

臺南市立後壁國民中學 115 學年度第一學期八年級綜合領域學習課程(調整)計畫(■體育班)

教材版本	南一版	實施年級 (班級/組別)	八年級	教學節數	每週(2)節，本學期共(42)節		
課程目標	1. 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。 2. 自我探索與接納，運用合宜策略促進人際互動及個人成長。 3. 善用各項資源妥善執行生活事務，提升家庭生活品質。						
該學習階段 領域核心素養	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。 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。						
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		
第一週 8/31~9/4	主題一、青春樂郊遊 (童軍) 單元一、戶	1	1. 表達自己的戶外活動經驗。 2. 瞭解戶外活動可能發生的問題	3a-IV-2 具備戶外生活技	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝	1. 口語評量	【戶外教育、品德教育】 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。

	外生活大晉級 【活動 1】 戶外活動繽紛樂		與解決方法。	能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。		品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元一、人際事務所 【活動 1】 朋友的模樣	1	體認友誼的意義，覺察自己的交友傾向。	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	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	1. 口語評量	【品德教育、生命教育】 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。 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。

				要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	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。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動1】探索料理祕訣(一)	1	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。	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	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. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

				己，以促進個人成長。			
第二週 9/7~9/11	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元一、戶外生活大晉級 【活動2】 「衣」展戶外魔法(一)	1	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。	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	【戶外教育、品德教育】 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。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元一、人際事務所 【活動2】	1	分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風險。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育、生命教育】 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

	指尖下的滑世代（一）			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。	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。		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、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
	主題三、青春魔法師（家政） 單元一、美味「食」驗室 【活動 1】 探索料理祕訣（二）	1	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。	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製	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，規劃個人生活目標。

				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。	備與創意運用。		
第三週 9/14~9/18	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元一、戶外生活大晉級 【活動2】 「衣」展戶外魔法(二)	1	1. 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。	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	1. 口語評量	【戶外教育、品德教育】 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。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

					策略與行動。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元一、人際事務所 【活動2】 指尖下的滑世代(二)	1	分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風險。	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. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育、生命教育】 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。 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。
	主題三、青	1	1. 瞭解食材的挑	2c-IV-	家 Ab-	1. 口語評量	【家庭教育】

	春 魔 法 師 (家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動 2】 「食」在有計畫		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畫。	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。	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。	2. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
第四週 9/21~9/25	主題一、青春樂郊遊 (童軍) 單元一、戶外生活大晉級 【活動 3】 行前有規劃，「包」準沒煩惱 (一)	1	具備基本的戶外裝備知能，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。	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	1. 口語評量 2. 實作評量	【戶外教育、品德教育】 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。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

					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。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元一、人際事務所 【活動3】 朋友的距離	1	釐清自己的人際界線，並尊重他人的人際界線。	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	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	1. 實作評量 2. 口語評量 3. 高層次紙筆評量	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、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。

				係。	通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動3】 烹調練功坊(一)	1	依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。	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	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
第五週 9/28~10/2	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元一、戶	1	具備基本的戶外裝備知能，能因應戶外活動的需求或突發情形，	3a-IV-2 具備戶外生活技	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝	1. 口語評量 2. 實作評量	【戶外教育、品德教育】 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。

	外生活大晉級 【活動 3】 行前有規劃，「包」準沒煩惱 (二)		提升戶外活動的安全與品質。	能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。		品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元一、人際事務所 【活動 4】 友誼一點通 (一)	1	應用溝通技巧，維持正向友誼關係。	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	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	1. 實作評量 2. 口語評量	【品德教育、生命教育】 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。 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。

				要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	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。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動3】烹調練功坊(二)	1	依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。	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	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	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

				己，以 促進個 人成 長。			
第六週 10/5~10/9	主題一、青春樂郊遊 (童軍) 單元一、戶外生活大晉級 【活動4】 準備出門 「野Fun去」	1	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。	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. 高層次紙筆評量	【戶外教育、品德教育】 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。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
	主題二、青春停看聽 (輔導) 單元一、人際事務所 【活動4】	1	應用溝通技巧，維持正向友誼關係。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密	1. 實作評量 2. 口語評量	【品德教育、生命教育】 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

