

新北市立三民高中 **113** 學年度九年級第**一**學期部定課程計畫 設計者： 莊豐萁、呂靜怡

一、課程類別：

1. ☐國語文 2. ☐英語文 3. ☐健康與體育 4. ☐數學 5. ☐社會 6. ☐藝術 7. ☐自然科學 8. ☐科技 9. ☒綜合活動

10. ☐閩南語文 11. ☐客家語文 12. ☐原住民族語文：_____族 13. ☐新住民語文：_____語 14. ☐臺灣手語

二、學習節數：每週(3)節，實施(22)週，共(66)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
☒ A1身心素質與自我精進 ☒ A2系統思考與解決問題 ☐ A3規劃執行與創新應變 ☒ B1符號運用與溝通表達 ☒ B2科技資訊與媒體素養 ☒ B3藝術涵養與美感素養 ☒ C1道德實踐與公民意識 ☒ C2人際關係與團隊合作 ☒ C3多元文化與國際理解	家政童軍： 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-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-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。 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。 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-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-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。

四、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 8/30 開學日:8月30日(五)	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與 輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	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。	主題：當我們同在一起 單元1 這學期我們一起走 活動一 小隊整隊中 ● 學期分組。 ● 小組工作分配 活動2 同舟共濟 ● 團隊建立與團體動力活動，引導與討論	2	自編教材	態度評定 口語評量	【品格教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
	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、影響調適。	主題一生命停看聽 單元一生命中的壓力 <活動1>壓力為何物 一、壓力是什麼 (一)教師引言：「這次我們要來討論的是壓力。你覺得什麼是壓力？壓力來時你會有什麼反應？你平常會使用哪些紓壓方法呢？」 (二)學生閱讀課本引導後，邀請同學分享自己如何形容壓力。並寫在黑板上。	1	1. A4 紙張 2. 課本	1 學生自評： 2 教師評：學生課堂表現。	【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 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	

		(三) 當黑板累積了約 10 位同學的想法後，教師詢問同學問題。 (四) 邀請學生進行歸類與發表。 (五) 活動小省思 二、壓力事件簿 (一) 教師說明 (二) 請學生思考自己最近一個月的生活中遇到的事件哪些讓他有壓力，並寫在發下的紙張上，找到班上同學分享，若遇到有相同壓力的人，可在對方紙張上簽名。 (三) 學生分享完畢後可邀請學生進行自由發表，並給予願意分享的學生鼓勵。 (四) 教師說明：「大家有沒有發現自己所面臨的壓力事件其他人也可能會遇到，所以你並不孤單，面對壓力的不只你一個人喔！」 三、壓力測量機 (一) 教師說明：「雖然我們都可能有共通的壓力事件，但強度可能並不相同，而不同的壓力強度會對每個人產生不一樣的反應。如果強度太強，極可能會影響自己的日常表現與生活品質。現在，請大家想想看：你寫在紙張上的壓力事件強度如何，還有其他壓力事件是讓自己困擾的嗎？」					
--	--	--	--	--	--	--	--

			(二) 學生分析紙張上的壓力事件給自己多少程度的壓力，並註記於紙張上。 (三) 待學生完成後，找到於紙張上簽名的同學，看看彼此對於壓力的強度是否相同，並討論不同強度之因。 (四) 教師提問：「同樣事件，但大家強度不同的原因可能有哪些？」 (五) 邀請同學發表這節課的想法。提醒學生將壓力事件紙張保存好，下節課使用。 ~本節結束~					
第二週 9/2~9/6	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與 輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	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。	主題：當我們同在一起 單元一 這學期我們一起走 活動 1 小隊整隊中 ● 學期分組。 ● 小組工作分配 活動 2 同舟共濟 ● 團隊建立與團體動力活動，引導與討論	2	自編教材	態度評定 口語評量	【品格教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
	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、影響調適。	主題一生命停看聽 單元一生命中的壓力 〈活動 2〉壓力掃描儀 一、壓力實果 (一) 教師說明，引導學生閱讀課文內容。	1	1. A4 紙張 2. 課本	1 學生自評： 2 教師評：學生課堂表現。	【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。	

