

彰化縣私立精誠國民中學附設國中部 112 學年度第 一 學期 八年級 綜合活動領域 / 輔導科目

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	國二	教學節數	每週( 1 )節，本學期共( 21 )節。			
課程目標	(一) 從自我面向拓展至與他人關係的層面，經由對個性的認識，學習欣賞與尊重自己與他人的異同。 (二) 覺察可能發生的人際衝突，進而學習溝通協商等處理策略，解決生活中所發生的人際衝突。							
領域核心素養	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。							
重大議題融入	【品德教育】 【生命教育】 【人權教育】 【生涯規劃教育】							
<b>課程架構</b>								
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				
第一週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	1. 能說出個人或家庭產生變化時的情緒感受與原因。 2. 能蒐集個人或家庭產生變化時可協助自我調適的相關資源。 3. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	活動一 情緒觀測站	1. 學生能透過表情與肢體展。 2. 現表達自身情緒。 3. 學生能覺察並表達自己的情緒狀態。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。
第二週	主題五：心之谷	1	1d-IV-1 覺察個	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣	1. 能說出個人或家庭產生變化時	活動二	學生完成	【品德教育】 品J1 溝通合作

	單元一：情緒密碼		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。	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-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	的情緒感受與原因。 2. 能蒐集個人或家庭產生變化時可協助自我調適的相關資源。 3. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	情緒曲線	「情緒曲線圖」。	與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。
第三週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	1. 能說出個人或家庭產生變化時的情緒感受與原因。 2. 能蒐集個人或家庭產生變化時可協助自我調適的相關資源。 3. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	活動三 思想情緒調節站	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。
第四週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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	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	1. 能說出個人或家庭產生變化時的情緒感受與原因。 2. 能蒐集個人或	活動三 思想情緒調節站	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。

			源，促進心理健康。	與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	家庭產生變化時可協助自我調適的相關資源。 3. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。			品 J8 理性溝通與問題解決。
第五週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	1. 能說出個人或家庭產生變化時的情緒感受與原因。 2. 能蒐集個人或家庭產生變化時可協助自我調適的相關資源。 3. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	活動三 思想情緒調節站	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	<b>【品德教育】</b> 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。
第六週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	1. 能說出個人或家庭產生變化時的情緒感受與原因。 2. 能蒐集個人或家庭產生變化時可協助自我調適的相關資源。	活動四 穩住情緒	完成屬於自己的「情緒紓解便利貼」。	<b>【品德教育】</b> 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。

				理困擾與失落經驗的因應。	3. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。			
第七週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落經驗的歷程與影響，及是否有心理困擾。 3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 4. 能分辨不同心理困擾與失落經驗者的所需協助，展現對己對人的關懷態度。	活動一 走過低潮	1. 口頭分享自己的失落經驗。 2. 了解失落經驗所經歷的歷程。	<b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第八週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落經驗的歷程與影響，及是否有心理困擾。 3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 4. 能分辨不同心	活動一 走過低潮	1. 口頭分享自己的失落經驗。 2. 了解失落經驗所經歷的歷程。	<b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 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。

					理困擾與失落經驗者的所需協助，展現對己對人的關懷態度。			
第九週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落經驗的歷程與影響，及是否有心理困擾。 3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 4. 能分辨不同心理困擾與失落經驗者的所需協助，展現對己對人的關懷態度。	活動一 走過低潮	1. 口頭分享自己的失落經驗。 2. 了解失落經驗所經歷的歷程。	<b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落經驗的歷程與影響，及是否有心理困擾。 3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 4. 能分辨不同心理困擾與失落經驗者的所需協助，展現對己對	活動二 心靈診療室	1. 能蒐集並分辨心理的協助。 2. 學習自助與助人。	<b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。

第十一週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家	1	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。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	人的關懷態度。 1. 能表達自我及家人對未來的期望。 2. 能覺察家人期許、個人能力特質、價值觀對生涯選擇的影響。 3. 能蒐集個人與家庭生涯發展的相關資訊，探索可能發展方向。 4. 能統整個人與家庭生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。	活動一 生涯期望值	1. 生涯期望塗鴉牆—實作評量。 2. 活動小省思—口語評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十二週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家	1	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。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	1. 能表達自我及家人對未來的期望。 2. 能覺察家人期許、個人能力特質、價值觀對生涯選擇的影響。 3. 能蒐集個人與家庭生涯發展的相關資訊，探索可能發展方向。 4. 能統整個人與家庭生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。	活動二 家人生涯史	我的訪問札記—實作評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十三週	主題六：彩繪生	1	1c-IV-1 澄清個	輔 Ca-IV-2 自我生	1. 能表達自我及	活動二	生涯筆記與	【生涯規劃教

	涯 單元一：生涯冒險家		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。 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。	涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	家人對未來的期望。 2. 能覺察家人期許、個人能力特質、價值觀對生涯選擇的影響。 3. 能蒐集個人與家庭生涯發展的相關資訊，探索可能發展方向。 4. 能統整個人與家庭生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。	家人生涯史	我的生涯價值探索—高層次紙筆評量。	<b>育】</b> 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十四週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家	1	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。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	1. 能表達自我及家人對未來的期望。 2. 能覺察家人期許、個人能力特質、價值觀對生涯選擇的影響。 3. 能蒐集個人與家庭生涯發展的相關資訊，探索可能發展方向。 4. 能統整個人與家庭生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。	活動二 家人生涯史	高層次紙筆評量。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十五週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家	1	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期	1. 能表達自我及家人對未來的期望。	活動二 家人生涯史	高層次紙筆評量。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J1 了解生涯

	險家		質、家人期許及相關生涯與升學資訊。 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。	許與自我發展之思辨。	2. 能覺察家人期許、個人能力特質、價值觀對生涯選擇的影響。 3. 能蒐集個人與家庭生涯發展的相關資訊，探索可能發展方向。 4. 能統整個人與家庭生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。			規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十六週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動一 工作世界	工作世界聯想—高層次紙筆評量。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十七週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標	活動二 職業瀏覽器	1. 職業調查報告—實作評量。 2. 高層次紙筆測驗。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。



第十八週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	的相關性。 1. 能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動二 職業瀏覽器	性別與職業一口語評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第十九週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養	1. 職人素養一口語評量。 2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
第二十週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養	1. 職人素養一口語評量。 2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

第二十一週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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。	輔Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養	1. 職人素養一口語評量。 2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
-------	-----------------------	---	----------------------------------	----------------------------------	---	-------------	---------------------------------------	--

彰化縣私立精誠國民中學附設國中部 112 學年度第 二 學期 八年級 綜合活動領域 / 輔導科目

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	國二	教學節數	每週( 1 )節，本學期共( 20 )節。			
課程目標	<p><b>輔導</b></p> <p>(一) 透過生活觀察與自我省思來理解性別刻板印象對於自身的影響，藉由多元性別議題的介紹，進而形塑正向的性別認同，並且落實真正的性別尊重。</p> <p>(二) 透過理想對象特質討論、交往想法的辯論、新聞案例討論，讓學生了解喜歡與愛情的差別、喜歡的理想情人特質、釐清愛情交往的迷思，以及因應分手失落的哀傷，進而在未來面對愛情關係，能抱持著合宜的觀念與態度。</p> <p>(三) 藉由職業資訊的介紹，協助學生了解自己的興趣、特質以及目前的職業世界，藉此建構個人的夢想藍圖。</p>							
領域核心素養	<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-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>							
重大議題融入	<p>【性別平等教育】</p> <p>【家庭教育】</p> <p>【生涯規劃】</p>							
<b>課程架構</b>								
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				
第一週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。 2. 討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性可能受到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 3. 發現性霸凌與	活動一 性別觀察家	1. 口語評量～性別事件簿中能寫出因為性別差異的困擾。 2. 紙筆評量～推理時間小組討論報告能指出性別刻板印象。	【性別平等教育】 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。

					性騷擾的問題，並學習適當的因應行為，以實際行動推廣性別平等觀念。			
第二週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。 2. 討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性可能受到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 3. 發現性霸凌與性騷擾的問題，並學習適當的因應行為，以實際行動推廣性別平等觀念。	活動一 性別觀察家	1. 口語評量～性別事件簿中能寫出因為性別差異的困擾。 2. 紙筆評量～推理時間小組討論報告能指出性別刻板印象。	<b>【性別平等教育】</b> 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。
第三週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別	1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。 2. 討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性可能受到的不平等對待，並反思在學	活動二 性別與尊重	紙筆評量～性平宣言能統整出自己應該調整的性別平等觀念。	<b>【性別平等教育】</b> 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。

				互動與態度的培養。	校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 3. 發現性霸凌與性騷擾的問題，並學習適當的因應行為，以實際行動推廣性別平等觀念。			
第四週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。 2. 討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性可能受到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 3. 發現性霸凌與性騷擾的問題，並學習適當的因應行為，以實際行動推廣性別平等觀念。	活動三 性別平等行動	小組報告～能在性平魔法書中採取實際採取反性霸凌與性騷擾的推廣行動。	<b>【性別平等教育】</b> 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。
第五週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3	1. 能釐清性別互動中的迷思，思考合宜的親密關係。 2. 能覺察愛情價值觀，並釐清親	活動一 影視作品的公式	能發表閱讀影視作品情節後對於各個面向的歸納。	<b>【家庭教育】</b> 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝

				合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。			突處理。
第六週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	1. 能釐清性別互動中的迷思，思考合宜的親密關係。 2. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。	活動二 初探感情路	口語評量。	<b>【家庭教育】</b> 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。
第七週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	1. 能釐清性別互動中的迷思，思考合宜的親密關係。	活動三 愛情不卡關	口語評量。	<b>【家庭教育】</b> 家 J3 了解人際交往、親密

			能。	家 Db-IV-3 合宜的交友 行為與態 度，及親密 關係的發展 歷程。	2. 能覺察愛情價 值觀，並釐清親 密關係的態度。 3. 能透過活動， 學習不同交往階 段國中生適宜的 性別互動與交往 態度。 4. 能分析不同的 分手態度帶來的 結果，選擇適合 的分手方式，並 調整分手後的心 態。			關係的發展， 以及溝通與衝 突處理。
第八週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	1	2a-IV-2 培養 親密關係的表 達與處理知 能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別 互動與態 度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友 行為與態 度，及親密 關係的發展 歷程。	1. 能釐清性別互 動中的迷思，思 考合宜的親密關 係。 2. 能覺察愛情價 值觀，並釐清親 密關係的態度。 3. 能透過活動， 學習不同交往階 段國中生適宜的 性別互動與交往 態度。 4. 能分析不同的 分手態度帶來的 結果，選擇適合 的分手方式，並 調整分手後的心 態。	活動三 愛情不卡 關	口語評量。	<b>【家庭教育】</b> 家 J3 了解人 際交往、親密 關係的發展， 以及溝通與衝 突處理。
第九週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	1	2a-IV-2 培養	輔 Dd-IV-2 合宜的性別	1. 能釐清性別互 動中的迷思，思	活動三	口語評量。	<b>【家庭教育】</b> 家 J3 了解人

			親密關係的表達與處理知能。	互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	考合宜的親密關係。 2. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。	愛情不卡關		際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。
第十週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	1	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	1. 能釐清性別互動中的迷思，思考合宜的親密關係。 2. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。	活動四 分手練習曲	1. 能與同學討論曾聽過或經歷過的分手原因及方式。 2. 學生能配合討論與演練分手對白。 3. 整理出分手後的適合與不適合作法，並思考自己。	<b>【家庭教育】</b> 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。



<p>第十一週</p>	<p>主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲</p>	<p>1</p>	<p>2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。</p>	<p>輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能釐清性別互動中的迷思，思考合宜的親密關係。</li> <li>2. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。</li> <li>3. 能透過活動，學習不同交往階段國中適宜的性別互動與交往態度。</li> <li>4. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。</li> </ol>	<p>活動四 分手練習曲</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能與同學討論曾聽過或經歷過的分手原因及方式。</li> <li>2. 學生能配合討論與演練分手對白。</li> <li>3. 整理出分手後的適合與不適合作法，並思考自己。</li> </ol>	<p><b>【家庭教育】</b> 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p>
<p>第十二週</p>	<p>主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路</p>	<p>1</p>	<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>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 覺察自我的興趣與其所適合的方向。</li> <li>2. 覺察自我的特質與能力及其所適合的方向。</li> <li>3. 統整興趣、特質、能力，了解自己的生涯興趣組型。</li> <li>4. 了解適配的職業群。</li> </ol>	<p>活動一 未來同學會</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生自評。</li> <li>2. 學生互評。</li> <li>3. 教師評量。</li> </ol>	<p><b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>
<p>第十三週</p>	<p>主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路</p>	<p>1</p>	<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>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 覺察自我的興趣與其所適合的方向。</li> <li>2. 覺察自我的特質與能力及其所適合的方向。</li> </ol>	<p>活動一 未來同學會</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生自評。</li> <li>2. 學生互評。</li> <li>3. 教師評量。</li> </ol>	<p><b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>

			許及相關生涯與升學資訊。		適合的方向。 3. 統整興趣、特質、能力，了解自己的生涯興趣組型。 4. 了解適配的職業群。			涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
第十四週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路	1	1c-IV-1 澄清個人價值觀並統整個人能力特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	1. 覺察自我的興趣與其所適合的方向。 2. 覺察自我的特質與能力及其所適合的方向。 3. 統整興趣、特質、能力，了解自己的生涯興趣組型。 4. 了解適配的職業群。	活動二 解開生涯謎	1. 學生自評。 2. 學生互評。 3. 教師評量。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
第十五週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	活動一 人生規畫局	學生實作與口頭分享。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。
第十六週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。	活動一 人生規畫局	學生實作與口頭分享。	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識

					4. 統整自己的生涯金三角。			與概念。
第十七週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	活動一 人生規畫局	1. 學生實作與討論。 2. 省思與回饋。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。
第十八週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	活動二 生涯過來人	1. 分享與討論。 2. 資料搜集與調查。 3. 省思與回饋。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。
第十九週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	活動二 生涯過來人	1. 口頭評量。 2. 省思與回饋。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。
第二十週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決	活動三 逐夢且踏實	實作與分享。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。

					策略。 4. 統整自己的生涯金三角。			涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。
--	--	--	--	--	-----------------------	--	--	--------------------

彰化縣私立精誠國民中學附設國中部 112 學年度第 一 學期 八年級 綜合活動 領域 / 童軍

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	八年級	教學節數	每週(1)節		
課程目標	<p>(一) 從自我面向拓展至與他人關係的層面，經由對個性的認識，學習欣賞與尊重自己與他人的異同。</p> <p>(二) 覺察可能發生的人際衝突，進而學習溝通協商等處理策略，解決生活中所發生的人際衝突。</p> <p>(三) 透過各項活動觀察和體驗，協助學生從生活中服飾的搭配和選擇，塑造個人形象，並藉由個人服飾專欄的完成，展現自我風格。</p> <p>(四) 觀察各種不同織物材質，了解服飾清潔與保養方法，並學習服飾整理與收納技巧，培養生活自理能力，進而達到良好生活之目標。</p> <p>(五) 透過一系列的野外團體活動與實作，讓學生學習露營相關知能。</p> <p>(六) 藉由實際規畫與從事露營活動，培養學生露營生活與省思的能力，促進團隊凝聚力與合作精神，進而展現自己的興趣與專長，並將這些對自我的認識，運用在生活中。</p>						
領域核心素養	<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>						
重大議題融入	<p style="text-align: center;"><b>【品德教育】</b></p> <p style="text-align: center;">品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p style="text-align: center;">品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p style="text-align: center;"><b>【戶外教育】</b></p> <p style="text-align: center;">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 style="text-align: center;"><b>【環境教育】</b></p> <p style="text-align: center;">環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。</p> <p style="text-align: center;"><b>【生命教育】</b></p> <p style="text-align: center;">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。</p> <p style="text-align: center;"><b>【人權教育】</b></p> <p style="text-align: center;">人 J6 札視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢</p>						
課程架構							
教學進度	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

(週次)			學習表現	學習內容			口語評量	內容重點
第一週	主題三：露營練功坊 單元一：可口吃野味	1	3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。	童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。	1. 分享曾參與或聽聞過的露營炊事活動經驗，或表達對於露營炊事活動環境的想法。 2. 覺察露營炊事與環境的關係，並探究出露營炊事時應遵守的原則。 3. 根據露營炊事原則，擬定友善環境的野外炊事計畫書。 4. 依照野炊計畫書完成露營炊事活動，並提出成果檢核及修正建議，體驗戶外生活的樂趣及反思永續環保的意義。	<b>活動一 友善的野炊</b> 一、我曾經歷／我想像中的戶外炊事 同學兩兩一組（或全班自由發表）分享自己曾有過的戶外炊事經驗，或是自己想像中的戶外炊事情境。 二、戶外炊事與所在環境的關聯 （一）請各小隊共同討論，探索戶外炊事與戶外環境兩者間的關聯性與會發生的狀況，並將討論結果條列出來。 （二）各小隊向全班分享討論結果。 三、探究戶外炊事共同原則 （一）請各小隊參考前兩輪的分享內容，並參考課本的範例內容，並運用網路蒐集相關資訊，歸納出在戶外炊事時須遵守的原則至少六項，以及這些原則的具體行動內容。 （二）各隊進行發表，教師協助統整		【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。

