**花蓮縣 豐濱 國民中學 114 學年度 八 年級第 1 學期部定課程計畫 設計者：＿＿＿＿林衍樺＿＿＿＿＿**

**(一)普通班**

1. **課程類別：**□國語文 □本土語文/ 臺灣手語 □英語文 □數學 □社會 □自然  
    □藝術 ■綜合 □健康與體育 □科技
2. **學習節數：**每週（ 3 ）節，實施( 20 )週，共( 60 )節。
3. **素養導向教學規劃：**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教學期程  (週) | 總綱/領域核心素養 | 學習重點 | | 單元/主題名稱  與活動內容 | 節數 | 教學  資源 | 評量方式 | 融入議題  實質內涵 | 備註 |
| 學習表現 | 學習內容 |
| 第  1  週 | C1:道德實踐與公民意識 | 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。 | 童Cb-IV-1:露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。  童Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。 | 第一主題戶外炊事樂  第1單元野地燧人氏  1.認識生火前應準備燃料類別，並學會分柴與架柴技巧。  2.了解點火要領、用火安全及滅跡方法。 | 3 | 1.三級柴、火柴、打火機、打火石 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【戶外教育】  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。 |  |
| 第  2  週 | C1:道德實踐與公民意識 | 3a-IV-2:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。  3d-IV-1:探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。 | 童Cb-IV-1:露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。  童Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。  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。 | 第一主題戶外炊事樂  第2單元摩登炊事家  1.能說出使用現代戶外爐具的安全守則，並正確使用現代戶外爐具。  2.能依據戶外炊事要領、菜單設計原則與環境保育概念，與小隊成員共同設計出適宜的戶外炊事菜單。 | 3 | 1.戶外爐具與戶外炊事用具 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【戶外教育】  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。 |  |
| 第  3  週 | C1:道德實踐與公民意識 | 3a-IV-2:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。  3d-IV-1:探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。 | 童Cb-IV-1:露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。  童Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。  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。 | 第一主題戶外炊事樂  第2單元摩登炊事家  1.能說出使用現代戶外爐具的安全守則，並正確使用現代戶外爐具。  2.能依據戶外炊事要領、菜單設計原則與環境保育概念，與小隊成員共同設計出適宜的戶外炊事菜單。 | 3 | 1.戶外爐具與戶外炊事用具 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【戶外教育】  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。 |  |
| 第  4  週 | B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識  C2:人際關係與團隊合作 | 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。 | 童Cb-IV-1:露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 | 第二主題露營Have Fun  第1單元營地好風景  1.分享自己的露營經驗。  2.和隊員討論完成「營地大不同」。  3.能參與小隊討論，依據不同條件需求，選出適合的營地。 | 3 | 1.各種露營型態介紹及圖片 | 1.口語評量 | 【品德教育】品J3:關懷生活環境與自然生態永續發展。  品J8:理性溝通與問題解決。  【戶外教育】  戶J2:擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。  【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 |  |
| 第  5  週 | B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識  C2:人際關係與團隊合作 | 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。 | 童Cb-IV-2:露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。  童Cb-IV-3:露營中的活動領導、溝通與問題解決。 | 第二主題露營Have Fun  第2單元露營規畫師  1.蒐集並探究露營活動規畫的適切性。  2.了解露營活動規畫要點。  3.展現創新能力，規畫露營活動並與同學分享。 | 3 | 1.常見的露營活動資訊  2.學校往年的隔宿露營或營火節目影片及照片 | 1.實作評量  2.口語評量  3.高層次紙筆評量 | 【品德教育】  品J3:關懷生活環境與自然生態永續發展。  品J8:理性溝通與問題解決。  【戶外教育】  戶J2:擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。  【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 |  |
