

新北市三民高級中學(國中部) 113 學年度 七 年級第 一 學期部定課程計畫 設計者：莊豐萁、方淑華
彙整者：李雅燕

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

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	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。 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。 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。

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、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
	學習內容	學習表現						
第一週 8/30	童 Aa-IV-3 童軍禮節與團隊規範的建立及執行。 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。	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。	主題：綜合元年 單元一 初次相見 〈活動1〉開門見山 1. 教師自我介紹。 2. 綜合活動課介紹。 3. 上課規則說明。 〈活動2〉Hello你好嗎 1. 書寫完成「Hello你好嗎」學習單上個人回答欄位。 2. 依照教師所說明的規則，拿著學習單找同學相互自我介紹並認證簽名。 3. 統整與回饋	2	自編教材 「Hello你好嗎」學習單	態度評定 學習單評定	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第一週 8/30	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	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。 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。	主題一當我們童在一起 單元一：攜手童行 〈活動 1〉有你真好 一、教師引導與說明 二、我的名片 (一)活動規則與說明： 1. 請製作自己的名片卡，寫下自我介紹的資訊。 2. 找同學交換名片，互相介紹後，彼此分享進入國中校園的第一印象。 (二)活動進行：	1	〈活動 1〉有你真好 1. 教師準備名片紙張及相關上色用具。 2 名片設計參考範例。	態度評定 教師評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

			1. 教師發名片卡，一人五張（數量可視班級人數彈性調整），每個人的五張名片中，每一張都寫上自己的姓名，並在名片中列出自己認為重要的幾個資訊。 2. 鼓勵學生可以在名片上增添想要讓同學們認識的資訊。 3. 名片交流站 三、拉近彼此的距離 四、教師總結歸納					
第二週 9/2~9/6	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：綜合元年 單元二 集合囉，夥伴 <活動1>現在分組中 1. 說明分組規則 2. 進行分組活動 3. 小組成員相互認識 <活動2>箭頭拼圖一心之所向 1. 團隊遊戲規則說明 2. 進行團隊遊戲 3. 教師帶領回顧團隊遊戲歷程 4. 邀請學生運用4F法進行分享在活動中發生甚麼狀況、自己的感受、想到甚麼、未來團隊合作時可以怎麼做？ 5. 統整團隊合作的要點 <活動3>我們的故事即將展開 1. 小組職務分工 2. 擬定團隊願景	2	自編教材 箭頭拼圖	態度評定 口頭發表	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。	

第二週 9/2~9/6	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	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。	<活動 2>我們這一組 一、教師引導與說明 二、分組活動進行 (一)活動規則與說明： 1.藉由相同的圖片卡，找到自己的組員。 2.依照圖片卡提示相互介紹，認識彼此。 (二)活動進行： 1.教師發圖片卡，一人一張。 2.請同學們依照圖片卡，完成指示任務:找到自己的組員、依據指示討論出適合的角色，進行任務分配。 三、教師歸納與分享。	1	自編教材 五組分組圖片卡	態度評定 教師評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。	
第三週 9/9~9/13	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：三民，城市裡的森林學校 單元一 發現，大自然 <活動 1>認識校園 1.認識校園建築物與命名特色。 2.請學生於校園平面圖中標示出班級與班級樹的位置。 3.至班級樹位置集合。 4.教師提問或講解班級樹的特色。 <活動 2>自然探索趣 1.說明小組自然探索任務 2.分組完成校園自然探索活動 3.小組分享與回饋	2	自編教材 小組自然探索任務單	態度評定 學習單評定 口頭發表	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。	
第三週 9/9~9/13	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動	2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正	<活動 3>嗨~老師你好！ 一、教師引導與說明 二、活動進行	1	自編教材 教學簡報	態度評定 口頭發表	品 J2 重視群體規範與榮譽。	

