

新北市 文山 國民中學 **113** 學年度 八 年級 第一 學期 部定 課程計畫 設計者： 衛榮華

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
10.  閩南語文    11.  客家語文    12.  原住民族語文： \_\_\_\_\_ 族    13.  新住民語文： \_\_\_\_\_ 語    14.  臺灣手語

二、學習節數：每週(5)節，實施(22)週，共(110)節。

三、

課程內涵：

| 總綱核心素養   | 學習領域核心素養  |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進<br><input type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題<br><input checked="" type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變<br><input type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達<br><input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養<br><input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養<br><input checked="" type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識<br><input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作<br><input type="checkbox"/> 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。<br>綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。<br>綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、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。<br>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：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

五、 本學期達成之學生圖像素養指標：(每向度勾選1-2個即可)

| 圖像 | 向度   | 素養指標   |  |        |                       |
|----|------|--------|--|--------|-----------------------|
|    |      | 正向     |  | 健康     |                       |
| 陽光 | 正向健康 | 1.關懷尊重 |  | 1.身心平衡 | <input type="radio"/> |
|    |      | 2.正面思考 |  | 2.快樂生活 |                       |
| 飛鷹 | 宏觀卓越 | 宏觀     |  | 卓越     |                       |
|    |      | 1.溝通表達 |  | 1.靈活創新 |                       |
|    |      | 2.放眼國際 |  | 2.追求榮譽 |                       |
| 碧水 | 適性學習 | 適性     |  | 學習     |                       |
|    |      | 1.欣賞接納 |  | 1.終身學習 |                       |
|    |      | 2.適性揚才 |  | 2.活學活用 | <input type="radio"/> |
| 獅子 | 領導勇敢 | 領導     |  | 勇敢     |                       |
|    |      | 1.解決問題 |  | 1.自信創新 |                       |
|    |      | 2.獨立思考 |  | 2.勇於承擔 |                       |

若有融入議題，一定要摘錄「實質內涵」，否則至少會被列入「修正後通過」。

六、 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 |
|------|------|------|--------------|----|-----------|------|------|----|
|      | 學習表現 | 學習內容 |              |    |           |      |      |    |
|      |      |      |              |    |           |      |      |    |

|  |   |  |  |          |   |   |   |  |
|--|---|--|--|----------|---|---|---|--|
| <p>第一週<br/>8/30<br/>(8/30(五)開學)<br/>暫定</p> | <p>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。</p> | <p>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。<br/>家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。</p> | <p>主題一：幸福生活計畫<br/>單元一：發現幸福力<br/><b>活動一 分工齊治家</b><br/>一、活動進行<br/>(一) 學生回想家中前一週的家務工作，並將其依照處理頻率、主要負責人，記錄下來。<br/>(二) 教師說明<br/>1. 家庭資源為所有可供家庭使用的資源，可幫助家庭完成生活目標。<br/>2. 可以「人力」及「物質」資源分類。<br/>3. 可以「經濟」或「非經濟」資源分類。<br/>(三) 教師引導思考：處理這些家務時，還會用到那些資源協助呢？<br/>三、教師提醒：請觀察及訪問家人在面對不同的金錢消費狀況時，會有什麼樣的處理方式？<br/><b>第一節結束</b><br/><br/><b>活動二 採集資源田</b><br/>一、教師引導：資源管理除了有效利用資源外，培養良好的生活態度，也是資源管理的重要事務。這些生活態度、價值觀和我們的消費習慣有關，會影響我們使用資源的決策和行為。</p> | <p>3</p> | <p>教師：<br/>1. 寫著各項資源的卡牌。<br/>2. 各色便條紙。<br/>3. 熟悉課程內容與流程。<br/><br/>學生：<br/>1. 觀察記錄自己家中一週的家務工作項目以及分工的狀況。<br/>2. 參考課本 P11 的項目，觀察各家人在不同消費決策時的做法。<br/>3. 觀察或訪問家人購買物品或服務的管道及支付方式。</p> | <p>1. 課堂參與度。<br/>2. 小組可分析消費管道／支付方式的優缺點，學生可觀察影響個人消費決策行為的因素。<br/>3. 小組可提出合宜的避免消費陷阱的因應措施。<br/>4. 學生知道與開發生活中的各項資源，學習適合自己的資源使用策略，並做出合宜的行動判斷。</p> | <p><b>【家庭教育】</b><br/>家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)<br/>1. 協同科目：<br/>_____<br/>2. 協同節數：<br/>_____</p> |
|--|---|--|--|----------|---|---|---|--|

|  |  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>二、活動進行</p> <p>(一) 教師提問：在以下這些狀況時，你使用資源的決策是什麼呢？請依照你的答案選邊站。若有其他做法的請站在中間。你認為是什麼樣的<sup>1</sup>因素，導致你做出這樣的消費決策呢？</p> <p>(二) 各小隊輪流與全班分享隊員家中的做法，並請同學給予回饋。</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p>一、教師引導：因應多元的消費方式，現代家庭購買的不只是實體的物品，也有可能是購買服務。消費的管道也從實體店面轉移到網路購物。你知道你家都是在什麼地方購買維持家庭運轉的商品或服務嗎？</p> <p>二、活動進行：學生與小組成員分享家中各項物品是在何處購買，又以何種方式支付貨款呢？</p> <p>三、活動省思：這些消費管道及支付方式各有優缺點，你認為何種方式較適合現階段的你呢？</p> <p>四、教師提醒：請蒐集關於消費糾紛或支付陷阱的新聞，並於下次上課與同學分享。</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|

|                |                                    |  |  |   |   |   |   |  |
|----------------|------------------------------------|--|--|---|---|---|---|--|
|                |                                    |  | <u>第三節結束</u>   |   |   |   |   |  |
| 第二週<br>9/2~9/6 | 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。 | 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。<br>家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。 | <p>主題一：幸福生活計畫<br/>單元一：發現幸福力</p> <p><b>活動二 採集資源田</b></p> <p>一、活動進行<br/>（一）教師說明：請小組依照上一節課討論的購物／支付管道的潛在風險，找到相關的時事新聞，分析整理。教師說明討論方法，如使用 WOOPS 討論法。<br/>（二）學生實際操作，討論分析減少消費陷阱或糾紛的方法。</p> <p>二、活動省思<br/>有些人會等到發生問題才來解決，有些人習慣在一開始的時候就規避風險，你比較認同哪一個作法呢？</p> <p>三、教師提醒：請搜尋各種理性消費的方法，以及觀察或回想自己的不理性消費經驗，於下次上課與同學分享。</p> <p style="text-align: center;"><u>第一節結束</u></p> <p><b>活動三 消費踏步走</b></p> <p>一、活動進行<br/>（一）學生分享自己或家人不理性消費的經驗。</p> | 3 | <p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 熟悉課程內容與流程。</li> <li>2. 準備消費糾紛或支付陷阱的相關新聞。</li> <li>3. 若學校資源許可，可提供平板或電腦給各小組蒐集相關資訊。</li> </ol> <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 蒐集關於消費糾紛或支付陷阱的新聞。</li> <li>2. 蒐集關於自己或家人的理性消費方法、不理性的消費經驗。</li> <li>3. 確定小組的購物提案主題，事先蒐集相關消費資訊。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂參與度。</li> <li>2. 小組可分析消費管道／支付方式的優缺點，學生可觀察影響個人消費決策行為的因素。</li> <li>3. 小組可提出合宜的避免消費陷阱的因應措施。</li> <li>4. 學生知道與開發生活中的各項資源，學習適合自己的資源使用策略，並做出合宜的行動判斷。</li> </ol> | <p><b>【家庭教育】</b><br/>家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p> | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）<br>1. 協同科目：<br>_____<br>2. 協同節數：<br>_____ |

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  | <p>(二) 學生分享家人或蒐集到的理性消費方法，並針對上述不理性消費行為的問題提出因應措施。</p> <p>(三) 教師引導思考：理性消費的方法有很多，但每個人的價值觀不同，使用資源的態度也不同，哪些理性的消費方法較適合你呢？</p> <p>二、活動省思：當金錢消費時，超出預算的部分該如何處理？當實際消費狀況沒有把預算用完時，剩餘的金錢又可如何利用？</p> <p>三、教師提醒：下週要讓同學評估自己或家人的需求，試著參考今天所學的消費決策步驟，蒐集消費資訊。學生可事先蒐集相關資訊以供下週作業。</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p>一、教師引導：在習得了金錢管理的方法後，能在生活中解決消費問題是十分重要的。請評估自己或家人的需求，參考這個單元所學的決策步驟及方法，蒐集消費資訊後整理成一個消費提案。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 小組進行提案討論。</p> <p>(二) 小組與全班分享提案的討論結果，同學可針對報</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|

|                 |                                   |   |  |   |   |   |  |   |
|-----------------|-----------------------------------|---|--|---|---|---|--|---|
|                 |                                   |   | 告內容提出疑問及回饋，報告小組再說明。<br><u>第三節結束</u>  |   |   |   |  |   |
| 第三週<br>9/9~9/13 | 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。 | 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持。 | <p>主題一：幸福生活計畫<br/>單元二：與你同行<br/><b>活動一 幸福家庭計畫</b></p> <p>一、活動進行<br/>(一) 請同學思考過往的家庭活動，這些活動都是如何被計畫的，用了哪些資源呢？你的感受如何？<br/>(二) 教師說明：在聽完同學的分享後，你想要和自己的重要他人一起達成什麼目標呢？請參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。</p> <p>二、活動省思：規劃家庭活動除了要考量到家庭資源的合理使用外，還需要考量到什麼因素呢？</p> <p>三、教師提醒同學：請將你的「幸福家庭計畫」帶回家與家人分享，並請家人給你建議，在下週帶來與小組討論修正。</p> <p><u>第一節結束</u></p> <p>一、教師引導：在規劃家庭活動時，還需要考量到家人的心理感受及需求。你的初版「幸福家庭計畫」是否有</p> | 3 | <p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 熟悉課程內容。</li> <li>2. 事先規劃成果展位置配置。</li> </ol> <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 回顧印象最深刻的家庭活動。</li> <li>2. 將自己的「幸福家庭計畫」與家人分享，請家人給予建議回饋。</li> <li>3. 製作「幸福家庭計畫」的成果照片或圖畫。</li> <li>4. 於上課前佈置完成成果發表場地。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 計畫內容合宜性及完整性。</li> <li>2. 計畫執行成果。</li> </ol> | <p><b>【家庭教育】</b><br/>家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p> | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者)<br><ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協同科目：<br/>_____</li> <li>2. 協同節數：<br/>_____</li> </ol> |

