

臺北市忠孝國民中學 112 學年度領域/科目課程計畫

領域/科目		<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會(<input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學(<input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術(<input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動(<input type="checkbox"/> 家政 <input checked="" type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技(<input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input type="checkbox"/> 健康與體育(<input type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)						
實施年級		<input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 (若上下學期均開設者，請均註記)						
教材版本		<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書:南一版 <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	學期內每週1節(家政與童軍科學期中對開)				
領域核心素養		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，保護自己及他人。 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。 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。 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，保護自己及他人。						
課程目標		(一) 學習戶外裝備攜帶的知能，以提升戶外活動的安全與品質。 (二) 學習挑選合宜的食物與爐具，讓戶外活動進行得更順利。 (三) 遇到天氣狀況，學習急救應變技能。 (四) 學習分析山林活動的風險，規劃危機預防與因應的策略。 (五) 評估野外危險情境，學習運用自然資源解決問題。 (六) 透過學習野外飲食與飲水的方法，提升野外生存能力。						
學習進度		單元/主題		學習重點		評量方法	議題融入實質內涵	跨領域/科目協同教學
週次		名稱		學習表現	學習內容			
第一學期	第1週	1主題二、青春樂郊遊 單元一、戶外生活大晉級 【活動一】 戶外活動繽紛樂 1.表達自己的戶外活動經驗。2.瞭解戶外活動可能發生的問題與解決方法。		3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
	第2~3週	主題二、青春樂郊遊 單元一、戶外生活大晉級 【活動二】 「衣」展戶外魔法 瞭解戶外基本衣著知能，提升戶外活動時的自我保護並降低對環境的衝擊。		3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

			保策略與行動。			
第4~5週	主題二、青春樂郊遊 單元一、戶外生活大晉級 【活動三】 行前有規畫，「包」準沒煩惱 具備基本的戶外裝備知能，能因應戶外活動的需求或突發情形，提升戶外活動的安全與品質。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第6~7週 (7為定評週)	主題二、青春樂郊遊 單元一、戶外生活大晉級 【活動四】 準備出門「野 Fun 去」 整合運用戶外活動穿著、糧食、裝備等知能，規劃並檢核戶外活動前的準備，提升戶外活動安全與品質的成效。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Dc-IV-1 戶外休閒活動中的環保策略與行動。	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第8週	主題二、青春樂郊遊 單元二、戶外飲食樂逍遙 【活動一】 戶外開伙樂無窮 分享適合在戶外食用的食物項目與種類，以及戶外活動飲、食的經驗。	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。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。	
第9~10週	主題二、青春樂郊遊 單元二、戶外飲食樂逍遙 【活動二】 野炊準備好 Easy 探究戶外活動食物選擇的原則，規劃、準備戶外活動食材的數量與項目。	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。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。	
第11~12週	主題二、青春樂郊遊 單元二、戶外飲食樂逍遙 【活動三】 預約戶外野炊 選用合適的爐具、炊具，正確操作且瞭解使用安全事項，並能事先規劃戶外炊事。	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。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。	
第13~14週 (14為定評週)	主題二、青春樂郊遊 單元二、戶外飲食樂逍遙 【活動四】 開心野炊「Fun 飯趣」 展現野炊技巧並享受過程中的樂趣，活動結束後能省思、改善未盡理想之處。	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。	童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。	