| 第  6  週 | B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識  C2:人際關係與團隊合作 | 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。 | 童Cb-IV-2:露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。  童Cb-IV-3:露營中的活動領導、溝通與問題解決。 | 第二主題露營Have Fun  第2單元露營規畫師  1.蒐集並探究露營活動規畫的適切性。  2.了解露營活動規畫要點。  3.展現創新能力，規畫露營活動並與同學分享。 | 3 | 1.常見的露營活動資訊  2.學校往年的隔宿露營或營火節目影片及照片 | 1.實作評量  2.口語評量  3.高層次紙筆評量 | 【品德教育】  品J3:關懷生活環境與自然生態永續發展。  品J8:理性溝通與問題解決。  【戶外教育】  戶J2:擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。  【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 |  |
| 第  7  週 | B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識  C2:人際關係與團隊合作 | 3a-IV-2:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。  3d-IV-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。 | 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。 | 第二主題露營Have Fun  第3單元露營新手指南  1.能舉例描述露營裝備物品的特色。  2.能說明選擇裝備時可考量的原則與應變方案。  3.能檢視自己的背包選擇與裝填的方法，並和同學分享與交流。  4.能依據狀況，考量穿搭因素，並提出適合的戶外穿著。  5.能運用工具查詢與製作好物保養說明書，並檢視自己的裝備準備與保養的調整處理方式。 | 3 | 1.露營裝備、無痕山林的相關資訊  2.「露營選物法」牌卡題目  3.「無痕『心』生活」情境題 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【品德教育】  品J3:關懷生活環境與自然生態永續發展。  品J8:理性溝通與問題解決。  【戶外教育】  戶J2:擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。  【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 |  |
| 第  8  週 | B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識  C2:人際關係與團隊合作 | 3a-IV-2:具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。  3d-IV-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。 | 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。 | 第二主題露營Have Fun  第3單元露營新手指南  1.學習露營裝備的相關知能，提升戶外活動的能力。  2.建構合宜的戶外生活觀，培養戶外生活禮儀，能和環境做適切的互動。 | 3 | 1.露營裝備、無痕山林的相關資訊  2.「露營選物法」牌卡題目  3.「無痕『心』生活」情境題 | 1.口語評量  2.高層次紙筆評量 | 【品德教育】  品J3:關懷生活環境與自然生態永續發展。  品J8:理性溝通與問題解決。  【戶外教育】  戶J2:擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。  戶J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。  【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 |  |
| 第  9  週 | A3:規畫執行與創新應變 | 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。 | 家Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。  家Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | 第三主題資源有方  第1單元支援家庭我可以  1.能表達並察覺家庭生活中各種資源的運用。  2.能蒐集並分享時間與金錢資源管理的時機與訣竅，嘗試擬定合宜的行動計畫。  3.能執行並評估行動計畫的適切性，以作為未來生活的準備，提升生活品質。 | 3 | 1.半開海報紙 | 1.實作評量  2.口語評量  3.高層次紙筆評量 | 【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。 |  |
| 第  10  週 | A3:規畫執行與創新應變 | 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。 | 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。 | 第三主題資源有方  第2單元聰明消費我最行  1.能說出自己的消費經驗並願意善用金錢資源。  2.能觀賞戲劇並從中找出消費陷阱。  3.能覺察自己的消費習慣，避免消費陷阱。  4.能完成分析消費管道的風險並能與同學討論找出降低消費風險的行動策略。 | 3 | 1.課本頁面 | 1.口語評量  2.高層次紙筆評量 | 【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。 |  |
