

(表 12) 學習領域課程計畫

新竹市 光復中學附設國中部 107 學年度 7 年級 第 1 學期 綜合活動 領域課程計畫

設計者：陳珽岑 教師

第 1 學期

- 一、本領域每週學習節數(3)節，本學期共(63)節。
- 二、本學期學習目標：
  1. 協助學生適應國中新生活，做個自主新鮮人。
  2. 認識並善用校內外環境，培養愛校愛鄉情操。
  3. 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。
  4. 職業初試及職場參觀

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
------	-----------	-----------	----	------	------	----

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	<p>1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。探索自我的發展過程，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>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>單元：校園青春樂(童軍)</p> <p>【活動 1】友誼幸運草</p> <p>1. 認識班上同學，並從活動中培養彼此的默契。</p> <p>2. 能思考自己與同儕的友誼期望，並給予同學真誠問候。</p> <p>【活動 2】友誼陣線</p> <p>1. 能熟悉同儕的姓名及其特徵。</p> <p>2. 能覺察快速記憶他人姓名特徵的方式。</p> <p>【活動 3】建立基本資料</p>	3	<p>康軒版教科書</p> <p>1. 學生名冊</p> <p>2. 學冊頁面</p> <p>3. 活動輔助器材</p>	<p>1. 態度評定</p> <p>2. 多元發表</p> <p>3. 活動體驗</p> <p>4. 口頭發表</p> <p>5. 小隊競賽</p> <p>6. 成果展現</p> <p>7. 小隊表現</p> <p>8. 小隊討論</p>	
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>單元：校園青春樂(童軍)</p> <p>【活動 2】最佳拍檔</p> <p>1. 能覺察小隊中的多元特質，增進小隊的凝聚力。</p> <p>2. 面臨各種挑戰能樂觀積極，發揮小隊合作功能。</p> <p>【活動 1】小隊狂想曲</p> <p>1. 能進行小隊分工，協調個人任務。</p> <p>2. 能了解個人專長興趣，在小隊中積極表現。</p> <p>3. 能綜合小隊創意，凝聚小隊精神。</p>	3	<p>生涯輔導紀錄手冊</p> <p>康軒版教科書</p> <p>1. 學生名冊</p> <p>2. 學冊頁面</p> <p>3. 活動輔助器材</p>	<p>1. 態度評定</p> <p>2. 多元發表</p> <p>3. 活動體驗</p> <p>4. 口頭發表</p> <p>5. 小隊競賽</p> <p>6. 成果展現</p> <p>7. 小隊表現</p> <p>8. 小隊討論</p>	

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>2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。</p> <p>3-4-1 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>單元：校園青春樂(童軍)</p> <p>【活動 2】我們是超級巨星</p> <p>1. 能展現小隊精神，為團隊盡心負責。</p> <p>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>	3	<p>康軒版教科書</p> <p>1. 學生名冊</p> <p>2. 學冊頁面</p> <p>3. 活動輔助器材</p>	<p>1. 態度評定</p> <p>2. 多元發表</p> <p>3. 活動體驗</p> <p>4. 口頭發表</p> <p>5. 小隊競賽</p> <p>6. 成果展現</p> <p>7. 小隊表現</p> <p>8. 小隊討論</p>	<p>【生涯發展教育】</p> <p>3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。</p> <p>3-3-5 發展規畫生涯的能力。</p>
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>3-4-1 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>親親校園(童軍)</p> <p>【活動 1】校園「心」天地</p> <p>1. 能善用感官觀察事物。</p> <p>2. 能察覺事物與環境之間的互動關係。</p> <p>【活動 2】影像新視界</p> <p>1. 能以不同的方式觀察校園，發現校園中有趣的事物。</p> <p>2. 能合作完成活動任務，並在活動中注意安全。</p>	3	<p>康軒版教科書</p> <p>1. 學冊頁面</p> <p>2. 校園各式主題地圖</p>	<p>1. 簡歷表實作</p> <p>2. 課堂問答</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 口頭發表</p>	

