

## 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。

新北市北大高中國中部 107 學年度 七 年級 第二 學期 綜合活動 領域課程計畫

### 第 二 學期

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 (60) 節。

二、本學期學習目標：

(一)協助學生了解自我學習條件，進而在團體發揮影響力，創造同儕間良好的溝通模式。

(二)了解家庭對個人成長的影響並養成良好的飲食習慣。

(三)了解居家逃生安全及提升戶外活動的應變能力。

三、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 2/11   2/15	1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。	【第 1 單元】啟動學習力 澄清學習的價值並檢核自己的學習動機，發展積極的學習態度。	1	課本	上課態度 口頭發表	
	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行	【活動 1】為什麼要學習 1. 透過生活實例的討論，澄清學習的價值，激發學習的動力。 2. 能透過班級的股份，整理出學習對個人的意義。				
	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	【第 1 單元】光陰的故事 檢視自己與家人相處的時光，體驗成長故事的意義。 【活動 1】成長回顧 1. 能透過活動的觀察與參與，體會成長故事的意義。 2. 能將成長過程與家人互動經驗連結，並檢視自己與家人互動情況。	1	課本	上課態度 口頭發表	重大議題融入：家庭教育

		<p><b>【第1單元】「結」伴生活</b> 認識繩索功能，並能於需要時適當運用繩結解決生活問題。</p> <p><b>【活動1】別小看我</b> 1. 能了解結在生活中的運用。 2. 能操作生活基本用結，妥善整理繩索等線狀物品。</p>	1	課本	上課態度 口頭發表	
第二週 2/18   2/22	1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	<p><b>【第1單元】啟動學習力</b> 擬定適當、有挑戰性的目標，並依目標執行具體可行的學習計畫。</p> <p><b>【活動2】聰明訂目標</b> 1. 覺察個人面對挑戰時的態度，了解訂定目標的原則。 2. 能擬定適當、有挑戰性的目標</p>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	
		<p><b>【第1單元】光陰的故事</b> 1. 檢視自己與家人相處的時光，體驗成長故事的意義。 2. 藉由愛的小書分享，珍視自己與家人的關係。</p> <p><b>【活動2】戀戀真情</b> 1. 能擬定製作「愛的小書」計畫。</p>	1	課本 家人生活照片、物品	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭教育</b>
		<p><b>【第1單元】「結」伴生活</b> 1. 認識繩索功能，並能於需要時適當運用繩結解決生活問題。</p> <p><b>【活動1】別小看我</b> 1. 能了解結在生活中的運用。 2. 能操作生活基本用結，妥善整理繩索等線狀物品。</p>	1	課本 童軍繩	上課態度 實作	

第三週 2/25   3/01	1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行	<b>【第1單元】啟動學習力</b> 1. 掌握事件輕重緩急的原則，排定處理的優先順序，提升學習的效率。 <b>【活動3】點「時」成金</b> 1. 協助學生依目標擬定具體可行的學習計畫。	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	
	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	<b>【第1單元】光陰的故事</b> 1. 檢視自己與家人相處的時光，體驗成長故事的意義。 2. 藉由愛的小書之製作與分享，珍視自己與家人的關係。 <b>【活動2】戀戀真情</b> 1. 能執行計畫，將愛的小書製作完成。 2. 透過整理與記錄，體會成長的意義與價值。	1	課本 家人生活照片、物品 小書製作材料	上課態度 口頭發表 實作	重大議題融入： <b>家庭教育</b>
		<b>【第1單元】「結」伴生活</b> 1. 認識繩索功能，並能於需要時適當運用繩結解決生活問題。 <b>【活動2】好結推荐</b> 1. 能正確打出平結、接繩結、雙套結，並了解繩結的功能。	1	課本 童軍繩	上課態度 實作	
第四週 3/04   3/08	1-4-1 探索自我發展的過程，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	<b>【第1單元】啟動學習力</b> 1. 掌握事件輕重緩急的原則，排定處理的優先順序，提升學習的效率。 <b>【活動3】點「時」成金</b> 1. 協助學生依目標擬定具體可行的學習計畫。	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	

