

南投縣日新國民中學 115 學年度部定課程計畫

【第一學期】

領域 /科目	綜合/童軍	年級/班級	八年級，共 2 班
教師	王麗玲	上課週節數	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。
- （三）透過找尋及使用資源的活動，了解生活中各項資源的特性及個人運用資源的看法，以培養合宜的生活自理能力，並讓學生設計適宜的家庭活動對家庭最常使用的金錢資源進行探討，發覺個人與家庭的資源、金錢管理方式，並學習金錢管理，將資源管理的概念運用實踐在家庭生活中。
- （四）透過觀察新聞事件，找出從原料生產到餐桌，食安問題可能發生在哪些環節，進而探討避免遭遇食安危機的可行辦法，培養對關心食品安全的態度與習慣，充實自己對食品的認知與了解。
- （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。
- （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。

教學進度		核心素養	教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次	單元名稱				
一	主題一：露營練功坊 單元一：可口玩野炊	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，	活動一 食尚露營家 1. 活動說明 2. 活動進行 （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，教師協助統整各隊提出的內容，作為全班在日後課程中皆須	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。

		落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。	遵守的戶外炊事原則。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。		
二	主題一：露營 營練功坊 單元一：可口玩野炊	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。	<u>活動一 食尚露營家</u> 3. 活動說明 4. 活動進行 （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、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。
三	主題一：露營 營練功坊 單元一：可口玩野炊	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，	<u>活動二 野炊有妙計</u> 一、活動說明 二、活動進行 1. 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。 2. 小隊依據前一節課討論出的原則，並參考課本或自行蒐集野炊相關資訊（菜單設計要領、烹調器材清單、食材價格等），共同討論及撰寫完成小隊露營炊事計畫	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。

		落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。	書。 3. 小隊露營炊事計畫書的基本內容包含「友善環境的行動、分工內容、菜單設計、器材清單」，除此之外可引導讓小隊自行思考並補充其他內容，讓計畫書更加充實完整。 4. 各隊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。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。		
四	主題一：露營練功坊 單元一：可口玩野炊	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。	活動三 美味上桌囉 一、活動說明 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）掌握時間分配，避免壓縮食用及善後的時間。 （二）隨時注意用火狀況，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）依照分工進行炊事，隨時互相協助完成工作。 二、活動進行 （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。	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。

			三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。		
五	主題一：露營練功坊 單元一：可口玩野炊	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。	活動四 回顧野炊趣 一、活動進行 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、活動說明 1. 請小隊共同找出實作課的問題並進行計畫書的內容修正。 2. 請小隊（或個人）運用本單元的學習經驗，規畫其他情境中（例：隔宿露營、烤肉活動……）的炊事計畫書。 . 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、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。

六	主題一：露營 營練功坊 單元一：可口玩野炊	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。	活動四 回顧野炊趣 一、活動進行 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、活動說明 1. 請小隊共同找出實作課的問題並進行計畫書的內容修正。 2. 請小隊（或個人）運用本單元的學習經驗，規畫其他情境中（例：隔宿露營、烤肉活動……）的炊事計畫書。 3. 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、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過分享與合作，理性探討環保炊事原則，擬定計畫並檢核修正，體驗露營樂趣與反思永續精神。	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。
七	主題一：露營 營練功坊 單元二：帳篷下的秘密（第一次考）	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	動一 搭帳達人 一、活動說明 在我們到達營地時，仔細觀察並選擇適合的營地，可以讓接下來的露營更加舒適且便利。如何選擇適合的營地呢？讓我們一起來討論看看。你覺得課本內的這些營地地點適合搭帳嗎？適合的原因是什麼呢？ 二、活動進行 1. 營地選擇要點 2. 帳篷認識 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。 【戶外教育】 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。

		群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。	品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。		
八	主題一：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密	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。	<u>活動一 搭帳達人</u> 一、活動說明 二、活動進行 1. 教師說明搭設帳篷的注意要點 2. 露營中的繩結-營繩結 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。 【戶外教育】 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。
九	主題一：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密	綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關	<u>活動二 搭帳合作趣</u> 一、活動說明 在搭帳的過程中，大家可能會遇到一些挑戰，例如地形不平整、帳篷支架難以固定，或分工不夠清楚。請針對這些具體問題，小隊討論並分享你們是如何解決的。 二、活動進行 1. 小隊進行討論	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。 【戶外教育】 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。