|  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  | <p>將家人的喜好及感受考量進去呢？</p> <p>二、活動進行<br/>教師說明，學生實際操作：請學生參考家人看完計畫的建議與回饋，以及可提供的其他資源，適度修正你的計畫目標及執行方式。</p> <p>三、活動省思：當自己的計畫與家人的看法沒有交集時，該如何解決或調適呢？</p> <p>四、教師總結：請在本學期執行完你的「幸福家庭計畫」，成果發表呈現方式為拍攝一張最具代表性的照片。請學生記得在執行的過程中，以照片記錄過程或成果。</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p><b>活動二 愛的片刻時光</b></p> <p>一、教師引導：你的「幸福家庭計畫」在經過與家人的討論與修正後，是否順利執行了呢？家人又給你什麼回饋呢？你有什麼收穫？</p> <p>二、活動進行：同學分享自己的「幸福家庭計畫」，參觀同學給予投票與回饋。</p> <p>三、活動省思<br/>(一) 當你為計畫擬定策略並執行後，是否有達到你設定的目標呢？如果沒有，你</p> |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|

|                  |  |   |   |   |  |   |  |  |
|------------------|--|---|---|---|--|---|--|--|
|                  |  |   | 認為原因是什麼？可以如何改進？<br>(二) 你所擬定的「幸福家庭計畫」是否有機會成為家庭例行的活動呢？是否還可找到其他資源來降低金錢或時間資源的耗費呢？<br><u>第三節結束</u>   |   |  |   |  |  |
| 第四週<br>9/16~9/20 | 3a-IV-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。 | 家Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。<br>輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 | 主題二：食品新世界<br>單元一：飲食偵查隊<br><u>活動一 危機「食」刻</u><br>一、食安驚嘆號<br>教師說明：「搜尋並觀察食品安全相關報導，你愛吃或常吃的食物是否也名列其中？請利用你所帶來的資料進行活動，並分享你的看法。」<br>二、食安危機搜查<br>教師說明活動進行方式：「從產地到餐桌，哪些環節可能會發生什麼食安危機？請和小隊夥伴進行歸納整理，分享你們的討論結果與你對這些危機的想法。」教師針對各小隊的報告內容給予回饋意見，並補充說明食品安全問題可能包含哪些。<br>三、教師提醒：下次上課前，請蒐集至少一個上面有食品標示的食品外包裝。<br><u>第一節結束</u> | 3 | 教師：<br>1. 蒐集食安新聞，並分類整理為課堂活動上使用的範例。<br>2. 彙整避免食安危機的相關資料，閱讀補充資料「2-1-4看待食安問題」，你不可不知的五大觀念。<br><br>學生：<br>1. 分隊入座，回想自己曾閱讀過的食安事件報導。<br>2. 蒐集並觀察食品標示。 | <u>活動一</u><br>1. 口頭：蒐集並回顧新聞事件，分享自己對食品安全議題的看法。<br>2. 口頭或書面：透過新聞事件歸納整理出食安問題的可能成因與因應方式。<br><br><u>活動二</u><br>問答與口頭報告：觀察分析食品的「選購、烹調、儲存」過程，規畫出安心飲食的可行作法。 | <b>【生命教育】</b><br>生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。<br><b>【人權教育】</b><br>人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)<br>1. 協同科目：<br>_____<br>2. 協同節數：<br>_____ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <p><b>活動二 「食」項確認</b></p> <p>一、活動重點：認識食安問題的可能預防機制，從「食品標示」、「食品標章」與「烹調衛生安全」三個面向，提出消費者在避免食安危機上的可能作法。</p> <p>二、標示會說話<br/>請學生拿出自己自備的食品標示，先參考課本範例，確認食品標示有哪些項目，各小隊再彼此分享自己所蒐集到的食品標示，若有同類商品，則說明在選購上會參考哪些資訊進行分析比較。</p> <p>三、食品添加物<br/>教師針對添加物進行補充說明。</p> <p>四、教師提問：「當你發現標示不實的食品時，會採取什麼行動？」邀請學生舉手發言回答。</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p>一、標章作參考<br/>各小隊利用上一堂課帶來的食品標示與課本圖例，進行5分鐘經驗分享與討論，討論結束後，教師一一出示食品標章，由各小隊舉手發表。</p> <p>二、烹調保存要注意</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

|                          |  |   |  |   |   |   |   |  |
|--------------------------|--|---|--|---|---|---|---|--|
|                          |  |   | <p>教師引言：「你和家人在烹調與保存食物時，會特別注意哪些安全事項呢？」請各小隊參考課本上的8大面向，回想過去所學與家庭生活中的做法，逐項列舉出具體做法。</p> <p>三、活動省思</p> <p>教師提問：「你在生活中最常執行的食品安全行動是什麼？你會調整自己的做法嗎？」請各小隊進行2分鐘自由分享，再派代表上台報告。</p> <p><b>第三節結束</b></p>  |   |   |   |   |  |
| <p>第五週<br/>9/23~9/27</p> | <p>3a-IV-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>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p> | <p>家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p> <p>家Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p> <p>輔Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。</p> | <p>主題二：食品新世界</p> <p>單元一：飲食偵查隊、單元二：吃出新美味</p> <p><b>單元一</b></p> <p><b>活動三 「食」在安心</b></p> <p>一、食在安心—風險評估</p> <p>教師說明：「請參考收集到的資訊，找出你們所選定食品的可能危機，參考課本的風險評估流程，先判斷此項危機對健康的危害程度，再進一步思考，因應危機的合理作法有哪些。」各小隊進行10分鐘資料分析與研判，將評估過程與行動策略以圖案及文字彙整。</p> <p>二、食在安心—消費行動</p> | 3 | <p>教師：</p> <p>1. 事前確認學生將針對哪些食物進行資料蒐集，並事先蒐集相關資訊，針對學生報告中不足的部分給予補充說明。</p> <p>2. 查閱加工食品相關資料，並彙整為教學圖片或簡報。</p> <p>學生：</p> <p>1. 2到3人一隊，選擇一樣自己喜歡或常吃的食物，搜尋此項食物的可能危機、專家建議的處置辦法等相關資料。</p> | <p><b>單元一 活動三</b></p> <p>書面報告與心得分享：發覺飲食危機，評估風險並擬定具體的行動策略。</p> <p><b>單元二 活動一</b></p> <p>問答、口頭或書面報告：分享自己與家人對加工食品的認識與使用經驗。</p> | <p><b>【生命教育】</b></p> <p>生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p><b>【人權教育】</b></p> <p>人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：_____</p> <p>2. 協同節數：_____</p> |

|  |  |  |   |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|
|  |  | <p>教師引言：「除了關心飲食議題、在選購烹調與儲存上多加留心，消費者還能用採取哪些行動讓飲食生活變得更安心呢？請參考以下報導，並分享你的看法。」教師邀請同學上台發表。</p> <p>三、教師提醒：「在進行下一個單元之前，請先觀察自己家中有哪些加工食品。」</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>單元二</b></p> <p><b>活動一 加工現形</b></p> <p>一、加工目的</p> <p>請各小隊參考課本頁面上的提示，先以5分鐘時間找出家中各種加工食品分別符合哪些加工目的性。討論結束後，教師說明每項加工目的，並請各小隊發表「哪些食品符合此項目的」。</p> <p>二、加工迷思</p> <p>教師提問：「提到加工食品，你和家人們最先想到的是方便好用？充滿危機？還是有礙健康？這些看法是有科學根據的嗎？」請學生拿出課前完成的訪問記錄，進行3分鐘小隊內意見交流與分享，並歸納小隊夥伴們的意見準備口頭發表。</p> | <p>2. 訪問家人對加工食品的看法，並觀察家中有哪些加工食品。</p> <p>3. 依小隊入座。</p> |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|

|  |  |  |   |  |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>三、教師提問：「你對加工食品的看法有了哪些轉變？」邀請學生自由發表意見。</p> <p>四、教師提醒：下次上課前，請蒐集各式加工食品的製作方法介紹。</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p>一、加工方法</p> <p>教師提問：「加工食品是用哪些方法製造出來的？不同的加工食品又分別具有哪些特點？請對照課本範例與你所蒐集的資料，有哪些加工食品是你經常接觸的？當你和家人利用這些加工食品時，會注意哪些事情呢？」請學生拿出資料，以5分鐘時間，進行對照與注意事項確認。</p> <p>教師分別就課本上提到的八項加工方式進行說明，並邀請學生進行相關資料與使用經驗的分享。</p> <p>二、教師提問：「你會如何應用加工食品，同時又兼顧健康？」</p> <p>三、教師提醒：請蒐集家人們對於全家一起製作食品的意見，包括製作品項、口味偏好、時間、地點、希望的任務分配等等。請依據家人</p> |  |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|--|