						各隊提出的內容，作為全班在日後課程中皆須遵守的戶外炊事原則。 三、教師總結叮嚀		
第二週	主題三：露營練功坊 單元一：可口吃野味	1	3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。	童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分享曾參與或聽聞過的露營炊事活動經驗，或表達對於露營炊事活動情境的想法。</li> <li>2. 覺察露營炊事與環境的關係，並探究出露營炊事時應遵守的原則。</li> <li>3. 根據露營炊事原則，擬定友善環境的野外炊事計畫書。</li> <li>4. 依照野炊計畫書完成露營炊事活動，並提出成果檢核及修正建議，體驗戶外生活的樂趣及反思永續環保的意義。</li> </ol>	<p>活動二 野炊有妙計</p> <p>一、活動說明</p> <p>(一) 本次規畫的小隊露營炊事計畫書，是以校園內的戶外炊事區域作為活動環境背景，並且以隔宿露營中常見的食材做為菜單設計的基準。</p> <p>(二) 小隊依據前一節課的戶外炊事原則，並參考課本或自行蒐集的炊事相關資訊，共同討論及撰寫完成小隊露營炊事計畫書。</p> <p>(三) 各隊將派代表將討論結果報告給全班，其他小隊可針對報告小隊的計畫內容給予補充建議或錯誤修正。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 透過口述、實物投影機或其他設備，讓小隊向同學報告計畫書內容。</p> <p>(二) 小隊根據同學們的建議進行內</p>	口語評量	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。

<p>第三週</p>	<p>主題三：露營練功坊 單元一：可口吃野味</p>	<p>1</p>	<p>3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。</p>	<p>童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p>	<p>1. 分享曾參與或聽聞過的露營炊事活動經驗，或表達對於露營炊事活動情境的想法。 2. 覺察露營炊事與環境的關係，並探究出露營炊事時應遵守的原則。 3. 根據露營炊事原則，擬定友善環境的野外炊事計畫書。 4. 依照野炊計畫書完成露營炊事活動，並提出成果檢核及修正建議，體驗戶外生活的樂趣及反思永續環保的意義。</p>	<p>容修正，最後交由教師進行檢查。 (三) 完成計畫書的小隊，可進行實作課程的事前準備工作分配。 三、教師總結</p> <p><b>活動三 野味上桌囉</b> 一、教師引言&amp;露營炊事實作活動說明 今日將進行小隊的野炊實作，希望大家都有依照上一節課的小隊炊事計畫書做好事前準備，接下來的露營炊事實作也請大家要依照計畫書進行，並且遵守幾項規定： (一) 注意時間，完成善後工作才可用美食。 (二) 注意用火狀況，須有人看顧，安全第一。 (三) 請注意食材烹煮的份量，不要製造過多廚餘。 (四) 依照分工進行野炊，隨時幫助他人完成工作。 二、進行露營炊事實作活動 (一) 定期提醒學生炊事的時間。</p>	<p>實作評量</p>	<p><b>【戶外教育】</b> 戶J4 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>(二) 巡視小隊狀況，掌握炊事進度。  (三) 提醒學生要先完成部分善後工作再享用料理。  (四) 小隊完成所有善後工作，須請教師進行檢核。</p>		
<p>第四週</p>	<p>主題三：露營練功坊  單元一：可口吃野味</p>	<p>1</p>	<p>3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。</p>	<p>童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。  童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p>	<p>1. 分享曾參與或聽聞過的露營炊事活動經驗，或表達對於露營炊事活動環境的想法。  2. 覺察露營炊事與環境的關係，並探究出露營炊事時應遵守的原則。  3. 根據露營炊事原則，擬定友善環境的野外炊事計畫書。  4. 依照野炊計畫書完成露營炊事活動，並提出成果檢核及修正建議，體驗戶外生活的樂趣及反思永續環保的意義。</p>	<p>(承上節課)  <b>活動三 野味上桌囉</b>  一、教師引言&amp;露營炊事實作活動說明  今日將進行小隊的野炊實作，希望大家都有依照上一節課的小隊炊事計畫書做好事前準備，接下來的露營炊事實作也請大家要依照計畫書進行，並且遵守幾項規定：  (一) 注意時間，完成善後工作才可享用美食。  (二) 注意用火狀況，須有人看顧，安全第一。  (三) 請注意食材烹煮的份量，不要製造過多廚餘。  (四) 依照分工進行野炊，隨時幫助他人完成工作。  二、進行露營炊事實作活動</p>	<p>實作評量</p>	<p><b>【戶外教育】</b>  戶 J4 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>(一) 定期提醒學生炊事的時間。  (二) 巡視小隊狀況，掌握炊事進度。  (三) 提醒學生要先完成部分善後工作再享用料理。  (四) 小隊完成所有善後工作，須請教師進行檢核。</p>		
<p>第五週</p>	<p>主題三：露營練功坊  單元一：可口吃野味</p>	<p>1</p>	<p>3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。</p>	<p>童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。  童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p>	<p>1. 分享曾參與或聽聞過的露營炊事活動經驗，或表達對於露營炊事活動環境的想法。  2. 覺察露營炊事與環境的關係，並探究出露營炊事時應遵守的原則。  3. 根據露營炊事原則，擬定友善環境的野外炊事計畫書。  4. 依照野炊計畫書完成露營炊事活動，並提出成果檢核及修正建議，體驗戶外生活的樂趣及反思永續環保的意義。</p>	<p><b>活動四 回顧野炊趣</b>  一、教師引言與提問  露營炊事實作結束後，關於小隊的露營炊事計畫書，你覺得還有哪些部分是需要再修正的呢？要如何修正呢？此外，這次學習到的計畫能力與實踐經驗，我們還可以如何應用在其他情境，例如隔宿露營中的戶外炊事活動呢？  二、學習活動說明與進行  (一) 請小隊共同找出實作課的問題與計畫書的修正方式，並記錄下來。  (二) 請小隊(或個人)運用本單元的學習經驗，規畫其</p>	<p>口語評量</p>	<p><b>【環境教育】</b>  環 J3 經由環境美學與自然文了解自然環境的倫理價值。</p>

						<p>他情境中的炊事計畫書。        (三)各隊發表調整後的計畫書內容，全班共同協助小隊進行目標達成度的評估工作。        三、教師總結</p>		
<p>第六週</p>	<p>主題三：露營練功坊          單元二：帳篷下的秘密</p>	<p>1</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>童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。          童 Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。</p>	<p>1. 認識帳篷的種類、功能及使用          2. 學會搭帳步驟，並能覺察自我能力參與小隊分工          3. 分析搭帳過程中發現或可能遇到的問題，並與他人進行溝通          4. 評估搭帳活動中問題並提出合適的解決方案以提升團隊效能</p>	<p><b>活動一 露營好幫手——帳篷</b>          一、教師引言：進行戶外活動，除了可以在樹蔭下休息、活動之外，我們還可以搭建帳篷；要在露營區營造一個家的感覺，帳篷也是最好的幫手之一，帳篷是寢室，天幕是客廳、餐廳、廚房。你看過那些帳篷呢？你有住過帳篷嗎？下列這些帳篷你覺得可用在那些地方呢？          二、帳篷認識          針對課本內的帳篷，請同學們討論你們看到了什麼？這些帳篷你覺得可以使用的場合為何？並派一人進行分享。          三、教師小結          (一)蝶翼天幕          (二)天幕帳(客廳</p>	<p>口語評量</p>	<p><b>【品德教育】</b>          品 J1 溝通合作與和諧人際關係。  <b>【戶外教育】</b>          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>

						帳) (三) 網屋炊事帳 (四) 蒙古包 (五) 印地安帳篷 (六) 一房一廳帳篷 (七) 快速帳 四、課程說明:帳篷的零件 搭建帳篷之前,首先要了解帳篷的構造與分類,讓我們以目前最常見的「蒙古包」為例,與小隊夥伴一起檢視帳篷的各式零件,並討論這些零件使用時機。 (一) 帳篷的零件 (二) 教師說明與統整 (三) 討論 (四) 學生進行回答並記錄		
第七週	主題三：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密（第一次段考）	1	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。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Cb-IV-3 露營中的	1. 認識帳篷的種類、功能及使用 2. 學會搭帳步驟，並能覺察自我能力參與小隊分工 3. 分析搭帳過程中發現或可能遇到的問題，並與他人進行溝通 4. 評估搭帳活動中問題並提出合適的解決方案以提升團	<b>活動二 蒙古包的搭設與拆收方法</b> 在我們了解帳篷的零件及其使用的注意事項後，若我們拿到一個蒙古包搭設說明書，該如何進行蒙古包搭設呢？蒙古包是各式帳篷中最容易上手搭建的一款帳篷。請配合下列步驟，	實作評量	<b>【品德教育】</b> 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 <b>【戶外教育】</b> 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作

				活動領導、溝通與問題解決。	隊效能	<p>與小隊進行討論與分工，該如何完成帳篷的搭設。</p> <p>一、教師說明搭設帳篷的注意要點</p> <p>二、教師說明拆收帳篷時需要注意的事項</p> <p>三、學生實際練習在老師指導下各組派人輪流上來進行搭設練習。依據課本上的搭設要點，進行搭帳考驗，學生可以依照課本說明進行搭設，並記錄搭設過程中犯的錯誤，或是遇到的問題。</p> <p>四、帳篷的保養為了要讓帳篷能夠長久的進行使用，就必須在收起來之前進行清潔與保養的工作，我們可以做哪些事情來保養及整理帳篷呢？請觀察以下圖示，與全班共同討論。</p> <p>五、教師歸納與總結</p>	與互動的良好態度與技能。	
第八週	主題三：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密	1	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人	童Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝	<p>1. 認識帳篷的種類、功能及使用</p> <p>2. 學會搭帳步驟，並能覺察自我能力參與小隊分工</p>	<p><b>活動二 蒙古包的搭設與拆收方法</b></p> <p>在我們了解帳篷的零件及其使用的注意事項後，若我們</p>	實作評量	<p><b>【品德教育】</b></p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關</p>

			<p>有效溝通與合作，並負責完成內工作。</p>	<p>通與問題解決。 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>3. 分析搭帳過程中的發現或可能遇到的問題，並與他人進行溝通 4. 評估搭帳活動中的問題並提出合適的解決方案以提升團隊效能</p>	<p>拿到一個蒙古包搭設說明書，該如何進行蒙古包搭設呢？蒙古包是各式帳篷中最容易上手搭建的一款帳篷。請配合下列步驟，與小隊進行討論與分工，該如何完成帳篷的搭設。 一、教師說明搭設帳篷的注意要點 二、教師說明拆收帳篷時需要注意的事項 三、學生實際練習在老師指導下各組派人輪流上來進行搭設練習。依據課本上的搭設要點，進行搭帳考驗，學生可以依照課本說明進行搭設，並記錄搭設過程中犯的錯誤，或是遇到的問題。 四、帳篷的保養 為了要讓帳篷能夠長久的進行使用，就必須在收起來之前進行清潔與保養的工作，我們可以做哪些事情來保養及整理帳篷呢？請觀察以下圖示，與全班共同討論。</p>		<p>係。 <b>【戶外教育】</b> 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>
--	--	--	--------------------------	---	--	---	--	---

						五、教師歸納與總結		
第九週	主題三：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密	1	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。	童Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。	1. 認識帳篷的種類、功能及使用 2. 學會搭帳步驟，並能覺察自我能力參與小隊分工 3. 分析搭帳過程中發現或可能遇到的問題，並與他人進行溝通 4. 評估搭帳活動中問題並提出合適的解決方案以提升團隊效能	<b>活動三 搭帳達人</b> 一、引言：小隊進行搭帳練習後，對於搭帳的步驟應更加熟悉，請小隊針對遇到的問題，於搭帳的過程中進行解決，並思考該如何讓小隊的搭帳任務更有效率完成。 二、小隊進行討論 (一) 搭帳時營繩斷裂怎麼辦？ (二) 搭帳時遇到颶風下雨時該如何是好？ (三) 地板不適合釘營釘？ (四) 土壤鬆軟營釘無法使用？ 三、小隊實際進行搭帳考驗 (一) 小隊進行分組搭帳考驗 (二) 在考驗前會拿到一個狀況題 (三) 在搭帳的過程中要進行問題解決 (四) 說明解決方式 四、教師進行觀察及評量 教師可觀察學生在	實作評量	<b>【品德教育】</b> 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 <b>【戶外教育】</b> 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。

第十週	主題三：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密	1	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責成分內工作。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。	1. 認識帳篷的種類、功能及使用 2. 學會搭帳步驟，並能覺察自我能力參與小隊分工 3. 分析搭帳過程中發現或可能遇到的問題，並與他人進行溝通 4. 評估搭帳活動中問題並提出合適的解決方案以提升團隊效能	搭帳時的狀況，並評量小隊搭帳時團隊合作及解決問題時的方式。紀錄後於活動結束時進行說明。  (承上節課) <b>活動三 搭帳達人</b> 一、引言：露營活動中需要團隊一起從事的活動很多，我們一起進行過戶外炊事和帳篷的搭設，從中可以知道分工的重要性，想想看小隊在從事團隊活動時的狀況，需要再改進的地方有哪些？ 二、上次搭帳時的狀況討論 (一) 教師針對上次各隊實作時的狀態進行說明。 (二) 小隊進行活動上次遇到的問題進行討論，並找出解決方式與全班進行分享，其他小隊也可以針對其他隊遇到的問題提出回應及解決方式的提供。 三、團隊及個人效能活動說明 (一) 教師可以在	實作評量	<b>【品德教育】</b> 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 <b>【戶外教育】</b> 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>第十一週</p>	<p>主題四：安康露營 去單元一：輕鬆玩露營</p>	<p>1</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>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>1. 分享曾經有過的戶外活動中歡樂的經驗 2. 分析露營生活中的娛樂活動與保護環境的關聯性。 3. 規劃並執行露營中對環境干擾較低的娛樂活動。 4. 評估與改善露營娛樂活動，與環境有合宜互動並提升露營生活品質。</p>	<p>地面上區分四大區域 (二) 每個人依照自己小隊在搭設帳篷及炊事活動時小隊分工狀況站在自己認為的狀態下。 (三) 說明自己及小隊當下的狀況，為什麼自己會有這樣的狀況 (四) 討論各狀態該如何進行解決，可以幫助下次進行團隊活動時可以更加順利。 八、教師總結</p> <p><b>活動一 戶外回憶錄</b> 一、教師提問 在從事戶外活動時，你覺得最開心的事情或是活動是什麼呢？有哪些戶外活動也可以在露營中進行呢？在從事這些戶外活動時，該如何降低對環境的影響呢？請同學進行分享。 二、環境保護與娛樂分析圖 請各小隊進行討論，在進行這些戶外活動時，如果以環境保護與娛樂進</p>	<p>口語評量</p>	<p><b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保</p>
-------------	--------------------------------	----------	--	---------------------------------------	--	---	-------------	--

						<p>行分析，這些活動可以放置在那些位置，為什麼你們小隊會選擇這樣進行擺放，小隊討論後向全班分享小隊想法。</p> <p>可在地面上標示出軸線，由學生當作活動項目，站在相對位置上，在進行討論，若是提出降低環境干擾的方法，可以向哪裡移動？達到減低對環境的傷害。</p> <p>三、教師引導與總結</p>		護弱勢。
第十二週	主題四：安康露營 去 單元一：輕鬆玩露營	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。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分享曾經有過的戶外活動中歡樂的經驗</li> <li>2. 分析露營生活中的娛樂活動與保護環境的關聯性。</li> <li>3. 規劃並執行露營中對環境干擾較低的娛樂活動。</li> <li>4. 評估與改善露營娛樂活動，與環境有合宜互動並提升露營生活品質。</li> </ol>	<p><b>活動二 露營活動 心體驗</b></p> <p>露營是一個團隊合作與參與的戶外活動，如何讓露營活動中可以更有趣且吸引人參與，露營中的活動設計就相當重要，請與小隊進行討論，一同設計一個可以在露營中進行的活動，並進行活動帶領練習。</p> <p>一、教師說明活動設計要點</p> <p>二、教師指導小隊設計活動時應注意</p>	口語評量	<p><b>【生命教育】</b> 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。</p> <p><b>【人權教育】</b> 人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來</p>