	友誼一點通 (二)			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。	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。		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、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
	主題三、青春魔法師 (家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動4】 料理一定行	1	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。	2c-IV- 1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事	家 Ab- IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab- IV-2 飲食的製	1. 高層次紙筆評量	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

				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。	備與創意運用。		
第七週 10/12~10/16 第一次評量 10/13-14	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元一、戶外生活大晉級 【活動4】 準備出門「野Fun去」	1	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。	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	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育、品德教育】 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。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

					策略與行動。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元一、人際事務所 【活動4】友誼一點通(二)	1	應用溝通技巧，維持正向友誼關係。	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	【品德教育、生命教育】 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。 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。

	主題三、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動4】 料理一定行	1	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。	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. 高層次紙筆評量	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
第八週 10/19~10/23 戶外教育週 10/21-23	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元二、戶外炊事樂逍遙 【活動1】 戶外開伙樂無窮	1	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。	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	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	1. 口語評量	【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。

				動。	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。		
	主題二、青春 停看聽 (輔導) 單元二、情 緒我做主 【活動 1】 情緒日常	1	1. 認識各種正負 向的情緒。 2. 覺察自己在事 件中常出現的情 緒。	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 生活議題 的問題解決、危 機因應與克服	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 學習紀錄	【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。

					困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動1】 「衣」探究竟	1	覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。	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 2. 學習紀錄	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第九週 10/26~10/30	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元二、戶外炊事樂逍遙 【活動2】 野炊準備好 Easy (一)	1	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。	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	1. 活動參與 2. 學習紀錄	【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。

					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。		
	主題二、青 春 停 看 聽 (輔導) 單元二、情 緒我做主 【活動 2】 情緒偵查站	1	1. 瞭解情緒發生的原因。 2. 瞭解情緒的不同反應。	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 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的	1. 口語評量	【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。

					方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動2】 打造高「衣」Q(一)	1	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。	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 2. 學習紀錄	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十週 11/2~11/6	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元二、戶外炊事樂逍遙 【活動2】 野炊準備好 Easy(二)	1	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。	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，	1. 活動參與 2. 學習紀錄	【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。

					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。		
	主題二、青春 停看聽 (輔導) 單元二、情 緒我做主 【活動3】 我的情緒地 圖(一)	1	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。	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 議 題 的 問 題 解 決、危 機 因 應 與 克 服 困 境 的 方法。	1. 口語評量	【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。

					輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動2】 打造高「衣」Q(二)	1	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。	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 2. 學習紀錄	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十一週 11/9~11/13	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元二、戶外炊事樂逍遙 【活動3】 預約戶外野炊	1	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。	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	1. 口語評量	【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。

					野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。		
	主題二、青春停看聽 (輔導) 單元二、情緒我做主 【活動 3】 我的情緒地圖(二)	1	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。	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 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-	1. 口語評量	【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。

					IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動3】 翻閱「衣」Q事件簿(一)	1	運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。	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	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十二週 11/16~11/20	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元二、戶外炊事樂逍遙 【活動4】 開心野炊「Fun 飯趣」(一)	1	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。	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	1. 學習紀錄	【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。

					存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。		
	主題二、青春停看聽 (輔導) 單元二、情緒我做主 【活動 4】 情緒新處方 (一)	1	1. 學習因應自己的情緒。 2. 學習各種調適情緒的方法。	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 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重	1. 實作評量 2. 學習紀錄	【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。

					大心理 困擾與 失落經 驗的因 應。		
	主題三、青春魔法師 (家政) 單元二、「衣」美專家 【活動3】 翻閱「衣」 Q事件簿 (二)	1	運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。	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	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十三週 11/23~11/27	主題一、青春樂郊遊 (童軍) 單元二、戶外炊事樂逍遙 【活動4】 開心野炊 「Fun 飯趣」(二)	1	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。	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。	1. 學習紀錄	【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。