|                          |  |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------------------|--|---|---|---|---|---|---|--|
|                          |  |   | <p>的意見，選擇並蒐集自製加工食品的食譜，於下次上課時帶來。</p> <p><b>第三節結束</b></p>   |   |   |   |   |  |
| <p>第六週<br/>9/30~10/4</p> | <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p> | <p>家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p> <p>家Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p> | <p>主題二：食品新世界<br/>單元二：吃出新美味</p> <p><b>活動二</b>食在多元，真香珍香<br/>探索瞭解-各國代表食物料理</p> <p><b>活動二 安心自己來</b></p> <p>一、教師說明：「請觀察比較你所蒐集的食譜，與市售的同類型食品，在成分原料上有哪些不同？為什麼會有這些差異呢？」討論結束後，各小隊上臺報告資料查詢結果。</p> <p>二、安心自己來<br/>教師提問：「請觀察你所蒐集到的食譜配方，在材料、調味料或烹調方式上，該如何調整才能讓它更適合家人的喜好呢？」<br/>教師說明修改食譜的基本要點：<br/>(一) 考量家中設備限制，尋找可以取代的器具或更改作法。<br/>(二) 考慮家人在口味上的偏好，修改食品的材料或調味料份量。</p> | 3 | <p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建議教師可準備平板或帶至電腦教室。</li> <li>2. 自己曾經製作過的加工食品影片或照片。</li> <li>3. 蒐集自製食品的食譜與製作過程影片。</li> <li>4. 蒐集市售食品的成分標示。</li> <li>5. 了解學生選擇的食品或菜色，準備參考食譜。</li> <li>6. 準備流程規劃、活動紀錄、意見回饋的範例供學生參考使用。</li> </ol> <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自製食品的食譜。</li> <li>2. 課前分小隊入座。</li> <li>3. 蒐集彙整家人對此活動的意見。</li> <li>4. 備妥食品或菜色的食譜。</li> </ol> | <p><b>活動二</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實踐行動：蒐集自製食品或加工食品的食譜或製作方法。</li> <li>2. 訪談與書面報告：訪問家人對自製食品的相關意見，蒐集資料並設計食譜。</li> </ol> <p><b>活動三</b></p> <p>書面報告、實際操作與檢核表：「好味時光」活動規劃報告。</p> | <p><b>【生命教育】</b><br/>生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p><b>【國際教育】</b><br/>國J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值</p> <p><b>【人權教育】</b><br/>人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協同科目：</li> </ol> <hr/> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 協同節數：</li> </ol> <hr/> |

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  | <p>(三) 發揮創意，讓這道食品更有特色。</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>活動三 好味時光</b></p> <p>一、好味時光—規劃篇</p> <p>(一) 教師說明活動方式：<br/>「請考量家人需求及喜好，規劃一次「好味時光」活動，和家人一起自製食品並記錄下活動過程與心得。」</p> <p>(二) 教師以說明活動規畫書內容要點：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說明食譜選擇或活動形式的規劃緣由。</li> <li>2. 列出家人對此一活動的意見，並此為依據規畫活動內容與形式。</li> <li>3. 說明菜色選擇與食譜設計上的創新之處。務必再次確認食譜的份量，明確列出所需器材與材料。</li> <li>4. 列出活動日期與活動進行的時程規劃。</li> <li>5. 依照家人能力、時間或意願進行任務分配，需要事前完成的任務一定要寫出具體的完成時間。</li> <li>6. 規劃出活動紀錄的方式與紀錄重點，可以先設想出幾個問題以幫助家人進行回饋。</li> </ol> <p>二、好味時光—規劃分享</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|

|   |   |   |  |   |   |   |  |  |
|---|---|---|--|---|---|---|--|--|
|   |   |   | <p>教師請同學上臺分享自己的活動規畫書，老師與臺下同學則給予具體意見。</p> <p>教師提醒：「請在分享與回饋活動進行之前，實際執行你所設計的活動，並以影音或文字方式，將活動的過程與家人的們的心得意見都記錄下來。」</p> <p><b>第二、三節結束</b></p>  |   |   |   |  |  |
| <p>第七週。<br/>10/7~10/11<br/>(10/10(四)<br/>國慶日放假)</p> | <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p> <p>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。</p> | <p>家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p> <p>家Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p> <p>童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p> <p>童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。</p> | <p>主題二：食品新世界、主題三：露營練功坊</p> <p>主題二單元二：吃出新美味、主題三單元一：可口吃野味（第一次段考）</p> <p><b>主題二 單元二 活動三 好味時光</b></p> <p>一、好味時光一分享篇1<br/>教師請學生利用3到4分鐘準備好內容，並決定出上臺分享的順序，分享與家人共度的好味時光。</p> <p>二、好味時光一分享篇2<br/>全體學生都分享完畢之後，再請各小隊派代表針對同學分享內容，給予食譜或活動上的具體改進建議。</p> <p>三、總結<br/>教師展示本主題各項活動的相關資料或上課照片，請學生回顧自己的學習表現，並寫在回饋表之中。</p> | 3 | <p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解學生選擇的食品或菜色，準備參考食譜。</li> <li>2. 準備流程規劃、活動紀錄、意見回饋的範例供學生參考使用。</li> <li>3. 準備一些戶外炊事活動的照片或事例。</li> <li>4. 蒐集並統整關於進行戶外炊事活動的原則。</li> <li>5. 準備野炊計畫書的範本。</li> <li>6. 提供關於菜單設計、食材時價、小隊炊事器材等相關資訊。</li> </ol> <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 蒐集彙整家人對「好味時光」活動的意見。</li> <li>2. 備妥食品或菜色的食譜。</li> </ol> | <p><b>主題二 單元二 活動三</b><br/>書面報告、實際操作與檢核表：「好味時光」執行紀錄、回饋評量與具體建議。</p> <p><b>主題三 單元一 活動一</b><br/>1. 口語評量。<br/>2. 高層次紙筆評量（圖像組織）。</p> <p><b>活動二</b><br/>1. 口語評量。</p> | <p><b>【生命教育】</b><br/>生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p><b>【人權教育】</b><br/>人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> <p><b>【品德教育】</b><br/>品J1 溝通合作與和諧人際關係。<br/>品J8 理性溝通與問題解決。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協同科目：</li> </ol> <hr/> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 協同節數：</li> </ol> <hr/> |

|  |  |  |   |  |                    |  |  |
|--|--|--|---|--|--------------------|--|--|
|  |  |  | <p><u>第一節結束</u></p> <p><b>主題三 單元一</b></p> <p><b>活動一 友善的野炊</b></p> <p>一、我曾經歷／我想像中的戶外炊事<br/>同學兩兩一組（或全班自由發表）分享自己曾有過的戶外炊事經驗，或是自己想像中的戶外炊事情境。</p> <p>二、戶外炊事與所在環境的關聯<br/>請各小隊共同討論，探索戶外炊事與戶外環境兩者間的關聯性與會發生的狀況，並將討論結果條列出來。<br/>各小隊向全班分享討論結果。</p> <p>三、探究戶外炊事共同原則<br/>請各小隊參考前兩輪的分享內容，並參考課本的範例內容，並運用網路蒐集相關資訊，歸納出在戶外炊事時須遵守的原則至少六項，以及這些原則的具體行動內容。<br/>各隊進行發表，教師協助統整各隊提出的內容，作為全班在日後課程中皆須遵守的戶外炊事原則。</p> <p><u>第二節結束</u></p> <p><b>活動二 野炊有妙計</b></p> <p>一、活動說明</p> |  | 2. 高層次紙筆評量（炊事計畫書）。 |  |  |
|--|--|--|---|--|--------------------|--|--|

|  |   |   |   |   |   |  |   |   |
|--|---|---|---|---|---|--|---|---|
|  |   |   | <p>(一) 本次規畫的小隊露營炊事計畫書，是以校園內的戶外炊事區域作為活動環境背景，並且以隔宿露營中常見的食材做為菜單設計的基準。</p> <p>(二) 小隊依據前一節課的戶外炊事原則，並參考課本或自行蒐集的炊事相關資訊，共同討論及撰寫完成小隊露營炊事計畫書。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 透過口述、實物投影機或其他設備，讓小隊向同學報告計畫書內容。</p> <p>(二) 小隊根據同學們的建議進行內容修正，最後交由教師進行檢查。</p> <p><b>第三節結束</b></p> |   |   |  |   |   |
| <p>第八週<br/>10/14~10/18<br/>(預計段考週)</p> | <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p> <p>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。</p> | <p>家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p> <p>家Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。</p> <p>童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p> | <p>主題二：食品新世界、主題三：露營練功坊</p> <p>主題二單元二：吃出新美味、主題三單元一：可口吃野味</p> <p><b>主題二 單元二</b></p> <p><b>活動三 好味時光</b></p> <p>一、好味時光—分享篇1<br/>教師請學生利用3到4分鐘準備好內容，並決定出上臺分享的順序，分享與家人共度的好味時光。</p> <p>二、好味時光—分享篇2</p>  | 3 | <p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解學生選擇的食品或菜色，準備參考食譜。</li> <li>2. 準備流程規劃、活動紀錄、意見回饋的範例供學生參考使用。</li> <li>3. 準備一些戶外炊事活動的照片或事例。</li> <li>4. 蒐集並統整關於進行戶外炊事活動的原則。</li> <li>5. 備野炊計畫書的範本。</li> </ol> | <p><b>主題二 單元二</b></p> <p><b>活動三</b></p> <p>書面報告、實際操作與檢核表：「好味時光」執行紀錄、回饋評量與具體建議。</p> <p><b>主題三 單元一</b></p> <p><b>活動一</b></p> | <p><b>【生命教育】</b><br/>生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p><b>【人權教育】</b><br/>人J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：<br/>_____</p> <p>2. 協同節數：<br/>_____</p> |