	與工作效能的提升。	向影響，並提升團體效能。	(一)活動規則與說明： 1. 認識班上的各科教師，學習師生互動的禮儀與基本規範。 (二)活動進行： 1. 藉由投影片提示猜猜學習科別與內容。 2. 依照班級課表教師姓名進行各科師長介紹。 3. 師生互動的禮儀與基本規範。 三、同學提問與教師歸納。					
第四週 9/16~9/20	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。	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。	主題：三民，城市裡的森林學校 單元二 那些，大自然教我的事 <活動 1>閱讀，大自然 1. 閱讀文章「優質的生活是觀察九芎」 2. 文章重點導讀與提問。 3. 說明「那些，大自然教我的事」學習單 4. 欣賞歷年優秀作品 <活動 2>校園自然走讀 1. 走訪校園，進行自然觀察 2. 選定要續寫的自然物，並進行學習單的撰寫。	2	自編教材 「那些，大自然教我的事」學習單 歷年優秀學習單範本	學習單評定	環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第四週 9/16~9/20	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。	3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	主題二吾愛吾校 單元一地圖搜查線 <活動 1>地圖追追追 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、教師總結歸納 (一) 活動小省思 (二) 總結	1	<活動 1>地圖追追追 1. 校園平面圖。	學生自評 教師評量	環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	

第五週 9/23~9/27	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。	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。	主題：三民，城市裡的森林學校 單元三 校園「鳥」事知多少 <活動 1>鳥名對對碰 1. 觀察鳥類照片與鳥名，嘗試配對 2. 閱讀老師提供的資料，嘗試再一次配對鳥鳴與鳥的照片。 3. 公布答案，教師介紹各種校園常見鳥類的特性、趣聞等。 <活動 2>全能鳥識王 1. 透過分組問答競賽複習校園鳥類的相關知識	2	自編教材 校園常見鳥類字卡 教學簡報	態度評定 分組競賽	環 J2 了解人與周遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。	
第五週 9/23~9/27	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	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。	<活動 2>與樹同行 一、教師引導與說明 二、分組活動進行 (一)活動規則與說明： 1. 藉由投影片及各班校園班級樹拼圖的索引，找到班級樹的位置並說明班級樹的樹名與種類。 2. 班級同學與班級樹及班級樹拼圖大合照，認識彼此。 (二)活動進行： 1. 教師發下班級樹拼圖圖片卡，每人一張。 2. 請同學們依照自己拿到的拚圖片卡，與班上同學一起合作，完成班級樹拼圖。 3. 為班級樹命名。 4. 寫下對自己國中的期許，貼上班級樹大拼圖，完成後布置於教室公布欄。 三、教師歸納與總結。	1	自編教材 教學簡報 班級樹拼圖	態度評定 教師評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	

第六週 9/30~10/4	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。	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。	主題：三民，城市裡的森林學校 單元四 我的校園,牠的家 <活動 1> 浩劫餘生 1. 展示人為垃圾造成陸域及海洋生物生命危害的照片集。 2. 引導學生運用 ORID 法進行思緒的整理，並進行分享。 3. 引導學生思考人與生態的關係 4. 請學生發表校園中的動物因我們的哪些行為可能遭受迫害。 <活動 2> 打造乾淨棲地 1. 介紹淨灘、淨山等活動經驗。 2. 說明淨校園活動的執行方式與活動範圍。 3. 前往指定範圍進行淨校園活動 4. 成果驗收與回饋。	2	自編教材 教學簡報	態度評定 口頭發表	品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 環 J2 了解人與周遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第六週 9/30~10/4	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。	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。	主題二 吾愛吾校 單元二 美好的校園時代 <活動 1> 校園仙蹤 一、教師引導與說明 二、活動規則與說明 三、活動進行（參考） （一）全校最高的建築物。 （二）校園有紅、白相間的色系。 （三）校園新長出的嫩綠芽。 （四）在樹叢間活動的鳥兒。 （五）全校最悅耳的聲音。 （六）傾聽自然的聲音。 （七）要仔細聽才能聽到的聲音。 （八）校園外救護車的聲響。	1	<活動 1> 校園仙蹤 1. 設計 30 分鐘能完成的校園觀察路線。 2. 設計適合的「觀察記錄單」。 3. 事先與學校各單位溝通，並提醒學生注意安全及禮節。	態度評定 教師評量	環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。 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。	

