

基隆市立建德國民中學 106 學年度第二學期綜合領域一七年級教學進度表

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
一	1/22   1/24	主題一 頭腦體操	學習探險家(輔導)	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。 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	從學習困擾的覺察與認識出發，透過合作學習思考、分析面對學習困擾時須具備之能力。	活動一：當挑戰來敲門 1 教師引導學生將自己最想要挑戰的學習狀況寫在小卡上並投入紙箱。 2 教師從紙箱中抽取小卡，並請學生將小卡內容條列於黑板上。 3 教師邀請全班針對黑板上所列項目自由發表意見。 4 教師提問並引導學生思考： (1) 注意到自己有什麼樣的學習困擾？ (2) 學習困擾和時間的運用有什麼關係嗎？ 5 教師邀請學生自由發表，綜合歸納與回饋。	1	1 學生活動手冊 2 小卡 3 分組座位	教師評：學生實作內容與狀況。	【生涯發展教育】2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究
一	1/22   1/24	主題三 悠活遊臺灣	旅遊新風貌(童軍)	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 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。 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。	認識多元的旅遊方式，了解臺灣豐富的旅遊資源，加強「無痕」的環保觀念及旅遊安全的認知，以增進旅遊知能。	活動一：旅遊達人 1 教師說明，請學生與全班分享個人旅遊經驗。 2 教師說明「旅遊好回憶」活動方式。 3 學生進行活動。 4 教師請學生思考除了活動所提到的地點、美食與紀念品之外，還有哪些值得回味的回憶。 5 教師提問： (1) 回顧過去的旅遊經驗，你最喜歡哪些旅遊方式？為什麼？ (2) 旅遊帶給自己最大的收穫是什麼？對你日常生活有什麼影響？ 6 學生自由發表。 7 教師總結與歸納。	1	1 小卡片 40張 2 學生活動手冊 3 各縣市旅遊資料	教師評：學生參與活動的表現。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作
一	1/22   1/24	主題二 健康飲食面面觀	食在健康(家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動一：零食放大鏡 1 教師說明並引導學生思考零食的定義。 2 請學生設計一段零食廣告，並與小隊伙伴分享。 3 小隊各自票選出最吸引人的零食。 4 教師請各小隊分享票選結果。 5 教師歸納統整。	1	1 學生活動手冊 2 筆 3 零食 4 零食廣告 5 營養標示	1 學生自評：能說出零食對健康的影響。 2 教師評：觀察學生生活參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
二	2/21   2/24	主題一 頭腦體操	學習探險家(輔導)	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。 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	從學習困擾的覺察與認識出發，透過合作學習思考、分析面對學習困擾時須具備之能力。	活動二：時間放大鏡 1 教師引言，請學生分享下課後從事的活動。 2 教師說明並引導學生完成學生活動手冊第10頁「我的時間分配表」表格，完成後並與全班分享。 3 教師歸納學生分享並講解。 4 教師引導學生完成學生活動手冊第11頁的「我的時間分配圖」內容。 5 教師提問並引導學生思考與發表： (1)你一日理想的時間規畫與實際的時間運用之間有何差異？這些差異是怎麼發生的？ (2)你可以運用哪些方法，讓時間可以更有效率？ 6 教師總結與歸納。	1	1 分組座位 2 紙、筆 3 學生活動手冊	教師評： 1「我的時間分配圖」表格及口頭分享表現。 2 學生參與活動狀況。	【生涯發展教育】2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究
二	2/21   2/24	主題三 悠活遊臺灣	旅遊新風貌(童軍)	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 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。 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。	認識多元的旅遊方式，了解臺灣豐富的旅遊資源，加強「無痕」的環保觀念及旅遊安全的認知，以增進旅遊知能。	活動一：旅遊達人 1 教師請學生思考各種旅遊方式的優缺點。 2 學生進行討論，並記錄下來。 3 教師提問並引導學生思考與發表：當你引用或參考旅遊資料時需要注意什麼呢？哪些方法得到的資料可信度比較高？為什麼？ 4 教師引導學生與小隊伙伴共同討論一個小隊共同感興趣的臺灣旅遊區域。 5 小隊討論。 6 教師總結歸納。	1	1 紙、筆 2 學生活動手冊 3 旅遊規畫相關資訊	教師評： 1 學生活動手冊第72~73頁。 2 學生參與討論及發表的狀況。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作
二	2/21   2/24	主題二 健康飲食面面觀	食在健康(家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動一：零食放大鏡 1 教師引導學生回顧上週課程。 2 教師提問：市面上的零食有何問題？它們的廣告都用什麼方式吸引顧客購買？ 3 教師鼓勵學生自由發表並歸納學生意見。 4 教師引導學生思考零食吸引人購買的因素。 5 學生自由發表。 6 教師歸納學生意見。	1	1 學生活動手冊 2 筆 3 零食 4 零食廣告 5 營養標示	1 學生自評：能解讀零食廣告背後的意涵。 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
三	2/25   3/3	主題一 頭腦體操	學習探險家(輔導)	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。 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	從學習困擾的覺察與認識出發，透過合作學習思考、分析面對學習困擾時須具備之能力。	活動二：時間放大鏡 1 教師引導學生透過活動覺察個人時間敏銳度。 2 全班進行活動。 3 教師提問： (1)於每一個默數時間的活動中，真正的時間和你心裡所感受的時間一樣嗎？ (2)哪些時候感覺時間過得比較快？哪些時候感覺時間過得比較慢？為什麼？ 4 教師總結。	1	1 紙、筆 2 碼錶 3 學生活動手冊	教師評：學生參與活動狀況。	【生涯發展教育】2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】3-4-1 運用各種資訊、科技與媒體資源解決問題，不受性別的限制。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究
