

臺南市南區大成國民中學 114 學年度第一學期 八年級綜合活動領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班/■體育班/■藝才班)

教材版本	南一版	實施年級 (班級/組別)	八	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節
課程目標	1.善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。 2.建立戶外飲食、裝備及安全的基本知能，以提升戶外活動的品質。 3.自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成長。				
該學習階段 領域核心素 養	第一學期： 家政： 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-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。 童軍： 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，保護自己及他人。 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。 輔導： 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-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，保護自己及他人。 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-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向的影響力，培養力他與合群的態度，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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一 9/1 開學	家政： 【主題一青春魔法家/單元1 美味「食」實驗室】 【活動1 探索料理祕訣（一）】 1.表達增加料理效率的相關方式和經驗。 2.嘗試將料理依照食材與烹調法歸納分類。 3.蒐集與善用資料，解決料理問題。 【活動2 「食」在有計畫】 1.瞭解食材的	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	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。	1.口語分享 2.學習紀錄 3.高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

	挑選和清洗方式。 2.瞭解烹飪流程計畫的整體概念並嘗試做烹飪計劃。						
二	家政： 【主題一青春魔法家/單元1 美味「食」驗室】 【活動3 料理練功坊（一）】 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。 【活動4 料理一定行】 1. 分享烹飪過程中的心得。 2. 以烹飪流程計畫的概念分析檢核各階段中實作的優缺	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	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。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

	點，並嘗試找出烹飪計畫的改進方案。						
三	童軍： 【主題二青春樂郊遊/單元1 戶外生活大晉級】 【活動2 「衣」展戶外魔法（二）】 瞭解戶外基本衣著知能，提升戶外活動時的自我保護並降低對環境的衝擊。	3	建立戶外飲食、裝備及安全的基本知能，以提升戶外活動的品質。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	1.口語評量 2.活動參與 3.實作評量	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。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
四	童軍： 【主題二青春樂郊遊/單元1 戶外生活大晉級】 【活動3 行前有規畫，「包」準沒煩惱】 具備基本的戶	3	建立戶外飲食、裝備及安全的基本知能，以提升戶外活動的品	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	1.口語評量 2.實作評量 3.高層次紙筆評量	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。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

	外裝備知能，能因應戶外活動的需求或突發情形，提升戶外活動的安全與品質。 【活動 4 準備出門「野 Fun 去」】 整合運用戶外活動衣著、糧食、裝備等知能，規劃並檢核戶外活動前的準備，提升戶外活動安全與品質的成效。		質。				
五 9/29 段 考作文	輔導： 【主題三青春停看聽/單元 1 人際事務所】 【活動 1 朋友的模樣】 體認友誼的意義，覺察自己	3	自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成長。	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。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，	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。	1.實作評量 2.口語評量	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。

	的交友傾向。 【活動 2 指尖下的滑世代 (一)】 分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風險。			以正向的態度經營人際關係。	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。		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。 【兒童及少年性剝削防制教育】
六 10/6 中秋節 10/10 國慶日 10/8-9 第一次月考	輔導： 【主題三青春停看聽/單元 1 人際事務所】 【活動 3 朋友的距離】 釐清自己的人際界線，並尊重他人的人際界線。 【活動 4 友誼一點通】 應用溝通技巧，維持正向	3	自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成長。	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。 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。	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。 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。	1.實作評量 2.口語評量	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。 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

	友誼關係。						關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
七	家政： 【主題一青春魔法家/單元 2「衣」美專家】 【活動 1「衣」探究竟】 覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。 【活動 2 打造高「衣」Q（一）】 分析衣服顏色所呈現的感覺，並依據外型選擇衣物、配件，找出適合的服裝穿搭。	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	1. 口語評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
八	家政： 【主題一青春魔法家/單元 2	3	善用各項資源妥善執	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

	「衣」美專家】 【活動 3 翻閱「衣」Q 事件簿（一）】 運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。		行生活事務，提升家庭生活品質。	於日常生活中，展現美感。	理。		
九	家政： 【主題一青春魔法家/單元 2「衣」美專家】 【活動 3 翻閱「衣」Q 事件簿（二）】 運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。 【活動 4「玩」美「衣」Q 研究室】 省思個人形象管理與欣賞個	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

