

彰化縣縣立萬興國民中學 110 學年度第一學期 8 年級綜合領域 / 科目課程

5、各年級領域學習課程計畫

**5-1** 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

**5-2** 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

**5-3** 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	8	教學節數	每週 3 節，本學期共 63 節。
課程目標	<p>家政：</p> <p>(一) 認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。</p> <p>(二) 分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。</p> <p>(三) 瞭解家庭長輩的人生經歷，接納不同的價值觀，增進家庭的互動關係。</p> <p>童軍：</p> <p>(一) 學習戶外裝備攜帶的知能，以提升戶外活動的安全與品質。</p> <p>(二) 學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。</p> <p>(三) 遇到天氣狀況，學習急救應變技能。</p> <p>輔導：</p> <p>(一) 覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。</p> <p>(二) 瞭解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。</p> <p>(三) 認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。</p>				
領域核心素養	<p>家政：</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>				

	<p>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。</p> <p>童軍：</p> <p>綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。</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>輔導：</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-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。</p> <p>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。</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，發揮正向的影響力，培養力他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。</p>
<p>重大議題融入</p>	<p>家政：</p> <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>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p> <p>童軍：</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</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> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p> <p>安 J11 學習創傷救護技能。</p> <p>輔導：</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>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。</p>

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。

涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

涯 J6 建立對於未來生涯的願景。

生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。

### 課程架構

教學進度 (週次)	教學單元名稱	節數	學習重點		學習目標	學習活動	評量方式	融入議題 內容重點
			學習表現	學習內容				
一	美味「食」驗室	1	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	【活動一】探索料理祕訣（一） 1.表達增加料理效率的相關方式和經驗。 2.嘗試將料理依照食材與烹調法歸納分類。 3.蒐集與善用資料，解決料理問題。	認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。	1.口語分享 2.學習紀錄 3.高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
一	戶外生活大晉級	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	【活動一】戶外活動繽紛樂 1. 表達自己的戶外活動經驗。	學習戶外裝備攜帶的知能，以提升戶外活	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程

				童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	2.瞭解戶外活動可能發生的問題與解決方法。	動的安全與品質。		中落實原則。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
一	人際事務所	1	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動一】朋友的模樣 體認友誼的意義，覺察自己的交友傾向。	覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。	1.口語評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
二	美味「食」驗室	1	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	【活動一】探索料理祕訣（二） 1.表達增加料理效率的相關方式和經驗。 2.嘗試將料理依照食材與烹調法歸納分類。 3.蒐集與善用資料，解決料理問題。	認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。	1.口語分享 2.學習紀錄 3.高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
二	戶外生活大晉級	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	【活動二】「衣」展戶外魔法（一） 瞭解戶外基本衣著知能，提升戶外活動時的自我保護並降低對環境的衝擊。	學習戶外裝備攜帶的知能，以提升戶外活動的安全與品質。	1.口語評量 2.活動參與 3.實作評量	戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
二	人際事務所	1	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。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危	【活動二】指尖下的滑世代（一） 分析各種交友管道	覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維	1.實作評量 2.口語評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。

			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。	機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	的特色，探討網路交友的風險。	持正向友誼關係。		品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
三	美味「食」驗室	1	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	【活動二】「食」在有計畫 1.瞭解食材的挑選和清洗方式。 2.瞭解烹飪流程計畫的整體概念並嘗試做烹飪計劃。	認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。	1.口語分享 2.高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
三	戶外生活大晉級	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	【活動二】「衣」展戶外魔法(二) 1. 瞭解戶外基本衣著知能，提升戶外活動時的自我保護並降低對環境的衝擊。	學習戶外裝備攜帶的知能，以提升戶外活動的安全與品質。	1.口語評量 2.活動參與 3.實作評量	戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
三	人際事務所	1	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動二】指尖下的滑世代(二) 分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風險。	覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。	1.實作評量 2.口語評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、