|  |  |                                     |  |   |  |  |  |
|--|--|-------------------------------------|--|---|--|--|--|
|  |  | <p>童Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。</p> | <p>全體學生都分享完畢之後，再請各小隊派代表針對同學分享內容，給予食譜或活動上的具體改進建議。</p> <p>三、總結</p> <p>教師展示本主題各項活動的相關資料或上課照片，請學生回顧自己的學習表現，並寫在回饋表之中。</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>主題三 單元一</b></p> <p><b>活動一 友善的野炊</b></p> <p>一、我曾經歷／我想像中的戶外炊事</p> <p>同學兩兩一組（或全班自由發表）分享自己曾有過的戶外炊事經驗，或是自己想像中的戶外炊事情境。</p> <p>二、戶外炊事與所在環境的關聯</p> <p>請各小隊共同討論，探索戶外炊事與戶外環境兩者間的關聯性與會發生的狀況，並將討論結果條列出來。</p> <p>各小隊向全班分享討論結果。</p> <p>三、探究戶外炊事共同原則</p> <p>請各小隊參考前兩輪的分享內容，並參考課本的範例內容，並運用網路蒐集相關資訊，歸納出在戶外炊事時須</p> | <p>6. 提供關於菜單設計、食材時價、小隊炊事器材等相關資訊。</p> <p>學生：</p> <p>1. 蒐集彙整家人對「好味時光」活動的意見。</p> <p>2. 備妥食品或菜色的食譜。</p> | <p>1. 口語評量。</p> <p>2. 高層次紙筆評量（圖像組織）。</p> <p><b>活動二</b></p> <p>1. 口語評量。</p> <p>2. 高層次紙筆評量（炊事計畫書）。</p> | <p><b>【品德教育】</b></p> <p>品J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品J8 理性溝通與問題解決。</p> |  |
|--|--|-------------------------------------|--|---|--|--|--|

|                            |                             |                           |  |          |  |                             |                      |   |
|----------------------------|-----------------------------|---------------------------|--|----------|--|-----------------------------|----------------------|---|
|                            |                             |                           | <p>遵守的原則至少六項，以及這些原則的具體行動內容。各隊進行發表，教師協助統整各隊提出的內容，作為全班在日後課程中皆須遵守的戶外炊事原則。</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p><b>活動二 野炊有妙計</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>(一) 本次規畫的小隊露營炊事計畫書，是以校園內的戶外炊事區域作為活動環境背景，並且以隔宿露營中常見的食材做為菜單設計的基準。</p> <p>(二) 小隊依據前一節課的戶外炊事原則，並參考課本或自行蒐集的炊事相關資訊，共同討論及撰寫完成小隊露營炊事計畫書。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 透過口述、實物投影機或其他設備，讓小隊向同學報告計畫書內容。</p> <p>(二) 小隊根據同學們的建議進行內容修正，最後交由教師進行檢查。</p> <p><b>第三節結束</b></p> |          |  |                             |                      |   |
| <p>第九週<br/>10/21~10/25</p> | <p>3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關</p> | <p>童Da-IV-1 露營活動中永續環保</p> | <p>主題三：露營練功坊<br/>單元一：可口吃野味<br/><b>活動三 野味上桌囉</b></p>  | <p>3</p> | <p>教師：<br/>1. 協助準備炊事器具。<br/>2. 準備計時設備。</p> | <p><b>活動三</b><br/>實作評量。</p> | <p><b>【品德教育】</b></p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學</p> |

|  |                        |  |  |   |  |  |   |
|--|------------------------|--|--|---|--|--|---|
|  | <p>係，規畫並執行合宜的戶外活動。</p> | <p>的探究、執行與省思。<br/>童Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p> | <p>一、教師引言&amp;露營炊事實作活動說明<br/>今日將進行小隊的野炊實作，希望大家都有依照上一節課的小隊炊事計畫書做好事前準備，接下來的露營炊事實作也請大家要依照計畫書進行，並且遵守幾項規定：<br/>（一）注意時間，完成善後工作才可享用美食。<br/>（二）注意用火狀況，須有人看顧，安全第一。<br/>（三）請注意食材烹煮的份量，不要製造過多廚餘。<br/>（四）依照分工進行野炊，隨時幫助他人完成工作。<br/>二、進行露營炊事實作活動<br/><b>第一、二節結束</b></p> <p><b>活動四 回顧野炊趣</b><br/>一、教師引言與提問<br/>露營炊事實作結束後，關於小隊的露營炊事計畫書，你覺得還有哪些部分是需要再修正的呢？要如何修正呢？此外，這次學習到的計畫能力與實踐經驗，我們還可以如何應用在其他情境，例如隔宿露營中的戶外炊事活動呢？<br/>二、學習活動說明與進行</p> | <p>3. 整理各小隊於前一節實作課程中的照片記錄。<br/>4. 向學校行政單位詢問關於隔宿露營活動的炊事相關資訊，供學生進行露營炊事計畫書修正之參考。</p> | <p><b>活動四</b><br/>1. 口語評量。<br/>2. 高層次紙筆評量。</p> | <p>品J1 溝通合作與和諧人際關係。<br/>品J8 理性溝通與問題解決。</p> | <p>(需另申請授課鐘點費者)<br/>1. 協同科目：<br/>_____<br/>2. 協同節數：<br/>_____</p> |
|--|------------------------|--|--|---|--|--|---|

|                   |  |   |   |   |   |  |  |   |
|-------------------|--|---|---|---|---|--|--|---|
|                   |  |   | <p>(一) 請小隊共同找出實作課的問題與計畫書的修正方式，並記錄下來。</p> <p>(二) 請小隊(或個人)運用本單元的學習經驗，規畫其他情境中的炊事計畫書。</p> <p>(三) 各隊發表調整後的計畫書內容，全班共同協助小隊進行目標達成度的評估工作。</p> <p>三、教師總結</p> <p><b>第三節結束</b></p>  |   |   |  |  |   |
| 第十週<br>10/28~11/1 | 2b-IV-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>童 Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。</p> <p>童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。</p> | <p>主題三：露營練功坊</p> <p>單元二：帳篷下的秘密</p> <p><b>活動一 露營好幫手——帳篷</b></p> <p>一、教師引言</p> <p>二、帳篷認識</p> <p>針對課本內的帳篷，請同學們討論你們看到了什麼？這些帳篷你覺得可以使用的場合為何？並派一人進行分享。</p> <p>三、教師小結</p> <p>各種帳篷特性：蝶翼天幕、天幕帳(客廳帳)、網屋炊事帳、蒙古包、印地安帳篷、一房一廳帳篷、快速帳。</p> <p>四、課程說明：帳篷的零件搭建帳篷之前，首先要了解帳篷的構造與分類，讓我們以目前最常見的「蒙古包」</p> | 3 | <p>教師：<br/>教師可準備不同帳篷的圖照，協助學生對帳篷的樣態更了解。</p> <p>學生：<br/>將桌椅移到四周，並在黑板上畫上下附的四大區域。</p> | <p>1. 口語評量。</p> <p>2. 實作評量。</p> <p>3. 高層次紙筆評量。</p> | <p><b>【品德教育】</b><br/>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p><b>【戶外教育】</b><br/>戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：<br/>_____</p> <p>2. 協同節數：<br/>_____</p> |

|  |  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>為例，與小隊夥伴一起檢視帳篷的各式零件，並討論這些零件使用時機。</p> <p><u>第一節結束</u></p> <p><b>活動二 蒙古包的搭設與拆收</b></p> <p><b>方法</b></p> <p>一、教師說明搭設帳篷的注意要點</p> <p>二、教師說明拆收帳篷時需要注意的事項</p> <p>三、學生實際練習</p> <p>四、帳篷的保養</p> <p>五、教師歸納與總結</p> <p><u>第二節結束</u></p> <p><b>活動三 搭帳達人</b></p> <p>一、引言：小隊進行搭帳練習後，對於搭帳的步驟應更加熟悉，請小隊針對遇到的問題，於搭帳的過程中進行解決，並思考該如何讓小隊的搭帳任務更有效率完成。</p> <p>二、小隊進行討論</p> <p>三、小隊實際進行搭帳考驗</p> <p>四、教師進行觀察及評量</p> <p>五、引言：露營活動中需要團隊一起從事的活動很多，我們一起進行過戶外炊事和帳篷的搭設，從中可以知道分工的重要性，想想看小隊在從事團隊活動時的狀況，需要再改進的地方有哪些？</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|

|                           |  |  |   |          |   |  |   |  |
|---------------------------|--|--|---|----------|---|--|---|--|
|                           |  |  | <p>六、上次搭帳時的狀況討論</p> <p>七、團隊及個人效能活動說明</p> <p>(一) 教師可以在地面上區分四大區域</p> <p>(二) 每個人依照自己小隊在搭設帳篷及炊事活動時小隊分工狀況站在自己認為的狀態下。</p> <p>(三) 說明自己及小隊當下的狀況，為什麼自己會有這樣的狀況</p> <p>(四) 討論各狀態該如何進行解決，可以幫助下次進行團隊活動時可以更加順利。</p> <p>八、教師總結</p> <p><b>第三節結束</b></p> |          |   |  |   |  |
| <p>第十一週<br/>11/4~11/8</p> | <p>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。</p> | <p>童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。</p> | <p>主題四：安康露營去<br/>單元一：輕鬆玩露營</p> <p><b>活動一 戶外回憶錄</b></p> <p>一、教師提問</p> <p>二、環境保護與娛樂分析圖<br/>請各小隊進行討論，在進行這些戶外活動時，如果以環境保護與娛樂進行分析，這些活動可以放置在那些位置，為什麼你們小隊會選擇這樣進行擺放，小隊討論後向全班分享小隊想法。</p> <p>三、教師引導與總結</p> <p><b>第一節結束</b></p>                     | <p>3</p> | <p>教師：</p> <p>1. 蒐集各式不同的戶外活動在露營中應用的實例。</p> <p>2. 可準備一些大地遊戲的範例，或是露營時營火的活動範例，學生可以自行設計，老師再進行指導。</p> <p>3. 提醒學生準備活動帶領的器材，並於課前進行彩排與練習，於課程中實際進行活動帶領或表演。</p> | <p>1. 口語評量。</p> <p>2. 實作評量。</p> <p>3. 高層次紙筆評量。</p> | <p><b>【生命教育】</b><br/>生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p><b>【人權教育】</b><br/>人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：<br/>_____</p> <p>2. 協同節數：<br/>_____</p> |