| 第  11  週 | B2:科技資訊與媒體素養 | 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。 | 家Bc-IV-1:常見織品的認識與手縫技巧應用。 | 第四主題「衣」Q達人  第1單元生活「織」慧王  1.能說出服裝的功能與選擇服裝考量的因素。  2.能透過衣料實驗認識材質特性，判斷不同生活情境適合的材質與織法。  3.能閱讀並歸納的機能纖維相關資訊，並歸納重點回到小隊內分享。  4.能根據機能纖維相關資訊，嘗試分析並完成情境任務。 | 3 | 1.制服與體育服  2.噴水器  3.放大鏡  4.環保纖維布塊 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【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。 |  |
| 第  12  週 | B2:科技資訊與媒體素養 | 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。 | 家Ba-IV-1:服飾的清潔、收納與管理。 | 第四主題「衣」Q達人  第2單元服裝妙管家  1.能說出洗標正確的意義。  2.能回答正確的洗衣方式與流程。  3.能表達洗標如何應用在生活中。  4.能使用正確清潔劑與清潔方法清潔汙漬。  5.能說出適合自己的衣櫃整理與維持的方法。  6.能使用正確的方式熨燙。  7.能使用合宜的方式收納衣物。 | 3 | 1.衣架  2.吊衣桿  3.紙箱  4.熨斗  5.燙馬 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【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。 |  |
| 第  13  週 | B2:科技資訊與媒體素養 | 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。 | 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。 | 第四主題「衣」Q達人  第3單元時尚「衣」達人  1.檢視自己平時穿搭的適切性。  2.了解身形特質，分析適合自己的服裝類型，展現美感。  3.運用合宜的方法將服裝資源有效再利用。  4.檢視分析、規畫執行合宜的服裝消費行為與習慣。 | 3 | 1.領型卡  2.色卡 | 1.實作評量 | 【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。 |  |
| 第  14  週 | B2:科技資訊與媒體素養 | 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。 | 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。 | 第四主題「衣」Q達人  第3單元時尚「衣」達人  1.檢視自己平時穿搭的適切性。  2.了解身形特質，分析適合自己的服裝類型，展現美感。  3.運用合宜的方法將服裝資源有效再利用。  4.檢視分析、規畫執行合宜的服裝消費行為與習慣。 | 3 | 1.領型卡  2.色卡 | 1.實作評量 | 【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。 |  |
| 第  15  週 | A1:身心素質與自我精進 | 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。 | 輔Da-IV-1:正向思考模式、生活習慣與態度的培養。  輔Da-IV-2:情緒與壓力的成因、影響與調適。  輔Db-IV-2:重大心理困擾與失落經驗的因應。 | 第五主題美麗「心」境界  第1單元從「心」出發  1.透過繪製「我的情緒樣貌」，能分享自己的情緒樣貌，並且能說出原因。  2.透過填寫「我的一週情緒記錄表」，能覺察自己的情緒狀態，以及當時的反應，進而理解情緒對生活所造成的影響。  3.分享自己與同學的情緒抒解方法，且能分析與說出其影響。  4.認識情緒抒解策略，並能找出及分享適合自己的抒解方式。  5.針對自己的情境事件分析理性與非理性想法所帶來的情緒反應、行為表現及後果。  6.透過填寫「情緒抒解練習記錄表」，能覺察自己在事件當下的情緒感受，並練習情緒抒解策略與評量成效。 | 3 | 1.色紙、畫筆、雜誌等媒材  2.一小袋棉花糖(糖果)  3.海報紙或小白板、白板筆 | 1.口語評量  2.高層次紙筆評量  3.實作評量 | 【家庭教育】  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【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。  【生涯規畫教育】  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。 |  |
| 第  16  週 | A1:身心素質與自我精進 | 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。 | 輔Da-IV-1:正向思考模式、生活習慣與態度的培養。  輔Da-IV-2:情緒與壓力的成因、影響與調適。  輔Db-IV-2:重大心理困擾與失落經驗的因應。 | 第五主題美麗「心」境界  第1單元從「心」出發  1.完成「我的失落經驗」表格，能檢視失落心理歷程及希望獲得的協助。  2.完成「失落的療癒良方」表格，能針對失落經驗整理出安撫或激勵人心的言語或作為。  3.小隊透過腦力激盪及討論，限時回應狀況題之提問。 | 3 | 1.色紙、畫筆、雜誌等媒材  2.一小袋棉花糖(糖果)  3.海報紙或小白板、白板筆 | 1.高層次紙筆評量  2.實作評量 | 【家庭教育】  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【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。  【生涯規畫教育】  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。 |  |