								休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
四	美味「食」驗室	1	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	【活動三】料理練功坊（一） 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。	認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。	1.實作評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
四	戶外生活大晉級	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	【活動三】行前有規畫，「包」準沒煩惱（一） 具備基本的戶外裝備知能，能因應戶外活動的需求或突發情形，提升戶外活動的安全與品質。	學習戶外裝備攜帶的知能，以提升戶外活動的安全與品質。	1.口語評量 2.實作評量 3.高層次紙筆評量	戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
四	人際事務所	1	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動三】朋友的距離 釐清自己的人際界線，並尊重他人的人際界線。	覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。	1.實作評量 2.口語評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
五	美味「食」驗室	1	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	【活動三】料理練功坊（二） 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。	認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。	1.實作評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
五	戶外生活大晉級	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	【活動三】行前有規畫，「包」準沒煩	學習戶外裝備	1.口語評量 2.實作評量	戶 J4 理解永續發展的

			力，並與環境做合宜的互動。	童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	惱(二) 具備基本的戶外裝備知能，能因應戶外活動的需求或突發情形，提升戶外活動的安全與品質。	攜帶的知能，以提升戶外活動的安全與品質。	3.高層次紙筆評量	意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
五	人際事務所	1	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動四】友誼一點通(一) 應用溝通技巧，維持正向友誼關係。	覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。	1.實作評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
六	美味「食」驗室	1	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	【活動四】料理一定行 1. 分享烹飪過程中的心得。 2.以烹飪流程計畫的概念分析檢核各階段中實作的優缺點，並嘗試找出烹飪計畫的改進方案。	認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。	1. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。
六	戶外生活大晉級	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	【活動四】準備出門「野 Fun 去」 整合運用戶外活動衣著、糧食、裝備等知能，規劃並檢核戶外活動前的準備，提升戶外活動安全與品質的成效。	學習戶外裝備攜帶的知能，以提升戶外活動的安全與品質。	1.口語評量 2.實作評量 3.高層次紙筆評量	戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

六	人際事務所	1	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動四】友誼一點通（二） 應用溝通技巧，維持正向友誼關係。	覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。	1.實作評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。
七	【第一次評量週】	1	複習評量	複習評量	複習評量	分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。	複習評量	複習評量
八	「衣」美專家	1	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	【活動一】「衣」探究竟 覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。	學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。	1. 口語評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
八	戶外飲食樂逍遙	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	【活動一】戶外開伙樂無窮 分享適合在戶外食用的食物項目與種類，以及戶外活動飲、食的經驗。	瞭解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
八	情緒我做主	1	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	【活動一】情緒樣貌 1. 認識各種正負向的情緒。 2. 覺察自己在事件中常出現的情緒。		1.口語評量 2.實作評量	生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。



九	「衣」美專家	1	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	【活動二】打造高「衣」Q（一） 分析衣服顏色所呈現的感覺，並依據外型選擇衣物、配件，找出適合的服裝穿搭。	分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
九	戶外飲食樂逍遙	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	【活動二】野炊準備好 Easy（一） 探究戶外活動食物選擇的原則，規劃、準備戶外活動食材的數量與項目。	學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
九	情緒我做主	1	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	【活動二】情緒偵查站 1. 瞭解情緒發生的原因。 2. 瞭解情緒的不同反應。	瞭解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。	1.口語評量	生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。
十	「衣」美專家	1	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	【活動二】打造高「衣」Q（二） 分析衣服顏色所呈現的感覺，並依據外型選擇衣物、配件，找出適合的服裝穿搭。	分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
十	戶外飲食樂逍遙	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	【活動二】野炊準備好 Easy（二） 探究戶外活動食物選擇的原則，規劃、準備戶外活動食材的數量與項目。	學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
十	情緒我做主	1	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危	【活動三】我的情緒地圖（一） 1. 用心關照自己的情緒。 2. 瞭解情緒對自己	瞭解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。	1.口語評量	生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的