	<p>方向。</p> <p>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行。</p> <p>2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</p>	<p><b>【第1單元】光陰的故事</b></p> <p>1. 檢視自己與家人相處的時光，體驗成長故事的意義。</p> <p>2. 藉由愛的小書之製作與分享，珍視自己與家人的關係。</p> <p><b>【活動2】戀戀真情</b></p> <p>1. 能執行計畫，將愛的小書製作完成。</p> <p>2. 透過整理與記錄，體會成長的意義與價值。</p>	1	課本 家人生活照片、物品 小書製作材料	上課態度 實作	重大議題融入： <b>家庭教育</b>
		<p><b>【第1單元】「結」伴生活</b></p> <p>1. 認識繩索功能，並能於需要時適當運用繩結解決生活問題。</p> <p><b>【活動3】家有一繩</b></p> <p>1. 面對生活不同的情形，選擇合適的繩結來解決問題。</p>	1	課本 童軍繩	上課態度 實作	
<p>第五週</p> <p>3/11</p> <p> </p> <p>3/15</p>	<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>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>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並</p>	<p><b>【第2單元】我的學習寶藏</b></p> <p>1. 協助學生認識多元學習能力，了解自己的優勢能力。</p> <p>2. 覺察自己的學習風格，運用在學習上以增進學習成效。</p> <p><b>【活動1】多元能力樣貌</b></p> <p>1. 能了解多元學習能力的意義與內涵。</p> <p>2. 能了解多元學習能力與學習表現的關係。</p>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>生涯教育</b>

	<p>執行。</p> <p>4-4-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p><b>【第1單元】光陰的故事</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 檢視自己與家人相處的時光，體驗成長故事的意義。</li> <li>2. 藉由愛的小書之製作與分享，珍視自己與家人的關係。</li> </ol> <p><b>【活動3】珍藏的愛</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能發表製作心得，進而珍惜家人相聚時光。</li> </ol>	1	課本 愛的小書	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭教育</b>
		<p><b>【第2單元】關鍵時刻</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習求生應變基本原則與方法，能於面對危機時妥善因應。</li> <li>2. 藉由災變情境體驗，了解「知道」不一定等於「做到」，體認實踐的重要。</li> </ol> <p><b>【活動1】SNG 現場</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 藉由災變情境體驗，了解「知道」不一定等於「做得到」，體認實踐的重要。</li> </ol>	1	課本 災害影片	上課態度 口頭發表	
<p>第六週</p> <p>3/18</p> <p> </p> <p>3/22</p>	<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>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>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並</p>	<p><b>【第2單元】我的學習寶藏</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協助學生認識多元學習能力，了解自己的優勢能力。</li> <li>2. 覺察自己的學習風格，運用在學習上以增進學習成效。</li> </ol> <p><b>【活動1】多元能力樣貌</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能實際體驗，練習將多元學習能力運用在學習與生活上。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>生涯教育</b>

	<p>執行。</p> <p>4-4-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p><b>【第1單元】光陰的故事</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 檢視自己與家人相處的時光，體驗成長故事的意義。</li> <li>2. 藉由愛的小書之製作與分享，珍視自己與家人的關係。</li> </ol> <p><b>【活動3】珍藏的愛</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能欣賞他人創作，給予適當回饋，並反思自己與家人相處的情形。</li> </ol>	1	課本 愛的小書	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭教育</b>
		<p><b>【第2單元】關鍵時刻</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習求生應變基本原則與方法，能於面對危機時妥善因應。</li> <li>2. 藉由災變情境體驗，了解「知道」不一定等於「做到」，體認實踐的重要。</li> </ol> <p><b>【活動2】活命的關鍵</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識生存支持系統。</li> <li>2. 體驗應變時，把握關鍵時刻的重要。</li> </ol>	1	課本 災害影片學習單	上課態度 口頭發表	
<p>第七週</p> <p>3/25</p> <p> </p> <p>3/29</p>	<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>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>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行。</p> <p>4-4-1 覺察人為或自然環境</p>	<p><b>【第2單元】我的學習寶藏</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協助學生認識多元學習能力，了解自己的優勢能力。</li> <li>2. 覺察自己的學習風格，運用在學習上以增進學習成效。</li> <li>3. 統整個人的多元學習能力及學習風格，並運用相關資訊擬定策略，解決學習上的問題。</li> </ol> <p><b>【活動2】學習風格</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解學習風格的型態與內涵。</li> <li>2. 能了解學習風格與學習表現的關係。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>生涯教育</b>