		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。	2. 小隊實際進行搭帳考驗 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。		
十	主題一：露營練功坊 單元二：帳篷下的秘密	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。	<u>活動一 搭帳達人</u> 一、活動說明 在露營活動中有許多需要團隊一起從事的活動，我們一起進行了戶外炊事及帳篷搭設，自己在活動中扮演的角色是什麼呢？ 二、活動進行 1. 上次搭帳時的狀況討論 2. 團隊及個人效能活動說明 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過搭帳活動培養溝通合作與理性解決問題能力，提升人際互動與團隊協作精神。 戶外教育： 學習帳篷知識與搭設技巧，透過分工與問題解決，養成團隊合作態度與實踐能力。	1. 口語評量。 2. 高層次紙筆評量。	【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。 【戶外教育】 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。

十一	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩	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。	活動一 化險靠計策 1. 活動說明 1. 準備露營相關新聞事件，或參考課本提供之案例，作為今日課堂討論主題。 2. 規畫一份評估表供各隊進行檢核針對新聞事件所提出的預防及應對策略的可行性。 二、活動進行 從同學的分享中，我們已知露營活動中潛藏著各種風險，然而風險會發生勢必是有其成因，若是我們想要做好預防工作或採取應對措施，必須要找出風險的成因並想對策。請小隊從課本範例或新聞事件找出有哪些風險狀況，並運用魚骨圖分析及記錄每個風險的成因、對策及結果，由各隊輪流上台分享，其他同學則從報告內容中選擇一項風險進行對策的可行性評估，以及提出可修正的建議。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。
十二	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩	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，	活動一 化險靠計策 2. 活動說明 同學的分享中，我們已知露營活動中潛藏著各種風險，然而風險會發生勢必是有其成因，若是我們想要做好預防工作或採取應對措施，必須要找出風險的成因並想對策。請小隊從課本範例或新聞事件找出有哪些風險狀況，並運用魚骨圖分析及記錄每個風險的成因、對策及結果，由各隊輪流上台分享，其他同學則從報告內容	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。

		落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。	中選擇一項風險進行對策的可行性評估，以及提出可修正的建議。 二、活動進行 1. 小隊從課本範例或新聞事件，看圖說故事找出風險及成因，擬定預防或應對策略以及結果，以魚骨圖的方式記錄。 2. 小隊上台輪流報告，其他同學填寫學習單，紀錄台上的報告內容。 3. 每人從各隊報告內容中選擇一項風險對策，進行可行性評估並給予建議。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。		
十三	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩	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。	活動二 有備必無患 一、活動說明 我們藉由露營新聞事件學習風險管理的能力，針對事件中的風險進行成因的分析，發現在「事前準備不充足」的項目中，其中一項就是裝備的準備問題。因此，在露營活動中我們究竟需要準備哪些裝備呢？而現今的露營裝備種類和品牌都五花八門，我們應該如何選擇才能達到降低風險的目標呢？ 二、活動進行 小隊於限時內完成討論後進行分享，各隊每次發表一項裝備，其他小隊同步檢核自己的討論結果，補上缺漏的露營裝備。 3. 活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育：	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。

			透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 4. 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。		
十四	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩（第二次段考）	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。	活動三 整裝好生活 一、活動說明 們已經提出許多露營時個人需要使用到的裝備，這些裝備必須要有好的收整才能方便我們攜帶，並且還要在活動過程中是能夠方便取用。想想看，我們要如何收整呢？ 二、活動進行 1. 請小隊討論如何將所有帶來的裝備收入背包之中。 2. 每回合派一名同學背著背包出列，當老師說出任務時，最快從背包裡拿出所需物品者得兩分，其他完成者得一分。 3. 每位同學除了拿出物品之外，還需要說明該物品放置在背包中哪個位置，以及擺放的原因。 4. 任務 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。

十五	主題二：安康露營去 單元一：風險一把罩	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。	活動三 整裝好生活 一、活動說明 二、活動進行 1. 在前一個活動中，我們依照自己的想法裝填背包，卻無法有效完成任務，更有同學發生無法舒服的肩負背包，導致行走姿勢很不正常…等等這些具有風險的狀況。因此，除了挑選裝備有特定的原則要遵守，收納裝備也有一些原則須遵守喔！ 2. 請同學閱讀課本所列的收納原則，並和小隊同學討論出各項原則的意義，以及試著提出一個生活應用的時機。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過露營風險應對與預防策略，學習面對困難並培養解決問題與保護他人的能力。 人權教育： 關注露營中弱勢與危機處境，學習協助他人、採取行動，保障自身與他人安全。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。
十六	主題二：安康露營去 單元二：鬆玩露營	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	活動一 戶外回憶錄 一、教師提問 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。 三、教師引導與總結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。