					家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元二、情緒我做主 【活動 4】 情緒新處方(二)	1	1. 學習因應自己的情緒。 2. 學習各種調適情緒的方法。	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	1. 實作評量 2. 學習紀錄	【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。

					困擾與失落經驗的因應。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動4】 「玩」美「衣」Q研究室	1	省思個人形象管理與欣賞個人美感。	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. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十四週 11/30~12/4 第二次評量 12/3-4	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元二、戶外炊事樂逍遙 【活動4】 開心野炊「Fun 飯趣」(二)	1	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。	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-	1. 學習紀錄	【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。

					IV-1 食 物的選 購、保 存與有 效運 用。		
主題二、青 春 停 看 聽 (輔導) 單元二、情 緒我做主 【活動 4】 情緒新處方 (二)	1		1. 學習因應自己 的情緒。 2. 學習各種調適 情緒的方法。	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 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	1. 實作評量 2. 學習紀錄	【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。

					失落經驗的因應。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動4】 「玩」美 「衣」Q研究室	1	省思個人形象管理與欣賞個人美感。	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. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十五週 12/7~12/11 校慶 12/11	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元三、戶外安全練功坊 【活動1】 沙盤推演	1	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。	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-	1. 活動參與 2. 口語評量	【戶外教育、安全教育】 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。 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。

					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。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元三、生涯探照燈 【活動1】 做自己的主角(一)	1	探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。	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	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	1. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育、生命教育】 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。 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。

				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。	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。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動1】 最「家」小偵探(一)	1	透過搜尋與分析相關資料，瞭解不同家庭議題及型態下面臨的經歷與生活差異。	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	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	1. 學習紀錄	【多元文化教育、家庭教育教育】 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)。

				的活動，豐富個人及家庭生活。	正向家人關係的維繫。		
第十六週 12/14~12/18	主題一、青春樂郊遊 (童軍) 單元三、戶外安全練功坊 【活動2】 戶外安全對策(一)	1	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。	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	1. 實作評量 2. 口語評量 3. 活動參與	【戶外教育、安全教育】 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。 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。

					外休閒活動知能的整合與運用。		
主題二、青春停看聽(輔導) 單元三、生涯探照燈 【活動1】 做自己的主角(二)	1	探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。	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	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	1. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育、生命教育】 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。 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。	

				來發展，提升個人價值與生命意義。	動力的提升。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動1】最「家」小偵探(二)	1	透過搜尋與分析相關資料，瞭解不同家庭議題及型態下面臨的經歷與生活差異。	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. 學習紀錄	【多元文化教育、家庭教育教育】 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)。
第十七週 12/21~12/25	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元三、戶	1	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	3a-IV-2 具備戶外生活技	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的	1. 實作評量 2. 口語評量 3. 活動參與	【戶外教育、安全教育】 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。

	外安全練功坊 【活動2】 戶外安全對策(二)		案、防備可能的意外狀況等相關知識與技能。	能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。		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。
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元三、生	1	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	1c-IV-3 運用生涯規劃方法	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃	1. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育、生命教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6

	涯探照燈 【活動 2】 我的 Style		規劃間的關係。	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。	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。		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。
主題三、青 春 魔 法 師 (家政)	1	說出家庭發展歷 程可能面臨的挑 戰，並分享自己	1a-IV- 1 探 索 自 我 與	家 Db- IV-1 家 庭 組 成	1. 口語評量	【多元文化教育、家庭教育教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。	

	單元三、幸福一家人 【活動2】 「緣」來一家人		與家人互動情形。	家庭發展的過程，觀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。	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。		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）。
第十八週 12/28~1/1	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元三、戶外安全練功坊 【活動3】 安全急先鋒	1	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。	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	1. 實作評量	【戶外教育、安全教育】 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。 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。

					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。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元三、生涯探照燈 【活動3】 打造未來之星(一)	1	運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能的生涯發展方向。	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-	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。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育、生命教育】 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。 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。

				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 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。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動3】 你不懂我的心	1	1.經由角色扮演，瞭解家有青少年的家庭成員互動。 2.學習善用不同種類的社會支持方法為自己的家庭做出貢獻。	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。	1. 實作評量	【多元文化教育、家庭教育教育】 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）。