三	2/25   3/3	主題三 悠活遊臺灣	旅遊新風貌(童軍)	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 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。 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。	認識多元的旅遊方式，了解臺灣豐富的旅遊資源，加強「無痕」的環保觀念及旅遊安全的認知，以增進旅遊知能。	活動一：旅遊達人 1 教師說明「漫遊臺灣」之活動方式。 2 全班進行活動。 3 教師提問並引導學生思考與發表：透過上面的活動，你發現蒐集旅遊資源的管道有哪些呢？旅遊規畫時，你會如何有效運用這些管道呢？ 4 學生自由發表。 5 教師總結與歸納。	1	1 旅遊相關資料 2 學生活動手冊 3 各小隊信物 4 臺灣行政區地圖 5 紙盒	教師評：學生參與活動的表現。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作
三	2/25   3/3	主題二 健康飲食面面觀	食在健康(家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動一：零食放大鏡 1 教師引導學生進行零食成分分析。 2 學生討論哪些零食營養成分會對健康造成不良影響。 3 學生發表零食營養成分對健康的不良影響。 4 教師引導學生進行省思並進行統整歸納。	1	1 學生活動手冊 2 筆 3 零食 4 營養標示	1 學生自評：能說出零食對健康的不良影響。 2 教師評：觀察學生生活參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
四	3/4   3/10	主題一 頭腦體操	學習探險家(輔導)	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。 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	從學習困擾的覺察與認識出發，透過合作學習思考、分析面對學習困擾時須具備之能力。	活動二：時間放大鏡 1 教師引導學生回顧上節課程，並請學生完成「學習效率小錦囊」。 2 教師提問： (1)同學歸納出的方法當中，有哪些是你已經在運用的？而哪些是你不曾運用過的呢？ (2)有哪些提升學習效率的方法是你本來就知道或經常使用的？選擇這些方法和你個人學習偏好有哪些關聯嗎？ 3 教師總結。	1	1 紙、筆 2 學生活動手冊	教師評： 1「學習效率小錦囊」表格及口頭分享表現。 2 學生參與活動狀況。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
四	3/4   3/10	主題三 悠活遊臺灣	旅遊新風貌(童軍)	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 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。 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。	認識多元的旅遊方式，了解臺灣豐富的旅遊資源，加強「無痕」的環保觀念及旅遊安全的認知，以增進旅遊知能。	活動二：無痕安全行 1 教師引導學生思考哪些旅遊行為會對環境造成衝擊，又對大家的生活造成什麼影響。 2 教師請學生分享旅遊經驗中有關破壞環境之行為。 3 教師請學生參考「無痕山林」觀念，與小隊伙伴進行討論，共同擬定「無痕環境旅遊守則」。 4 學生完成學生活動手冊第 80 頁「無痕環境守則」表。 5 教師提問： (1)過去旅遊時，你曾有抵觸「無痕」的行為嗎？若要達成「無痕」的目標，在進行旅遊規畫時，要注意哪些事項呢？為什麼？ (2)除了無痕概念的應用之外，還有哪些友善對待環境的方式呢？以友善的方式進行野外活動時，會面臨哪些困難呢？要如何克服？ 6 教師總結。	1	1 無痕山林相關資料 2 學生活動手冊	教師評： 1 觀察學生在課堂上討論及發表意見之情形。 2 小隊討論學生活動手冊狀況。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作
四	3/4   3/10	主題二 健康飲食面面觀	食在健康(家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動一：零食放大鏡 1 教師引言：我們知道了零食會對健康造成影響，想想看，為什麼大部分的人都還是喜歡吃零食？而有人可以做到不吃零食呢？ 2 學生自由發表。 3 教師補充說明。 4 教師邀請各小隊中不愛吃零食的學生分享，並歸納出降低零食誘惑的方法。 5 教師補充說明降低零食誘惑的方法。 6 教師引導學生思考零食攝取及體重間的關係。 7 教師說明身體活動量與飲食攝取兩者均衡的重要。	1	1 學生活動手冊 2 零食相關資訊 3 筆	1 學生自評：個人在本主題的學習檢核。 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
五	3/11   3/17	主題一 頭腦體操	學習探險家(輔導)	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。 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	從學習困擾的覺察與認識出發，透過合作學習思考、分析面對學習困擾時須具備之能力。	活動三：學習偏好面面觀 1 教師引導學生思考並分享各種學習偏好及個人學習偏好。 2 教師統整學生答案。 3 教師引導學生透過記憶考驗賽認識個人學習偏好。 4 全班進行活動。 5 教師提問： (1)這幾週學習過程中，我發現自己的學習偏好為何？我要如何善用我的偏好，來增進學習效果？ (2)除了學習偏好對個人學習有影響之外，還有什麼因素也是不可忽略的呢？ 6 教師總結。	1	1 學生活動手冊 2 學習偏好相關資料 3 教師手冊	教師評： (1)學生課堂表現。 (2)學生發表內容。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
五	3/11   3/17	主題二 悠活遊臺灣	旅遊新風貌(童軍)	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 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。 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。	認識多元的旅遊方式，了解臺灣豐富的旅遊資源，加強「無痕」的環保觀念及旅遊安全的認知，以增進旅遊知能。	活動二：無痕安全行 1 教師引導學生思考旅遊過程中可能會發生的意外。 2 教師引導學生學習面對、處理及預防意外的方式。 3 教師引導學生參考學生活動手冊第80頁案例進行討論，提出解決的方式，並記錄下來。 4 學生自由發表。 5 教師總結。	1	1 學生活動手冊 2 與旅遊意外有關的新聞事件或案例	教師評： 1 觀察學生在課堂上討論及發表意見之情形。 2 小隊討論學生活動手冊狀況。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作