		價值。			
十七	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營	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。	活動二 露營活動心體驗 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。 一、教師說明活動設計要點 二、教師指導小隊設計活動時應注意之事項。 三、小隊口頭發表活動設計。 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。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。
十八	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學	活動二 露營活動心體驗 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。 一、教師說明活動設計要點 二、教師指導小隊設計活動時應注意之事項。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。

		習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。	三、小隊口頭發表活動設計。 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。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。		
十九	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營	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。	<u>活動三 活動 Show Time</u> 一、教師進行活動說明 二、活動進行 二、於活動後進行反思紀錄，紀錄題目如下： 1. 在活動中令你印象最深的是什麼？ 2. 你認為這個活動是否會對環境造成影響？ 3. 在設計活動時該如何降低對環境的影響呢？ 4. 這個活動帶給你那些收穫呢？ 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。

二十	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營	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。	活動四 憶起享露 一、教師進行活動說明 二、教師可以蒐集現行露營活動中的娛樂活動在課程中與學生分享，並分享許多露營人士喜歡露營的原因。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。
二十一	主題二：安康露營去 單元二：輕鬆玩露營 (第三次考)	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。	活動四 憶起享露 一、教師進行活動說明 二、教師可以蒐集現行露營活動中的娛樂活動在課程中與學生分享，並分享許多露營人士喜歡露營的原因。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 透過環保娛樂活動，平衡身心需求，學習面對挑戰，提升露營生活品質與幸福感。 人權教育： 關注環境與他人需求，規劃低干擾活動，培養尊重自然與關懷弱勢的行動力。	1. 口語評量。 2. 實作評量。 3. 高層次紙筆評量。	【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。 【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。

南投縣日新國民中學 115 學年度部定課程計畫

【第二學期】

領域 /科目	綜合/童軍	年級/班級	八年級，共 2 班
教師	王麗玲	上課週節數	每週 1 節，本學期共 21 節

課程目標：

- (一) 思考在取用便利的飲食行為背後應關注的問題，還可以採取更友善環境與生活的飲食行動，實踐「愛」地球的「良」食運動。
- (二) 學習更有意義的選購、穿衣妙法，展現具有關心環境又能展現年輕活力的服裝行動智慧。
- (三) 逐步檢視應如何在運用大地資源的時候，能夠關懷、愛護並感恩大自然所提供的各種物資，學習與環境合作共生的永續行為。
- (四) 以露營的學習經驗為基礎，進一步思考如何根據自己的狀況做不同的休閒規畫，提升健康的品質。
- (五) 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。
- (六) 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。
- (七) 探求自己的能力、興趣與想從事的工作之間的關連，規畫可行性的執行策略，逐步接近所期待的未來工作。

教學 進度 週次 (必 填)	單元名稱	核心素養	教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
----------------------------	------	------	------	------	------------------

一	主題三：說到做到 單元一：愛地球 來去無痕 實踐家	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。	<u>活動一 與自然同在</u> 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。 (四) 學生自由分享。 (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。 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。	口語評量。	【品德教育】 品J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
---	------------------------------------	--	---	-------	---

二	主題三：說到做到 單元一：愛地球 來去無痕 實踐家	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。	活動二 愛護自然心行動 一、教師引導與說明 二、翰寶日記內容與友善環境分析。 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 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。	口語評量與資料搜集。	【品德教育】 品J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。
三	主題三：說到做到 單元一：愛地球 來去無痕 實踐家	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	活動三 無痕山林非廣告 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，一起來思考在每一	1. 團隊討論與報告。 2. 戲劇表演與討論法。	【品德教育】 品J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

		價值。	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？ 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。		
四	主題三：說到做到 單元一：來去無痕 實踐家	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。	活動四 許自然一個未來 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、環境保育者的立場及登山使用者的立場，分別會有什麼想法及可以的具體行動呢？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。 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 幫助學生了解關懷環境與自然生態永續發展的重要性，增進對環境保護的友善行動。	1. 能體認人與大自然的關係及大自然帶給人類的美好感受。 2. 學習與大自然相處的方法並思考運用的方法。	【品德教育】 品J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