				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 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。		
第十九週 1/4~1/8	主題一、青春樂郊遊 (童軍) 單元三、戶外安全練功坊 【活動3】 安全急先鋒 (二)	1	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。	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	1. 實作評量	【戶外教育、安全教育】 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。 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。

					及安全能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元三、生涯探照燈 【活動 3】 打造未來之星(二)	1	運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能的生涯發展方向。	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	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	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育、生命教育】 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。 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。

				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。	隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。		
	主題三、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動4】 用心的愛 (一)	1	1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	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	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	【多元文化教育、家庭教育教育】 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）。

第二十週 1/11~1/15	主題一、青春樂郊遊 (童軍) 單元三、戶外安全練功坊 【活動4】 戶外安全防護高手	1	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。	生活。 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	1. 實作評量 2. 口語評量	【戶外教育、安全教育】 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。 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。
-------------------	---	---	-------------------------------------	--	---	--------------------	--

					用。		
	主題二、青春停看聽(輔導) 單元三、生涯探照燈 【活動4】 追夢高手	1	善用生涯相關資訊，評估自己的生涯願景，調整生涯策略，以促進個人成長。	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	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	【生涯規劃教育、生命教育】 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。 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。

				生命意義。			
	主題三、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動4】 用心的愛(二)	1	1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	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	【多元文化教育、家庭教育教育】 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)。
第二十一週 1/18-1/20 第三次評量 1/18-19	主題一、青春樂郊遊(童軍) 單元三、戶外安全練功坊 【活動4】 戶外安全防	1	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。	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	1. 實作評量 2. 口語評量	【戶外教育、安全教育】 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。 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。

	護高手			與環境 做合宜 的互 動。	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。		
	主題二、青春停看聽 (輔導) 單元三、生涯探照燈 【活動4】 追夢高手	1	善用生涯相關資訊，評估自己的生涯願景，調整生涯策略，以促進個人成長。	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Bc-IV-2 多	1. 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育、生命教育】 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。 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、

				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。	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。		境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。
	主題三、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動 4】用心的愛	1	1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子	1. 實作評量	【多元文化教育、家庭教育教育】 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

	(二)			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。	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。		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）。
--	-----	--	--	--	--	--	--

◎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」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。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。

臺南市立後壁國民中學 115 學年度第二學期八年級綜合領域學習課程(調整)計畫(■體育班)

教材版本	南一版	實施年級 (班級/組別)	八年級	教學節數	每週(2)節，本學期共(42)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	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。 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		
第一週 2/11~2/12	主題一、青春探險隊(童軍) 單元一、野外探險不冒險 【活動1】野外活動樂無窮	1	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。	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	1. 口語評量 2. 學習紀錄	【品德教育、防災教育、戶外教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。

					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、危機因應與克服困境的方法。		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、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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元一、性別跨時代 【活動 1】性別思辨力(一)	1	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。	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	【性別平等教育】 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 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。 【法治教育】 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【家庭教育】 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【國際教育】 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。
--	--	--	--	--	--	--	--

	主題三、青春愛 加溫(家政) 單元一、料理傳家 【活動1】餐桌上的故事	1	1. 探索各地年節料理所代表的文化意義。 2. 分享自己家庭的年節料理與背後象徵的意義。	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。	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。	1. 口語評量 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
第二週 2/15~2/19	主題一、青春探險隊(童軍) 單元一、野外探險不冒險 【活動2】危機就是轉機(一)	1	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。	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、危機因應與克服困境的方法。	1. 口語評量 2. 學習紀錄	【品德教育、防災教育、戶外教育】 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、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。
主題二、青春觀察家(輔導) 單元一、性別跨時代 【活動 1】性別思辨力(二)	1	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。	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	【性別平等教育】 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 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。 【法治教育】	

							法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【家庭教育】 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【國際教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、料理傳家 【活動 2】 代代傳愛	1	1. 覺察在自己的生命經驗中，家人為自己準備的美食與自己的關係和意義。 2. 以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。	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。	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。	1. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
第三週 2/22~2/26	主題一、青春探險隊(童軍) 單元一、野外探險不冒險 【活動 2】 危機	1	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。	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	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	1. 口語評量 2. 學習紀錄	【品德教育、防災教育、戶外教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。