	<p>的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p><b>【第1單元】光陰的故事</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 檢視自己與家人相處的時光，體驗成長故事的意義。</li> <li>2. 藉由愛的小書之製作與分享，珍視自己與家人的關係。</li> </ol> <p><b>【活動3】珍藏的愛</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學習適當的送禮技巧，經營良好家人關係。</li> </ol>	1	課本	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭教育</b>
		<p><b>【第2單元】關鍵時刻</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習求生應變基本原則與方法，能於面對危機時妥善因應。</li> <li>2. 藉由災變情境體驗，了解「知道」不一定等於「做到」，體認實踐的重要。</li> </ol> <p><b>【活動3】求生充電站</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解求生金字塔及其應用。</li> <li>2. 面對危機能冷靜研擬對策。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
<p>第八週 4/01   4/05</p>	<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>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行。</p> <p>2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。</p> <p>2-4-5 覺察自己與家人溝通</p>	<p><b>【第2單元】我的學習寶藏</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協助學生認識多元學習能力，了解自己的優勢能力。</li> <li>2. 覺察自己的學習風格，運用在學習上以增進學習成效。</li> <li>3. 統整個人的多元學習能力及學習風格，並運用相關資訊擬定策略，解決學習上的問題。</li> </ol> <p><b>【活動2】學習風格</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能覺察自己的學習風格及運用在學習上的方法。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>生涯教育</b>



	<p>的方式，增進經營家庭生活能力。</p> <p>4-4-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p><b>【第2單元】家人協奏曲</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能從生活經驗中，體認用積極樂觀的態度面對逆境，是解決問題的重要方法。</li> <li>2. 能從日常生活中，檢視與家人溝通情況。</li> <li>3. 能探討家人間的溝通模式，並反思其與家庭氣氛的關係。</li> </ol> <p><b>【活動1】幸福的滋味</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能將故事內容與生活經驗連結，並反思自己家庭中存在的問題。</li> <li>2. 面對生活困境，能用積極樂觀的態度解決問題。</li> </ol>	1	課本	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭暴力防治</b>
		<p><b>【第2單元】關鍵時刻</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習求生應變基本原則與方法，能於面對危機時妥善因應。</li> <li>2. 藉由災變情境體驗，了解「知道」不一定等於「做到」，體認實踐的重要。</li> </ol> <p><b>【活動3】求生充電站</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解求生金字塔及其應用。</li> <li>2. 面對危機能冷靜研擬對策。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	
<p>第九週 4/08   4/12</p>	<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>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行。</p> <p>2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。</p> <p>2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活</p>	<p><b>【第2單元】我的學習寶藏</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 覺察自己的學習風格，運用在學習上以增進學習成效。</li> <li>2. 統整個人的多元學習能力及學習風格，並運用相關資訊擬定策略，解決學習上的問題。</li> </ol> <p><b>【第1單元】最佳拍檔</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識團體中領導者與被領導者的角色與任務，以促進班級效能。</li> </ol> <p><b>【活動3】學習百寶箱</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能比較過去與現在學習方法間的差異。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>生涯教育</b>



	<p>能力。</p> <p>4-4-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p><b>【第2單元】家人協奏曲</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能從生活經驗中，體認用積極樂觀的態度面對逆境，是解決問題的重要方法。</li> <li>2. 能從日常生活中，檢視與家人溝通情況。</li> <li>3. 能探討家人間的溝通模式，並反思其與家庭氣氛的關係。</li> </ol> <p><b>【活動2】家庭事件簿</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能檢視與家人的相處狀況。</li> </ol>	1	課本	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭暴力防治</b>
		<p><b>【第3單元】居安思危</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習求生應變基本原則與方法，能於面對危機時妥善因應。</li> <li>2. 藉由災變情境體驗，了解「知道」不一定等於「做到」，體認實踐的重要。</li> </ol> <p><b>【活動1】居家防火牆</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 居家檢核防火準備情形，培養「有備無患」的習慣。</li> <li>2. 能夠發揮創意，解決生活中的災變困境。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	
<p>第十週</p> <p>4/15   4/19</p>	<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>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並執行。</p> <p>2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。</p>	<p><b>【第2單元】我的學習寶藏</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 覺察自己的學習風格，運用在學習上以增進學習成效。</li> <li>2. 統整個人的多元學習能力及學習風格，並運用相關資訊擬定策略，解決學習上的問題。</li> </ol> <p><b>【活動3】學習百寶箱</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過實作幫助學生運用多元學習能力與學習風格，提升學習成效。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	重大議題融入： <b>生涯教育</b>