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
第五週	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 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。	親親校園(童軍) 【活動 2】影像新視界 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。 【活動 3】小隊角·「心」觸角 1. 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。 【活動 1】地圖放大鏡 1. 能正確判讀街市地圖，並善用地圖解決問題。 2. 能了解主題地圖所呈現的資訊，並活用於生活經驗中。	3	康軒版教科書 1. 學冊頁面 2. 校園各式主題地圖	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第六週	4-4-5 參與保護或改善環境的行動，分享推動環境永續發展的感受。	親親校園(童軍) 【活動 2】畫我校園 1. 能設計創意地圖圖例。 2. 能和小隊共同製作完成簡易主題地圖。 【活動 3】校園遊俠兒 1. 能公開發表自製主題地圖並說明特色。	3	學校網頁	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第七週	4-4-5 參與保護或改善環境的行動，分享推動環境永續發展的感受。 【第一次評量週】	親親校園(童軍) 【活動 2】愛校行動派 1. 能和小隊共同討論出具體可行的愛校計畫。 2. 能實際執行愛校行動並記錄。 3. 能和同學分享愛校行動成果，並以多元方式展現，達到落實於日常校園生活的內化作用。 【活動 3】許學校一個未來 1. 能以創意方式呈現對校園的未來期望，增強參與保護或改善校園的行動力。	3	康軒版教科書	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第八週	1-4-1 覺知人類生活品質 乃繫於資源的永續利用和 維持生態平衡。探索自我的 發展過程，並分享個人的經 驗與感受。 2-4-6 有效蒐集、分析各項 資源，加以整合並充分運 用。	新校園新人類(輔導) 【活動 1】國中國小大不同 1. 能分享自己國中、小的經驗，了解 國中與國小學習生活的差異。 2. 初步認識國中的概況。 【活動 2】新生我最行 1. 能習得方法，順利適應國中生活。 2. 能思考自己對國中生活的期待，並 提出實現期待的做法。 【活動 1】悠遊光復 1. 能說出學校各處室及場所的名稱。 2. 能了解學校各處室的功能及可用 的資源。	3	康軒版教科書 學校網頁	1. 分組教學 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第九週	2-4-6 有效蒐集、分析各項 資源，加以整合並充分運 用。	新校園新人類(輔導) 【活動 2】校園導航趴趴 Go 1. 透過實際參訪，清楚學校各處室的 位置。 【活動 3】光復中學大進擊 1. 能充分運用學校各處室的學習資 源。 2. 整合國中各項學習資源，融入新環 境。	3	康軒版教科書 學校網頁	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第十週	2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。 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。	新校園新人類(輔導) 【活動1】猜猜他是誰？ 1. 能說出校內師長的姓名或職務。 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。 【活動2】「師」情「話」意 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	康軒版教科書 學校網頁	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第十一週	1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。 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。	G567 性向測驗施測 憂鬱防治宣導	3	G567 性向測驗題本 答案卡 PPT	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第十二週	1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。	飛揚的青春(輔導) 【活動1】自我新發現 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	康軒版教科書	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第十三週	1-4-1 覺知人類生活品質 乃繫於資源的永續利用和 維持生態平衡。探索自我的 發展過程，並分享個人的經 驗與感受。 2-4-1 妥善計畫與執行個 人生活中重要的事務。	飛揚的青春(輔導) 【活動 1】我的特質密碼 1. 能藉由自我內省，探索個人之自我 概念。 【活動 2】特質快遞 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	康軒版教科書 自製 Ppt	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答 5. 分組教學	
第十四週	1-4-1 覺知人類生活品質 乃繫於資源的永續利用和 維持生態平衡。探索自我的 發展過程，並 分享個人的經驗與感受。 2-4-1 妥善計畫與執行個 人生活中重要的事務。 【第二次評量週】	飛揚的青春(輔導) 【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。 【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 與成長的紀錄。 【活動 3】檔案整理特搜隊 1. 了解資料蒐集、歸納的重要和方法。 2. 協助學生了解生涯檔案對未來生 涯規畫的幫助。	3	康軒版教科書 2. 生涯檔案夾 3. 生涯檔案資料	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答 5. 分組報告	



