

教材版本	自編	實施年級 (班級/組別)	全年級/A組	教學節數	每週 3 節，本學期共 66 節		
課程目標	1. 認識台灣常見的自然災害並學習防災技巧 2. 關心生活各項人事物並培養正確生活觀 3. 藉由校外教學增進團體互動能力及自我管理能力的						
該學習階段 領域核心素養	綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險, 檢核、評估學習及生活計畫, 發揮創新思維, 運用最佳策略, 保護自我與他人。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源, 並能分析及判斷其適切性, 進而有效執行生活中重要事務。 綜-J-C1 探索人與環境的關係, 規劃、執行服務學習和戶外學習活動, 落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。 綜-J-C3 探索世界各地的生活方式, 理解、尊重及關懷不同文化及族群, 展現多元社會中應具備的生活能力。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週	安全的我們: 防災教育	3	1. 認識台灣常見的天 然災害(颱風、地震) 2. 學習防災技巧: 事前預防 事中應變 事後處理	3a-IV-1	童Cc-IV-1	實作評量 口頭問答 觀察	環 J11 了解天然災害 的人為影響因 子。 環 J12 認識不同類 型災害可能 伴隨的危險, 學習適當預防 與避難行為。 環 J13
第 2 週		3		覺察人為或自然	戶外休閒活動		
第 3 週		3		環境的危險情	的安全與緊急		
第 4 週		3		境, 運用適當處	事件的處理。		
第 5 週		3		理策略, 以保護	輔Db-IV-1		
第 6 週		3		自己或他人。	生活問題的解		
第 7 週		3		3d-IV-2	決方法, 如:		
第 8 週		3		探索環境與個人	個人問題、戶		
第 9 週		3		行為的關係。	外活動、安全問		
第 10 週		3			題等。		

第 11 週		3					參與防災疏散演練。
第 12 週	生活大小事(一)	3	1. 經由多種管道(網路、報章、親友)了解生活周遭發生的重要事件。 2. 學習分辨事件真偽。 3. 透過新聞事件的討論,培養正確的價值觀。 4. 能欣賞並尊重各種多元生活文化。 5. 積極參與家庭和學校的事務。	1b-IV-1	家Db-IV-2 家庭變化與逆境調適,以及家人衝突的因應。 輔Ac-IV-1 從生活中探索生命歷程、生命意義與價值(如:飼養小動物、種植花草等)。 輔Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。	口頭問答 觀察	性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 人 J3 探索各種利益可能發生的衝突,並了解如何運用民主審議方式及正當的程序,以形成公共規則,落實平等自由之保障。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化,尊重並欣賞其差異。
第 13 週		3		培養主動積極的態度,養成自我管理的能力。			
第 14 週		3		運用方法或策略解決生活問題。			
第 15 週		3		3c-IV-2			
第 16 週		3		展現多元社會生活中所應具備的能力。			
第 17 週		3					
第 18 週		3					
第 19 週		3					
第 20 週		3					
第 21 週		3					
第 22 週	3						

◎教學期程以每週教學為原則,如行列太多或不足,請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞),整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位,清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

教材版本	自編	實施年級 (班級/組別)	全年級/A 組	教學節數	每週 3 節，本學期共 66 節		
課程目標	1. 認識台灣常見的自然災害並學習防災技巧 2. 關心生活各項人事物並培養正確生活觀 3. 藉由校外教學增進團體互動能力及自我管理能力的						
該學習階段 領域核心素養	綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險,檢核、評估學習及生活計畫,發揮創新思維,運用最佳策略,保護自我與他人。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源,並能分析及判斷其適切性,進而有效執行生活中重要事務。 綜-J-C1 探索人與環境的關係,規劃、執行服務學習和戶外學習活動,落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。 綜-J-C3 探索世界各地的生活方式,理解、尊重及關懷不同文化及族群,展現多元社會中應具備的生活能力。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週	快樂的我們: 旅遊規劃	3	1. 共同討論校外活動的內容。 2. 能遵守校外活動時相關規範及注意事項。 3. 能積極參與各種校外教學活動。 4. 能分享參與活動後的感想。	2b-IV-1	童 Aa-IV-3 日常生活中團隊規範的建立及執行。 童 Cb-IV-2 日常生活中團體活動的分工與執行。 童 Cb-IV-3 展現各項活動	實作評量 口頭問答 觀察	人 J5 了解社會上有不同的群體和文化,尊重並欣賞其差異。 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的
第 2 週		3					
第 3 週		3					
第 4 週		3					
第 5 週		3					
第 6 週		3					
第 7 週		3					
第 8 週		3					
第 9 週		3					
第 10 週		3					