|                     |                                   |                                 |  |   |   |  |  |  |
|---------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|---|---|--|--|--|
|                     |                                   |                                 | <p><b>活動二 露營活動心體驗</b><br/>         露營是一個團隊合作與參與的戶外活動，如何讓露營活動中可以更有趣且吸引人參與，露營中的活動設計就相當重要，請與小隊進行討論，一同設計一個可以在露營中進行的活動，並進行活動帶領練習。<br/>         一、教師說明活動設計要點<br/>         二、教師指導小隊設計活動時應注意之事項。<br/>         三、小隊口頭發表活動設計。<br/>         小隊針對活動進行口頭發表，老師進行解說，並請同學回去準備，下次上課進行活動實際帶領。<br/> <u>第二節結束</u></p> <p><b>活動三 活動 Show Time</b><br/>         一、教師進行活動說明<br/>         二、小隊輪流進行活動帶領每小隊進行 10 分鐘的活動帶領，由小隊進行主持與分享，教師進行觀察與紀錄。<br/> <u>第三節結束</u></p> |   |   |  |  |  |
| 第十二週<br>11/11~11/15 | 3a-IV-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 | 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 | 主題四：安康露營去<br>單元一：輕鬆玩露營、單元二：風險一把罩<br><u>單元一</u><br><b>活動三 活動 Show Time</b>  | 3 | 教師：<br>1. 提醒學生準備活動帶領的器材，並於課前進行彩排與練習，於課程 | <u>單元一</u><br><u>活動三、四</u><br>1. 口語評量。<br>2. 實作評量。 | <b>【生命教育】</b><br>生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) |

|  |  |  |  |   |   |   |  |
|--|--|--|--|---|---|---|--|
|  | <p>略，以保護自己或他人。<br/>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。</p> | <p>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。</p> | <p>(承上節課)<br/>一、於活動後進行反思紀錄，紀錄題目如下：<br/>(一) 在活動中令你印象最深的是什麼？<br/>(二) 你認為這個活動是否會對環境造成影響？<br/>(三) 在設計活動時該如何降低對環境的影響呢？<br/>二、教師引導與總結<br/>教師針對活動中的狀況及學生回饋進行分享與討論。<br/><u>第一節結束</u></p> <p><u>活動四 憶起享露</u><br/>一、學生針對個人最喜歡的活動提出優缺點及有趣的點，可以針對上次各小隊發表的活動或是自己有從事過的戶外活動進行評估。在思考的過程中可針對對環境的影響程度進行評估或是提出改善方法。<br/>二、個人進行思考及紀錄後進行分享與討論。<br/>三、教師引導與總結<br/>教師可以分享更多不同的活動，引發學生想參加露營或戶外活動的興趣。<br/><u>第二節結束</u></p> <p><u>單元二</u><br/><u>活動一 危險何處藏</u></p> | <p>中實際進行活動帶領或表演。<br/>2. 可以蒐集現行露營活動中的娛樂活動在課程中與學生分享，並分享許多露營人士喜歡露營的原因。<br/>3. 可準備過往學校辦理隔宿露營活動時曾發生的危險案例，提供學生進而思考與練習分析的材料。</p> | <p>3. 高層次紙筆評量。<br/><u>單元二</u><br/><u>活動一</u><br/>1. 口語評量。<br/>2. 高層次紙筆評量。</p> | <p>全人健康與幸福的方法。<br/><b>【人權教育】</b><br/>人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> | <p>1. 協同科目：<br/>_____<br/>2. 協同節數：<br/>_____</p> |
|--|--|--|--|---|---|---|--|

|                                      |   |  |   |          |   |   |  |  |
|--------------------------------------|---|--|---|----------|---|---|--|--|
|                                      |   |  | <p>一、教師引言與提問<br/>         (一) 請同學分想露營活動可能有哪些危險存在？如果遇到危險會如何應對？<br/>         (二) 請小隊選擇 2~4 項露營活動中的風險，運用魚骨圖列出它的成因及對策。</p> <p>二、學習活動說明<br/>         (一) 請各小隊分析一下剛才同學們分享的各種危險狀況的發生成因。<br/>         (二) 根據危險成因，並參考課本範例內容，並進行其他資訊的蒐集，提出有效的預防方法及應對措施。<br/>         (三) 小隊分享討論結果。<br/>         (四) 從各隊的內容中引導學生歸納出預防及應對風險的原則。</p> <p>三、教師總結<br/> <u>第三節結束</u></p> |          |   |   |  |  |
| <p>第十三週<br/>         11/18~11/22</p> | <p>3a-IV-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>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。</p> | <p>主題四：安康露營去<br/>         單元二：風險一把罩<br/> <b>活動二 化險靠計策</b><br/>         一、教師引言<br/>         今日將請各小隊將這些原則應用在各種新聞事件當中，並透過模擬劇的方式，呈現出當我們做好預防工作時，原本的新聞事件會有什麼改變，以及當事件發生後我們</p>   | <p>3</p> | <p>教師：<br/>         1. 準備露營相關新聞事件，或參考課本提供之案例。<br/>         2. 規畫一份評估表供各隊進行檢核針對新聞事件所提出的預防及應對策略的可行性。<br/>         3. 準備各種類型的戶外活動資訊，作為學生課堂練習的參考材料。</p> | <p><b>活動二</b><br/>         1. 口語評量。<br/>         2. 高層次紙筆評量。<br/>         3. 情境模擬演練。</p> <p><b>活動三</b><br/>         1. 口語評量。<br/>         2. 高層次紙筆評量。</p> | <p><b>【生命教育】</b><br/>         生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p><b>【環境教育】</b><br/>         環 J12 認識不同類型災害可</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者)<br/>         1. 協同科目：<br/>         _____<br/>         2. 協同節數：<br/>         _____</p> |

|  |  |  |  |   |  |   |  |
|--|--|--|--|---|--|---|--|
|  |  |  | <p>採取的應對策略會帶來什麼結果。</p> <p>二、學習活動說明</p> <p>三、課本新聞案例插圖的故事內容</p> <p>四、學習活動進行</p> <p>(一) 小隊進行新聞事件的風險分析討論，並規畫相關策略及提出可能發生的結果。</p> <p>(二) 根據討論內容，將之轉化成劇本，小隊進行模擬劇排演。</p> <p>(三) 各隊完成討論及排演，依序進行模擬劇演出，並填寫紀錄協助檢查各隊結果的可行性與可再修正之處。</p> <p>(四) 各隊發表觀看其他小隊演出後的建議。</p> <p>五、教師引導省思與總結</p> <p><u>第一、二節結束</u></p> <p><b>活動三 生活零風險</b></p> <p>1. 教師引言</p> <p>今日我們能從事的戶外活動是五花八門的，相對的會發生的風險也就更加千變萬化，究竟我們在課堂中所討論的原則是否也能應用於各種戶外活動中呢？</p> <p>二、學習活動說明&amp;進行</p> | <p>4. 可準備曾經發生過的戶外活動事件，內容也包括當下所採用的應對策略，供學生練習評估該策略的合宜性。</p> |  | <p>能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> |  |
|--|--|--|--|---|--|---|--|

|   |   |   |  |   |  |   |  |   |
|---|---|---|--|---|--|---|--|---|
|   |   |   | <p>(一) 運用「事件排序表」分析分配到的戶外活動事件，找出該事件中的風險問題與應對方式。</p> <p>(二) 根據事件中已發生的風險問題，評估當時採取的應對方式的合宜性，並提出更能達到「保護自己與他人」的策略。</p> <p>三、分享活動說明&amp;進行</p> <p>(一) 採用世界咖啡館的方式，同學前往不同小隊中，聆聽該小隊的討論結果，並且協助他們檢核可行性及提供修正建議。</p> <p>(二) 小隊依據同學建議進行修正討論內容後，並向全體同學重點摘要的分享最終結果。</p> <p>四、學習活動省思</p> <p><u>第三節結束</u></p> |   |  |   |  |   |
| <p>第十四週<br/>11/25~11/29<br/>(預計段考週)</p> | <p>1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。</p> | <p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p> <p>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。</p> <p>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。</p> | <p>主題五：心之谷<br/>單元一：情緒密碼（第二次段考）</p> <p><b>活動一 情緒觀測站</b></p> <p><b>情緒你我他</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 進行心情接龍活動，每組輪流說出曾經有過或曾經聽過的情緒詞彙，說完之</p>  | 3 | <p>教師：<br/>符合組別數的情緒卡數套。</p> <p>學生：<br/>1. 攜帶課本。<br/>2. 分組就座。</p> | <p><b>活動一</b></p> <p>1. 學生能透過表情與肢體展現。</p> <p>2. 現表達自身情緒。</p> <p>3. 學生能覺察並表達自己的情緒狀態。</p> <p><b>活動二</b></p> | <p><b>【品德教育】</b></p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目：<br/>_____</p> <p>2. 協同節數：<br/>_____</p> |

|  |  |  |   |  |  |              |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--------------|--|--|
|  |  |  | <p>後，將心情詞彙寫在N次貼，並黏貼於黑板上。</p> <p>(二) 替這些N次貼找到所屬的類別，將情緒詞彙歸類。</p> <p>(三) 教師引導學生思考情緒的分類除了喜怒哀樂以外，還可以有哪些分類？並歸納出情緒的世界是很多元複雜的，即使同一類別的情緒也有不同的層次。</p> <p>(四) 邀請同學針對某一類別的情緒，並排出強弱程度。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>讀「情」術</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 學生進行事件中相關人士所產生的情緒討論，逐題邀請學生分享當事人的感受與原因。</p> <p>(三) 學生與同組夥伴交流自己是否有能力辨識他人情緒以及辨識方法，派代表進行分享，重點放在如何覺察他人情緒。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> |  |  | 學生完成「情緒曲線圖」。 |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--------------|--|--|

