

新北市立金山高級中學(國中部) 109 學年度七年級第 2 學期部定課程計畫 設計者：黃美玲 魏姘潔

一、課程類別：

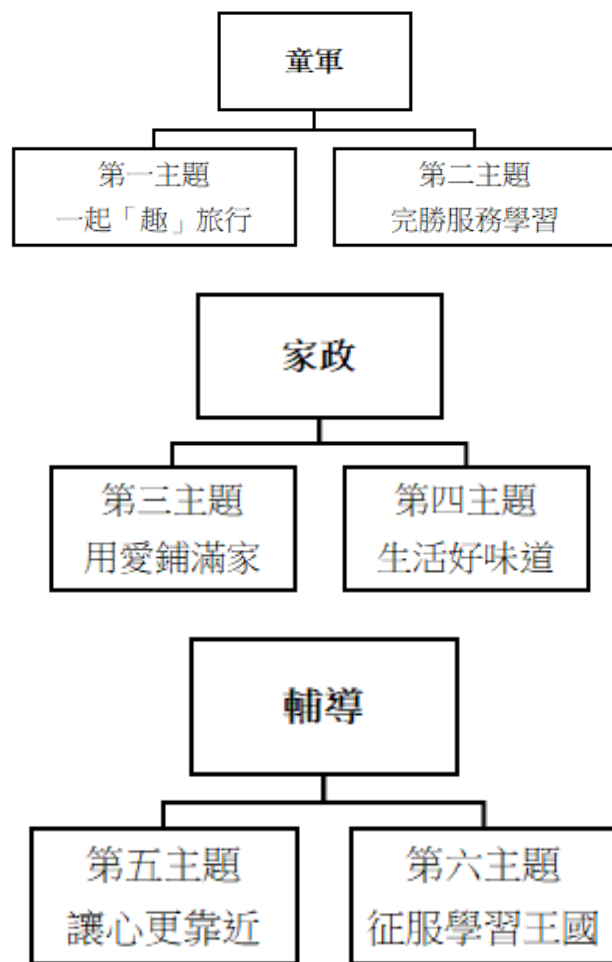
1. ☐國語文 2. ☐英語文 3. ☐健康與體育 4. ☐數學 5. ☐社會 6. ☐藝術 7. ☐自然科學 8. ☐科技 9. ☒綜合活動

二、學習節數：每週(3)節，實施(20)週，共(20)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
☐ A1身心素質與自我精進 ☒ A2系統思考與解決問題 ☒ A3規劃執行與創新應變 ☒ B1符號運用與溝通表達 ☐ B2科技資訊與媒體素養 ☐ B3藝術涵養與美感素養 ☒ C1道德實踐與公民意識 ☐ C2人際關係與團隊合作 ☐ C3多元文化與國際理解	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。 綜-J-A2: 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B1: 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-C1: 探索人與環境的關係，規畫、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。 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。

四、課程架構：



五、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習內容	學習表現						
第一週 2/17~2/19	童 Ca-IV-1: 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 輔 Bc-IV-1: 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。	3a-IV-2: 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。 3d-IV-1: 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。	第1單元出遊好時光 1. 能分享自己的旅行經驗。 2. 回想個人旅行經驗，運用各種感官描述旅行線索，完成「我的旅行趣」個人學習單之實作，並透過活動與同學分享交流。 3. 透過腦力激盪，小隊討論與歸納生活相關旅行經驗，嘗試分析各種旅行樣貌需考量的地方。 4. 上台分享與家人出遊的經驗及分享自家附近好吃好玩的事務。 5. 透過課程及同學的分享，檢視自己將課堂所學應用在真實生活情境，促進個人成長的學習經驗。	3	1. 旅行照片 2. 我的旅行趣範例 3. 白紙	1. 口語評量 2. 實作評量	【環境教育】 環 J3: 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。 【安全教育】 安 J3: 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4: 探討日常生活發生事故的影響因素。 【戶外教育】 戶 J4: 理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。	
第二週 2/22~2/26	童 Ca-IV-2: 地圖判讀、旅行裝備使	3a-IV-2: 具備野外生活技能，提升野外	第2單元規畫我最行 1. 從自身經驗討論旅行安全的重要性。	3	1. 旅行安全相關題目	1. 口語評量 2. 實作評量	【環境教育】 環 J3: 經由環境美學與自然文學了解自然環	

