.三分鐘後，老師提醒時間結束。 5.傾聽者整理剛剛聽到的內容，並且向敘述者分享自己接收到的訊息，看看與敘述者想傳達的內容是否一致。 6.兩人交換角色，並重複以上步驟。 三、活動小省思 1.在透過溝通之後，你覺得自己的表現如何？在傾聽方面，是否有需要注意的地方？ 2.在聆聽對方說話的過程中，我該如何適時表達我的感受？ <u>活動二 學習「表達」</u> 認識「我訊息」 一、教師提問：「你曾有過無法順利表達自己真實想法的經驗嗎？當你和別人溝通時，除了清楚、完整的表達，還可以運用『我訊息』的溝通技巧，更進一步的傳遞自己在事件中的感受，讓對方更了解你！請運用『我訊息』的方式，將對話情境進行改寫！」 教師說明「我訊息」三步驟： A.具體事件：我發現…… B.感覺想法：我覺得…… C.期待：我希望（願意／想要）…… 二、「我訊息」練習活動 教師說明：課本的圖片題目，左側藍色框是以「你訊息」的不良方式來表達想法，要請學生	
--	--	--	--

	改寫成「我訊息」的表達方式，並填寫於右側綠色對話框中。教師請各小隊思考並討論課本的對話內容，再與全班同學分享。 教師引導學生思考：「你發現運用『我訊息』和『直接指出對方錯誤』，這二種溝通方式有何差異？為什麼？」 三、小結 教師總結：「人生中最重要的是好好去了解，同時也好好被了解，所以使用『我訊息』方式是以客觀陳述事實、感受、理解與期待的方式來表達自己的想法，較不具批判與責備的成分在其中，也因此是較佳的自我表達方式。」		
主題四：結「火」「童」行 單元二：火焰力士	<u>活動二 爐火純青</u> 一、活動說明 (一)建議教師可以連上兩堂。 (二)建議可以搭配卡式瓦斯爐實務，若有機會也可以準備不同型號的卡式爐，甚至是同隔宿露營的爐子，更能加強學生未來使用的印象。 二、活動進行 教師引言：透過前一個活動，我們知道用火安全性的重要性及意外發生的不可逆性。以下介紹兩種目前在戶外生活或隔宿露營活動中，常見的生火方式，分別是現代爐具與木炭生火。」 (一)卡式瓦斯爐使用 教師拿出卡式爐，詢問學生是否看過或使用過，並請學生分享使用的情境。 教師介紹卡式瓦斯爐構造： 1.卡式瓦斯爐構造 2.卡式瓦斯罐介紹 3.卡式瓦斯爐使用步驟說明 4.卡式瓦斯爐使用完畢收拾步	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	口語評量 實作評量

		驟 5.學生操作 6.教師引言：「使用卡式瓦斯爐若遇到以下狀況，你認為可能是什麼原因？請和同學討論並將答案填進空格中。」 (1)安全開關無法下壓 (2)安全開關下壓時有漏氣聲 (3)點火時，火點不著 7.小提問與小結 (1)小提問 A.卡式瓦斯爐是常見且容易購買到的爐具，但在生活中卻常見相關意外事件，為什麼？ B.使用卡式瓦斯爐時，還有什麼其他注意事項嗎？ (2)小結 使用卡式瓦斯爐前需先了解卡式瓦斯爐的構造，並詳閱相關說明書，雖然市面上卡式瓦斯爐具款式大同小異，但在火力、使用及安全性上皆有不同的特點。此外卡式瓦斯爐雖取得容易，但少有「檢修」的流程，因而在瓦斯軟管破損、瓦斯爐頭堵塞等狀況發生時，常會讓人慌了手腳，而造成危害！另也常有將瓦斯爐具並列共用或使用大過爐面的鍋具等狀況造成瓦斯氣爆的可怕意外，卡式瓦斯爐雖便利，但相關安全事項，仍需大家小心再小心！		
	主題六：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書	<u>活動一 愛家放大鏡</u> (承上節課) 一、請學生自由發表意見，或請各小隊派一名代表和全班分享。 二、教師歸納學生意見。 三、教師說明 觀察家人為家庭的付出後，你是否發現家庭中每一個人，都有自己表達愛的方式？了解家人經營家庭的辛勞之後，請試著利用「愛的語言」，對每個家	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	學生自評 學生互評 教師評量

		人表達專屬的感謝，並實際去執行。 四、請學生將想到的「愛家行動」仔細記錄在課本第111頁。 五、小結 了解家人的辛勞，找到家人的愛之語，從中思考你能表達的感謝方式，試著去做吧！ 十、提醒學生下次將在課堂進行「愛家行動報告書」製作，請利用課餘時間完成愛家行動，並在下次上課前，準備好製作報告書所需要的相關資料及各項工具。		
18 0608-0612	主題二：漫步在人際 單元二：人際百寶箱	活動二 學習表達 三明治說話法 一、引起動機與課程回顧 教師引言：「上一節課我們已經說明了我訊息與你訊息的差異，並且請大家練習將你訊息更改成我訊息的方式，相信大家對我訊息的對話技巧已經有了初步的了解。接下來，老師要帶大家加深對我訊息技巧的練習，並進一步將我訊息結合三明治說話技巧，以學會這三項（專注傾聽、我訊息、三明治說話法）人際溝通的重要技巧。」，並協助學生回顧上次課程內容。 二、活動進行 教師引言：「『三明治說話法』結合了『傾聽』的尊重、『我訊息』的表達：先表達你對對方處境的了解，再表達自己的想法，最後以具體的建議做結論；就像三明治把最有味道的食材夾在土司中間一樣，因為有了土司的緩衝，食材的味道才不會太過強烈。」 三明治說話法的定義為肯定與了解、說出事實、結論與做法。請各小隊以10分鐘時間進行討	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	學生自評 學生互評 教師評量

	論，將課本第35頁(我訊息練習的漫畫對話框)之情境題，進一步改寫成「三明治說話法」，並將恰當的對話方式填寫於課本第36頁的對話框中，討論結束後，請各小隊以5分鐘時間上臺進行分享。 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 1.以上所學的這些技巧，還可以運用在哪些溝通情境中？ 2.如果你想增進自己的溝通技巧，除了上述表達方式外，你還知道哪些溝通表達的技巧嗎？ (二)小結 教師總結：「一般人在被批評時，自我防禦的心情很容易升起，聆聽他人言語的心就會逐漸封閉，並自衛性的開始反駁，而先肯定與了解對方的想法後，再說出自己的看法與建議，會比較容易讓人所接受。因此，善用三明治說話法能幫助我們在溝通上更加順利！」		
主題四：結「火」「童」行 單元二：火焰力士	<u>活動二 爐火純青</u> (承上節課) (二)木炭生火 木炭生火可以不需要鍋具，直接烤熟食物，因此也是戶外時常使用的生火方式。木炭燃燒後產生高溫，若直接在草地上生火，高溫會殺死土壤內的生物，所以在戶外使用時，宜架高離地使用火盆，或是在限制的區域內使用喔！ 木炭的製作方式：木炭是透過乾餾的方式製成，目前市面上有許多不同的材質，例如：椰子炭、相思木等，依據材質會有不同的生火方式。 乾餾：意思是隔絕空氣加熱。在空氣中加熱叫做燃燒。	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	口語評量 實作評量

		補充:木炭的種類有很多種,若時間允許,教師可以介紹木炭的種類及製成方式。 1.木炭生火步驟 建議: 要與學生清楚說明操作性動作,例如:蓋,是周圍有支撐,蓋上去留有火焰燃燒的空間。 (1)建議可以配合課本的圖,可以的話讓學生畫一次,會比較有概念。或是有時間可以讓學生先練習一次,若無木炭也可以使用筆練習堆疊。 (2)小提問 A.排炭的目的是什麼? B.如何判斷木炭生火成功呢?何時是加炭時機? C.老師說排炭的祕訣就是「火要虛,人要實」,這是什麼意思? D.很多人都用噴槍升火,為什麼要學習排炭? 2.木炭生火滅跡步驟 建議:灑水,意思是用手捧水、輕甩,建議教師示範給學生看。 小提問 A.為什麼不能直接拿水倒上去呢?(跳過測量風向後,再以手掬水澆熄木炭的步驟,會產生什麼狀況?) B.除了將木炭殘渣當成垃圾丟棄之外,這些餘燼還可以有哪些功用? C.木炭生火活動結束後,尚未使用的木炭,還能怎麼處理? 3.生火與環境 火為人類的生活帶來幫助,但用火不慎可能引發什麼後果呢?倘若是在戶外,可能產生什麼影響?為了降低用火對環境產生的衝擊,在生火前、生火過程中及滅跡時,有哪些具	
--	--	---	--

		體策略幫助我們安全用火且能友善環境呢？ Why－用火對環境可能產生的影響是？ How－如何降低對環境的危害？找出可以安全且友善環境的用火策略。 When－生火前、過程中、滅跡時。 Who－在人員部分，可以注意或做到的是什麼？取得許可？人員應遵守的規範？ What－相關的物品、設備。 Where－使用的場地，有什麼特殊之處？ 6.不當用火可能對環境造成的影響 (1)沒有使用火盆，直接生火會造成地表傷害。 (2)木炭使用一堆，沒有燒完。 (3)如果迫不得已要生火。 (4)何以從事戶外活動的人會有句名言是「凡走過必不留下痕跡，只帶走回憶」？		
	主題六：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書	活動二 愛家行動 一、教師引言 上節課我們規畫了屬於你自己的愛家行動，也請你們利用課餘時間完成行動。現在，我們要開始製作「愛家行動報告書」。請將你準備好的材料拿出來，開始製作屬於自己的「愛家行動報告書」吧！ 二、教師巡視學生的製作情形並適時給予指導。 教師可提醒學生可依照自己的專長與興趣，選擇適合自己的製作方式，並鼓勵學生發揮個人創意，增添報告書的精彩度。 報告書製作方式： 1.可用手工書的形式呈現。 2.可用一般的word、	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	學生自評 學生互評 教師評量

		PowerPoint等製作。		
19 0615-0619	主題二：漫步 在人際 單元二：人際 百寶箱	活動三 人際小劇場 一、引起動機 教師說明：「上次我們討論到生活中令人感到困擾的溝通情境，請運用我訊息或三明治說話法來進行溝通，運用一週的時間進行練習，請各小隊伙伴彼此分享實際執行後的成果（對方給予的回應）。」 教師說明：「人際互動中的意見分歧，甚至是衝突，常常源於雙方的立場與觀察角度的不同。如果處理不當，會傷害彼此的友誼；因此，學習面對、處理衝突是人際關係中重要的一環。最近在學校或班上，你們有發生什麼樣的衝突事件嗎？」 請教師依學生回答來進行回饋。 二、發展活動 教師提問：「接下來，我們要透過課本內容第37至38頁中的幾種故事情境，想一想，雙方的立場各是什麼？他們發生衝突的原因是什麼？如果你，你會如何處理？」 教師說明：「各小隊以抽籤方式抽出人際小劇場的討論題目，並討論衝突情境中的人物的各自立場、衝突發生原因以及解決方法，各小隊討論完後請上臺進行分享。」 聽完各組的討論結果之後，教師說明課本第40頁的衝突處理6步驟。 三、活動小省思與小結 （一）活動小省思 想一想，發生人際衝突的原因大致可歸納為哪幾類？請找出相對應的解決方法。 （二）小結	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	學生自評 學生互評 教師評量

		教師總結：「當我們在面對衝突時通常會以五種方式來進行應對 1.以言語或身體進行反擊，這種方式最不佳； 2.向對方屈服或退讓，這樣的方式容易讓自己感到委屈； 3.逃避或走開，這樣不僅無法解決問題，反而可能造成更大問題； 4.妥協，指的是衝突的雙方各自退一步，找到折衷的方法； 5.協商，彼此一同想出共同合適的解決方法，達成雙贏的局面。 其中，第4妥協、5協商的方式最佳，是值得我們好好學習的應對衝突方式，在下一堂課衝突化解術中我們將以這兩種方式為主，來討論並演出如何化解衝突的狀況劇，希望在這兩堂課程中大家可以學習到最佳的衝突化解技巧。」		
	主題四：結「火」童行 單元二：火焰力士	<u>活動三 生火高手</u> 給教師的話： 本活動為前幾堂課的驗收活動，能讓教師更了解學生的學習狀況，也可讓學生藉由實際操作的過程學習，並應用生火的相關知識。教師須注意實作的安全問題及風險管理。建議可以與上一堂課節合，或是兩節課連排。 一、活動說明 學習不同的生火方式之後，我們可以嘗試動手實際操作一次，來檢驗自己的學習成果吧。 生火小行動 請依據小隊討論規畫出降低對環境干擾的生火策略。 (一)想要體驗原始生火 1.選擇生火地點的注意事項： 通風、被允許的場地	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 活動參與 紙筆評量

		2.用火安全注意事項 (1)不要在炭火旁邊嘻笑，依環境選擇合宜的互動方式。 (2)用鐵夾撿木炭，因為木炭經過火可能還沒變白，也可能溫度很高，或是滅跡時，因為倒水變黑，但溫度仍尚未降低。 (3)為避免火過大時，燃燒超過火盆，要記得事先準備好水桶。 (4)滅火時會產生高溫水氣，所以要注意風向，滅火時宜站在上風處。 3.降低對環境影響的策略 (一)在戶外生火，要注意不能將殘渣丟棄於地上，以免破壞原本的生態環境。 (二)想要體驗現代爐具 4.通風、被允許的場地 (1)用火安全注意事項 ·不要在爐火旁邊嘻笑，依環境選擇合宜的互動方式。 ·卡式瓦斯爐底下最好不要有塑膠製品，以免融化。 ·卡式爐使用時，通常有鍋具，要注意是否符合大小。 (2)如何降低對環境的影響 要注意不能將殘渣丟棄於地上，以免破壞原本的生態環境或是不利於場地復原。 (3)小隊生火器材清單 依據上方選擇生火方式，討論器材分工。 (4)生火器材準備及教師提醒 教師提醒： 確實分工，每人各司其職、互助合作、注意用火安全。		
	主題六：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書	<u>活動二 愛家行動</u> (承上節課) 一、教師巡視學生的製作情形並適時給予指導。 教師可提醒學生可依照自己的專長與興趣，選擇適合自己的	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭	學生自評 學生互評 教師評量