	就是轉機(二)			或他人。	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、危機因應與克服困境的方法。		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、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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元一、性別跨時代 【活動 2】睜開性別之眼(一)	1	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。	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	【性別平等教育】 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 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。 【法治教育】 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【家庭教育】 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【國際教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、料理傳家 【活動3】家傳菜，手作情(一)	1	1. 運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。 2. 在製作、記錄與訪談家人的過程中探索家傳料理對自己與家庭的意義及價值。	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。	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。	1. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
第四週 3/1~3/5	主題一、青春探險隊(童軍) 單元一、野外探險不冒險 【活動3】險中求生，絕處逢生(一)	1	1. 分析登山活動中的各種風險。 2. 提出基本預防及危機因應的策略。	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、危機因應與克服困境的方法。	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育、防災教育、戶外教育】 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、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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元一、性別跨時代 【活動2】 睜開性別之眼(二)	1	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。	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	【性別平等教育】 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 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。 【法治教育】 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【家庭教育】 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【國際教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、料理傳家 【活動 3】家傳菜，手作情(二)	1	1. 運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。 2. 在製作、記錄與訪談家人的過程中探索家傳料理對自己與家庭的意義及價值。	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。	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。	1. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
第五週 3/8~3/12	主題一、青春探險隊(童軍) 單元一、野外探險不冒險	1	1. 分析登山活動中的各種風險。 2. 提出基本預防及危機因應的策略	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並	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	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育、防災教育、戶外教育】 品 J8 理性溝通與問題解

	【活動 3】險中求生，絕處逢生(二)		略。	運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	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、危機因應與克服困境的方法。		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、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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元一、性別跨時代 【活動 3】性別職業萬花筒	1	學習身體自主權的議題，維護自我和人我的身體界線。	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. 實作評量	【性別平等教育】 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 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

							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。 【法治教育】 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【家庭教育】 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【國際教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、料理傳家 【活動 4】譜出家的溫度(一)	1	1. 藉由分享自己與欣賞他人的家傳料理卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2. 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。	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。	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。	1. 口語評量 2. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
第六週 3/15~3/19	主題一、青春探險隊(童軍) 單元一、野外探險不冒險 【活動 4】順利生存有法寶	1	1. 評估登山活動中的各種風險。 2. 因應風險危機的處理，選用適當的策略以解決問題並保護自己或他人。	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、危機因應與克服困境的方法。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【品德教育、防災教育、戶外教育】 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、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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元一、性別跨時代 【活動 4】性別平等進行式	1	實踐破除性別偏見與歧視的行動，維持性別人格尊嚴與落實生涯發展的性別地位實質平等。	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. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 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 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。 【法治教育】 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【家庭教育】 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【國際教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、料理傳家 【活動 4】譜出家的溫度(二)	1	1. 藉由分享自己與欣賞他人的家傳料理卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2. 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。	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。	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。	1. 口語評量 2. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
第七週 3/22~3/26	主題一、青春探險隊(童軍)	1	1. 評估登山活動中的各種風險。	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育、防災教育、戶外教育】

第一次評 量 3/25-26	單元一、野外探 險不冒險 【活動 4】順利 生存有法寶		2. 因應風險危機 的處理，選用適 當的策略以解決 問題並保護自己 或他人。	險情境，評估並 運用最佳處理策 略，以保護自己 或他人。	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 機因應與克服困境 的方法。	3. 高層次紙筆評量	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、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。
	主題二、青春觀 察家(輔導) 單元一、性別跨 時代 【活動 4】性別 平等進行式	1	實踐破除性別偏 見與歧視的行 動，維持性別人 格尊嚴與落實生 涯發展的性別地 位實質平等。	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. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 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 J6 探究各種符號 中的性別意涵及人