						<p>之事項。</p> <p>(一) 在設計活動時思考如何對環境的減少傷害。</p> <p>(二) 活動器材的準備愈少愈好。</p> <p>三、小隊口頭發表活動設計。</p> <p>小隊針對活動進行口頭發表，老師進行解說，並請同學回去準備，下次上課進行活動實際帶領。</p>		關懷與保護弱勢。
第十三週	主題四：安康露營 去 單元一：輕鬆玩露營	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。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分享曾經有過的戶外活動中歡樂的經驗</li> <li>2. 分析露營生活中的娛樂活動與保護環境的關聯性。</li> <li>3. 規劃並執行露營中對環境干擾較低的娛樂活動。</li> <li>4. 評估與改善露營娛樂活動，與環境有合宜互動並提升露營生活品質。</li> </ol>	<p><b>活動三 活動 Show Time</b></p> <p>一、教師進行活動說明：小隊已於上次進行討論與彩排，請各小隊帶領同學一同進行設計好的活動或是展示設計好的表演節目，在參與的過程中進行紀錄並於活動結束後進行回饋。</p> <p>二、小隊輪流進行活動帶領 每小隊進行 10 分鐘的活動帶領，由小隊進行主持與分享，教師進行觀察與紀錄。</p>	口語評量	<p><b>【生命教育】</b> 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。</p> <p><b>【人權教育】</b> 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>
第十四週	主題四：安康露營 去	1	3a-IV-2 具備野	童 Cb-IV-1 露	1. 分享曾經有過的戶外活動中歡樂的	(承上節課) <b>活動三 活動 Show</b>	口語評量	<b>【生命教育】</b>

	單元一：輕鬆玩露營（第二次段考）		外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。	經驗 2. 分析露營生活中娛樂活動與保護環境的關聯性。 3. 規劃並執行露營中對環境干擾較低的娛樂活動。 4. 評估與改善露營娛樂活動，與環境有合宜互動並提升露營生活品質。	<u>Time</u> 一、於活動後進行反思紀錄，紀錄題目如下： （一）在活動中令你印象最深的是什麼？ （二）你認為這個活動是否會對環境造成影響？ （三）在設計活動時該如何降低對環境的影響呢？ 二、教師引導與總結 教師針對活動中的狀況及學生回饋進行分享與討論。		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。 <b>【人權教育】</b> 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十五週	主題四：安康露營去 單元一：輕鬆玩露營	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。	1. 分享曾經有過的戶外活動中歡樂的經驗 2. 分析露營生活中娛樂活動與保護環境的關聯性。 3. 規劃並執行露營中對環境干擾較低的娛樂活動。 4. 評估與改善露營娛樂活動，與環境有合宜互動並提升露營生活品質。	<u>Time</u> （承上節課） <b>活動三 活動 Show</b> <u>Time</u> 一、於活動後進行反思紀錄，紀錄題目如下： （一）在活動中令你印象最深的是什麼？ （二）你認為這個活動是否會對環境造成影響？ （三）在設計活動時該如何降低對環境的影響呢？ 二、教師引導與總結 教師針對活動中的	口語評量	<b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來

						狀況及學生回饋進行分享與討論。		關懷與保護弱勢。
第十六週	主題四：安康露營 去 單元一：輕鬆玩露營	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。	1. 分享曾經有過的戶外活動中歡樂的經驗 2. 分析露營生活中的娛樂活動與保護環境的關聯性。 3. 規劃並執行露營中對環境干擾較低的娛樂活動。 4. 評估與改善露營娛樂活動，與環境有合宜互動並提升露營生活品質。	<b>活動四 憶起享露</b> 一、教師引導：體驗完同學設計的露營活動後，你覺得這些活動的優劣處是什麼呢？你最喜歡哪種活動呢？經由評估後，選出你最喜歡的活動吧！ 二、學生針對個人最喜歡的活動提出優缺點及有趣的點，可以針對上次各小隊發表的活動或是自己有從事過的戶外活動進行評估。在思考的過程中可針對對環境的影響程度進行評估或是提出改善方法。 三、個人進行思考及紀錄後進行分享與討論。 四、教師引導與總結 教師可以分享更多的活動，引發學生想參加露營或戶外活動的興趣。	口語評量	<b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十七週	主題四：安康露營 去 單元二：風險一把罩	1	3a-IV-1 覺察人為或自然環境	童Cc-IV-1 戶外休閒活動的	1. 說出露營生活中可能發生的危險情境，以及如何應對及保護自己或他	<b>活動一 危險何處藏</b> 一、教師引言與提問	口語評量	<b>【生命教育】</b> 生J7 面對並超越人

<p>第十八週</p>	<p>主題四：安康露營去 單元二：風險一把罩</p>	<p>1</p>	<p>3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最</p>	<p>安全、風險管理與緊急事件的處理。</p>	<p>人。 2. 探究露營生活中危險情境成因，並蒐集適合保護自己或他人的方法。 3. 分析露營生活中各種風險因應共同原則，並規畫合適的預防及因應策略。 4. 評估關於戶外活動生活危機預防及因應策略的合宜性，進而解決問題並保護自己或他人。</p>	<p>(一) 請同學分想露營活動可能有哪些危險存在？如果遇到危險會如何應對？ (二) 請小隊選擇2~4項露營活動中的風險，運用魚骨圖列出它的成因及對策。 二、學習活動說明 (一) 請各小隊分析一下剛才同學們分享的各種危險狀況的發生成因。 (二) 根據危險成因，並參考課本範例內容，並進行其他資訊的蒐集，提出有效的預防方法及應對措施。 (三) 小隊分享討論結果。 (四) 從各隊的分享內容中引導學生歸納出預防及應對風險的原則。 三、教師總結</p>	<p>口語評量</p>	<p>生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 <b>【人權教育】</b> 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。  <b>【生命教育】</b> 生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人</p>
-------------	--------------------------------	----------	--	-------------------------	--	---	-------------	--

			佳處理策略，以保護自己或他人。	的處理。	或他人的方法。 3. 分析露營生活中各種風險因應共同原則，並規畫合適的預防及因應策略。 4. 評估關於戶外活動生活危機預防及因應策略的合宜性，進而解決問題並保護自己或他人。	做好預防工作時，原本的新聞事件會有什麼改變，以及當事件發生後我們採取的應對策略會帶來什麼結果。 二、學習活動說明 （一）小隊抽取一個露營新聞事件，分析事件中所有的風險及成因，並根據前一節課討論的原則，規畫適合解決各種風險的預防策略(御守)和應對措施(錦囊)，以及在應用策略後可能發生的結果。 （二）請選擇事件中1~2個風險，藉由模擬劇的方式呈現小隊對於這個風險所規畫的御守、錦囊和預想的結果。 （三）觀賞完各小隊的演出，請協助檢核他們所提出的御守和錦囊的可行性，填寫「露營風險解除紀錄表」給予修正建議。 三、課本新聞案例插圖的故事內容		健康與幸福的方法。 【人權教育】 人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十九週	主題四：安康露營去	1	3a-IV-1 覺察人	童Cc-IV-1 戶	1. 說出露營生活中可能發生的危險情	（承上節課） 活動二 化險靠計	口語評量	【生命教育】

	<p>單元二：風險一把罩</p>		<p>為或自然的環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p>外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。</p>	<p>境，以及如何應對及保護自己或他人。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 探究露營生活中危險情境成因，並蒐集適合保護自己或他人的方法。</li> <li>3. 分析露營生活中的各種風險因應共同原則，並規畫合適的預防及因應策略。</li> <li>4. 評估關於戶外活動生活危機預防及因應策略的合宜性，進而解決問題並保護自己或他人。</li> </ol>	<p><b>策</b></p> <p>一、學習活動進行</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(一) 小隊進行新聞事件的風險分析討論，並規畫相關策略及提出可能發生的結果。</li> <li>(二) 根據討論內容，將之轉化成劇本，小隊進行模擬劇排演。</li> <li>(三) 各隊完成討論及排演，依序進行模擬劇演出，並填寫紀錄協助檢查各隊結果的可行性與可再修正之處。</li> <li>(四) 各隊發表觀看其他小隊演出後的建議。</li> </ol> <p>二、教師引導省思與總結</p> <p>教師提問：在各組的模擬劇表演後，大家都有對各隊預防及應對風險的策略進行檢查與提出建議，請問大家是依據什麼標準呢？</p> <p>教師提問：那麼再請問大家，老師發現各隊在分享對於其他小隊的檢查結果時，針對同一事件會有不一樣的看法與建議，這是什</p>	<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。</p> <p><b>【人權教育】</b></p> <p>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>
--	------------------	--	---	-------------------------------	--	--	--



<p>第二十週</p>	<p>主題四：安康露營去 單元二：風險一把罩</p>	<p>1</p>	<p>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>	<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>1. 說出露營生活中可能發生的危險情境，以及如何應對及保護自己或他人。 2. 探究露營生活中危險情境成因，並蒐集適合保護自己或他人的方法。 3. 分析露營生活中各種風險因應共同原則，並規畫合適的預防及因應策略。 4. 評估關於戶外活動生活危機預防及因應策略的合宜性，進而解決問題並保護自己或他人。</p>	<p>麼原因呢？ <b>活動三 生活零風險</b> 1. 教師引言 今日我們能從事的戶外活動是五花八門的，相對的會發生的風險也就更加千變萬化，究竟我們在課堂中所討論的原則是否也能應用於各種戶外活動中呢？ 二、學習活動說明&amp;進行 (一)運用「事件排序表」分析分配到戶外活動事件，找出該事件中的風險問題與應對方式。 (二)根據事件中已發生的風險問題，評估當時採取的應對方式的合宜性，並提出更能達到「保護自己與他人」的策略。 (三)以上討論內容請繪製在海報紙上，以便進行分享活動。 三、分享活動說明&amp;進行 (一)採用世界咖啡館的方式，同學</p>	<p>口語評量</p>	<p><b>【生命教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 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>
-------------	--------------------------------	----------	---	--	---	--	-------------	--

						<p>前往不同小隊中，聆聽該小隊的討論結果，並且協助他們檢核可行性及提供修正建議。</p> <p>(二) 小隊依據同學建議進行修正討論內容後，並向全體同學重點摘要地分享最終結果。</p> <p>四、學習活動省思</p> <p>我們在這個單元學習關於風險的應對原則與方式，除了可運用在進行戶外活動時，還能在日常生活中的哪些情境實踐呢？會帶來什麼樣的結果呢？</p>		
第二十一週	主題四：安康露營去 單元二：風險一把罩（第三次段考）	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。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說出露營生活中可能發生的危險情境，以及如何應對及保護自己或他人。</li> <li>2. 探究露營生活中危險情境成因，並蒐集適合保護自己或他人的方法。</li> <li>3. 分析露營生活中各種風險因應共同原則，並規畫合適的預防及因應策略。</li> <li>4. 評估關於戶外活動生活危機預防及因應策略的合宜</li> </ol>	<p><b>活動三 生活零風險</b></p> <p>一、教師引言</p> <p>今日我們能從事的戶外活動是五花八門的，相對的會發生的風險也就更加千變萬化，究竟我們在課堂中所討論的原則是否也能應用於各種戶外活動中呢？</p> <p>二、學習活動說明&amp;進行</p> <p>(一) 運用「事件排序表」分析分配到戶外活動事件，</p>	口語評量	<p><b>【生命教育】</b></p> <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。</p> <p><b>【人權教育】</b></p> <p>人 J6 正視社會中的各種歧視，並採</p>

					<p>性，進而解決問題並保護自己或他人。</p> <p>找出該事件中的風險問題與應對方式。</p> <p>(二) 根據事件中已發生的風險問題，評估當時採取的應對方式的合宜性，並提出更能達到「保護自己與他人」的策略。</p> <p>(三) 以上討論內容請繪製在海報紙上，以便進行分享活動。</p> <p>三、分享活動說明&amp;進行</p> <p>(一) 採用世界咖啡館的方式，同學前往不同小隊中，聆聽該小隊的討論結果，並且協助他們檢核可行性及提供修正建議。</p> <p>(二) 小隊依據同學建議進行修正討論內容後，並向全體同學重點摘要的分享最終結果。</p> <p>四、學習活動省思</p> <p>我們在這個單元學習關於風險的應對原則與方式，除了可運用在進行戶外活動時，還能在日常生活中的哪些情境實踐呢？會帶來</p>	<p>取行動來關懷與保護弱勢。</p>
--	--	--	--	--	---	---------------------

					什麼樣的結果呢？		
--	--	--	--	--	----------	--	--

彰化縣私立精誠國民中學附設國中部 112 學年度第 二 學期 八年級 綜合活動 領域 / 童軍科目

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	八年級	教學節數	每週( 1 )節
課程目標	<p>(一) 透過生活觀察與自我省思來理解性別刻板印象對於自身的影響，藉由多元性別議題的介紹，進而形塑正向的性別認同，並且落實真正的性別尊重。</p> <p>(二) 透過理想對象特質討論、交往想法的辯論、新聞案例討論，讓學生了解喜歡與愛情的差別、喜歡的理想情人特質、釐清愛情交往的迷思，以及因應分手失落的哀傷，進而在未來面對愛情關係，能抱持著合宜的觀念與態度。</p> <p>(三) 藉由職業資訊的介紹，協助學生了解自己的興趣、特質以及目前的職業世界，藉此建構個人的夢想藍圖。</p> <p>(四) 體會生命的價值，並珍惜生命，尊重生命，發現需要協助的生命與其需求。</p> <p>(五) 結合服務學習的概念與步驟，給予弱勢團體實際的救助行動與關懷。</p> <p>(六) 從生活經驗出發，透過探索、體驗、資料收集、分享與省思活動，使學生對異國文化有更多了解。</p> <p>(七) 培養學生尊重多元文化的態度，並透過活動探索自我，增進資源搜尋與運用的能力。</p>				
領域核心素養	<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，保護自我與他人。</p> <p>綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、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>				
重大議題融入	<p style="text-align: center;"><b>【品德教育】</b></p> <p style="text-align: center;">品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p style="text-align: center;">品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p style="text-align: center;"><b>【生命教育】</b></p> <p style="text-align: center;">生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康飲食、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> <p style="text-align: center;"><b>【能源教育】</b></p> <p style="text-align: center;">能 J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。</p> <p style="text-align: center;">能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。</p> <p style="text-align: center;"><b>【安全教育】</b></p> <p style="text-align: center;">安 J11 學習創傷救護技能。</p> <p style="text-align: center;"><b>【防災教育】</b></p>				
<b>課程架構</b>					

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				
第一週	主題二：說到做到 愛地球 單元一：來去無痕 實踐家	1	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。	童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 童 Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	1. 能表達個人與生活環境互動及環境保護的經驗。 2. 能探究人類與生活環境互動的關係，並學習保護環境的方法。 3. 能分析人類與生活環境互動可能產生的議題，規畫環境永續的策略。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中的實踐的可行性。	<b>活動一 與自然同在</b> 一、教師引導與說明 二、與自己相伴 (一) 活動規則與說明 (二) 活動討論 1. 閉上眼睛靜下心來，有什麼感受？ 2. 閉上眼睛前與睜開眼睛後，周遭事物帶給自己的感受有什麼不一樣？ 3. 室內與戶外環境，在各種感官上的感受，有什麼不一樣？ 4. 為什麼有些人喜歡從事戶外活動，與大自然接觸？ 三、寶島之美 活動規則與說明： 1. 從老師準備的自然美景圖片中，票選最喜歡的三張照片。 2. 討論內容。 四、美麗背後 (一) 觀察課本頁面，思考環境破壞成因。 (二) 教師引導 (三) 教師提問。	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗	<b>【品德教育】</b> J3 關懷環境與自然永續發展。

						<p>(四) 學生自由分享。</p> <p>(五) 愛的叮嚀: 下次上課會討論從事戶外活動產生的環境問題, 同學可以利用時間蒐集相關資料, 以利討論。</p>		
<p>第二週</p>	<p>主題二：說到做到 愛地球 單元一：來去無痕 實踐家</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 童 Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與</p>	<p>1. 能表達個人與生活環境互動及環境保護的經驗。 2. 能探究人類與生活環境互動的關係, 並學習保護環境的方法。 3. 能分析人類與生活環境互動可能產生的議題, 規畫環境永續的策略。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中的實踐的可行性。</p>	<p><b>活動一 與自然同在</b></p> <p><b>在</b></p> <p>一、教師引導與說明</p> <p>二、與自己相伴</p> <p>(一) 活動規則與說明</p> <p>(二) 活動討論</p> <p>1. 閉上眼睛靜下心來, 有什麼感受? 2. 閉上眼睛前與睜開眼睛後, 周遭事物帶給自己的感受有什麼不一樣? 3. 室內與戶外環境, 在各種感官上的感受, 有什麼不一樣? 4. 為什麼有些人喜歡從事戶外活動, 與大自然接觸?</p> <p>三、寶島之美</p> <p>活動規則與說明:</p> <p>1. 從老師準備的自然美景圖片中, 票選最喜歡的三張照片。 2. 討論內容。</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【品德教育】</b></p> <p>J3 關懷環境 生活與自然 永續發展。</p>