		製作方式，並鼓勵學生發揮個人創意，增添報告書的精彩度。 報告書製作方式： 1.可用手工書面完成。 2.可用一般的word、PowerPoint等製作。 二、小結 請你將製作完成的「愛家行動報告書」帶回家中與家人分享，並參考課本第112頁的提示，蒐集家人的回饋意見和簽名，於下次上課時帶來並與大家分享。	分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
20 0622-0626	主題二：漫步在人際 單元二：人際百寶箱	<u>活動三 人際小劇場</u> 衝突化解術 一、引起動機 教師說明：「在了解人際衝突的各種原因後，請想一想，如果你是人際小劇場衝突情境中的主角，會如何處理呢？並請參考課本第40頁的衝突處理6部曲來演出衝突處理三連拍。」 請教師依學生回答來進行回饋。 二、發展活動 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 1.在小隊討論與演出的過程中，你對於人際衝突有什麼心得？ 2.對於同學演出的人際情境，你還想到了哪些處理方式與溝通技巧呢？ (二)小結 教師總結：「天底下的誤會、委屈與衝突有一半是來自於耳不聽——不願傾聽，而另一半則是來自於口不開——沒有溝通！因此，想要跟別人相處愉快，就必須要懂得如何傾聽與溝通，而在我們這一系列的活	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	學生自評 學生互評 教師評量

		動過程中，相信大家應該都能學會這些技巧，所以老師期待各位在未來的生活中都能夠降低衝突與不愉快，好好把握人生中的美好時刻。」		
主題四：結「火」童」行 單元二：火焰力士	活動三 生火高手 (承上節課) 一、活動進行 (一)教師器材檢查。 (二)各小隊開始進行生火練習。 教師帶領學生完成滅跡工作，並將環境復原。 二、活動小省思 在這個過程中，我發現…… 1.令我印象深刻的是…… 2.我學習到…… 3.不同的生火方式，會對環境造成什麼影響？ 4.降低對環境影響的策略，我們的達成度如何？怎麼做會更好？ 5.在提升用火安全的行動中，我們還可以如何改善？ 6.除了自己做好用火安全並愛護環境之外，如何讓其他人和我們一樣注意安全、愛護環境？	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	實作評量 活動參與 紙筆評量	
主題六：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書	活動三 愛的報報 一、教師引言 經過分享活動後，你與家人的關係是否更為緊密？你對自己與家庭的未來發展又有什麼期許呢？請與伙伴分享你的報告內容，以及家人給予的回饋意見，並說說自己的感想。 二、教師請學生上臺分享特別「獨家製作」心得，教師可適時提問協助學生完整表達意見。 三、活動小省思 1.你認為自己增加了哪些維繫家人關係的能力？ 2.當你未來擁有自己的家庭時	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	學生自評 教師評量	

		，你會以什麼樣的態度與方式來經營你的家庭？ 四、小結 透過此單元活動，我們了解維繫家人間情感並不容易，期待你們能愈來愈成熟，學習為家人付出，在生活中遇到問題或挑戰時，能積極的搜尋資訊，尋求答案，讓家庭生活更美好！		
21 0629-0630	主題二：漫步在人際 單元二：人際百寶箱(第三次段考)	<u>活動三 人際小劇場</u> 衝突化解術 一、引起動機 教師說明：「在了解人際衝突的各種原因後，請想一想，如果你是人際小劇場衝突情境中的主角，會如何處理呢？並請參考課本第40頁的衝突處理6部曲來演出衝突處理三連拍。」請教師依學生回答來進行回饋。 二、發展活動 三、活動小省思與小結 (一)活動小省思 1.在小隊討論與演出的過程中，你對於人際衝突有什麼心得？ 2.對於同學演出的人際情境，你還想到了哪些處理方式與溝通技巧呢？ (二)小結 教師總結：「天底下的誤會、委屈與衝突有一半是來自於耳不聽——不願傾聽，而另一半則是來自於口不開——沒有溝通！因此，想要跟別人相處愉快，就必須要懂得如何傾聽與溝通，而在我們這一系列的活動過程中，相信大家應該都能學會這些技巧，所以老師期待各位在未來的生活中都能夠降低衝突與不愉快，好好把握人生中的美好時刻。」	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	學生自評 學生互評 教師評量
	主題四：結	<u>活動三 生火高手</u>	溝通表達：	實作評量

	「火」「童」行 單元二：火焰 力士(第三次 段考)	(承上節課) 一、活動進行 (一)教師器材檢查。 (二)各小隊開始進行生火練習。 教師帶領學生完成滅跡工作，並將環境復原。 二、活動小省思 在這個過程中，我發現…… 1.令我印象深刻的是…… 2.我學習到…… 3.不同的生火方式，會對環境造成什麼影響？ 4.降低對環境影響的策略，我們的達成度如何？怎麼做會更好？ 5.在提升用火安全的行動中，我們還可以如何改善？ 6.除了自己做好用火安全並愛護環境之外，如何讓其他人和我們一樣注意安全、愛護環境？	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	活動參與 紙筆評量
	主題六：我們 這一「家」 單元三：愛家 行動報告書 (第三次段考)	活動三 愛的報報 一、教師引言 經過分享活動後，你與家人的關係是否更為緊密？你對自己與家庭的未來發展又有什麼期許呢？請與伙伴分享你的報告內容，以及家人給予的回饋意見，並說說自己的感想。 二、教師請學生上臺分享特別「獨家製作」心得，教師可適時提問協助學生完整表達意見。 三、活動小省思 1.你認為自己增加了哪些維繫家人關係的能力？ 2.當你未來擁有自己的家庭時，你會以什麼樣的態度與方式來經營你的家庭？ 四、小結 透過此單元活動，我們了解維繫家人間情感並不容易，期待你們能愈來愈成熟，學習為家	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	學生自評 教師評量

		人付出，在生活中遇到問題或挑戰時，能積極的搜尋資訊，尋求答案，讓家庭生活更美好！		
--	--	--	--	--

八年級

桃園市富岡國民中學114學年度第一學期八年級【綜合領域】課程計畫				
每週節數	3		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-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。 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。 2c-IV-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，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。		

		國2-IV-3依理解的內容，明確表達意見，進行有條理的論辯，並注重言談禮貌。 國2-IV-4靈活運用科技與資訊，豐富表達內容。
	學習內容	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 家Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。 家Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維持。 家Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童Cb-IV-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。 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-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。 國◎Bb-IV-2對社會群體與家國民族情感的體會。 國Bb-IV-3對物或自然以及生命的感悟。
融入之議題		【人權教育】 人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。 【生命教育】 生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 【生涯規劃教育】 涯J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。
學習目標		一、知識 1.從自我面向拓展至與他人關係的層面，經由對個性的認識，學習欣賞與尊重自己與他人的異同。 2.觀察各種不同織物材質，了解服飾清潔與保養方法，並學習服飾整理與收納技巧，培養生活自理能力，進而達到良好生活之目標。 3.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 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.透過各項活動觀察和體驗，協助學生從生活中服飾的搭配和選擇，塑造個人形象，並藉由個人服飾專欄的完成，展現自我風格。 3.(含技能面)學習服飾整理與收納技巧。 4.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 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	教材編輯與資源 翰林版國中綜合8上教材 教學方法 1.以激發學生學習動機，與同儕合作，主動學習為主。 2.善用多元的教學策略，如：體驗學習、價值澄清、合作學習、問題解決與創意思考等。 3.採用協同合作的教學模式，發展跨科目之統整課程。 4.與特殊教育專業人員協同輔導不同學習能力的學生，依其特殊需求，調整教學與輔導。 教學評量 1.口語評量。 2.實作評量。 3.高層次紙筆測驗。 4.情境模擬演練。			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1 0901-0907	主題一：露營 練功坊 單元一：可口 玩野炊	<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】	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.高層次紙筆評量。

		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。		
主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力	<u>活動一 分工齊治家</u> 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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。	
主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	<u>活動一 情緒觀測站</u> 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：「平常的我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，	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	<u>活動一</u> 1.學生能透過表情與肢體展。 2.現表達自身情緒。 3.學生能覺察並表達自己的情緒狀態。	

		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。 3、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。		
2 0908-0914	主題一：露營 練功坊 單元一：可口 玩野炊	<u>活動一 食尚露營家</u> 4、活動說明 5、活動進行 (一)請各小隊參考前兩輪的分享内容，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。	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.高層次紙筆評量。
	主題三：幸福 生活計畫 單元一：發現 幸福力	<u>活動一 分工齊治家</u> 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	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行	1.口語評量。 2.實作評量。

		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。	個人口頭分享 文字符號：能完成課堂上的紙筆練習	3.高層次紙筆評量。
	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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！」 ※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	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	活動一 1.學生能透過表情與肢體展。 2.現表達自身情緒。 3.學生能覺察並表達自己的情緒狀態。

		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會有情緒感受。 (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。		
3 0915-0921	主題一：露營 練功坊 單元一：可口 玩野炊	活動二 野炊有妙計 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	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.高層次紙筆評量。

		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。		
	主題三:幸福生活計畫 單元一:發現幸福力	<u>活動二 蒐集幸福要件</u> 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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。
	主題五:心之谷 單元一:情緒密碼	<u>活動二 我的思想與情緒</u> 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	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	學生自評 教師評量 學生作業完成 口頭發表 參與討論

		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。 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。		
4 0922-0928	主題一：露營 練功坊 單元一：可口 玩野炊	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。 (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。	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.高層次紙筆評量。

	主題三：幸福 生活計畫 單元一：發現 幸福力	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： 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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。
	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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	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	完成「思想情緒紀錄簿」作業。

		，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。		
5 0929-1005	主題一：露營 練功坊 單元一：可口 玩野炊	<u>活動四 回顧野炊趣</u> 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：	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.高層次紙筆評量。

		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。		
主題三：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力	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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。	
主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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。 (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	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	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	

		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。		
6 1006-1012	主題一：露營 練功坊 單元一：可口 玩野炊	<u>活動四 回顧野炊趣</u> 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	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.高層次紙筆評量。

		【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。		
主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行	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。	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	能分享個人或家庭的活動之相關經驗，並蒐集有關個人活動的資源與資訊	
主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	活動三 穩住情緒 1、活動進行 2、活動說明 (一)情緒紓解小錦囊 1.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。 2.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	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	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	

		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。」 3.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，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。	
--	--	---	--

7 1013-1019	主題一：露營 練功坊 單元二：帳篷 下的秘密(第一次段考)	<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.口語評量。 2.高層次紙筆評量。
	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行(第一次段考)	<u>活動一 幸福家庭計畫</u> 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。	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	能分享個人或家庭的活動之相關經驗，並蒐集有關個人活動的資源與資訊

	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，適度修正你的計劃目標及執行方式。 三、活動省思：當自己的計劃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。		
主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱（第一次段考）	<u>活動一 走過低潮</u> 1、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，了解這是每個人都會經歷到的事情。 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	<u>活動一</u> 1.口頭分享自己的失落經驗。 2.了解失落經驗所經歷的歷程。

		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。		
8 1020-1026	主題一：露營 練功坊 單元二：帳篷下的秘密	<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.口語評量。 2.高層次紙筆評量。
	主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行	<u>活動一 幸福家庭計畫</u> 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	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	能分享個人或家庭的活動之相關經驗，並蒐集有關個人活動的資源與資訊

		「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，適度修正你的計劃目標及執行方式。 三、活動省思：當自己的計劃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。		
	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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	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	<u>活動一</u> 1.口頭分享自己的失落經驗。 2.了解失落經驗所經歷的歷程。

		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： 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。		
9 1027-1102	主題一：露營 練功坊 單元二：帳篷 下的秘密	活動二 搭帳合作趣 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.口語評量。 2.高層次紙筆評量。
	主題三：幸福 生活計畫 單元二：與你 同行	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	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	能分享個人或家庭的活動之相關經驗，並蒐集有關個人活動的資源與資訊

		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。		
	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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。」	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	活動一 1.口頭分享自己的失落經驗。 2.了解失落經驗所經歷的歷程。

		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: 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。		
10 1103-1109	主題一:露營 練功坊 單元二:帳篷 下的秘密	活動一 搭帳達人 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】	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.高層次紙筆評量。

		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。		
主題三：幸福生活計畫 單元二：與你同行	<u>活動二 愛的片刻時光</u> 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。	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	能分享個人或家庭的活動之相關經驗，並蒐集有關個人活動的資源與資訊	
主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	<u>活動二 心靈診療室</u> 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	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	<u>活動二</u> 1.能蒐集並分辨心理困擾者所需的協助。 2.學習自助與助人。	

	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 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:如果自己心理有心理困擾，你會希望別人怎麼對待你？而你又可	筆練習	
--	--	-----	--

		以有哪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。		
11 1110-1116	主題二：安康 露營去 單元一：風險 一把罩	<u>活動一 化險靠計策</u> 1、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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。

		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。		
主題四：食品 新世界 單元一：飲食 偵查隊	<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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。	
主題六：彩繪 人生之路 單元一：生涯 探索記	<u>活動一 生涯期望</u> 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	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	<u>活動一</u> 1.生涯期望塗鴉牆—實作評量。 2.活動小省思—口語評量。	

		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。 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。		
12 1117-1123	主題二：安康 露營去 單元一：風險 一把罩 】	<u>活動一 化險靠計策</u> 2、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	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。

		，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。		
主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊	<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	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。	

		, 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。		
	主題六: 彩繪人生之路 單元一: 生涯探索記	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? 6. 回想自己過去的願望與期許	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	活動二 1. 我的訪問札記—實作評量。 2. 生涯筆記與我的生涯價值探索—高層次紙筆評量。

		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。		
13 1124-1130	主題二：安康 露營去 單元一：風險 一把罩	活動二 有備必無患 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。 3、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： 4、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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。
	主題四：食品 新世界 單元一：飲食	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	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意	1.口語評量。 2.實作評

	偵查隊	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。	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	量。 3.高層次紙筆評量。
	主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記	活動二 工作世界 PARTI 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。	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	活動二 1.我的訪問札記—實作評量。 2.生涯筆記與我的生涯價值探索—高層次紙筆評量。

		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。		
14 1201-1207	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩（第二次段考）	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	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。

		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。	文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊(第二次段考)	<u>活動二「食」項確認</u> 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，	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。	

		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。		
主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記(第二次段考)	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。	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	活動二 1.我的訪問札記—實作評量。 2.生涯筆記與我的生涯價值探索—高層次紙筆評量。	