			(二) 各組學生進行討論並將討論內容寫在畫了 3*3 格子的紙張上。 (三) 填寫完畢之後，各組輪流說出一個壓力的反應，若其他組也有提到，就可將這一個的內容劃掉。 (四) 教師提問：「哪些壓力反應只有我們這組提出？原因為何？」 (五) 活動小省思 二、壓力警訊 (一) 教師說明，引導學生閱讀課文內容。 (二) 學生閱讀課文內容，進行分組討論後發表該組對於壓力警訊的看法。 (三) 活動小省思 三、壓力現形 (一) 教師說明 (二) 學生將壓力事件紙張拿出，並在紙張背面畫出如課本之兩邊，將自己的壓力事件依照類型歸類。 (三) 檢視自己的壓力較偏向哪種類別並與同組夥伴分享。 (四) 活動小省思 (五) 教師小結 ~本節結束~				生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第三週 9/9~9/13	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、	綜 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與	主題：我管你 單元一 我與海鮮永續的距離	2	自編教材 台灣海鮮選擇指南	高層次紙筆評量 態度評定	【海洋教育】 海 J19 了解海洋資源之有限	

	實踐策略及行動。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，即永續發展策略的實踐與省思。	行動，促進環境永續發展。	活動 1 我的桌上鮮，海的漁資源 ● 海鮮水產腦力激盪 ● 個人海鮮水產飲食選擇 ● 教師說明全球與台灣漁業資源現況與危機。 活動 2 需要面對的真相 ● 認識台灣海鮮選擇指南與指標 ● 檢視個人常吃(喜歡吃)的水產在指南上屬於何種分類 活動 3 永續海鮮達人賽 ● 透過競賽熟悉台灣海鮮選擇指南				性，保護海洋環境。 【環境教育】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。 【品格教育】品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。	
	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、影響調適。	主題一生命停看聽 單元一生命中的壓力 <活動 3>紓壓補給站 一、我的紓壓方法 (一)教師說明：「上節課我們分享，如果自己是那些情境底下的人，會如何處理這些壓力事件，發現每個人都會有慣用的紓壓方式，我們來想想：平時的我用哪些方法紓壓？有人跟我運用同樣的紓壓方式嗎？」 (二)每人發下 5 張小卡，教師說明：「大家都拿到 5 張小卡	1	1. A4 紙張 2. 課本	1 學生自評： 2 教師評：學生課堂表現。	【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 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	

		了嗎?現在請你在每張小卡上寫下自己的一種紓壓方式，並註明座號。」 (三)教師說明：「現在請大家確定待會抽排的順序與對象。決定好了嗎?好，等一下活動開始時，請你抽那人的一張小卡，如果那張小卡寫的紓壓方法與你手上的紓壓方法一樣，就可以將這兩張卡釋出，放在桌上，如果不一樣，就必須保留。活動將進行到有一人的卡全部釋出或者是5分鐘後即停止。」 (四)學生開始進行活動，教師可走動巡視。 (五)活動小省思 二、紓壓方法探討 (一)教師說明課程內容的進行方式。 (二)引導學生將同組伙伴與自己的紓壓方法進行統整且評估這些紓壓在那些時機比較適合。 (三)學生討論完畢後，邀請一組一位學生代表說明一至兩種紓壓方法的適合時機。其他組可給予回饋或補充。 三、紓壓不孤單 (一)教師說明 (二)同組同學進行討論並發表。					
--	--	---	--	--	--	--	--