五	3/11   3/17	主題二 健康飲食面面觀	食在健康(家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動二：健康飲食我在行 1 教師說明飲食習慣和健康息息相關。 2 教師引導學生用自我飲食習慣檢核表來檢核自我飲食習慣。 3 教師請學生彼此分享自己的飲食習慣檢核表。 4 教師引導學生列出自己需要保持和改變的飲食習慣。 5 學生自由發表。 6 教師歸納並給予回饋。	1	1 學生活動手冊 2 自我飲食習慣檢核表 3 筆	1 學生自評：個人在本主題的學習檢核。 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
六	3/18   3/24	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優劣勢能力的具體內涵。	活動一：開發多元寶藏 1 教師引導學生進行「生死一念間」之活動。 2 全班進行活動。 3 教師提問： (1) 在分享的過程中，有何發現？我的選擇與他人的有何不同？為什麼？ (2) 在「生死一念間」的活動裡，我會運用到哪些能力？ (3) 在日常生活中，有哪些時候會運用到這活動所展現的能力？ 4 教師總結。	1	學生活動手冊	教師評： 1 小隊討論與合作狀況。 2 學生口頭發表內容。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
六	3/18   3/24	主題三 悠活遊臺灣	旅遊新風貌 (童軍)	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 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。 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。	認識多元的旅遊方式，了解臺灣豐富的旅遊資源，加強「無痕」的環保觀念及旅遊安全的認知，以增進旅遊知能。	活動二：無痕安全行 1 教師引導學生進行「友善的網」活動。 2 學生進行活動。 3 教師提問： (1) 你認為人類可以如何與環境共同形成一個緊密友善的網，讓地球永續美好呢？ (2) 目前的你，最需要加強哪一項友善的方式親近大自然？為什麼？ (3) 從課堂中，你發現要擁有安全又環保的旅遊行程，應該要注意的事項有哪些呢？ 4 學生自由發表。 5 教師總結與歸納。	1	1 學生活動手冊 2 毛線球 3 球	教師評：學生參與活動的情形。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作
六	3/18   3/24	主題二 健康飲食面面觀	食在健康 (家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動二：健康飲食我在行 1 教師說明飲食習慣和健康息息相關，並引導學生檢核自我飲食習慣。 2 教師請學生彼此分享、檢討自己的飲食習慣，並列出自己需要保持和改變的飲食習慣。 3 請學生自由發表，教師歸納並給予回饋。	1	1 學生活動手冊 2 零食相關資訊 3 筆	1 學生自評：個人在本主題的學習檢核。 2 教師評：觀察學生生活參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
七	3/25   3/31	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優弱勢能力的具體內涵。	活動二：開發多元寶藏 1 教師引導學生進行「邏輯動動腦」之活動。 2 全班進行活動。 3 教師提問： (1)在我嘗試的過程如何？有無遇到什麼樣的困難？ (2)我認為在「邏輯動動腦」的活動裡，會運用到哪些能力？ (3)我發現在這活動中哪些同學的表現最好？ 4 教師總結。	1	學生活動手冊	教師評： 1 小隊討論與合作狀況。 2 學生口頭發表內容。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
七	3/25   3/31	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動一：「指」破迷津 1 教師教導學生認識十六方位。 2 教師引導學生學習各種指北針，並說明各指北針之優缺點。 3 教師說明指北針使用注意事項。 4 學生學習透明型指北針之構造及使用方式。 5 教師說明引導學生練習操作指北針。 6 教師對學生進行抽測。 7 教師總結。	1	1 指北針 2 學生活動手冊 3 各式方位辨識工具	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：能參與討論並認識各類型指北針的用法。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
七	3/25   3/31	主題二 健康飲食面面觀	食在健康 (家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動二：健康飲食我在行 1 教師引導學生思考自己須保持及待改進的飲食習慣。 2 教師引言：我們要怎麼做才能改善這些飲食習慣呢？讓我們進行「健康飲食行為九宮格」活動，利用所學來回答裡面的問題。 3 教師說明活動方式，並帶領學生進行「健康飲食行為九宮格」。	1	1 學生活動手冊 2 紙、筆	1 學生自評：學生能正確回答健康飲食行為九宮格的答案 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
八	4/1   4/7	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 【第一次學習評量】	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優弱勢能力的具體內涵。	活動二：開發多元寶藏 1 教師引導學生進行多元智慧闖關遊戲。 2 全班進行活動。 3 教師提問： (1) 在各主題闖關的過程中，有哪些同學的表現令我眼睛為之一亮？為什麼？ (2) 為了要完成各種闖關活動，大家需運用到哪些能力？ (3) 在日常生活中，有哪些時候會運用到這項活動所展現的能力？ 4 教師總結。	1	學生活動手冊	教師評： 1 小隊討論與合作狀況。 2 學生口頭發表內容。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
八	4/1   4/7	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。 【第一次學習評量】	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動一：「指」破迷津 1 教師提供學生地圖用透明型指北針。 2 教師引導學生利用學生活動手冊第87頁的題目，練習操作指北針與地圖相互搭配的使用方法 3 教師從旁觀察並指導學生使用指北針。 4 教師提問：你覺得哪種測量方式最實用？測量方位的方法只有這些嗎？如果指北針掉了或是此地區的磁場有點亂，你該怎麼辦呢？ 5 教師總結與歸納。	1	1 指北針 2 學生活動手冊 3 方位辨識相關資料	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：能熟知指北針用法。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