		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。		
15 1208-1214	主題二：安康 露營去 單元一：風險一把罩	<u>活動三 整裝好生活</u> 一、活動說明 二、活動進行 1.在前一個活動中，我們依照	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行	1.口語評量。 2.實作評量。

		自己的想法裝填背包，卻無法有效完成任務，更有同學發生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。	個人口頭分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	3.高層次紙筆評量。
主題四：食品新世界 單元一：飲食偵查隊	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	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。	

		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。		
	主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記	<u>活動三 生涯初探檢核</u> 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。	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	學生互評 教師評量

16 1215-1221	主題二：安康 露營去 單元二：輕鬆 玩露營	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。	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.實作評 量。 3.高層次紙 筆評量。
	主題四：食品 新世界 單元一：飲食 偵查隊	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	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.實作評 量。 3.高層次紙 筆評量。

		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。		
	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記	<u>活動一 生命開麥拉</u> 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	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.學生自評 2.學生互評 3.教師評量 4.一高層次紙筆評量

		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。		
17 1222-1228	主題二：安康 露營去 單元二：輕鬆 玩露營	<u>活動二 露營活動心體驗</u> 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	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	1.口語評量。 2.實作評量。 3.高層次紙筆評量。

		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。	筆練習	
主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味	<u>活動一 加工現形</u> 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？ 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	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	問答、口頭或書面報告： 分享自己與家人對加工食品的認識與使用經驗。	

		，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。		
	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記	<u>活動一 生命開麥拉</u> 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	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.學生自評 2.學生互評 3.教師評量 4.—高層次紙筆評量

		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。		
18 1229-0104	主題二：安康 露營去 單元二：輕鬆 玩露營	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：	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。

		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。		
主題四: 食品 新世界 單元二: 吃出新美味	<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: 探索健康飲食選擇, 透過自製食品提升幸福感與生活品質。 人權教育: 關注食品選擇權, 確保弱勢族群也能享有安全與健康的飲食。	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	問答、口頭或書面報告: 分享自己與家人對加工食品的認識與使用經驗。	
主題六: 彩繪人生之路 單元二: 生命奇遇記	<u>活動二 我的富足人生</u> 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	溝通表達: 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭	1.學生自評 2.學生互評 3.教師評量 4.—高層次紙筆評量	

		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。	分享 文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
--	--	--	-------------------------------------	--

		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。		
19 0105-0111	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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。
	主題四: 食品 新世界 單元二: 吃出新美味	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	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.實踐行動: 蒐集自製食品或加工食品的食譜或製作方法。

		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: 探索健康飲食選擇,透過自製食品提升幸福感與生活品質。 人權教育: 關注食品選擇權,確保弱勢族群也能享有安全與健康的飲食。	文字符號: 能完成課堂上的紙筆練習	2.訪談與書面報告:訪問家人對自製食品的相關意見,蒐集資料並設計食譜。
主題六:彩繪人生之路 單元二:生命奇遇記	<u>活動三 我的生命活力</u> 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	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	口語評量。	

		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。		
20 0112-0118	主題二：安康 露營去 單元二：輕鬆	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	溝通表達： 能在課堂 議題討論 中發表意	1.口語評量。 2.實作評

	玩露營	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。	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	量。 3.高層次紙筆評量。
	主題四: 食品新世界 單元二: 吃出新美味	<u>活動三 好味時光</u> 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	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	書面報告、實際操作與檢核表:「好味時光」活動規劃報告。

		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的們的心得意見都記錄下來。」 【議題融入與延伸學習】 生命教育: 探索健康飲食選擇, 透過自製食品提升幸福感與生活品質。 人權教育: 關注食品選擇權, 確保弱勢族群也能享有安全與健康的飲食。		
	主題六:彩繪人生之路 單元二:生命奇遇記	<u>活動三 我的生命活力</u> 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	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	口語評量。

		證照等。 (2)特質力——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。		
21 0119-0120	主題二：安康 露營去 單元二：輕鬆 玩露營(第三次段考)	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。	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.實作評量。 3.高層次紙筆評量。

		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。	文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
	主題四：食品新世界 單元二：吃出新美味(第三次段考)	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	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	書面報告、實際操作與檢核表：「好味時光」活動規劃報告。

		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的們的心得意見都記錄下來。」 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 探索健康飲食選擇，透過自製食品提升幸福感與生活品質。 人權教育： 關注食品選擇權，確保弱勢族群也能享有安全與健康的飲食。		
主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記（第三次段考）	活動四 我的未來職人臉書 一、活動說明 二、活動進行 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	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 2.一高層次紙筆評量	

		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，分析生涯發展需求，提升個人成長與改進意見。		
--	--	---	--	--

桃園市富岡國民中學114學年度第二學期八年級【綜合領域】課程計畫				
每週節數	3		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。 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。 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-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。 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-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。 國2-IV-3依理解的內容，明確表達意見，進行有條理的論辯，並注重言談禮貌。 國2-IV-4靈活運用科技與資訊，豐富表達內容。		
	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。 家Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 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。 童Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。 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。 國◎Bb-IV-2對社會群體與家國民族情感的體會。 國Bb-IV-3對物或自然以及生命的感悟。
融入之議題	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。 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。 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。 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。 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。 安J11 學習創傷救護技能。 防J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。 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。 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。 國J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。
學習目標	一、情意 1. 思考在取用便利的飲食行為背後應關注的問題，還可以採取更友善環境與生活的飲食行動，實踐「愛」地球的「良」食運動。 2. 逐步檢視應如何在運用大地資源的時候，能夠關懷、愛護並感恩大自然所提供的各種物資，學習與環境合作共生的永續行為。 3. 透過生活觀察與自我省思來理解性別刻板印象對於自身的影響，藉由多元性別議題的介紹，進而形塑正向的性別認同，並且落實真正的性別尊重。 4. 透過理想對象特質討論、交往想法的辯論、新聞案例討論，讓學生了解喜歡與愛情的差別、喜歡的理想情人特質、釐清愛情交往的迷思，以及因應分手失落的哀傷，進而在未來面對愛情關係，能抱持著合宜的觀念與態度。 二、技能 1. 學習更有意義的選購、穿衣妙法，展現具有關心環境又能展現年輕活力的服裝行動智慧。 2. 以露營的學習經驗為基礎，進一步思考如何根據自己的狀況做不同的休閒規畫，提升健康的品質。 三、態度 1. 探求自己的能力、興趣與想從事的工作之間的關連，規畫可行性的執行策略，逐步接近所期待的未來工作。
教學與評量說明	教材編輯與資源 翰林版國中綜合8下教材 教學方法 1.以激發學生學習動機，與同儕合作，主動學習為主。 2.善用多元的教學策略，如：體驗學習、價值澄清、合作學習、問題解決與創意思考等。 3.採用協同合作的教學模式，發展跨科目之統整課程。 4.與特殊教育專業人員協同輔導不同學習能力的學生，依其特殊需求，調整教學與輔導。 教學評量 1.口頭評量 2.分享與討論 3.小組互動表現 4.實作評量 5.課堂參與度 6.紙筆評量 7.學生行為觀察 8.自評互評 9.學習單

週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1 0211-0213	主題一：食光 新主張 單元一：剩食 大作戰	<u>活動一 此剩食彼一食</u> 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，如剩食、ZERO HUNGER、分配不均，並與全班分享小組搜尋到的資訊。 三、活動省思 【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.課堂參與度。 2.可分析個人及家庭的生活習慣是否造成剩食問題。 3.小組整理報告臺灣、國外的剩食的問題及打擊剩食的相關策略。
	主題三：說到 做到愛地球 單元一：來去 無痕實踐家	<u>活動一 與自然同在</u> 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：	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	口語評量。

		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 (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。 【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。		
	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社	<u>活動一 性別觀察家</u> 1、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.小組討論：教師可分成幾組，每組抽出一個主題，參考課本圖片思考可能有什麼刻板印象，要怎麼突破，將討論的結果寫在海報上，派代表上臺報告。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 性別平等教育：	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 ～性別事件簿中能寫出因為性別差異的困擾。 2.紙筆評量 ～推理時間 小組討論報告能指出性別刻板印象。

		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。		
2 0216-0222	主題一: 食光新主張 單元一: 剩食大作戰	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、活動省思 【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.課堂參與度。 2.可分析個人及家庭的生活習慣是否造成剩食問題。 3.小組整理報告臺灣、國外的剩食的問題及打擊剩食的相關策略。

	主題三：說到做到愛地球 單元一：來去無痕實踐家	<u>活動二 愛護自然心行動</u> 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。	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	口語評量與資料搜集。
	主題五：性別魔法站 單元一：性別偵探社	<u>活動二 性別與尊重</u> 一、活動說明 二、活動進行 (一)性平勇士 1.引導學生思考：教師先引導學生閱讀劉柏君的故事，說明個人發展可以不受性別的影響，也可請學生多提出有關突破性別刻板印象有所發展的各種名人事例。 2.影片過後請學生討論以下問題。 3.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)性平大聲說	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	紙筆評量～ 性平宣言能統整出自己應該調整的性別平等觀念。

		1.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。 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提供以下做為參考。 5.性平宣言：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。		
3 0223-0301	主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰	<u>活動二 良食的冒險之路</u> 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产品。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。	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.課堂參與度。 2.可分析個人及家庭的生活習慣是否造成剩食問題。 3.小組整理報告臺灣、國外的剩食的問題及打擊剩食的相關策略。

	(二)小隊報告國內外案例。 (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?請小隊討論後,與全班同學分享。 三、活動省思 【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。		
主題三:說到做到愛地球 單元一:來去無痕實踐家	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】	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.團隊討論與報告。 2.戲劇表演與討論法。

		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。		
	主題五：性別魔法站 單元一：性別偵探社	<u>活動三 性別平等論壇</u> 一、活動說明 二、活動進行 (一)性別新聞臺 1.小隊討論：請學生參考課本性別新聞臺的內容，討論日常生活中哪些行為可能涉及對他人的騷擾與侵害，甚至霸凌。 2.教師以學生提出的情境，說明資訊站涉及到相關的法律問題，讓學生知道性別互動不恰當的行為是有法律責任的。 (二)性別論壇 1.教師引言。 2.學生可參考課本的範例，進行討論。 3.學生討論完畢後，上臺展示海報，並派代表口頭報告。 (三)性平魔法書 1.請全班共同製作性別平等的魔法書，每個人寫下一個不同情境下可以因應性騷擾和性霸凌的小妙方製作成標語海報。 2.請學生把這些標語海報，張貼於校園角落，推廣反霸凌與騷擾的理念。 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	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	小組報告～ 能在性平魔法書中採取實際採取反性霸凌與性騷擾的推廣行動。
4 0302-0308	主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰	<u>活動二 良食的冒險之路</u> 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	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意見、能進行個人口頭	1.課堂參與度。 2.可分析個人的生活習慣是否造成

		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: 〇年〇月〇日」。食品業者在標示進口食品有效日期時, 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)小隊報告國內外案例。 (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、活動省思 【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。	分享 文字符號: 能完成課堂上的紙筆練習	剩食問題。 3.小組整理報告臺灣、國外針對剩食的行動案例。 4.分析整理個人的剩食圖像。
	主題三:說到做到愛地球 單元一:來去無痕實踐家	<u>活動四 許自然一個未來</u> 一、教師引導:「我們在前面的課程中學習了無痕山林的行動守則, 並且檢核無痕山林守則的行動, 現在讓我們一起來看看有哪些政策及法規, 與無痕山林守則可以相互呼應。」 二、學生分享	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.能體認人與大自然的關係及大自然帶給人類的美好感受。 2.學習與大自然相處的

		三、教師說明 四、開放山林五大政策主軸內涵 五、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。	能完成課堂上的紙筆練習	方法並思考運用的方法。
	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	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)教師先播放數首自備的情歌，讓學生猜猜今日課程主題。 (二)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愛情態度。 (三)請各組輪流推派代表唱出歌詞，並分享歌詞背後代表的愛情態度。 (四)帶學生瀏覽課本頁面中的戀人條件，對於學生不清楚的條件進行解釋說明，也給學生2-3分鐘寫下自己的100萬虛擬預算分配狀況。	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	口語評量。

		(五)照剛才的組別，讓學生進行搶標的活動，教師簡短說明拍賣會的規則。 (六)請各組先在組內討論每一位組員負責搶標某項標的物的理由，並選出小組內最受歡迎的前三項，推派代表分享給全班參考！ (七)教師可以幫忙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！ (八)教師帶領學生自我省思課本頁面所設計的大聲公內容，請他們註記下來自己的答案，並邀請自願的學生分享自己的省思結果！ 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。		
5 0309-0315	主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰	<u>活動二 良食的冒險之路</u> 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？請與小隊分享你家有的狀況，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	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.課堂參與度。 2.可分析個人的生活習慣是否造成剩食問題。 3.小組整理報告臺灣、國外針對剩食的行動案例。 4.分析整理個人的剩食圖像。

		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)小隊報告國內外案例。 (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？請同學與小隊成員分享你的看法。 二、活動省思 【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。		
主題三：說到做到愛地球 單元二：減廢少塑生活家	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)活動規則與說明。 (二)活動討論 【議題融入與延伸學習】 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	口語評量。	
主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	活動二 感情活動不卡關 一、活動說明 二、活動進行 (一)教師說明這兩節課的主旨	溝通表達： 能在課堂議題討論中發表意	口語評量。	

		是要帶領同學深入討論戀愛的各個階段會出現的狀況題，先將同學分成4-6組。 (二)教師可於活動前帶學生瀏覽過所有關卡，確認對文字描述沒有疑惑之後，給予10分鐘的討論時間！ (三)說明遊戲規則。 (四)帶領學生進行紙上闖關活動，教師宜參考學生答題狀況，詳見補充說明內容，在每個題目加上一個額外簡答題，讓一些因為籤運不佳而落後的組別，有進一格的機會，如此能更提高學生的參與度。 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。	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	
6 0316-0322	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰	<u>活動一 惜食思辨之旅</u> 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、活動省思 【議題融入與延伸學習】 環境教育：	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.課程參與程度。 2.表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。