				機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	心理及生理的影響。			方法。
十一	「衣」美專家	1	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家Bb-IV-1 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。	【活動三】翻閱「衣」Q事件簿（一） 運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。	分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。
十一	戶外飲食樂逍遙	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	【活動三】預約戶外野炊 選用合適的爐具、炊具，正確操作且瞭解使用安全事項，並能事先規劃戶外炊事。	學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
十一	情緒我做主	1	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	【活動三】我的情緒地圖（二） 1. 用心關照自己的情緒。 2. 瞭解情緒對自己心理及生理的影響。	瞭解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。	1.口語評量	生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。
十二	「衣」美專家	1	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家Bb-IV-1 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。	【活動三】翻閱「衣」Q事件簿（二） 運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。	分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。
十二	戶外飲食樂逍遙	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	【活動四】開心野炊「Fun 飯趣」(一) 展現野炊技巧並享受過程中的樂趣，活動結束後能省思、改善未盡理想之處。	學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
十二	情緒我做主	1	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危	【活動四】情緒新處方（一） 1. 學習因應自己的情緒。 2. 學習各種調適情	瞭解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。	1.實作評量 2.學習紀錄	生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的

				機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	緒的方法。			方法。
十三	「衣」美專家	1	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	【活動四】「玩」美「衣」Q 研究室 省思個人形象管理與欣賞個人美感。	分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。	1. 高層次紙筆評量	涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。
十三	戶外飲食樂逍遙	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	【活動四】開心野炊「Fun 飯趣」(二) 展現野炊技巧並享受過程中的樂趣，活動結束後能省思、改善未盡理想之處。	學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
十三	情緒我做主	1	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	【活動四】情緒新處方(二) 1. 學習因應自己的情緒。 2. 學習各種調適情緒的方法。	瞭解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。	1.實作評量 2.學習紀錄	生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。
十四	【第二次評量週】	1	複習評量	複習評量	複習評量		複習評量	複習評量
十五	幸福一家人	1	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動一】「緣」來一家人 說出家庭發展歷程可能面臨的挑戰，並分享自己與家人互動情形。	瞭解家庭長輩的人生經歷，接納不同的價值觀，增進家庭的互動關係。	1. 口頭分享	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。
十五	戶外安全練功坊	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。	【活動一】沙盤推演 分享戶外活動與在	遇到天氣狀況，學習急救	1.活動參與 2.口語評量	戶 J5 在團隊活動中，

			與環境做合宜的互動。	<p>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。</p> <p>童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。</p> <p>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。</p>	家活動的差異；並討論可能發生的意外狀況及相關的安全要素。	應變技能。	3.學習紀錄	<p>養成相互合作與互動的良好態度與技能。</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p> <p>安 J11 學習創傷救護技能。</p>
十五	生涯探照燈	1	<p>1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。</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>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>輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。</p> <p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p>	【活動一】做自己的主角（一） 探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。	認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。	1.高層次紙筆評量	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>
十六	幸福一家人	1	<p>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。</p> <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。</p> <p>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。</p>	【活動二】打開時光寶盒（一） 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。	瞭解家庭長輩的人生經歷，接納不同的價值觀，增進家庭的互動關係。	1. 學習紀錄	<p>多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p>
十六	戶外安全練功坊	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	<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>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基</p>	【活動二】戶外安全對策（一） 學習戶外活動前各	遇到天氣狀況，學習急救應變技能。	<p>1.實作評量</p> <p>2.口語評量</p> <p>3.活動參與</p>	戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與

