

教材版本	康軒八年級	實施年級 (班級/組別)	全年級 (7/8/9 年級同班)	教學節數	每週(5)節，本學期共(105)節		
課程目標	1. 學習野外生火、現代戶外爐具使用，以及戶外炊事基本知能與安全規範，以增進戶外生活的能力與樂趣。 2. 建立良好的飲食消費習慣及合宜的飲食行為。 3. 學習人際關係的正向經營，以及適應團體生活所需的人際互動技巧。						
該學習階段 領域核心素養	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-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-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		
第一週 8/30	※8/30 (五) 開學日 野地燧人氏	5	1. 了解點火要領、用火安全及滅跡方法。 2. 應用戶外用火準則，執行環境保護行動。	【簡】3a-IV-2 提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	【減】童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	口語評量	【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。
第二週 9/2-9/6	支援家庭我可以	5	1. 能表達並察覺家庭中各種資源的運用。 2. 能分享時間與金錢資源管理的時機與訣竅。	【簡】2c-IV-2 在協助下蒐集、分析各項資源，做出合宜的決定與運用。	【減】家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	實作評量	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。
第三週 9/9-9/13	人際你我他	5	1. 檢視團體中受歡迎及不受歡迎的人際互動表現，進而檢討改善人際關係。 2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。	【簡】2a-IV-1 認識人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	【減】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。	口語評量 實作評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。
第四週	摩登炊事家	5		【簡】3d-IV-1 體	【減】童 Cc-IV-2	口語評量	【戶外教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

9/16-9/20			1. 認識使用現代戶外爐具的安全守則。 2. 運用食材選購、保存方法及戶外炊事原則，設計出合宜的菜單。	驗個人與環境的關係，協助下進行合宜的戶外活動。	戶外休閒活動知能的整合與運用。 【減】家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。		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。
第五週 9/23-9/27	摩登炊事家	5					
第六週 9/30-10/4	聰明消費我最行	5	1. 能分享消費經驗並願意將金錢資源運用於需要的物品上。 2. 能認識消費陷阱及影響消費行為的因素，提出保護自己的方法。	【簡】2c-IV-2 在協助下蒐集、分析各項資源，做出合宜的決定與運用。	【減】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。	口語評量	【家庭教育】家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。
第七週 10/7-10/11	※第一次定期評量 飲食探索去	5	1. 認識飲食習慣與健康的關係，討論飲食消費對身體健康的影響。 2. 了解青少年的飲食習慣，學習訂定合宜的飲食消費行為。	【簡】2c-IV-2 在協助下蒐集、分析各項資源，做出合宜的決定與運用。	【減】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。	口語評量	【家庭教育】家 J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。
第八週 10/14-10/18	團隊好夥伴	5	1. 體會參與團體活動的歷程，透過團隊溝通及分工合作，增進工作效能，並能將所學應用在班級活動中。	【簡】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。	【減】輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	實作評量	【品德教育】品 J1 溝通合作與和諧人際關係。
第九週 10/21-10/25	營地好風景	5	1. 分享露營的經驗，澄清露營的意義。 2. 能依照需求選擇符合條件的營地。	【簡】3a-IV-2 提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	【減】童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。	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。
第十週 10/28-11/1	營地好風景	5					
第十一週 11/4-11/8	從「心」出發	5	1. 認識與辨別情緒及情緒所造成的影響；學習理性的情緒抒解方式。 2. 討論心理困擾或失落事件，培養復原力，進而能提供他人關懷。	【簡】1d-IV-1 認識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。	【減】輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 【減】輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	口語評量	【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。
第十二週 11/11-11/15	從「心」出發	5					
第十三週 11/18-11/22	野餐趣	5	1. 討論野餐的技能與注意事項，學習計畫與執行野餐活動。	【簡】2d-IV-1 運用創新能力，在協助下進行合宜的活動，豐富個人及家	【減】家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 【減】童 Db-IV-3	1. 口語評量 2. 實語評量	【戶外教育】戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互
第十四週	※第二次定期評量	5					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

11/25-11/29	野餐趣		2.運用美感、創意，製作符合青少年營養需求的野餐食物。	庭生活。	友善環境的樂活旅行與遊憩活動。		動的良好態度與技能。
第十五週 12/2-12/6	共享野餐趣	5					
第十六週 12/9-12/13	露營規畫師	5	1.了解露營活動規畫要點及適切性。 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。	【簡】3d-IV-2 認識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。	【減】童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。	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。
第十七週 12/16-12/20	露營新手指南	5					
第十八週 12/23-12/27	寶貝人生	5	1.體會生命的有限性及變數，並了解生命的可貴。 2.能運用適當的方法珍惜與善待生命。	【簡】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。	【減】輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。	口語評量	【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。
第十九週 12/30-1/3	寶貝人生	5					
第二十週 1/6-1/10	寶貝人生	5					
第二十一週 1/13-1/17	※第三次定期評量 童軍複習第一主題	5	1.學習現代戶外爐具使用，以及戶外炊事基本知能與安全規範，以增進戶外生活的能力與樂趣。	【簡】3d-IV-1 體驗個人與環境的關係，在協助下進行合宜的戶外活動。	【減】家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	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。
第二十二週 1/20	※1/20(一) 休業式	0					