		運用策略與飲食消費行動, 改善剩食議題。		
	主題三: 說到做到愛地球 單元二: 減廢少塑生活家	活動二 綠色消費Let's Go 一、教師引導 比較使用一星期便利包裝和自備環保袋、餐具差別。 二、翰寶跟小琳爭論著牛奶盒是屬於資源回收的『紙類』、『塑膠類』還是『一般垃圾』, 認為是紙類的原因, 是因為大家都說這是『紙盒』, ……」 三、教師引導 (一)分析班級垃圾及資源回收的組成。 (二)學校的資源回收如何分類? 這樣的分類方法, 有什麼優缺點? (三)這些被製造出來的垃圾, 最後會怎麼被處理? (四)自己家裡面的資源回收分類怎麼做呢? 做好垃圾分類的好處是什麼? 四、教師說明 五、為了確實減少生活中所產生的垃圾量, 環保行動可以如何落實呢? 有沒有什麼具體行動, 是可以從身邊開始做起的呢? 六、<u>小琳</u>覺得可以將「無痕山林守則」加上「習慣」來做腦力激盪, 說不定也可以想出一些具體實踐的方法喔! 七、使用「焦點討論法」來試著找出解決方法。 八、教師總結 【議題融入與延伸學習】 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.了解生活中一切所需從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2.將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。

	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	活動三 情感互動協奏曲 一、活動說明 二、活動進行 (一)教師要準備跟組數相同的數支竹籤。 (二)進行討論：將學生分成四到六組，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。 (三)開始演出：以下就各種狀況劇提供演出要點說明。 三、活動小省思：鼓勵學生兩兩一組找班上的好朋友分享自己的經驗，如果想要公開分享，可以提出來集思廣益。但要提醒學生公開分享時，不要吹噓或是提及太隱私的情節，可以私底下找輔導室老師求助及解惑。 【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。	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	口語評量。
7 0323-0329	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰(第一次段考)	活動二 盛食行動1.0 一、教師提問 二、活動進行 (一)教師說明：雖然看見了生活中的不環保，但我們也看見了在危機時的轉機-許多人為了環保的美好未來正在採取行動。請將自己生活中所體驗到的環保飲食圖像，以文字或繪圖的方式呈現。 (二)學生檢視自己的狀況，製作個人的環保飲食圖像。 (三)學生與小隊伙伴分享自己的環保飲食圖像，並與全班分享。 (四)教師引導：除了繼續執行自己從小到大養成的環保行為外，眾人的力量可以讓影響範	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.課程參與程度。 2.表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。 3.良食計畫內容合宜性及完整性。 4.良食計畫執行成果。

		圍更深更廣。生活周遭有哪些飲食環保行為是自己想參與的？ (五)學生將想解決的剩食問題書寫在黑板上。學生依照黑板上的剩食問題，找到與自己所見略同的伙伴。 (六)教師引導學生計畫流程：確定小組的盛食行動主題→找到核心問題→評估現況→找出資源→擬定行動計畫，並可討論分工、行動時程。 三、活動省思 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 運用策略與飲食消費行動，改善剩食議題。		
主題三：說到做到愛地球 單元二：減廢少塑生活家 (第一次段考)	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……」	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.了解生活中一切所需從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2.將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	

		【議題融入與延伸學習】 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。		
	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲（第一次段考）	活動三 情感互動協奏曲 一、活動說明 二、活動進行 （一）教師要準備跟組數相同的數支竹籤。 （二）進行討論：將學生分成四到六組，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。 （三）開始演出：以下就各種狀況劇提供演出要點說明。 三、活動小省思：鼓勵學生兩兩一組找班上的好朋友分享自己的經驗，如果想要公開分享，可以提出來集思廣益。但要提醒學生公開分享時，不要吹噓或是提及太隱私的情節，可以私底下找輔導室老師求助及解惑。 【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。	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	口語評量。
8 0330-0405	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰	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	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.課程參與程度。 2.表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。 3.良食計畫內容合宜性

		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。 【議題融入與延伸學習】 環境教育: 運用策略與飲食消費行動, 改善剩食議題。		及完整性。 4.良食計畫執行成果。
	主題三:說到做到愛地球 單元二:減廢少塑生活家	<u>活動四 Yes, I do</u> 一、有哪些團體致力於環境保護或垃圾減量呢?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】 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.了解生活中一切所需從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2.將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。
	主題五:性別魔法站 單元二:性別協奏曲	<u>活動三 情感互動協奏曲</u> 一、將學生分成四到六組,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。 二、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	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:	口語評量。

		慮後果。 三、學生演出與分享。 四、教師說明：「經過了這堂課，談戀愛是否不像你原本所想的那麼單純？會遇到很多的挑戰，有來自外在的，也會來自彼此雙方相處的情境。共通的處理原則就是，我們清楚的面對問題，用理性、誠懇的溝通，大致上都可以找到彼此雙方或是與外在挑戰最好的互動方式！」 【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。	能完成課堂上的紙筆練習	
9 0406-0412	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰	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。 三、活動省思 【議題融入與延伸學習】 環境教育： 運用策略與飲食消費行動，改善剩食議題。	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.課程參與程度。 2.表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。 3.良食計畫內容合宜性及完整性。 4.良食計畫執行成果。
	主題三：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	1.了解生活中一切所需

單元二：減廢少塑生活家	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】 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。	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	從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2.將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。
主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	<u>活動四 和平分手練習曲</u> 一、分手故事 (一)學生閱讀課本引導後教師說明，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)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，讓同學可以了解較常見的分手原因與方式，以及當下的感受。 (四)省思提問：「你發現了什麼呢？」 (五)教師小結：「有人不敢面對面提分手或許是難以面對對方	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.能與同學討論曾聽過或經歷過的分手原因及方式。 2.學生能配合討論與演練分手對白。 3.整理出分手後的適合與不適合作法，並思考自己。

		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？」 二、分手不NG (一)教師引言 (二)帶領學生閱讀分手不NG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。 (三)省思提問。 (四)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。		
10 0413-0419	主題二：穿著大學問 單元一：BUY衣達人	<u>活動一 服飾研究室</u> 一、教師引言 二、教師提問，引導學生發言 服飾消費問題多半是衝動消費所造成的，你認為有哪些方法能減少衝動消費的問題？ 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？並將結果與小隊伙伴分享。 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，並和小隊伙伴分享，看看對自己的穿著有何新發現。 五、小隊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？	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.能說明衝動型消費可能衍伸的問題。 2.能說出減少衝動消費的方法。 3.能說出自己擁有的服飾資源項目。

		七、學生自由發表 家政 【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。		
	主題四：休閒 快樂行 單元一：戶外 活動Let's go	<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，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。	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.小隊播報 新聞。

		防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
主題五：性別 魔法站 單元二：性別 協奏曲	活動四 和平分手練習曲 一、分手memo (一)教師引言。 (二)學生閱讀活動範例後，透過分組討論的方式來歸納出分手的對話方式，並決定上臺演出的人。 (三)學生上臺角色扮演後，全班一起討論哪一組的分手對話是最適宜的。 (四)教師肯定同學都有好好分手的能力，並請同學發表分手時除了表達內容以外，還需要注意哪些事項。 (五)省思提問：「除了上述注意事項，分手還有哪些需要留意之處？」 (六)教師邀請學生進行小結，分享自己學到了哪些重要的分手觀念。 二、我們都要好好過 (一)教師帶領學生閱讀課本引導語，並介紹活動方式。 (二)學生討論課本上的四個面向的問題並發表。 (三)教師小結。 三、情感互動預備計畫 (一)教師引導：「你覺得現階段的自己可以做哪些預備，以便成熟的面對感情呢？」 (二)省思提問：「這個階段談感情，需要注意哪些事項？」 (三)教師總結。 【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。	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.能與同學討論曾聽過或經歷過的分手原因及方式。 2.學生能配合討論與演練分手對白。 3.整理出分手後的適合與不適合作法，並思考自己。	

11 0420-0426	主題二：穿著 大學問 單元一：BUY 衣達人	活動二 Which One ? 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 【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。	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.能分享自己選擇服飾的經驗。 2.能覺察自己的服飾消費行為。
	主題四：休閒 快樂行 單元一：戶外 活動Let's go	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	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.小隊播報新聞。

		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。		
主題六:生涯方程式 單元一:追蹤生涯路	<u>活動一 未來同學會</u> 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!	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.學生自評。 2.學生互評。 3.教師評量。	

		(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)接下來的幻遊題目,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。		
12 0427-0503	主題二:穿著大學問 單元一:BUY衣達人	活動三 購衣計畫, GO! 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,擬定購衣消費計畫,做個優秀的消費高手吧! 二、透過翰寶與小琳的網路發	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.能依照個人需求規畫個人合宜的服飾消費行為。 2.能分析生活中服飾消費管道、風險及影響因素。 3.能分享自

	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)網購須注意事項 (三)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 【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。		己服飾購買之經驗。 4.能覺察自己服飾消費問題，並了解改善方式。
主題四：休閒快樂行 單元一：戶外活動Let's go	<u>活動二 風險管理都知道</u> 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，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)班上要去登小寶山，列出從學校出發到登上小寶山可能發生的風險項目。 (三)個人先將想到的項目填入課本格子內，再小隊中分享與交換想法。 四、活動進行 (一)個人列出從學校出發到登山小寶山可能發生的風險項目。 (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	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.小隊實例練習。 2.口語評量。

		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。		
	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路	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)接下來一位學生解釋課本上3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	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.學生自評。 2.學生互評。 3.教師評量。

		出解決之道。		
13 0504-0510	主題二：穿著 大學問 單元二：搭配 高手	<u>活動一 身體密碼大搜密</u> 身體形態比一比 一、教師引言 二、請將帶來的個人全身照貼在課本頁面內，觀察自己的身型，並說明個人身型有哪些優勢或是想要修飾的地方。 三、活動小省思 四、教師引言：請與小隊伙伴討論服裝特點對身型的修飾效果，並將結果記錄於表格中。 五、教師在黑板上展示課本「服裝特點大搜密」表格，發下服飾特點字卡，請各小隊討論字卡可達到表格中哪種修飾效果。 六、各小隊派一位隊員上臺將服飾特點字卡貼於表格中較為合適的位置，並說明原因。 七、教師總結各小隊內容，並請學生將討論結果紀錄課本「服裝特點大搜密」表格中。 八、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.能透過觀察分辨自己體型的特徵，並能說出適合自己身型的服飾。 2.能分享自己穿搭服飾的經驗。 3.能說出服裝特點對身型的修飾效果。
	主題四：休閒 快樂行 單元一：戶外 活動Let's go	<u>活動二 風險管理都知道</u> 一、教師引言 二、教師講述 依照課本風險表格，從上次課程的危害項目開始進行分析，不同的情況有不同的風險指數，再依風險指數分析表，探查其建議原則，發展相應的解決策略。讓風險與傷害降到最低。像是風險分類有不可容忍、可容忍及可接受，評估危	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.小隊實例練習。 2.口語評量。

		害項目的狀況來討論，才能做出最適合的相應策略喔！ 三、活動進行 (一)小隊依上次課程所想出之危害項目，經過討論分析出發生率與影響程度。 (二)在對照課本表格填入風險指數。 (三)進行風險分析，並想出相應策略。 (四)各隊輪流分享所想之相應策略。 四、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。		
主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路	<u>活動二 解開生涯謎</u> 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：1、自己有興趣。2、符合自我的氣質。3、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程度，又，如果不能達到，該怎麼應對？ 對學生介紹「生涯興趣組型」雙	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.學生自評。 2.學生互評。 3.教師評量。	

		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！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)接下來將學生分組進行討論三種狀況：無興趣有能力、興趣能力符合、有興趣無能力的應對策略！討論之後，輪流上臺公開分享！ 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。		
14 0511-0517	主題二：穿著大學問 單元二：搭配高手(第二次段考)	<u>活動一 身體密碼大搜密</u> 身體形態比一比 一、教師引言並鼓勵學生發表 二、教師請學生觀察課本的例子，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、請各小隊發表討論結果 五、教師總結各小隊討論內容 六、教師提問並鼓勵學生發表 七、學生自由發表 八、教師總結與歸納 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。	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.能透過觀察分辨自己體型的特徵，並能說出適合自己身型的服飾。 2.能分享自己穿搭服飾的經驗。 3.能說出服裝特點對身型的修飾效果。

		三、請學生以小隊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。		
主題四：休閒快樂行 單元一：戶外活動Let's go (第二次段考)	<u>活動三 一起出發休閒好</u> 一、教師引言 同學們，前幾堂課我們了解到戶外休閒活動的迷人之處，也學習到風險管理的原則與重要性，今天這堂課我們要來檢視，若是規畫小隊的戶外休閒活動方案，是否符合我們學習的風險管理喔！ 二、活動進行 (一)教師先說明課本兩個範例，各組同學去分析課本方案細節，並思考是否符合風險管理原則。 (二)各隊推派同學上臺發表評論。 (三)全班討論評估項目是否妥善。 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。	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.小隊實例練習。 2.口語評量。	

		防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
	主題六：生涯 方程式 單元二：勇闖 生涯路(第二 次段考)	<u>活動一 人生規畫局</u> 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15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來完成翰寶的生涯故事。如果過程中塔倒塌了，就必須從重新再來，學生可能的答案是：A.麻吉B.男朋友C.爸爸D.屁孩，老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之內疊出最高的塔，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組內，討論剛剛自己這組杜撰出來的角色有哪些，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 【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	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	學生實作與口頭分享。

		出解決之道。		
15 0518-0524	主題二：穿著 大學問 單元二：搭配 高手	<u>活動一 身體密碼大搜密</u> 身體形態比一比 一、教師引言並鼓勵學生發表 二、教師請學生觀察課本的例子，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、請各小隊發表討論結果 五、教師總結各小隊討論內容 六、教師提問並鼓勵學生發表 七、學生自由發表 八、教師總結與歸納 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、請學生以小隊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.能透過觀察分辨自己體型的特徵，並能說出適合自己身型的服飾。 2.能分享自己穿搭服飾的經驗。 3.能說出服裝特點對身型的修飾效果。
	主題四：休閒 快樂行 單元一：戶外 活動Let's go	<u>活動三 一起出發休閒好</u> 一、教師引言 同學們，前幾堂課我們了解到戶外休閒活動的迷人之處，也學習到風險管理的原則與重要性，今天這堂課我們要來檢視，若是規畫小隊的戶外休閒活	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.小隊實例練習。 2.口語評量。