	用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-1: 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。	生存能力，並與環境做合宜的互動。 3d-IV-1: 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。	2. 透過腦力激盪，思考在各種旅行意外狀況，要如何冷靜應變並找到解決方法。 3. 藉由活動，檢視自己的危機處理能力，並歸納旅行安全的要件。 4. 分析影響旅程因素，進而規畫旅行計畫。 5. 檢視自己的旅行知能，進而設計合宜的旅行計畫，增進學習經驗。 6. 分享旅行計畫，並透過同學的相互檢視，進而調整旅行計畫。 7. 透過分享與交流，檢視我的旅行計畫並進行修正。 8. 學習多元的旅程紀錄，並設計合宜的旅行記錄方式。				境的倫理價值。 【安全教育】 安 J3: 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4: 探討日常生活發生事故的影響因素。 【戶外教育】 戶 J4: 理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。	
第三週 3/1~3/5	童 Ca-IV-3: 各種童軍旅行的規畫、執行並體驗其樂趣。 童 Cc-IV-1: 戶外休閒活動的安全、	3a-IV-2: 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。 3d-IV-1: 探索、體驗個人	第3單元旅行妙錦囊 1. 透過小隊討論，檢視自己在真實生活情境的旅行裝備運用能力。 2. 了解繩結在旅行中的應用時機並正確使用。	3	1. 童軍繩	1. 口語評量 2. 實作評量	【環境教育】 環 J3: 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。 【安全教育】 安 J4: 探討日常生活發生事故的影響因素。 【戶外教育】	

	風險管理與緊急事件的處理。	與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。					戶 J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。	
第四週 3/8~3/12	童 Ca-IV-2: 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Ca-IV-3: 各種童軍旅行的規畫、執行並體驗其樂趣。 童 Cc-IV-1: 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。	3a-IV-2: 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。 3d-IV-1: 探索、體驗個人與環境的關係，規畫並執行合宜的戶外活動。	第3單元旅行妙錦囊 1. 能分析購買帳篷時所需考量的要點並認識帳篷配件。 2. 小隊合作練習搭架帳篷，體驗不同的住宿型態。 3. 思考搭帳對環境的影響，以及保養裝備的重要性，檢視自己將課堂所學應用在真實生活情境的執行能力。	3	1. 童軍繩 2. 帳篷	1. 口語評量 2. 實作評量	【安全教育】 安 J3:了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4:探討日常生活發生事故的影響因素。 【戶外教育】 戶 J4:理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。	
第五週 3/15~3/19	童 Ba-IV-1: 服務學習的意義、價值與信念的理解及落實。 輔 Dd-IV-3:	3b-IV-1: 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。	第1單元修練核心價值 1. 說出服務學習的核心價值，提出改善想法及行動。 2. 能透過實際操作練習，同理不同族群的特殊需求並提出協助的方法。	3	1. 價值澄清問題和服務學習故事 2. 體驗活動服務需求題目	1. 口語評量 2. 實作評量	【人權教育】 人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	

	多元文化社會的互動與關懷。		3. 完成「日行一善・服務行動挑戰」並進行經驗分享。					
第六週 3/22~3/26	童 Ba-IV-2: 校園關懷服務活動的參與及分享。 輔 Ac-IV-2: 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dc-IV-2: 團體溝通、互動與工作效能的提升。	3b-IV-1: 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。 2b-IV-2: 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	第2單元服務全面啟動 1. 說出服務學習的核心價值，並藉由了解服務對象的需求，提出改善想法及行動。 2. 與同學討論並完成服務學習計畫。 3. 與小隊討論並完成服務學習計畫分工與檢核。	3	1. 服務學習案例 2. 服務學習改變小卡	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量 4. 檔案評量	【人權教育】 人J5: 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	
第七週 3/29~4/2	童 Bb-IV-2: 服務活動方案的規畫與執行。 童 Bb-IV-3: 服務活動的反思與多元能力的展現。 輔 Dc-IV-2:	3b-IV-1: 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。 2b-IV-2: 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	第2單元服務全面啟動 【第一次評量週】 1. 透過交流分享及 4F 法，整理自己的服務學習經驗，並對未來的服務行動做出承諾。 2. 記錄服務學習歷程並發表分享。	3	1. 服務學習案例 2. 服務學習改變小卡	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量 4. 檔案評量	【人權教育】 人J5: 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	第一次段考