			動。		
五	主題三：說到做到 愛地球 單元二：減廢少塑 生活家	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。	活動一 一天生活 GO 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 【議題融入與延伸學習】 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	口語評量。	【能源教育】 能J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。
六	主題三：說到做到 愛地球 單元二：減廢少塑 生活家	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學	活動二 綠色消費 Let' s Go 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	1. 了解生活中一切所需從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2. 將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	【能源教育】 能J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。

		習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。	(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) 自己家裡面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 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 【議題融入與延伸學習】 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。		
七	主題三：說到做到 單元二：減廢少塑生活家（第一次段考）	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	活動三 綠色生活 Go 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) 有哪些地方可以購買到綠色消費的物品？購買這些物品是否方便、容易？	1. 了解生活中一切所需從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2. 將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	【能源教育】 能J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。

		關懷並反思環境永續的行動價值。	(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？ (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？ 四、綠色消費 6R3E 說明 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……」 【議題融入與延伸學習】 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。		
八	主題三：說到做到 單元二：減廢少塑生活家	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。	活動四 Yes, I do 一、有哪些團體致力於環境保護或垃圾減量呢？他們做了哪些事情？ 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！」 【議題融入與延伸學習】 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	1. 了解生活中一切所需從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2. 將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	【能源教育】 能J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。

九	主題三： 說到做到 愛地球 單元二： 減廢少塑 生活家	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。	活動四 Yes, I do 一、有哪些團體致力於環境保護或垃圾減量呢？他們做了哪些事情？ 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！」 【議題融入與延伸學習】 能源教育： 了解生活中一切所需對環境所造成的影響，並將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	1. 了解生活中一切所需從製造到使用完畢對環境所造成的影響。 2. 將減廢少塑及綠色消費的理念落實於生活中。	【能源教育】 能J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。
十	主題四： 休閒快樂 行 單元一： 戶外活動 Let' s go	綜-J-A3 因應社會 變遷與環 境風險， 檢核、評 估學習及	活動一 戶外活動知多少 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？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	1. 口語評量。 2. 小隊播報新聞。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【生命教育】 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。 【安全教育】

		生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。	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）抽籤輪流上臺秀出圖照。 （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 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		安J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 防J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。
十一	主題四： 休閒快樂行 單元一： 戶外活動 Let' s go	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	<u>活動一 戶外活動知多少</u> 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。	1. 口語評量。 2. 小隊播報新聞。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【生命教育】 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。 【安全教育】 安J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 防J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。

		最佳策略，保護自我與他人。	(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 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
十二	主題四：休閒快樂 單元一：戶外活動 Let's go	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。	活動二 風險管理都知道 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。	1. 小隊實例練習。 2. 口語評量。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【生命教育】 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。 【安全教育】 安J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 防J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。

			(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…。 五、教師叮嚀 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
十三	主題四： 休閒快樂行 單元一： 戶外活動 Let' s go	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	活動二 風險管理都知道 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。	1. 小隊實例練習。 2. 口語評量。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【生命教育】 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。 【安全教育】 安J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 防J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。

		自我與他人。	(四) 各隊輪流分享所想之相應策略。 四、教師叮嚀 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。		
十四	主題四： 休閒快樂行 單元一： 戶外活動 Let's go (第二次段考)	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。	活動三 一起出發休閒好 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 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育：	1. 小隊實例練習。 2. 口語評量。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【生命教育】 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。 【安全教育】 安J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 防J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。

			運用風險分析，擬定相應策略。		
十五	主題四： 休閒快樂 行 單元一： 戶外活動 Let' s go	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。	活動三 一起出發休閒好 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 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 與伙伴溝通制定計劃的合宜性。 生命教育： 覺察戶外活動中可能遇到的風險。 安全教育： 了解戶外休閒活動的種類，並分析風險項目與程度。 防災教育： 運用風險分析，擬定相應策略。	1. 小隊實例練習。 2. 口語評量。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【生命教育】 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。 【安全教育】 安J11 學習創傷救護技能。 【防災教育】 防J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。

十六	主題四：休閒快樂 單元二：休閒我行	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。	活動一 我最愛休閒 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受？為什麼？ (一) 活動流程 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。 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。 (二) 簡短反思及小結 五、教師總結 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？ 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 探究休閒活動貸給自我及他人的影響，並	口語評量。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
----	------------------------------	---	---	--------------	--