				<p>3a-IV-2 能與環境做合宜的互動。</p> <p>3d-IV-1 探索與體驗戶外活動。</p> <p>3d-IV-2 探索環境與個人行為的關係。</p>	<p>的領導、溝通與問題解決之能力。</p> <p>童 Cc-IV-2 參與戶外休閒活動。</p> <p>童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞與維護。</p> <p>童 Db-IV-2 人文環境的欣賞與維護。</p>		倫理價值。
第 11 週	生活大小事(二)	3	<p>1. 經由多種管道(網路、報章、親友)了解生活周遭發生的重要事件。</p> <p>2. 學習分辨事件真偽。</p> <p>3. 透過新聞事件的討論,培養正確的價值觀。</p> <p>4. 能欣賞並尊重各種多元生活文化。</p> <p>5. 積極參與家庭和學校的事務。</p>	1b-IV-1	家Db-IV-2	口頭問答 觀察	<p>性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <p>人 J3 探索各種利益可能發生的衝突,並了解如何運用民主審議方式及正當的程序,以形成公共規則,落實平等自由之保障。</p>
第 12 週		3		1b-IV-1	家庭變化與逆境調適,以及家人衝突的因應。		
第 13 週		3		1b-IV-2	輔Ac-IV-1		
第 14 週		3		運用方法或策略解決生活問題。	從生活中探索生命歷程、生命意義與價值(如:飼養小動物、種植花草等)。		
第 15 週		3		3c-IV-2	輔Dd-IV-1		
第 16 週		3		展現多元社會生活中所應具備的能力。	尊重多元性別差異。		
第 17 週		3			輔Dd-IV-3		
第 18 週		3					
第 19 週		3					
第 20 週							
第 21 週							
第 22 週		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

					多元文化社會的互動與關懷。		人 J5 了解社會上有不同的群體和文化, 尊重並欣賞其差異。
--	--	--	--	--	---------------	--	-----------------------------------

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

教材版本	自編	實施年級 (班級/組別)	全年級/B組	教學節數	每週 3 節，本學期共 66 節		
課程目標	1. 能檢視並察覺自己的情緒。 2. 學習在面對壓力時如何正確抒發情緒，以維護心理健康。 3. 了解心理困擾的影響與可求助的支援與協助。						
該學習階段 領域核心素養	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週	為情緒找一個出口	3	1. 了解青春期可能會遭 遇到的心理變化。 2. 檢視自己是否正面臨 到情緒或壓力。 3. 學習正確調適情緒和 壓力的方法。 4. 知道如何尋求支援及 解決途徑。	1b-IV-2	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。	口頭問答 觀察	性 J11 去除性別刻板 與性別偏見 的情感表達與溝 通，具備與他 人平等互動的 能力。 人J6 正視社會中的 各種歧視，並
第 2 週		3		運用方法或策略			
第 3 週		3		解決生活問題。			
第 4 週		3		1d-IV-1			
第 5 週		3		覺察個人的心理			
第 6 週		3		困擾與影響因			
第 7 週		3		素，運用適當策			
第 8 週		3		略或資源，促進			
第 9 週		3		心理健康。			
第 10 週		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第 11 週		3				
第 12 週	少年維特的煩惱	3	1. 認識青少年常見的重大心理困擾(憂鬱、焦慮、躁鬱...等)。 2. 了解造成心理困擾的成因及來源。 3. 檢視自己是否正面臨任何心理困擾。 4. 知道如何尋求支援及協助。		家Db-IV-2 家庭變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔Db-IV-1 生活問題的解決方法，如：個人問題、戶外活動、安全問題等。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	口頭問答 觀察
第 13 週		3				
第 14 週		3				
第 15 週		3				
第 16 週		3				
第 17 週		3				
第 18 週		3				
第 19 週		3				
第 20 週		3				
第 21 週		3				
第 22 週		3				

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

教材版本	自編	實施年級 (班級/組別)	全年級/B 組	教學節數	每週 3 節，本學期共 66 節		
課程目標	1. 藉由校外教學增進團體互動能力及自我管理能力的。 2. 建立良好人際關係，提升自我認同和價值。						
該學習階段 領域核心素養	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週	仁中輕旅行	3	1. 共同討論校外活動的內容。 2. 能遵守校外活動時相關規範及注意事項。 3. 能積極參與各種校外教學活動。 4. 能分享參與活動後的感想。	2b-IV-1	童 Aa-IV-3 日常生活中團隊規範的建立及執行。 童 Cb-IV-2 日常生活中團體活動的分工與執行。 童 Cb-IV-3 展現各項活動的領導、溝通與問題解決之能力。	實作評量 口頭問答 觀察	環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。
第 2 週		3		2b-IV-1			
第 3 週		3		2b-IV-1			
第 4 週		3		2b-IV-1			
第 5 週		3		2b-IV-1			
第 6 週		3		2b-IV-1			
第 7 週		3		2b-IV-1			
第 8 週		3		2b-IV-1			
第 9 週		3		2b-IV-1			
第 10 週		3		2b-IV-1			
第 11 週		3		2b-IV-1			

				3d-IV-1 探索與體驗戶外活動。 3d-IV-2 探索環境與個人行為的關係。	童 Cc-IV-2 參與戶外休閒活動。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞與維護。 童 Db-IV-2 人文環境的欣賞與維護。		
第 12 週	青春向前走	3	1. 分享自我成長和回顧。 2. 為邁入下一個生涯階段所需的準備和所應具備的能力。 3. 能表達出對自己的夢想和期許。	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法，發展個人生活能力。	輔 Ca-IV-1 生涯發展與探索。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索，如生活方式、升學方式與就業方式等。 輔 Cc-IV-1 生涯規劃與資源運用。 家 Cc-IV-2 個人興趣與能力的展現。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之探討。	口頭問答 觀察	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 J9 認識教育權、工作權與個人生涯發展的關係。
第 13 週		3					
第 14 週		3					
第 15 週		3					
第 16 週		3					
第 17 週		3					
第 18 週		3					
第 19 週		3					
第 20 週		3					
第 21 週		3					
第 22 週		3					

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

- ◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。
- ◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。
- ◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