				行動。		<p>四、美麗背後</p> <p>(一) 觀察課本頁面，思考環境破壞成因。</p> <p>(二) 教師引導</p> <p>(三) 教師提問。</p> <p>(四) 學生自由分享。</p> <p>(五) 愛的叮嚀：下次上課會討論從事戶外活動產生的環境問題，同學可以利用時間蒐集相關資料，以利討論。</p>		
第三週	<p>主題二：說到做到 愛地球</p> <p>單元一：來去無痕 實踐家</p>	1	<p>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。</p>	<p>童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。</p> <p>童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。</p> <p>童 Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。</p>	<p>1. 能表達個人與生活環境互動及環境保護的經驗。</p> <p>2. 能探究人類與生活環境互動的關係，並學習保護環境的方法。</p> <p>3. 能分析人類與生活環境互動可能產生的議題，規畫環境永續的策略。</p> <p>4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中實踐的可行性。</p>	<p><b>活動二 愛護自然心行動</b></p> <p>一、教師引導與說明</p> <p>二、<u>翰寶</u>日記內容與友善環境分析。</p> <p>三、在前面的討論中，我們可以發現很多行動都有著「討論空間」，有些我們覺得再正常不過的行動，對環境可能隱藏著破壞的危機，發跡於美國的「Leave No Trace」活動（無痕旅遊教育推廣活動，臺灣目前譯為「無痕山林」或「新野外環境禮儀」，常簡稱為「LNT」），以「負責任的品質旅</p>	<p>1. 口語評量。</p> <p>2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【品德教育】</b></p> <p>品J3 關懷生活與自然環境永續發展。</p>



<p>第四週</p>	<p>主題二：說到做到 愛地球 單元一：來去無痕 實踐家</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 童 Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。</p>	<p>1. 能表達個人與生活環境互動及環境保護的經驗。 2. 能探究人類與生活環境互動的關係，並學習保護環境的方法。 3. 能分析人類與生活環境互動可能產生的議題，規畫環境永續的策略。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中的實踐的可行性。</p>	<p>遊」為宗旨，提出七大面向（守則），或許可以作為我們進行戶外活動的參考。 四、討論內容 五、教師總結</p> <p><b>活動三 無痕山林非廣告</b> 一、教師說明：上次上課時，我們學習了無痕山林守則，也討論了這些守則可能可以避免的環境破壞，今天讓我們透過戲劇的演出，對無痕山林守則有更深入的了解吧！ 二、活動說明 三、活動討論 （一）這些無痕山林的守則，還可以運用在哪些戶外活動中呢？ （二）當我們將無痕山林守則運用到其他戶外活動上時，可能有的具體行為會是什麼？ 四、戶外活動停看聽：經過表演與討論，我們對無痕山林守則有更深入的了解，讓我們藉由底下的活動，一起</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【品德教育】</b> J3 關懷環境 生活環境 與自然 永續發展。</p>
------------	--	----------	---	---	---	--	--------------------------------	---

<p>第五週</p>	<p>主題二：說到做到 愛地球 單元一：來去無痕 實踐家</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 童 Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。</p>	<p>1. 能表達個人與生活環境互動及環境保護的經驗。 2. 能探究人類與生活環境互動的關係，並學習保護環境的方法。 3. 能分析人類與生活環境互動可能產生的議題，規畫環境永續的策略。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中的實踐的可行性。</p>	<p>來思考在每一個不一樣的情境，怎麼樣才可以做到友善環境呢？ (一) 活動規則。 (二) 各類案例活動討論。 (三) 活動討論： 1. 這些行為可以與哪些無痕山林守則相對應？ 2. 可以怎麼調整，讓紅燈及黃燈變綠燈？</p> <p><b>活動四 許自然一個未來</b> 一、教師引導：「我們在前面的課程中學習了無痕山林的行動守則，並且檢核無痕山林守則的行動，現在讓我們一起來看看有哪些政策及法規，與無痕山林守則可以相互呼應。」 二、學生分享 三、教師說明 四、開放山林五大政策主軸內涵 五、針對政府所提的五大政策主軸，若以無痕山林的七大守則來探討，站在政府機關的立場、環境保育者的</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【品德教育】</b> 品J3 關懷生活與自然環境永續發展。</p>
------------	--	----------	---	---	---	---	--------------------------------	---

<p>第六週</p>	<p>主題二：說到做到 愛地球 單元二：減廢少塑 生活家</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。</p>	<p>1. 體驗周遭環境問題，覺知人類行為對自然與人文社會環境造成的衝擊，與應負起的環境責任。 2. 透過案例討論，找出日常生活中，資源再生運用及廢棄物處理的策略。 3. 探討日常生活中節能減碳、資源保育、簡樸生活、綠色消費、降低汙染、減廢少塑等議題，並能提出具體實踐方案。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中實踐的可行性。</p>	<p>童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。</p> <p>立場及登山使用者的立場，分別會有的什麼想法及可以具體行動呢？同學們所提出的想法與行動，是否可行呢？ 六、教師引導 七、學生分享與討論 八、愛的叮嚀：請大家記錄自己每日所使用的物品及製造的廢棄物。</p> <p><b>活動一 一天生活 GO</b> 一、教師引導與說明 二、一個人的影響 （一）活動規則與說明 （二）活動討論 三、一日之所需 教師說明：「在前面的活動中，我們可以發現很多東西並不是我們覺得已經丟到垃圾桶或是進行資源回收，就完成了這個物品在地球上的旅程，不同的處理方法，可能產生不一樣的結果，現在讓我們以一天三餐及飲用水來做分析，看看我</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【能源教育】</b> 能 J2 了解使用傳統的能源對環境的影響。 能 J7 實際並鼓勵他人實踐一節碳的行動。</p>
------------	--	----------	---	--	---	---	--------------------------------	--

						們每天大約會生產多少垃圾。」 (一)活動規則與說明。 (二)活動討論		
第七週	主題二：說到做到 愛地球 單元二：減廢少塑 生活家	1	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。	童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展的策略與省思。	1. 體驗周遭環境問題，覺知人類行為對自然與人文社會環境造成的衝擊，與應負起的環境責任。 2. 透過案例討論，找出日常生活中，資源再生運用及廢棄物處理的策略。 3. 探討日常生活中節能減碳、資源保育、簡樸生活、綠色消費、降低汙染、減廢少塑等議題，並能提出具體實踐方案。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中實踐的可行性。	<b>活動二 無痕生活行動家</b> 一、教師引導 比較使用一星期便利包裝和自備環保袋、餐具差別。 二、翰寶跟小琳爭論著牛奶盒是屬於資源回收的『紙類』、『塑膠類』還是『一般垃圾』，認為是紙類的原因，是因為大家都說這是『紙盒』，……」 三、教師引導 (一)分析班級垃圾及資源回收的組成。 (二)學校的資源回收如何分類？這樣的分類方法，有什麼優缺點？ (三)這些被製造出來的垃圾，最後會怎麼被處理？ (四)自己家裡的資源回收分類怎麼做呢？做好垃圾分類的好處是什麼？ 四、教師說明	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗	<b>【能源教育】</b> 能J2 了解減少使用傳統的能源對環境的影響。 能J7 實際並鼓勵他人實踐節能的行動。

<p>第八週</p>	<p>主題二：說到做到 愛地球 單元二：減廢少塑 生活家 (第一次段考)</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展的策略與省思。</p>	<p>1. 體驗周遭環境問題，覺知人類行為對自然與人文社會環境造成的衝擊，與應負起的環境責任。 2. 透過案例討論，找出日常生活中，資源再生運用及廢棄物處理的策略。 3. 探討日常生活中的節能減碳、資源保育、簡樸生活、綠色消費、降低汙染、減廢少塑等議題，並能提出具體實踐方案。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生</p>	<p>五、為了確實減少生活中所產生的垃圾量，環保行動可以如何落實呢？有沒有什麼具體行動，是可以從身邊開始做起的呢？ 六、小琳覺得可以將「無痕山林守則」加上「習慣」來做腦力激盪，說不定也可以想出一些具體實踐的方法喔！ 七、使用「焦點討論法」來試著找出解決方法。 八、教師總結</p> <p><b>活動三 綠色消費 Let's Go</b> 一、教師引導：「購買物品時，會考慮的因素有哪些呢？」 二、教師引導與說明 三、活動範例與說明 (一) 日常生活中的食、衣、住、行、育、樂方面，哪些行為或習慣，符合綠色消費的原則？ (二) 生活中，有哪些物品與綠色消費有關？ (三) 有哪些地方</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【能源教育】</b> 能J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能J7 實際並鼓勵他人實踐一節的減碳行動。</p>
------------	--	----------	---	--	---	--	--------------------------------	--

					<p>活中實踐的可行性。</p> <p>可以購買到綠色消費的物品？購買這些物品是否方便、容易？</p> <p>(四)可能會遇到什麼問題？在什麼樣的狀況下，消費者可能不願意進行綠色消費？為什麼？可以如何解決？</p> <p>(五)以綠色消費原則來檢核過去一週的無痕生活行動，還有哪些可以調整的地方呢？</p> <p>四、綠色消費 6R3E 說明</p> <p>五、教師說明：「低汙染、可回收、省資源是綠色產品的重要特色，而綠色消費的幾個原則有…」</p>			
第九週	<p>主題二：說到做到 愛地球 單元二：減廢少塑 生活家</p>	1	<p>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。</p>	<p>童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。</p>	<p>1. 體驗周遭環境問題，覺知人類行為對自然與人文社會環境造成的衝擊，與應負起的環境責任。</p> <p>2. 透過案例討論，找出日常生活中，資源再生運用及廢棄物處理的策略。</p> <p>3. 探討日常生活中節能減碳、資源保</p>	<p><b>活動四 環保行動</b> <b>Let' s Go</b></p> <p>一、教師引導與說明：請同學分享家中符合綠色消費規範的產品或相關訊息。</p> <p>二、學生自由分享</p> <p>三、教師引導與說明</p> <p>(一)政府機關自民國 91 年開始推</p>	<p>1. 口語評量。</p> <p>2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【能源教育】</b></p> <p>能J2 了解使用傳統能源對環境的影響。</p> <p>能J7 實際並鼓勵他人實踐節能減碳的</p>

					<p>育、簡樸生活、綠色消費、降低汙染、減廢少塑等議題，並能提出具體實踐方案。</p> <p>4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中實踐的可行性。</p>	<p>動一次性物品在有替代品的狀況下，用法令限制使用，並針對難以執行的情形，訂定排除條款。</p> <p>(二) 讓我們透過SWOT分析從消費者、業者、環保團體等不同角色，討論這項政策及實際執行時的優缺點。</p> <p>(三) 政策內容：來自「一次用產品源頭減量宣導網」</p> <p>(四) 為了要避免缺點及威脅，在減量的目標為前提下，我們可以怎麼做呢？</p> <p>四、教師引導：「檢視我們進行了一週以後的垃圾減量成果，其中購物用塑膠袋、免洗餐具、一次用外帶飲料杯及塑膠吸管各占所有垃圾中多少比例？我們還可以怎麼做來減少這些一次性用品呢？」</p>		<p>行動。</p>
第十週	<p>主題二：說到做到 愛地球 單元二：減廢少塑 生活家</p>	1	3d-IV-2 分析環境與個人行為的關	<p>童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關</p>	<p>1. 體驗周遭環境問題，覺知人類行為對自然與人文社會環境造成的衝擊，與應負起的環境責</p>	<p><b>活動五 Yes, I do</b> 一、有哪些團體致力於環境保護或垃圾減量呢？他們做</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【能源教育】</b> 能J2 了解減少使用傳統能源</p>

			<p>係，運用策略與行動，促進環境永續發展。</p>	<p>理解，及永續發展的策略與省思。</p>	<p>任。 2. 透過案例討論，找出日常生活中，資源再生運用及廢棄物處理的策略。 3. 探討日常生活中節能減碳、資源保育、簡樸生活、綠色消費、降低汙染、減少塑等議題，並能提出具體實踐方案。 4. 能評估保護環境的策略與方法在生活中的實踐的可行性。</p>	<p>了哪些事情？ 二、教師引導：「經過兩週的努力，讓我們再來檢視垃圾減量的成果如何？減量最多的垃圾是哪一種？仍然還累積許多的是哪一種？為什麼？覺得最有用的垃圾減量方法是什麼？如果我們要將這個方法推廣出去，可以怎麼做呢？」 三、學生討論及分享 四、教師說明：「除了我們所說的推廣方法之外，上次課程中的各種環保團體，也常利用團體的力量進行倡議以推廣各類行動，我們也可以匯集眾人之力，小小行動，改變環境喔！」</p>		<p>對環境的影響。能參與他實踐的行動。</p>
<p>第十一週</p>	<p>主題五：休閒快樂 單元一：戶外活動 Let' s go</p>	<p>1</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</p>	<p>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Cc-IV-1 戶外休閒</p>	<p>1. 分享自己所蒐集的戶外休閒活動資訊。 2. 覺察戶外活動可能發生的風險。 3. 學習風險管理的原則，並試以實例分析其風險項目與程度。 4. 規畫戶外休閒活</p>	<p><b>活動一 戶外活動知多少</b> 一、教師引言 同學們，先前的課程當中，我們學習露營及戶外炊事技巧，在隔宿露營練習與實踐，當時所留下的美好記憶是否還記憶猶新呢？</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【品德教育】</b> 品J1 溝通和關係。 <b>【生命教育】</b> 生J5 覺察生活中的</p>



			動。	活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。	活動的執行計畫。 5. 評估戶外休閒活動計畫的合宜性。	像露營這樣在大自然中進行的活動即為戶外活動，這個單元我們將聚焦在戶外休閒，接觸陽光、空氣與大自然，以全身感官去參與，能讓我們的身心都更加健康喔！大家有沒有聽過或嘗試過哪些戶外休閒呢？ 二、活動說明 （一）每人準備一張休閒活動所需裝備圖。 （二）抽籤輪流上台秀出圖照。 （三）以組別為單位搶答該項裝備為何種休閒。 （四）回答正確組別加分。 （五）討論活動適合參與的人數及事前準備有哪些。 三、教師總結歸納		各種迷思，在生活、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。 【安全教育】 安習創傷救護技能。 【防災教育】 防氣象局的災害資訊，做出適當的判斷及行動。
第十二週	主題五：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let' s go	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	童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Cc-IV-1 戶	1. 分享自己所蒐集的戶外休閒活動資訊。 2. 覺察戶外活動可能發生的風險。 3. 學習風險管理的原則，並試以實例分析其風險項目與程度。	<b>活動一 戶外活動知多少</b> 一、教師引言 在上一堂課老師有請大家回家查詢有關戶外休閒的新聞，可能是正面也有可能是負面，請大家待會小組中互	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗	【品德教育】 品J1 溝通與和諧人際關係。 【生命教育】 生J5 覺察

			<p>宜的互動。</p>	<p>外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。</p>	<p>4. 規畫戶外休閒活動的執行計畫。 5. 評估戶外休閒活動計畫的合宜性。</p>	<p>相分享所準備的新聞，選一則並以播報新聞的方式來和全班分享喔！ 二、活動說明 三、活動進行 （一）隊員們輪流分享所查找之戶外休閒新聞。 （二）隊長進行投票，小隊選出一則新聞。 （三）編製與摘要新聞。 （四）演練播報新聞。 （五）上臺播報新聞。 （六）聽完全班分享，小隊討論戶外休閒的啟發以及危害處理。 四、教師總結歸納</p>		<p>生活中的各種迷思，在生活作飲、健康飲食、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。 【安全教育】 安J11 學創傷救護技能。 【防災教育】 防J6 應用氣象局的災害資訊，做出適當的判斷及行動。</p>
<p>第十三週</p>	<p>主題五：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let' s go</p>	<p>1</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>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知識的整合與運用。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的</p>	<p>1. 分享自己所蒐集的戶外休閒活動資訊。 2. 覺察戶外活動可能發生的風險。 3. 學習風險管理的原則，並試以實例分析其風險項目與程度。 4. 規畫戶外休閒活動的執行計畫。</p>	<p><b>活動二 風險管理都知道</b> 一、教師引言 二、教師講述 那麼風險管理是什麼呢？我們先了解風險管理步驟，首先列出該活動可能發生的危害，再來將這些危害進行發生率和影響程度</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p>【品德教育】 品J1 溝通與和諧人際關係。 【生命教育】 生J5 覺察生活中的各種迷思，</p>