|  |  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  |  | <p><b>活動二 情緒曲線</b></p> <p><b>情緒曲線圖</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>藉由記錄自己的情緒與事件練習覺察自身情緒變化是因何引起，透過與同學的分享交流體認遭遇、事件相同但情緒不一定相同。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 學生回憶上次課程所學並進行分享。</p> <p>(二) 教師說明：「現在，請大家拿出自己的『情緒指數』紀錄，看看自己寫在上面的事件與情緒。與同組同學分享自己的心情紀錄吧！」</p> <p>(三) 學生透過分享知道與人聊聊也是一種紓解情緒的方法。</p> <p>(四) 邀請自願同學分享自己的一件事，並說明自己的情緒。邀請與分享同學有類似事件的同學說說自己的情緒。讓學生了解即使遭遇相同事件也會有不同情緒。</p> <p>(五) 自願同學分享後，請學生自行尋找班上其他四位夥伴交流關於課本的四個思考問題點，分別是：情緒曲線的樣態、自己是否喜歡及原因、情緒曲線由上而下(或由下而上)時發生了那些事、</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|

|                           |   |   |  |   |  |   |  |  |
|---------------------------|---|---|--|---|--|---|--|--|
|                           |   |   | <p>遭遇類似事件卻有不同情緒的原因。</p> <p>(六) 學生進行發現的發表。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>教師邀請學生總結覺察情緒的重要性以及情緒的特點。</p> <p><b>第三節結束</b></p>  |   |  |   |  |  |
| <p>第十五週<br/>12/2~12/6</p> | <p>1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。</p> | <p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p> <p>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。</p> <p>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。</p> | <p>主題五：心之谷</p> <p>單元一：情緒密碼</p> <p><b>活動一 情緒觀測站</b></p> <p><b>情緒你我他</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 進行心情接龍活動，每組輪流說出曾經有過或曾經聽過的情緒詞彙，說完之後，將心情詞彙寫在 N 次貼，並黏貼於黑板上。</p> <p>(二) 替這些 N 次貼找到所屬的類別，將情緒詞彙歸類。</p> <p>(三) 教師引導學生思考情緒的分類除了喜怒哀樂以外，還可以有哪些分類？並歸納出情緒的世界是很多元複雜的，即使同一種類別的情緒也有不同的層次。</p> <p>(四) 邀請同學針對某一類別的情緒，並排出強弱程度。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> | 3 | <p>教師：<br/>符合組別數的情緒卡數套。</p> <p>學生：<br/>1. 攜帶課本。<br/>2. 分組就座。</p> | <p><b>活動一</b></p> <p>1. 學生能透過表情與肢體展現。</p> <p>2. 現表達自身情緒。</p> <p>3. 學生能覺察並表達自己的情緒狀態。</p> <p><b>活動二</b></p> <p>學生完成「情緒曲線圖」。</p> | <p><b>【品德教育】</b></p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：<br/>_____</p> <p>2. 協同節數：<br/>_____</p> |

|  |  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  |  | <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>讀「情」術</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 學生進行事件中相關人士所產生的情緒討論，逐題邀請學生分享當事人的感受與原因。</p> <p>(三) 學生與同組夥伴交流自己是否有能力辨識他人情緒以及辨識方法，派代表進行分享，重點放在如何覺察他人情緒。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p><b>活動二 情緒曲線</b></p> <p><b>情緒曲線圖</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>藉由記錄自己的情緒與事件練習覺察自身情緒變化是因何引起，透過與同學的分享交流體認遭遇、事件相同但情緒不一定相同。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 學生回憶上次課程所學並進行分享。</p> <p>(二) 教師說明：「現在，請大家拿出自己的『情緒指數』紀錄，看看自己寫在上面的事件與情緒。與同組同</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|

|                    |                                   |                              |  |   |  |  |   |  |
|--------------------|-----------------------------------|------------------------------|--|---|--|--|---|--|
|                    |                                   |                              | <p>學分享自己的心情紀錄吧！」</p> <p>(三) 學生透過分享知道與人聊聊也是一種紓解情緒的方法。</p> <p>(四) 邀請自願同學分享自己的一件事，並說明自己的情緒。邀請與分享同學有類似事件的同學說說自己的情緒。讓學生了解即使遭遇相同事件也會有不同情緒。</p> <p>(五) 自願同學分享後，請學生自行尋找班上其他四位夥伴交流關於課本的四個思考問題點，分別是：情緒曲線的樣態、自己是否喜歡及原因、情緒曲線由上而下(或由下而上)時發生了那些事、遭遇類似事件卻有不同情緒的原因。</p> <p>(六) 學生進行發現的發表。</p> <p>三、活動小省思與小結<br/>教師邀請學生總結覺察情緒的重要性以及情緒的特點。</p> <p><b>第三節結束</b></p> |   |  |  |   |  |
| 第十六週<br>12/9~12/13 | 1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源， | 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 | <p>主題五：心之谷<br/>單元一：情緒密碼<br/><b>活動三 思想情緒調節站</b><br/><b>思想定檢站／情緒的方向</b><br/>一、活動進行</p>   | 3 | <p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 符合組別數的海報紙與白板筆。</li> <li>2. 符合班級人數的便利貼（或小紙張）。</li> </ol> | <p><b>活動三</b><br/>完成「思想情緒紀錄簿」作業。</p> <p><b>活動四</b></p> | <p><b>【品德教育】</b><br/>品J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：</p> |

|  |                |  |   |   |                          |                        |                 |
|--|----------------|--|---|---|--------------------------|------------------------|-----------------|
|  | <p>促進心理健康。</p> | <p>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。<br/>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。</p> | <p>(一) 學生分享單元一所學後，閱讀課本「晴天雨天」故事。<br/>(二) 引導同學思考故事中老婆婆的思考特點為何，省思自身思考特點是否也如同老婆婆一樣。<br/>(三) 請各組同學從之前紀錄的情緒曲線圖中找到一件情緒不好的事，抽絲剝繭出當時可能有的想法與情緒。<br/>(四) 各組同學上臺分享。<br/>(五) 學生深入思考自己的想法有哪些特點以及與情緒之間的關聯。</p> <p>二、活動小省思與小結</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>走出思考框框</b></p> <p>一、活動進行</p> <p>(一) 請學生回憶上次課程中關於自己思考特點的歸納並發表。<br/>(二) 學生閱讀課本我的情緒我選擇事件，發表個人面對相同事件的其他想法，並延伸思考到可能行動與影響。<br/>(三) 學生在思想情緒紀錄簿寫下三件讓自己有負面情緒的事件並與同學分享自己的想法及情緒。</p> | <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 攜帶課本。</li> <li>2. 分組就座。</li> </ol> | <p>完成屬於自己的「情緒紓解便利貼」。</p> | <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> | <p>2. 協同節數：</p> |
|--|----------------|--|---|---|--------------------------|------------------------|-----------------|

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  | <p>(四) 分享原有的想法與情緒後，邀請學生試著用學過的調整想法技巧將自己調整過後的想法寫下並試著發表。</p> <p>(五) 學生討論在過程中遇到的困難並邀請其他同學提供解決方法。</p> <p>二、活動小省思與小結</p> <p><b>表達情緒我可以</b></p> <p>一、活動進行</p> <p>(一) 同學分享並發表這一星期調整想法的練習成果以及對自己的影響。</p> <p>(二) 學生閱讀課文內容的情境題並找出與自己使用同樣情緒表達方式的同學，思考這種方式後續會產生哪些情緒並進行口頭發表。</p> <p>(三) 學生分組討論最近遇到的生活事件中是否有可運用自我肯定方法來表達情緒、紓解情緒的例子，開始分享遇到的事件詳細狀況，並選擇其中一人的遭遇透過簡短戲劇演出事件與自我肯定的情緒表達方式。</p> <p>二、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p><b>活動四 穩住情緒</b><br/>情緒小錦囊／情緒紓解便利貼</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|

|                             |   |                                    |   |          |  |   |  |  |
|-----------------------------|---|------------------------------------|---|----------|--|---|--|--|
|                             |   |                                    | <p>一、活動進行</p> <p>(一) 請學生閱讀課文問題後討論那些情緒需要紓解及原因，並分享情緒太滿可能有的影響。</p> <p>(二) 請學生思考除了課堂上學習到的情緒紓解方法以外，自己還有哪些紓解情緒的方法，並進行適用之情緒以及優缺點之分析。</p> <p>(三) 完成之後請學生在組內進行交流，並由同組成員選出1~2種公認最能紓解情緒的方法，派代表寫在黑板上並報告。</p> <p>(四) 發下N次貼(或紙張)，同學在上面寫下自己有情緒要紓解時的自我提醒方式。</p> <p>二、活動小省思與小結</p> <p><b>第三節結束</b></p> |          |  |   |  |  |
| <p>第十七週<br/>12/16~12/20</p> | <p>1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。</p> | <p>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。</p> | <p>主題五：心之谷<br/>單元二：生命百寶箱</p> <p><b>活動一 走過低潮 我的寶藏</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 請同學在每張小卡上寫下自己所擁有的人事物。</p> <p>(二) 請同學將這些小卡依照自己的重視程度排序。</p>   | <p>3</p> | <p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備班級人數5~10倍的小卡(每人大約5~10張)。</li> <li>2. 準備班級人數3~4倍的便利貼。</li> <li>3. 充實心理困擾相關知識。</li> </ol> <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 攜帶課本。</li> </ol> | <p><b>活動一</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口頭分享自己的失落經驗。</li> <li>2. 了解失落經驗所經歷的歷程。</li> </ol> <p><b>活動二</b></p> | <p><b>【生命教育】</b><br/>生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。</p> <p><b>【性平教育】</b><br/>J12 省思與他人的性別權力關</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協同科目：<br/>_____</li> <li>2. 協同節數：<br/>_____</li> </ol> |

|  |  |  |  |  |                      |  |
|--|--|--|--|--|----------------------|--|
|  |  | <p>(三) 請同學在每張小卡上打一個 X，代表它從生活中消失，從最不重視的那一張開始，去感受打 X 時，心中有何感受？</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>失落現場</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>回顧自己的生命歷程經歷過哪些失落經驗？檢視自己在這些失落經驗中的階段，了解這是每個人都會經歷到的事情。</p> <p>二、活動進行</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>走過失落</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>學生回想當時自己面對失落經驗時對生活的各種影響，透過統整大家的狀況瞭解失落經驗對每個人的影響都是有的。之後透過文章閱讀與自己的歸納，產生自己可以用正向的方式度過失落經驗的想法。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 學生回想自己的失落經驗在事件發生時對他造成那些影響，將影響寫在 N 次</p> | <p>2. 蒐集心理困擾資訊與相處方式。</p> <p>3. 分組就座。</p> | <p>1. 能蒐集並分辨心理困擾者所需的協助。</p> <p>2. 學習自助與助人。</p> | <p>係，促進平等與良好的互動。</p> |  |
|--|--|--|--|--|----------------------|--|