			規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。		
十七	主題四： 休閒快樂 單元二： 休閒我最 行	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。	活動二 認識新休閒 一、教師引言 二、活動說明 （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）。 （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。 （三）運用腦力激盪法，想出體驗活動需要準備的事物。 （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。 （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）。 三、活動進行 四、教師歸納與總結 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 探究休閒活動帶給自我及他人的影響，並規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。	1. 實作評量。 2. 小組休閒介紹計畫書。 3. 學生行為觀察。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

十八	主題四： 休閒快樂 單元二： 休閒我最 行	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。	<u>活動二 認識新休閒</u> 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 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 探究休閒活動貸給自我及他人的影響，並 規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。	1. 學生行為觀 察。 2. 實作評量。 3. 自評互評。 4. 高層次紙筆測 驗—學習單。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
十九	主題四： 休閒快樂 單元二： 休閒我最 行	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。	<u>活動二 認識新休閒</u> 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 【議題融入與延伸學習】	1. 學生行為觀 察。 2. 實作評量。 3. 自評互評。 4. 高層次紙筆測 驗—學習單。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

			生涯規劃教育： 探究休閒活動對自我及他人的影響，並 規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。		
二十	主題五： 休閒快樂 單元二：最 後休閒行	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。	活動三 休閒之於我 一、教師引言 二、大家來找碴活動進行 （一）給予 1 分鐘的時間，看完翰寶和 <u>小琳</u> 的周末休閒生活，如果你是他們的長輩，會比較支持哪位夥伴從事休閒呢？為什麼？ （二）請給 <u>小琳</u> 一些具體的建議，讓他可以更加適當的運用休閒來放鬆身心。 三、名人築夢搜查線 在我們的生活中，還有哪些人築夢成功，將小時候的休閒、興趣，發展成為自己的專業呢？ （一）活動說明及進行 1. 各小隊內分享個人蒐集的相關資料。 2. 將分享重點整理成海報。 3. 各小隊上臺報告。 （二）學生報告：一組約 1 分鐘。 （三）老師針對學生報告內容給予回饋。 四、我的休閒 SWOT 分析 （一）選一個你目前有在專研的休閒活動，試著用 SWOT 來分析，幫助自己檢視此項休閒在既有個人興趣及能力的基礎上，正視本身的短處與面臨的潛在危機，加以改進與補強，讓休閒進階及強化為個人無可被取代的優勢。 （二）活動小省思 五、教師總結 【議題融入與延伸學習】	1. 口語評量。 2. 學生行為觀察。 3. 分組合作學習。 4. 海報評量。 5. 小隊報告。 6. 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。

			生涯規劃教育： 探究休閒活動帶給自我及他人的影響，並規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。		
二十一	主題五： 休閒快樂 行 單元二：最 休閒我 行（第三 次段考）	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。	活動三 休閒之於我 一、教師引言 二、大家來找碴活動進行 （一）給予 1 分鐘的時間，看完翰寶和<u>小琳</u>的周末休閒生活，如果你是他們的長輩，會比較支持哪位夥伴從事休閒呢？為什麼？ （二）請給<u>小琳</u>一些具體的建議，讓他可以更加適當的運用休閒來放鬆身心。 三、名人築夢搜查線 在我們的生活中，還有哪些人築夢成功，將小時候的休閒、興趣，發展成為自己的專業呢？ （一）活動說明及進行 1. 各小隊內分享個人蒐集的相關資料。 2. 將分享重點整理成海報。 3. 各小隊上臺報告。 （二）學生報告：一組約 1 分鐘。 （三）老師針對學生報告內容給予回饋。 四、我的休閒 SWOT 分析 （一）選一個你目前有在專研的休閒活動，試著用 SWOT 來分析，幫助自己檢視此項休閒在既有個人興趣及能力的基礎上，正視本身的短處與面臨的潛在危機，加以改進與補強，讓休閒進階及強化為個人無可被取代的優勢。 （二）活動小省思 五、教師總結 【議題融入與延伸學習】	1. 口語評量。 2. 學生行為觀察。 3. 分組合作學習。 4. 海報評量。 5. 小隊報告。 6. 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。

			生涯規劃教育： 探究休閒活動貸給自我及他人的影響，並 規畫讓他人體驗的休閒活動計畫。		
--	--	--	--	--	--