

新北市三民高級中學附設國中部 113 學年度 八 年級第 一 學期 部定 課程計畫 設計者：莊豐其、鄭雅霖、呂靜怡、杜珮華(彙整)

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                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>依總綱核心素養項目及具體內涵勾選(至多以3個指標為原則)。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進</p> <p><input type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題</p> <p><input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變</p> <p><input type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達</p> <p><input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養</p> <p><input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作</p> <p><input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解</p> | <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> |

四、 課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

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 |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------|--------------|------------------------------------|----|
|                                     | 學習表現                                                                                                         | 學習內容                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |    |                   |              |                                    |    |
| 第一週<br>8/30<br>開學日:<br>8月30日<br>(五) | 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升<br><br>童 Aa-IV-3 童軍禮節與團隊規範的建立及執行<br><br>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<br><br>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 | <b>主題：整裝待備</b><br><b>單元一 注意囉，同學</b><br>〈活動1〉學習藍圖<br>1. 學期課程介紹<br>2. 上課規定說明<br><b>單元二 集合囉，夥伴</b><br>〈活動1〉現在分組中<br>1. 說明分組規則<br>2. 進行分組活動<br>3. 小組職務分工<br>〈活動2〉團體動力遊戲<br>1. 團隊遊戲規則說明<br>2. 進行團隊遊戲<br>3. 教師帶領回顧團隊遊戲歷程<br>4. 邀請學生運用 4F 法進行分享<br>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?<br>5. 統整與回饋 | 2  | 自編教材<br>學習單:小組分工表 | 態度評定<br>口頭發表 | 品 J1 溝通合作與和諧人際關係<br>品 J2 重視群體規範與榮譽 |    |
| 第一週<br>8/30<br>開學日:                 | 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態                                                                                      | 1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策                                                         | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>【活動】”緒”事待發</b><br>1. 複習上學期課程主題及上課                                                                                                                                                                                                                                    | 1  | A4 白紙*N           | 口頭發表<br>實作評量 |                                    |    |

|                |                                |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                          |                       |                                  |  |
|----------------|--------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|--|
| 8月30日<br>(五)   | 度的培養。                          | 略或資源，促進心理健康。                           | 規定。<br>2. 繪製暑假及開學的心情指數表，並與同學分享。<br>3. 本學期課程介紹。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |                                                                                                          |                       |                                  |  |
| 第二週<br>9/2~9/6 | 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動 | 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。 | <b>主題：中菜心食力</b><br><b>單元一 食之呼吸解密</b><br><活動 1>古今中外的飲食原則<br>1. 中外過去的飲食準則：「不食不時」、「身土不二」<br>2. 新時代的飲食原則：在地、當季、友善（自然環境與經濟動物）<br><活動 2>壹之型—不時不食，吃當季<br>1. 選擇「當季」食物的內涵與好處。<br>2. 搭配台灣盛產季節食物一覽表，練習不同月份對應之盛產蔬果。<br>3. 小組運用台灣盛產季節食物一覽表，為 00 餐廳設計出具有季節特色的料理或湯品菜單。並輪流上台發表分享。<br><活動 3>貳之型—去去遠距，選在地<br>1. 觀賞影片「碳足跡科學原理」認識食物里程與碳足跡。<br>2. 選擇「在地」食物的內涵與好處。<br>3. 從教師發下的農產品包裝上 | 2 | <b>自編教材</b><br>學習單暨補充講義：『食神養成班』<br>『台灣蔬果產季 一覽表』/環保署 國民低碳飲食選擇參考手冊（頁 18-19）<br>YOUTUBE 影片『從從唐從聖碳 足跡科學原理動畫』 | 學習單評定<br>態度評定<br>口頭發表 | 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。 |  |

|                 |                                                                                        |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |                              |                       |                                                       |  |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------|--|
|                 |                                                                                        |                                          | 的資訊，找出碳足跡較低、符合在地理念的農作物。                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |                              |                       |                                                       |  |
| 第二週<br>9/2~9/6  | 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。<br>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。<br>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。 | 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。 | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>單元 1：今晚我想來點…</b><br><b>【活動 1】Mood Eats</b><br>1. 教師播放幾則因「情緒」引起的社會新聞影片，請學生思考以上新聞事件的關聯性，以引起學生學習動機。<br>2. 教師介紹「甚麼是情緒？」及情緒的表現方式。<br>3. 引導學生反思「為什麼需要上情緒教育？」教師譬喻情緒是生活的調味劑，就像各種調味料，每個情緒都有它的功能，一個人如果完全沒有情緒，就像機器人一樣冷冰冰，但過多的調味料可能就會影響到我們的生活或健康。<br>4. 教師教導美味料理的步驟，「情緒管理」的四步驟。 | 1 | ◎自編教材<br>「今晚我想來點…」PPT        | 口頭發表                  | <b>【品德教育】</b><br>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。<br>品 J8 理性溝通與問題解決。 |  |
| 第三週<br>9/9~9/13 | 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動                                                         | 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。   | <b>主題：中菜心食力</b><br><b>單元一 食之呼吸解密</b><br><活動 4>參之型—互惠共好，挺友善<br>1. 小組依據補充講義上提供的資訊進行討論，完成常見農法與說明的配對。小組分享討論的結果，由教師公布正解。                                                                                                                                                                        | 2 | 自編教材<br><br>學習單暨補充講義：『食神養成班』 | 學習單評定<br>態度評定<br>口頭發表 | 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。                                 |  |