| 第  17  週 | A1:身心素質與自我精進 | 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。 | 輔Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。 | 第五主題美麗「心」境界  第2單元寶貝人生  1.能將小隊內的生命事件記錄下來。  2.能分享對生命旅程的感受或想法。  3.能分享自己對生命的看法，以及以什麼樣的態度面對有限的生命。  4.透過黃博煒的故事，分享自己對生命意義與價值的想法。  5.分享自己與同學的生命寶物和其珍惜方法，並能分享自己會如何運用適當的方法來珍惜與善待生命。  6.能寫下自己珍惜生命寶物的方法。  7.能適當寫下寶物分享卡的內容。 | 3 | 1.骰子、抽籤紙及境遇卡  2.膠水或雙面膠 | 1.檔案評量  2.口語評量  3.高層次紙筆評量 | 【家庭教育】  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【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。  【生涯規畫教育】  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。 |  |
| 第  18  週 | C2:人際關係與團隊合作 | 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。 | 輔Ac-IV-2:珍惜、尊重與善待各種生命。  輔Dc-IV-1:同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 | 第六主題團體二三事  第1單元人際你我他  1.透過口語分享個人對於正向經營人際關係，以及改善人際關係的具體做法。  2.自我檢視有哪些受人歡迎與不受人歡迎的人際互動表現，並寫下給自我的回饋，以具體做法正向經營及檢討改善人際關係。 | 3 | 1.問題解決步驟說明簡報  2.常見交友困境及其問題解決策略 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【品德教育】  品J1:溝通合作與和諧人際關係。  品J7:同理分享與多元接納。  品J8 理性溝通與問題解決。  品J9:知行合一與自我反省。 |  |
| 第  19  週 | C2:人際關係與團隊合作 | 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。 | 輔Ac-IV-2:珍惜、尊重與善待各種生命。  輔Dc-IV-1:同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 | 第六主題團體二三事  第1單元人際你我他  1.分享個人在圈內圈外體驗活動中的感受與想法。  2.針對情境故事實作問題解決步驟，並完成學習單填寫。  3.分析常見交友困境的成因、正向交友態度與可行解決方法，並完成學習單填寫。  4.針對網路交友困境，運用問題解決策略討論因應之道。  5.運用活動所學，連結個人真實情境進行自我省思，鼓勵在生活中實踐解決策略，並將省思結果填寫在學習單上。 | 3 | 1.問題解決步驟說明簡報  2.常見交友困境及其問題解決策略 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【品德教育】  品J1:溝通合作與和諧人際關係。  品J7:同理分享與多元接納。  品J8 理性溝通與問題解決。  品J9:知行合一與自我反省。 |  |
| 第  20  週 | C2:人際關係與團隊合作 | 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。 | 輔Dc-IV-1:同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。  輔Dc-IV-2:團體溝通、互動與工作效能的提升。 | 第六主題團體二三事  第2單元團隊好夥伴  1.透過拍球活動的成敗，連結到班級值得驕傲的事蹟，以及需要再加把勁的部分。  2.能依據班級任務，承諾執行個人愛班行動。  3.能檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也表達對同學的欣賞或感謝。 | 3 | 1.1～2顆海灘球  2.海報紙、小卡數張、繪圖工具、剪貼用文具 | 1.實作評量 | 【品德教育】  品J1:溝通合作與和諧人際關係。  品J7:同理分享與多元接納。  品J8 理性溝通與問題解決。 |  |

說明：部定課程採自編者，須經校內課程發展委員會通過，教材內容留校備查。

**花蓮縣 豐濱 國民中學 114 學年度 八 年級第 2 學期部定課程計畫 設計者：＿＿林衍樺＿＿＿＿＿＿＿**

**(一)普通班**

1. **課程類別：**□國語文 □本土語文/ 臺灣手語 □英語文 □數學 □社會 □自然  
    □藝術 ■綜合 □健康與體育 □科技
2. **學習節數：**每週（ 3 ）節，實施( 20 )週，共( 60 )節。
3. **素養導向教學規劃：**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教學期程  (週) | 總綱/領域核心素養 | 學習重點 | | 單元/主題名稱  與活動內容 | 節數 | 教學  資源 | 評量方式 | 融入議題  實質內涵 | 備註 |
| 學習表現 | 學習內容 |
| 第  1  週 | A3:規畫執行與創新應變 | 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。 | 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。 | 第一主題方位My Way  第1單元方位快易通  1.能分享曾在戶外判別方向的經驗。  2.透過實地測量，熟悉指北針操作方式。  3.覺察生活環境中的方位。  4.運用自然物及時錶法辨識方位。 | 3 | 1.指北針  2.校園方位測量題目 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【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。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。 |  |