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
第十五週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	生活智慧王(家政) 【活動1】生活剪貼簿 1. 了解生活中隨著年齡的變化重視的議題層面可能隨之不同。 2. 學習蒐集不同生活主題的相關內容。 【活動2】生活小記者 1. 學習使用多元資訊蒐集的管道。 2. 透過團隊合作的方式學習如何解決問題。 3. 學習判斷資訊正確性與否。	3	康軒版教科書 自製 Ppt	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第十六週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。 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。	生活智慧王(家政) 【活動2】生活小記者 1. 學習使用多元資訊蒐集的管道。 2. 透過團隊合作的方式學習如何解決問題。 3. 學習判斷資訊正確性與否。 【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。	3	康軒版教科書	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答 5. 分組報告	

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。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	生活智慧王(家政) 【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】探訪創意點子 1. 運用創意將不同生活物品功能再改造。	3	康軒版教科書 自製 Ppt	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 分組報告 5. 分組教學	
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。	生活智慧王(家政) 【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。 【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	康軒版教科書 網路資源	1. 活動參與 2. 分組報告 3. 分組教學	

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
第十九週	I-2-4-1 關懷家有青少年階段子女的父母 I-2-4-3 關懷家庭成員的需求與期待	好家在一起 【活動1】家庭調查員 一、了解家庭生活中密切互動的家庭成員 二、分析自己在家庭內和家庭外所扮演的各項角色 【活動2】生活接龍 藉由角色扮演了解、同理家人的辛苦與付出，並學習關懷、體諒及感恩家人。	2	PPT 「古魯家族」片段	1. 分組教學 2. 實作 3. 活動參與 4. 課堂討論	家庭教育課程
第二十週	I-2-4-1 關懷家有青少年階段子女的父母 I-2-4-3 關懷家庭成員的需求與期待	好家在一起 【活動3】愛的兌換卷 1. 關懷家人的需求，並請家人提出需要的協助 2. 完成家人的期待，讓家人感受幸福 【活動4】愛家天燈 1. 表達對家人的關懷，能主動說出自己對家人的內心話 2. 實現對家人的承諾 3. 製作愛家小天燈	2	PPT 天燈版型學習單	1. 分組教學 2. 實作 3. 活動參與 4. 課堂討論	
第二十一週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 【休業式】	G567 性向測驗解釋 生涯輔導紀錄手冊	3	生涯輔導紀錄手冊 G567 測驗讀卡說明	1. 觀察學生 2. 態度評定	

(表 12) 學習領域課程計畫

新竹市 光復中學附設國中部 107 學年度 8 年級 第 1 學期 綜合活動 領域課程計畫

設計者：陳珽岑 教師

第 1 學期

一、本領域每週學習節數(3)節，本學期共(63)節。

二、本學期學習目標：

1. 培養規畫休閒活動的能力及正確態度，並學習野外露營及炊事的相關知識及技巧。
2. 探索自己的交友價值觀與概況、學習良好的人際溝通技巧，以維繫長久的友誼。
3. 培養並塑造個人合宜的衣著造型和儀態，以及妥善管理衣物的能力。
4. 職業試探與職業體驗

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	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>基本資料更新</p> <p>單元：摩登原始人(童軍)</p> <p>【活動 1】摩拳擦掌</p> <p>1. 能共同規畫小隊炊事活動。</p> <p>2. 能完成炊事前的準備工作並進行炊事分工。</p>	3	康軒版教科書 單元：摩登原始人(童軍)	<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. 課堂問答</p>	
第二週	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>生涯輔導紀錄手冊</p> <p>單元：摩登原始人(童軍)</p> <p>【活動 1】露營 Fun 開心</p> <p>1. 培養參與露營活動的興趣。</p> <p>2. 增進對戶外生活的認識及了解。</p> <p>【活動 2】營地玩賞</p> <p>1. 認識營地選擇的條件。</p> <p>2. 增進規畫戶外活動的能力。</p>	3	生涯輔導紀錄手冊 康軒版教科書 單元：摩登原始人(童軍)	<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. 課堂問答</p>	