|                 |                                                                                        |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   |                              |                      |  |  |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------|----------------------|--|--|
|                 |                                                                                        |                                          | 2. 閱讀報導，了解台灣農藥使用現況與原因，進一步討論消費者的角色。<br>3. 三章一Q介紹。<br>4. 從教師發下的農產品包裝上的資訊，找出符合友善環境理念的農作物。<br><活動 5>食柱的競技<br>1. 分組競賽複習「在地、當季、友善」的飲食素養                                                                                                                                                                                           |   |                              |                      |  |  |
| 第三週<br>9/9~9/13 | 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。<br>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。<br>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。 | 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。 | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>單元 1：今晚我想來點…</b><br><b>【活動 2】情緒外送員</b><br>1. 教師介紹六種基本情緒及微表情、情緒元素表。<br>2. 學生以排為組別，教師請各組挑選演技派坐最後一位，最會察顏觀色的坐第一位。<br>3. T 給每組最後一位同學一張情緒卡，第一位同學需利用臉部表情或肢體動作表現給第二位同學看(可出聲但不能講話)，以此類推。未傳到的同學都先趴在桌上，亦不偷看其他組，傳完的也不能出聲，否則違規；請第一位同學依自己感受到的情緒，寫下答案。<br>4. 教師提醒學生表情和動作要一致，充分展現內心戲。<br>5. 活動小省思與小結：學生分享辨識他人情緒以及辨識方 | 1 | ◎自編教材<br>「今晚我想來點…」PPT<br>情緒卡 | 活動參與<br>小組合作<br>實作評量 |  |  |

|                                    |                                                                                                                            |                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |                                                      |               |                                                                   |  |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------|--|
|                                    |                                                                                                                            |                                                          | 法，教師說明情緒的特質。                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                      |               |                                                                   |  |
| 第四週<br>9/16~9/20<br>9/17(二)<br>中秋節 | 家 Ab-IV-2 飲<br>食的製備與創<br>意運用                                                                                               | 2c-IV-1 善用各項<br>資源，妥善計 畫<br>與執行個人生活中<br>重 要事務。           | <b>主題：中菜心食力</b><br><b>單元二 食神養成班</b><br><活動 1>食神一步一腳印<br>1. 「四菜一湯一飯」烹飪實習<br>的內容目的~透過菜單設計<br>與食材選購，實踐在地、當<br>季、友善環境的理念<br>2. 依序說明食譜中每一道料理<br>的烹調步驟，配合補充講義<br>學習中餐烹調相關知識與技<br>能（烹調製備技 巧、食材<br>選擇、營養、烹調科學<br>等...）<br>3. 教師說明每一道食譜的學習<br>要點，然後舉例或小組討論<br>在 此基礎之上，設計菜單<br>時能怎麼變化。 | 2 | <b>自編教材</b><br><br>食譜：『中華一番』<br><br>補充講義：『食神養成<br>班』 | 態度評定<br>學習單評定 |                                                                   |  |
| 第四週<br>9/16~9/20<br>9/17(二)<br>中秋節 | 輔 Da-IV-1 正<br>向思考模式、<br>生活習慣與態<br>度的培養。<br>輔 Da-IV-2 情<br>緒與壓力的成<br>因、影響與調<br>適。<br>輔 Db-IV-2 重<br>大心理困擾與<br>失落經驗的因<br>應。 | 1d-IV-1 覺察個人<br>的心理困擾與影響<br>因素，運用適當策<br>略或資源，促進心<br>理健康。 | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>單元 2：情緒可樂</b><br><b>【活動 1】情緒搖一搖</b><br>1. 詢問學生你有生氣過嗎？有<br>沒有哪些事，會讓你發脾<br>氣？什麼時候讓你容易生<br>氣？ Ex：「在被老師無理<br>的亂罵」<br>2. 教師示範每人大聲講一件負<br>面情緒事件，並上下搖動可<br>樂，情緒越大搖越大力，並<br>將可樂一直傳下去。EX：<br>「被朋友誤會」~搖~「作業                                                     | 1 | ◎參考「專業想」粉絲<br>專業教案分享<br><br>「情緒可樂」PPT<br>可樂一瓶        | 活動參與<br>態度評定  | <b>【品德教育】</b><br>品 J1 溝通合作<br>與和諧人際關<br>係。<br>品 J8 理性溝通<br>與問題解決。 |  |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>沒寫被處罰」~搖~「睡不飽」~搖~…等。</p> <p>3. 全班輪完後，徵求敢打開可樂的人。教師說明：人都會有情緒滿載的時候，不論是憤怒、生氣、不開心，在情緒飽滿的時刻，人的理智斷線判斷能力下降、無理程度上升。</p> <p>如果硬是去打開瓶子，就會被噴得滿臉都是可樂。</p> <p>4. 詢問學生如果還是要喝可以用甚麼方法打開。教師說明「情緒滿載五步驟」：</p> <p>(1)「迴避」- 放那等人在火線上，先把距離拉開，把人先抽離到一個安定的環境。</p> <p>(2)「覺察」-觀察瓶觀照生氣的點，了解起火的原因，覺察這個瓶子的本體是什麼體質個性，為什麼會如此不爽，真正在乎的是什麼？</p> <p>(3)「試探」- 測試小開口不要直接正面衝突，慢慢的了解測試，對自己反思，對他人真誠的慢慢關心。</p> <p>(4)「放鬆」-讓氣放一下滿滿的氣，等氣消了再說，適度的放鬆，轉移滿載的情緒。</p> <p>(5)「時機」-打開瓶蓋讓時間先走一會，找到好的時機，等氣消了，自然可以找回</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                  |                                                                                      |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                          |   |                                                  |              |                                                       |  |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------|--|
|                  |                                                                                      |                                                                           | 定心的靈魂。<br>5.教師以「愛地巴的故事」作為結語。                                                                                                                                                                                                             |   |                                                  |              |                                                       |  |
| 第五週<br>9/23~9/27 | 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用<br>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動                               | 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。<br>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 | <b>主題：中菜心食力<br/>單元二 食神養成班</b><br><活動 2>辦桌總企劃<br>1. 運籌帷幄：菜單設計與討論<br>(1)教師說明菜單設計與食材選定準則<br>(2)欣賞過去學生作品範例<br>(3)小組進行菜單設計討論<br>2. 拍板定案：菜單設計檢核與修正。小組輪流向教師報告初步菜單設計，教師檢閱後著手修正菜單並定案。<br>3. 蓄勢待發：<br>(1)小組討論工作分配(採買、實作、善後)<br>(2)教師提醒下次烹飪實作課的準備事項 | 2 | <b>自編教材</b><br><br>學習單：『中華一番菜單設計表』、『烹飪實習小組工作分配表』 | 實作評量<br>態度評定 |                                                       |  |
| 第五週<br>9/23~9/27 | 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。<br>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。<br>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因 | 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。                                  | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>【活動 2】情緒小錦囊</b><br>1. 請學生思考除了課堂上學習到的情緒紓解方法以外，自己還有哪些紓解情緒的方法，寫在便利貼上。<br>2. 教師請同學上台分享，並依象限分類(X軸-問題解決/Y軸情緒紓解)。<br>3. 教師歸類並說明各項方法適用之情緒以及優缺點之分                                                                          | 1 | <翰林版主題五單元一><br>便利貼ㄗ                              | 口頭發表         | <b>【生命教育】</b><br>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。 |  |