			<p>安全、管 理與緊 急事件 的處 理。</p>	<p>5. 評估戶外休閒活 動計畫的合宜性。</p>	<p>的分析，並由此判 斷風險指數，再來 決定相應策略。以 應變各種可能發生 的風險突發狀況。 三、活動說明 （一）學會風險管 理步驟後，以課本 實例練習。 （二）班上要去登 小寶山，列出從學 校出發到登上小寶 山可能發生的風險 項目。 （三）個人先將想 到的項目填入課本 格子內，再小隊中 分享與交換想法。 四、活動進行 （一）個人列出從 學校出發到登山小 寶山可能發生的風 險項目。 （二）小隊隊員間 互相交換分享想法 與項目。 （三）每回合各隊 輪流講出一個項 目，累積不同回合， 看哪隊能想出最多 答案（加分）。 （四）教師可視時 間調整加入別的練 習：例如全班要一 起去游泳、一起玩 定向等……。</p>	<p>在生 息、健 康飲 食、飲 食運 動、休 閒娛 樂、人 我關 係等 課題 上進 行價 值思 辨， 尋之 求解 決之 道。 【安全 教育】 J11 學 創傷 救 護技 能。 【防災 教育】 J6 應 用氣 象局 的災 害 資訊 ，做 出適 當的 判斷 及行 動。</p>
--	--	--	---	--------------------------------	---	---

<p>第十四週</p>	<p>主題五：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let' s go</p>	<p>1</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>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 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。</p>	<p>1. 分享自己所蒐集的戶外休閒活動資訊。 2. 覺察戶外活動可能發生的風險。 3. 學習風險管理的原則，並試以實例分析其風險項目與程度。 4. 規畫戶外休閒活動的執行計畫。 5. 評估戶外休閒活動計畫的合宜性。</p>	<p>五、教師叮嚀 <b>活動二 風險管理 都 知 道</b> 一、教師引言 二、教師講述 依照課本風險表格，從上次課程的危害項目開始進行分析，不同的情況有不同的風險指數，再依風險指數分析表，探查其建議原則，發展相應的解決策略。讓風險與傷害降到最低。像是風險分類有不可容忍、可容忍及可接受，評估危害項目的狀況來討論，才能做出最適合的相應策略喔！ 三、活動進行 (一) 小隊依上次課程所想出之危害項目，經過討論分析出發生率與影響程度。 (二) 在對照課本表格填入風險指數。 (三) 進行風險分析，並想出相應策略。 (四) 各隊輪流分</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【品德教育】</b> J1 溝通和關係。 <b>【生命教育】</b> J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作飲、健康飲食、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題進行價值思辨，尋求解決之道。 <b>【安全教育】</b> J11 學習創傷救護技能。 <b>【防災教育】</b> J6 應用氣象局的災害資訊，做出適當的判斷及行動。</p>
-------------	---	----------	--	--	--	---	--------------------------------	---

<p>第十五週</p>	<p>主題五：休閒快樂 行 單元一：戶外活動 Let' s go (第二次 段考)</p>	<p>1</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>童 Cc- IV-2 戶 外休閒 活動知 能的整 合與運 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。</p>	<p>1. 分享自己所蒐集的戶外休閒活動資訊。 2. 覺察戶外活動可能發生的風險。 3. 學習風險管理的原則，並試以實例分析其風險項目與程度。 4. 規畫戶外休閒活動的執行計畫。 5. 評估戶外休閒活動計畫的合宜性。</p>	<p>享所想之相應策略。 四、教師叮嚀 <b>活動三 一起出發 休閒好</b> 一、教師引言 同學們，前幾堂課我們了解到戶外休閒活動的迷人之處，也學習到風險管理的原則與重要性，今天這堂課我們要來檢視，若是規畫小隊的戶外休閒活動方案，是否符合我們學習的風險管理喔！ 二、活動進行 (一) 教師先說明課本兩個範例，各組同學去分析課本方案細節，並思考是否符合風險管理原則。 (二) 各隊推派同學上臺發表評論。 (三) 全班討論評估項目是否妥善。 三、教師叮嚀</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【品德教育】</b> 品J1 溝通和關係。 <b>【生命教育】</b> 生J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康飲食、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。 <b>【安全教育】</b> 安J11 學習創傷救護技能。 <b>【防災教育】</b> 防J6 應用氣象局的災害資訊，做出適當的判</p>
-------------	---	----------	---	--	--	--	--------------------------------	---

第十六週	主題五：休閒快樂 單元一：戶外活動 Let' s go	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 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 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。	1. 分享自己所蒐集的戶外休閒活動資訊。 2. 覺察戶外活動可能發生的風險。 3. 學習風險管理的原則，並試以實例分析其風險項目與程度。 4. 規畫戶外休閒活動的執行計畫。 5. 評估戶外休閒活動計畫的合宜性。	<b>活動三 一起出發 休閒好</b> 一、教師引言 同學們，前幾堂課我們了解到戶外休閒活動的迷人之處，也學習到風險管理的原則與重要性，今天這堂課我們要來檢視，若是規畫小隊的戶外休閒活動方案，是否符合我們學習的風險管理喔！ 二、活動進行 （一）教師先說明課本兩個範例，各組同學去分析課本方案細節，並思考是否符合風險管理原則。 （二）各隊推派同學上臺發表評論。 （三）全班討論評估項目是否妥善。 三、教師叮嚀	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗	斷及行動。 【品德教育】 J1 溝通和關係。 【生命教育】 J5 覺察生活中的各種迷思，在作息、健康飲食、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。 【安全教育】 J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 J6 應用氣象局的災害資訊，做出適當的判斷及行動。
第十七週	主題五：休閒快樂	1	1a-IV-2	輔 Aa-	1. 蒐集休閒活動的	<b>活動一 我最愛休</b>	1. 口語評量。	【生涯規

	<p>行 單元二：休閒我最 行</p>		<p>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>IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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>相關知識、技能或資源的資訊。表達自己的休閒興趣並分享自己體驗過或聽聞過的休閒活動經驗。 2. 能在休閒經驗統整中探索自己的興趣及多元能力並觀察自我和他人休閒的差異。 3. 能在規畫及實行休閒活動計畫中，展現自己的興趣、多元能力，並欣賞自我與他人的獨特性。 4. 能在規畫及實行休閒活動計畫中，發揮自己的興趣、多元能力，以促進個人成長。</p>	<p><b>閒</b> 一、教師引言 二、問題討論 三、我最愛休閒 （一）活動說明 （二）活動進行 1. 教師隨機抽取籤，給予學生所寫的不同提示，請學生猜測對應的休閒及同學。 2. 答出相對應休閒名稱，可以斟酌加分（依學生填寫 4 個提示為例：公佈一個提示便答對，可加 4 分，公布兩個提示答對加 3 分，公布三個提示答對得 2 分……以此類推）。 （三）活動反思：請同學想一想：自己和其他人喜歡的休閒有哪裡不同？為什麼會有這樣的差異？ 四、休閒是什麼 經過一番你問我答後，翰寶發現大家所喜歡的休閒活動都不太一樣，不過為什麼休閒對我們來說這麼重要呢？從事休閒活動帶給我們什麼樣的感</p>	<p>2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>
--	-----------------------------	--	-----------------------------------	--	--	--	-------------------	---

						<p>受？為什麼？</p> <p>(一) 活動流程</p> <p>1. 小隊內分享：請學生將事先收集好的圖片帶上臺分享，並用一個形容詞、一句話或是一項物品來說明從事此休閒活動給他／她的感受及原因。</p> <p>2. 先小隊內分享，再邀請學生上臺，可依各組、教師邀請或隨機抽籤。</p> <p>(二) 簡短反思及小結</p> <p>五、教師總結</p> <p>六、下節課預告：請同學們回家思考除了自己已在進行的休閒外，還有想要體驗哪些同學們休閒活動呢？</p>		
第十八週	主題五：休閒快樂 單元二：休閒我最行	1	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。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管	1. 蒐集休閒活動的相關知識、技能或資源的資訊。表達自己的休閒興趣並分享自己體驗過或聽聞過的休閒活動經驗。 2. 能在休閒經驗統整中探索自己的興趣及多元能力並覺察自我和他人休閒的差異。 3. 能在規畫及實行	<p><b>活動二 認識新休閒</b></p> <p>一、教師引言</p> <p>二、活動說明</p> <p>(一) 班級確認想要體驗的休閒項目(以較少接觸、有相關經驗的同學為佳)。</p> <p>(二) 讓學生依照不同種類興趣組成籌備小組(打破原小隊組合)，並選出</p>	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。



				<p>理與緊急事件的處理。</p>	<p>休閒活動計畫中，展現自己的興趣、多元能力，並欣賞自我與他人的獨特性。</p> <p>4. 能在規畫及實行休閒活動計畫中，發揮自己的興趣、多元能力，以促進個人成長。</p>	<p>負責人，教師可以限制人數，以免人數比例不均，如果有組別人數太多，可以引導學生選擇其他有興趣的休閒。</p> <p>(三) 運用腦力激盪法，想出體驗活動需要準備的事物。</p> <p>(四) 將想法整理成休閒體驗計畫書，設計一體驗活動(25~30分鐘)，讓班上同學進行休閒體驗。</p> <p>(五) 小組完成後可以交給教師檢查，初步審核是否有需要調整的部分(分工、時間安排、活動的)。</p> <p>三、活動進行 四、教師歸納與總結</p>		
<p>第十九週</p>	<p>主題五：休閒快樂 單元二：休閒我最行</p>	<p>1</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</p>	<p>輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 童 Cc-IV-1 戶外休閒</p>	<p>1. 蒐集休閒活動的相關知識、技能或資源的資訊。表達自己的休閒興趣並分享自己體驗過或聽聞過的休閒活動經驗。</p> <p>2. 能在休閒經驗統整中探索自己的興趣及多元能力並覺</p>	<p><b>活動二 認識新休閒</b> 一、教師引言 二、活動說明 (一) 請學生依序上臺帶領體驗活動。 (二) 可以先帶學生看課本休閒心體驗之提問，讓學生</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p><b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>

<p>第二十週</p>	<p>主題五：休閒快樂 單元二：休閒我最行</p>	<p>長。</p>	<p>活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。</p>	<p>察自我和他人休閒的差異。 3. 能在規畫及實行休閒活動計畫中，展現自己的興趣、多元能力，並欣賞自我與他人的獨特性。 4. 能在規畫及實行休閒活動計畫中，發揮自己的興趣、多元能力，以促進個人成長。</p>	<p>更有方向得留意活動細節。 三、活動進行 學生依序上臺開始體驗活動，參與學生體驗後可以將回饋的想法及體驗後的心得及時記錄在筆記本、學習單或是課本當中。 (二)活動後反思： 1. 體驗完同學們的休閒後，一起來想想有哪些發現！ 2. 運用 4F 思考法帶領。 四、教師總結</p>	<p>1. 口語評量。 2. 高層次紙筆測驗</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>
		<p>1</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>輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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>1. 蒐集休閒活動的相關知識、技能或資源的資訊。表達自己的休閒興趣並分享自己體驗過或聽聞過的休閒活動經驗。 2. 能在休閒經驗統整中探索自己的興趣及多元能力並覺察自我和他人休閒的差異。 3. 能在規畫及實行休閒活動計畫中，展現自己的興趣、多元能力，並欣賞自我與他人的獨特性。 4. 能在規畫及實行</p>	<p><b>活動二 認識新休閒</b> 一、教師引言 二、活動說明 (一)請學生依序上臺帶領體驗活動。 (二)可以先帶學生看課本休閒心體驗之提問，讓學生更有方向得留意活動細節。 三、活動進行 學生依序上臺開始體驗活動，參與學生體驗後可以將回饋的想法及體驗後的心得及時記錄在筆記本、學習單或</p>	

					休閒活動計畫中， 發揮自己的興趣、 多元能力，以促進 個人成長。	是課本當中。 (二)活動後反思： 1. 體驗完同學們的 休閒後，一起來想 想有哪些發現！ 2. 運用 4F 思考法 帶領。 四、教師總結		
--	--	--	--	--	---	---	--	--

彰化縣私立精誠國民中學附設國中部 112 學年度第 一 學期 八年級 綜合活動 領域 / 家政

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	八年級	教學節數	每週( 1 )節，本學期共( 21 )節。		
課程目標	<p>(一) 從自我面向拓展至與他人關係的層面，經由對個性的認識，學習欣賞與尊重自己與他人的異同。</p> <p>(二) 覺察可能發生的人際衝突，進而學習溝通協商等處理策略，解決生活中所發生的人際衝突。</p> <p>(三) 透過各項活動觀察和體驗，協助學生從生活中服飾的搭配和選擇，塑造個人形象，並藉由個人服飾專欄的完成，展現自我風格。</p> <p>(四) 觀察各種不同織物材質，了解服飾清潔與保養方法，並學習服飾整理與收納技巧，培養生活自理能力，進而達到良好生活之目標。</p> <p>(五) 透過一系列的野外團體活動與實作，讓學生學習露營相關知能。</p> <p>(六) 藉由實際規畫與從事露營活動，培養學生露營生活與省思的能力，促進團隊凝聚力與合作精神，進而展現自己的興趣與專長，並將這些對自我的認識，運用在生活中。</p>						
領域核心素養	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，保護自我與他人。						
重大議題融入	<p>【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p> <p>【生命教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p>【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p>						
課程架構							
教學進度	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

(週次)			學習表現	學習內容				內容重點
------	--	--	------	------	--	--	--	------

<p>第一週</p>	<p>主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力</p>	<p>1</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>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能表達運用生活中各項資源的相關經驗。</li> <li>2. 能覺察生活中運用資源的方法及影響因素，並比較優缺點。</li> <li>3. 能蒐集生活中消費管道的相關資訊，覺察影響個人消費決策行為的因素。</li> <li>4. 能分析生活中各項消費管道、風險及影響因素，擬訂可行的消費計畫。</li> <li>5. 能分析與開發生活中各項資源，擬訂資源管理計畫。</li> <li>6. 能執行資源管理及消費計畫，並評估其適切性及合宜性。</li> </ol>	<p>活動一 分工齊治家 一、活動進行 (一) 學生回想家中前一週的家務工作，並將其依照處理頻率、主要負責人，記錄下來。 (二) 教師說明 1. 家庭資源為所有可供家庭使用的資源，可幫助家庭完成生活目標。 2. 可以「人力」及「物質」資源分類。 3. 可以「經濟」或「非經濟」資源分類。 (三) 教師引導思考：處理這些家務時，還會用到那些資源協助呢？ (四) 同學整理思考</p>
------------	---------------------------------	----------	---	--	---	--

後，與小組同學分享，並派一位同學與全班分享你家的家務分工狀況及決策因素。

### 三、活動省思

(一) 在使用這些資源的過程中，你有什麼發現呢？

(二) 在面對這些同樣的家務工作，為什麼每個人家中的分工狀況及常使用的資源類型會有所不同呢？

四、教師提醒：請觀察及訪問家人在面對不同的金錢消費狀況時，會有什麼樣的處理方式？

第二週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力</p>	<p>1</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>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能表達運用生活中各項資源的相關經驗。</li><li>2. 能覺察生活中運用資源的方法及影響因素，並比較優缺點。</li><li>3. 能蒐集生活中消費管道的相關資訊，覺察影響個人消費決策行為的因素。</li><li>4. 能分析生活中各項消費管道、風險及影響因素，擬訂可行的消費計畫。</li><li>5. 能分析與開發生活中各項資源，擬訂資源管理計畫。</li><li>6. 能執行資源管理及消費計畫，並評估其適切性及合宜性。</li></ol>	<p>活動二 採集資源田</p> <p>一、教師引導：資源管理除了有效利用資源外，培養良好的生活態度，也是資源管理的重要事務。這些生活態度、價值觀和我們的消費習慣有關，會影響我們使用資源的決策和行為。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 教師提問：在以下這些狀況時，你使用資源的決策是什麼呢？請依照你的答案選邊站。若有其他做法的請站在中間。你認為是什麼樣的因素，導致你做出這樣的</p>
---------------------------------	----------	---	--	--	--



消費決策  
呢？

(二) 學生  
進行選邊站  
活動，教師  
可依狀況抽  
點幾位同學  
分享看法。

(三) 教師  
提問：你認  
為是什麼樣  
的因素，導  
致你做出這  
樣的消費決  
策呢？

(四) 教師  
引導：家庭  
中最有感的  
資源使用就  
是金錢消費  
了。或許你  
現在手邊沒  
有可動用的  
金錢，但你  
的重要他  
人，如家  
人、同儕朋  
友，也會影  
響你的消費  
態度。你知  
道你的家人  
在面對不同  
的金錢消費  
行為時會有  
什麼做法  
呢？請將你