第15週	主題二、青春樂郊遊 單元三、戶外安全練功坊 【活動一】 沙盤推演 分享戶外活動與在家活動的差異；並討論可能發生的意外狀況及相關的安全要素。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	1.活動參與 2.口語評量 3.學習紀錄	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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第16~17週	主題二、青春樂郊遊 單元三、戶外安全練功坊 【活動二】 戶外安全對策 學習戶外活動前各項安全準備，如掌握天氣狀況、規畫雨天備案、防備可能的意外狀況等相關知識與技能。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	1.活動參與 2.口語評量 3.學習紀錄	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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第18~19週	主題二、青春樂郊遊 單元三、戶外安全練功坊 【活動三】 安全急先鋒 應用戶外安全知能，分析可能發生的意外狀況，並規畫提昇戶外安全與品質的應變策略。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	1.活動參與 2.口語評量 3.學習紀錄	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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	
第 20~21 週 (21 為 定 評 週)	主題二、青春樂郊遊 單元三、戶外安全練功坊 【活動四】 戶外安全防護高手 整合各種戶外安全相關知能，運用相關總結知能，以提升戶外活動安全與品質。	3a-IV-2 具備戶外生活技能，提升戶外生存能力，並與環境做合宜的互動。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全知能的培養。 童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。	1.活動參與 2.口語評量 3.學習紀錄	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。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第二學期	主題一、青春探險隊 單元一、野外探險不冒險 【活動二】 危機就是轉機 1.探究登山活動中各種危險情境的成因。 2.找出保護自己或他人的方法。	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。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使	1.口語評量 2.學習紀錄	戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。	

			用及安全之能的培養。 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。		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。
第3~4週	主題一、青春探險隊 單元一、野外探險不冒險 【活動三】 險中求生，絕處逢生 1. 分析登山活動中的各種風險。 2. 提出基本預防及危機因應的策略。	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。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 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。	1. 口語評量 2. 學習紀錄	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。
第5~6週	主題一、青春探險隊 單元一、野外探險不冒險 【活動四】 順利生存有法寶 1. 評估登山活動中的各種風險。2. 因應風險危機的處理，選用適當的策略以解決問題並保護自己或他人。	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。	童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與應用。 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。 童 Ca-IV-2 地圖判讀、旅行裝備使用及安全之能的培養。 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。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	品 J8 理性溝通與問題解決。 防 J4 臺灣災害預警的機制。 防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 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。
第7週 (7為定評週)	主題一、青春探險隊 單元二、野地生存絕技 【活動一】 環環相扣解危機 1. 能表達野外可能發生的危險情境。 2. 能瞭解野外活動危機預防與應變的重要性。	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。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 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。	1. 口語評量 2. 活動參與 3. 學習紀錄	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。

第8~9週	主題一、青春探險隊 單元二、野地生存絕技 【活動二】 掌握方向不迷途（一） 根據野外常見意外，蒐集各種預防迷路的方法，以保障野外活動安全。	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。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。	1.口語評量 2.活動參與 3.學習紀錄	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
第10~11週	主題一、青春探險隊 單元二、野地生存絕技 【活動三】 STOP 待生機 1.認識 S.T.O.P 法則，學習安全的應變行為。 2.因應各種危險情況，發出求生訊號。	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。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 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。	1.學習紀錄 2.實作評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
第12~13週	主題一、青春探險隊(童軍) 單元二、野地生存絕技 【活動四】 野地建築動起來 11.能分析野外風險，選擇適合的緊急避難所搭建位置。 2.能選用合宜應變策略並運用自然資源，搭建緊急避難所。	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。	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。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 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。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
第14~15週 (14 為 定 評 週)	主題一、青春探險隊 單元三、野外求生看過來 【活動一】 野外飲食知多少 能分享野外活動過程中，覓食與收集安全飲水的經驗。	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。 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。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。 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。	1.口語評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
第16~17週	主題一、青春探險隊 單元三、野外求生看過來 【活動二】 Z 世代神農氏 能搜集野外濾水器製作方法、辨識可食植物。	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。 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。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的探究、執行與省思。	1. 學習紀錄 2.高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。
第18~19週	主題一、青春探險隊 單元三、野外求生看過來 1 【活動三】 野外求生野炊達人 能執行選用無具野炊菜單與規劃野炊分工。	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。 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	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的	1.高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。

		作。	探究、執行與省思。			
第20週 (20 為 定 評 週)	主題一、青春探險隊 單元三、野外求生看過來 【活動四】 野外求生動手做 能以友善環境的方式，執行無具野炊活動。	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。 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。	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學 習，以提升野外生存能力。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理 基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-1 露營活動中永續環保的 探究、執行與省思。	1.高層次紙筆評量	戶 J3 理解知識與生活環境的關 係，獲得心靈的喜悅，培養積 極面對挑戰的能力與態度。	
教學設施 設備需求	電腦、投影機、平板					
備 註						