				<p>本能力的培養與運用。</p> <p>童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。</p> <p>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。</p>	<p>項安全準備，如掌握天氣狀況、規畫雨天備案、防備可能的意外狀況等相關知識與技能。</p>			<p>互動的良好態度與技能。</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p> <p>安 J11 學習創傷救護技能。</p>
十六	生涯探照燈	1	<p>1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。</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>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>輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。</p> <p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p>	<p>【活動一】做自己的主角(二)</p> <p>探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。</p>	<p>認識技職學群的特色,引導檢視自我特質之相應情況。</p>	<p>1.高層次紙筆評量</p>	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>
十七	幸福一家人	1	<p>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。</p> <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。</p> <p>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。</p>	<p>【活動二】打開時光寶盒(二)</p> <p>1. 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。</p>	<p>瞭解家庭長輩的人生經歷,接納不同的價值觀,增進家庭的互動關係。</p>	<p>1. 學習紀錄</p>	<p>多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p>
十七	戶外安全練功坊	1	<p>3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。</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>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。</p>	<p>【活動二】戶外安全對策(二)</p> <p>學習戶外活動前各項安全準備，如掌</p>	<p>遇到天氣狀況,學習急救應變技能。</p>	<p>1.實作評量 2.口語評量 3.活動參與</p>	<p>戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度</p>

				<p>童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。</p> <p>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。</p>	<p>握天氣狀況、規畫雨天備案、防備可能的意外狀況等相關知識與技能。</p>			<p>與技能。</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p> <p>安 J11 學習創傷救護技能。</p>
十七	生涯探照燈	1	<p>1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。</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>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>輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。</p> <p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p>	<p>【活動二】我的 Style 探索自己特質與生涯類型的關聯，分析出自己的荷倫碼及生涯規劃間的關係。</p>	<p>認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。</p>	<p>1.高層次紙筆評量</p>	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與宿命、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>
十八	幸福一家人	1	<p>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。</p> <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。</p> <p>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。</p>	<p>【活動三】風華人生</p> <p>1. 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員互動方式。</p> <p>2. 檢視家庭對自我發展的影響。</p>	<p>瞭解家庭長輩的人生經歷，接納不同的價值觀，增進家庭的互動關係。</p>	<p>1. 實作評量</p>	<p>多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p>
十八	戶外安全練功坊	1	<p>3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。</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>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。</p> <p>童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用</p>	<p>【活動三】安全急先鋒</p> <p>應用戶外安全知能，分析可能發生的意外狀況，並規</p>	<p>遇到天氣狀況，學習急救應變技能。</p>	<p>1.實作評量 2.口語評量 3.學習紀錄</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>

				及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	畫提昇戶外安全與品質的應變策略。			安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。
十八	生涯探照燈	1	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動三】打造未來之星（一） 運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能的生涯發展方向。	認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。	1.高層次紙筆評量 2.實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與宿命、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。
十九	幸福一家人	1	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動四】用心的愛（一） 1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2.執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	瞭解家庭長輩的人生經歷，接納不同的價值觀，增進家庭的互動關係。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。
十九	戶外安全練功坊	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	【活動三】安全急先鋒（二） 應用戶外安全知能，分析可能發生的意外狀況，並規畫提昇戶外安全與	遇到天氣狀況，學習急救應變技能。	1.實作評量 2.口語評量 3.學習紀錄	戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 安 J4

				童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	品質的應變策略。			探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。
十九	生涯探照燈	1	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動三】打造未來之星（二） 運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能的生涯發展方向。	認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。	1.高層次紙筆評量 2.實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。
二十	幸福一家人	1	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動四】用心的愛（二） 1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2.執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	瞭解家庭長輩的人生經歷，接納不同的價值觀，增進家庭的互動關係。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。
二十	戶外安全練功坊	1	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	【活動四】戶外安全防护高手 整合各種戶外安全相關知能，運用相關繩結知能，以提升戶外活動安全與品質。	遇到天氣狀況，學習急救應變技能。	1.實作評量 2.口語評量	戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 安 J4 探討日常生活發



				合與運用。				生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。
二十	生涯探照燈	1	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動四】追夢高手 善用生涯相關資訊，評估自己的生涯願景，調整生涯策略，以促進個人成長。	認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。	1.高層次紙筆評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。
二十一	【第三次評量週】	1	複習評量	複習評量	複習評量		複習評量	複習評量