		動方案, 是否符合我們學習的風險管理喔！ 二、活動進行 (一)教師先說明課本兩個範例, 各組同學去分析課本方案細節, 並思考是否符合風險管理原則。 (二)各隊推派同學上臺發表評論。 (三)全班討論評估項目是否妥善。 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。	文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	
主題六:生涯方程式 單元二:勇闖生涯路	<u>活動一 人生規畫局</u> 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15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來完成翰寶的生涯故事。如果過程中塔倒塌了, 就必須從重新	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	學生實作與口頭分享。	

		再來，學生可能的答案是：A.麻吉B.男朋友C.爸爸D.屁孩，老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之內疊出最高的塔，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組內，討論剛剛自己這組杜撰出來的角色有哪些，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 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 了解學習生涯規畫的正確態度及面臨逆境時的相對應策略。		
16 0525-0531	主題二：穿著大學問 單元二：搭配高手	<u>活動二 整體造型設計師</u> 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飾效果，最後請各小隊派一位隊員向全班分享。 六、教師請各小隊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	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.能依據服裝修飾原則選擇適合的服飾。 2.能分享自己平日穿著打扮之經驗。 3.能分辨自己的臉型，並選擇適合的領型。

		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。		
	主題四：休閒快樂行 單元二：休閒我最行	<u>活動一 我最愛休閒</u> 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	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	口語評量。

		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】 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。		
主題六:生涯方程式 單元二:勇闖生涯路	<u>活動一 人生規畫局</u> 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, 並帶領同學看課本上小明的生涯彩虹圖! (二)教師發下空白紙及色筆, 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那個角色的起迄時間。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10歲開始, 到100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, 教師可拍下他們的作品, 投影出來並供他們上臺解說。 三、活動小省思與小結	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.學生實作與討論。 2.省思與回饋。	

		【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 了解學習生涯規畫的正確態度及面臨逆境時的相對應策略。		
17 0601-0607	主題二：穿著大學問 單元二：搭配高手	<u>活動三 服飾禮儀任我行</u> 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、教師引言 你知道哪些文化中不同的服飾禮儀差異呢？請與同學分享。 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.能找出適合自己的服飾風格。 2.能分析各項服飾配件對服飾搭配所產生的效果，並分享給同學。 3.能在不同場合展現合宜服飾禮儀。 4.能分享自身服飾禮儀經驗。
	主題四：休閒快樂行 單元二：休閒我最行	<u>活動二 認識新休閒</u> 一、教師引言 二、活動說明 (一)班級確認想要體驗的休閒項目(以較少接觸、有相關經驗的同學為佳)。 (二)讓學生依照不同種類興趣組成籌備小組(打破原小隊組合)，並選出負責人，教師可以限制人數，以免人數比例不均，如果有組別人數太多，可以引導學生選擇其他有興趣的休閒。 (三)運用腦力激盪法，想出體驗活動需要準備的事物。 (四)將想法整理成休閒體驗計畫書，設計一體驗活動(25～30分鐘)，讓班上同學進行休閒體驗。	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.小組休閒介紹計畫書。 3.學生行為觀察。

		(五)小組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。		
主題六:生涯方程式 單元二:勇闖生涯路	<u>活動二 生涯過來人</u> 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。(詳見備註) 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： 了解學習生涯規畫的正確態度	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.分享與討論。 2.資料搜集與調查。 3.省思與回饋。	

		及面臨逆境時的相對應策略。		
18 0608-0614	主題二:穿著 大學問 單元三:時尚 專欄	<u>活動一 時尚教主</u> 一、教師引言 請與小隊伙伴討論, 選定場合, 進行服飾搭配, 並將討論結果填入下方表格, 最後完成一個屬於你們的服飾專欄! 二、請學生以課本的圖示為範例, 並將討論結果記錄下來。 三、小隊討論 (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: 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.能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。 2.能與同學分享完成的服飾雜誌。
	主題四:休閒 快樂行 單元二:休閒 我最行	<u>活動二 認識新休閒</u> 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	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.學生行為觀察。 2.實作評量。 3.自評互評。 4.高層次紙

		向得留意活動細節。 三、活動進行 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。 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。	能完成課堂上的紙筆練習	筆測驗—學習單。
主題六:生涯方程式 單元二:勇闖生涯路	<u>活動二 生涯過來人</u> 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，教師可於可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、活動小省思 前輩的生涯經驗談，對我的生涯規畫有什麼影響？ 四、小結	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.口頭評量。 2.省思與回饋。	

		【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 了解學習生涯規畫的正確態度及面臨逆境時的相對應策略。		
19 0615-0621	主題二：穿著 大學問 單元三：時尚 專欄	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.能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。 2.能與同學分享完成的服飾雜誌。
	主題四：休閒 快樂行 單元二：休閒 我最行	活動二 認識新休閒 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 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	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.學生行為觀察。 2.實作評量。 3.自評互評。 4.高層次紙筆測驗—學習單。

		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。 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。		
主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	活動三 逐夢且踏實 一、活動說明 二、活動進行 (一)教師可請同學回憶，在之前課堂繪製彩虹圖時，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A4紙，讓學生將帶來的圖片貼在紙上，並且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)接下來，教師可請學生觀察一下，這些圖像中的場景，有什麼具體的物質設備呢？他們需要多少的金額購買呢？教	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	實作與分享。	

		師可以帶領學生瀏覽思考課本頁面的問題，並且算出自己未來生活的單月開銷。教師可以拿自己舉例，來讓學生明白這些現實生活開銷的大概行情，以避免學生做不切實際的估價！ (六)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！ 三、小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 了解學習生涯規畫的正確態度及面臨逆境時的相對應策略。		
20 0622-0628	主題二：穿著大學問 單元三：時尚專欄(第三次段考)	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？請在小隊中分享彼此作品，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，看看各小隊選擇的服飾搭配場合為何？服飾穿著具有什麼樣的特色？請各小隊派一位隊員代表上臺分享你們的觀察心得吧！ 三、請各小隊推派一位代表分享小隊心得，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、學生自由發表意見	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.能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。 2.能與同學分享完成的服飾雜誌。

		六、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。		
	主題五：休閒快樂行 單元二：休閒我最行(第三次段考)	<u>活動三 休閒之於我</u> 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>翰寶和小琳</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)選一個你目前有在專研的休閒活動，試著用SWOT來分析，幫助自己檢視此項休閒在既有個人興趣及能力的基礎上，正視本身的短處與面臨的潛在危機，加以改進與補強，讓休閒進階及強化為個人無可被取代的優勢。	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.學生行為觀察。 3.分組合作學習。 4.海報評量。 5.小隊報告。 6.高層次紙筆測驗。

		(二)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。		
	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路(第三次段考)	<u>活動四 再訪金三角</u> 一、活動說明 二、活動進行 邀請學生一起搜索記憶庫，搶答從八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，帶領學生重新複習生涯金三角的概念！ 讓學生兩兩分組討論以上的答案，如何歸類在生涯金三角？也請他們思索自己學校之外，如家庭生活的生涯相關活動，試著彼此分享。 ※教師亦可抽籤邀請同學上臺分享自己的生涯金三角以及活動省思的答案，再請同學合併成五至六小組並針對課本頁面內容提問進行思考，並將答案條列於黑板，供同學參考運用。 三、小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 了解學習生涯規畫的正確態度及面臨逆境時的相對應策略。	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	討論與口頭評量。
21 0629-0630	主題二：穿著大學問 單元三：時尚專欄(結業式)	<u>活動二 Best of you</u> 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？請在小隊中分享彼此作品，並選三位你最欣賞的作品給予回饋。	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.能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。 2.能與同學

		二、教師引言：最後，全班一起欣賞所有同學的作品，看看各小隊選擇的服飾搭配場合為何？服飾穿著具有什麼樣的特色？請各小隊派一位隊員代表上臺分享你們的觀察心得吧！ 三、請各小隊推派一位代表分享小隊心得，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、學生自由發表意見 六、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。	文字符號： 能完成課堂上的紙筆練習	分享完成的服飾雜誌。
主題五：休閒快樂行 單元二：休閒我最行(結業式)	<u>活動三 休閒之於我</u> 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	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.學生行為觀察。 3.分組合作學習。 4.海報評量。 5.小隊報告。 6.高層次紙筆測驗。	

		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)選一個你目前有在專研的休閒活動，試著用SWOT來分析，幫助自己檢視此項休閒在既有個人興趣及能力的基礎上，正視本身的短處與面臨的潛在危機，加以改進與補強，讓休閒進階及強化為個人無可被取代的優勢。 (二)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。		
	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路(結業式)	<u>活動四 再訪金三角</u> 一、活動說明 二、活動進行 邀請學生一起搜索記憶庫，搶答從八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，帶領學生重新複習生涯金三角的概念！ 讓學生兩兩分組討論以上的答案，如何歸類在生涯金三角？也請他們思索自己學校之外，	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	討論與口頭評量。

		如家庭生活的生涯相關活動，試著彼此分享。 ※教師亦可抽籤邀請同學上臺分享自己的生涯金三角以及活動省思的答案，再請同學合併成五至六小組並針對課本頁面內容提問進行思考，並將答案條列於黑板，供同學參考運用。 三、小結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 了解學習生涯規畫的正確態度及面臨逆境時的相對應策略。		
--	--	--	--	--

九年級

桃園市富岡國民中學114學年度第一學期 九年級【綜合領域】課程計畫				
每週節數	三節		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	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。 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。 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。 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。 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。 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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 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Ab-IV-1 國內童軍與青少年活動的認識及參與，以增進生活能力。 童Ab-IV-2 世界童軍活動資訊的蒐集與分享，以培養國際觀與全球關懷。 童Ab-IV-3 童軍國際交流活動的認識與理解，並能選擇適合的參與方式。 童Ba-IV-1 服務學習的意義、價值與信念的理解及落實。 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Bb-IV-4 國際服務活動的參與及文化交流。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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。 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Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 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 學習資源探索與資源整合運用。 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Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。
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、記錄的能力。 【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。 【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。 多J6 分析不同群體的文化如何影響社會與生活方式。 多J8 探討不同文化接觸時可能產生的衝突、融合或創新。 【國際教育】 國J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 國J9 運用跨文化溝通技巧參與國際交流。 國J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。 【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 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J13 培養生涯規畫及執行的能力。 【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	第一學期主要以「多元視野」出發，認識古今中外的多元文化與生活樣貌，豐富生活，培養與國際交流的能力與意願，並統整個人特質與多元升學管道，展望適性的生涯發展。 知識目標： 1.認識國內外童軍活動的始源與理念。 2.了解聯合國永續發展目標的內涵。 3.探討世界各地的文化。 4.了解時尚的韻律，並認識不同族群的服裝特色。 5.認識國三生活的內涵以及壓力的來源。 6.理解外在升學資訊及思考個人特質與能力等內在因素。 技能目標： 1.學習在戶外情境中的創新與應變的能力。 2.運用聯合國永續發展目標，思考與執行如何讓世界更美好。 3.實際設計、製作異國料理。 4.運用搭配原則、美感與流行元素創造自己的穿著風格。 5.學習調適壓力的方法與策略，培養身心的抗壓力。 6.擬定學習策略、模擬志願選填相關流程，並加以檢討。 態度目標： 1.反思戶外生活與永續環保的意義。 2.發展個人對於國際事務的認同感，進而願意從事國際服務。 3.建立生活中的國際觀，適應多元社會。 4.學習尊重與悅納不同的文化。 5.對國三生活預先做好準備，用正向積極的心態迎接國三生活。 6.做好生涯探索及預作進路選擇的準備。

教學與評量說明	【教學資源】 1.課本頁面 2.學生名冊 3.活動相關道具, 照片或掛圖 4.相關學習單 5.學校行事曆 6.案例故事(影音素材) 【教學方法】 1.教師應依據本領域核心素養、學習表現、學習內容、教學目標與學生差異性需求, 選用適合的教學方法與策略, 以激發學生學習動機, 學習與同儕合作, 成為主動的學習者。 2.教師應善用多元的教學策略, 如: 體驗學習、價值澄清、合作學習、問題解決與創意思考等, 以落實體驗、省思、實踐與創新的領域基本理念。 3.對於不同學習能力的學生, 可依其特殊需求, 調整教學與輔導; 必要時宜與特殊教育專業人員協同輔導。 4.依據本領域中不同科目之專業, 教師可採用協同合作的教學模式, 彈性運用學習表現與學習內容的對應組合, 並善用多元的教學方法與評量方式, 發展跨科目之統整課程。 【教學評量】 1.評量方式包含: 實作評量、口頭評量、高層次紙筆評量。 2.建議評量配分方式: 學習態度 25% 上課表現 25% 作業繳交 30% 發表報告 20%			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1 9/1-9/5	第一主題戶外創客 第1單元露營新思維 活動1「露」出危機	1.分析國內露營現況並評估安全衛生及友善環境的營地條件。 2.理解里山倡議策略, 思考人類活動與環境保護的平衡方法。	分析營地資料, 培養安全衛生與友善環境的休閒之能。	學習態度: 25% 上課表現: 25% 作業繳交: 30% 發表報告: 20%
1 9/1-9/5	第三主題世界巡「禮」 第1單元探索世界 活動1有「禮」走遍天下	1.分享與外國文化接觸的經驗, 並覺察、表達在生活周遭的異國文化。 2.理解在國外旅行時的日常禮儀與禁忌。 3.蒐集並分享每個國家的特色建築、習俗節慶及生活各面向。 4.製作自己的旅遊備忘錄, 展現對其他國家的理解及尊重。	蒐集新聞案例與資料, 理解並彙整國際禮儀。	學習態度: 25% 上課表現: 25% 作業繳交: 30% 發表報告: 20%
1 9/1-9/5	第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 活動1國三生活牌排樂	1.了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2.覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3.蒐集並分析紓壓策略與資源, 提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4.運用合宜的策略調適心理困擾, 培養正向思考模式, 促進心理健康。	透過經驗分享與小組討論, 察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	學習態度: 25% 上課表現: 25% 作業繳交: 30% 發表報告: 20%
2	第一主題戶外創客	1.分析國內露營現況並評估安全衛生及友善環境的營地條件。	分析營地資料, 培養安全衛	學習態度: 25% 上課表現: 25%