八	4/1   4/7	主題二 健康飲食面面觀	食在健康 (家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。 【第一次學習評量】	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動二：健康飲食我在行 1 教師引導學生回顧上節課內容。 2 教師引導學生藉由活動中的回答，針對自己的飲食習慣及行為進行改善。 3 教師歸納學生意見，並提醒學生回家觀察家人的飲食行為是否健康，並於下次上課分享。	1	1 學生活動手冊 2 紙、筆	1 學生自評：能正確回答健康飲食行為九宮格的答案。 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究



起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
九	4/8   4/14	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優弱勢能力的具體內涵。	活動一：開發多元寶藏 1 教師引導學生回顧前三週課程，思考自己所展現的智慧表現，並完成學生活動手冊第20、21頁。 2 教師提問： (1)你這些優勢智慧是與生俱來，還是經由訓練培養的？ (2)你所認為自己最強的三種智慧，會和別人所認為你擁有的前三名相同嗎？ (3)你還想要增進自己哪些的多元能力？ (4)你如何將你的優勢智慧運用在學習當中呢？ 3 教師總結。	1	學生活動手冊	教師評： 1「我的優勢智慧表」表格成果。 2 學生於課堂上的表現。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
九	4/8   4/14	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動二：地圖會說話 1 教師說明：想要找到旅遊目的地，除了利用辨識方位外，也需要配合地圖才能朝正確的方向前進。你曾經使用過地圖嗎？你知道地圖上符號的作用嗎？請參照下圖，跟老師一起認識地圖上的各種符號吧！ 2 學生自由分享。 3 教師引導學生參閱學生活動手冊第91頁，教導學生認識地圖上的標誌符號，並加以補充說明。 4 教師總結。	1	1 各式地圖 2 指北針 3 紙、筆 4 學生活動手冊	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生使用指北針判讀地圖的正確性。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
九	4/8   4/14	主題二 健康飲食面面觀	食在健康 (家政)	2-4-1 妥善計劃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，以保護自己或他人。	透過分析廣告，讓學生察覺生活中哪些食物是不健康的，並協助學生落實健康飲食的原則。	活動二：健康飲食我在行 1 教師引導學生除了注意自己的健康外，亦須關照家人的健康。 2 教師請學生自己填寫學生活動手冊48頁的家人飲食習慣概述。 3 教師說明如何將所學觀念與家人分享，並複習所學過的健康飲食原則。 4 教師請學生依照家人的個人需求研擬適合的建議與做法並付諸行動。	1	1 學生活動手冊 2 紙、筆	1 學生自評：能對家人的飲食習慣做出具體建議。 2 教師評：觀察學生生活參與狀況。	【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十	4/15   4/21	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優弱勢能力的具體內涵。	活動二：我的多元能力 1 教師引導學生回顧前幾週課程，並運用該能力構思個人「個人秀」方式。 2 學生構思並完成計畫。	1	1 學生活動手冊 2 紙 3 筆	教師評：學生課堂表現。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十	4/15   4/21	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動二：地圖會說話 1 教師引導學生回顧上節課程。 2 教師指引學生配合學生活動手冊第92頁的地圖進行練習。 3 教師提問並引導學生思考： (1)從地圖中可以了解哪些事情？平時你要如何培養自己的觀察力？在向他人說明地理位置時，如何說明會較清楚呢？ (2)如何應用判別方位的技能來提升野外生活的安全與品質呢？ (3)日常生活中有哪些時刻需要運用方位判別的知能呢？你會如何應用呢？ 4 學生自由回答。 5 教師總結與歸納。	1	1 各式地圖 2 指北針 3 紙、筆 4 學生活動手冊	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生使用指北針判讀地圖的正確性。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十	4/15   4/21	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師 (家政)	2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師說明引導學生認識學校的烹飪教室位置以及安全守則。 2 教師講解烹飪教室器材配置。 3 教師引導學生思考進入烹飪教室前之準備工作。 4 教師歸納統整。	1	1 學生活動手冊 2 筆 3 烹飪教室平面圖(或帶學生實際走訪) 4 烹飪教室使用規則	1 學生自評：學生能認識烹飪教室的環境。 2 教師評：觀察學生生活參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十一	4/22   4/28	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優弱勢能力的具體內涵。	活動二：我的多元能力 1 教師引導學生上臺運用多元能力展現「個人秀」。 2 學生依序上臺分享。	1	1 學生活動手冊 2 個人秀表演所需物品	教師評：學生課堂表現。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十一	4/22   4/28	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動三：小結立大功 1 教師引導學生分享各種繩結的運用。 2 學生進行繩結的打法練習 3 教師提問：活動所學的繩結還可以應用在日常生活中哪些方面呢？ 4 學生自由發表。 5 教師總結與歸納。	1	1 童軍繩 2 學生活動手冊	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生正確打出繩結及了解如何運用。