| 第  2  週 | A3:規畫執行與創新應變 | 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。 | 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Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 | 第一主題方位My Way  第2單元讀圖非難事  1.從自身經驗討論閱讀地圖的重要性。  2.了解奈史密斯定律的重點，並確實回答問題。  3.學習閱讀定向越野地圖的方式，實際運用於定向越野地圖判讀。 | 3 | 1.地圖判讀相關題目  2.定向越野相關器材 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【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。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。 |  |
| 第  3  週 | A3:規畫執行與創新應變 | 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。 | 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Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 | 第一主題方位My Way  第2單元讀圖非難事  1.設計校園巡航路線，並透過同學的相互檢視，增進自己判別方位及定向越野的知能。 | 3 | 1.地圖判讀相關題目  2.定向越野相關器材 | 1.口語評量  2.實作評量 | 【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。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。 |  |
| 第  4  週 | A2:系統思考與解決問題 | 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。  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。 | 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Ca-IV-1:戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。  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。 | 第二主題戶外All Pass  第1單元野外迷蹤停看聽  1.覺察戶外活動可能發生的風險種類，並能進行評估。  2.了解求生金字塔、STOP及求生333原則，並評估選擇合宜的戶外活動裝備。 | 3 | 1.野林存活記物資字卡 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【環境教育】  環A3:能經由規畫及執行有效的環境行動，發展多元專業之能力，充實生活經驗，發揮創新精神，增進個人的彈性適應力。  【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。 |  |
| 第  5  週 | A2:系統思考與解決問題 | 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。  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。 | 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Ca-IV-1:戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。  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。 | 第二主題戶外All Pass  第1單元野外迷蹤停看聽  1.覺察戶外活動可能發生的風險種類，並能進行評估。  2.了解求生金字塔、STOP及求生333原則，並評估選擇合宜的戶外活動裝備。 | 3 | 1.野林存活記物資字卡 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【環境教育】  環A3:能經由規畫及執行有效的環境行動，發展多元專業之能力，充實生活經驗，發揮創新精神，增進個人的彈性適應力。  【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。 |  |
| 第  6  週 | A2:系統思考與解決問題 | 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。  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。 | 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Ca-IV-1:戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。  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。 | 第二主題戶外All Pass  第2單元戶外生活任我行  1.理解野外保暖及安全露宿的重要性，並實作搭建臨時露宿處。  2.掌握野外取水及辨識可食野生植物的要領，並實際運用。 | 3 | 1.外帳  2.童軍棍  3.可食野生植物圖冊  4.校園野生植物調查、淨水器材 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【環境教育】  環A3:能經由規畫及執行有效的環境行動，發展多元專業之能力，充實生活經驗，發揮創新精神，增進個人的彈性適應力。  【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。 |  |