備註：

- 1.總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
- 2.教學進度請敘明週次即可(上學期 21 週、下學期 20 週)，如行列太多或不足，請自行增刪。
- 3.各年級段考時間：
  - (1)七、八年級：上學期為第 7、14、21 週；下學期為第 7、14、20 週。
  - (2)九年級：上學期為上學期為第 7、14、21 週；下學期為第 7、12 週。
- 4.九年級會考時間：下學期第 13 週。

彰化縣縣立萬興國民中學 110 學年度第二學期 8 年級綜合領域 / 科目課程

5、各年級領域學習課程計畫

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	8	教學節數	每週 3 節，本學期共 60 節。			
課程目標								
領域核心素養								
重大議題融入								
課程架構								
教學進度 (週次)	教學單元名稱	節數	學習重點		學習目標	學習活動	評量方式	融入議題 內容重點
			學習表現	學習內容				
一	野外探險不冒險	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	<b>【活動一】</b> 野外活動樂無窮 1. 分享登山活動對人類的吸引力及登山經驗。 2. 討論登山活動中可能發生的危險情境。	學習分析山林活動的風險，規劃危機預防與因應的策略。	1.口語評量 2.學習紀錄	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的

								知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。
一	性別跨時代	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	【活動一】性別思辨力（一） 檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會 4F 反思性別刻板印象。	探究性別刻板印象，學習尊重不同的個體和特質，營造友善氛圍。	1.口語評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9
一	料理傳家	1	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	【活動一】餐桌上的故事 1.探索各地年節料理所代表的文化意義。 2.分享自己家庭的年節料理與背後象徵的意義。	藉由食物連結自己的成長過程與家人互動關係，找到屬於家庭的味道。	1.口語評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
二	野外探險不冒險	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動二】危機就是轉機（一） 1.探究登山活動中各種危險情境的成因。 2.找出保護自己或他人的方法。	學習分析山林活動的風險，規劃危機預防與因應的策略。	1.口語評量 2.學習紀錄	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做

								出適當的判斷及行動。 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。
二	性別跨時代	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	【活動一】性別思辨力（二） 檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會 4F 反思性別刻板印象。	探究性別刻板印象，學習尊重不同的個體和特質，營造友善氛圍。	1.口語評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9
二	料理傳家	1	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	【活動二】代代傳愛 1.覺察在自己的生命經驗中，家人為自己準備的美食與自己的關係和意義。 2.以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。	藉由食物連結自己的成長過程與家人互動關係，找到屬於家庭的味道。	1.學習紀錄	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
三	野外探險不冒險	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。	【活動二】危機就是轉機（二） 1.探究登山活動中各種危險情境的成	學習分析山林活動的風險，規劃危機預防與因應的策略。	1.口語評量 2.學習紀錄	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4

				童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	因。 2.找出保護自己或他人的方法。			臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。
三	性別跨時代	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	【活動二】睜開性別之眼（一） 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性化的生涯規劃。	探究性別刻板印象，學習尊重不同的個體和特質，營造友善氛圍。	1.口語評量 2.實作評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9
三	料理傳家	1	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	【活動三】家傳菜，手作情（一） 1.運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。 2.在製作、記錄與訪談家人的過程中探索家傳料理對	藉由食物連結自己的成長過程與家人互動關係，找到屬於家庭的味道。	1.學習紀錄	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角