			(三)教師邀請同學歸納此節所學重點。 ~本節結束~					
第四週 9/16~9/20 9/17(二)中秋節	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	綜 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。	主題：我管你 單元二 「鎖」有的一切 活動 1 傻傻分不清 ● 頭足類拼圖猜一猜 ● 常見頭足類分辨技巧 ● 常見頭足類分辨演練 ● 常見頭足類分辨競賽 活動 2 認識頭足類 ● 頭足類的共通生物特性 ● 常見頭足類料理	2	食農教育 自編教材	態度評定 口語評量 學習單	【海洋教育】 海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 【環境教育】 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。	
	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。 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 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、影響調適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	主題一生命停看聽 單元一：生命中的壓力 <活動 3>紓壓補給站 四、腹式呼吸法與肌肉放鬆術 (一)教師說明 (二)教師可播放網路搜尋的相關影片(參閱附錄)或帶領學生閱讀課文指導。 (三)開始進行腹式呼吸與肌肉放鬆練習(分別需10~15分鐘) (四)活動小省思：「為什麼身體放鬆以後人的心情也會跟著放鬆呢？」 (五)教師小結 ~本節結束~	1	單元一 1. A4 紙張 2. 課本 單元二 1. 課本 2. 小卡或小紙張	1 學生自評 2 教師評：學生課堂表現。	【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。	

第五週 9/23~9/27	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	綜 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。	主題：我管你 單元二「鎖」有的一切 活動 3 鎖管大哉問 ● 至指定線上平台查詢，完成學習單尚有關鎖管從海洋到餐桌的學習任務 ● 答案核對 活動 4 鎖管的危機 ● 鎖管近年產量變化與原因探討 ● 鎖管的漁業管理政策 ● 其他頭足類的復育案例 ● 探討消費者之於永續與資源耗竭之關聯	2	食農教育資訊整合平台/ 台灣農產地圖-鎖管 自編教材	學習單 態度評定 口語評量	【海洋教育】 海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 【環境教育】 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。	
	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。 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 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、影響調適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	主題一生命停看聽 單元一生命中的壓力 單元二珍愛生命 <活動 3>紓壓補給站 五、自我照顧日記 （一）教師引言並邀請學生分享自己練習紓壓方法的心得。 （二）教師說明 （三）教師發下紙張（一人一張 A4 紙），學生閱讀活動說明後開始進行小書製作與內容撰寫。學生可依個人意願決定是否進行版面美化。 （四）製作完畢後向同學介紹自己的自我照顧計畫與檢核方	1	單元一 1. A4 紙張 2. 課本 單元二 1. 課本 2. 小卡或小紙張	1 學生自評 2 教師評：學生課堂表現。	【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。	

			式，並成為彼此的監督與鼓勵者。 (五)教師小結 ~本節結束~					
第六週 9/30~10/4	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	綜 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。	主題：我管你 單元三 解「鎖」成就 活動 1 職人解鎖 123 ● 介紹鎖管構造 ● 鎖管處理示範與練習 活動 2 鎖管簡易烹調 ● 烹調方式說明與實作	2	自編教材	實作評量 態度評定	【海洋教育】 海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 【環境教育】 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。	
	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。 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 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、影響調適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	主題一生命停看聽 單元二：珍愛生命 <活動 1>友善生命 一、生命中的牠或它 （一）教師說明並引導同學回想從小到大與動物或植物相處的經驗。 （二）學生閱讀課文內容後，教師發下小紙張（一人一張），請學生回想自己曾經與那些動物或植物相處的經驗，並將其其中一種動物或植物名稱寫在紙張上。 （三）學生帶著紙張去找到與自己有同樣動物相處經驗的同	1	單元一 1. A4 紙張 2. 課本 單元二 1. 課本 2. 小卡或小紙張	1 學生自評 2 教師評：學生課堂表現。	【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。	