	團體溝通互動與工作效能的提升。							
第八週 4/5~4/9	家 Da-IV-1: 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2: 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	2a-IV-2: 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3: 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	第1單元家庭愛行動 1. 能說出家人最常說的一句話與此話給自己的感受。 2. 能察覺家人話語的意涵，並表達自己的感受。 3. 能判斷較佳的家人溝通方式，並能表達選擇的理由。 4. 能省思自己與家人溝通的方式，運用溝通訣竅增進家人關係。 5. 透過家庭生活美好時光的表達與統整歸納，覺察經營家庭生活所需的五種愛之語。 6. 透過「家人愛之語檢測表」了解自己與家人喜歡的愛之語類型。	3	1. 輕音樂	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J5: 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11: 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第九週 4/12~4/16	家 Da-IV-1: 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2: 家庭中不同角色的需求	2a-IV-2: 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3: 覺察自己與家人溝通	第1單元家庭愛行動 1. 認識五種愛之語的具體行動，擬定並執行適合家人的愛之語行動。 2. 統整、展示愛之語行動成果，並能與同學分享活動感	3	1. 輕音樂	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J5: 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11: 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、	

	與合宜的家人互動。	通的方式，增進經營家庭生活能力。	受。				節慶等)。	
第十週 4/19~4/23	家 Dc-IV-1: 家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	2a-IV-1: 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2d-IV-1: 運用創新能力，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	第2單元共學齊成長 1. 能與同學分享與家人相處的經驗，並能覺察家庭活動對家人親密關係建立的重要性。 2. 透過家庭活動特色調查與分享，了解家庭在邁向學習型家庭的特質與自身在未來可展現的行動，完成「家庭活動特色調查」、「我的家庭特色」檢核表。 3. 透過腦力激盪，刺激思考家庭共學可能的活動，並嘗試運用於「家人共同學習夢」計畫中。 4. 規畫並互評「家人共同學習夢」計畫，透過執行計畫，累積家人共學經驗、創造共同回憶，建立家人間的正向互動。	3	1. 情緒卡	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J5: 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11: 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十一週 4/26~4/30	家 Ab-IV-1: 食物的選購、保存與	2c-IV-1: 善用各項資源，妥善計畫與執行	第1單元街角遇到菜市場 1. 小隊或個人發表實際踏訪或課前蒐集資料，展現對於	3	1. 小隊食譜任務卡	1. 口語評量 2. 實作評量	無	

	有效運用。	個人生活中重要事務。	在地或季節性食物選購原則以對於食物基本特性之認知。 2. 透過各攤位擺設與推銷，以多元方式呈現出在地或季節性食物選購原則、儲存方式，以及其他相關知能重點。					
第十二週 5/3~5/7	家 Ab-IV-2: 飲食的製備與創意運用。	2c-IV-1: 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	第2單元從市場到廚房 1. 在小隊競賽的活動過程中，能認真參與活動，並發揮團隊合作的精神。 2. 經由活動認知烹飪教室應注意的安全事項與規則。 3. 完成課本「烹飪教室管理及安全衛生守則」表格填寫。 4. 檢視個人是否了解烹飪教室的使用規則，以及對安全注意事項及環境維護能有所認知。 5. 透過之前的學習，並參考課本資訊補給站的內容後，填寫「家中廚房需改善的地方」，進行家中廚房的檢視評估，進而了解學生是否確	3	1. 記分表 2. 廚房用具圖片與字卡 3. 白板、白板筆和板擦	1. 實作評量	無	

			實能懂得廚房配置的要點。 6. 在小隊競賽的活動過程中，能認真參與活動，並發揮團隊合作的精神。 7. 透過活動認識廚房常用的器材及用具，並能有效的加以運用。					
第十三週 5/10~5/14	家 Ab-IV-2: 飲食的製備與創意運用。 家Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	2c-IV-2: 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	第3單元「食」在好繽紛【第二次評量週】 1. 透過實際動手清洗、切塊及後續的攪打蔬果泥，觀察、比較食物原色本味，並透過品嚐及各種感官接觸，建立對食物本身特性的深層連結。 2. 在實際製作的各步驟中，能熱衷參與，並能在遇到問題時，找到問題、嘗試解決。 3. 歸納分析製作時影響湯圓原色原味的因素，並能總結製作過程心得後與全班分享。	3	1. 課本頁面	1. 實作評量 2. 口語評量	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	第二次段考
第十四週 5/17~5/21	輔 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與	2a-IV-1: 體認人際關係的重要性，學習人	第1單元我想更懂你 1. 能配合指令，完成動作任務。	3	1. 小紙片	1. 實作評量 2. 口語評量	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。	