	人美感。						
十	童軍： 【主題二青春樂郊遊/單元2 戶外飲食樂逍遙】 【活動1 戶外開伙樂無窮】 分享適合在戶外食用的食物項目與種類，以及戶外活動飲、食的經驗。 【活動2 野炊準備好 Easy (一)】 探究戶外活動食物選擇的原則，規劃、準備戶外活動食材的數量與項目。	3	建立戶外飲食、裝備及安全的基本知能，以提升戶外活動的品質。	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-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1.口語評量	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。
十一	童軍： 【主題二青春樂郊遊/單元2 戶外飲食樂	3	建立戶外飲食、裝備及安	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	1.活動參與 2.口語評量 3.學習紀錄	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，

	逍遙】 【活動 3 預約戶外野炊】 選用合適的爐具、炊具，正確操作且瞭解使用安全事項，並能事先規劃戶外炊事。 【活動 4 開心野炊「Fun 飯趣」(一)】 展現野炊技巧並享受過程中的樂趣，活動結束後能省思、改善未盡理想之處。		全的基本知能，以提升戶外活動的品質。	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。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。		培養積極面對挑戰的能力與態度。
十二 11/17 段考作文	輔導： 【主題三青春停看聽/單元 2 情緒我做主】 【活動 1 情緒日常】 1. 認識各種	3	自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成	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-1 生活	1. 口語評量	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。

	正負向的情緒。 2. 覺察自己在事件中常出現的情緒。 【活動 2 情緒偵查站】 1. 瞭解情緒發生的原因。 2. 瞭解情緒的不同反應。 【活動 3 我的情緒地圖（一）】 1. 用心關照自己的情緒。 2. 瞭解情緒對自己心理及生理的影響。		長。		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。		
十三 11/25-26 第二次月考	輔導： 【主題三青春停看聽/單元 2 情緒我做主】 【活動 3 我的情緒地圖（二）】	3	自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成長。	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-1 生活	1. 實作評量 2. 學習紀錄	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。

	1. 用心關照自己的情緒。 2. 瞭解情緒對自己心理及生理的影響。 輔導： 【活動 4 情緒新處方 (一)】 1. 學習因應自己的情緒。 2. 學習各種調適情緒的方法。 【活動 4 情緒新處方 (二)】 1. 學習因應自己的情緒。 2. 學習各種調適情緒的方法。		長。		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。		
十四 12/5 校慶	家政： 【主題一青春魔法家/單元 3 幸福一家人】	3	善用各項資源妥善執行生活事務，	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	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的	1. 口頭分享	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5

	【活動 1 「緣」來一家人】 說出家庭發展歷程可能面臨的挑戰，並分享自己與家人互動情形。 【活動 2 打開時光寶盒】 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。		提升家庭生活品質。	及調適方法。 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。	關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。		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。
十五	家政： 【主題一青春魔法家/單元 3 幸福一家人】 【活動 1 「緣」來一家人】 說出家庭發展歷程可能面臨的挑戰，並分享自己與家人互動情形。	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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。 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。	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	1. 口頭分享	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 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

	【活動 2 打開時光寶盒】 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。						規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。
十六	家政： 【主題一青春魔法家/單元 3 幸福一家人】 【活動 3 風華人生】 1. 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員互動方式。 2. 檢視家庭對自我發展的影響。 【活動 4 用心的愛】 1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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。 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。	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 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。

	動，並評估其適切性，增進家人互動關係。						
十七 12/22- 24 校外 教學	童軍： 【主題二青春樂郊遊/單元3 戶外安全練功坊】 【活動1 沙盤推演】 分享戶外活動與在家活動的差異；並討論可能發生的意外狀況及相關的安全要素。 【活動2 戶外安全對策】 學習戶外活動前各項安全準備，如掌握天氣狀況、規畫雨天備案、防備可能的意外狀況等相關知識與技能。	3	建立戶外飲食、裝備及安全的基本知能，以提升戶外活動的品質。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	1.實作評量 2.口語評量 3.活動參與	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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。