◎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	康軒 康軒八年級	實施年級 (班級/組別)	全年級 (7/8/9 年級同班)	教學節數	每週(5)節，本學期共(105)節		
課程目標	1. 了解戶外求生原則，辨識自然中的危機，運用觀察能力與自然相處。 2. 討家庭內部生活議題的問題解決策略，調適並克服生活中的困擾。 3. 探探索未來的生涯方向。						
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-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。						
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		
第一週 2/5-2/8	※2/5 (三) 提早開學日 方位快易通	5	1. 熟悉手機導航功能，分析運用手機導航優劣，增進辨識方位的能力。 2. 學習觀察環境辨識方位的方式，培養戶外觀察的能力。	【簡】3a-IV-2 提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	【減】童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	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。
第二週 2/10-2/14	※2/11 (二) 原開學日 方位快易通	5					
第三週 2/17-2/21	方位快易通 ※第一次定期評量	5					
第四週 2/24-2/28	家的足跡	5	1. 認識家庭發展歷程中個人與家庭的各種變化及對個人成長的影響。 2. 探究並分析社會變遷下家庭的改變。	【簡】1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，認識影響個人成長因素及調適方法。	【減】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。	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J2 探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。
第五週 3/3-3/7	家的足跡	5					
第六週 3/10-3/14	家的足跡	5					
第七週 3/17-3/21	※第一次定期評量 愛的時光隧道	5	1. 藉由訪問了解家長的情感經驗，覺察影響個人愛情觀的因素。	【簡】1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，認識影響	【減】輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。	1. 口語評量 2. 實作評量	【性別平等教育】 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏
第八週	愛的時光隧道	5					

3/24-3/28			2.分析世代愛情觀差異處，進而學習合宜的應對方式。	個人成長因素及調適方法。	【減】輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。		見與歧視。 【家庭教育】家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。
第九週 3/31-4/4	讀圖非難事	5	1. 了解地圖判讀的重點，並能思考戶外活動如何活用地圖。	【簡】3a-IV-2 提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	【減】童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	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。
第十週 4/7-4/11	讀圖非難事	5	2.分析各種判別方位的方式，研擬並執行校園巡航路線。				
第十一週 4/14-4/18	你我他	5	1. 表達家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。	【簡】1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題。	【減】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。 【減】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。	實作評量	【家庭教育】家 J1 分析家庭的發展歷程。
第十二週 4/21-4/25	※全中運 4/21(一)-4/24(四) 停課 你我他	5	2. 認識問題解決策略，處理家庭生活危機、衝突等議題。				
第十三週 4/28-5/2	愛情來敲門	5	1. 練習表現自己的優點，並體察他人感受。	【簡】2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	【減】輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	1. 實作評量 2. 口語評量	【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。
第十四週 5/5-5/9	※第二次定期評量 愛情來敲門	5	2. 了解情感合宜的相處方式與相關資源。				
第十五週 5/12-5/16	愛情來敲門	5	3. 辨識關係中的衝突與危機。				
第十六週 5/19-5/23	野外安全紅綠燈	5	1. 認識並評估戶外活動可能發生的風險種類。	【簡】3a-IV-1 認識人為或自然環境的危險情境，運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	【減】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。	1. 口語評量 2. 實作評量	【安全教育】安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
第十七週 5/26-5/30	野外安全紅綠燈	5	2. 選擇合宜的戶外活動裝備。				
第十八週	戶外生活任我行	5	3. 理解野外保暖及安全露宿的重要性。				

6/2-6/6							
第十九週 6/9-6/13	生活「織」慧王	5	1. 探索影響服裝舒適程度的原因。 2. 認識常見與創新織品的特色、功能及適合的生活情境。	【簡】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。	【減】家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	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。
第二十週 6/16-6/20 ※畢業典禮	※6/16(一)國三學生畢業！ 選才寶典	5	1. 認識各項職業的求職條件、知能及態度。 2. 討論未來職業趨勢。 3. 思考面臨生涯阻礙時，個人可發展的調適策略。	【簡】1c-IV-1 認識個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。 【簡】1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命意義。	【減】輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 【減】輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	1. 口語評量 2. 實作評量	【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。
第二十一週 6/23-6/27	※第三次定期評量 職業世界登入	5					
第二十二週 6/30	※6/30(一) 休業式	0					

◎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。