| 第  7  週 | A2:系統思考與解決問題 | 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。  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。 | 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Ca-IV-1:戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。  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。 | 第二主題戶外All Pass  第2單元戶外生活任我行  1.能說明安全取水的方式。  2.能與小隊完成自製濾水器實作。  3.能實際運用可食野生植物的辨識要領，與小隊完成校園野生植物實地調查。  4.能與小隊完成「探索觀察記錄本」之挑戰。  5.能實際運用所學，完成應變考驗活動。 | 3 | 1.外帳  2.童軍棍  3.可食野生植物圖冊  4.校園野生植物調查、淨水器材 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【環境教育】  環A3:能經由規畫及執行有效的環境行動，發展多元專業之能力，充實生活經驗，發揮創新精神，增進個人的彈性適應力。  【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。 |  |
| 第  8  週 | A2:系統思考與解決問題  A1:身心素質與自我精進 | 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。 | 家Db-IV-2:家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。  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。 | 第三主題我們這一家  第1單元故事你我他  1.表達家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。  2.蒐集家庭生活危機、衝突等議題的相關新聞報導，並提出可行的因應方法。 | 3 | 1.〈甜蜜的家庭〉歌曲  2.平板電腦或手機 | 1.高層次紙筆評量  2.實作評量 | 【家庭教育】  家J1:分析家庭的發展歷程。  家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。 |  |
| 第  9  週 | A2:系統思考與解決問題  A1:身心素質與自我精進 | 1a-IV-1:探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 | 家Db-IV-1:家庭組成及文化多元性對自我發展的影響，以及少子女化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。  輔Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。 | 第三主題我們這一家  第2單元家的足跡  1.透過「家庭生命週期」文章閱讀及家庭生活圖片的解析，了解家庭發展中的變化及對個人的影響。  2.藉由家庭年夜飯圖片的比對，探究社會變遷下家庭的改變及影響家庭發展的因素。  3.透過省思、未來想像，描繪出現今家庭與未來家庭生活樣貌圖像。  4.了解未來家庭生活可能的樣貌後，評估現在自己的家庭生活狀態，計畫並評估「愛家行動計畫」。 | 3 | 1.彩色鉛筆、彩色筆、雜誌等美術用具 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【家庭教育】  家J1:分析家庭的發展歷程。  家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。 |  |
| 第  10  週 | B3:藝術涵養與美感素養 | 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。 | 家Aa-IV-2:青少年飲食的消費決策與行為。  輔Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 | 第四主題飲食新風貌  第1單元健康美食選  1.能分享自己觀察亮宇飲食之不妥處，並提出修正建議。  2.能分享自己在活動中學習到的健康飲食概念。  3.依據亮宇的飲食日記，完成「飲食習慣檢核表」之討論。  4.完成亮宇整理的祕笈之補充內容。  5.完成個人飲食雷達圖及飲食習慣覺察。  6.能分析自己的飲食習慣，並依此完成健康飲食消費計畫書之擬定。 | 3 | 1.「我的餐盤～健康飲食原則」大海報或教學簡報  2.「飲食生活雷達圖」三個面向「健康飲食概念」、「外食消費選擇概念」及「健康生活型態概念」題目 | 1.口語評量  2.高層次紙筆評量 |  |  |
| 第  11  週 | B3:藝術涵養與美感素養 | 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。 | 家Aa-IV-1:個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。  家Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。  童Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。  童Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 | 第四主題飲食新風貌  第2單元共享野餐趣  1.能觀察並說出不同的飲食文化樣貌。  2.能覺察並分享飲食文化與家庭飲食的相關性。  3.能想像並記錄未來10年後的餐桌特色。  4.能分析並將野餐元素融入計畫中，完成籌畫野餐計畫初稿。  5.檢核並分享小隊的規畫與「軒軒野餐紀實」內容之差異。 | 3 | 1.飲食文化相關照片  2.世界各國野餐風情照片  3.野餐食譜 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 |  |  |
| 第  12  週 | B3:藝術涵養與美感素養 | 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。 | 家Aa-IV-1:個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。  家Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。  童Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。  童Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 | 第四主題飲食新風貌  第2單元共享野餐趣  1.能探究各類刀工技能，並選擇適用的刀工。  2.依據食譜需求，完成刀工實習任務且不浪費食材。  3.能整合所學並依活動主題需求，完成小隊野餐規畫表。 | 3 | 1.飲食文化相關照片  2.世界各國野餐風情照片  3.野餐食譜 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 |  |  |