			學，分享與動物相處的小故事以及感受。 (四) 分享完畢後，邀請同學自願上臺發表自己與動物間的故事。 (五) 活動小省思 (六) 老師小結 二、重新認識牠或它 (一) 教師引導學生閱讀課內容並說明 (二) 同學自由發表曾看過哪些不適切的對待動植物方式，並分享正確對待方法。 ~本節結束~					
第七週 10/7~10/11 10/10 國慶日			主題：我管你 單元四 品頭論足 活動 1 認識料理詩 ● 料理詩賞析 ● 料理詩引導 活動 2 頭足料理詩創作 ● 小卷米粉與烤花枝丸實作 (五感體驗與記錄，蒐集寫詩的素材) ● 料理詩創作		書籍：<u>詩控餐桌</u> 自編教材（學習單）	學習單 態度評定		
	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。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	主題一生命停看聽 單元二珍愛生命 <活動 2>人生旅程 一、人生放映室 (一) 教師說明	1	1. 課本 2. 小卡 3. 自我照顧計畫小書大小的紙張數張 4. 自我照顧計畫小書	1 學生自評：完成學生活動 2 教師評：學生課堂表現。	【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	

			(二)邀請學生閱讀完後，自由分享。 (三)教師再次說明 (四)教師小結 二、生命大事紀 (一)學生閱讀課文內容後教師引導 (二)每人發下5張小卡，請學生回想自己生命中印象深刻的五件事，並在小卡上寫下發生年紀。 (三)開始進行活動 (四)活動小省思 (五)教師小結 (六)交代回家作業 (七)預告下次課程要進行人生階段訪談分享。 ~本節結束~				的、價值與意義。	
第八週 10/14~10/18 段考	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	綜 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。	主題:我管你 單元五 魚取漁求 活動 1 海洋保衛大作戰 ● 桌遊「海洋保衛大作戰」規則說明 ● 桌遊「海洋保衛大作戰」分組操作體驗(1)成為漁業大亨 ● 討論與反思(1)	2	海洋保衛大作戰桌遊 自編教材(學習單)	態度評定 口語評量 學習單	【海洋教育】 海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 【環境教育】 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。 【品格教育】	

							品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展	
	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。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	主題一生命停看聽 單元二珍愛生命 <活動 2>人生旅程 三、人生階段訪談 (一) 教師引言 (二) 提醒學生在同學分享時須認真聆聽。 四、關懷他人行動 (一) 教師說明 (二) 學生閱讀活動範例，並開始進行活動。 (三) 學生將討論書寫於黑板上。 (四) 活動小省思 ~本節結束~	1	1. 課本 2. 小卡 3. 自我照顧計畫小書大小的紙張數張 4. 自我照顧計畫小書	1 學生自評：完成學生活動 2 教師評：學生課堂表現。	【生命教育】 生 J3 反思生病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。	
第九週 10/21~10/25	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，即永續發展策略的實踐與省思。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的	綜 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。	主題：我管你 單元五 魚取漁求 活動 1 海洋保衛大作戰 ● 桌遊「海洋保衛大作戰」分組操作體驗(2)成為永續魚場 ● 討論與反思(2) 活動 2 國際食情與食際行動 ● 國內外過漁現況 ● 國內漁業資源保護做法與案例	2	海洋保衛大作戰桌遊 自編教材（學習單）	口語評量 態度評定 學習單	【海洋教育】 海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 【環境教育】 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。 【品格教育】	

	理解、參與及省思。						品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展	
	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。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	主題一生命停看聽 單元二珍愛生命 <活動 3>Love Life 一、珍愛生命楷模 (一) 教師說明 (二) 帶領學生閱讀珍愛生命楷模故事，自由發表這些人以那些方式關懷他人生命。 (三) 教師提問 (四) 教師再次說明 二、珍愛生命行動 (一) 進行自我照顧計畫實施狀況分享。 (二) 教師提問 (三) 邀請學生簡單發表影片欣賞想法或感受。 (四) 教師再次說明 (五) 請同學在自我照顧計畫小書剩餘的頁面寫出畢業前想達成的關懷自己或他人生命的目標，並設計具體行動與檢核方式。 (六) 彼此分享自己的珍愛生命目標與行動。 ~本節結束~	1	1. 課本 2. 小卡 3. 自我照顧計畫小書大小的紙張數張 4. 自我照顧計畫小書	1 學生自評：完成學生活動 2 教師評：學生課堂表現。	【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。	
第十週 10/28~11/1	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境	綜 3d-IV-2 分析環境與個人行為的	主題：我管你 單元六 海好，有我	2	自編教材	態度評定 口語評量	【海洋教育】	