十八 1/1 元旦	童軍： 【主題二青春樂郊遊/單元3 戶外安全練功坊】 【活動3 安全急先鋒】 應用戶外安全知能，分析可能發生的意外狀況，並規畫提昇戶外安全與品質的應變策略。 【活動4 戶外安全防護高手】 整合各種戶外安全相關知能，運用相關繩結知能，以提升戶外活動安全與品質。	3	建立戶外飲食、裝備及安全的基本知能，以提升戶外活動的品質。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。 童Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	1.實作評量 2.口語評量 3.活動參與	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。 安J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安J11 學習創傷救護技能。
十九	童軍： 【主題二青春樂郊遊/單元3 戶外安全練	3	建立戶外飲食、裝備及安	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並	童Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處	1.實作評量 2.口語評量 3.活動參與	戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度

	功坊】 【活動 3 安全急先鋒】 應用戶外安全知能，分析可能發生的意外狀況，並規畫提昇戶外安全與品質的應變策略。 【活動 4 戶外安全防護高手】 整合各種戶外安全相關知能，運用相關繩結知能，以提升戶外活動安全與品質。		全的基本知能，以提升戶外活動的品質。	與環境做合宜的互動。	理。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。		與技能。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。
二十 1/15-16 第三次 月考	輔導： 【主題三青春停看聽/單元 3 生涯探照燈】 【活動 1 做自己的主角】 探索自己的興	3	自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 1a-IV-2 展現自己的興趣與	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 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	1.高層次紙筆評量	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。 生 J2 探討完整的人的

	趣、性向與生涯類型的關聯。 【活動 2 我的 Style】 探索自己特質與生涯類型的關聯，分析出自己的荷倫碼及生涯規劃間的關係。		長。	多元能力，接納自我，以促進個人成長。 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。	與生命意義的探索。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。		各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。
二十一 1/20 休業式 1/21 寒假開始	輔導： 【主題三青春停看聽/單元 3 生涯探照燈】 【活動 3 打造未來之星】 運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能的生涯發展方向。 【活動 4 追夢高手】 善用生涯相關資訊，評估自	3	自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成長。	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 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。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	1. 高層次紙筆評量	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。 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	己的生涯願 景，調整生涯 策略，以促進 個人成長。						
--	------------------------------------	--	--	--	--	--	--

臺南市南區大成國民中學 114 學年度第二學期 八 年級 綜合活動 領域學習課程(調整)計畫(☒ 普通班 / ☐ 特教班 / ☒ 體育班 / ☒ 藝才班)

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	八	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節
課程目標	1. 具備野外生存的知識、態度與技能，來維持生命安全。 2. 培養多元社會應具備的能力，省思自我價值並探索未來。 3. 覺察與家人的互動，喚醒對家人的正向情感，進而珍惜自己與家庭。				
該學習階段 領域核心素 養	第二學期： 童軍： 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-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，保護自己及他人。 輔導： 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-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，保護自己及他人。				

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-B3 運用創新能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。

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。

家政：

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-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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一	童軍： 【主題一青春探險隊/單元1 野外探險不冒險】 【活動一 野外活動樂無窮】 1. 分享登山活動對人類的吸引力及登山經驗。 2. 討論登山活動中可能發生的危險情境 【活動2 危機	3	具備野外生存的知識、態度與技能，來維持生命安全。	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。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 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-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與	1. 口語評量 2. 學習紀錄	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 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、

	就是轉機】 1.探究登山活動中各種危險情境的成因。 2.找出保護自己或他人的方法。				克服困境的方法。		描述、測量、紀錄的能力。 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。
二		0					
三 2/27 調整放假 2/28 和平紀念日	輔導： 【主題二青春觀察家/單元 1 性別跨時代】 【活動 1 性別思辨力】檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會 4F 反思性別刻板印象。	3	培養多元社會應具備的能力，省思自我價值並探索未來。	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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	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 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	1.口語評量	性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5

							辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J9 認識性別權益相關法律與性別平等運動的楷模，具備關懷性別少數的態度。 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，並採取行動來關懷與保護弱勢。 品 J7
四	輔導： 【主題二青春觀察家/單元 1 性別跨時代】 【活動 2 睜開性別之眼】認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性化的生涯規劃。 【活動三 性別職業萬花筒】引導學生自我特質與興趣，再思考如何選擇未來的發展	3	培養多元社會應具備的能力，省思自我價值並探索未來。	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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	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 Dd-IV-1 尊重多元性別差異	1.口語評量 2.實作評量	性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J6