			(九) 全校最軟的東西。 (十) 觀察全校最令人飢腸轆轆的味道時。 (十一) 全校最芳香的味道。 (十二) 全校最讓人感到心情愉快的地方。 (十三) 全校最讓人感到安心的地方。 三、教師總結歸納 (一) 教師提問 (二) 活動小省思 (三) 總結					
第七週 10/7~10/11	童 Aa-IV-1 童軍諾言、規律、銘言的品德實踐與團隊目標的達成。	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。	主題：覓甘藷 單元一 甘藷研究室 <活動 1>Hello 甘藷 1. 教師依序給予三項提示，讓學生猜出新北市的特色農產品—地瓜 2. 從甘藷的不同名稱，認識甘藷在台灣落地生根的歷史。 3. 教師拿出甘藷(實物)，預告晚一點可以品嚐。 <活動 2>地瓜大哉問 1. 學生閱讀農委會甘藷教材出版品，完成學習單上關於地瓜的提問。 2. 核對答案，教師進一步說明。 3. 打開烤甘藷機(或電鍋)，拿出烤(蒸)好的甘藷。分給學生細細品嚐。 4. 甘藷知識賽:複習與抽問甘藷相關常識。	2	自編教材 「地瓜大哉問」學習單	學習單評定 態度評定 口頭發表		

第七週 10/7~10/11	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	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。	主題三國中新時代 單元一班級集合啦 <活動 1>國中、國小不一樣(1) 一、教師引導與說明 認識同學後，你覺得國中生活和國小有哪些不同呢？周遭的親朋好友對你的期待有什麼不一樣嗎？想一想，你的國中生活出現哪些變化？請參考以下活動說明，和全班一起體驗「國中國小不一樣」活動吧！ 二、活動進行 (一)教師請學生參考課本第 40 頁，並同時聆聽教師說明進行方式： 1. 請與座位旁的同學在 6 分鐘內討論出國中、國小差異之處並記錄下來。 2. 教師先行示範「國中國小不一樣」口訣，帶領學生練習「國中國小不一樣」活動口訣。 3. 練習完成，全班配合節奏唸出口訣後，依安排順序說出國中國小的差異處，並請老師將差異之處記錄在黑板上。 4. 完成活動後，教師再引導全班回顧活動中所提之國中、國小差異項目，並說明該差異原因。 (二)全班依上述順序進行活動。	1	<活動 1>國中、國小不一樣(1) 1. 課本。	教師評量		
-------------------	------------------------------	--	---	---	--	------	--	--

第八週 10/14~10/18	童 Aa-IV-1 童軍諾言、規律、銘言的品德實踐與團隊目標的達成。	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。	主題：覓甘藷 單元一 甘藷研究室 <活動 3>新北人的地瓜學 1. 教師說明金山台農 66 號甘藷價格高於台灣其他地區的原因 2. 教師播放金山以友善環境方式種植甘藷、推廣甘藷產業的案例影片，並進一步說明。 3. 「金山地瓜-好瓜金句」分組創意標語腦力激盪與展演。各組依據金山地瓜的各種特色與現況資訊，討論出介紹金山地瓜特色的標語，然後輪流上台演示。	2	自編教材 教學簡報與案例影片	實作評量 態度評定	品 J2 重視群體 規範與榮譽。	
第八週 10/14~10/18	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	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。	主題三國中新時代 單元一班級集合啦 <活動 2>國中、國小不一樣(2) 三、不一樣的適應 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 1. 與同學討論國中、國小有什麼樣的差異，並進行程度評分。 2. 針對討論出的項目找出應對方式，並記錄下來。 3. 與全班同學一起檢視提出的方式，並將可學習之處記錄下來。 (三)學生進行討論與分享。 (四)教師引導學生完成課本內容。	1	<活動 1>國中、國小不一樣(2) 1. 課本。 2. 適應自我評量表。	態度評定 課本評量		

第九週 10/21~10/25	童 Aa-IV-1 童軍諾言、規律、銘言的品德實踐與團隊目標的達成。	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。	主題：覓甘藷 單元二 台灣甘味 <活動 1>台灣甘藷料理大觀園 1. 台灣常見的甘藷料理腦力激盪 2. 教師彙整並進一步補充隱形的甘藷料理 3. 台灣甘藷料理實果設計討論與發表 <活動 2>傳承好味道 1. 地瓜球食材與製作流程說明。 2. 小組工作分配。	2	自編教材 台灣地瓜料理照片 地瓜球食譜	態度評定 口頭發表	多 J1 珍惜並維護我族文化。 國 J2 發展國際視野的國家意識。	
第九週 10/21~10/25	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	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。	<活動 3>生涯檔案-拼出自我 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一)活動規則與說明： 1. 生涯檔案本使用說明。 2. 請同學們填寫生涯檔案本 P4 之內容。 (二)活動進行： 1. 教師發下生涯檔案本，每人一本。 2. 請同學們翻開 P4，進行閱讀。 3. 教師列舉相關內容範例，並邀請學生分享與提問。 4. 進行檔案本填寫。 三、教師歸納與總結。	1	自編教材 教學簡報 生涯檔案本 P4	檔案評量 態度評定	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自我的人格特質與價值觀。	
第十週 10/28~11/1	童 Aa-IV-1 童軍諾言、規律、銘言的品德實踐與團隊目標的達成。	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。	主題：覓甘藷 單元二 台灣甘味 <活動 2>傳承好味道 1. 複習地瓜球製作流程與廚房安全。	2	自編教材 實作課所需器具	實作評量 態度評定	多 J1 珍惜並維護我族文化。 國 J2 發展國際視野的國家意識。	