	永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，即永續發展策略的實踐與省思。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。	活動 1 如何年年有魚 ● 新聞案例討論 ● 小組心智圖討論與分享－生產者、消費者、政府、學界、媒體、民間團體可以做甚麼 活動 2 魚事，我來+1 ● 進入本校「魚事，我們來+1」網站，完成指定學習任務。 ● 思考並許諾自己能為海洋的永續作協甚麼？		本校食農教育網站「魚事，我們來+1」	學習單	海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 【環境教育】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。 【品格教育】品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展	
	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道 <活動 1>多元航道之旅 一、主題概說 二、引起動機 三、問題與討論 四、放眼未來 ● 升學進路攻略圖 1. 請為自己規畫一份「升學進路攻略圖」並在規畫完後與小組中兩名伙伴分享。 2. 各小組組長將小組伙伴們各自的「升學進路攻略圖」統整後跟全班同學分享。	1	1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾 2. 學生活動手冊	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	

			3. 教師協助歸納出全班升學進路之常見方式，並提供建議與盲點解析。 ●教師歸納與結語 五、活動省思 ~本節結束~					
第十一週 11/4~11/8	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元一 世界餐桌 活動 1、餐桌上旅行 ● 腦力激盪，說出不同國家的代表性食物 ● 探究、覺察與歸納不同國家特色飲食(文化)背後的影響因素。 單元二 異國餐館 活動 1、異國餐館企劃 ● 各組決定探究的國家 ● 蒐集目標國家的飲食文化資料 ● 餐館菜單討論	2	自編教材	口語評量 態度評定 檔案評量	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道 <活動 2>群科藏寶圖 一、引起動機 二、群科地圖探查 教師引導學生藉由查詢群科資料來思考下列三個問題： 1. 我最感興趣的群科有哪些？	1	1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾 2. 學生活動手冊	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。	

	源，做出合宜的決定與運用。		2. 我感興趣的職群／科別，就讀的條件與注意事項為何？我可以從哪些地方蒐集資訊？ 3. 我感興趣的群科，未來相關的工作領域有哪些？ 三、認識群科地圖 四、活動省思 ~本節結束~				閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	
第十二週 11/11~11/15	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元二 異國餐館 活動 2 開幕準備中 ● 小組簡報製作 ● 題目設計技巧 ● 線上即時反饋問答平台功能與操作方式介紹 ● 各國飲食文化題目設計討論，並上傳線上即時反饋問答平台。 ● 教師檢核與回饋 ● 下週分組報告進行方式說明。	2	自編教材	實作評量 態度評定	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
	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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道 <活動 2>群科藏寶圖 一、引起動機 教師引言：「經過我們收集群科資訊或曾實際參與探索的 二、群科寶藏解謎 三、活動省思	1	1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾 2. 學生活動手冊	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的	

	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。		~本節結束~				管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	
第十三週 11/18~11/22	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元二 異國餐館 活動 3 異國參觀開幕 ● 各國餐館開店準備 ● 分享活動流程與機制說明 ● 各國美食主題館分組報告（含線上即時反饋測驗） ● 同儕互評 ● 教師小結	2	自編教材	同儕互評 態度評定 口頭發表	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道 <活動 3>挖掘新大陸 一、引起動機 二、高校瀏覽器，教師說明批判性思考的流程與運用。 1. 有系統的提出問題：具體提出需求。 2. 收集資訊：藉由多種方式收集資訊，例如：詢問親友、網路關鍵字搜尋等。 3. 應用資訊：收集而來的資訊進行統整並以自我的觀點進行運用。	1	1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾 2. 學生活動手冊	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生	