| 第  13  週 | B3:藝術涵養與美感素養 | 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。 | 家Aa-IV-1:個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。  家Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。  童Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。  童Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 | 第四主題飲食新風貌  第2單元共享野餐趣  1.能依照計畫準備活動所需食材與工具，並完成準備事項檢核工作。  2.能確實執行所擬定的野餐計畫。  3.能將反思執行成果，並於生活中實踐。 | 3 | 1.飲食文化相關照片  2.世界各國野餐風情照片  3.野餐食譜 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 |  |  |
| 第  14  週 | B1:符號運用與溝通表達 | 1a-IV-1:探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 | 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。 | 第五主題愛的進行式  第1單元愛的時光隧道  1.透過婚紗示意圖，能比較婚紗照的差異與愛情意涵，並分享看法。  2.藉由愛情卡篩選，釐清自己對愛情的憧憬條件，並能與他人比較後重新抉擇。  3.能完成對父母／照顧者的訪問與「世代比一比」。  4.能分析世代戀愛觀差異下可能產生的衝突與調適方式，並完成「世代戀愛觀」表格。 | 3 | 1.婚紗照  2.圓點貼紙 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。  性J13:了解多元家庭型態的性別意涵。  【家庭教育】  家J3:了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。  家J4:探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 |  |
| 第  15  週 | B1:符號運用與溝通表達 | 2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。  3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 | 輔Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。  家Db-IV-3:合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。  輔Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 | 第五主題愛的進行式  第2單元愛情來敲門  1.能完成「告白情書」的書寫。  2.能討論課本情境題，並進行報告。  3.能審查其他小隊報告內容，並給予回饋。  4.能與小隊腦力激盪，接力完成「愛情劇場」。  5.能檢視自編劇本的合理性，並進行修改。 | 3 | 1.「通過」、「不通過」審查牌  2.活動情境題目。  3.任務卡 | 1.實作評量  2.口語評量  3.高層次紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。  性J13:了解多元家庭型態的性別意涵。  【家庭教育】  家J3:了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。  家J4:探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 |  |
| 第  16  週 | B1:符號運用與溝通表達 | 2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。  3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 | 輔Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。  家Db-IV-3:合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。  輔Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 | 第五主題愛的進行式  第2單元愛情來敲門  1.能與小隊討論並說出安全分手的時間、地點與方式。  2.能完成「好好談分手」的小組任務。  3.能完成「分手後的可能反應」自由聯想。  4.能分析哪些行動對自己或他人具有傷害性，哪些行動可照顧自己與關愛他人，提升自己魅力。  5.能重新檢視告白情書，並重新修正。 | 3 | 1.「通過」、「不通過」審查牌  2.活動情境題目。  3.任務卡 | 1.實作評量  2.口語評量  3.高層次紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。  性J13:了解多元家庭型態的性別意涵。  【家庭教育】  家J3:了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。  家J4:探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 |  |