	<p>2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。</p> <p>4-4-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p><b>【第2單元】家人協奏曲</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能從生活經驗中，體認用積極樂觀的態度面對逆境，是解決問題的重要方法。</li> <li>2. 能從日常生活中，檢視與家人溝通情況。</li> <li>3. 能探討家人間的溝通模式，並反思其與家庭氣氛的關係。</li> </ol> <p><b>【活動2】家庭事件簿</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說明自己與家人的溝通狀況。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭暴力防治</b>
		<p><b>【第3單元】居安思危</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習求生應變基本原則與方法，能於面對危機時妥善因應。</li> <li>2. 藉由災變情境體驗，了解「知道」不一定等於「做到」，體認實踐的重要。</li> </ol> <p><b>【活動2】居家逃生計畫</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能擬定居家逃生計畫，並加以檢視修正，使計畫更周全。</li> <li>2. 能夠珍惜生命，感恩惜福。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
<p>第十一週 4/22   4/26</p>	<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>1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、制定學習計畫並</p>	<p><b>【第1單元】最佳拍檔</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識團體中領導者與被領導者的角色與任務，以促進班級效能。</li> </ol> <p><b>【活動1】穿越時空之門</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能體會領導者在團體運作中的重要性。</li> </ol>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	

	<p>執行。</p> <p>2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。</p> <p>2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。</p> <p>4-4-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p>	<p><b>【第2單元】家人協奏曲</b></p> <p>1. 能從日常生活中，檢視與家人溝通情況。</p> <p>2. 能探討家人間的溝通模式，並反思其與家庭氣氛的關係。</p> <p><b>【活動3】家庭互動故事</b></p> <p>1. 能探討家人間的互動模式。</p> <p>2. 能反思溝通方式與家庭氣氛的關聯性。</p> <p>3. 能將所知道與人相處的技巧運用於生活中，增進家庭和諧。</p>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭暴力防治</b>
		<p><b>【第1單元】生火密技</b></p> <p>1. 學習架柴、生火、滅跡等野外生活技能，並注意用火安全。</p> <p>2. 培養分工合作，解決問題的能力。</p> <p><b>【活動1】解開生火之謎</b></p> <p>1. 認識生火前應準備的燃料類別，並學會分柴。</p>	1	課本 學習單	上課態度 口頭發表	
第十二週 4/29   5/03	<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>3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。</p> <p>2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。</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><b>【第1單元】最佳拍檔</b></p> <p>1. 認識團體中領導者與被領導者的角色與任務，以促進班級效能。</p> <p><b>【活動1】穿越時空之門</b></p> <p>1. 能了解團體成員的配合對團體發展的影響。</p>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
		<p><b>【第3單元】與家人有約</b></p> <p>1. 能說出家務的相關問題與解決方法。</p> <p>2. 體會簡化家務的重要，並學習分擔家務工作。</p> <p><b>【活動1】家事一籬筐</b></p> <p>1. 能列出各種家事類別，並了解家事的實際需求。</p> <p>2. 能明瞭家事分工的重要。</p>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭暴力防治</b>

	4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	<b>【第1單元】生火密技</b> 1. 學習架柴、生火、滅跡等野外生活技能，並注意用火安全。 2. 培養分工合作，解決問題的能力。 <b>【活動1】解開生火之謎</b> 1. 認識生火前應準備的燃料類別，並學會分柴。	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
第十三週 5/06   5/10	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。	<b>【第1單元】最佳拍檔</b> 1. 認識團體中領導者與被領導者的角色與任務，以促進班級效能。 <b>【活動2】領導與被領導</b> 1. 提供班級領導者與被領導者，澄清角色責任與期待的機會。	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
	3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。	<b>【第3單元】與家人有約</b> 1. 能說出家務的相關問題與解決方法。 2. 體會簡化家務的重要，並學習分擔家務工作。 <b>【活動2】生活小達人</b> 1. 能規畫家事分工計畫。 2. 能將規畫家事能力，轉為執行能力。	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	重大議題融入： <b>家庭暴力防治</b>
	2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	<b>【第1單元】生火密技</b> 1. 學習架柴、生火、滅跡等野外生活技能，並注意用火安全。 2. 培養分工合作，解決問題的能力。 <b>【活動1】解開生火之謎</b> 1. 認識生火前應準備的燃料類別，並學會分柴。	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	
	4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	<b>【第1單元】生火密技</b> 1. 學習架柴、生火、滅跡等野外生活技能，並注意用火安全。 2. 培養分工合作，解決問題的能力。 <b>【活動1】解開生火之謎</b> 1. 認識生火前應準備的燃料類別，並學會分柴。	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	