的觀察或訪  
談與小隊成  
員分享。

(五) 各小  
隊輪流與全  
班分享隊員  
家中的做  
法，並請同  
學給予回  
饋。

三、活動省  
思

教師引導思  
考：在面對  
這些金錢消  
費情況時，  
你和你家人  
的決策是否  
一致呢？為  
什麼會有這  
樣的異同  
處？

第三週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力</p>	<p>1</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>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能表達運用生活中各項資源的相關經驗。</li><li>2. 能覺察生活中運用資源的方法及影響因素，並比較優缺點。</li><li>3. 能蒐集生活中消費管道的相關資訊，覺察影響個人消費決策行為的因素。</li><li>4. 能分析生活中各項消費管道、風險及影響因素，擬訂可行的消費計畫。</li><li>5. 能分析與開發生活中各項資源，擬訂資源管理計畫。</li><li>6. 能執行資源管理及消費計畫，並評估其適切性及合宜性。</li></ol>	<p>活動二 採集資源田</p> <p>一、教師引導：因應多元的消費方式，現代家庭購買的不只是實體的物品，也有可能是購買服務。消費的管道也從實體店面轉移到網路購物。你知道你家都是在什麼地方購買維持家庭運轉的商品或服務嗎？</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 學生與小組成員分享家中各項物品是在何處購買，又以何種方式支付貨款呢？</p> <p>(二) 小組選定一種商品(可選擇較常見的商品，或小組內採用不同</p>
---------------------------------	----------	---	--	--	---

選購管道／支付方式的(商品)，利用 SWOT 分析方法討論不同選購管道／支付方式的優缺點、潛在機會與威脅。

(三) 小組與全班分享討論的成果，請學生給予建議及回饋。

三、活動省思：這些消費管道及支付方式各有優缺點，你認為何種方式較適合現階段的你呢？

四、教師提醒：請蒐集關於消費糾紛或支付陷阱的新聞，並於下次上課與同學分享。

第四週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力</p>	<p>1</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>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能表達運用生活中各項資源的相關經驗。</li><li>2. 能覺察生活中運用資源的方法及影響因素，並比較優缺點。</li><li>3. 能蒐集生活中消費管道的相關資訊，覺察影響個人消費決策行為的因素。</li><li>4. 能分析生活中各項消費管道、風險及影響因素，擬訂可行的消費計畫。</li><li>5. 能分析與開發生活中各項資源，擬訂資源管理計畫。</li><li>6. 能執行資源管理及消費計畫，並評估其適切性及合宜性。</li></ol>	<p>活動二 採集資源田</p> <p>一、活動進行</p> <p>(一) 教師說明：請小組依照上一節課討論的購物／支付管道的潛在風險，找到相關的時事新聞，分析整理。教師說明討論方法，如使用 WOOPS 討論法。</p> <p>W：wish O：outcomes O：obstacle P：plan S：sacn</p> <p>(二) 學生實際操作，討論分析減少消費陷阱或糾紛的方法。</p> <p>(三) 小組將討論結果與全班分享。</p> <p>二、活動省</p>
---------------------------------	----------	---	--	--	--

思

有些人會等到發生問題才來解決，有些人習慣在一開始的時候就規避風險，你比較認同哪一個作法呢？  
三、教師提醒：請搜尋各種理性消費的方法，以及觀察或回想自己的不理性消費經驗，於下次上課與同學分享。

第五週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力</p>	<p>1</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>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能表達運用生活中各項資源的相關經驗。</li><li>2. 能覺察生活中運用資源的方法及影響因素，並比較優缺點。</li><li>3. 能蒐集生活中消費管道的相關資訊，覺察影響個人消費決策行為的因素。</li><li>4. 能分析生活中各項消費管道、風險及影響因素，擬訂可行的消費計畫。</li><li>5. 能分析與開發生活中各項資源，擬訂資源管理計畫。</li><li>6. 能執行資源管理及消費計畫，並評估其適切性及合宜性。</li></ol>	<p>活動三 消費踏步步走</p> <p>一、教師引導</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 學生分享自己或家人不理性消費的經驗。</p> <p>(二) 學生分享家人或蒐集到的理性消費方法，並針對上述不理性消費行為的問題提出因應措施。</p> <p>(三) 教師引導思考：理性消費的方法有很多，但每個人的價值觀不同，使用資源的態度也不同，哪些理性的消費方法較適合你呢？</p> <p>(四) 學生勾選認為適合自己的金錢管理方</p>
---------------------------------	----------	---	--	--	--

式，教師可  
延伸補充。  
例：開源有  
道、風險管  
理、累積信  
用、消費照  
步來。

### 三、活動省 思

當金錢消費  
時，超出預  
算的部分該  
如何處理？  
當實際消費  
狀況沒有把  
預算用完  
時，剩餘的  
金錢又可如  
何利用？

四、教師提  
醒：下週要  
讓同學評估  
自己或家人  
的需求，試  
著參考今天  
所學的消費  
決策步驟，  
蒐集消費資  
訊。學生可  
事先蒐集相  
關資訊以供  
下週作業。



第六週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力</p>	<p>1</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>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能表達運用生活中各項資源的相關經驗。</li><li>2. 能覺察生活中運用資源的方法及影響因素，並比較優缺點。</li><li>3. 能蒐集生活中消費管道的相關資訊，覺察影響個人消費決策行為的因素。</li><li>4. 能分析生活中各項消費管道、風險及影響因素，擬訂可行的消費計畫。</li><li>5. 能分析與開發生活中各項資源，擬訂資源管理計畫。</li><li>6. 能執行資源管理及消費計畫，並評估其適切性及合宜性。</li></ol>	<p>活動三 消費踏步走</p> <p>一、教師引導：在習得了金錢管理的方法後，能在生活中解決消費問題是十分重要的。請評估自己或家人的需求，參考這個單元所學的決策步驟及方法，蒐集消費資訊後整理成一個消費提案。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 活動說明：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 請小組選擇一樣想購買的產品或服務。並選擇 2~3 種不同的品牌／消費管道／支付方式。</li><li>2. 小組討論購買此商品須評估的項目，如價格、售後服</li></ol>
---------------------------------	----------	---	--	--	--

務、安全性……。

3. 小組依照所蒐集到的資訊給予各項的評比，分析優缺點，並加總得分，最後做出消費決策。

(二) 小組進行提案討論。

(三) 小組與全班分享提案的討論結果，同學可針對報告內容提出疑問及回饋，報告小組再說明。

三、活動省思

追求便宜是許多人在做消費決策時一個重要的考量點，你認同這樣的看法嗎？在什麼樣的狀況下，價格不會是你優先考量的決

策因素呢？

第七週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元二：與你同行（第一次段考）</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>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持。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能分享個人或家庭的（興趣）活動之相關經驗。</li><li>2. 能蒐集有關個人或家庭（興趣）活動的資源與資訊。</li><li>3. 能運用資源，以創新思考策略擬訂個人或家庭（興趣）活動。</li><li>4. 能執行個人或家庭（興趣）活動，並評估其創新及適切性，以增進生活樂趣。</li></ol>	<p>活動一 幸福家庭計畫 一、教師引導 二、活動進行 （一）請同學思考過往的家庭活動，這些活動都是如何被計畫的，用了哪些資源呢？你的感受如何？ （二）與小組同學分享自己的生活經驗，各組派一位同學與全班同學分享。 （三）教師說明：在聽完同學的分享後，你想要和自己的重要他人一起達成什麼目標呢？請參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。</p>
---------------------------------------	----------	--	--	--	---

(四) 學生  
個別構思自  
己的「與你  
同行」計  
畫。

三、活動省  
思

規劃家庭活  
動除了要考  
量到家庭資  
源的合理使  
用外，還需  
要考量到什  
麼因素呢？

四、教師提  
醒：請將你  
的「幸福家  
庭計畫」帶  
回家與家人  
分享，並請  
家人給你建  
議，在下週  
帶來與小組  
討論修正。

第八週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元二：與你同行</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>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持。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能分享個人或家庭的（興趣）活動之相關經驗。</li><li>2. 能蒐集有關個人或家庭（興趣）活動的資源與資訊。</li><li>3. 能運用資源，以創新思考策略擬訂個人或家庭（興趣）活動。</li><li>4. 能執行個人或家庭（興趣）活動，並評估其創新及適切性，以增進生活樂趣。</li></ol>	<p>活動一 幸福家庭計畫</p> <p>一、教師引導</p> <p>二、活動進行</p> <p>（一）請同學思考過往的家庭活動，這些活動都是如何被計畫的，用了哪些資源呢？你的感受如何？</p> <p>（二）與小組同學分享自己的生活經驗，各組派一位同學與全班同學分享。</p> <p>（三）教師說明：在聽完同學的分享後，你想要和自己的重要他人一起達成什麼目標呢？請參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。</p>
--------------------------------	----------	--	--	--	--

(四) 學生  
個別構思自  
己的「與你  
同行」計  
畫。

三、活動省  
思

規劃家庭活  
動除了要考  
量到家庭資  
源的合理使  
用外，還需  
要考量到什  
麼因素呢？

四、教師提  
醒：請將你  
的「幸福家  
庭計畫」帶  
回家與家人  
分享，並請  
家人給你建  
議，在下週  
帶來與小組  
討論修正。

第九週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元二：與你同行</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>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持。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能分享個人或家庭的（興趣）活動之相關經驗。</li><li>2. 能蒐集有關個人或家庭（興趣）活動的資源與資訊。</li><li>3. 能運用資源，以創新思考策略擬訂個人或家庭（興趣）活動。</li><li>4. 能執行個人或家庭（興趣）活動，並評估其創新及適切性，以增進生活樂趣。</li></ol>	<p>活動一 幸福家庭計畫</p> <p>一、教師引導：在規劃家庭活動時，還需要考量到家人的心理感受及需求。你的初版「幸福家庭計畫」是否有將家人的喜好及感受考量進去呢？</p> <p>二、活動進行</p> <p>（一）教師提問：與家人分享初版「幸福家庭計畫」時，家人的反應是什麼呢？是驚喜，期待，還是不認同呢？請學生與全班分享。</p> <p>（二）教師說明，學生實際操作：請學生參考家人看完計畫的建議與回饋，以及</p>
--------------------------------	----------	--	--	--	---



可提供的其他資源，適度修正你的計劃目標及執行方式。

(三) 將你的修正計畫與小組同學分享，並請同學給與建議。

三、活動省思

當自己的計劃與家人的看法沒有交集時，該如何解決或調適呢？

四、教師總結：請在本學期執行完你的「幸福家庭計畫」，

成果發表呈現方式為拍攝一張最具代表性的照片。

請學生記得在執行的過程中，以照片記錄過程或成果。

第十週

<p>主題一：幸福生活計畫 單元二：與你同行</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>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持。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能分享個人或家庭的（興趣）活動之相關經驗。</li><li>2. 能蒐集有關個人或家庭（興趣）活動的資源與資訊。</li><li>3. 能運用資源，以創新思考策略擬訂個人或家庭（興趣）活動。</li><li>4. 能執行個人或家庭（興趣）活動，並評估其創新及適切性，以增進生活樂趣。</li></ol>	<p>活動二 愛的片刻時光</p> <p>一、教師引導：你的「幸福家庭計畫」在經過與家人的討論與修正後，是否順利執行了呢？家人又給你什麼回饋呢？你有什麼收穫？</p> <p>二、活動進行</p> <p>（一）活動說明：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 將「幸福家庭計畫」的成果照片或圖畫張貼在牆壁上，並請同學利用創意，替這張影像取名，書寫在投票看板上。</li><li>2. 學生參觀照片展示區。</li><li>3. 每位學生有 3 到 5 張貼紙，可貼在喜歡的影</li></ol>
--------------------------------	----------	--	--	--	--

像前。

4. 得票數最高的5位同學口頭分享「幸福家庭計畫」的成果與想法。

(二) 同學分享自己的「幸福家庭計畫」，參觀同學給予投票與回饋。

三、活動省思

(一) 當你為計畫擬定策略並執行後，是否有達到你設定的目標呢？如果沒有，你認為原因是什麼？可以如何改進？

(二) 你所擬定的「幸福家庭計畫」是否有機會成為家庭例行的活動呢？是否還可找到其他資源來降

低金錢或時間資源的耗費呢？

第十一週

<p>主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊</p>	<p>1</p>	<p>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>	<p>家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 發現並敘述飲食生活中可能遭遇的危險情境，關心食品安全議題。</li><li>2. 探討食品安全問題的可能原因，蒐集避免食安危機的方法。</li><li>3. 分析日常飲食中的潛在風險，規劃「安心飲食」行動策略。</li><li>4. 評估並選擇適當的策略，保護自己或他人的飲食安全。</li></ol>	<p>活動一 危機「食」刻</p> <p>一、引言 教師引言：「你關心自己的飲食安全嗎？飲食中可能暗藏哪些危機？」 老師分享自己印象最深刻的食安事件新聞或影音照片，進行說明並引入活動中。</p> <p>二、食安驚嘆號 (一) 教師說明：「搜尋並觀察食品安全相關報導，你愛吃或常吃的食物是否也名列其中？請利用你所帶來的資料進行活動，並分享你的看法。」 (二) 活動說明： 1. 各小隊發下 4-6 張空</p>
--------------------------------	----------	---	--	--	--

白卡片，學生依據自己的飲食喜好、常吃食物與所蒐集的新聞資料，選擇 4-6 個食物，以文字或圖片製作成食物圖卡，若此項食物曾發生過食安事件，則在圖卡背面畫上驚嘆號作為標記，各小隊至少須有一張卡片是沒有驚嘆號標示的。

2. 各小隊派代表上台一邊逐張展示圖卡，一邊詢問「○○曾經發生過食安問題嗎？」台下小隊負責猜答案。
3. 各小隊說明圖片中的食物曾經發生過什麼的食安事件。

### 三、食安危機搜查

教師說明活動進行方式：「從產地到餐桌，哪些環節可能會發生什麼食安危機？請和小隊夥伴進行歸納整理，分享你們的討論結果與你對這些危機的想法。」

教師針對各小隊的報告內容給予回饋意見，並補充說明食品安全問題可能包含哪些。

四、教師提醒：下次上課前，請蒐集至少一個上面有食品標示的食品外包裝。

第十二週

<p>主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊</p>	<p>1</p>	<p>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>	<p>家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 發現並敘述飲食生活中可能遭遇的危險情境，關心食品安全議題。</li><li>2. 探討食品安全問題的可能原因，蒐集避免食安危機的方法。</li><li>3. 分析日常飲食中的潛在風險，規劃「安心飲食」行動策略。</li><li>4. 評估並選擇適當的策略，保護自己或他人的飲食安全。</li></ol>	<p>活動二 「食」項確認 活動重點： 認識食安問題的可能預防機制，從「食品標示」、「食品標章」與「烹調衛生安全」三個面向，提出消費者在避免食安危機上的可能作法。</p> <p>一、引起動機 教師提問 「要避免食品安全危機，你覺得可以從哪些層面下手？」邀請學生分享意見。</p> <p>二、標示會說話 (一) 教師提問並說明活動進行方式：「當你在選購食品時，會仔細</p>
--------------------------------	----------	---	--	--	--



看看上面的食品標示嗎？相同的食品，你會如何決定要選購哪一個廠牌？請觀察比較本頁圖例與同學們所蒐集到的各種食品標示，分享你優先考量的項目與背後的理由。」

(二) 請學生拿出自己自備的食品標示，先參考課本範例，確認食品標示有哪些項目，各小隊再彼此分享自己所蒐集到的食品標示，若有同類商品，則說明在選購上會參考哪些資訊進行分析比較。

三、食品添加物

教師針對添加物進行補充說明。  
四、教師提問：「當你發現標示不實的食品時，會採取什麼行動？」邀請學生舉手發言回答。

第十三週

<p>主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊</p>	<p>1</p>	<p>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>	<p>家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 發現並敘述飲食生活中可能遭遇的危險情境，關心食品安全議題。</li><li>2. 探討食品安全問題的可能原因，蒐集避免食安危機的方法。</li><li>3. 分析日常飲食中的潛在風險，規劃「安心飲食」行動策略。</li><li>4. 評估並選擇適當的策略，保護自己或他人的飲食安全。</li></ol>	<p>活動二 「食」項確認</p> <p>一、標章作參考 各小隊利用上一堂課帶來的食品標示與課本圖例，進行5分鐘經驗分享與討論，討論結束後，教師一一出示食品標章，由各小隊舉手發表。</p> <p>二、烹調保存要注意 (一) 教師引言：「你和家人在烹調與保存食物時，會特別注意哪些安全事項呢？」 (二) 請各小隊參考課本上的8大面向，回想過去所學與家庭生活中的做法，逐項列舉出具</p>
--------------------------------	----------	---	--	--	--