			2. 依照食譜分組完成地瓜球製作 3. 品嚐地瓜球, 引導學生比較過往食用市售地瓜球與自製地瓜球的差異, 強調強調自己動手做的好處。 4. 用具清潔與環境整理。				涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十週 10/28~11/1	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	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。	<活動 4>生涯檔案-家庭圖像 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一)活動規則與說明: 1. 生涯檔案本使用及投影片運用。 2. 請同學們填寫生涯檔案本 P5 之內容。 (二)活動進行: 1. 教師發下個人生涯檔案本。 2. 藉由投影片進行家庭圖像說明, 並以影片引導同學思考個人與家庭的關係, 家人互動情感的呈現。 3. 請同學們翻開 P5, 進行填寫。 4. 邀請學生進行分享。 三、教師歸納與總結。	1	自編教材 教學簡報及影片運用 生涯檔案本 P5	檔案評量 態度評定	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	
第十一週 11/4~11/8	童 Aa-IV-1 童軍諾言、規律、銘言的品德實踐與團隊目標的達成。 家 Cb-IV-1 多元的生活文化	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。 3c-IV-1 探索世界各地的生活方式, 展現自己對	主題: 覓甘藷 單元三 世界甘味 <活動 1>世界甘藷料理大觀園 1. 甘藷的世界史 2. 分組上網查詢世界各國的地瓜料理與飲食文化。 3. 分組上台報告	2	自編教材 教學簡報	態度評定 口頭發表	國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 國 J2 發展國際視野的國家意識。	

	與 合宜的禮儀 展現。	國際文 化的理解 與尊重。	4.全班運用 PadLet 共同完成世界 地瓜料理地圖。					
第十一週 11/4~11/8	輔 Bb-IV-2 學 習資源探索與 資訊整合運 用。	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。	主題三國中新時代 單元三國中生活達人 <活動 1>國中生有了沒 一、教師引導與說明 二、活動進行（35 分鐘） （一）教師說明進行方式： 1. 現在有七個議題咖啡館，每個 咖啡館都代表自己在國中階段可 能會面臨哪些議題的挑戰，有人 際館、學習館、家庭館、時間 館、情緒館、健康館、其他館， 教師選擇七個館的桌長。 2. 請小隊輪流到每個咖啡館進行 討論（桌長不動）。 3. 小隊依教師時間規定，到各館 後，由桌長帶領討論，針對這些 議題，自己想完成哪些目標，並 把內容寫出來。 4. 小隊分別到各館完成討論後， 停留在最後一個館，接下來進行 全班分享。 5. 請同學思考如果要在國中三年 完成這些目標，自己應該要做甚 麼準備，並與小隊伙伴分享。 （二）各小隊進行討論與分享。 （三）教師提問： 三、教師總結歸納	1	<活動 1>國中生有了沒 1. 教師手冊。 2. 課本。	態度評定 教師評量	品 J1 溝通合作 與和諧人際關 係。	

第十二週 11/11~11/15	家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	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 2c-IV-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務	主題：圍裙創作 單元一 圍裙設計師 〈活動 1〉百變圍裙 1. 欣賞各種圍裙樣式 2. 圍裙設計圖繪製 單元二 手縫練習生 〈活動 1〉基本手縫(1) 1. 手縫工具認識 2. 穿線、打結練習與驗收	2	自編教材 各式圍裙照片 手縫器具 圍裙設計學習單 翰林版課本—手縫百寶袋	學習單評定 態度評定 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十二週 11/11~11/15	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	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。	主題四生涯魔法精靈 單元一神祕魔法石 〈活動 1〉拼出我自己 一、教師引導與說明 二、活動進行 （一）教師說明活動進行方式： 1. 教師發下空白紙張，請同學寫上姓名與座號。 2. 請學生以條列式方式來描述自己，愈多愈好。 （二）學生完成後，教師收回，隨機抽出一張，並唸出內容，讓學生猜猜填寫的人是誰？ （三）猜出的人要說明原因。 （四）教師提問 （五）教師說明 （六）教師解釋自我概念的五個層面 三、教師總結歸納	1	〈活動 1〉拼出我自己 1. 教師手冊。 2. 課本。	態度評定 教師評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
第十三週 11/18~11/22	家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自	主題：圍裙創作 單元二 手縫練習生 〈活動 2〉基本手縫與運用(1)	2	自編教材 手縫器具	態度評定 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