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

							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。 【法治教育】 法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 【家庭教育】 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【國際教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、料理傳家 【活動 4】譜出家的溫度(二)	1	1. 藉由分享自己與欣賞他人的家傳料理卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2. 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。	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。	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。	1. 口語評量 2. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
第八週 3/29~4/2	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動 1】環環相扣解危機	1	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。	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。 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. 活動參與 3. 學習紀錄	【戶外教育、安全教育】 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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
	主題二、青春觀	1	學習面對情竇初	2a-IV-1 體認人	輔 Ac-IV-2 珍惜、	1. 口語評量	【性別平等教育、人

	察家(輔導) 單元二、愛情四季 【活動 1】愛情來了		開的自己，該如何因應。	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。	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。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。		權教育、生命教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、傾聽心的聲音 【活動 1】家人互動二三事	1	能表達自己與家人互動的情形。	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。 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	1. 口語評量	【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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。

					與正向經營人際關係。		
第九週 4/5~4/9	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動1】環環相扣解危機	1	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。	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。 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. 活動參與 3. 實作評量	【戶外教育、安全教育】 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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元二、愛情四季 【活動1】愛情來了	1	在愛情中學習尊重自己與對方。	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。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷	1. 口語評量	【性別平等教育、人權教育、生命教育】 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

					程及家庭建立的預備。		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。
第十週 4/12~4/16	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、傾聽心的聲音 【活動 1】家人互動二三事	1	練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。	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。 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. 學習紀錄	【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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動 2】掌握方向不迷途(二)	1	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。	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. 口語評量 2. 活動參與 3. 實作評量	【戶外教育、安全教育】 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。 安 J4 探討日常生活發生的方法。

					童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。		事故的影響因素。
主題二、青春觀察家(輔導) 單元二、愛情四季 【活動 3】和平的結束(一)	1	在愛情中學習和平分手，好聚好散。	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。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	1. 口語評量	【性別平等教育、人權教育、生命教育】 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。	
主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、傾聽心的聲音 【活動 3】在對話中成長(一)	1	1. 分析各種與家人溝通的模式。 2. 找出並運用有效溝通方法，正向解決家人互動問題。	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 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	1. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年	

				家庭生活的能力。	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。		在家庭中的角色責任。
第十一週 4/19~4/23	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動 3】STOP 待生機	1	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。	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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	1. 學習紀錄 2. 口語評量 3. 實作評量	【戶外教育、安全教育】 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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元二、愛情四季 【活動 3】和平的結束(二)	1	在愛情中學習和平分手，好聚好散。	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	1. 口語評量	【性別平等教育、人權教育、生命教育】 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

					方法。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。		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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、傾聽心的聲音 【活動 3】在對話中成長(二)	1	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。	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。 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	【家庭教育】 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。
第十二週 4/26~4/30	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動 4】野地建築動起來(一)	1	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	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	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	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育、安全教育】 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

			變策略並運用自然資源，搭建緊急避難所。	己或他人。	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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。		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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元二、愛情四季 【活動 2】好好愛自己(一)	1	體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。	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。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	1. 實作評量	【性別平等教育、人權教育、生命教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、傾聽心的聲音 【活動 4】愛的連線(一)	1	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。	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。 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	【家庭教育】 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。
第十三週 5/3~5/7 第二次評量 5/4-5	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動 4】野地建築動起來(一)	1	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。	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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育、安全教育】 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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。

					及安全知能的培養。		
主題二、青春觀察家(輔導) 單元二、愛情四季 【活動 2】好好愛自己(一)	1	體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。	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。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	1. 實作評量	【性別平等教育、人權教育、生命教育】 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。	
主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、傾聽心的聲音 【活動 4】愛的連線(一)	1	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。	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。 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。	1. 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。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責	

					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。		任。
第十四週 5/10~5/14	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動 4】野地建築動起來(二)	1	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。	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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育、安全教育】 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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元二、愛情四季 【活動 2】好好愛自己(二)	1	體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。	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. 實作評量	【性別平等教育、人權教育、生命教育】 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