體做法。  
三、活動省思  
教師提問：  
「你在生活中最常執行的食品安全行動是什麼？你會調整自己的做法嗎？」請各小隊進行2分鐘自由分享，再派代表上台報告。

第十四週

<p>主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊（第二次段考）</p>	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。	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 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。	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 發現並敘述飲食生活中可能遭遇的危險情境，關心食品安全議題。</li><li>2. 探討食品安全問題的可能原因，蒐集避免食安危機的方法。</li><li>3. 分析日常飲食中的潛在風險，規劃「安心飲食」行動策略。</li><li>4. 評估並選擇適當的策略，保護自己或他人的飲食安全。</li></ol>	<p>活動三 「食」在安心</p> <p>一、引言 教師提問：「身為消費者的你，在面對各種食安危機時，可以用哪些具體行動來確保自己的飲食健康呢？」邀請幾位學生發表意見。</p> <p>二、食在安心—風險評估</p> <p>（一）教師說明：「請參考收集到的資訊，找出你們所選定食品的可能危機，參考課本的風險評估流程，先判斷此項危機對健康的危害程度，再進一步思考，因應危機的合理作法有哪些。」</p>
---------------------------------------	---	---	--	--	--

(二) 各小隊進行 10 分鐘資料分析與研判，將評估過程與行動策略以圖案及文字彙整。

(三) 討論結束後，各小隊上展示討論成果，教師視情況給予補充說明。

### 三、食在安心—消費行動

教師引言：  
「除了關心飲食議題、在選購烹調與儲存上多加留心，消費者還能用採取哪些行動讓飲食生活變得更安心呢？請參考以下報導，並分享你的看法。」教師邀請同學上台發表。  
教師提問：

「你覺得飲食安全是誰的責任？什麼才是飲食安全的關鍵？」邀請學生分享。  
四、教師提醒：「在進行下一個單元之前，請先觀察自己家中有那些加工食品。」

第十五週

<p>主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊</p>	<p>1</p>	<p>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>	<p>家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 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>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 發現並敘述飲食生活中可能遭遇的危險情境，關心食品安全議題。</li><li>2. 探討食品安全問題的可能原因，蒐集避免食安危機的方法。</li><li>3. 分析日常飲食中的潛在風險，規劃「安心飲食」行動策略。</li><li>4. 評估並選擇適當的策略，保護自己或他人的飲食安全。</li></ol>	<p>活動三 「食」在安心</p> <p>一、引言 教師提問：「身為消費者的你，在面對各種食安危機時，可以用哪些具體行動來確保自己的飲食健康呢？」邀請幾位學生發表意見。</p> <p>二、食在安心—風險評估</p> <p>(一) 教師說明：「請參考收集到的資訊，找出你們所選定食品的可能危機，參考課本的風險評估流程，先判斷此項危機對健康的危害程度，再進一步思考，因應危機的合理作法有哪些。」</p>
--------------------------------	----------	---	--	--	---



(二) 各小隊進行 10 分鐘資料分析與研判，將評估過程與行動策略以圖案及文字彙整。

(三) 討論結束後，各小隊上展示討論成果，教師視情況給予補充說明。

三、食在安心—消費行動

教師引言：  
「除了關心飲食議題、在選購烹調與儲存上多加留心，消費者還能用採取哪些行動讓飲食生活變得更安心呢？請參考以下報導，並分享你的看法。」教師邀請同學上台發表。  
教師提問：

「你覺得飲食安全是誰的責任？什麼才是飲食安全的關鍵？」邀請學生分享。

四、教師提醒：「在進行下一個單元之前，請先觀察自己家中有那些加工食品。」

第十六週

<p>主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味</p>	<p>1</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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 認識食品加工，並分享個人與家庭中各式加工食品的使用經驗。</li><li>2. 蒐集各式加工食品的製作方式與相關資訊。</li><li>3. 依據自己或家人的喜好或需求，設計自製食品食譜。</li><li>4. 規劃與執行以自製食品為主題的家庭活動，進行成效分析，並提出具體的改進建議。</li></ol>	<p>活動一 加工現形</p> <p>一、加工目的</p> <p>(一) 教師出示數種食物圖片並提問：「請看看老師手上的圖片，哪些是純天然的食物？哪些是經過加工的食品？」邀請學生舉手回答。</p> <p>(二) 請各小隊參考課本頁面上的提示，先以5分鐘時間找出家中各種加工食品分別符合哪些加工目的性。</p> <p>(三) 小隊討論結束後，教師說明每項加工目的，並請各小隊發表「哪些食品符合此項目的」。</p>
--------------------------------	----------	--	--	--	---

## 二、加工迷思

(一) 教師提問：「提到加工食品，你和家人們最先想到的是方便好用？充滿危機？還是有礙健康？這些看法是有科學根據的嗎？」請學生拿出課前完成的訪問記錄，進行3分鐘小隊內意見交流與分享，並歸納小隊夥伴們的意見準備口頭發表。

(二) 教師邀請各小隊上台分享訪談心得，並進行補充說明。

三、教師提問：「你對加工食品的看法有了哪些轉變？」邀請學生自

由發表意見。  
四、教師提醒：下次上課前，請蒐集各式加工食品的製作方法介紹。

第十七週

<p>主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味</p>	<p>1</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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 認識食品加工，並分享個人與家庭中各式加工食品的使用經驗。</li><li>2. 蒐集各式加工食品的製作方式與相關資訊。</li><li>3. 依據自己或家人的喜好或需求，設計自製食品食譜。</li><li>4. 規劃與執行以自製食品為主題的家庭活動，進行成效分析，並提出具體的改進建議。</li></ol>	<p>活動一 加工現形</p> <p>一、加工方法</p> <p>(一) 教師提問：「加工食品是用哪些方法製造出來的？不同的加工食品又分別具有哪些特點？請對照課本範例與你所蒐集的資料，有哪些加工食品是你經常接觸的？當你和家人利用這些加工食品時，會注意哪些事情呢？」請學生拿出資料，以5分鐘時間，進行對照與注意事項確認。</p> <p>(二) 教師分別就課本上提到的八項加工方式進行說明，並邀請學生</p>
--------------------------------	----------	--	--	--	--

進行相關資料與使用經驗的分享。

二、教師提問：「你會如何應用加工食品，同時又兼顧健康？」

三、教師提醒：請蒐集家人們對於全家一起製作食品的意見，包括製作品項、口味偏好、時間、地點、希望的任務分配等等。請依據家人的意見，選擇並蒐集自製加工食品的食譜，於下次上課時帶來。

第十八週

<p>主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味</p>	<p>1</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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 認識食品加工，並分享個人與家庭中各式加工食品的使用經驗。</li><li>2. 蒐集各式加工食品的製作方式與相關資訊。</li><li>3. 依據自己或家人的喜好或需求，設計自製食品食譜。</li><li>4. 規劃與執行以自製食品為主題的家庭活動，進行成效分析，並提出具體的改進建議。</li></ol>	<p>活動二 安心自己來</p> <p>一、教師引言：「經過數次食安風暴，越來越多人選擇自己動手製作食品，以避免原料、添加物或衛生層面的風險。」 教師展示自己曾經製作過的加工食品照片，或是自己興趣製作的加工食品食譜與製作過程參考影片。</p> <p>二、教師說明：「請觀察比較你所蒐集的食譜，與市售的同類型食品，在成分原料上有哪些不同？為什麼會有這些差異呢？」 討論結束後，各小隊上臺報</p>
--------------------------------	----------	--	--	--	---



告資料查詢  
結果。

三、安心自  
己來

教師提問：

「請觀察你  
所蒐集到的  
食譜配方，  
在材料、調  
味料或烹調  
方式上，該  
如何調整才  
能讓它更適  
合家人的喜  
好呢？」

教師說明修  
改食譜的基  
本要點：

(一) 考量  
家中設備限  
制，尋找可  
以取代的器  
具或更改作  
法。

(二) 考慮  
家人在口味  
上的偏好，  
修改食品的  
材料或調味  
料份量。

(三) 發揮  
創意，讓這  
道食品更有  
特色。

請學生進行  
食譜設計，

設計時可與  
小隊內夥伴  
交換意見相  
互幫助，教  
師巡視並給  
予學生必要  
支援。食譜  
完成後，務  
必先讓老  
師、家長看  
過，再進行  
好味時光活  
動規劃。

第十九週

<p>主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味</p>	<p>1</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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 認識食品加工，並分享個人與家庭中各式加工食品的使用經驗。</li><li>2. 蒐集各式加工食品的製作方式與相關資訊。</li><li>3. 依據自己或家人的喜好或需求，設計自製食品食譜。</li><li>4. 規劃與執行以自製食品為主題的家庭活動，進行成效分析，並提出具體的改進建議。</li></ol>	<p>活動三 好味時光</p> <p>一、好味時光—規劃篇</p> <p>教師說明活動方式： 「請考量家人需求及喜好，規劃一次「好味時光」活動，和家人一起自製食品並記錄下活動過程與心得。」</p> <p>教師以說明活動規畫書內容要點：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>(一) 說明食譜選擇或活動形式的規劃緣由。</li><li>(二) 列出家人對此一活動的意見，並此為依據規畫活動內容與形式。</li><li>(三) 說明菜色選擇與食譜設計上的創新之處。務必再次確認食譜</li></ol>
--------------------------------	----------	--	--	--	---

的份量，明確列出所需器材與材料。

(四) 列出活動日期與活動進行的時程規劃。

(五) 依照家人能力、時間或意願進行任務分配，需要事前完成的任務一定要寫出具體的完成時間。

(六) 規劃出活動紀錄的方式與紀錄重點，可以先設想出幾個問題以幫助家人進行回饋。

二、好味時光—規劃分享

教師請同學上臺分享自己的活動規畫書，老師與臺下同學則給予具體意見。

教師提醒：

「請在分享與回饋活動進行之前，實際執行你所設計的活動，並以影音或文字方式，將活動的過程與家人的們的心得意見都記錄下來。」

第二十週

<p>主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味</p>	<p>1</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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 認識食品加工，並分享個人與家庭中各式加工食品的使用經驗。</li><li>2. 蒐集各式加工食品的製作方式與相關資訊。</li><li>3. 依據自己或家人的喜好或需求，設計自製食品食譜。</li><li>4. 規劃與執行以自製食品為主題的家庭活動，進行成效分析，並提出具體的改進建議。</li></ol>	<p>活動三 好味時光</p> <p>一、好味時光—分享篇 1 教師請學生利用 3 到 4 分鐘準備好內容，並決定出上臺分享的順序，分享與家人共度的好味時光。</p> <p>二、好味時光—分享篇 2 教師請學生依序上臺展示活動過程、家人回饋與自己的心得感想。待全體學生都分享完畢之後，再請各小隊派代表針對同學分享内容，給予食譜或活動上的具體改進建議。</p> <p>三、總結 教師展示本主題各項活</p>
--------------------------------	----------	--	--	--	--

動的相關資料或上課照片，請學生回顧自己的學習表現，並寫在回饋表之中。

第二十一週

<p>主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味（第三次 段考）</p>	<p>1</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 Ab-IV-2 飲食的製 備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示 與加工食品之認識、 利用，維護飲食安全 的實踐策略及行動。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 認識食品加工，並分享個人與家庭中各式加工食品的使用經驗。</li><li>2. 蒐集各式加工食品的製作方式與相關資訊。</li><li>3. 依據自己或家人的喜好或需求，設計自製食品食譜。</li><li>4. 規劃與執行以自製食品為主題的家庭活動，進行成效分析，並提出具體的改進建議。</li></ol>	<p>活動三 好 味時光 一、好味時 光—分享篇 1 教師請學生 利用 3 到 4 分鐘準備好 內容，並決 定出上臺分 享的順序， 分享與家人 共度的好味 時光。 二、好味時 光—分享篇 2 教師請學生 依序上臺展 示活動過 程、家人回 饋與自己的 心得感想。 待全體學生 都分享完畢 之後，再請 各小隊派代 表針對同學 分享內容， 給予食譜或 活動上的具 體改進建 議。 三、總結 教師展示本 主題各項活</p>
--	----------	--	--	--	---



動的相關資料或上課照片，請學生回顧自己的學習表現，並寫在回饋表之中。



彰化縣私立精誠國民中學附設國中部 112 學年度第 二 學期 八 年級 綜合活動 領域 / 家政科目

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	八年級	教學節數	每週( 1 )節，本學期共( 20 )節。
課程目標	<p>(一) 透過生活觀察與自我省思來理解性別刻板印象對於自身的影響，藉由多元性別議題的介紹，進而形塑正向的性別認同，並且落實真正的性別尊重。</p> <p>(二) 透過理想對象特質討論、交往想法的辯論、新聞案例討論，讓學生了解喜歡與愛情的差別、喜歡的理想情人特質、釐清愛情交往的迷思，以及因應分手失落的哀傷，進而在未來面對愛情關係，能抱持著合宜的觀念與態度。</p> <p>(三) 藉由職業資訊的介紹，協助學生了解自己的興趣、特質以及目前的職業世界，藉此建構個人的夢想藍圖。</p> <p>(四) 體會生命的價值，並珍惜生命，尊重生命，發現需要協助的生命與其需求。</p> <p>(五) 結合服務學習的概念與步驟，給予弱勢團體實際的救助行動與關懷。</p> <p>(六) 從生活經驗出發，透過探索、體驗、資料收集、分享與省思活動，使學生對異國文化有更多了解。</p> <p>(七) 培養學生尊重多元文化的態度，並透過活動探索自我，增進資源搜尋與運用的能力。</p>				
領域核心素養	<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>綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、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>第一週</p>	<p>主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解剩食與環境永續的關係。</li> <li>2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。</li> <li>3. 了解臺灣及其他國家目前已有的行動。</li> </ol>	<p>活動一 此剩食彼一食一、引起動機 二、活動進行 (一) 學生檢視自己及家人外出用餐時的點餐習慣及對待剩食的態度。 (二) 教師引導討論：為什麼自己及家人會選擇這樣的作法呢？ (三) 教師說明：我們享受著生活中的各種美食，即使在 IG 上搜尋「飢餓」，仍然還是出現大量食物及俊男美女的照片。在我們的同溫層外，又是什麼樣子呢？學生可搜尋關鍵字，如剩</p>
------------	--------------------------------	----------	---	---	---	---

食、ZERO HUNGER、分配不均，並與全班分享小組搜尋到的資訊。  
三、活動省思

第二週

<p>主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 了解剩食與環境永續的關係。</li><li>2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。</li><li>3. 了解臺灣及其他國家目前已有的行動。</li></ol>	<p>活動一 此剩食彼一食一、教師提問 二、活動進行 (一) 教師提問：你有觀察到家中哪些食材或調味料較受歡迎，哪些又容易被放到壞掉？為什麼？ (二) 教師引導思考：家中最常出現剩食的角落在哪邊呢？通常會剩下什麼？請思考為什麼會有這樣的現象出現？ (三) 與小隊伙伴分享後，派出一名隊員全班同學分享自己家中的剩食角落及剩食原因分析。 (四) 教師</p>
--------------------------------	----------	---	---	---	---

引導學生思考：這些烹調的食材從生產地到我們口中，會經過哪些關卡呢？

（五）教師歸納從產地到餐桌會出現的關卡為：加護消費端、銷售通路端及生產加工運輸階段。請學生思考並歸納出自己家中的飲食、食材採購習慣，會影響到各階段的那些浪費呢？

（六）教師說明：在生產收成、運輸加工階段的耗損為糧食損失，在供應銷售、家戶消費階段的耗損為食物浪費。每種食材都會在不同階



段造成或多  
或少的耗  
損，如何減  
少這些耗損  
是刻不容緩  
的議題。  
三、活動省  
思

第三週

<p>主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。</p>	<p>1. 了解剩食與環境永續的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。 3. 了解臺灣及其他國家目前已有的行動。</p>	<p>活動二 良食的冒險之路 一、教師提問 二、活動進行 （一）教師引導生產、運輸、加工端的食物浪費情形： 1. 為了後續銷售方便，通路商在收購前就會要求農家淘汰掉外觀不符合規格的產品。大多數生產端的浪費，可能是為了符合通路商進貨規格或盛產滯銷所造成的。 2. 運輸製加工端或銷售通路的過程中，如國外進口的食物，若冷鍊保存沒做好、運輸期延長，或檢</p>
--------------------------------	----------	---	---	--	---

疫未通過，皆有可能造成食材的浪費。

(二) 小隊報告國內外案例。

(三) 教師引導學生思考：這些在生產端因格外品、產量過剩的農產品除了做成堆肥及飼料外，你認為還有什麼用途呢？請小隊討論後，與全班同學分享。

三、活動省思

第四週

<p>主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。</p>	<p>1. 了解剩食與環境永續的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。 3. 了解臺灣及其他國家目前已有的行動。</p>	<p>活動二 良食的冒險之路 一、教師提問 二、活動進行 (一) 教師引導學生思考：大多數銷售通路端的浪費，可能是為了符合政府法規，或為了增加消費者選購意願所造成的。食品過了有效日期就不能吃了嗎？你願意購買快過期的即期品嗎？請與小隊分享你的經驗及作法。 (二) 教師說明：臺灣的市售包裝食品有效日期評估指引指出，產品包裝的有效日期指在特定儲存條件</p>
--------------------------------	----------	---	---	--	---