	自我成長。 輔 Dc-IV-1: 同理心、人 際溝通、衝 突管理能力的培養與正向經營人際關係。	際溝通技巧， 以正向的態度 經營人際關係。	2. 能說出身為說話者或接收者，在溝通過程中需注意之事項。 3. 能說出不同角色的想法或反應、需求及感受。 4. 能說出運用同理心的溝通效果。 5. 能依循句型的引導，練習具有「同理心」的表達方式。 6. 能說出運用「我訊息」的溝通效果。 7. 能依循句型的引導，練習「我訊息」表達方式。					
第十五週 5/24~5/28	輔 Aa-IV-2: 自我悅納、 尊重差異與 自我成長。 輔 Dc-IV-1: 同理心、人 際溝通、衝 突管理能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1: 體認 人際關係的重 要性，學習人 際溝通技巧， 以正向的態度 經營人際關係。	第 2 單元溝通零距離 1. 能分析、歸納和他人吵架的可能事件及原因，並提出化解之道。 2. 透過小隊討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 3. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	3	1. 便利貼	1. 口語評量 2. 實作評量	【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。	

第十六週 5/31~6/4	輔 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1: 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1: 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	第2單元溝通零距離 1. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 2. 透過暖心小語的實作活動，覺察與分析經營人際關係的多元做法。	3	1. 便利貼	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第十七週 6/7~6/11	輔 Ba-IV-1: 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1: 學習方法的運用與調整。	1b-IV-1: 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	第1單元學習玩家登入 1. 能分析人的生命歷程中所學習的各項事物，並從中探究學習對個人的意義。 2. 從完成課本內容過程中，了解不同多元能力的內涵，並反思自己所具備的多元能力有哪些。 3. 能擬定班級分工，並應用自己的優勢多元能力於生活中。	3	1. 空白海報紙 2. 九大多元能力籤筒 3. 碼錶	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【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。 【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	

第十八週 6/14~6/18	輔 Ba-IV-1: 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1: 學習方法的運用與調整。	1b-IV-1: 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	第1單元學習玩家登入 1. 從完成課本內容過程中，了解不同多元能力的內涵，並反思自己所具備的多元能力有哪些。 2. 能擬定班級分工，並應用自己的優勢多元能力於生活中。 3. 透過自我檢測表，探索個人的學習模式，並透過討論了解不同學習活動與學習材料適合的學習模式，藉此改善學習成效。	3	1. 空白海報紙 2. 九大多元能力籤筒 3. 碼錶	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【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。 【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。無	
第十九週 6/21~6/25	輔 Ba-IV-1: 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2: 自我管理與學習效能的提升。 家 Ca-IV-1: 個人與家庭生活的金錢	2c-IV-2: 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	第2單元進入學習戰場 【第三次評量週】 1. 透過填寫「我的修練筆記欄」幫助學生從小隊討論時蒐集學習方法並找出適合自己的學習方法，並嘗試在生活中付諸行動。 2. 透過「練功後再進化」之討論，整理實踐學習方法的經驗，以調整自己的學習方法。 3. 嘗試填寫「我的一週學習	3	1. 空白海報紙 2. 彩色筆 3. N字法則海報 4. 娃娃	1. 高層次紙筆評量 2. 口語評量 3. 實作評量	【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。 【生涯規劃教育】	

	及時間管理。		計畫書」為小考的學習設立適合的學習目標及執行計畫，練習在生活中培養 4 單元進入學習戰場 主學習與管理的能力。 5. 透過「我的放學後作息記錄表」及「N 字法則」，檢核個人生活作息及學習時間，提升自我管理能力。				涯J3 覺察自己的能力與興趣。	
第二十週 6/28~6/30			本學期課程總結及複習 【休業式】		每位學生上台分享本學期的學習心得及其可以將上課所學發揮在未來的某些領域上。 教師讓同學分享完畢之後，進行總結。	1. 口語評量		第三次 段考