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十一	4/22   4/28	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師 (家政)	2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師引導學生認識廚房烹飪器材及使用方式、注意事項。 2 教師引導學生完成學生活動手冊第 52、53 頁廚房烹飪器材紀錄表。 3 教師總結。	1	1 烹調器材照片或實物 2 學生活動手冊 3 教師手冊 (或烹飪器材使用相關資料)	教師評： 1 學生活動手冊紀錄內容。 2 活動參與情形。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十二	4/29   5/5	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優劣勢能力的具體內涵。	活動二：我的多元能力 1 教師引導學生回顧上週課堂，並請未展現「個人秀」之學生上台分享。 2 教師提問： (1) 在展現自己的過程中，我的表現如何？ (2) 我會如何欣賞自己已經擁有的能力？倘若表現不佳，可能又是受到什麼因素的影響？ 3 教師總結。	1	1 學生活動手冊 2 個人秀表演所需物品	教師評：學生課堂表現。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十二	4/29   5/5	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動三：小結立大功 1 教師引導學生分享各種繩結的運用。 2 學生進行繩結的打法練習。 3 教師提問：活動所學的繩結還可以應用在日常生活中哪些方面呢？ 4 教師總結與歸納。	1	1 童軍繩 2 學生活動手冊	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生正確打出繩結及了解如何運用。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十二	4/29   5/5	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師 (家政)	2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師說明烹飪教室之衛生安全注意事項。 2 教師補充說明烹調過程中應留意的安全與衛生事項。 3 教師歸納衛生安全與環保要點。 4 教師請學生將這些原則應用在往後的課程。 5 教師歸納統整。	1	1 學生活動手冊 2 筆 3 烹飪教室使用規則	1 學生自評：能記住並落實烹飪教室的衛生安全與環保要點。 2 教師評：觀察學生生活活動參與狀況。	【性別平等教育】1-4-1 尊重青春期不同性別者的身心發展與差異。 【性別平等教育】1-4-2 分析媒體所建構的身體意象。 【性別平等教育】1-4-3 了解自己的性取向。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十三	5/6   5/12	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優弱勢能力的具體內涵。	活動二：我的多元能力 1 教師引導學生回顧上兩週課程，請學生思考對同學的新認識，並提供回饋。 2 教師說明回饋活動進行方式。 3 全班進行活動。 4 教師提問： (1)我收到的卡片內容是什麼？由他人的回饋，讓我對自己的能力又有哪些新發現？ (2)對於他人的回饋內容，我都同意嗎？為什麼？我會如何看待那些不同意的內容？ 5 教師總結。	1	1 學生活動手冊 2 回饋小卡	教師評：學生課堂表現。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十三	5/6   5/12	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動三：小結立大功 1 教師引導學生學習平結、接繩結、漁人結的打法。 2 學生進行繩結練習。 3 請各小隊依照教師指定內容，完成繩結的項目與數量。 4 教師提問： (1)旅遊時，你還知道哪些繩結運用的時機？如何運用？ (2)你所學的繩結技能可以提升野外生活的安全與品質嗎？為什麼？ 5 學生自由發表。 6 教師總結與歸納。	1	1 童軍繩 2 學生活動手冊	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生正確打出繩結及了解如何運用。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十三	5/6   5/12	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師 (家政)	2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師引導學生思考設計料理之健康原則。 2 學生進行發表。 3 教師補充說明選擇菜單的參考因素。 4 教師提問：在小隊進行烹飪的準備工作時，如何才能有效的達成任務呢？ 5 學生自由發表。 6 教師歸納統整。	1	1 學生活動手冊 2 筆	1 學生自評：能設計符合自己飲食需求的健康早餐料理。 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十四	5/13   5/19	主題一 頭腦體操	智慧知多少 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 【第二次學習評量週】	透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索，彙整出自我多元優劣勢能力的具體內涵。	活動二：我的多元能力 1 教師引導學生回顧本單元活動，完成「我的學習能力剖析表」。 2 教師提問： (1)當我對於自己的學習能力有更多的了解後，對於面對學習問題會有什麼樣的幫助？為什麼？ (2)在剖析能力的過程中，遭遇到哪些困難？這些困難是怎麼來的？又可以如何處理？ (3)個人的學習能力會是一直不變的嗎？如果會改變，可能的原因可能會是什麼？ 3 教師總結與歸納。	1	學生活動手冊	1 學生自評：「我的學習能力剖析表」紀錄。 2 教師評：學生活動表現。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【性別平等教育】3-2-1 運用科技與媒體資源，不因性別而有差異。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十四	5/13   5/19	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手 (童軍)	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，並與環境作合宜的互動。 【第二次學習評量週】	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動四：旅遊熱飲 DIY 1 教師示範卡式瓦斯爐的正確使用方式並提醒學生注意事項。 2 各小隊領取一個卡式瓦斯爐，小隊員輪流練習。 3 教師引導各小隊選擇一項料理並進行分工。 