|                                |                                                        |                                                                           |                                                                                                                                                |   |                                                            |                         |                  |  |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------|--|
|                                | 應。                                                     |                                                                           | 析，學生亦可參考別人的方法，找尋適合自己的情緒紓解方式。                                                                                                                   |   |                                                            |                         |                  |  |
| 第六週<br>9/30~10/4               | 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用<br>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動 | 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。<br>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 | <b>主題：中菜心食力</b><br><b>單元三 食神初登場</b><br><活動 1>主廚來上菜<br>1. 教師說明實習注意事項與時間分配。<br>2. 教師拍攝各組食材認證照片；學生著手進行烹飪實作體驗。<br>3. 拍攝成品照；學生享用自己做的餐點。<br>4. 環境整理。 | 2 | 自編教材<br><br>學習單：『中華一番菜單設計表』、『烹飪實習小組工作分配表』<br><br>食譜：『中華一番』 | 實作評量<br>態度評定            | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 |  |
| 第六週<br>9/30~10/4               | 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。                              | 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。                                        | <b>&lt;適性化職涯性向測驗&gt;施測</b><br>1. 適性化職涯性向測驗線上測驗第一部分(空間、創意、觀察、邏輯推理)<br>2. 學生線上作答，依個人性向表現。                                                        | 1 | ◎校內活動                                                      | 實作評量                    |                  |  |
| 第七週<br>10/7~10/11<br>10/10 國慶日 | 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用<br>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動 | 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。<br>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 | <b>主題：中菜心食力</b><br><b>單元三 食神初登場</b><br><活動 2>食力總體檢<br>1. 教師播放上週實習課各組的食材認證照及中餐成品照片，針對各組在食材選購，以及實作歷程與成果方面給予回饋。<br>2. 撰寫成品分析、個人反思與                | 2 | 自編教材                                                       | 態度評定<br>高層次紙筆評量<br>口頭發表 |                  |  |

|                                               |                                                                          |                                              |                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                          |                      |                                          |  |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------|--|
|                                               |                                                                          |                                              | <p>回饋</p> <p>3. 以分組問答競賽方式，複習『食神養成班』的學習內容。</p>                                                                                                                                                                                   |   |                                          |                      |                                          |  |
| <p>第七週</p> <p>10/7~10/11</p> <p>10/10 國慶日</p> | <p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p>                                         | <p>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。</p>    | <p>&lt;適性化職涯性向測驗&gt;施測</p> <p>1. 適性化職涯性向測驗線上測驗第二部分(語文、美感、數學、科學推理)</p> <p>2. 學生線上作答，依個人性向表現。</p>                                                                                                                                 | 1 | ◎校內活動                                    | 實作評量                 |                                          |  |
| <p>第八週</p> <p>10/14~10/18</p> <p>段考</p>       | <p>童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。</p>                                   | <p>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。</p> | <p><b>主題：機智露營生活</b></p> <p><b>單元一：露營解密</b></p> <p>&lt;活動 1&gt;進入露營的世界</p> <p>1. 露營經驗分享</p> <p>2. 露營與宿營的差異</p> <p>3. 露營的種類與裝備差異</p> <p>&lt;活動 2&gt;隔宿露營 QA</p> <p>1. 提出對於隔宿露營的疑問與擔心</p> <p>2. 彙整學生疑問與擔心，進行回覆與解答，並揭示接下來的課程內容。</p> | 2 | 自編教材                                     | 態度評定                 | <p>戶 J7 參加學校辦理的隔宿型戶外教學及考察活動，參與地方相關事務</p> |  |
| <p>第八週</p> <p>10/14~10/18</p> <p>段考</p>       | <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境</p> | <p>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。</p>     | <p><b>主題一：情緒速可達</b></p> <p><b>單元 3：生命狂想曲</b></p> <p><b>【活動 1】衰事無極限</b></p> <p>1. 教師請自願的學生分享生平遇過最衰或最悲慘的事情。</p> <p>2. 全班分為 5 組，進行「衰事無極限」桌遊，各組拿 3 張牌，依照悲慘指數由小到大</p>                                                                | 1 | ◎自編教材<br>「衰事無極限」桌遊<br>(事先將”18 禁”議題牌卡先挑出) | 活動參與<br>小組合作<br>實作評量 |                                          |  |