	及職業，從而打破傳統的工作性別框架。 【活動四 性別平等進行室】 在辨識性別刻板印象之後，瞭解性別訊息的存在，引導學生從中反思在面對性別不平等的遭遇時之感受，以及可採用的應對方式。						探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J9 認識性別權益相關法律與性別平等運動的楷模，具備關懷性別少數的態度。 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，並採取行動來關懷與保護弱勢。 品 J7
--	---	--	--	--	--	--	--

							同理分享與多元接納。 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。 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用 社區資源。 涯 J5 探索性 別與生涯規劃的關係。 國 J7 了解跨語言與探究學習的重要內涵。 國 J9 運用跨文化溝通技巧參與國際交
--	--	--	--	--	--	--	--

							流。
五	家政： 【主題一青春魔法家/單元1美味「食」實驗室】 【活動1探索料理祕訣】 1.表達增加料理效率的相關方式和經驗。 2.嘗試將料理依照食材與烹調法歸納分類。 3.蒐集與善用資料，解決料理問題。 【活動2「食」在有計畫】 1.瞭解食材的挑選和清洗方式。 2.瞭解烹飪流程計畫的整體概念並嘗試做	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	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。	1.口語分享 2.學習紀錄 3.高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

	烹飪計劃。						
六 3/16 段 考作文	家政： 【主題一青春魔法家/單元1 美味「食」實驗室】 【活動3 料理練功坊】 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。 【活動4 料理一定行】 1. 分享烹飪過程中的心得。 2. 以烹飪流程計畫的概念分析檢核各階段中實作的優缺點，並嘗試找出烹飪計畫的改進方案。	3	善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	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。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
七 3/25-26 第一次	童軍： 【主題一青春探險隊/單元	3	具備野外生存的知識、態度與技能，來維	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與	1. 口語評量 2. 活動參與 3. 學習紀錄	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲

月考	2 野地生存絕技】 【活動一】環 環相扣解危機 1. 能表達野 外可能發生的 危險情境。 2. 能瞭解野 外活動危機預 防與應變的重 要性。		持生命安全。	境，評估並運 用最佳處理策 略，以保護自 己或他人。	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。		得心靈的喜悅， 培養積極面對挑 戰的能力與態 度。 安 J4 探討日常生活發 生事故的影響因 素
八 4/3 調 整放假 4/4 兒 童節	童軍： 【主題一青春 探險隊/單元 2 野地生存絕 技】 【活動二 掌 握方向不迷 途】 根據野外常見 意外，蒐集各 種預防迷路 的方法，以保 障野外活動安 全。 【活動三 STOP 待生	3	具備野外生存 的知識、態度 與技能，來維 持生命安全。	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。	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。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	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。 安 J4 探討日常生活發 生事故的影響因 素。

	機】 1. 認識 S.T.O.P 法則，學習安全的應變行為。 2. 因應各種危險情況，發出求生訊號。						
九 4/5 清明節 4/6 調整放假	童軍： 【主題一青春探險隊/單元2 野地生存絕技】 【活動4 野地建築動起來】 1. 能分析野外風險，選擇適合的緊急避難所搭建位置。 2. 能選用合宜應變策略並運用自然資源，搭建緊急避難所。	3	具備野外生存的知識、態度與技能，來維持生命安全。	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。	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。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
十	輔導： 【主題二青春	3	培養多元社會應具備的能	2a-IV-1 體認人際關係的重	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待	1.口語評量	性 J4 認識身體自主權

	觀察家/單元 2 愛情四季】 【活動 1 愛情來了】學習面對情竇初開的自己，該如何因應。 【活動 2 尊重的開始】在愛情中學習尊重自己與對方。		力，省思自我價值並探索未來。	要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 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。		相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 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 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。
十一	輔導： 【主題二青春觀察家/單元 2 愛情四季】 【活動 3 和平的結束(一)】在愛情中學習和平分手，好聚好散。 【活動 4 好好	3	培養多元社會應具備的能力，省思自我價值並探索未來。	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-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方	1.口語評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 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

	愛自己】體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。				法。		動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。
十二 4/27 段 考作文	輔導： 【主題二青春觀察家/單元2 愛情四季】 【活動3 和平的結束(二)】 在愛情中學習和平分手，好聚好散。	3	培養多元社會應具備的能力，省思自我價值並探索未來。	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-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 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。	1.口語評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 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 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間