4 小隊完成學生活動手冊第 100 頁「熱飲 DIY 分工表」。 5 教師提問並引導學生思考與發表：使用現代爐具時，要如何做到保護大自然環境呢？ 6 學生自由發表。 7 教師總結與歸納。	1	1 卡式瓦斯爐 2 學生活動手冊	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生正確操作卡式瓦斯爐。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十四	5/13   5/19	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師 (家政)	2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。 【第二次學習評量週】	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師引導學生學習選購新鮮食材之方式。 2 教師說明引導學生思考：選購食材時有哪些原則呢？ 3 學生自由發表。 4 教師總結。	1	1 學生活動手冊 2 筆	1 學生自評：能設計符合自己飲食需求的健康早餐料理 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十五	5/20   5/26	主題一 頭腦體操	學習大補帖(輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 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。	帶著對於自我的了解，透過實際學習計畫的擬定與執行，協助訓練學生的學習問題解決能力，增進學習之適應。透過本主題學習經驗的回顧，彙整出學生的收穫與對自我的新發現。	活動一：學習小天使 1 教師引導學生參考學生活動手冊第 27、28 頁內容，整理個人學習困擾、挑戰目標、學習偏好與優勢智能，完成個人學習目標。 2 教師引導學生與小隊伙伴分享個人學習大補帖。 3 教師說明「學習小天使」活動進行方式。 4 學生完成活動紀錄。	1	學生活動手冊	教師評：學生於課堂上的活動表現。	【家政教育】3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 【家政教育】4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】4-3-6 能利用網路工具分享學習資源與心得。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十五	5/20   5/26	主題三 悠活遊臺灣	旅遊小幫手(童軍)	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，並與環境作合宜的互動。	透過活動，學習指北針、地圖、繩結及現代爐具使用等技能，以提升野外生存的能力，並增進旅遊知能。	活動四：旅遊熱飲 DIY 1 各小隊依照所選擇料理的項目，進行炊煮活動。 2 教師評分，並引導學生收拾環境，恢復場地。 3 教師提問並引導學生思考與發表：烹飪後所剩下的食材、物品、廚餘，應如何處理才能避免對大自然造成傷害呢？ 4 學生自由發表。 5 教師總結與歸納。	1	1 卡式瓦斯爐 2 學生活動手冊	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生正確操作卡式瓦斯爐。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十五	5/20   5/26	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師(家政)	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師引導學生了解食材正確儲存位置。 2 學生於學生活動手冊上填答記錄。 3 學生自由發表。 4 教師說明答案。 5 教師補充說明食物保存相關資訊。 6 教師歸納統整。	1	1 學生活動手冊 2 紙 3 筆	1 學生自評：能知悉如何選擇新鮮食材，並正確儲存。 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十六	5/27   6/2	主題一 頭腦體操	學習大補帖(輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。 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。	帶著對於自我的了解，透過實際學習計畫的擬定與執行，協助訓練學生的學習問題解決能力，增進學習之適應。透過本主題學習經驗的回顧，彙整出學生的收穫與對自我的新發現。	活動一：學習小天使 1 教師引導學生分享學習小天使活動紀錄，並互相給予回饋。 2 教師提問： (1)透過學習小天使活動，對我自己學習目標的實現，有些什麼幫助呢？為什麼？ (2)我的學習困擾已解決的原因是什麼？學習困擾尚未解決的原因可能是什麼？可以如何解決呢？ 3 教師揭曉學生間彼此的小天使，並請學生發表感言。 4 教師總結與歸納。	1	學生活動手冊	教師評：學生於課堂上的活動表現。	【家政教育】3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 【家政教育】4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】4-3-6 能利用網路工具分享學習資源與心得。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十六	5/27   6/2	主題三 悠活遊臺灣	旅遊 Let's Go (童軍)	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。 4-4-2 透過領導或溝通，規劃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，並與環境作合宜的互動。	建立旅遊規畫的基本概念，結合本學期所學之技能，透過小隊旅遊計畫執行成果的分享，展現參與團隊活動的知能以及對臺灣旅遊的體驗，進而培養珍惜本土旅遊資產的情懷。	活動一：小隊體驗行 1 教師引導學生思考如何將旅遊知能應用於實際旅遊中。 2 學生與全班分享個人所喜歡的家鄉旅遊景點或活動。 3 教師引導學生進行「線索大集合」之活動。 4 教師引導學生進行討論。 5 教師提問： (1)你覺得小隊是否做到有效的溝通？為什麼？如何改善？ (2)活動後，對於參與團隊的旅遊規畫活動，你會如何調整與建議以促進團體效能？ 6 學生自由發表。 7 教師總結與歸納。	1	1 紙、筆 2 旅遊相關資料 3 線索字卡	1 學生互評：小隊內的分工與合作表現。 2 教師評：學生能發表體驗活動後的感受。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十六	5/27   6/2	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師(家政)	2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師引導學生穿著正確服飾，進入烹飪教室練習使用刀具及切割法。 2 教師觀察學生學習狀況並適時給予回饋。	1	1 學生活動手冊 2 烹飪教室 3 可切割之蔬果	1 學生自評：正確使用刀具及切割。 2 教師評：觀察學生活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究