	以及個人興趣與能力的覺察 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	我，以促進個人成長 2c-IV-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務	1. 平針縫練習 2. 以平針縫完成圍裙上的個人識別圖文 <活動 3>基本手縫與運用(2) 1. 回針縫練習與驗收		翰林版課本—手縫百寶袋			
第十三週 11/18~11/22	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	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。	<活動 2>揭開神祕面紗(1) 一、教師引導與說明 （一）教師引言 （二）教師可鼓勵學生朝生理特徵、人格特質、興趣、能力等多元向度思考個人特色，不僅限於人格特質的探索，以增加學生自我描述的豐富性。 二、活動進行 請學生從課本第 60 頁形容詞氣球中選出符合自己的描述，並記錄在紙上。 三、教師總結歸納	1	<活動 2>揭開神祕面紗 1. 教師手冊。 2. 課本。	態度評定 課本評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
第十四週 11/25~11/29	家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	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 2c-IV-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務	主題：圍裙創作 單元二 手縫練習生 <活動 4>基本手縫與運用(3) 1. 剪裁口袋布樣 2. 運用回針縫，將口袋固定於圍裙本體上。 <活動 5>基本手縫與運用(4) 1. 扣子縫法練習 2. 將扣子依設計圖縫於特定位置	2	自編教材 手縫器具 翰林版課本—手縫百寶袋	態度評定 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

第十四週 11/25~11/29	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	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。	<活動 2>揭開神祕面紗(2) 一、教師引導與說明 二、活動規則與說明 1. 參考 56 頁形容詞，給予班上同學回饋。 2. 將寫好的回饋小卡送給該位同學。 3. 整理好自己的回饋小卡。 (三) 活動進行 1. 教師發給每位學生 4-6 張小卡，請學生參考課本第 60 頁形容詞汽球，在小卡上寫下對同學的觀察與回饋。2. 請學生將寫好的小卡傳送給被回饋的同學。 3. 請學生整理收到的回饋小卡。 (四) 活動小省思 四、教師總結歸納 除了同學給你的小卡，你一定也收過其他人給的卡片或祝福，記得要將這些祝福整理或收藏起來喔！不論別人給的回饋是否和自己原本以為的相符合，皆能增進自我認識，下節課我們將藉此進一步探索自我。	1	<活動 2>揭開神祕面紗 1. 教師手冊。 2. 課本。 3. 準備回饋小卡，每名學生 4-6 張。	態度評定 實作評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
第十五週 12/2~12/6	家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察 家 Bc-IV-1 常見織品的認識	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 2c-IV-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務	主題：圍裙創作 單元二 手縫練習生 <活動 6>基本手縫與運用(5) 1. 將設計圖上的裝飾圖案，畫 1:1 的紙型。 2. 運用紙型，剪下裝飾所需布料。	2	自編教材 手縫器具 翰林版課本一手縫百寶袋	態度評定 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

	與 手縫技巧應用。		4. 運用基本手縫法，完成圍裙上的裝飾圖案或線條。 5. 依照自己的設計，完成圍裙。					
第十五週 12/2~12/6	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	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。	<活動 2>揭開神秘面紗(3) 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一) 教師在黑板上繪製四宮格(如下圖)，並說明「我的周哈里窗」填寫方式： A 公開我 B 盲目我 C 隱藏我 D 未知我 1. 請學生在白紙上依樣繪製四宮格，將 1 自己給自己的描述，以及 2 同學給你的描述，整理在紙上。 2. 將 1、2 皆有出現的形容詞填寫在 A 區。 3. 將 1 沒有、2 有出現的形容詞填寫在 B 區。 4. 將 1 有、2 沒有出現的形容詞填寫在 C 區。 5. 將 1、2 皆沒有出現，是自己想要探索開發的特色填寫在 D 區。 (二) 教師提問 (三) 教師介紹周哈里窗理論，並請學生參閱課本第 63 頁的說明。 (四) 活動小省思 三、教師總結歸納	1	<活動 2>揭開神秘面紗 1. 教師手冊。 2. 課本。 3. 周哈里窗。	態度評定 學習單評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	