|                            |                                        |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                          |                               |                                       |
|----------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|
|                            | 的方法。                                   |                                              | <p>排列在面前，稱為痛苦之路。</p> <p>3. 各組派員輪流上台抽 1 張牌，並唸出牌上的衰事遭遇，小組猜測這張牌會排在你的痛苦之路哪個位置，讓悲慘指數仍會維持由小到大。</p> <p>▲猜測正確：將這張牌放到你的痛苦之路中。</p> <p>△猜測錯誤：由其他組別搶答，推測該牌的悲慘指數，最接近且誤差不超過 5 分者可得牌。如果沒有小組猜對，將這張牌放到棄牌堆。</p> <p>4. 最快收集到 10 張衰事牌的前三組，小組依名次分別加分。</p>                                                                                                 |   |                          |                               |                                       |
| <p>第九週<br/>10/21~10/25</p> | <p>童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。</p> | <p>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。</p> | <p><b>主題：機智露營生活</b><br/><b>單元二：第一次搭帳就上手</b><br/>           &lt;活動 1&gt; 搭帳示範<br/>           1. 帳篷配件介紹<br/>           2. 搭帳要點說明與示範<br/>           3. 拆帳要點說明與示範<br/>           &lt;活動 2&gt; 分組搭帳演練<br/>           1. 計時與計分方式說明<br/>           2. 分組搭帳演練—搭帳、檢查、拆帳<br/>           3. 公布成績<br/>           4. 請各組討論並於下周攜帶隔宿露營需要帶背包與物品。</p> | 2 | <p>自編教材<br/>課本相關主題頁面</p> | <p>實作評量<br/>態度評定<br/>同儕互評</p> | <p>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。</p> |

|                    |                                                                                              |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   |                         |                      |                                                                 |  |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------|--|
| 第九週<br>10/21~10/25 | 輔 Ac-IV-2<br>珍惜、尊重與<br>善待各種<br>生命。                                                           | 1d-IV-2 探索生命<br>的意義與價值，尊<br>重及珍惜自己與他<br>人生命，並協助他<br>人。 | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>單元3：生命狂想曲</b><br><b>【活動2】生命鬥士</b><br>1. 教師請學生自由分享曾聽過<br>哪些生命鬥士的故事。<br>2. 配合校內生命教育月宣導活<br>動，介紹生命教育講座講師<br>-許律雯生命的故事。                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1 | ◎校內活動                   | 口頭發表                 | <b>【人權教育】</b><br>人 J6 正視社會<br>中的各種歧<br>視，並採取行<br>動來關懷與保<br>護弱勢。 |  |
| 第十週<br>10/28~11/1  | 童 Cb-IV-1 露<br>營知識與技能<br>的學習，以提<br>升野外生存能<br>力。<br>童 Ca-IV-2 地<br>圖判讀、旅行<br>裝備使用及安<br>全知能的培養 | 3a-IV-2 具備野外<br>生活技能，提 升<br>野外生存能力，並<br>與環境做合宜的互<br>動。 | <b>主題：機智露營生活</b><br><b>單元二：背包客打包攻略</b><br><活動 1>該帶甚麼呢？<br>1. 各組展示與介紹所帶來的背<br>包與物品。然後依認為適合<br>的方式將物品收納於背包<br>內。<br>2. 針對各組提出的物品進行分<br>類與需求評估，進一步統整<br>歸納。<br>3. 教師帶領學生探討不同類型<br>的戶外活動攜帶物品的需求<br>有何差異。<br><活動 2>背包裝填術<br><b>1.</b> 各組依據教師的指令，拿出<br>能解決露營情境需求的物<br>品。針對各組拿取速度的差<br>異進行探討，強調背包裝填<br>收納的重要性。<br><b>2.</b> 介紹背包裝填的原則。<br><b>3.</b> 請各組依照上述原則重新裝<br>填背包。<br><b>4.</b> 同儕互評，欣賞各組的裝填<br>後的背包，然後依據裝填原 | 2 | <b>自編教材</b><br>課本相關主題頁面 | 態度評定<br>實作評量<br>同儕互評 |                                                                 |  |