第十四週 5/13   5/17	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。 3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	<b>【第1單元】最佳拍檔</b> 1. 認識團體中領導者與被領導者的角色與任務，以促進班級效能。 <b>【活動2】領導與被領導</b> 1. 激發班上幹部與學生間彼此相互體諒、尊重，並充分配合的意願。	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
	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。 4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	<b>【第1單元】老外正「饜」</b> 1. 能透過飲食習慣調查，檢視個人的飲食習慣。 2. 能透過評估個人常去的外食場所，學習健康的外食消費選擇。 3. 能透過外食賓果活動，了解外食種類與潛藏危機，並建立正確外食觀念。 <b>【活動1】飲食大考驗</b> 1. 能透過飲食習慣調查，檢視個人飲食習慣並說出能調整之處。 2. 能透過外食賓果活動，了解外食種類與潛藏危機。	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
		<b>【第1單元】生火密技</b> 1. 學習架柴、生火、滅跡等野外生活技能，並注意用火安全。 2. 培養分工合作，解決問題的能力。 <b>【活動1】解開生火之謎</b> 1. 認識生火前應準備的燃料類別，並學會分柴。	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	

第十五週 5/20   5/24	1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 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。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	<b>【第2單元】愛在你我之間</b> 1. 覺察團體壓力對自己的影響，並做出合適的判斷。 2. 學習以「我訊息」表達，營造良好的溝通模式。 <b>【活動1】有話好說</b> 1. 覺察自己面對同儕壓力的經驗與感受。 2. 了解不同角色在團體中的立場及感受。	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	
	2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。 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。 4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	<b>【第1單元】老外正「饜」</b> 1. 能透過飲食習慣調查，檢視個人的飲食習慣。 2. 能透過評估個人常去的外食場所，學習健康的外食消費選擇。 3. 能透過外食賓果活動，了解外食種類與潛藏危機，並建立正確外食觀念。 <b>【活動2】外食報報</b> 1. 能透過評估個人常去的外食場所，學習健康的外食消費選擇。	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	
		<b>【第1單元】生火密技</b> 1. 學習架柴、生火、滅跡等野外生活技能，並注意用火安全。 2. 培養分工合作，解決問題的能力。 <b>【活動2】火力全開</b> 1. 小隊共同規畫並完成野外炊事活動。	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
第十六週 5/27   5/31	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。 3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。	<b>【第2單元】愛在你我之間</b> 1. 學習以「我訊息」表達，營造良好的溝通模式。 <b>【活動2】真好！你懂我的心</b> 1. 能學習「我訊息」的溝通技巧，表達自己的想法與感受，營造良好的人際溝通模式。	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	

	<p>2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</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>4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。</p>	<p><b>【第2單元】蔬食·舒食</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能透過實作活動，認識與體驗各種食材切割法。</li> <li>2. 能將切好的食材，經過巧思變化為簡易健康佳肴。</li> </ol> <p><b>【活動1】蔬果切切樂</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習常見蔬果的清洗要訣。</li> <li>2. 學習安全使用刀具及各式基本刀法。</li> </ol>	1	課本學習單	上課態度 分組實作	
		<p><b>【第1單元】生火密技</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習架柴、生火、滅跡等野外生活技能，並注意用火安全。</li> <li>2. 培養分工合作，解決問題的能力。</li> </ol> <p><b>【活動2】火力全開</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 小隊共同規畫並完成野外炊事活動。</li> </ol>	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
<p>第十七週 6/03   6/07</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>3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。</p> <p>2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</p>	<p><b>【第3單元】Yes, We can!</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 促進學生間彼此的良性互動，提升班級凝聚力。</li> <li>2. 體會個人的努力與貢獻對班級的影響，並能思考具體策略營造理想的班級。</li> </ol> <p><b>【活動1】班級向前行</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習合作以達成團體目標。</li> <li>2. 能凝聚班級願景的共識。</li> </ol>	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	
	<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>4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。</p>	<p><b>【第2單元】蔬食·舒食</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能透過實作活動，認識與體驗各種食材切割法。</li> <li>2. 能將切好的食材，經過巧思變化為簡易健康佳肴。</li> </ol> <p><b>【活動2】蔬果大拼盤</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習將切工練習的食材變化為簡易健康佳肴。</li> <li>2. 能聆聽各組健康佳肴的分享。</li> <li>3. 能品嚐小組佳肴並予以回饋。</li> </ol>	1	課本學習單	上課態度 分組實作	