							的關係。 【兒童及少年 性剝削防制教 育】
十三 5/5-6 九年級 第二次 月考	家政： 【主題二青春 愛加溫/單元 1 傾聽心的聲 音】 【活動 1 家人 互動二三事】 能表達自己與 家人互動的情 形。 【活動 2 心的 彼端】分析與 家人溝通的模 式，學習適當 表達的方式。 活動三】在對 話中成長 1. 練習同理 家人的需求並 適切表達自己 的意見與感 受。 2. 運用有效	3	覺察與家人的 互動，喚醒對 家人的正向情 感，進而珍惜 自己與家庭。	2a-IV-3 覺察 自己與家人溝 通的方式，增 進經營家庭生 活的能力。	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-2 家庭 的發展、變化與 逆境調適，以及 家人衝突的因 應。 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。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通 互動及相互支持 的適切方式。

	溝通方法，正向解決家人互動問題。						
十四 5/12-13 七、八年級第二次月考 5/16-17 會考	家政： 【主題二青春愛加溫/單元1傾聽心的聲音】 【活動4愛的連線】 1. 擬定並執行增進家人關係與溝通的活動。 2. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。	3	覺察與家人的互動，喚醒對家人的正向情感，進而珍惜自己與家庭。	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	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-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 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。	1. 實作評量 2. 口語評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。
十五	童軍： 【主題一青春探險隊/單元3野外求生看過來】 【活動1野外飲食知多少】	3	具備野外生存的知識、態度與技能，來維持生命安全。	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。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 高層次紙筆評量	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。

	能分享野外活動過程中，覓食與收集安全飲水的經驗。 【活動 2Z 世代神農氏(一)】能搜集野外濾水器製作方法、辨識可食植物。			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。	養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 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。		
十六	童軍： 【主題一青春探險隊/單元 3 野外求生看過來】 【活動 2Z 世代神農氏(二)】能搜集野外濾水器製作方法、辨識可食植物。 【活動 3 野外求生野炊達人】 能執行選用無具野炊菜單與規劃野炊分	3	具備野外生存的知識、態度與技能，來維持生命安全。	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。 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-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 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。	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 高層次紙筆評量	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。

	工。						
十七	童軍： 【主題一青春探險隊/單元3 野外求生看過來】 【活動4 野外求生動手做】 1. 執行無具野炊活動。 2. 以友善環境的方式善後。	3	具備野外生存的知識、態度與技能，來維持生命安全。	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。 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-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 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。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	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。
十八 6/9 畢業典	輔導： 【主題二青春觀察家/單元3 職業面面觀】 【活動1 繽紛職業秀】瞭解現今社會中的各類行業。	3	培養多元社會應具備的能力，省思自我價值並探索未來。	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 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能	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 Cb-IV-1 適性教育的試探與資	1.口語評量 2.實作評量	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。

	【活動 2 職業大進擊】分析自己期待從事的行業，以及目前條件的差距和職場倫理。			力，以發展個人生涯進路。	訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。		
十九 6/19 端午節	輔導： 【主題二青春觀察家/單元 3 職業面面觀】 【活動 3 職場世界】想像未來職業世界的變化，及對人類的影響。 【活動四 我的未來我做主】探索職業變化與自我的關聯，以及應有的準備。	3	培養多元社會應具備的能力，省思自我價值並探索未來。	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 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	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 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 高層次紙筆評量	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。
二十 6/25-26 第三次	家政： 【主題二青春愛加溫/單元	3	覺察與家人的互動，喚醒對家人的正向情	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持

月考	3 愛加進行曲】 【活動 1 家人親愛拼圖】表達個人家庭中的生活經營經驗。 【活動 2 愛的通關密語】覺察經營家庭生活所需的各種能力。		感，進而珍惜自己與家庭。	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。		的適切方式。
二十一 6/30 休業式 7/1 暑假開始	家政： 【主題二青春愛加溫/單元 3 愛加進行曲】 【活動 3 愛的存摺】擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。 【活動 4 讓愛久一點】擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享	3	覺察與家人的互動，喚醒對家人的正向情感，進而珍惜自己與家庭。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	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。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	感受。						
--	-----	--	--	--	--	--	--