|                   |                                 |                                        |                                                                                                                                                                                                              |   |                                          |              |                                                 |  |
|-------------------|---------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------|--|
|                   |                                 |                                        | 則進行評析。                                                                                                                                                                                                       |   |                                          |              |                                                 |  |
| 第十週<br>10/28~11/1 | 輔 Ca-IV-1<br>生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 | 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。      | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>單元3：生命狂想曲</b><br><b>【活動3】生命圖文卡</b><br>配合校內生命教育月宣導活動，每位學生需依主題創作個人生命教育圖文卡。                                                                                                              |   | ◎校內活動-生命教育圖文卡創作比賽                        |              |                                                 |  |
| 第十一週<br>11/4~11/8 | 童 Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。 | 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。 | <b>主題：機智露營生活</b><br><b>單元三：榮譽在我心</b><br><活動1>小隊旗與班旗製作<br>1. 班旗與小隊旗範例欣賞<br>2. 小隊旗、班旗設計與製作<br><活動2>營火晚會表演節目練習<br>1. 表演節目討論<br>2. 表演節目練習                                                                        | 2 | 自編教材                                     | 實作評量<br>態度評定 | 品 J1 溝通合作與和諧人際關係<br>品 J2 重視群體規範與榮譽              |  |
| 第十一週<br>11/4~11/8 | 輔 Ac-IV-2<br>珍惜、尊重與善待各種生命。      | 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。 | <b>主題一：情緒速可達</b><br><b>單元4：礙的世界</b><br><b>【活動1】礙的初體驗</b><br>1. 教師說明身心障礙的特性、類別及現況。<br>2. 進行「礙的初體驗」活動，學生兩兩一組，1號和2號同學，3號和4號同學以此類推。<br>3. 學生輪流進行視障者/聽障者/肢障者的不便與感受。<br>➢ 視障者-戴眼罩不能看，體驗全盲者對環境的感受。<br>➢ 聽障者-戴上耳塞，全程 | 1 | ◎自編教材<br>「礙的世界」PPT<br>輪椅ㄗ、拐杖ㄗ<br>眼罩及衛生紙ㄗ | 活動參與<br>態度評定 | <b>【人權教育】</b><br>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。 |  |

|                     |                                 |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                      |              |                                                                                |  |
|---------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------|--|
|                     |                                 |                                                                                            | <p>不能說話，需指引視障或肢障者行走，體驗聽語障者在溝通上可能會遇到的困難。</p> <p>➤ 肢障者-單肢-使用拐杖行走<br/>雙肢-使用輪椅行走體驗肢體障礙的不便和無障礙空間設計。</p>                                                                                                                                                                                                                                                  |   |                      |              |                                                                                |  |
| 第十二週<br>11/11~11/15 | 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 | <p>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。</p> <p>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。</p> | <p><b>主題：機智露營生活</b><br/><b>單元四：無具炊事</b><br/>&lt;活動 1&gt;認識無具炊事</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 無具炊事的特色</li> <li>2. 無具炊事料理的類別與特色料理介紹</li> </ol> <p>&lt;活動 2&gt;無具炊事企劃</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 木炭生火方式</li> <li>2. 減跡與無痕山林原則</li> <li>3. 無具炊事體驗活動規範說明</li> <li>4. 無具炊事菜單與小組工作分配</li> <li>5. 教師檢核各組討論內結果</li> </ol> | 2 | 自編教材                 | 實作評量<br>態度評定 | <p>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。</p> <p>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。</p> |  |
| 第十二週<br>11/11~11/15 | 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。         | 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。                                                     | <p><b>主題一：情緒速可達</b><br/><b>單元 4：礙的世界</b><br/><b>【活動 2】「礙」來「愛」去</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師請同學自由分享體驗活動的感受，並引導學生填寫活動學習單。</li> <li>2. 思考身障者生活中可能面臨的困難與感受，及我們可以如何協助身障者。</li> </ol>                                                                                                                                             | 1 | ◎自編教材<br>「礙」來「愛」去學習單 | 口頭發表<br>實作評量 | <p><b>【人權教育】</b><br/>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。</p>                        |  |

|                     |                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                               |   |         |                         |                                |  |
|---------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------|-------------------------|--------------------------------|--|
| 第十三週<br>11/18~11/22 | 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 | 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。<br>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。 | <b>主題：機智露營生活</b><br><b>單元四：無具炊事</b><br><活動 3>無具炊事體驗<br>1. 活動流程與安全事項說明<br>2. 分組進行無具炊事<br>3. 品嚐無具炊事料理<br>4. 環境復原與檢核                                                                                             | 2 | 自編教材    | 實作評量<br>態度評定            | 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。 |  |
| 第十三週<br>11/18~11/22 | 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。       | 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。                                              | <b>&lt;適性化職涯性向測驗&gt;解測</b><br>1. 各分量表得分解析。<br>2. 測驗學習單心得省思填寫。                                                                                                                                                 | 1 | ◎校內活動   | 態度評定<br>實作評量            |                                |  |
| 第十四週<br>11/25~11/29 | 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 | 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。<br>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。 | <b>主題：機智露營生活</b><br><b>單元四：無具炊事</b><br><活動 4>檢討與感恩<br>1. 無具炊事檢討與心得撰寫<br>2. 無具炊事英雄的感恩儀式<br><活動 5>露營炊事生活<br>1. 小組討論，露營進行炊事活動時，若生火速度太慢導致時間不足該怎麼辦？<br>2. 菜單解構重組示範<br>3. 菜單解構重組分組討論與發表<br>4. 彙整與提醒隔宿露營兩次野炊活動的注意事項。 | 2 | 自編教材    | 態度評定<br>高層次紙筆評量<br>口頭發表 | 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。 |  |
| 第十四週                | 輔 Ca-IV-2 自                     | 1c-IV-1 澄清個人                                                                    | <b>主題二：點亮人生光明燈</b>                                                                                                                                                                                            | 1 | ◎放伴共備課程 | 態度評定                    | 【生涯規劃教                         |  |