					自己與家庭的意義及價值。			色責任。
四	野外探險不冒險	1	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。	<p>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。</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>童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。</p> <p>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。</p>	<p>【活動三】險中求生，絕處逢生(一)</p> <p>1. 分析登山活動中的各種風險。</p> <p>2. 提出基本預防及危機因應的策略。</p>	學習分析山林活動的風險，規劃危機預防與因應的策略。	<p>1.口語評量</p> <p>2.學習紀錄</p>	<p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>防 J4 臺灣災害預警的機制。</p> <p>防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。</p> <p>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。</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>
四	性別跨時代	1	<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>3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。</p>	<p>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。</p> <p>輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。</p>	<p>【活動二】睜開性別之眼(二)</p> <p>認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性化的生涯規劃。</p>	探究性別刻板印象，學習尊重不同的個體和特質，營造友善氛圍。	<p>1.口語評量</p> <p>2.實作評量</p>	<p>性 J1</p> <p>性 J3</p> <p>性 J4</p> <p>性 J5</p> <p>性 J6</p> <p>性 J7</p> <p>性 J9</p> <p>性 J11</p> <p>人 J6</p> <p>品 J7</p> <p>生 J3</p> <p>法 J1</p> <p>法 J2</p> <p>家 J12</p> <p>涯 J5</p> <p>國 J7</p> <p>國 J9</p>
四	料理傳家	1	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。	【活動三】家傳菜，手作情(二)	藉由食物連結自己的成長過程與家人	1.學習紀錄	家 J5 了解與家人溝通

			人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	1.運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。 2.在製作、記錄與訪談家人的過程中探索家傳料理對自己與家庭的意義及價值。	互動關係，找到屬於家庭的味道。		互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
五	野外探險不冒險	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動三】險中求生，絕處逢生(二) 1. 分析登山活動中的各種風險。 2. 提出基本預防及危機因應的策略。	學習分析山林活動的風險，規劃危機預防與因應的策略。	1.口語評量 2.學習紀錄	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。
五	性別跨時代	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	【活動三】性別職業萬花筒 引導學生自我特質與興趣，再思考如何選擇未來的發展及職業，從而打破傳統的工作性別框架。	探究性別刻板印象，學習尊重不同的個體和特質，營造友善氛圍。	1.口語評量 2.實作評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12

								涯 J5 國 J7 國 J9
五	料理傳家	1	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	【活動四】譜出家的溫度（一） 1.藉由分享自己與欣賞他人的家傳料理卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2.省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。	藉由食物連結自己的成長過程與家人互動關係，找到屬於家庭的味道。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
六	野外探險不冒險	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動四】順利生存有法寶 1. 評估登山活動中的各種風險。 2. 因應風險危機的處理，選用適當的策略以解決問題並保護自己或他人。	學習分析山林活動的風險，規劃危機預防與因應的策略。	1.口語評量 2.實作評量 3.高層次紙筆評量	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。
六	性別跨時代	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	【活動四】性別平等進行室 在辨識性別刻板印象之後，瞭解性別訊息的存在，引導學生從中反思在面對性別不平等的遭	探究性別刻板印象，學習尊重不同的個體和特質，營造友善氛圍。	1. 高層次紙筆評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9



					遇時之感受，以及可採用的應對方式。			性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9
六	料理傳家	1	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	【活動四】譜出家的溫度（二） 1.藉由分享自己與欣賞他人的家傳料理卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2.省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。	藉由食物連結自己的成長過程與家人互動關係，找到屬於家庭的味道。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
七	【第一次評量週】	1	複習評量	複習評量	複習評量	評估野外危險情境，學習運用自然資源解決保暖問題。	複習評量	複習評量
八	野地生存絕技	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	【活動一】環環相扣解危機 1. 能表達野外可能發生的危險情境。 2. 能瞭解野外活動危機預防與應變的重要性。	學習合宜的相處之道，建立正確、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福。	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
八	愛情四季	1	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭	【活動一】愛情來了學習面對情竇初開的自己，該如何因應。	覺察自己與家人的溝通方式，並培養良好家庭關係的表達與處理能力。	1.口語評量 2.實作評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感

				建立的預備。				表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。
八	傾聽心的聲音	1	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動一】家人互動二三事 表達自己與家人互動的情形，瞭解家人互動如何影響家庭氣氛。		1.口語評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
九	野地生存絕技	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	【活動二】掌握方向不迷途 (一) 根據野外常見意外，蒐集各種預防迷路的方法，以保障野外活動安全。	評估野外危險情境，學習運用自然資源解決保暖問題。	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
九	愛情四季	1	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	【活動二】尊重的開始 在愛情中學習尊重自己與對方。	學習合宜的相處之道，建立正確、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福感。	1.口語評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我