| 第  17  週 | A1:身心素質與自我精進 | 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。 | 輔Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。  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。  家Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。 | 第六主題生涯Online  第1單元職業世界登入  1.透過職業猜謎活動，分享自己對職業的認識。  2.小隊討論職業及其對應的荷倫類型代碼，促進對職業特色的認識。  3.填寫臺灣各地特色及相關職業，增進對臺灣各地特色職業的認識，並分析職業分布對自己生涯選擇的影響。  4.透過採訪職人，促進對工作專業素養的認識，並評估自己在國中階段應培養的能力與態度。 | 3 | 1.白板、白板筆、板擦  2.巧拼  3.筆記型電腦  4.單槍、音響等設備  5.緊張氣氛音樂 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【生涯規畫教育】  涯J3::覺察個人的能力與興趣。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。  涯J8:工作／教育環境的類型與現況。  涯J9:社會變遷與工作／教育環境的關係。 |  |
| 第  18  週 | A1:身心素質與自我精進 | 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。 | 輔Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。  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。  家Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。 | 第六主題生涯Online  第1單元職業世界登入  1.透過小隊討論未來趨勢變化，可能造就的職業興衰，並分享自己感興趣的職業。  2.閱讀名人創業故事，歸納並分析在實踐生涯目標時的優劣勢。  3.評估自己在追尋生涯目標時可能的限制，並能擬定因應的方式。 | 3 | 1.白板、白板筆、板擦  2.巧拼  3.筆記型電腦  4.單槍、音響等設備  5.緊張氣氛音樂 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【生涯規畫教育】  涯J3::覺察個人的能力與興趣。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。  涯J8:工作／教育環境的類型與現況。  涯J9:社會變遷與工作／教育環境的關係。 |  |
| 第  19  週 | A1:身心素質與自我精進 | 1c-IV-1:澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。  1c-IV-3:運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 | 輔Ca-IV-2:自我生涯探索與統整。  輔Cc-IV-2:生涯決策、行動與調適。  家Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。 | 第六主題生涯Online  第2單元生涯初征戰  1.勾選「興趣密碼」，檢視自己的興趣傾向。  2.挑選能力強項卡，檢視自己的能力傾向，並分析所對應的荷倫代碼。 | 3 | 1.白板、白板筆、板擦  2.巧拼  3.筆記型電腦  4.單槍、音響等設備  5.緊張氣氛音樂 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【生涯規畫教育】  涯J3::覺察個人的能力與興趣。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。  涯J8:工作／教育環境的類型與現況。  涯J9:社會變遷與工作／教育環境的關係。 |  |
| 第  20  週 | A1:身心素質與自我精進 | 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。 | 輔Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。  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。  家Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。 | 第六主題生涯Online  第1單元職業世界登入  1.透過「職業掃描」活動，綜合個人的內在條件，分享適合的職業選擇。  2.寫下自己的生涯目標，擬定短、中、長期計畫，探究實踐過程中的限制，並評估可行解決策略。 | 3 | 1.白板、白板筆、板擦  2.巧拼  3.筆記型電腦  4.單槍、音響等設備  5.緊張氣氛音樂 | 1.口語評量  2.實作評量  3.高層次紙筆評量 | 【生涯規畫教育】  涯J3::覺察個人的能力與興趣。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。  涯J8:工作／教育環境的類型與現況。  涯J9:社會變遷與工作／教育環境的關係。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教學期程 | 總綱/領域核心素養 | 學習重點 | | 單元/主題名稱  與活動內容 | 節數 | 教學  資源 | 評量方式 | 融入議題  實質內涵 | 備註 |
| 學習表現 | 學習內容 |
| 週或起訖時間均可 |  | 請依各領域(科目)綱要學習表現填寫，例如：  1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言  。  2-I-2 說出所聽聞的內容。 | 請依各領域(科目)綱要學習內容填寫，例如：  Aa-I-2 聲調及其正確的標注方式。  Ab-I-2 700個常用字的使用。 | 例如：  單元一：  活動一：  ﹙活動重點之詳略由各校自行斟酌決定﹚ |  |  | 例如：   1. 口頭發表 2. 書面報告 3. 作業單 4. 作品檔案 5. 實作表現 6. 試題測驗 7. 課堂測驗 8. 課堂觀察 9. 同儕互評 | 例如：  性別平等(性E12 了解與尊重家庭型態的多樣性)(可參閱議題融入說明手冊108年12月版本) |  |

說明：部定課程採自編者，須經校內課程發展委員會通過，教材內容留校備查。