

每學年將家庭教育課程教材及活動納入學校課程計畫 4 小時以上。

新北市北大高級中學國中部 107 學年度七 年級上學期綜合活動領域課程計畫

一、本領域每週學習節數（3）節，銜接或補強節數（0）節，本學期共（36）節。

二、多元評量

1、平時成績：50 %

2、定期評量：50%

三、本學期學習目標：

（一）協助學生適應國中新生活，做個自主新鮮人。

（二）建立服務學習正確觀念，進行服務學習規畫、行動、反思、慶賀。

（三）協助學生增進生活自理即解決問題的能力，以提升生活品質。

四、本學期課程內涵：

教學期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第一週	1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-2 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的發展方向。	校園新鮮事 【活動 1、2】 友誼幸運草 vs 友誼陣線 1. 認識班上同學，並從活動中培養彼此的默契。 2. 能思考自己與同儕的友誼期望，並給予同學真誠問候。 3. 能熟悉同儕的姓名及其特徵。 4. 能覺察快速記憶他人姓名特徵的方式。 【活動 3】 1. 能以不同的方式觀察校園，發現校園中有趣的事物。 2. 能合作完成活動任務，並在活動中注意安全。 有你真好 【活動 1、2】 當我們同在一起、最佳拍檔 1. 教師進行破冰遊戲學習單，讓學生能主動認識班上同學。 2. 請學生統整活動中，別人對自己特質的看法，以及自己對自己國中生涯的期待。 3. 教師發下名片卡，請學生製作自己的個人基本資料（姓名、性別、專長、興趣、特質…等）友誼卡。	3	康軒版第一冊 校園新鮮事 有你真好	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 活動體驗 5. 口頭發表 6. 活動參與 7. 實作表現	

第二週	<p>1-4-2 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的發展方向。</p> <p>3-4-1 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>【活動 1】小隊狂想曲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能進行小隊分工，協調個人任務。 2. 能了解個人專長興趣，在小隊中積極表現。 3. 能綜合小隊創意，凝聚小隊精神。 <p>【活動 2】我們是超級巨星</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能展現小隊精神，為團隊盡心負責。 2. 能完成小隊分工並挑戰任務，在小隊體驗活動後進行反思回饋。 <p>【活動 3】小隊角・「心」觸角</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能藉由不同感官觀察校園環境。 2. 能認同小隊選擇的小隊角，並願意投入關心與具體行動。 	3	康軒版第一冊 合作樂無窮	<ol style="list-style-type: none"> 1. 態度評定 2. 多元發表 3. 活動體驗 4. 口頭發表 5. 小隊競賽 6. 成果展現 7. 小隊表現 8. 小隊討論 	
第三週	<p>1-4-2 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的發展方向。</p> <p>3-4-1 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>3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。</p>	<p>服務的真諦</p> <p>【活動 1、2】服務是什麼、服務需要學習</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分享並澄清服務學習的真諦。 2. 觀察並分享周遭為我們提供服務的志工或義工，學習表達感恩。 3. 分享服務經驗，增強服務學習的動機。 4. 體驗服務者與被服務者之間心境上的差異。 5. 培養同理心和適宜的服務態度。 <p>【活動 3】一百元的力量</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從案例中學習資源整合、運用。 2. 有效蒐集、分析各項社區服務學習資源，加以整合並充分運用。 <p>愛心加油站</p> <p>【活動 1】沙盤推演</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識學習服務計畫所需要考慮的因素。 2. 依據資料評估，選擇適當的對象並擬定服務計畫。 <p>【活動 2】服務規畫</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 檢核並修正服務計畫，增加可行性與服務效益。 2. 做好服務前的各項準備工作。 	3	康軒版第一冊 服務的真諦 愛心加油站	<ol style="list-style-type: none"> 1. 態度評定 2. 多元發表 3. 實作表現 4. 口頭發表 5. 小隊競賽 6. 成果展現 7. 小隊表現 8. 小隊討論 	