9/8-9/12	第1單元露營新思維 活動2營地桃花源	2.理解里山倡議策略, 思考人類活動與環境保護的平衡方法。	生與友善環境的休閒之能。	作業繳交:30% 發表報告:20%
2 9/8-9/12	第三主題世界巡「禮」 第1單元探索世界 活動2各國特色大解密	1.分享與外國文化接觸的經驗, 並覺察、表達在生活周遭的異國文化。 2.理解在國外旅行時的日常禮儀與禁忌。 3.蒐集並分享每個國家的特色建築、習俗節慶及生活各面向。 4.製作自己的旅遊備忘錄, 展現對其他國家的理解及尊重。	蒐集新聞案例與資料, 理解並彙整國際禮儀。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
2 9/8-9/12	第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 活動2會考倒數計時器	1.了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2.覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3.蒐集並分析紓壓策略與資源, 提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4.運用合宜的策略調適心理困擾, 培養正向思考模式, 促進心理健康。	透過經驗分享與小組討論, 察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
3 9/15-9/19	第一主題戶外創客 第1單元露營新思維 活動2營地桃花源	1.分析國內露營現況並評估安全衛生及友善環境的營地條件。 2.理解里山倡議策略, 思考人類活動與環境保護的平衡方法。	分析營地資料, 培養安全衛生與友善環境的休閒之能。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
3 9/15-9/19	第三主題世界巡「禮」 第1單元探索世界 活動2各國特色大解密	1.分享與外國文化接觸的經驗, 並覺察、表達在生活周遭的異國文化。 2.理解在國外旅行時的日常禮儀與禁忌。 3.蒐集並分享每個國家的特色建築、習俗節慶及生活各面向。 4.製作自己的旅遊備忘錄, 展現對其他國家的理解及尊重。	蒐集新聞案例與資料, 理解並彙整國際禮儀。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
3 9/15-9/19	第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 活動2會考倒數計時器	1.了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2.覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3.蒐集並分析紓壓策略與資源, 提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4.運用合宜的策略調適心理困擾, 培養正向思考模式, 促進心理健康。	透過經驗分享與小組討論, 察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
4 9/22-9/26	第一主題戶外創客 第2單元原創好料理 活動1無具料理	1.了解無具炊事概念和技巧。 2.發揮創意, 善用周遭自然物, 進行無具炊事的發想與實作, 並實踐與環境合宜互動的做法。	運用天然素材實作無具炊事、設計無具炊事菜單。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
4 9/22-9/26	第三主題世界巡「禮」 第1單元探索世界 活動3我的旅遊備忘錄	1.分享與外國文化接觸的經驗, 並覺察、表達在生活周遭的異國文化。 2.理解在國外旅行時的日常禮儀與禁忌。 3.蒐集並分享每個國家的特色建築、習俗節慶及生活各面向。	蒐集新聞案例與資料, 理解並彙整國際禮儀。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

		4.製作自己的旅遊備忘錄，展現對其他國家的理解及尊重。		
4 9/22-9/26	第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 活動3抗壓重訓室	1.了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2.覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3.蒐集並分析紓壓策略與資源，提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4.運用合宜的策略調適心理困擾，培養正向思考模式，促進心理健康。	透過經驗分享與小組討論，察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
5 9/29-10/3	第一主題戶外創客 第2單元原創好料理 活動2無具廚神爭霸戰	1.了解無具炊事概念和技巧。 2.發揮創意，善用周遭自然物，進行無具炊事的發想與實作，並實踐與環境合宜互動的做法。	運用天然素材實作無具炊事、設計無具炊事菜單。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
5 9/29-10/3	第三主題世界巡「禮」 第1單元探索世界 活動3我的旅遊備忘錄	1.分享與外國文化接觸的經驗，並覺察、表達在生活周遭的異國文化。 2.理解在國外旅行時的日常禮儀與禁忌。 3.蒐集並分享每個國家的特色建築、習俗節慶及生活各面向。 4.製作自己的旅遊備忘錄，展現對其他國家的理解及尊重。	蒐集新聞案例與資料，理解並彙整國際禮儀。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
5 9/29-10/3	第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 活動4壓力轉個彎	1.了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2.覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3.蒐集並分析紓壓策略與資源，提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4.運用合宜的策略調適心理困擾，培養正向思考模式，促進心理健康。	透過經驗分享與小組討論，察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
6 10/6-10/10	第一主題戶外創客 第2單元原創好料理 活動2無具廚神爭霸戰	1.了解無具炊事概念和技巧。 2.發揮創意，善用周遭自然物，進行無具炊事的發想與實作，並實踐與環境合宜互動的做法。	運用天然素材實作無具炊事、設計無具炊事菜單。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
6 10/6-10/10	第三主題世界巡「禮」 第2單元世界美食家 活動1美食聯合國	1.說出臺灣各地的特色食物及由來。 2.探究不同國家的飲食習慣及禮節的特色。 3.規畫一道異國料理菜單。 4.透過食譜設計及烹飪過程展現文化交流。	欣賞臺灣與世界各國飲食特色，設計並實作異國特色料理。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
6 10/6-10/10	第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 活動4壓力轉個彎	1.了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2.覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3.蒐集並分析紓壓策略與資源，提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4.運用合宜的策略調適心理困擾，培養正向思考模式，促進心理健康。	透過經驗分享與小組討論，察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

7 10/13-10/17 * 第一次評量週	第一主題戶外創客 第3單元手作創客趣 活動1自然素材最速配	1.觀察並運用自然環境中的素材，製作戶外用具，以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動，運用繩結設計並製作多元的營地小物，增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學，實作與分享對環境友善的創新設計，並提出永續環保建議與願景，提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧，製作戶外用具，並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
7 10/13-10/17 * 第一次評量週	第三主題世界巡「禮」 第2單元世界美食家 活動1美食聯合國	1.說出臺灣各地的特色食物及由來。 2.探究不同國家的飲食習慣及禮節的特色。 3.規畫一道異國料理菜單。 4.透過食譜設計及烹飪過程展現文化交流。	欣賞臺灣與世界各國飲食特色，設計並實作異國特色料理。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
7 10/13-10/17 * 第一次評量週	第五主題超前部署 第2單元升學馬拉松 活動1考生瘋開箱	1.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異，進而蒐集相關資訊。 3.蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 4.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
8 10/20-10/24	第一主題戶外創客 第3單元手作創客趣 活動1自然素材最速配	1.觀察並運用自然環境中的素材，製作戶外用具，以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動，運用繩結設計並製作多元的營地小物，增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學，實作與分享對環境友善的創新設計，並提出永續環保建議與願景，提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧，製作戶外用具，並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
8 10/20-10/24	第三主題世界巡「禮」 第2單元世界美食家 活動2「異」饗美食	1.說出臺灣各地的特色食物及由來。 2.探究不同國家的飲食習慣及禮節的特色。 3.規畫一道異國料理菜單。 4.透過食譜設計及烹飪過程展現文化交流。	欣賞臺灣與世界各國飲食特色，設計並實作異國特色料理。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
8 10/20-10/24	第五主題超前部署 第2單元升學馬拉松 活動1考生瘋開箱	1.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異，進而蒐集相關資訊。 3.蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 4.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
9 10/27-10/31	第一主題戶外創客 第3單元手作創客趣 活動1自然素材	1.觀察並運用自然環境中的素材，製作戶外用具，以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動，運用繩結設計並製作多元的營地小物，增進戶	結合自然素材與繩結技巧，製作戶外用具，並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

	最速配	外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學,實作與分享對環境友善的創新設計,並提出永續環保建議與願景,提升戶外活動品質。		
9 10/27-10/31	第三主題世界巡「禮」 第2單元世界美食家 活動2「異」饗美食	1.說出臺灣各地的特色食物及由來。 2.探究不同國家的飲食習慣及禮節的特色。 3.規畫一道異國料理菜單。 4.透過食譜設計及烹飪過程展現文化交流。	欣賞臺灣與世界各國飲食特色,設計並實作異國特色料理。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
9 10/27-10/31	第五主題超前部署 第2單元升學馬拉松 活動2入門指南	1.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異,進而蒐集相關資訊。 3.蒐集並分析學習策略,運用適合自己的學習策略,提升學習效率。 4.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整,培養自主學習與自我管理的能力。	分析個人學習狀況,並透過課堂交流,歸納適合個人的學習策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
10 11/3-11/7	第一主題戶外創客 第3單元手作創客趣 活動2晉級的「具」人	1.觀察並運用自然環境中的素材,製作戶外用具,以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動,運用繩結設計並製作多元的營地小物,增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學,實作與分享對環境友善的創新設計,並提出永續環保建議與願景,提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧,製作戶外用具,並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
10 11/3-11/7	第三主題世界巡「禮」 第2單元世界美食家 活動2「異」饗美食	1.說出臺灣各地的特色食物及由來。 2.探究不同國家的飲食習慣及禮節的特色。 3.規畫一道異國料理菜單。 4.透過食譜設計及烹飪過程展現文化交流。	欣賞臺灣與世界各國飲食特色,設計並實作異國特色料理。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
10 11/3-11/7	第五主題超前部署 第2單元升學馬拉松 活動3配速達標	1.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異,進而蒐集相關資訊。 3.蒐集並分析學習策略,運用適合自己的學習策略,提升學習效率。 4.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整,培養自主學習與自我管理的能力。	分析個人學習狀況,並透過課堂交流,歸納適合個人的學習策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
11 11/10-11/14	第一主題戶外創客 第3單元手作創客趣 活動2晉級的「具」人	1.觀察並運用自然環境中的素材,製作戶外用具,以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動,運用繩結設計並製作多元的營地小物,增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學,實作與分享對環境友善的創新設計,並提出永續環保建議與願景,提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧,製作戶外用具,並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

11 11/10-11/14	第四主題繽紛 伸展臺 第1單元流行密碼 活動1流行前線	1.蒐集流行相關資訊，探究流行的脈動與元素，並分享與個人的關聯。 2.觀察日常生活中的流行趨勢，感知流行的律動帶給人的影響。 3.覺察自身適合的穿著風格，運用搭配原則及美感製作個人畢冊專頁。 4.欣賞多元生活文化、不同的美感展現，悅納自己的個人特色。	蒐集流行資訊與經典元素，發展個人服裝風格。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
11 11/10-11/14	第五主題超前 部署 第2單元升學馬拉松 活動3配速達標	1.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異，進而蒐集相關資訊。 3.蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 4.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
12 11/17-11/21	第一主題戶外 創客 第3單元手作創客趣 活動2晉級的「具」人	1.觀察並運用自然環境中的素材，製作戶外用具，以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動，運用繩結設計並製作多元的營地小物，增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學，實作與分享對環境友善的創新設計，並提出永續環保建議與願景，提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧，製作戶外用具，並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
12 11/17-11/21	第四主題繽紛 伸展臺 第1單元流行密碼 活動1流行前線	1.蒐集流行相關資訊，探究流行的脈動與元素，並分享與個人的關聯。 2.觀察日常生活中的流行趨勢，感知流行的律動帶給人的影響。 3.覺察自身適合的穿著風格，運用搭配原則及美感製作個人畢冊專頁。 4.欣賞多元生活文化、不同的美感展現，悅納自己的個人特色。	蒐集流行資訊與經典元素，發展個人服裝風格。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
12 11/17-11/21	第五主題超前 部署 第2單元升學馬拉松 活動4升學馬拉松，開跑	1.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異，進而蒐集相關資訊。 3.蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 4.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
13 11/24-11/28	第一主題戶外 創客 第3單元手作創客趣 活動3營地市集 創客趣	1.觀察並運用自然環境中的素材，製作戶外用具，以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動，運用繩結設計並製作多元的營地小物，增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學，實作與分享對環境友善的創新設計，並提出永續環保建議與願景，提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧，製作戶外用具，並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

13 11/24-11/28	第四主題繽紛 伸展臺 第1單元流行密碼 活動2經典再現	1.蒐集流行相關資訊，探究流行的脈動與元素，並分享與個人的關聯。 2.觀察日常生活中的流行趨勢，感知流行的律動帶給人的影響。 3.覺察自身適合的穿著風格，運用搭配原則及美感製作個人畢冊專頁。 4.欣賞多元生活文化、不同的美感展現，悅納自己的個人特色。	蒐集流行資訊與經典元素，發展個人服裝風格。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
13 11/24-11/28	第六主題升學 導航 第1單元升學多線道 活動1前進升學路	1.認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2.覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3.蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4.評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
14 12/1-12/5 * 第二次評 量週	第一主題戶外 創客 第3單元手作創 客趣 活動3營地市集 創客趣	1.觀察並運用自然環境中的素材，製作戶外用具，以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動，運用繩結設計並製作多元的營地小物，增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學，實作與分享對環境友善的創新設計，並提出永續環保建議與願景，提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧，製作戶外用具，並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
14 12/1-12/5 * 第二次評 量週	第四主題繽紛 伸展臺 第1單元流行密碼 活動3形象展現	1.蒐集流行相關資訊，探究流行的脈動與元素，並分享與個人的關聯。 2.觀察日常生活中的流行趨勢，感知流行的律動帶給人的影響。 3.覺察自身適合的穿著風格，運用搭配原則及美感製作個人畢冊專頁。 4.欣賞多元生活文化、不同的美感展現，悅納自己的個人特色。	蒐集流行資訊與經典元素，發展個人服裝風格。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
14 12/1-12/5 * 第二次評 量週	第六主題升學 導航 第1單元升學多線道 活動1前進升學路	1.認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2.覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3.蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4.評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
15 12/8-12/12	第一主題戶外 創客 第3單元手作創 客趣 活動3營地市集 創客趣	1.觀察並運用自然環境中的素材，製作戶外用具，以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動，運用繩結設計並製作多元的營地小物，增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學，實作與分享對環境友善的創新設計，並提出永續環保建議與願景，提升戶外活動品質。	結合自然素材與繩結技巧，製作戶外用具，並規畫發表活動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
15 12/8-12/12	第四主題繽紛 伸展臺 第1單元流行密碼	1.蒐集流行相關資訊，探究流行的脈動與元素，並分享與個人的關聯。 2.觀察日常生活中的流行趨勢，感知	蒐集流行資訊與經典元素，發展個人服裝	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30%