					家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。		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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、傾聽心的聲音 【活動 4】愛的連線(二)	1	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。	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。 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	【家庭教育】 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。
第十五週 5/17~5/21	主題一、青春探險隊(童軍) 單元三、野外求生看過來 【活動 1】野外飲食知多少	1	能分享野外活動過程中，覓食與收集安全飲水的經驗。	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 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	1. 口語評量	【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。

					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。		
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元三、職業面面觀 【活動 1】繽紛職業秀	1	瞭解現今社會中的各類行業。	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. 口語評量	【生涯規劃教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛加進行曲 【活動 1】家人親愛拼圖	1	表達個人家庭中的生活經營經驗。	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. 口語評量	【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。
第十六週 5/24~5/28	主題一、青春探險隊(童軍) 單元三、野外求生看過來 【活動 2】Z 世代神農氏(一)	1	能搜集野外濾水器製作方法、辨識可食植物。	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 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。	1. 學習紀錄 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量 4. 實作評量	【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

					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。		極面對挑戰的能力與態度。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元三、職業面面觀 【活動 2】職業大進擊(一)	1	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。	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. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規劃教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛加進行曲 【活動 2】愛的通關密語(一)	1	覺察經營家庭生活所需的各種能力。	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. 口語評量	【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。
第十七週 5/31~6/4	主題一、青春探險隊(童軍) 單元三、野外求生看過來	1	能搜集野外濾水器製作方法、辨識可食植物。	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力。	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	1. 學習紀錄 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量 4. 實作評量	【戶外教育】 戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心

	【活動 2】Z 世代神農氏(二)			力，並與環境做合宜的互動。	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。		靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元三、職業面面觀 【活動 2】職業大進擊(二)	1	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。	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. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規劃教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛加進行曲 【活動 2】愛的通關密語(二)	1	覺察經營家庭生活所需的各種能力。	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. 口語評量	【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。
第十八週 6/7~6/11	主題一、青春探險隊(童軍)	1	能執行選用無具野炊菜單與規劃	3a-IV-2 具備野外生活技能，提	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以	1. 學習紀錄 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J3

畢業典禮 6/11	單元三、野外求生看過來 【活動 3】 野外求生野炊達人		野炊分工。	升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。	3. 口語評量 4. 實作評量	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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元三、職業面面觀 【活動 3】 職場世界	1	想像未來職業世界的變化，及對人類的影響。	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. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規劃教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛加進行曲 【活動 3】 愛的存摺(一)	1	擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。	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. 口語評量	【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。

第十九週 6/14~6/18	主題一、青春探險隊(童軍) 單元三、野外求生看過來 【活動4】野外求生動手做(一)	1	能以友善環境的方式，執行無具野炊活動。	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 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. 學習紀錄 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量 4. 實作評量	【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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元三、職業面面觀 【活動4】我的未來我做主(一)	1	探索職業變化與自我的關聯，以及應有的準備。	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. 實作評量	【生涯規劃教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛加進行曲 【活動3】愛的存摺(二)	1	擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。	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 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. 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。

				家庭生活的能力。			
第二十週 6/21~6/25	主題一、青春探險隊(童軍) 單元三、野外求生看過來 【活動4】野外求生動手做(二)	1	能以友善環境的方式，執行無具野炊活動。	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 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. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元三、職業面面觀 【活動4】我的未來我做主(二)	1	探索職業變化與自我的關聯，以及應有的準備。	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	【生涯規劃教育】 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。
	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛加進行曲 【活動4】讓愛	1	擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自	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	1. 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

	久一點			己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	合宜的家人互動。		切方式。
第二十一週 6/28~6/30 第三次評量 6/28-29	主題一、青春探險隊(童軍) 單元三、野外求生看過來 【活動 4】野外求生動手做(二)	1	能以友善環境的方式，執行無具野炊活動。	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 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. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【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。
	主題二、青春觀察家(輔導) 單元三、職業面面觀 【活動 4】我的未來我做主(二)	1	探索職業變化與自我的關聯，以及應有的準備。	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	【生涯規劃教育】 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。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛加進行曲 【活動 4】讓愛久一點	1	擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。	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. 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。
--	---	---	-------------------------	--	---	------------	--

◎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」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。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。