|                         |                                 |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                   |   |                       |              |                           |  |
|-------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------|--------------|---------------------------|--|
| 11/25~11/29             | 我生涯探索與統整。                       | 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。<br>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。 | <b>單元 1：點亮人生光明燈</b><br>1. 學生對特質、優劣勢的自我瞭解，勾選「Flip」學習單。<br>2. 思考自己的哪個特質曾經為自己的生活與人際相處帶來困擾。<br>3. 播放影片：【新哆啦 A 夢-萬人迷眼睛】短片。<br>4. 教師舉例說明，並引導學生反思：特質其實是一體兩面，我們認為較為負向的特質，其實在某些場合或狀況下也有正向的一面。<br>5. 請學生練習以正向的觀點重新詮釋這些特質，經過分組或大團體討論，邀請學生分享，然後公布卡牌原始提供的正向描述。 |   | 「Flip」桌遊<br>「Flip」學習單 | 實作評量         | 育】<br>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 |  |
| 第十五週<br>12/2~12/6<br>段考 | 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 | 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。                              | <b>主題：機智露營生活</b><br><b>單元五：露營常用繩結</b><br><活動 1>營繩結<br>1. 營繩結:介紹與示範<br>2. 營繩結:練習與驗收<br><活動 2>礦泉水揹帶<br>1. 礦泉水揹帶（雙套結+漁人結）:介紹與示範<br>2. 礦泉水揹帶:練習與驗收                                                                                                    |   | 自編教材                  | 實作評量<br>態度評定 |                           |  |
| 第十五週<br>12/2~12/6<br>段考 | 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。            | 1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家                                       | <b>主題二：點亮人生光明燈</b><br><b>單元 1：點亮人生光明燈</b><br>1. 發回「Flip」學習單，並發                                                                                                                                                                                    | 1 | ◎放伴共備課程<br>「Flip」學習單  | 態度評定<br>實作評量 | 【生涯規劃教育】<br>涯 J4 了解自己     |  |



|                    |                                                                                 |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |              |              |                                                                                 |  |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------|--|
|                    |                                                                                 | 人期許及相關生涯與升學資訊。<br>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。                                         | <p>給每人一張光明燈卡牌，請學生從學習單中圈選的特質描述中挑選最符合自己、自己最想改變、最常被人抱怨的一個負向特質，寫完後丟進摸彩箱。(不寫名字)</p> <p>2. 學生每人隨機從摸彩箱中拿取一張光明燈卡牌，練習以正向的角度重新詮釋這個特質敘述，並寫在背面空白面。完成後依教師指示將卡牌傳給坐位附近的同學，接續重複進行 2-3 回合。</p> <p>3. 教師引導學生參照正向特質表、同儕的回饋、自己的想法完成學習單的負向特質翻轉。</p> <p>4. 最後請同學把屬於自己的卡牌懸掛在展示架上，布置於教室角落。</p> |  |              |              | 的人格特質與價值觀。                                                                      |  |
| 第十六週<br>12/9~12/13 | <p>童 Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p> <p>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。</p> | <p>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。</p> <p>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。</p> | <p><b>主題：機智露營生活</b></p> <p><b>單元六：隔宿露營經驗分享</b></p> <p>1. 回顧與分享隔宿露營的流程與印象深刻的事。</p> <p>2. 分享參與隔宿露營的感受、心得與學習。</p> <p><b>單元七：露營風險管理</b></p> <p>1. 運用行動載具以關鍵字搜尋「露營風險/露營危險」，依摘要後張貼於教師指定之 Padlet。</p> <p>2. 口頭報告分享所搜尋到的新</p>                                                  |  | 自編教材<br>行動載具 | 態度評定<br>口頭發表 | <p>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。</p> <p>戶 J7 參加學校辦理的隔宿型戶外教學及考察活動，參與地方相關事務。</p> |  |

|                     |                                                                                 |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                        |   |                         |                      |                                                                                           |  |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                     |                                                                                 |                                                                                           | <p>聞報導。</p> <p>3. 統整各則報導，列出露營需要考量的分險情境，以及如何預防。</p>                                                                                                                                                                                     |   |                         |                      |                                                                                           |  |
| 第十六週<br>12/9~12/13  | 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。                                                            | <p>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。</p> <p>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。</p> | <p><b>主題二：點亮人生光明燈</b></p> <p><b>單元 2：航向幸福之路-價值觀探險</b></p> <p>5. 請學生思考要前往幸福之島，最想要擁有的 10 樣武器。</p> <p>6. 因為船即將要沉了，只能依序拋下身上的裝備，想想自己會依序拋下哪些東西，最後留下的三樣物品並說明原因。</p> <p>7. 教師說明何謂「價值觀」及個人價值觀如何形成及影響。</p> <p>8. 填寫工作價值觀量表，思考與自己價值觀符合的職業有哪些。</p> | 1 | ◎校內活動-生涯檔案<br>P20-23 填寫 | 實作評量                 | 【生涯規劃教育】<br>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。                                                           |  |
| 第十七週<br>12/16~12/20 | <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p> <p>家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。</p> | <p>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。</p> <p>2a-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</p> | <p><b>主題：蛋事，該怎麼看</b></p> <p><b>單元一 蛋事，我看見了...</b></p> <p>&lt;活動 1&gt;從蛋事看媒體資訊判讀</p> <p>1. 進入 Padlet，閱讀缺蛋期間 YT 頻道上數個影音封面截圖，並完成教師指定學習任務。</p> <p>2. 瀏覽同儕在 Padlet 上的回應，進一步討論這些新聞資訊可能對個人、社會帶</p>                                            | 2 | 自編教材                    | 態度評定<br>口頭發表<br>實作評量 | <p>家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。</p> <p>品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。</p> <p>閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識</p> |  |