第十六週 12/9~12/13	家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	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。	主題：圍裙創作 單元三 圍裙創作展 〈活動 1〉評選 1. 將個人圍裙作品與設計圖展示於桌面 2. 教師說明觀摩與評選的規則 3. 圍裙創作觀摩與評選 4. 統計同儕評選結果 5. 老師講評 6. 分享手縫的能力除了能運用在日常生活外、甚至是職涯發展的案例。 7. 邀請學生分享透過手縫創作圍裙的過程，發現甚麼？學到甚麼？	2	自編教材	同儕互評 態度評定 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十六週 12/9~12/13	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	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。	主題四生涯魔法精靈 單元二生涯水晶球 〈活動 1〉生涯夢想家-名人偶像大集合 一、教師引導與說明 二、活動進行 請各小隊上臺以海報或簡報分享事先準備好的名人偶像成長故事。分享重點包括： 1. 該人物成長的環境、求學及工作歷程。 2. 哪些經驗或重要事件影響他追尋生涯夢想？ 3. 他是如何面對挫折、克服困難，並達成自己的夢想目標？ 三、教師總結歸納	1	〈活動 1〉生涯夢想家 1. 相關生涯名人之範例。 2. 名人偶像相關影片。	態度評定 教師評量	涯 J4 了解自我的人格特質與價值觀。	

第十七週 12/16~12/20	家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為	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。	主題：美好食尚 單元一 食力，不同凡響 〈活動 1〉你選哪一個？ 1. 教師拿出 2-3 個相同的食物, 並提供相關資訊, 讓學生做選擇, 並進一步分享影響選擇的因素。 2. 飲食消費的抉擇因素排序, 與全班填答結果彙整。 〈活動 2〉消費的力量 1. 教師回應全班的填答統計結果, 藉由提問與各種案例, 帶領學生思考, 消費抉擇可能帶來的正面與負面的後果, 進一步意識到消費的力量。 2. 介紹烹飪教室命名為「美好食驗室」的緣由及中心價值, 預告國中三年會透過許多飲食議題的探討, 然後搭配實作課程實踐消費的正向力量。	2	自編教材 「飲食消費的抉擇因素排序」學習單 教學簡報	學習單評定 態度評定 口頭發表	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。	
第十七週 12/16~12/20	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度, 掌握學習方法, 養成自主學習與自我管理的能力。	主題五學習這件事 〈活動 1〉學習動機體驗遊 一、教師引導與說明 二、活動進行 請各小組推派一人上台參與活動： 1. 畫圈遊戲說明及示範。 2. 位子上的組員可以幫助台上的代表同學。 3. 總共進行三場比賽, 賽後進行計分, 優勝組獲得小禮物。 4. 討論時間, 引導同學思考遊戲過程中的感受, 例如: 為什麼想贏	1	自編教材 教學簡報 學習單	態度評定 學習單評定 分組競賽	品 J1 溝通合作與和諧 人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。	

			得遊戲勝利或是想到如何破解題目。 三、藉由投影片說故事，辨識動機對自我學習的影響。 四、教師總結歸納					
第十八週 12/23~12/27	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。	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。	主題：美好食尚 單元二 簡單，好食在 〈活動 1〉木瓜牛奶對照食驗 1. 教師示範木瓜牛奶的製作方式 2. 將木瓜牛奶平分給各組，請學生品嘗與觀察自製木瓜牛奶與市售包裝木瓜牛奶的差異，並記錄與實驗紀錄表上。 3. 觀察剩餘的木瓜牛奶在靜置 15 分鐘後，外觀有甚麼變化，味道有甚麼改變，然後紀錄與食驗紀錄表上。 4. 學生進行食驗討論，提出市售木瓜牛奶與自己打的木瓜牛奶各方面差異的原因假設。	2	自編教材 食驗器具與食材 食驗記錄表	態度評定 實作評量 學習單評定		
第十八週 12/23~12/27	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	主題五學習這件事 〈活動 2〉學習動機面面觀 一、教師引導與說明 二、活動進行 1. 複習前一堂課程內容並歸納前一週學習單的反思分享。 2. 分組討論”為什麼要讀書？”並填寫學習單。 3. 短片欣賞”志祺這麼說”。	1	自編教材 教學簡報及短片 學習單	態度評定 學習單評定	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