第四週	<p>2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。</p> <p>3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。</p> <p>3-4-5 分享在多元社會中生活所應具備的能力。</p>	<p>【活動1】服務行動踏實做</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 依據服務計畫，妥善執行服務工作。 2. 從服務中體會團隊合作的精神。 <p>【活動2】行動的力量</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 回顧服務歷程，檢討得失，慶祝服務成果。 2. 反思服務意義，建立未來服務展望。 <p>【活動3】回饋與慶賀</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 回顧服務歷程，檢討得失，慶祝服務成果。 2. 反思服務意義，建立未來服務展望。 	3	康軒版第一冊 服務最樂	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察學生 2. 實作評量 3. 態度評定 4. 自我檢核 5. 文字發表 6. 口頭發表 7. 實作表現 8. 書面紀錄 	
第五週	<p>1-2-3 舉例說明兩性的異同，並欣賞其差異。</p> <p>1-4-1 體會生命的起源與發展過程，並分享個人的經驗與感受。</p>	<p>性別平等教育：放眼看世界 I</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師將學生分成六組，分別準備六個國家的籤（印尼、日本、美國、印度、台灣、中國大陸），進行抽籤。 2. 教師引導學生可以從該國家在男生、女生的生活習性、服飾穿著與文化特色中，進行小組上網搜尋的作業。 3. 實際帶學生到圖書館利用資訊區進行資訊報告，並提醒下週上課進行口頭報告及繳交書面作業。 	3	補充教材	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小組參與 2. 態度評定 3. 實作評量 4. 口頭發表 5. 觀察學生 6. 實作表現 	性別教育
第六週	<p>1-2-3 舉例說明兩性的異同，並欣賞其差異。</p> <p>1-4-1 體會生命的起源與發展過程，並分享個人的經驗與感受。</p>	<p>性別平等教育：放眼看世界 II</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請各組依上週抽籤順序依序上台發表。 2. 台下其他組給予報告組評量。 3. 最後由教師統整，並給學生回饋與讚美。 <p>家庭暴力防治：愛我就別傷害我</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師播放紫絲帶電影節影片中的 Part1，點出今天要討論的主題——言語暴力。 2. 請學生回憶從小到大曾經遭受讓人不舒服的言語包括哪些？教師將學生分享的內容書寫於黑板上。 3. 接著請學生從黑板上的言語中，選出三項最不想聽到的言語暴力。 4. 教師發下愛家誓約卡，請學生將最不想聽到的三個暴力的語句書寫於卡片中，由教師帶領學生宣讀卡片內容，期許透過誓約由學生自我出發，宣示不成為言語暴力的加害者，並透過簡單的彩繪，完成屬於自己的愛家誓約卡。 	3	補充教材	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察學生 2. 實作表現 3. 團隊合作 4. 口頭發表 	性別教育 家庭教育

第七週	<p>1-4-1 體會生命的起源與發展過程，並分享個人的經驗與感受。</p> <p>2-4-1 覺察自己與家人溝通的方式，並體驗經營家庭生活的重要。</p> <p>家 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案</p>	<p>家庭暴力防治：情緒紅綠燈</p> <p>1. 教師發下上週的愛家誓約卡，帶領學生再次反思並順利導入今天的主題——談家庭內情緒的管理。</p> <p>2. 教師說明紅黃綠三卡分別代表的意思（紅色危險區、黃色警戒區、綠色安全區），並請同學依區域列出自己分屬的情緒行為包括哪些。</p> <p>3. 透過分享討論讓學生體悟每個人的情緒反應跟向度都不相同，接著請學生列出家人的情緒紅黃綠燈有哪些？</p> <p>4. 請學生針對紅燈、黃燈情緒行為提出轉移與因應的方法，透過問題解決的步驟，提升學生自我保護的能力。</p>	3	補充教材	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 實作表現</p> <p>3. 團隊合作</p> <p>4. 口頭發表</p> <p>5. 態度評定</p>	性別教育 家庭教育
第八週	<p>1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。</p> <p>2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。</p>	<p>【活動 1】國中國小大不同</p> <p>1. 能分享自己國中、國小的校園生活經驗，了解國中與國小學習生活的差異。</p> <p>2. 初步認識國中的概況。</p> <p>【活動 2】新生我最行</p> <p>1. 能習得方法，順利適應國中生活。</p> <p>2. 能思考自己對國中生活的期待，並提出實現期待的做法。</p> <p>【活動 1】悠遊北大</p> <p>1. 能說出學校各處室及場所名稱。</p> <p>2. 能了解學校各處室功能及可用資源。</p>	3	康軒版第一冊 國中新風貌 學習領航員	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 口頭發表</p> <p>5. 文字發表</p>	
第九週	<p>2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。</p>	<p>【活動 2】校園導航趴趴 Go</p> <p>1. 透過實際參訪，清楚學校各處室的位置。</p> <p>【活動 3】校園大進擊</p> <p>1. 能充分運用學校各處室的學習資源。</p> <p>2. 整合國中各項學習資源，融入新環境。</p>	3	康軒版第一冊 學習領航員	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 實作評量</p> <p>4. 活動參與</p> <p>5. 文字發表</p> <p>6. 口頭發表</p> <p>7. 實作表現</p>	