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>貼上後，黏在黑板的相對應分類下面。</p> <p>(二) 引導學生思考有何發現。</p> <p>(三) 學生閱讀課本的新聞事件說明。</p> <p>(四) 邀請學生分享心得。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p><b>活動二 心靈診療室</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>經過生命失落經驗的分享後，學生已能了解每個人都會面臨不如意或者失去的議題，有人甚至會因為無法接受或其他生活挫折而演變成心理困擾，因此需要認識心理困擾與因應資源，進一步透過活動體會心理困擾者所面臨的困境，並透過反思去統整對心理困擾者可以有哪些態度與做法。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 教師說明：「人是需要互相幫忙的，尤其在有嚴重的心理困擾時更是如此。…現在就讓我們透過『我們與心理困擾的距離』來聆聽同學蒐集的相關資訊，了解如何幫助自己與幫助別人。」</p> <p>(二) 學生上台報告。教師給予肯定，並澄清觀念。</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

|                             |   |  |   |   |   |   |   |  |
|-----------------------------|---|--|---|---|---|---|---|--|
|                             |   |  | <p>(三) 進行「讓我們更靠近」體驗活動，學生自由分享活動中擔任說話的感受。透過活動體會心理困擾者的困境。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>活動二 心靈診療室</b></p> <p><b>第三節結束</b></p>  |   |   |   |   |  |
| <p>第十八週<br/>12/23~12/27</p> | <p>1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。</p> <p>1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。</p> | <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。</p> | <p>主題六：彩繪生涯<br/>單元一：生涯探索記</p> <p><b>活動一 生涯期望值</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 想像幸福生涯</p> <p>1. 請學生思考，並和伙伴分享「幸福生涯想像」。</p> <p>2. 教師可邀請學生全班分享自己小時候家長的期望或請學生分享聽到那些答案印象深刻。</p> <p>3. 教師歸納學生的答案。</p> <p>(二) 生涯期望塗鴉牆</p> <p>1. 請學生參考課本頁面，將自己的生涯期望相關的經驗畫出來，並跟夥伴分享自己的作品內容。</p> <p>2. 請學生說出自己的期望和家人期望有哪些一致性？還是有不同呢？家人期望會有什麼影響？</p> | 3 | <p>教師：</p> <p>1. 課前了解學生家長或學小所在社區職業概況。</p> <p>2. 準備有關生涯期望塗鴉牆所需圖畫紙。</p> <p>3. 課前閱讀有關生涯價值觀的相關文章。</p> <p>4. 準備學生工作價值觀討論用的空白紙（班級人數數量）。</p> <p>學生：</p> <p>1. 攜帶彩色筆及課本。</p> <p>2. 學生上課前須完成家族職業樹、家人訪談札記的結果。</p> | <p><b>活動一</b></p> <p>1. 生涯期望塗鴉牆—實作評量。</p> <p>2. 活動小省思—口語評量。</p> <p><b>活動二</b></p> <p>1. 我的訪問札記—實作評量。</p> <p>2. 生涯筆記與我的生涯價值探索—高層次紙筆評量。</p> | <p><b>【生涯規劃教育】</b></p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目：<br/>_____</p> <p>2. 協同節數：<br/>_____</p> |

|  |  |  |   |  |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>三、活動小省思與小結</p> <p><u>第一節結束</u></p> <p><b>活動二 家人生涯史</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 家人職業樹</p> <p>1. 教師引導學生思考：你們了解家人的生涯現況嗎？你是否知道家人從事什麼職業或有何學經歷？</p> <p>2. 先寫下比較親近的家人稱謂，根據現有的了解寫下家人的工作。</p> <p>3. 學生分享完畢後，教師可引導學生發現家人的工作有哪些相似性或相同類型？對誰的生涯過程最好奇，請學生選定一位家人準備我的訪問札記。</p> <p>(二) 我的訪問札記—實作評量</p> <p>大致了解家族職業樹後，請學生想想對誰的生涯最好奇。決定要訪問的對象是誰，並與小隊伙伴討論希望訪問的問題。</p> <p>三、生活小省思與小結</p> <p><u>第二節結束</u></p> <p>一、教師引言：經過訪問家人的過程，請大家於課堂中分享自己的訪問結果，並反</p> |  |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|--|

|  |  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>思生涯發展與選擇的經驗，再探討價值觀在生涯選擇過程中的意義，了解自己的價值觀。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 生涯筆記</p> <p>1. 請學生想一想，各種不同的生涯發展，都是因為什麼考慮因素呢？他們都是怎樣決定自己的生涯？幫助學生生涯發展中的影響因素。</p> <p>2. 請學生填寫我的生涯筆記中的問題，統整自己的心得。</p> <p>(二) 價值探索與我的生涯價值觀</p> <p>1. 價值探索：經過學生討論後，請大家想一想家人重視的價值觀有哪些？參考價值觀探索課本頁面，說出可能重視的價值觀。</p> <p>2. 我的生涯價值觀：</p> <p>(1) 挑出自己重視的價值觀 5 個，寫在紙上，並進行猜拳遊戲，輸的一方必須自己刪除一個自己重視的價值觀。進行約三次之後，請學生回到座位。</p> <p>(2) 請學生寫下自己活動過程中刪除與保留的價值觀是哪些？這些價值觀的重要性與排序的原因。</p> <p>第三節結束</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|

|  |  |   |   |          |  |  |  |   |
|--|--|---|---|----------|--|--|--|---|
| <p>第十九週<br/>12/30~1/3<br/>(1/1(三)元旦放假)</p> | <p>1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。<br/>1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。</p> | <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。<br/>輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。<br/>家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。</p> | <p>主題六：彩繪生涯<br/>單元一：生涯探索記、單元二：職涯萬花筒<br/><b>單元一</b><br/><b>活動二 家人生涯史</b><br/>一、活動進行<br/>(一) 生涯金三角<br/>請學生想一想在金三角的個人因素、環境因素、資訊因素當中有哪些已經有足夠的了解，請打勾。尚未了解清楚的部分是甚麼，跟伙伴討論看看。<br/>(二) 幸福生涯規畫藍圖<br/>引導學生思考：對於自己期望的幸福生涯是否因為本單元前面的活動有更深入的了解呢？透過生涯金三角的檢核後，你發現了某些部分你還想要多知道，該怎麼做呢？請學生完成幸福生涯規畫藍圖。<br/>二、活動小省思與小結<br/><b>第一節結束</b><br/><br/><b>單元二</b><br/><b>活動一 工作世界</b><br/>一、活動說明<br/>二、活動進行<br/>(一) 請學生參考活動範例，思考會喜歡哪一種工作，為什麼？學生自由發表個人意見。</p> | <p>3</p> | <p><b>單元二</b><br/>教師：<br/>1. 準備影音播放設備。<br/>2. 安排電腦教室或借用平板電腦。<br/>3. 先聯繫社區職業訪問可能的店家或機構。<br/><br/>學生：<br/>1. 攜帶課本。<br/>2. 查詢職業資訊網站。<br/>3. 準備採訪報告。</p> | <p><b>單元二</b><br/><b>活動一</b><br/>工作世界聯想—高層次紙筆評量。<br/><br/><b>活動二</b><br/>1. 職業調查報告—實作評量。<br/>2. 高層次紙筆測驗。</p> | <p><b>【生涯規劃教育】</b><br/>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。<br/>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。<br/>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)<br/>1. 協同科目：<br/>_____<br/>2. 協同節數：<br/>_____</p> |
|--|--|---|---|----------|--|--|--|---|

|  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  | <p>(二)再引導學生討論除了提出來的工作，還有哪些不同類別的工作？每種類型的工作各有甚麼特色？</p> <p><b>工作世界聯想</b></p> <p>(一)因為不同的工作也就代表不同的生活型態，參考課本的語詞，請學生分小隊抽出不同的語詞，聯想有那些相關的職業，進行腦力激盪，寫出越多越好。</p> <p>(二)腦力激盪過後，讓學生試著分類看看有哪些類別，各小隊派代表說說看有哪些工作與類別，藉此評量學生對工作世界的認識程度。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p><b>活動二 職業瀏覽器</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一)請學生參考課本資訊，上網查詢各種職業分類，看看現在有哪些工作分類。</p> <p>(二)輸入關鍵字查看工作，搜尋該項工作的資訊。</p> <p>(三)引導學生仔細閱讀網站中的職業資訊，看看其中</p> |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|