			4.藉由” 大雄想要成為王牌大律師”，了解自己『未來想要從事什麼職業』，進而討論這些職業需要哪些能力，並引導同學思考自己未來想要的方向，與學習做連結。 三、教師總結與歸納					
第十九週 12/30~1/3	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。	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。	主題：美好食尚 單元二 簡單，好食在 <活動 2>食品添加物面面觀 1.帶領學生檢視市售包裝木瓜牛奶的成分，對照方才自製木瓜牛奶的食材，找出成分的差異。 2.探討市售木瓜牛奶多添加的食材、食品添加物的目的。 3.教師介紹食品添加物的種類、功能，以及食用的安全性及對人體的影響。 4.教師帶領學生討論各項添加物的使用必要性。 <活動 3>純淨點心會(1) 1.教師介紹歐盟與台灣 Clean Lable 標章的由來與規準。 2.教師說明純淨點心會的執行方式。下周每位學生需準備一樣具有 Clean Lable 標章，或符合 Clean Lable 規準的飲料或點心。	2	自編教材 教學簡報	態度評定		

第十九週 12/30~1/3	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	主題五學習這件事 <活動 3>學習大挑戰 一、教師引導與說明 二、活動進行 1. 複習前一堂課程內容並歸納前一週學習單的反思分享。 2. 九宮格學習單說明。 3. 進行九宮格大挑戰。 三、教師總結與歸納	1	自編教材 教學簡報 九宮格學習單	態度評定 學習單評定	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第二十週 1/6~1/10	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。	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。	主題：美好食尚 單元二 簡單，好食在 <活動 4>純淨點心會(2) 1. 複習 Clean Lable 的標準 2. 同儕交互檢核帶來的點心是否符合上述標準，將檢核表貼在食品包裝上。 3. 展示點心及其檢核結果於教室，讓全班瀏覽觀摩。 4. 教師回饋 5. 至校園角落野餐，享用帶來的純淨點心。	2	自編教材 純淨點心檢核表	實作評量 同儕互評 態度評定		
第二十週 1/6~1/10	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。	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。	臉部平權-我們不一樣?! 一、教師引導與說明 二、活動進行 1. 運用”三杯水”來引起學生學習動機，並提問，邀請學生分享自己的觀點或看法。 2. 撥放投影片，並請同學們專注在情緒感受。 3. 進行短片欣賞，並邀請同學們述說觀看後的想法。	1	自編教材 教學簡報	態度評定 口頭發表	法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

			三、教師總結與歸納					
第二十一週 1/13~1/17	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 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：綜合元年 單元三 學期總結 <活動 1>一樣，不一樣 1. 團體動力遊戲 2. 分享、討論與省思	2	自編教材	態度評定 口頭發表	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J9 知行合一與自我反省。	
第二十一週 1/13~1/17	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。	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。	特殊教育宣導-我們在一起 (1) 一、教師引導與說明 二、活動進行 1. 藉由投影片，引導同學思考特殊生面對的情境與困境。 2. 影片賞析。 3. 進行學習單填寫與回饋分享。 三、教師總結與歸納	1	自編教材 教學簡報 特教影片	態度評定 學習單評定	法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 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	
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。 輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動	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：綜合元年 單元三 學期總結 <活動 2>進級的團隊 1. 回顧小組在學期間分工合作的情形。	2	自編教材	態度評定 口頭發表	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J9 知行合一與自我反省。	

	與工 作效能的提升。		2. 討論與分享：這半年的團隊合作經驗讓自己學到甚麼；一個成功的團隊的必備條件。 3. 檢討自己這學期在團隊中的表現，列出優點與改進建議。思考自己未來在新的團隊，要如何改變自己，讓團隊更好。					
第二十二週 1/20	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。	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。	特殊教育宣導-我們在一起(2) 一、教師引導與說明 二、活動進行 1. 藉由投影片，引導同學思考特殊生面對的情境與困境。 2. 影片賞析。 3. 進行學習單填寫與回饋分享。 三、教師總結與歸納	1	自編教材 教學簡報 特教影片	態度評定 學習單評定	法 J1 探討平等。 法 J2 避免歧視。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 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	

六、本課程是否有校外人士協助教學

☒ 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與活動之申請表一致