			4. 考慮帶來的影響：思考自我觀點可能產生的局限與影響。 5. 研究其他的觀點：藉由詢問、交流、文字閱讀等方式收其他觀點，並將其他觀點與自我觀點進行利弊分析，將事物組成更全面之樣貌。 三、教師歸納與結語 ~本節結束~				活需求所使用之文本。	
第十四週 11/25~11/29	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元三 異國料理上菜 活動 1 自學練功房 ● 菜單討論與決定 ● 菜單搜尋與比較 ● 各組輪流與教師討論菜單；其餘同學線上觀賞料理影片或平面網站進行自學 ● 料理食譜撰寫，列出器材與食材清單。		自編教材	態度評定 實作評量	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值	
	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元一生涯大航 <活動 3>挖掘新大陸 一、引起動機 二、活動說明 1. 請運用批判性思考的方式蒐集資訊並統整成資料，製作屬於自己的高校報告。 2. 將自己的報告放於桌上。	1	1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾 2. 學生活動手冊	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。	

	源，做出合宜的決定與運用。		3. 全班離開座位觀看其他同學製作的報告，並將可用之資訊記錄下來。 三、高校博覽會，進一步運用批判性思考評估他人報告四、教師歸納與結語 ~本節結束~				閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	
第十五週 12/2~12/6 段考	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元三 異國料理上菜 活動 2 異國料理 On-Line ● 流程說明 ● 異國料理實作與品嚐 ● 清潔與整理		自編教材	實作評量	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值	
	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道 <活動 3>挖掘新大陸 一、引起動機 二、活動說明 1. 請運用批判性思考的方式蒐集資訊並統整成資料，製作屬於自己的高校報告。 2. 將自己的報告放於桌上。 3. 全班離開座位觀看其他同學製作的報告，並將可用之資訊記錄下來。 三、高校博覽會，進一步運用批判性思考評估他人報告四、教師歸納與結語 ~本節結束~	1	1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾 2. 學生活動手冊	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	

第十六週 12/9~12/13	家 Cb-IV-1 多元的生活 文化與合宜 的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界 各地的生活方式， 展現自己對國際文 化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元三 異國料理上菜 活動 3 食戰檢討 ● 各組異國料理實作照片展 示與執行成果評析 ● 成品分析、實作檢討與心 得報告撰寫 ● 學習反饋與分享 單元四 異國飲食文化知識王 ● 線上測驗 ● 學習回顧		自編教材	學習單 態度評定 線上測驗	【國際教育】 國 J4 尊重與欣 賞世界不同文 化的價值	
	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯 進路的規劃與資源 運用	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號 <活動 1>生涯導航手冊 一、引起動機 二、未來代表字 三、活動省思 ~本節結束~	1	1. 生涯檔案 2. 我的一週計畫	1 學生自評、學 生互評 2 教師評：學生 課堂表現。	【閱讀素養教 育】 閱 J4 除紙本閱 讀之外，依學 習需求選擇適 當的閱讀媒 材，並了解如 何利用適當的 管道獲得文本 資源。 閱 J5 活用文 本，認識並運 用滿足基本生 活需求所使用 之文本。	
第十七週 12/16~12/20	家 Cb-IV-1 多元的生活 文化與合宜 的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界 各地的生活方式， 展現自己對國際文 化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元四 台灣餐館 活動 1 台灣餐館 PK 戰	2	自編教材	實作評量 同儕互評	【國際教育】 國 J2 具備國際 視野的國家意 識。	

			● 小組討論台灣餐館菜單企劃 ● 分組報告台灣餐館企劃 ● 投票表決台灣餐館企劃得獎小組。 單元五 台灣美食大使 活動 1 Let' s Postcrossing ● 說明 Poscrossing 跨國明信片交換機制 ● 帳號註冊 ● 說明活動進行流程，與學長姐案例 ● 每人決定自己想要介紹的台灣美食(明信片圖片)				
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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號 <活動 2>航向夢想島 一、引起動機 二、乘風破浪 用樹狀圖解決問題，需要 3 個步驟： 1. 設定有待解決的問題。 2. 發展根部階層（問題背後的原因）。 3. 發展子部階層（可能採行的解法）。 三、教師歸納與結語 ~本節結束~	1	1. 生涯檔案 2. 我的一週計畫	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	