		<p><b>【第2單元】大地「帷」家</b></p> <p>1. 認識營帳並練習搭架，解決戶外活動時「住」的問題。</p> <p><b>【活動1】野地舒適居</b></p> <p>1. 能因應戶外活動的需求選擇合宜的營帳。</p>	1	課本學習單	上課態度 分組實作	
第十八週 6/10   6/14	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><b>【第3單元】Yes, We can!</b></p> <p>1. 促進學生間彼此的良性互動，提升班級凝聚力。</p> <p>2. 體會個人的努力與貢獻對班級的影響，並能思考具體策略營造理想的班級。</p> <p><b>【活動1】班級向前行</b></p> <p>1. 能覺察並提升自己參與班級事務的態度。</p> <p>2. 能提出具體可行的愛班策略與行動。</p>	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	
	3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。					
	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	<p><b>【第3單元】「益」飲而盡</b></p> <p>1. 能透過討論，檢視常喝的飲料對健康的影響。</p> <p>2. 能透過實作活動，設計並完成一道飲品。</p> <p>3. 能與小組夥伴一起完成健康飲食宣誓，承諾做到。</p> <p><b>【活動1、2】最愛飲品、飲調計畫擬訂</b></p> <p>1. 能透過討論，檢視常喝飲品對健康的影響。</p> <p>2. 能依據健康原則，擬訂飲調計畫。</p>	1	課本學習單	上課態度 分組實作	
	4-4-3 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><b>【第2單元】大地「帷」家</b></p> <p>1. 認識營帳並練習搭架，解決戶外活動時「住」的問題。</p> <p><b>【活動2】請你跟我這樣搭</b></p> <p>1. 透過實際的架帳練習，熟悉營帳的搭架與拆收。</p>				

第十九週 6/17   6/21	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。 3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。	<b>【第3單元】Yes, We can!</b> 1. 促進學生間彼此的良性互動，提升班級凝聚力。 2. 體會個人的努力與貢獻對班級的影響，並能思考具體策略營造理想的班級。 <b>【活動1】班級向前行</b> 1. 能覺察並提升自己參與班級事務的態度。 2. 能提出具體可行的愛班策略與行動。	1	課本學習單	上課態度 口頭發表	
		<b>【第3單元】「益」飲而盡</b> 1. 能透過討論，檢視常喝的飲料對健康的影響。 2. 能透過實作活動，設計並完成一道飲品。 <b>【活動3】飲品D. I. Y.</b> 1. 能調製出一道健康飲品。	1	課本學習單	上課態度 分組實作	
		<b>【第2單元】大地「帷」家</b> 1. 認識營帳並練習搭架，解決戶外活動時「住」的問題。 <b>【活動2】請你跟我這樣搭</b> 1. 透過實際的架帳練習，熟悉營帳的搭架與拆收。	1	課本學習單	上課態度 分組實作	
第二十週 6/24   6/28	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。 3-4-2 體會參與團體活動的歷程，並嘗試改善團體活動。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環	<b>【第3單元】Yes, We can!</b> 1. 促進學生間彼此的良性互動，提升班級凝聚力。 2. 體會個人的努力與貢獻對班級的影響，並能思考具體策略營造理想的班級。 3. 覺察並體驗營造理想班級的歷程與行動。 4. 自我檢視並修正自己參與班級事物的心態與行動。 <b>【活動2】愛班總動員</b> 1. 覺察並分享愛班行動的歷程。	1	課本學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	

	境做合宜的互動。	<p><b>【第3單元】「益」飲而盡</b></p> <p>1. 能與小組夥伴一起完成健康飲食宣誓，承諾做到。</p> <p><b>【活動4】健康飲食宣誓</b></p> <p>1. 能完成健康飲食宣誓。</p>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	
		<p><b>【第2單元】大地「帷」家</b></p> <p>1. 認識營帳並練習搭架，解決戶外活動時「住」的問題。</p> <p><b>【活動3】步步為營</b></p> <p>1. 了解使用營帳的知識，增進戶外活動的應變能力。</p>	1	課本 學習單	上課態度 分組討論 口頭發表	