	碼 活動3形象展現	流行的律動帶給人的影響。 3.覺察自身適合的穿著風格，運用搭配原則及美感製作個人畢冊專頁。 4.欣賞多元生活文化、不同的美感展現，悅納自己的個人特色。	風格。	發表報告:20%
15 12/8-12/12	第六主題升學 導航 第1單元升學多 線道 活動2五花八門 識學校	1.認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2.覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3.蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4.評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
16 12/15-12/19	第二主題與童 軍逛世界 第1單元「童」 探世界 活動1童軍力無窮	1.理解童軍和青少年活動的理念及特色，覺察不同文化面向，增進多元社會中的生活能力。 2.蒐集與分享國際童軍資訊及交流活動並能適當參與，展現對國際文化的理解與尊重。	透過圖片與實際案例賞析，了解國際童軍服務內涵。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
16 12/15-12/19	第四主題繽紛 伸展臺 第2單元衣二衫 事 活動1百工花樣	1.表達服飾在社會文化中扮演的意義與功能。 2.探索臺灣在地不同族群的服飾特色與文化意義。 3.尊重並悅納不同族群、國家的服飾文化，展現合宜的文化理解、穿著禮儀與互動關懷。	認識不同職業與族群的服飾特色，並設計融合臺灣與異國元素的服飾或配件。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
16 12/15-12/19	第六主題升學 導航 第1單元升學多 線道 活動3高校進行式	1.認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2.覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3.蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4.評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
17 12/22-12/26	第二主題與童 軍逛世界 第1單元「童」 探世界 活動2世界一家人	1.理解童軍和青少年活動的理念及特色，覺察不同文化面向，增進多元社會中的生活能力。 2.蒐集與分享國際童軍資訊及交流活動並能適當參與，展現對國際文化的理解與尊重。	透過圖片與實際案例賞析，了解國際童軍服務內涵。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
17 12/22-12/26	第四主題繽紛 伸展臺 第2單元衣二衫 事 活動2在地「衣」戀	1.表達服飾在社會文化中扮演的意義與功能。 2.探索臺灣在地不同族群的服飾特色與文化意義。 3.尊重並悅納不同族群、國家的服飾文化，展現合宜的文化理解、穿著禮儀與互動關懷。	認識不同職業與族群的服飾特色，並設計融合臺灣與異國元素的服飾或配件。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
17 12/22-12/26	第六主題升學 導航 第1單元升學多 線道 活動3高校進行式	1.認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2.覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3.蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4.評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

18 12/29-1/2	第二主題與童軍逛世界 第1單元「童」探世界 活動2世界一家人	1.理解童軍和青少年活動的理念及特色，覺察不同文化面向，增進多元社會中的生活能力。 2.蒐集與分享國際童軍資訊及交流活動並能適當參與，展現對國際文化的理解與尊重。	透過圖片與實際案例賞析，了解國際童軍服務內涵。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
18 12/29-1/2	第四主題繽紛伸展臺 第2單元衣二衫事 活動2在地「衣」戀	1.表達服飾在社會文化中扮演的意義與功能。 2.探索臺灣在地不同族群的服飾特色與文化意義。 3.尊重並悅納不同族群、國家的服飾文化，展現合宜的文化理解、穿著禮儀與互動關懷。	認識不同職業與族群的服飾特色，並設計融合臺灣與異國元素的服飾或配件。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
18 12/29-1/2	第六主題升學導航 第2單元升學大步行 活動1升學我重視	1.蒐集並澄清個人、環境、資訊等影響未來升學選擇之面向，探索可能的升學方向。 2.理解個人志願選擇、進路方式等升學資訊，對選擇生涯發展方向之影響。 3.從模擬志願選填系統中，覺察個人面對升學選校時應做的準備與規畫。 4.盤點個人資源，擬定升學目標及計畫，並能於同儕回饋後進行調整。	依個人意願、家人期許、超額比序積分等因素，評估個人升學志願選擇，擬定升學計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
19 1/5-1/9	第二主題與童軍逛世界 第2單元「童」去服務 活動1服務Young起來	1.啟發個人對全球議題的關注，思考並落實國際服務的關懷行動。 2.分享與反思服務經驗，展現對國際文化的理解與尊重，深化持續服務的行動意願。	分析青少年國際服務案例，了解聯合國永續發展目標，發展服務行動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
19 1/5-1/9	第四主題繽紛伸展臺 第2單元衣二衫事 活動3世界風情	1.表達服飾在社會文化中扮演的意義與功能。 2.探索臺灣在地不同族群的服飾特色與文化意義。 3.尊重並悅納不同族群、國家的服飾文化，展現合宜的文化理解、穿著禮儀與互動關懷。	認識不同職業與族群的服飾特色，並設計融合臺灣與異國元素的服飾或配件。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
19 1/5-1/9	第六主題升學導航 第2單元升學大步行 活動2升學我準備	1.蒐集並澄清個人、環境、資訊等影響未來升學選擇之面向，探索可能的升學方向。 2.理解個人志願選擇、進路方式等升學資訊，對選擇生涯發展方向之影響。 3.從模擬志願選填系統中，覺察個人面對升學選校時應做的準備與規畫。 4.盤點個人資源，擬定升學目標及計畫，並能於同儕回饋後進行調整。	依個人意願、家人期許、超額比序積分等因素，評估個人升學志願選擇，擬定升學計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
20 1/12-1/16 * 第三次評量週	第二主題與童軍逛世界 第2單元「童」去服務 活動2服務無國界	1.啟發個人對全球議題的關注，思考並落實國際服務的關懷行動。 2.分享與反思服務經驗，展現對國際文化的理解與尊重，深化持續服務的行動意願。	分析青少年國際服務案例，了解聯合國永續發展目標，發展服務行動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
20 1/12-1/16 * 第三次評	第四主題繽紛伸展臺 第2單元衣二衫	1.表達服飾在社會文化中扮演的意義與功能。 2.探索臺灣在地不同族群的服飾特色	認識不同職業與族群的服飾特色，並設計	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30%

量週	事 活動3世界風情	與文化意義。 3.尊重並悅納不同族群、國家的服飾文化,展現合宜的文化理解、穿著禮儀與互動關懷。	融合臺灣與異國元素的服飾或配件。	發表報告:20%
20 1/12-1/16 * 第三次評 量週	第六主題升學 導航 第2單元升學大 步行 活動2升學我準 備	1.蒐集並澄清個人、環境、資訊等影響未來升學選擇之面向,探索可能的升學方向。 2.理解個人志願選擇、進路方式等升學資訊,對選擇生涯發展方向之影響。 3.從模擬志願選填系統中,覺察個人面對升學選校時應做的準備與規畫。 4.盤點個人資源,擬定升學目標及計畫,並能於同儕回饋後進行調整。	依個人意願、家人期許、超額比序積分等因素,評估個人升學志願選擇,擬定升學計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
21 1/19-1/20 * 課程結束	第二主題與童 軍逛世界 第2單元「童」 去服務 活動2服務無國 界	1.啟發個人對全球議題的關注,思考並落實國際服務的關懷行動。 2.分享與反思服務經驗,展現對國際文化的理解與尊重,深化持續服務的行動意願。	分析青少年國際服務案例,了解聯合國永續發展目標,發展服務行動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
21 1/19-1/20 * 課程結束	第四主題繽紛 伸展臺 第2單元衣二衫 事 活動3世界風情	1.表達服飾在社會文化中扮演的意義與功能。 2.探索臺灣在地不同族群的服飾特色與文化意義。 3.尊重並悅納不同族群、國家的服飾文化,展現合宜的文化理解、穿著禮儀與互動關懷。	認識不同職業與族群的服飾特色,並設計融合臺灣與異國元素的服飾或配件。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
21 1/19-1/20 * 課程結束	第六主題升學 導航 第2單元升學大 步行 活動3勇闖下一 站	1.蒐集並澄清個人、環境、資訊等影響未來升學選擇之面向,探索可能的升學方向。 2.理解個人志願選擇、進路方式等升學資訊,對選擇生涯發展方向之影響。 3.從模擬志願選填系統中,覺察個人面對升學選校時應做的準備與規畫。 4.盤點個人資源,擬定升學目標及計畫,並能於同儕回饋後進行調整。	依個人意願、家人期許、超額比序積分等因素,評估個人升學志願選擇,擬定升學計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

桃園市富岡國民中學114學年度第二學期 九年級【綜合領域】課程計畫				
每週節數	三節		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	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。		

		1c-IV-3 運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 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。 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-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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。
	學習內容	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Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 童Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 童Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。 童Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。 家Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 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Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 家Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。 家Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 輔Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 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-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。

		輔Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 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-3 多元文化社會的互動與關懷。
融入之議題		【戶外教育】 戶J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 【生命教育】 生J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 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J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯J13 培養生涯規畫及執行的能力。 【性別平等教育】 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。 【家庭教育】 家J2 探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。 【海洋教育】 海J18 探討人類活動對海洋生態的影響。 海J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 【環境教育】 環J2 了解人與周遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。 環J5 了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢。 【家庭教育】 家J2 探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。
學習目標		第二學期主要以「人文關懷」出發，充實環境保護、休閒活動、健康飲食、職涯素養、家庭與生涯經驗傳承等知能，促進個人、環境、社會共好的正向發展。 知識目標： 1. 提升環境保護覺知、了解友善環境的做法。 2. 認識多元休閒活動，以及休閒活動對青少年的重要性。 3. 認識加工食品、食品添加物的種類及利用方法。 4. 認識食物里程、食物碳足跡及其對環境的影響。 5. 了解未來世界所需的專業職能素養。 6. 從班級共同經驗中發覺自己的他人具備的能力。 技能目標： 1. 擬定家庭永續生活提案，並實踐與省思。 2. 規畫適合自己的戶外休閒活動並落實於生活中。 3. 具備調適家人與自我期許的能力，並於生活中實踐。 4. 提出飲食的減碳做法。 5. 提出達成個人生涯夢想的生涯發展進路規畫。 6. 表達對自我及他人的感謝、肯定、道歉與祝福，進而珍惜人我關係。 態度目標： 1. 了解作為人類的使命，促進環境行動經驗。 2. 培養良好的終身休閒態度。 3. 了解家庭的多元生活方式、自己在家庭中的傳承與期待。 4. 具備從日常飲食習慣中實踐環境永續發展的覺知。 5. 實踐夢想，提升個人生命價值與意義。 6. 重新詮釋學習歷程，正向回饋自己與他人，並傳承給學弟妹。

教學與評量說明	【教學資源】 1.課本頁面 2.學生名冊 3.活動相關道具, 照片或掛圖 4.相關學習單 5.學校行事曆 6.案例故事(影音素材) 【教學方法】 1.教師應依據本領域核心素養、學習表現、學習內容、教學目標與學生差異性需求, 選用適合的教學方法與策略, 以激發學生學習動機, 學習與同儕合作, 成為主動的學習者。 2.教師應善用多元的教學策略, 如: 體驗學習、價值澄清、合作學習、問題解決與創意思考等, 以落實體驗、省思、實踐與創新的領域基本理念。 3.對於不同學習能力的學生, 可依其特殊需求, 調整教學與輔導; 必要時宜與特殊教育專業人員協同輔導。 4.依據本領域中不同科目之專業, 教師可採用協同合作的教學模式, 彈性運用學習表現與學習內容的對應組合, 並善用多元的教學方法與評量方式, 發展跨科目之統整課程。 【教學評量】 1.評量方式包含: 實作評量、口頭評量、高層次紙筆評量、檔案評量。 2.建議評量配分方式: 學習態度 25% 上課表現 25% 作業繳交 30% 發表報告 20%			
週次/ 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1 2/11-2/13	第一主題永續環境We Do 第1單元地球危機 活動1沒有人是局外人	1.理解國際環境議題, 探討人類生活與其他生物間相互關係的影響。 2.分析人類行為與生活環境的互動關係, 省思人類對地球永續發展的責任。	分析環境議題實例與, 反思日常生活行為, 發展永續行動。	學習態度: 25% 上課表現: 25% 作業繳交: 30% 發表報告: 20%
1 2/11-2/13	第三主題家庭樂傳愛 第1單元家庭傳真 活動1家庭生活大不同	1.分享家庭生活文化的經驗。	透過經驗分享與資料蒐集, 了解多元的家庭生活文化。	學習態度: 25% 上課表現: 25% 作業繳交: 30% 發表報告: 20%
1 2/11-2/13	第五主題夢想起飛 第1單元做自己的英雄 活動1長大後想要做什麼	1.統整個人生涯試探資訊, 分析與未來工作間的關係, 規畫未來可能的進路選擇。 2.善用生涯規畫方法, 執行個人生涯決策。	運用網路資源探索職業, 分析目標職業所需之特質與能力, 發展生涯規畫心智圖。	學習態度: 25% 上課表現: 25% 作業繳交: 30% 發表報告: 20%
2 2/16-2/20	第一主題永續環境We Do 第1單元地球危機 活動2地球環境議題與我	1.理解國際環境議題, 探討人類生活與其他生物間相互關係的影響。 2.分析人類行為與生活環境的互動關係, 省思人類對地球永續發展的責任。	分析環境議題實例與, 反思日常生活行為, 發展永續行動。	學習態度: 25% 上課表現: 25% 作業繳交: 30% 發表報告: 20%

2 2/16-2/20	第三主題家庭 樂傳愛 第1單元家庭傳 真 活動2家庭生活 大調查	1.探索不同家庭生活文化的內涵與意義。 2.規畫參與多元家庭生活應注意的事項，具備尊重與悅納的生活態度。	透過經驗分享 與資料蒐集， 了解多元的家 庭生活文化。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
2 2/16-2/20	第五主題夢想 起飛 第1單元做自己的英雄 活動1長大後想要做什麼	1.統整個人生涯試探資訊，分析與未來工作間的關係，規畫未來可能的進路選擇。 2.善用生涯規畫方法，執行個人生涯決策。	運用網路資源 探索職業，分 析目標職業所 需之特質與能力，發展生涯 規畫心智圖。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
3 2/23-2/27	第一主題永續 環境We Do 第1單元地球危 機 活動3SDGs動起來	1.理解國際環境議題，探討人類生活與其他生物間相互關係的影響。 2.分析人類行為與生活環境的互動關係，省思人類對地球永續發展的責任。	分析環境議題 實例與，反思 日常生活行為 ，發展永續行 動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
3 2/23-2/27	第三主題家庭 樂傳愛 第1單元家庭傳 真 活動2家庭生活 大調查	1.探索不同家庭生活文化的內涵與意義。 2.規畫參與多元家庭生活應注意的事項，具備尊重與悅納的生活態度。	透過經驗分享 與資料蒐集， 了解多元的家 庭生活文化。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
3 2/23-2/27	第五主題夢想 起飛 第1單元做自己的英雄 活動2我，就是自己的英雄	1.運用生涯相關資訊，擬定個人執行生涯決策之行動方案，評估執行情形並加以調適。 2.因應生涯發展的可能變化，展現面對生涯轉折的正向態度。	運用網路資源 探索職業，分 析目標職業所 需之特質與能力，發展生涯 規畫心智圖。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
4 3/2-3/6	第一主題永續 環境We Do 第2單元我與永 續的距離 活動1向永續慢慢靠近	1.探討並學習生活中符合環境永續發展目標的行動策略。 2.計畫與執行環境永續行動，促進環境永續發展。	理解永續設計 與環保標章內 涵，將永續理 念與融入於日 常消費行為中。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
4 3/2-3/6	第三主題家庭 樂傳愛 第2單元家庭傳 說 活動1家庭與我	1.分享個人與家庭的特色，以及家人對自己的期許。	藉由訪談理解 家長期許，並 透過溝通練習 ，思考實踐家 長期許的適當 方法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
4 3/2-3/6	第五主題夢想 起飛 第1單元做自己的英雄 活動2我，就是自己的英雄	1.運用生涯相關資訊，擬定個人執行生涯決策之行動方案，評估執行情形並加以調適。 2.因應生涯發展的可能變化，展現面對生涯轉折的正向態度。	運用網路資源 探索職業，分 析目標職業所 需之特質與能力，發展生涯 規畫心智圖。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
5 3/9-3/13	第一主題永續 環境We Do 第2單元我與永 續的距離 活動2永續生活 消費	1.探討並學習生活中符合環境永續發展目標的行動策略。 2.計畫與執行環境永續行動，促進環境永續發展。	理解永續設計 與環保標章內 涵，將永續理 念與融入於日 常消費行為中。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