第十八週 12/23~12/27	家 Cb-IV-1 多元的生活 文化與合宜 的禮儀展現	3c-IV-1 探索世界 各地的生活方式， 展現自己對國際文 化的理解與尊重。	主題：國際美食街 單元五 台灣美食大使 活動 2 我心目中的台灣美食 ● 明信片格式介紹 ● 明信片禮儀與撰寫注意事項 ● 透過教師提供的鷹架，以英文完成美食介紹內文草稿 ● 教師檢閱草稿正確性 ● 將收件者資訊填寫於明信片上	2	自編教材	學習單 態度評定	【國際教育】 國 J2 具備國際視野的國家意識。	
	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯 進路的規劃與資源 運用	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號 <活動 2>航向夢想島 一、引起動機 二、發展活動 1. 參考課本設定目標的 7 種訣竅後，以分析及修正計畫。 2. 審視自己的計畫達成率，並寫下分析結果(在執行計畫的過程中，哪些因素最容易干擾我達成目標?)與改進方式(未來可以如何改進?)。 3. 藉由下列活動方式來交換學生的課本以獲得不同同學給的分析與建議。 甲、所有學生的課本及文具放置於桌上，其餘物品收好。	1	1. 生涯檔案 2. 我的一週計畫	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	

		乙、教師抽籤或選出一位同學，讓該同學將自己的椅子靠上並離開座位。 丙、此時教師開始撥放音樂，而被教師選出的同學則開始隨機到任一坐位旁以輕拍桌面方式指定同學跟隨身後。 丁、被指定跟隨身後的同學要跟隨前方同學一起移動，在音樂結束前皆可以一直輕拍桌面來進行指定(因此，後方可能會有一大群同學跟隨)。 戊、教師視情況停止撥放音樂。 己、當音樂停止，同學則要開始找空位坐下，但不能坐自己的位置。 庚、坐下後，請依據該座位同學課本上的「我的一週計畫」狀態給予分析結果與改進建議，並寫下自己的名字以示負責。 辛、未找到座位者則到最初教師抽籤或選出的同學座位進行步驟庚(給予該座位同學建議)。 壬、下一回合則由未找到座位的同學重新開始步驟丙。 癸、此方式可以進行數回(課本寫不下可以提供紙張或便利貼)，但每次要留時間給學生填寫給同學的建議。					
--	--	---	--	--	--	--	--

			4. 活動結束後閱讀同學給的建議，並思考自己可以如何改進計畫。 三、教師歸納與結語 ~本節結束~					
第十九週 12/30~1/3 1/1 元旦	家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。 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。	主題：國際美食街 單元五 台灣美食大使 活動 2 我心目中的台灣美食 ● 上台交流分享個人的台灣美食明信片內容。 ● 將內文草稿謄寫於明信片上。 主題：永續餐桌 單元一 SDGs 入門 活動 1 2030-17-85 ● SDGs 的緣由、願景與 17 項指標(含細項指標瀏覽) ● 認識源自 SDGs 的 85 項美好生活目標 ● 新聞事件裡的 SDGs	2	自編教材	實作評量 口頭發表 態度評定	【國際教育】 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。	
	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號 <活動 3>夢想實踐計畫 一、引起動機 二、追夢小達人 1. 以小組方式進行分組。 2. 小組成員選擇一個職業進行夢想階段性目標與做法： (1)探索階段	1	1. 生涯檔案 2. 我的一週計畫	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。	