起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十七	6/3   6/9	主題一 頭腦體操	學習大補帖(輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 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。	帶著對於自我的了解，透過實際學習計畫的擬定與執行，協助訓練學生的學習問題解決能力，增進學習之適應。透過本主題學習經驗的回顧，彙整出學生的收穫與對自我的新發現。	活動二：學習有妙方 1 教師請各小隊選擇一項最想要解決的學習困擾，並討論出小隊的學習困擾解決妙方計畫。 2 各小隊進行討論，思考出可搜尋到該學習妙方的方式，並進行小隊分工，完成小隊的學習困擾解決妙方計畫。 3 教師歸納統整。	1	學生活動手冊	教師評：學生實作內容與狀況。	【家政教育】3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 【家政教育】4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】4-3-6 能利用網路工具分享學習資源與心得。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十七	6/3   6/9	主題三 悠活遊臺灣	旅遊 Let's Go (童軍)	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。 4-4-2 透過領導或溝通，規劃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，並與環境作合宜的互動。	建立旅遊規畫的基本概念，結合本學期所學之技能，透過小隊旅遊計畫執行成果的分享，展現參與團隊活動的知能以及對臺灣旅遊的體驗，進而培養珍惜本土旅遊資產的情懷。	活動一：小隊體驗行 1 教師引導學生規畫並完成「小隊旅遊計畫」。 2 教師提問：對於自己熟悉的家鄉，你會以哪些層面來加深旅行的意義呢？ 3 學生自由發表。 4 教師總結與歸納。	1	1 紙、筆 2 學生活動手冊	1 學生互評：小隊分工與合作表現。 2 教師評：學生完成旅遊計畫。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十七	6/3   6/9	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師(家政)	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動一：健康好料理 1 教師引導學生回顧上週課程，並請學生穿著正確服飾，進入烹飪教室繼續練習使用刀具及切割法。 2 教師觀察學生學習狀況並適時給予回饋。	1	1 學生活動手冊 2 烹飪教室 3 可切割之蔬果	1 學生自評：正確使用刀具及切割。 2 教師評：觀察學生生活活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十八	6/10   6/16	主題一 頭腦體操	學習大補帖(輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 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。	帶著對於自我的了解，透過實際學習計畫的擬定與執行，協助訓練學生的學習問題解決能力，增進學習之適應。透過本主題學習經驗的回顧，彙整出學生的收穫與對自我的新發現。	活動二：學習有妙方 1 教師引導各小隊依序上臺報告學習困擾解決妙方。 2 教師提問： (1)為什麼每個人會有不同的學習困擾呢？是能力不同的緣故，還是學習的習慣有所差異呢？ (2)想一想，過去自己面對學習困擾的態度與方法為何？和現在的作法有何不同？ (3)在聽過各小隊的學習困擾解決妙方後，你發現這些妙方有何特性？哪些解決妙方對你特別適用？原因是什麼？ 3 教師進行統整歸納。	1	1 學生活動手冊 2 學習妙方報告所需資料或物品 3 分組座位	1 學生自評：報告內容。 2 教師評：學生報告內容與表現。	【家政教育】3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 【家政教育】4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】4-3-6 能利用網路工具分享學習資源與心得。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十八	6/10   6/16	主題三 悠活遊臺灣	旅遊 Let's Go (童軍)	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。 4-4-2 透過領導或溝通，規劃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，並與環境作合宜的互動。	建立旅遊規畫的基本概念，結合本學期所學之技能，透過小隊旅遊計畫執行成果的分享，展現參與團隊活動的知能以及對臺灣旅遊的體驗，進而培養珍惜本土旅遊資產的情懷。	活動一：小隊體驗行 1 教師引導學生分享「小隊旅遊計畫」，並互相回饋。 2 各小隊進行報告，並給予回饋。 3 教師引導學生思考並發表： (1)你覺得小隊伙伴在討論旅遊計畫時，意見出現衝突的原因為何？有什麼方法可以讓衝突變得更有意義？ (2)你在規畫活動過程中扮演什麼角色？你滿意你的表現嗎？為什麼？ 4 教師提醒學生： (1)請各小隊依據同學及教師的回饋，對「小隊旅遊計畫」做適度的修正，並請各小隊於課後利用時間執行「小隊旅遊計畫」。 (2)實際體驗「小隊旅遊計畫」後，請利用時間完成第111頁的「小隊旅遊計畫實踐紀錄」。	1	1 紙、筆 2 學生活動手冊	1 學生互評：小隊旅遊計畫內容。 2 教師評：學生認真聆聽並回饋。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十八	6/10   6/16	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師(家政)	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動二：烹調高手 1 教師引導學生與小隊伙伴合作，共同完成健康料理。 2 學生進行料理實作。	1	1 學生活動手冊 2 紙、筆 3 健康早餐料理所需材料 4 手套、頭巾(烹飪教室正確服裝) 5 預借烹飪教室	1 學生自評：能烹調出符合健康需求的早餐料理。 2 教師評：觀察學生生活活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