第十週	<p>2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。</p> <p>3-4-1 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>【第一次評量週】</p>	<p>【活動 1】猜猜他是誰？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出校內師長的姓名及職務。 2. 能說出認識師長的方法與管道。 3. 能了解維持良好師生關係的方法。 <p>【活動 2】「師」情「話」意</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能討論「最敬禮」行動的內容。 2. 能完成小組的分工並執行。 3. 能對師長表達出敬意。 4. 能用各種方法具體呈現「最敬禮」行動的執行過程與成果。 	3	康軒版第一冊 班有鮮師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 實作評量 4. 文字發表 5. 口頭發表 6. 實作表現 	
第十一週	<p>1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。</p> <p>2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。</p> <p>3-4-1 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>【活動 2】「師」情「話」意</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能完成小組的分工並執行。 2. 對師長表達出敬意。 3. 能說出增進師生互動的方法。 <p>【活動 1】自信之鑰</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解認識自我的重要性。 <p>【活動 2】自我新發現</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能檢視自我了解的狀況。 2. 能整理並歸納不同的了解自我管道，以及各種方法的優缺點。 3. 能選擇合宜的自我了解管道，以增進自我了解。 	3	康軒版第一冊 班有鮮師 知己之道	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 文字發表 5. 心得報告 6. 實作評量 7. 小組互評 	生涯教育
第十二週	<p>1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。</p>	<p>【活動 2】自我新發現</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能檢視自我了解的狀況。 2. 能整理並歸納不同的了解自我管道，以及各種方法的優缺點。 3. 能選擇合宜的自我了解管道，以增進自我了解。 <p>【活動 1】我的特質密碼</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能藉由自我內省，探索個人自我概念。 <p>【活動 2】特質快遞</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能合宜的表達對他人特質的觀察。 2. 能經由他人的回饋，增進對個人特質的認識。 	3	康軒版第一冊 知己之道 我的多元面貌	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 文字發表 4. 活動參與 5. 口頭發表 6. 實作評量 	生涯教育

第十三週	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	【活動3】打開心窗 1. 了解周哈里窗的內涵。 2. 能藉由周哈里窗的認識，掌握增進自我概念的方法。 3. 整理自己與他人對自己的觀察，增進自我了解。 【活動1】生涯圖像 1. 透過認識名人的成長歷程，體驗自我認識對生涯發展的重要性。	3	康軒版第一冊 我的多元面貌 成長的軌跡	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 文字發表 5. 實作評量 6. 內省	生涯教育
第十四週	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	【活動2】生涯檔案創「心」作 1. 協助學生了解建立生涯檔案的目的與資料蒐集的方法。 2. 協助學生有系統的整理個人學習與成長紀錄。 【活動3】檔案整理特搜隊 1. 了解資料蒐集、歸納的方法和重要性。 2. 協助學生了解生涯檔案對未來生涯規畫的幫助。	3	康軒版第一冊 成長的軌跡	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 文字發表 4. 口頭發表 5. 內省	生涯教育
第十五週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中的重要事務。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【活動1】美好生活圖像 1. 歸納美好生活的面向。 2. 了解建立美好生活所需學習的能力。 【活動2】生活樂趣大發現 1. 分享生活中有趣的事物。 2. 了解生活樂趣相關的主題及所需的資源。 【活動1】生活新風貌 1. 能覺察自己的生活自理能力現況。 2. 能分享與討論如何提升個人在服裝儀態、個人衛生習慣及各項事務的管理能力。	3	康軒版第一冊 用心過生活 生活自理家	1. 學習態度 2. 小組參與 3. 口頭發表 4. 經驗分享	家庭教育
第十六週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中的重要事務。	【活動2】打點好生活 1. 能展現整齊乾淨並符合禮儀的服裝儀態。 2. 能學會清潔臉部、清潔與梳理頭髮的正確方法。 3. 能學會妥善管理生活事務的方法，並將所學應用於生活中。	3	康軒版第一冊 生活自理家	1. 學習態度 2. 小組參與 3. 表演發表 4. 實作練習	家庭教育

第十七週	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	【活動 1】探訪創意點子 1. 運用創意將不同生活物品功能再改造。	3	康軒版第一冊 居家玩創意	1. 學習態度 2. 小組參與 3. 口頭發表	
第十八週	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	【活動 2】居家創意達人 1. 察覺生活的需求，並透過改造舊物發揮新功能。 2. 能欣賞同學的作品，並具體說出優點。	3	康軒版第一冊 居家玩創意	1. 學習態度 2. 口頭發表 3. 實作作品	
第十九週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己與他人。	【活動 1】烹飪教室小偵探 1. 熟悉烹飪教室的環境與設備。 2. 了解烹飪教室的規則及維護。 3. 認識廚房的安全。 【活動 2】烹飪總動員 1. 認識廚房器材使用方法及安全須知。 2. 認識常見的調味品和辛香料。	3	康軒版第一冊 第一次接觸	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 得分紀錄 4. 口頭發表	
第廿週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 【第二次評量週】	【活動 1】「料」好實在 1. 熟悉選購食材的原則。 2. 認識各種食材的選購技巧與儲存方法。 3. 藉由簡易菜肴製作過程的體驗，增進學生飲食料理的能力。 【活動 2】「食」在好「譜」 1. 學習規畫食物製備時準備工作的各項事宜。 2. 增進烹製食物的自信心。	3	康軒版第一冊 廚房我當家	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表	
第廿一週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 【休業式】	【活動 3】料理輕鬆做 1. 運用烹製食物的技能。 2. 學習清理善後的做法。 3. 增進鑑賞食物的能力。	3	康軒版第一冊 廚房我當家	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 實作表現 4. 回饋發表	