下，市售包裝食品可保持產品價值的最終期限，應為時間點，例如「有效日期：〇年〇月〇日」。食品業者在標示進口食品有效日期時，若無法提供佐證，則「best before」和「賞味期限」日期則應視為「有效日期」。

(三) 國內外已有許多行動計劃來改善銷售通路端的剩食問題。你認為它們可能會遇到的挑戰有哪些呢？

(四) 小隊報告國內外案例。

(五) 教師引導思考：

臺灣還可以複製哪些國際成功案例，如何修正後用在臺灣？

(六) 教師引導思考：你認為顧客所做出的消費選擇，是否能夠影響業者的銷售方針呢？

三、活動省思

第五週

<p>主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 了解剩食與環境永續的關係。</li><li>2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。</li><li>3. 了解臺灣及其他國家目前已有的行動。</li></ol>	<p>活動二 良食的冒險之路</p> <p>一、活動進行</p> <p>(一) 教師提問：在消費者端的剩食狀況，是我們最可以直接觀察的食物浪費實況。檢視自己的飲食習慣，你在哪一種的飲食活動最容易製造廚餘呢？你認為是什麼原因造成這樣的結果？</p> <p>(二) 教師引導學生歸納：大多數消費者端的浪費，都是因為不適當的飲食習慣及採買習慣所造成的。如買太多、點太多、整理太少。你家的狀況又是什麼呢？</p>
--------------------------------	----------	---	---	---	--

請與小隊分享你家有的狀況，並思考如何改變。

(三) 教師引導：在臺灣與其他國家，每個人都有可能面對「剩下來的食物該如何處理」的問題。國內外已有許多行動計畫來改善消費者的剩食問題。有哪些國內外的範例呢？

(四) 小隊報告國內外案例。

(五) 教師引導學生思考：在看完國內外的範例後，除了知道自己能做些什麼外，最重要的是你願意做些什麼？請同學與小隊成員分享你的



看法。  
二、活動省  
思

第六週

<p>主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。</p>	<p>1. 以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。</p>	<p>活動一 綠食思辨之旅 一、教師提問 二、活動進行 （一）教師將學生平均分配至各討論小組，學生並將蒐集到的新聞及相關資訊留在各討論桌。 （二）教師說明活動進行方式。 （三）教師提醒：立場不必中立，但態度需要公正。對於與自己立場不同的看法，也應傾聽他人的想法，才能明白不同立場背後的論點與動機，讓自己有反思的機會。 （四）小組進行討論。 （五）討論</p>
--------------------------------	----------	---	--	--	---

小組與全班  
分享討論結  
果，其他小  
組給予意見  
交流及回饋  
討論。  
三、活動省  
思

第七週

<p>主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰 (第一次段考)</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。</p>	<p>1. 以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。</p>	<p>活動二 盛食行動 1.0 一、教師提問 二、活動進行 (一) 教師說明：雖然看見了生活中的不環保，但我們也看見了在危機時的轉機-許多人為了環保的美好未來正在採取行動。請將自己生活中所體驗到的環保飲食圖像，以文字或繪圖的方式呈現。 (二) 學生檢視自己的狀況，製作個人的環保飲食圖像。 (三) 學生與小隊伙伴分享自己的環保飲食圖像，並與全班分享。 (四) 教師</p>
--	----------	---	--	--	--

引導：除了繼續執行自己從小到大養成的環保行為外，眾人的力量可以讓影響範圍更深更廣。生活周遭有哪些飲食環保行為是自己想參與的？

（五）學生將想解決的剩食問題書寫在黑板上。學生依照黑板上的剩食問題，找到與自己所見略同的伙伴。

（六）教師引導學生計畫流程：確定小組的盛食行動主題→找到核心問題→評估現況→找出資源→擬定行動計畫，並可討論分工、行動時程。

三、活動省  
思

第八週

<p>主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。</p>	<p>1. 以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。</p>	<p>活動三 盛食行動 2.0 一、教師確認各小組執行進度與紀錄，安排分享順序。 二、活動進行 （一）教師引導盛食行動小組分享已執行的計畫進度及記錄，並提出執行時遭遇的困難為何，組員心聲、其他前輩的建議、是否需要其他資源介入。 （二）其他小組給予建議及回饋。 （三）良食小組根據其他組給的建議回饋，與自己小組討論修正接下來的策略。</p>
--------------------------------	----------	---	--	--	---

第九週

<p>主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。</p>	<p>1. 以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。</p>	<p>活動三 盛食行動 2.0 一、教師引言 二、活動進行 （一）盛食行動小組分享已執行的計畫成果及記錄。（若尚未完成結案的小組，可分享盛食行動 2.0 截至目前為止的行動紀錄），並請其他小組給予回饋。 （二）請同學分享執行盛食行動的心得與看法。 （三）教師引導思考：盛食行動的計畫不是曇花一現，要持續進行才能讓影響持續發生。你覺得要如何讓這些有意義的計畫常</p>
--------------------------------	----------	---	--	--	---



態進行呢？  
(四) 學生  
票選本屆盛  
食行動派首  
獎。  
三、活動省  
思

第十週

<p>主題四：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人</p>	<p>1</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>家 Ba-IV-2 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。</p>	<p>連結前些主題的環保概念，讓學生透過觀察生活中的服飾消費現象覺察時尚潮流對自我消費行為的影響，從中檢視自己所擁有的服飾資源，分析自己服飾消費習慣，了解服飾消費問題，並規畫與執行合宜的服消費行為。</p>	<p>活動一 服飾相談室 一、教師引言 二、教師提問，引導學生發言 服飾消費問題多半是衝動消費所造成的，你認為有哪些方法能減少衝動消費的問題？ 三、教師引導學生思考：請檢視自己所擁有的服飾，將不同種類服飾的款式及數量記錄下來，想想自己常穿搭的服飾有哪些？這些服飾運用在生活上是否足夠？並將結果與小隊伙伴分享。 四、教師引導學生將自己常穿著的服飾搭配方</p>
----------------------------------	----------	---	---	---	---

式記錄在學生活動手冊中，並和小隊伙伴分享，看看對自己的穿著有何新發現。

五、小隊伙伴自由分享自己的穿著和相關的發現及想法。

六、教師提問，並鼓勵學生發表：檢視自己的服飾後，我還想購買哪些服飾種類？原因是？

七、學生自由發表

第十一週

<p>主題四：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人</p>	<p>1</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>家 Ba-IV-2 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。</p>	<p>連結前些主題的環保概念，讓學生透過觀察生活中的服飾消費現象覺察時尚潮流對自我消費行為的影響，從中檢視自己所擁有的服飾資源，分析自己服飾消費習慣，了解服飾消費問題，並規畫與執行合宜的服消費行為。</p>	<p>活動 二 Which One? 一、教師引導學生思考 教師可請學生參考課本頁面的對話示例，引導學生思考是否有過相同的經驗，若自己即為圖片中的主角，當時選擇服飾時的考量為何，會做什麼樣的選擇？ 二、教師小結學生發表內容，並說明進行服飾搭配時可能會考慮的因素。 三、教師提問，並鼓勵學生發表：眾多影響服飾選擇因素中，自己比較重視的是哪些因素？ 四、教師引言</p>
----------------------------------	----------	---	---	---	---

五、教師帶領學生從消費者模式5W1H討論個人家人的服飾消費行為與習慣。  
六、請依照上述討論，檢視自己的服飾消費行為樣子，並記錄於表格中。  
七、教師提問

第十二週

<p>主題四：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人</p>	<p>1</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>家 Ba-IV-2 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。</p>	<p>連結前些主題的環保概念，讓學生透過觀察生活中的服飾消費現象覺察時尚潮流對自我消費行為的影響，從中檢視自己所擁有的服飾資源，分析自己服飾消費習慣，了解服飾消費問題，並規畫與執行合宜的服消費行為。</p>	<p>活動三 購衣計畫，GO！ 一、教師引導學生思考當我們能檢視自身服飾消費問題，了解目前擁有的服飾資源，並評估自己的消費習慣，就有機會在購買服飾時成為聰明消費者。現在，讓我們小試身手，根據下列說明，擬定購衣消費計畫，做個優秀的消費高手吧！ 二、透過<u>翰寶與小琳</u>的網路發問，一起分析購買服飾時，如何依照自己需求，購買適合自己的服飾。 (一) 預算有限但又想要有比較好</p>
----------------------------------	----------	---	---	---	---

的品質。  
(二) 網購  
須注意事項  
(三) 服飾  
種類可依照  
你使用的場  
合、服飾功  
能來挑選。  
三、活動小  
省思與小結

第十三週

<p>主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>從探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配，學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格，選擇並展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>活動一 身體密碼大解密 黃金比例好身型 一、教師引言 二、請將帶來的個人全身照貼在課本頁面內，觀察自己的身型，並說明個人身型有哪些優勢或是想要修飾的地方。 三、活動小省思 四、教師引言：請與小隊伙伴討論服裝特點對身型的修飾效果，並將結果記錄於表格中。 五、教師在黑板上展示課本「服裝特點大解密」表格，發下服飾特點字卡，請各小隊討論字卡可達到</p>
-------------------------------	----------	---	---	---	---



表格中哪種修飾效果。  
六、各小隊派一位隊員上臺將服飾特點字卡貼於表格中較為合適的位置，並說明原因。  
七、教師總結各小隊內容，並請學生將討論結果紀錄課本「服裝特點大搜密」表格中。  
八、小結

第十四週

<p>主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手 (第二次段考)</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>從探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配，學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格，選擇並展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>活動一 身體密碼大解密 重點修飾我最「型」 一、教師引言並鼓勵學生發表 二、教師請學生觀察課本的例子，分組討論圖例中的局部身型困擾該利用哪一種服飾搭配達到修飾效果，以解決問題，並將選擇原因記錄下來。 三、教師可依課本示例說明修飾方法 四、請各小隊發表討論結果 五、教師總結各小隊討論內容 六、教師提問並鼓勵學生發表 七、學生自由發表</p>
---	----------	---	---	---	---

八、教師總結與歸納  
臉型領型對碰  
一、教師引言  
二、教師請學生參考課本圖例，並畫下每種臉型適合的領型。  
三、請學生以小隊為單位進行討論與分享  
四、教師提問並鼓勵學生發表  
五、學生自由發表  
六、教師總結與歸納

第十五週

<p>主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>從探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配，學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格，選擇並展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>活動一 身體密碼大解密 重點修飾我最「型」 一、教師引言並鼓勵學生發表 二、教師請學生觀察課本的例子，分組討論圖例中的局部身型困擾該利用哪一種服飾搭配達到修飾效果，以解決問題，並將選擇原因記錄下來。 三、教師可依課本示例說明修飾方法 四、請各小隊發表討論結果 五、教師總結各小隊討論內容 六、教師提問並鼓勵學生發表 七、學生自由發表</p>
-------------------------------	----------	---	---	---	---

八、教師總結與歸納  
臉型領型對碰  
一、教師引言  
二、教師請學生參考課本圖例，並畫下每種臉型適合的領型。  
三、請學生以小隊為單位進行討論與分享  
四、教師提問並鼓勵學生發表  
五、學生自由發表  
六、教師總結與歸納

第十六週

<p>主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>從探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配，學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格，選擇並展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>活動二 整體造型設計師 個人形象修練室 一、教師引言 二、教師引導學生思考：你認為最適合自己的裝扮是什麼樣子？ 三、引導學生參考課本內容，思考個人的喜好，並記錄下來。 四、教師提問引導學生思考 五、教師引言：請討論各風格中的服飾配件對身體線條的修飾效果，最後請各小隊派一位隊員向全班分享。 六、教師請各小隊代表上臺進行分享及說明，</p>
-------------------------------	----------	---	---	---	--

教師針對學生說明進行補充。  
七、教師總結各項風格與特色，引導學生思考適合自己的服飾風格。

第十七週

<p>主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>從探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配，學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格，選擇並展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>活動三 服飾禮儀任我行 一、教師引言 二、請學生從課本頁面圖片中找出每一個場合適合的服飾，並說明選擇原因。 三、各個場合的服飾禮儀 四、教師引言 你知道哪些文化中不同的服飾禮儀差異呢？請與同學分享。 五、教師總結</p>
-------------------------------	----------	---	---	---	---



第十八週

<p>主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄</p>	<p>1</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。 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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>能利用服裝搭配原則為基礎，配合個人需求及喜好，完成自己的服飾雜誌製作，展現自我風格與形象。</p>	<p>活動一 時尚教主 一、教師引言 請與小隊伙伴討論，選定場合，進行服飾搭配，並將討論結果填入下方表格，最後完成一個屬於你們的服飾專欄！ 二、請學生以課本的圖示為範例，並將討論結果記錄下來。 三、小隊討論 （一）要設定哪一種場合來做服飾搭配呢？ （二）選定服飾搭配場合之後，請學生討論該場合的服飾特點為何，並將討論結果記錄於課本表格中。</p>
-------------------------------	----------	--	---	--	---

四、教師引言

選定服飾穿著場合之後，請從下面四種專欄製作方法中選擇一種你最有興趣的方式製作，並完成「我的服飾專欄」。

五、教師說明服飾專欄製作方式

六、教師再次提醒

七、教師總結並提醒學生服飾專欄製作注意事項

第十九週

<p>主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄</p>	<p>1</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。 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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>能利用服裝搭配原則為基礎，配合個人需求及喜好，完成自己的服飾雜誌製作，展現自我風格與形象。</p>	<p>活動一 時尚教主 一、教師引導學生回憶上一節課內容，並提醒學生：請考量所設定的「場合」，依照個人特色與身型優缺點（臉型、體型、特別想要修飾部位……），並配合個人的喜好，為自己設計一頁服飾專欄吧！ 二、全班製作「我的服飾專欄」，教師隨堂巡視，適時指導學生。 三、教師總結與提醒：透過實際服飾搭配練習，能對服飾搭配有更進一步的認識，試著利用服飾搭配</p>
-------------------------------	----------	--	---	--	---

技巧美化身  
型，進而展  
現自我風格  
喔！

第二十週

<p>主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄（第三次段考）</p>	1	<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。 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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>能利用服裝搭配原則為基礎，配合個人需求及喜好，完成自己的服飾雜誌製作，展現自我風格與形象。</p>	<p>活動 二 Best of you 一、教師引言：經過精心創作屬於自己的服飾專欄後，你覺得大家表現如何呢？請在小隊中分享彼此作品，並選三位你最欣賞的作品給予回饋。 二、教師引言：最後，全班一起欣賞所有同學的作品，看看各小隊選擇的服飾搭配場合為何？服飾穿著具有什麼樣的特色？請各小隊派一位隊員代表上臺分享你們的觀察心得吧！ 三、請各小隊推派一位代表分享小隊心得，其</p>
--------------------------------------	---	--	---	--	---

他學生自由  
給予回饋。

#### 四、教師提問

(一) 你覺得哪一位同學的服飾搭配和他所設定的場合最相符？為什麼？

(二) 在製作過程中，你發揮哪些創意？克服哪些困難？這些經驗對你有什么啟發？

(三) 經過本單元學習後，你最大的收穫為何？對你未來服飾搭配有何影響？

#### 五、學生自由發表意見

#### 六、教師總結

第二十週

<p>主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄（第三次段考）</p>	1	<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。 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。</p>	<p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p>	<p>能利用服裝搭配原則為基礎，配合個人需求及喜好，完成自己的服飾雜誌製作，展現自我風格與形象。</p>	<p>活動 二 Best of you 一、教師引言：經過精心創作屬於自己的服飾專欄後，你覺得大家表現如何呢？請在小隊中分享彼此作品，並選三位你最欣賞的作品給予回饋。 二、教師引言：最後，全班一起欣賞所有同學的作品，看看各小隊選擇的服飾搭配場合為何？服飾穿著具有什麼樣的特色？請各小隊派一位隊員代表上臺分享你們的觀察心得吧！ 三、請各小隊推派一位代表分享小隊心得，其</p>
--------------------------------------	---	--	---	--	---

他學生自由  
給予回饋。

#### 四、教師提問

(一) 你覺得哪一位同學的服飾搭配和他所設定的場合最相符？為什麼？

(二) 在製作過程中，你發揮哪些創意？克服哪些困難？這些經驗對你有什么啟發？

(三) 經過本單元學習後，你最大的收穫為何？對你未來服飾搭配有何影響？

#### 五、學生自由發表意見

#### 六、教師總結