|                     |                                   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |   |                                                                     |                                                                     |                                                   |  |
|---------------------|-----------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--|
|                     |                                   | 或他人。                             | <p>來哪些影響，背後可能的目的。</p> <p>3. 討論哪些關鍵字詞容易吸引閱聽人注意，以及這些字詞的共通特性與效應。</p> <p><b>單元二 蛋事，謠言止於智者</b><br/>〈活動 1〉</p> <p>1. 不實訊息的常見類型</p> <p>2. 運用範例新聞/網路資訊進行事實與觀點的區辨練習。</p> <p>3. 運用 Google 及 TinEye 練習以圖搜圖查核資訊</p> <p>4. 認識我國的事實查核平台</p>                                                                          |   |                                                                     | <p>的正確性。</p> <p>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。</p> |                                                   |  |
| 第十七週<br>12/16~12/20 | 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 | 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。 | <p><b>主題二：點亮人生光明燈</b></p> <p><b>單元 3：職業瀏覽器</b><br/>【活動 1】職業腦補</p> <p>1. 進行「腦洞量表」桌遊，學生分為 5 組，教師請各組抽取一張數字牌，各組依據教師的題目及強度說明，輪流形容一段符合數字強度的事件，各組將數字由小至大排序出來，全班皆排序正確則各組加 1 分。</p> <p>2. 教師題目如下：</p> <p>➤ 最賺錢的職業。（1 是薪水最低，10 是薪水最高）</p> <p>➤ 受人尊敬的職業。（1 是地位最低，10 是地位最高）</p> <p>➤ 大家心目中最夢寐以求的工作。（1 是最不想要，10</p> | 1 | <p>◎自編教材</p> <p>參考〈翰林版主題六單元二〉</p> <p>「腦洞量表」桌遊</p> <p>「職業瀏覽器」學習單</p> | 活動參與<br>小組合作                                                        | <p><b>【生涯規劃教育】</b></p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> |  |

|                             |                                                                                  |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                             |   |                     |                                  |                                                                                                                                                          |  |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                             |                                                                                  |                                                                                                  | <p>是最想要)</p> <p>➤ 十年後最容易被淘汰的工作。(1 是最容易, 10 是最不容易)</p> <p>3. 教師引導學生思考工作的價值觀, 及職業的特性。</p> <p>4. 請學生上網查詢自己未來想要從事的職業相關工作內容及需要具備的條件, 填寫於個人學習單, 並於下週上課時分享。(如: 104 工作世界)</p>                                                                       |   |                     |                                  |                                                                                                                                                          |  |
| <p>第十八週<br/>12/23~12/27</p> | <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p> <p>家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估, 以及合宜的消費行為。</p> | <p>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。</p> <p>2a-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。</p> | <p><b>主題：蛋事，該怎麼看</b></p> <p><b>單元三 蛋事，我的看法是</b></p> <p>1. 教師演示運用搜尋引擎搜尋較可信的報導, 並介紹數個深耕飲食議題, 公信力高、且相對公正的網路媒體(網站)。</p> <p>2. 分組就教師提供的網路資源(報導), 解析 2023 上半年「台灣缺蛋的現況與原因」以及「世界缺蛋的狀況與原因」</p> <p>3. 各組依序發表對缺蛋事件的看法。</p> <p>4. 思考與分享學習資訊判讀技巧的收穫。</p> | 2 | <p>自編教材<br/>學習單</p> | <p>態度評定<br/>高層次紙筆評量<br/>口頭發表</p> | <p>家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。</p> <p>品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。</p> <p>閱 J7 小心求證資訊來源, 判讀文本知識的正確性。</p> <p>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。</p> |  |

|                             |                                                                                      |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |             |                 |                                       |  |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------|-----------------|---------------------------------------|--|
| 第十八週<br>12/23~12/27         | 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。                                                    | 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。                                                         | <b>主題二：點亮人生光明燈</b><br><b>單元3：職業瀏覽器</b><br><b>【活動2】職業調查報告</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>請學生跟同組的伙伴分享查詢到的職業與各種內容。</li> <li>每組派出一名伙伴，負責報告印象深刻的職業以及查詢的資訊等。</li> <li>請各組發揮創意思考未來可能會出現的職業並上台報告。</li> <li>活動反思及學習單填寫：聽到了哪些不一樣的職業？對你的未來生涯規劃有哪些啟發？想想如果要朝著找一份自己喜歡從事的職業，短中長程可以做些甚麼規劃呢？</li> </ol> | 1 | <翰林版主題六單元二> | 實作評量            | <b>【生涯規劃教育】</b><br>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 |  |
| 第十九週<br>12/30~1/3<br>1/1 元旦 | 家 Db-IV-1 家庭組成及文化多元性對自我發展的 影響，以及少子女化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。<br>家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與 逆境調適，以及家人 | 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。<br>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。 | <b>主題：家，枷</b><br><b>單元一：我的家</b><br><活動1>家的秘密影響力 <ol style="list-style-type: none"> <li>探討家庭對於個人的影響面向</li> <li>探索家庭對自己的影響</li> </ol> <活動2>萬家博覽會 <ol style="list-style-type: none"> <li>欣賞各種有關家的意象的文學、藝術、音樂作品。</li> <li>思索個人對於家的詮釋、賦予的意象(ex. 溫暖的港灣、掙脫不開的枷鎖)</li> </ol>                               | 2 | 自編教材        | 態度評定<br>高層次紙筆評量 |                                       |  |