	源，做出合宜的決定與運用。		(2)構思階段 (3)規劃階段 (4)實踐階段。 三、活動省思 ~本節結束~				閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	
第二十週 1/6~1/10	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。	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。	主題:永續餐桌 單元一 SDGs 入門 活動 2 綜合活動 X SDGs ● 回顧與探討兩年半內綜合課內容 ● 討論與分享綜合課裡的 SDGs 主題:永續餐桌 單元二 餐桌上的 SDGs 活動 1 ● 餐桌上的永續準則 ● 說明下週永續下午茶活動	2	自編教材	態度評定 口頭發表	【國際教育】 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。	
	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號 <活動 3>夢想實踐計畫 夢想加油站 一、引起動機 二、為伙伴加油 1. 帶著自己的「實踐計畫書」找 5 位同學進行分享。 2. 分享後邀請同學為自己留下一句鼓勵的話。	1	1. 生涯檔案 2. 我的一週計畫	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運	

	的決定與運用。		3. 聆聽 5 位同學的「實踐計畫書」並為他留下一句鼓勵的話。 4. 從自己聆聽過的五個「實踐計畫書」中選出一個，並紀錄該「實踐計畫書」的重點後，向三位同學進行推薦。 5. 全班票選出值得推薦的「實踐計畫書」NO. 1。 三、教師歸納與結語 我們都知道在實踐計畫的過程中，無法抗拒環境誘惑的影響力是導致失敗的重要因素，然而如果我們能善用伙伴間的督促與執行力量，將會提升我們的讀書效益。 請試著幫自己找到讀書伙伴，塑造適合讀書的環境與氛圍，讓彼此能夠共同討論與學習，並且在對方疲憊時給予支持與鼓勵，幫助他重新找回讀書的動力後繼續前進吧！ ~本節結束~				用滿足基本生活需求所使用之文本。	
第二十一週 1/13~1/17 段考	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發	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。	主題:永續餐桌 單元二餐桌上的 SDGs 活動 2 永續下午茶 ● 將自己帶來的食物放置於指定桌面，並標註對應的 SDGs ● 瀏覽同學帶來的食物 ● 輪流口頭分享自己帶來的食物與 SDGs 的關聯	2	自編教材	實作評量 口頭發表	【國際教育】 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。	

	展策略的實踐與省思。		● 品嘗與交流 活動 3 永續年夜飯 ● 年菜案例討論 ● 永續年夜飯提案與分享					
	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號 <活動 3>夢想實踐計畫 夢想加油站 一、引起動機 二、為伙伴加油 1. 帶著自己的「實踐計畫書」找 5 位同學進行分享。 2. 分享後邀請同學為自己留下一句鼓勵的話。 3. 聆聽 5 位同學的「實踐計畫書」並為他留下一句鼓勵的話。 4. 從自己聆聽過的五個「實踐計畫書」中選出一個，並紀錄該「實踐計畫書」的重點後，向三位同學進行推薦。 5. 全班票選出值得推薦的「實踐計畫書」NO.1。 三、教師歸納與結語 我們都知道在實踐計畫的過程中，無法抗拒環境誘惑的影響力是導致失敗的重要因素，然而如果我們能善用伙伴間的督促與執行力量，將會提升我們的讀書效益。	1	1. 生涯檔案 2. 我的一週計畫	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。	

			請試著幫自己找到讀書伙伴， 塑造適合讀書的環境與氛圍， 讓彼此能夠共同討論與學習， 並且在對方疲憊時給予支持與 鼓勵，幫助他重新找回讀書的 動力後繼續前進吧！ ~本節結束~					
第二十二週 1/20	童 Aa-IV-2 小 隊制度的分 工、團隊合作 與團體動力的 提升。	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。	主題：當我們同在一起 單元一 這學期我們一起走 活動 3 ● 課程回顧 ● 學期小組團隊運作回顧與 檢討 ● 改進建議擬定與分享	2	自編教材	口頭發表 態度評定	【品格教育】 品 J1 溝通合 作與和諧人際 關係。 品 J8 理性溝 通與問題解 決。	
	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯 進路的規劃與資源 運用	寒假作業<高校情報站>說明	1	自編教材	態度評定		

五、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

☐ 否，全學年都沒有(以下免填)。

☐ 有，部分班級，實施的班級為：_____。

☐ 有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		☐ 簡報 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☐ 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。