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
第三週	4-4-2 透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。 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。	單元：摩登原始人(童軍) 【活動3】露營大「代誌」 1. 學習露營的相關知能。 【活動1】野趣專門店 1. 增進對戶外活動裝備的認識。 2. 了解戶外活動裝備的保養及收納，培養愛惜裝備的認知與技能。	3	康軒版教科書 單元：摩登原始人(童軍)	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 課堂問答	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。
第四週	4-4-2 透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。 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。	戶外生活家(童軍) 【活動2】營地玩賞 1. 認識營地選擇的條件。 2. 增進規畫戶外活動的能力。	3	康軒版教科書  PPT 簡報	1. 簡歷表實作 2. 課堂問答 3. 活動參與 4. 口頭發表	
第五週	4-4-2 透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。 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。	戶外生活家(童軍) 【活動2】歡樂滿行囊 1. 了解背包裝填原則。 2. 認識背包選購原則。 【活動1】足跡帶著走 1. 認識「無痕山林(LNT)」的宗旨及內涵。 2. 能透過活動了解人與自然的關係。	3	露營影片	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第六週	4-4-2 透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。 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。	戶外生活家(童軍) 【活動2】露營有品 1. 了解露營衛生與安全原則。 2. 學習在戶外活動中，維護自身健康，珍惜自然環境。 【活動3】露營企畫大賞 1. 培養規畫露營活動的能力。 2. 能活用露營相關知能進行露營活動設計與規畫。	3	聆聽自然的聲音 CD .LNT 相關資訊 童軍繩	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第七週	4-4-2 透過領導或溝通，規畫並執行合宜的戶外活動。 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。 【第一次評量週】	當我們同在一起(輔導) 【活動2】我的交友觀 1. 透過尋找超級好朋友活動，使學生體認不合理的交友觀對自己的影響。 2. 能從價值澄清的活動中，了解自己的交友觀。	3	康軒版教科書 Youtube 朋友歌	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第八週	2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。	<p>當我們同在一起(輔導)</p> <p>【活動3】友誼「馨」情</p> <p>1. 透過活動了解友誼經營之道，學習如何付出與關懷。</p> <p>2. 了解人際交往對未來經營家庭與婚姻的影響。</p> <p>【活動1】非「思」不可</p> <p>1. 能分析網路交友的優點與缺點。</p> <p>2. 探討網路交友的安全性及隱藏的問題。</p>	3	康軒版教科書	<p>1. 分組教學</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 課堂問答</p>	
第九週	<p>2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。</p> <p>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，以保護自己或他人。</p> <p>4-4-4 分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。</p>	<p>網路交友防治宣導</p> <p>當我們同在一起(輔導)</p> <p>【活動2】網路交友停看聽</p> <p>1. 能說出網路交友隱藏的危險並提出自我保護策略。</p>	3	康軒版教科書 自製 PPT	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 課堂問答</p>	



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
第十週	<p>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，以保護自己或他人。</p> <p>4-4-4 分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。</p> <p>2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。</p> <p>2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。</p>	<p>當我們同在一起(輔導)</p> <p><b>【活動 1】</b>「友」所變卦</p> <p>1. 覺察自己面對人際困境時的因應模式。</p> <p><b>【活動 2】</b>和平高手</p> <p>1. 認識「問題解決策略」模式。</p> <p>2. 學習以「問題解決策略」模式處理人際困境。</p>	3	康軒版教科書 網路新聞 PPT	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 課堂問答</p>	
第十一週	<p>1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。</p> <p>2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。</p> <p>2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。</p>	<p><b>憂鬱防治宣導</b></p> <p>生命轉彎處(輔導)</p> <p><b>【活動 1】</b>情緒追追追</p> <p>1. 能覺察情緒對生活的影響並接納自己的正負向情緒。</p>	3	康軒版教科書 情緒臉譜 憂鬱症 PPT	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 課堂問答</p>	