5 3/9-3/13	第三主題家庭 樂傳愛 第2單元家庭傳 說 活動2愛家總動 員	1.察覺家人對個人的期許，皆是源自 於家人的關心與愛。 2.探究家長的生命發展歷程及家人期 許對個人生涯規畫的影響。	藉由訪談理解 家長期許，並 透過溝通練習 ，思考實踐家 長期許的適當 方法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
5 3/9-3/13	第五主題夢想 起飛 第2單元勇敢夢 想 活動1世界需要 我夢想	1.探索工作世界的未來發展及所需專 業素養，並提出未來工作世界的想 像。 2.選擇個人未來可能的工作，省思其 個人生命意義及社會價值。	分析世界趨勢 與企業社會責 任，思考將其 融入生涯目標 的做法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
6 3/16-3/20	第一主題永續 環境We Do 第2單元我與永 續的距離 活動3永續生活 實踐家	1.探討並學習生活中符合環境永續發 展目標的行動策略。 2.計畫與執行環境永續行動，促進環 境永續發展。	理解永續設計 與環保標章內 涵，將永續理 念與融入於日 常消費行為 中。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
6 3/16-3/20	第三主題家庭 樂傳愛 第2單元家庭傳 說 活動3家庭傳承 我接棒	1.理解並尊重家長的想法，思考想要 傳承與調整的部分。	藉由訪談理解 家長期許，並 透過溝通練習 ，思考實踐家 長期許的適當 方法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
6 3/16-3/20	第五主題夢想 起飛 第2單元勇敢夢 想 活動1世界需要 我夢想	1.探索工作世界的未來發展及所需專 業素養，並提出未來工作世界的想 像。 2.選擇個人未來可能的工作，省思其 個人生命意義及社會價值。	分析世界趨勢 與企業社會責 任，思考將其 融入生涯目標 的做法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
7 3/23-3/27 * 第一次評 量週	第二主題青春 樂休閒 第1單元休閒不 —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 時間配置，透 過小組交流， 思考並建構個 人的深度休閒 觀。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
7 3/23-3/27 * 第一次評 量週	第四主題生活 綠「食」踐 第1單元「食」在 好安心 活動1天然的 「尚」好？	1.探索食品加工的種類及利用方法。	以新聞案例、 市售食品及其 包裝資訊，分 析加工技術與 食品添加物之 優缺點。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
7 3/23-3/27 * 第一次評 量週	第五主題夢想 起飛 第2單元勇敢夢 想 活動1世界需要 我夢想	1.探索工作世界的未來發展及所需專 業素養，並提出未來工作世界的想 像。 2.選擇個人未來可能的工作，省思其 個人生命意義及社會價值。	分析世界趨勢 與企業社會責 任，思考將其 融入生涯目標 的做法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
8 3/30-4/3	第二主題青春 樂休閒 第1單元休閒不 —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。	檢視個人休閒 時間配置，透 過小組交流， 思考並建構個 人的深度休閒 觀。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

8 3/30-4/3	第四主題生活 綠「食」踐 第1單元「食」在 好安心 活動2美味「加」 肴	1.認識食品添加物，並建立正確的飲 食消費行為。	以新聞案例、 市售食品及其 包裝資訊，分 析加工技術與 食品添加物之 優缺點。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
8 3/30-4/3	第五主題夢想 起飛 第2單元勇敢夢 想 活動2我在夢想 航道上	1.評估工作世界的未來發展及所需專 業素養，提出並規畫個人未來的生涯 進路。 2.提出並評估個人實踐未來夢想的預 備規畫，因應生涯轉折預作準備與調 適。	分析世界趨勢 與企業社會責 任，思考將其 融入生涯目標 的做法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
9 4/6-4/10	第二主題青春 樂休閒 第1單元休閒不 —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。	檢視個人休閒 時間配置，透 過小組交流， 思考並建構個 人的深度休閒 觀。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
9 4/6-4/10	第四主題生活 綠「食」踐 第1單元「食」在 好安心 活動3「食」情追 追追	1.從食安新聞中，學習評估飲食風險 ，避免陷入消費陷阱。	以新聞案例、 市售食品及其 包裝資訊，分 析加工技術與 食品添加物之 優缺點。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
9 4/6-4/10	第五主題夢想 起飛 第2單元勇敢夢 想 活動2我在夢想 航道上	1.評估工作世界的未來發展及所需專 業素養，提出並規畫個人未來的生涯 進路。 2.提出並評估個人實踐未來夢想的預 備規畫，因應生涯轉折預作準備與調 適。	分析世界趨勢 與企業社會責 任，思考將其 融入生涯目標 的做法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
10 4/13-4/17	第二主題青春 樂休閒 第2單元戶外樂 活趣 活動1生活調色 盤	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。	蒐集並介紹新 興戶外休閒活 動，規畫戶外 休閒體驗活 動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
10 4/13-4/17	第四主題生活 綠「食」踐 第2單元綠活飲 食高手 活動1食物旅行	1.理解食物里程的概念。 2.說出碳足跡在食物生產過程中的意 義。 3.探究飲食活動中的減碳做法。	分析生活案例 理解食物里程 與食物碳足跡 的內涵，發展 低碳飲食的做 法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
10 4/13-4/17	第六主題畢業· 啟程 第1單元青春物 語 活動1青春群像	1.探索自己與一、二年級時期的異同 處。	透過自評與班 級互評回顧國 中生涯歷程， 並與小組合作 擬定經驗傳承 計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
11 4/20-4/24 * 第二次評 量週	第二主題青春 樂休閒 第2單元戶外樂 活趣 活動1生活調色 盤	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。	蒐集並介紹新 興戶外休閒活 動，規畫戶外 休閒體驗活 動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

11 4/20-4/24 * 第二次評 量週	第四主題生活 綠「食」踐 第2單元綠活飲 食高手 活動2享美食， 愛地球	1.分析飲食上的減碳做法對生活的重要性及好處。	分析生活案例 理解食物里程 與食物碳足跡 的內涵，發展 低碳飲食的做 法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
11 4/20-4/24 * 第二次評 量週	第六主題畢業· 啟程 第1單元青春物 語 活動2青春達人	1.歸納國中階段常見的問題與挑戰。 2.針對困題與挑戰統整過去的成功策 略，並重新詮釋挫敗意義。	透過自評與班 級互評回顧國 中生涯歷程， 並與小組合作 擬定經驗傳承 計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
12 4/27-5/1	第二主題青春 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。	蒐集並介紹新 興戶外休閒活 動，規畫戶外 休閒體驗活 動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
12 4/27-5/1	第四主題生活 綠「食」踐 第2單元綠活飲 食高手 活動2享美食， 愛地球	1.提出飲食的減碳做法之具體推廣行 動及設計標語，並實際執行。	分析生活案例 理解食物里程 與食物碳足跡 的內涵，發展 低碳飲食的做 法。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
12 4/27-5/1	第六主題畢業· 啟程 第1單元青春物 語 活動2青春達人	1.歸納國中階段常見的問題與挑戰。 2.針對困題與挑戰統整過去的成功策 略，並重新詮釋挫敗意義。	透過自評與班 級互評回顧國 中生涯歷程， 並與小組合作 擬定經驗傳承 計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
13 5/4-5/8	第二主題青春 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。	蒐集並介紹新 興戶外休閒活 動，規畫戶外 休閒體驗活 動。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
13 5/4-5/8	第四主題生活 綠「食」踐 第3單元驪歌輕 唱感恩趴 活動1感謝有你	1.分享個人對他人的感謝，並應用所 學知識與資源設計出創意菜肴。	小組合作籌畫 並執行畢業餐 會，融入低碳 飲食理念。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
13 5/4-5/8	第六主題畢業· 啟程 第1單元青春物 語 活動3青春發言 人	1.與同學共同擬定傳承國中經驗給學 弟妹的行動計畫，並具體執行。 2.檢視傳承國中經驗給學弟妹的行動 歷程，並發現自己展現的能力，進而 與他人分享心得。	透過自評與班 級互評回顧國 中生涯歷程， 並與小組合作 擬定經驗傳承 計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
14 5/11-5/15	第二主題青春 樂休閒 第3單元驪歌輕 唱休閒瘋 活動1戶外休閒 2.0	1.執行與體驗合宜的戶外休閒活動。 2.思考個人的終身休閒藍圖，建立合 宜的休閒態度。	分析與整合戶 外休閒活動資 源，並實際體 驗，培養終身 休閒知能。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
14 5/11-5/15	第四主題生活 綠「食」踐	1.分享個人對他人的感謝，並應用所 學知識與資源設計出創意菜肴。	小組合作籌畫 並執行畢業餐	學習態度:25% 上課表現:25%

	第3單元驪歌輕唱感恩趴 活動1感謝有你		會，融入低碳飲食理念。	作業繳交:30% 發表報告:20%
14 5/11-5/15	第六主題畢業·啟程 第1單元青春物語 活動3青春發言人	1.與同學共同擬定傳承國中經驗給學弟妹的行動計畫，並具體執行。 2.檢視傳承國中經驗給學弟妹的行動歷程，並發現自己展現的能力，進而與他人分享心得。	透過自評與班級互評回顧國中生涯歷程，並與小組合作擬定經驗傳承計畫。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
15 5/18-5/22	第二主題青春樂休閒 第3單元驪歌輕唱休閒瘋 活動2畢業酷體驗	1.執行與體驗合宜的戶外休閒活動。 2.思考個人的終身休閒藍圖，建立合宜的休閒態度。	分析與整合戶外休閒活動資源，並實際體驗，培養終身休閒知能。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
15 5/18-5/22	第四主題生活綠「食」踐 第3單元驪歌輕唱感恩趴 活動1感謝有你	1.分享個人對他人的感謝，並應用所學知識與資源設計出創意菜肴。	小組合作籌畫並執行畢業餐會，融入低碳飲食理念。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
15 5/18-5/22	第六主題畢業·啟程 第2單元驪歌輕唱話青春 活動1一起走過	1.回顧班級重要活動與事件，並表達對班級的看法。	全班交流對班級的感想，並學習給予自己與他人祝福。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
16 5/25-5/29	第二主題青春樂休閒 第3單元驪歌輕唱休閒瘋 活動2畢業酷體驗	1.執行與體驗合宜的戶外休閒活動。 2.思考個人的終身休閒藍圖，建立合宜的休閒態度。	分析與整合戶外休閒活動資源，並實際體驗，培養終身休閒知能。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
16 5/25-5/29	第四主題生活綠「食」踐 第3單元驪歌輕唱感恩趴 活動2畢業感恩趴	1.完成小隊分工，製作出創意菜肴，並圓滿完成畢業餐會。	小組合作籌畫並執行畢業餐會，融入低碳飲食理念。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
16 5/25-5/29	第六主題畢業·啟程 第2單元驪歌輕唱話青春 活動2有你真好	1.表達對同學的感謝、道歉與祝福，進而珍惜人我關係。	全班交流對班級的感想，並學習給予自己與他人祝福。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
17 6/1-6/5	第二主題青春樂休閒 第3單元驪歌輕唱休閒瘋 活動2畢業酷體驗	1.執行與體驗合宜的戶外休閒活動。 2.思考個人的終身休閒藍圖，建立合宜的休閒態度。	分析與整合戶外休閒活動資源，並實際體驗，培養終身休閒知能。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
17 6/1-6/5	第四主題生活綠「食」踐 第3單元驪歌輕唱感恩趴 活動2畢業感恩趴	1.完成小隊分工，製作出創意菜肴，並圓滿完成畢業餐會。	小組合作籌畫並執行畢業餐會，融入低碳飲食理念。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%

17 6/1-6/5	第六主題畢業· 啟程 第2單元驪歌輕 唱話青春 活動2有你真好	1.表達對同學的感謝、道歉與祝福， 進而珍惜人我關係。	全班交流對班 級的感想，並 學習給予自己 與他人祝福。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
18 6/8-6/12 * 畢業典禮	第二主題青春 樂休閒 第3單元驪歌輕 唱休閒瘋 活動3休閒不畢 業	1.執行與體驗合宜的戶外休閒活動。 2.思考個人的終身休閒藍圖，建立合 宜的休閒態度。	分析與整合戶 外休閒活動資 源，並實際體 驗，培養終身 休閒知能。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
18 6/8-6/12 * 畢業典禮	第四主題生活 綠「食」踐 第3單元驪歌輕 唱感恩趴 活動3回首與展 望	1.依實作歷程分享對他人的感謝，以 及自己克服困境之方法。	小組合作籌畫 並執行畢業餐 會，融入低碳 飲食理念。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%
18 6/8-6/12 * 畢業典禮	第六主題畢業· 啟程 第2單元驪歌輕 唱話青春 活動3致自己， 起飛	1.統整與肯定自我，並對未來產生嚮 往。	全班交流對班 級的感想，並 學習給予自己 與他人祝福。	學習態度:25% 上課表現:25% 作業繳交:30% 發表報告:20%