|                          |   |  |  |   |   |   |   |  |
|--------------------------|---|--|--|---|---|---|---|--|
|                          |   |  | <p>會出現的資訊有哪些呢？請把它寫下來。</p> <p><b>職業調查報告</b></p> <p>(一) 請學生跟同組的伙伴分享查詢到的職業與各種內容。</p> <p>(二) 每小隊派出一名伙伴，負責報告印象深刻的職業以及查詢的資訊等。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>活動小省思—高層次紙筆評量</p> <p><b>第三節結束</b></p>   |   |   |   |   |  |
| <p>第二十週<br/>1/6~1/10</p> | <p>1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。</p> | <p>輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。</p> | <p>主題六：彩繪生涯<br/>單元二：職涯萬花筒</p> <p><b>活動二 職業瀏覽器</b></p> <p>一、活動進行</p> <p><b>性別與職業</b></p> <p>1. 教師引導學生討論：經過網站搜尋，你是否發現在職場中有性別的差異呢？在生涯選擇時，這會對你在未來職業的選擇上，造成哪些影響？</p> <p>2. 安排自由播放影片「讓夢想起飛—職業類科的性別少數」。</p> <p>3. 教師請學生參考影片中的故事以及課本範例的故事，並和伙伴們討論職業類科的性別少數，會造成哪些優勢或影響？</p> | 3 | <p><b>活動三</b></p> <p>教師：</p> <p>1. 閱讀有關工作未來趨勢的文章與書籍。</p> <p>2. 準備學生班級人數的空白四開海報紙與彩色筆。</p> <p>學生：</p> <p>攜帶彩色筆。</p> | <p><b>活動二</b></p> <p>性別與職業—口語評量。</p> <p><b>活動三</b></p> <p>1. 職人素養—口語評量。</p> <p>2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。</p> | <p><b>【生涯規劃教育】</b></p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> | <p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：_____</p> <p>2. 協同節數：_____</p> |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>4. 學生分組討論完畢後，推派一名代表上臺報告，並負責歸納與統整各組的答案。</p> <p>二、活動小省思與小結</p> <p>活動小省思—高層次紙筆評量</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>活動三 職人素養</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 教師播放相關影片介紹，讓學生認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素養。參考影片如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 連加恩～臺大畢業典禮演講</li> <li>2. 戴資穎～臺灣演義報導</li> </ol> <p>(二) 請學生討論影片裡職人有甚麼特點，讓他能夠成為該領域的佼佼者，可同時參考課本頁面內容。</p> <p>(三) 請學生將自己帶來的職人簡介，與夥伴分享，說說看有甚麼職人的特點。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>教師引導學生思考：如果有機會窺見未來，想像自己成為未來世界所需要的職人，你的臉書會是什麼樣貌？請</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

|  |   |  |   |   |   |   |  |  |
|--|---|--|---|---|---|---|--|--|
|  |   |  | <p>試著設計出一份屬於自己的職人臉書。</p> <p>二、活動進行</p> <p><b>我的未來職人臉書</b>—高層次紙筆評量</p> <p>(一)說明與示範職人臉書的製作方法：發給學生每人一張四開圖畫紙與彩色筆，每個人參考課本職人臉書的格式，畫下自己的大頭照，下寫有關自己未來想成為怎樣職人的相關資訊，想想看自己目前已具備那些特點，還有哪些未來需要達成。</p> <p>(二)欣賞職人臉書作品</p> <p>學生完成個人作品之後，請將每個人的作品張貼在教室四周牆壁，請學生到各個臉書作品前欣賞，請學生最後票選最喜歡的、最特別的作品。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第三節結束</b></p> |   |   |   |  |  |
| <p>第二十一週<br/>1/13~1/17<br/>(預計段考週)</p> | <p>1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。</p> | <p>輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。</p> | <p>主題六：彩繪生涯<br/>單元二：職涯萬花筒</p> <p><b>活動二 職業瀏覽器</b></p> <p>一、活動進行</p> <p><b>性別與職業</b></p> <p>1. 教師引導學生討論：經過網站搜尋，你是否發現在職場中有性別的差異呢？在生涯選擇時，這會對你在未來</p>   | 3 | <p><b>活動三</b></p> <p>教師：</p> <p>1. 閱讀有關工作未來趨勢的文章與書籍。</p> <p>2. 準備學生班級人數的空白四開海報紙與彩色筆。</p> <p>學生：</p> | <p><b>活動二</b></p> <p>性別與職業—口語評量。</p> <p><b>活動三</b></p> <p>1. 職人素養—口語評量。</p> | <p><b>【生涯規劃教育】</b></p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：<br/>_____</p> <p>2. 協同節數：<br/>_____</p> |

|  |  |  |               |                              |                            |  |
|--|--|--|---------------|------------------------------|----------------------------|--|
|  |  | <p>職業的選擇上，造成哪些影響？</p> <p>2. 安排自由播放影片「讓夢想起飛—職業類科的性別少數」。</p> <p>3. 教師請學生參考影片中的故事以及課本範例的故事，並和伙伴們討論職業類科的性別少數，會造成哪些優勢或影響？</p> <p>4. 學生分組討論完畢後，推派一名代表上臺報告，並負責歸納與統整各組的答案。</p> <p>二、活動小省思與小結</p> <p>活動小省思—高層次紙筆評量</p> <p><b>第一節結束</b></p> <p><b>活動三 職人素養</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 教師播放相關影片介紹，讓學生認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素養。參考影片如下：</p> <p>1. 連加恩～臺大畢業典禮演講</p> <p>2. 戴資穎～臺灣演義報導</p> <p>(二) 請學生討論影片裡職人有甚麼特點，讓他能夠成為該領域的佼佼者，可同時參考課本頁面內容。</p> | <p>攜帶彩色筆。</p> | <p>2. 我的未來職業人臉書—高層次紙筆評量。</p> | <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> |  |
|--|--|--|---------------|------------------------------|----------------------------|--|

|  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  | <p>(三) 請學生將自己帶來的職人簡介，與夥伴分享，說說看有甚麼職人的特點。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>教師引導學生思考：如果有機會窺見未來，想像自己成為未來世界所需要的職人，你的臉書會是什麼樣貌？請試著設計出一份屬於自己的職人臉書。</p> <p>二、活動進行</p> <p><b>我的未來職人臉書—高層次紙筆評量</b></p> <p>(一) 說明與示範職人臉書的製作方法：發給學生每人一張四開圖畫紙與彩色筆，每個人參考課本職人臉書的格式，畫下自己的大頭照，下寫有關自己未來想成為怎樣職人的相關資訊，想想看自己目前已具備那些特點，還有哪些未來需要達成。</p> <p>(二) 欣賞職人臉書作品</p> <p>學生完成個人作品之後，請將每個人的作品張貼在教室四周牆壁，請學生到各個臉書作品前欣賞，請學生最後票選最喜歡的、最特別的作品。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|

|   |                                  |                                   |   |   |   |   |   |  |
|---|----------------------------------|-----------------------------------|---|---|---|---|---|--|
|   |                                  |                                   | <b>第三節結束</b>  |   |   |   |   |  |
| 第二十二週<br>1/20~1/21<br>(暫定 1/21<br>寒假開始) | 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 | 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 | <p>主題六：彩繪生涯<br/>單元二：職涯萬花筒（第三次段考）</p> <p><b>活動二 職業瀏覽器</b></p> <p>一、活動進行</p> <p><b>性別與職業</b></p> <p>1. 教師引導學生討論：經過網站搜尋，你是否發現在職場中有性別的差異呢？在生涯選擇時，這會對你在未來職業的選擇上，造成哪些影響？</p> <p>2. 安排自由播放影片「讓夢想起飛—職業類科的性別少數」。</p> <p>3. 教師請學生參考影片中的故事以及課本範例的故事，並和伙伴們討論職業類科的性別少數，會造成哪些優勢或影響？</p> <p>4. 學生分組討論完畢後，推派一名代表上臺報告，並負責歸納與統整各組的答案。</p> <p>二、活動小省思與小結</p> <p>活動小省思—高層次紙筆評量</p> <p style="text-align: center;"><b>第一節結束</b></p> <p><b>活動三 職人素養</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> | 3 | <p><b>活動三</b></p> <p>教師：</p> <p>1. 閱讀有關工作未來趨勢的文章與書籍。</p> <p>2. 準備學生班級人數的空白四開海報紙與彩色筆。</p> <p>學生：</p> <p>攜帶彩色筆。</p> | <p><b>活動二</b></p> <p>性別與職業—口語評量。</p> <p><b>活動三</b></p> <p>1. 職人素養—口語評量。</p> <p>2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。</p> | <p><b>【生涯規劃教育】</b></p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> | <p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目：</p> <hr/> <p>2. 協同節數：</p> <hr/> |

|  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  | <p>(一) 教師播放相關影片介紹，讓學生認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素養。參考影片如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 連加恩～臺大畢業典禮演講</li> <li>2. 戴資穎～臺灣演義報導</li> </ol> <p>(二) 請學生討論影片裡職人有甚麼特點，讓他能夠成為該領域的佼佼者，可同時參考課本頁面內容。</p> <p>(三) 請學生將自己帶來的職人簡介，與夥伴分享，說說看有甚麼職人的特點。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p><b>第二節結束</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>教師引導學生思考：如果有機會窺見未來，想像自己成為未來世界所需要的職人，你的臉書會是什麼樣貌？請試著設計出一份屬於自己的職人臉書。</p> <p>二、活動進行</p> <p><b>我的未來職人臉書</b>—高層次紙筆評量</p> <p>(一) 說明與示範職人臉書的製作方法：發給學生每人一張四開圖畫紙與彩色筆，每個人參考課本職人臉書的格式，畫下自己的大頭照，下寫有關自己未來想成為怎</p> |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>樣職人的相關資訊，想想看自己目前已具備那些特點，還有哪些未來需要達成。</p> <p>(二) 欣賞職人臉書作品<br/>學生完成個人作品之後，請將每個人的作品張貼在教室四周牆壁，請學生到各個臉書作品前欣賞，請學生最後票選最喜歡的、最特別的作品。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>第三節結束</p> |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

七、 本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

否，全學年都沒有(以下免填)。

有，部分班級，實施的班級為：\_\_\_\_\_。

有，全學年實施。

| 教學期程 | 校外人士協助之課程大綱 | 教材形式  | 教材內容簡介 | 預期成效 | 原授課教師角色 |
|------|-------------|---|--------|------|---------|
|      |             | <input type="checkbox"/> 簡報<br><br><input type="checkbox"/> 印刷品<br><br><input type="checkbox"/> 影音光碟<br><br><input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明：<br>_____ |        |      |         |
|      |             |   |        |      |         |
|      |             |   |        |      |         |

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。