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
第十二週	1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。	生命轉彎處(輔導) 【活動 2】冒險氣球 1. 覺察生活中的負向情緒對個人身心及行為的影響。 2. 了解情緒失控所引發的行為後果。 3. 了解適當處理情緒的重要性。 【活動 3】陽光「心」配方 1. 透過練習，體驗想法的改變帶來的情緒轉變。 2. 認識理性與非理性想法對生活可能造成的影響。	3	康軒版教科書	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第十三週	<p>1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。</p> <p>1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人的生命，並協助他人。</p> <p>2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。</p>	<p>生命轉彎處(輔導)</p> <p>【活動4】情緒處方箋</p> <p>1. 了解抒發情緒的方法。</p> <p>2. 分析自己處理情緒的方法和策略。</p> <p>【活動1】走過失落</p> <p>1. 了解生命中的失落事件對人造成的情緒反應與影響。</p> <p>2. 協助學生思考面對失落與悲傷事件的心理準備與應變措施。</p> <p>3. 增進學生面對失落情境時的正向態度。</p> <p>【活動2】生命旅程</p> <p>1. 體會生命的有限性與無常，了解生命的可貴，學習珍惜自己的生命。</p>	3	康軒版教科書	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 課堂問答</p> <p>5. 分組教學</p>	

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
第十四週	1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人的生命，並協助他人。 【第二次評量週】	生命轉彎處(輔導) 【活動 2】生命旅程 1. 體會生命的有限性與無常，了解生命的可貴，學習珍惜自己的生命。 【活動 3】生命的寶藏 1. 透過討論珍愛生命人物，引起學生見賢思高的想法，用積極的態度來面對人生的未來。 2. 培養學生珍惜生命、善用生命的積極態度。	3	康軒版教科書	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第十五週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	國中新編多元性向測驗	3	性向測驗題本 性向測驗答案卡 2B 鉛筆	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第十六週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	<p>「衣」Q達人(家政)</p> <p><b>【活動1】衣服會說話</b></p> <p>1. 察覺並探討衣著搭配對於個人的重要性。</p> <p>2. 覺察自己穿衣決策的考量因素及與他人的異同。</p> <p>3. 修正自己的穿衣決策考量習慣。</p> <p><b>【活動2】衣質乾坤</b></p> <p>1. 觀察不同衣料吸水性的差異。</p> <p>2. 察覺衣料選擇與穿著舒適的關聯性。</p>	3	康軒版教科書 布料	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答 5. 分組教學	
第十七週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 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。	<p>「衣」Q達人(家政)</p> <p><b>【活動2】衣質乾坤</b></p> <p>1. 了解常見衣料材質與織法的特性及其應用。</p> <p>2. 能因應生活的不同情境需求，選擇合宜的衣料。</p> <p><b>【活動3】衣采萬千</b></p> <p>1. 能體驗服裝搭配的變化性。</p> <p>2. 能運用服裝搭配原則，展現個人特色。</p>	3	康軒版教科書 紙形人偶	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 分組報告 5. 分組教學	

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
第十八週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 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。 3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。	「衣」Q 達人(家政) 【活動 3】衣采萬千 1. 能體驗服裝搭配的變化性。 2. 能運用服裝搭配原則，展現個人特色。 【活動 1】前進衣計畫 1. 運用衣著搭配技巧於滿足生活情境之需求。 2. 增進與他人合作規畫及執行團體活動的能力。 3. 展現或探索自我專長及興趣	3	康軒版教科書 紙型人偶	1. 活動參與 2. 分組報告 3. 分組教學	
第十九週	2-4-9 善用各種資源與方法，維護自己的身體自主權。 2-4-15 習得家庭暴力的防治之道。	「衣」Q 達人(家政) 【活動 1】洗衣妙招 1. 了解家中的洗衣習慣。 2. 認識洗滌標示的符號與意義。 3. 學習正確的清潔衣物技巧。 4. 增進衣物清潔的自理能力。 【活動 2】收納有方 1. 了解衣物摺疊收納的方法。 2. 運用合宜的創意摺疊收納方法於生活中。	3	康軒版教科書 洗衣標籤	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 思考與討論	

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
第二十週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。 4-4-5 參與保護或改善環境的行動，分享推動環境永續發展的感受。 【第三次評量週】	【活動一】尊重你我他 1. 討論身體自主權之定義及界線 【活動二】家有霸王 1. 家庭暴力新聞分享及討論。 2. 家暴面面觀。 3. 延伸探討暴力防治及自我保護因應。 【活動三】家暴檢測站 1. 家暴止步 2. 快問快答。	3	家庭暴力防治	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 思考與討論	
第二十一週	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 【休業式】	國中新編多元性向測驗解釋 生涯輔導紀錄手冊	3	多元性向測驗結果 生涯輔導紀錄手冊	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 思考與討論	