									保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。
九	傾聽心的聲音	1	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動二】心的彼端 分析與家人溝通的模式，學習適當表達的方式。	覺察自己與家人的溝通方式，並培養良好家庭關係的表達與處理能力。	1.學習紀錄	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
十	野地生存絕技	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	【活動二】掌握方向不迷途 (二) 根據野外常見意外，蒐集各種預防迷路的方法，以保障野外活動安全。	評估野外危險情境，學習運用自然資源解決保暖問題。	1.口語評量 2.活動參與	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	
十	愛情四季	1	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	【活動三】和平的結束 (一) 在愛情中學習和平分手，好聚好散。	學習合宜的相處之道，建立正確、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福感。	1.口語評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
十	傾聽心的聲音	1	2a-IV-3 覺察自己與家人溝	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	【活動三】在對話中	覺察自己與家人的	1.實作評量	家 J5	

			通的方式，增進經營家庭生活的能力。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	成長（一） 1. 練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。 2. 運用有效溝通方法，正向解決家人互動問題。	溝通方式，並培養良好家庭關係的表達與處理能力。		了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
十一	野地生存絕技	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	【活動三】STOP 待生機 1. 認識 S.T.O.P 法則，學習安全的應變行為。 2. 因應各種危險情況，發出求生訊號。	評估野外危險情境，學習運用自然資源解決保暖問題。	1.學習紀錄 2.實作評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
十一	愛情四季	1	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	【活動三】和平的結束（二） 在愛情中學習和平分手，好聚好散。	學習合宜的相處之道，建立正確、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福感。	1.口語評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。
十一	傾聽心的聲音	1	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際	【活動三】在對話中成長（二） 1. 練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。 2. 運用有效溝通方法，正向解決家人	覺察自己與家人的溝通方式，並培養良好家庭關係的表達與處理能力。	1.實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角

				關係。	互動問題。			色責任。
十二	野地生存絕技	1	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。	<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>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。</p> <p>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。</p> <p>童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。</p>	<p>【活動四】野地建築動起來（一）</p> <p>1. 能分析野外風險，選擇適合的緊急避難所搭建位置。</p> <p>2. 能選用合宜應變策略並運用自然資源，搭建緊急避難所。</p>	評估野外危險情境，學習運用自然資源解決保暖問題。	<p>1. 實作評量</p> <p>2. 高層次紙筆評量</p>	<p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>
十二	愛情四季	1	<p>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。</p> <p>2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。</p>	<p>輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p> <p>輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。</p> <p>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。</p> <p>家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。</p>	<p>【活動四】好好愛自己（一）</p> <p>體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。</p>	學習合宜的相處之道，建立正確、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福。	1.實作評量	<p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p> <p>人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>
十二	傾聽心的聲音	1	<p>2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。</p> <p>2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。</p>	<p>家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。</p> <p>家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>【活動四】愛的連線（一）</p> <p>1. 擬定並執行增進家人關係與溝通的活動。</p> <p>2. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。</p>	覺察自己與家人的溝通方式，並培養良好家庭關係的表達與處理能力。	1.實作評量	<p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p>
十三	野地生存絕技	1	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。	<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>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。</p>	<p>【活動四】野地建築動起來（二）</p> <p>1. 能分析野外風險，選擇適合的緊</p>	評估野外危險情境，學習運用自然資源解決保暖問題。	<p>1. 實作評量</p> <p>2. 高層次紙筆評量</p>	<p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，</p>

				輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。	急避難 所搭建位置。 2. 能選用合宜應變策略並運用自然資源，搭建緊急避難所。			培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
十三	愛情四季	1	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	【活動四】好好愛自己(二) 體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。	學習合宜的相處之道，建立正確、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福感。	1.實作評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。
十三	傾聽心的聲音	1	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	【活動四】愛的連線(二) 1.擬定並執行增進家人關係與溝通的活動。 2.根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。	覺察自己與家人的溝通方式，並培養良好家庭關係的表達與處理能力。	1.實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。
十四	【第二次評量週】	1	複習評量	複習評量	複習評量		複習評量	複習評量
十五	野外求生看過來	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探	【活動一】野外飲食知多少 能分享野外活動過程中，覓食與收集安全飲水的經驗。	透過學習野外飲食與飲水的方法，提升野外生存能力。	1. 口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑

				究、執行與省思。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。				戰的能力與態度。
十五	職業面面觀	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動一】繽紛職業秀 瞭解現今社會中的各類行業。	探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。	1.口語評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
十五	愛家進行曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	【活動一】家人親愛拼圖 表達個人家庭中的生活經營經驗。	分析個人的家庭生活經驗，主動表達愛，創造出讓家人感動的時刻。	1. 口語評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。
十六	野外求生看過來	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動二】Z 世代神農氏（一） 1. 認識野外尋找水源與取水的方法。 2. 學習自製濾水器的過濾方式與製作方法。 3. 運用網路資源辨識可食植物，瞭解其特徵。	透過學習野外飲食與飲水的方法，提升野外生存能力。	1. 學習紀錄 2. 高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
十六	職業面面觀	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動二】職業大進擊（一） 分析自己期待從事的行業，以及目前條件的差距和職場倫理。	探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。	1.口語評量 2.實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
十六	愛家進行曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	【活動二】愛的通關密語（一） 覺察經營家庭生活所需的各種能力。	分析個人的家庭生活經驗，主動表達愛，創造出讓家人感動的時刻。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。
十七	野外求生看過來	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危	【活動二】Z 世代神農氏（二） 1. 認識野外尋找水源與取水的方法。 2. 學習自製濾水器的過濾方式與製	透過學習野外飲食與飲水的方法，提升野外生存能力。	1. 學習紀錄 2. 高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。

				機因應與克服困境的方法。	作方法。 3. 運用網路資源辨識可食植物，瞭解其特徵。			
十七	職業面面觀	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動二】職業大進擊（二） 分析自己期待從事的行業，以及目前條件的差距和職場倫理。	探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。	1.口語評量 2.實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
十七	愛家進行曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	【活動二】愛的通關密語（二） 覺察經營家庭生活所需的各種能力。	分析個人的家庭生活經驗，主動表達愛，創造出讓家人感動的時刻。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。
十八	野外求生看過來	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動三】野外求生野炊達人 1. 選用無具野炊炊具與菜單準備。 2. 討論規劃野炊分工表。	透過學習野外飲食與飲水的方法，提升野外生存能力。	1. 高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
十八	職業面面觀	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動三】職業世界想像未來職業世界的變化，及對人類的影響。	探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。	1.口語評量 2.實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
十八	愛家進行曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	【活動三】愛的存摺（一） 擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。	分析個人的家庭生活經驗，主動表達愛，創造出讓家人感動的時刻。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。
十九	野外求生看過來	1	3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動四】野外求生動手做（一） 1. 執行無具野炊活動。 2. 以友善環境的方式善後。	透過學習野外飲食與飲水的方法，提升野外生存能力。	1. 高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。



十九	職業面面觀	1	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動四】我的未來我做主（一） 探索職業變化與自我的關聯，以及應有的準備。	探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。	1.口語評量 2.實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
十九	愛家進行曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	【活動三】愛的存摺（二） 擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。	分析個人的家庭生活經驗，主動表達愛，創造出讓家人感動的時刻。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。
二十	【第三次評量週】	1	複習評量	複習評量	複習評量		複習評量	複習評量

備註：

1.總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2.教學進度請敘明週次即可(上學期 21 週、下學期 20 週)，如行列太多或不足，請自行增刪。

3.各年級段考時間：

(1)七、八年級：上學期為第 7、14、21 週；下學期為第 7、14、20 週。

(2)九年級：上學期為上學期為第 7、14、21 週；下學期為第 7、12 週。

4.九年級會考時間：下學期第 13 週。