|                             |                                   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                               |              |                                                    |  |
|-----------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------|--------------|----------------------------------------------------|--|
|                             | 衝突的因應。                            |                                  | 3. 利用 PadLet 的「搜索圖片功能」輸入個人對於家庭的詮釋，選出適合的圖片張貼指定的 Padlet 展覽牆，並加註文字說明。<br>4. 欣賞同學們對於家的詮釋<br>5. 討論不同詮釋背後的原因                                                                                                                                                                                                                              |   |                               |              |                                                    |  |
| 第十九週<br>12/30~1/3<br>1/1 元旦 | 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 | 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。 | <b>主題二：點亮人生光明燈</b><br><b>單元 4：性別與職業</b><br><b>【活動 1】屬於自己的 tempo</b><br>1. 請全班男女生分別站在教室中間的兩條線上，請同學分辨以下哪些是屬於男生或女生？男生跳「左」，女生跳「右」，動作要大且立即作答。〈男女 TEMPO〉題目類型有：物品、特質、形容詞、職業。<br>2. 引導學生思考在活動中歸類或發現了甚麼，討論性別刻板印象造成性別歧視、性別偏見等影響。<br><b>【活動 2】職業與性別</b><br>1. 由職業稱謂看大家心中對職業的刻板印象。<br>2. 分享破除性別刻板印象的職人案例。<br>3. 鼓勵學生在未來生涯選擇時，應勇於創造自己的未來，不受性別框架。 | 1 | ◎自編教材<br>「屬於自己的 tempo」<br>PPT | 活動參與<br>態度評定 | <b>【性別教育】</b><br>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。 |  |

|                                 |                                                 |                                                                                |                                                                                                                                                                                    |   |                                  |                         |                                |  |
|---------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------|-------------------------|--------------------------------|--|
| 第二十週<br>1/6~1/10                | 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。             | 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。                                             | <b>主題：家，枷</b><br><b>單元二：秘密</b><br><活動 1>議題式桌遊體驗<br>1. 介紹「秘密」桌遊<br>2. 分配角色，發下桌遊配件<br>3. 進行桌遊體驗                                                                                      | 2 | <b>自編教材</b><br><br>玩轉學校議題式桌遊「秘密」 | 態度評定<br>口頭發表            |                                |  |
| 第二十週<br>1/6~1/10                | 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。<br>家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 | 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。<br>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。 | <b>主題二：點亮人生光明燈</b><br><b>單元 5：職業大蒐秘</b><br>1. 教師進行寒假作業職業訪談事宜：報告內容大綱、訪談注意事項、書面及上台報告說明。<br>2. 學生依職業傾向或時間便利性，約 2-4 人一組。<br>3. 教師提供先前學長姊報告範例供參。                                        | 1 | ◎校內活動-寒假作業職業訪談                   | 活動參與<br>小組合作<br>實作評量    | 【生涯規劃教育】<br>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 |  |
| 第二十一週<br>1/13~1/17<br><b>段考</b> | 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。             | 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。                                             | <b>主題：家，枷</b><br><b>單元二：秘密</b><br><活動 2>探索「秘密」<br>1. 桌遊體驗經歷回顧<br>2. 心得反思回饋單撰寫<br>3. 心得分享與討論<br><br><活動 3>揭開「秘密」<br>1. 家庭暴力與親密暴力的現況<br>2. 目睹家庭暴力對兒少的影響<br>3. 其他家庭秘密<br>4. 幫助家庭更好的資源 | 2 | <b>自編教材</b><br><br>玩轉學校議題式桌遊「秘密」 | 態度評定<br>口頭發表<br>高層次紙筆評量 |                                |  |
| 第二十一週                           | 輔 Ca-IV-2 自                                     | 1c-IV-1 澄清個人                                                                   | <b>主題二：點亮人生光明燈</b>                                                                                                                                                                 | 1 | ◎校內活動-寒假作業職業訪談                   | 活動參與                    | 【生涯規劃教                         |  |

|                 |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                              |                                                        |   |     |                    |                          |  |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---|-----|--------------------|--------------------------|--|
| 1/13~1/17<br>段考 | 我生涯探索與統整。<br>家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。                                                                                                                                             | 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。<br>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。                                                                                           | <b>單元 5：職業大蒐秘</b><br>1. 確認各組成員名單及預計採訪職業。<br>2. 學生討論時間。 |   | 業訪談 | 小組合作<br>實作評量       | 育】<br>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 |  |
| 第二十二週<br>1/20   | 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。<br>家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。<br>家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。<br>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。<br>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。<br>童 Db-IV-3 友 | 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。<br>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。<br>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。<br>2d-IV-1 運用創新能力，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。 | 1. 複習家政課程主題。<br>2. 複習童軍課程主題                            | 2 |     | 1. 口語評量<br>2. 實作評量 |                          |  |



|               |                                                                                     |                                  |                                                                              |  |  |      |                                |  |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--|--|------|--------------------------------|--|
|               | 善環境的樂活旅行與遊憩活動。                                                                      |                                  |                                                                              |  |  |      |                                |  |
| 第二十二週<br>1/20 | 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。<br><br>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。 | 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。 | <b>主題二：點亮人生光明燈</b><br><b>單元 5：職業大蒐秘</b><br>1. 擬定職業達人訪談大綱<br>2. 說明訪談時的禮儀及注意事項 |  |  | 小組合作 | 【生涯規劃教育】<br>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 |  |

六、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 |
|------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|---------|
|      |             | <input type="checkbox"/> 簡報<br><br><input type="checkbox"/> 印刷品<br><br><input type="checkbox"/> 影音光碟<br><br><input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之 |        |      |         |

|  |  |                    |  |  |  |
|--|--|--------------------|--|--|--|
|  |  | 教學資料，請說明：<br>_____ |  |  |  |
|--|--|--------------------|--|--|--|

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。