(表 12) 學習領域課程計畫

新竹市 光復中學附設國中部 107 學年度 9 年級 第 1 學期 綜合活動 領域課程計畫

設計者：陳珏岑 教師

第 1 學期

一、本領域每週學習節數(3)節，本學期共(63)節。

二、本學期學習目標：

- (一) 在野外活動遇到危機時，能冷靜思考，並觀察身邊環境，以採取適當策略預防與因應。
- (二) 了解青少年與世界交流的方式，並能培養及增進自身與國際接軌的能力。
- (三) 探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。
- (四) 職業試探與職業體驗



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	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。	基本資料填寫(AB表) 生涯輔導紀錄手冊	3	學生基本資料表 生涯輔導紀錄手冊	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 課堂問答	
第二週	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	單元:為自己出征(輔導) 【活動一】三年級，我懂 1. 初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 【活動二】About 壓力 3. 覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	3	康軒版教科書 單元：為自己出征(輔導)	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 課堂問答	
第三週	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 3-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。	單元:為自己出征(輔導) 【活動一】高校知多少 1. 增進對高校生活的認識。 【活動二】高校特派員 3. 思考高校生活的重要主題。	3	康軒版教科書 單元：為自己出征(輔導)	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 課堂問答	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-5 發展規畫生涯的能力。

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
第四週	3-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 3-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	單元:為自己出征(輔導) 【活動一】高校報報 1.增進對各類型高校生活的了解。 3.做好銜接高校生活的準備。 【簡歷表製作】	3	PPT 簡報	1. 簡歷表實作 3. 課堂問答 3. 活動參與 4. 口頭發表	
第五週	3-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 3-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	開啟升學大門 【活動一】升學多線道 1. 認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備 3. 能區分不同學制的重點 【活動二】條條道路通羅馬 1. 探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。	3	升學資訊	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第六週	3-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 3-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	開啟升學大門 【活動1】升學備忘錄 1. 能蒐集升學資訊，整合各項升學資源，為自己的升學做準備。 【活動31】生涯決策分析師 1. 能了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素	3	升學資訊	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第七週	3-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 3-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	開啟升學大門 【第3單元】抉擇時刻 1. 了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 3. 透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。	3	升學資訊	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第八週	3-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 3-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	開啟升學大門 【活動一】升學資訊 Q&A 1. 認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，作為升學選校參考。 【活動二】預約成功 3. 認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	3	升學資訊	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第九週	3-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 3-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	開啟升學大門 【活動一】成功補給「讚」 1. 學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 【活動二】成功晉級 1. 針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	3	升學資訊	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第十週	3-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。 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。	防災動起來(童軍) 【活動1】危機四伏 1. 認識臺灣發生過的自然災害，體認防災工作的必要性。 3. 分析災害情境中人為因素所造成的危險。 【活動3】災害知多少 1. 增進對自然災害的認識，因應災害選擇合宜的預防與應變方法。	3	康軒版教科書 DVD (浩劫重生)	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第十一週	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。 4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境作合宜的互動。	防災動起來(童軍) 【活動1】救護急先鋒 1.能善用生活簡單器物進行緊急救護。 3.能製作臨時擔架進行傷患搬運，提升緊急救護能力。 【活動3】「繩」來助我 1.運用繩結技能以因應災變，提升災難救助能力。	3	康軒版教科書	1.觀察學生 3.態度評定 3.活動參與 4.課堂問答	
第十二週	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。 4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境作合宜的互動。	防災動起來(童軍) 【活動1】社區防災地圖 1.能善用社區防災地圖，落實災前的準備工作，並運用資源因應防災的各種需求。 【活動3】盡一份心力 1.能綜合運用所學，以因應社區中可能發生的災變。 3.面對災變的逆境，能了解災民的需求，並提供支援的力量。	3	康軒版教科書	1.觀察學生 3.態度評定 3.活動參與 4.課堂問答	