十九	6/17   6/23	主題一 頭腦體操	學習大補帖 (輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。 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。	帶著對於自我的了解，透過實際學習計畫的擬定與執行，協助訓練學生的學習問題解決能力，增進學習之適應。透過本主題學習經驗的回顧，彙整出學生的收穫與對自我的新發現。	活動三：學習博覽會 1 教師引導各科成績優良或進步較多的同學分享自己進步的原因，並請其他學生發問、記錄。 2 教師提問：聽完同學分享後，你覺得哪些內容對學習目標的實現有幫助？為什麼？ 3 學生自由分享。 4 教師進行歸納與回饋。	1	學生活動手冊	教師評：學生於課堂上的活動表現。	【家政教育】3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 【家政教育】4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】4-3-6 能利用網路工具分享學習資源與心得。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十九	6/17   6/23	主題三 悠活遊臺灣	旅遊 Let's GO (童軍)	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。 4-4-2 透過領導或溝通，規劃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，並與環境作合宜的互動。	建立旅遊規畫的基本概念，結合本學期所學之技能，透過小隊旅遊計畫執行成果的分享，展現參與團隊活動的知能以及對臺灣旅遊的體驗，進而培養珍惜本土旅遊資產的情懷。	活動二：旅遊大豐收 1 教師說明，引導學生利用「心智繪圖」方式記錄小隊旅遊過程與收穫。 2 學生進行活動。 3 教師提問： (1) 從計畫旅遊到實際成行，你有哪些收穫？在旅遊的過程中，你發現自己有哪些長處或興趣？這會成為未來你選擇職業的方向嗎？你想怎麼做？ (2) 活動後對於你與團隊共同規畫旅遊活動時有什麼影響呢？ 4 學生自由發表。 5 教師總結與歸納。	1	1 心智繪圖相關資料 2 學生活動手冊	1 學生自評：學生活動手冊第 111 頁內容。 2 教師評：學生完成「小隊旅遊計畫實踐紀錄」。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
十九	6/17   6/23	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師 (家政)	2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	活動二：烹調高手 1 教師引導學生回顧上週課程。 2 各小隊分享說明製作各項料理之理念，並互相分享回饋。 3 各小隊進行品嚐。 4 各小隊進行場地復原。 5 教師提問： (1) 你覺得哪一個小隊的早餐料理最符合健康的飲食？為什麼？ (2) 在活動中，有哪些突發狀況或問題發生？你們是怎麼處理的？下次可以如何避免？ 6 教師總結。	1	1 學生活動手冊 2 紙、筆 3 健康早餐料理	1 學生自評：能烹調出符合健康需求的早餐料理。 2 教師評：觀察學生生活活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究

起訖週次	起訖日期	單元名稱	課名	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重要議題	十大基本能力
二十	6/24   6/30	主題一 頭腦體操	學習大補帖(輔導)	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。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 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。 【第三次學習評量週】	帶著對於自我的了解，透過實際學習計畫的擬定與執行，協助訓練學生的學習問題解決能力，增進學習之適應。透過本主題學習經驗的回顧，彙整出學生的收穫與對自我的新發現。	憶饗世界 1 教師引導學生回顧本主題所學，並說明「學習大轉盤」進行方式。 2 全班進行活動。 3 教師總結歸納。	1	學生活動手冊	1 學生自評： (1) 活動參與狀況。 (2) 口頭發表。 2 教師評： (1) 學生生活活動參與狀況。 (2) 口頭的發表內容。	【家政教育】3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 【家政教育】4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 【資訊教育】4-3-6 能利用網路工具分享學習資源與心得。 【資訊教育】5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
二十	6/24   6/30	主題三 悠活遊臺灣	旅遊 Let's Go (童軍)	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。 4-4-2 透過領導或溝通，規劃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，並與環境作合宜的互動。 【第三次學習評量週】	建立旅遊規畫的基本概念，結合本學期所學之技能，透過小隊旅遊計畫執行成果的分享，展現參與團隊活動的知能以及對臺灣旅遊的體驗，進而培養珍惜本土旅遊資產的情懷。	憶饗世界 1 教師引導學生領取腳印紙卡，進行「旅遊足跡」活動。 2 學生進行活動。 3 教師引導學生自由分享與回饋。 4 教師總結本主題活動。	1	1 紙、筆 2 學生於本主題的學習與表現紀錄 3 腳印紙卡	教師評：學生生活活動表現與發言情形。	【家政教育】3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【資訊教育】3-4-6 能規劃出問題解決的程序。	二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
二十	6/24   6/30	主題二 健康飲食面面觀	我是大廚師(家政)	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 【第三次學習評量週】	協助學生運用健康料理的原則，計畫並執行健康早餐的料理。	憶饗世界 1 教師發問引導學生回顧主題所學： (1) 經過本主題的學習活動後，你覺得自己收穫最多的是哪個活動？你要如何將所學應用在生活中？ (2) 在分享學習成果的過程中，你有何新發現？這些發現對你有何幫助呢？為什麼？ 2 學生自由分享。 3 教師總結。	1	1 學生活動手冊 2 學習紀錄與感想	教師評：觀察學生生活活動參與狀況。	【家政教育】1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 【家政教育】1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 【家政教育】1-4-3 表現良好的飲食行為。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究