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
第十三週	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。 4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境作合宜的互動。	危機總動員(童軍) 【第1單元】野地小築 1. 能選擇及辨別野外臨時露宿環境及條件，並搭設臨時露宿所。 3. 統整運用所學，提升野外生存能力。 【第3單元】處處有生機 1. 在野外活動遇到危機時，能冷靜思考，並觀察身邊環境，以採取適當策略預防與因應。 3. 學習辨識可食植物、尋找安全水源及自製濾水器，增進野外求生知能。	3	康軒版教科書	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第十四週	4-4-3 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境作合宜的互動。 【第二次評量週】	危機總動員(童軍) 【第3單元】處處有生機 1. 在野外活動遇到危機時，能冷靜思考，並觀察身邊環境，以採取適當策略預防與因應。 3. 學習辨識可食植物、尋找安全水源及自製濾水器，增進野外求生知能。 【第3單元】無具巧炊 1. 善用自然資源進行野外炊事，並與環境作合宜的互動。 3. 能展現創意，進行無具野炊的菜單設計及實作。	3	康軒版教科書 野外可食植物 DVD	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	

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
第十五週	3-4-4 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。 3-4-5 分享在多元社會中生活所應具備的能力。	行腳天下(家政) 【第1單元】立足臺灣看世界 1. 認識臺灣多元族群，透過臺灣專屬名片的設計思索社會的多元型態。 3. 了解不同族群之間的差異性。 3. 反思並尊重臺灣多元性別，學習互相關懷的素養。	3	康軒版教科書	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答	
第十六週	3-4-4 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。	行腳天下(家政) 【第3單元】繽紛的世界 1. 認識臺灣的異國多元文化及產物。 3. 藉由小組資料分享，增進學生認識世界不同風情。 【第3單元】世界更繽紛 1. 了解青少年與世界交流的方式，並能培養及增進自身與國際接軌的能力。 3. 透過手工藝作品傳達自己對臺灣多元民族的關懷。	3	康軒版教科書 . 題目 PPT	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 課堂問答 5. 分組教學	

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
第十七週	3-4-4 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。 3-4-5 分享在多元社會中生活所應具備的能力。	行腳天下(家政) 藝起傳心意 1. 了解臺灣伴手禮的意涵及特色。 3. 能推薦符合各項考量點的臺灣伴手禮。 3. 熟悉祈福小天燈的製作流程。 4. 同理相對少數文化背景的同学或周遭人士心境。 5. 能表達心中的關懷與祝福。	3	康軒版教科書 . 題目 PPT 各組報告	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與 4. 分組報告 5. 分組教學	
第十八週	1-4-3 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。	適性化職涯興趣測驗施測	3	電腦教室	1. 活動參與 3. 觀察學生 3. 態度評定	
第十九週	2-4-13釐清婚姻中的性別權力關係。 2-4-14尊重不同文化中的家庭型態。 2-4-15習得家庭暴力的防治之道。	家庭暴力防治(輔導、家政) 【活動一】我的家庭 1. 藉由歌詞改編及表演，自由發表與平時與家人互動的情形。 【活動二】家人擔心的事 分組，讓每位學生寫出「自己最令家人擔心的事」及「家人最令自己擔心的事」。 【活動三】家庭暴力陰影 1. 引導閱讀故事內容，讓學生體驗面對家庭暴力時的心情感受。 2. 杜絕家庭暴力：遇到家庭暴力時，可以傾訴或者尋求保護的管道。	2	PPT 簡報 圖片 影片	1. 觀察 2. 討論 3. 發表	

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
第二十週	3-4-4 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。 3-4-5 分享在多元社會中生活所應具備的能力。	西餐大賞(家政) 【第1單元】彬彬有禮 1. 能將所學的西餐禮儀運用於日常生活中。 3. 增進對西方飲食文化的認識與了解。	3	康軒版教科書 3. 西餐餐具	1. 活動參與 3. 分組教學 3. 口布實作	
第二十一週	1-4-3 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 3-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	適性化職涯興趣測驗解釋 生涯輔導紀錄手冊撰寫	3	興趣測驗解釋 生涯輔導紀錄手冊	1. 觀察學生 3. 態度評定 3. 活動參與	