

表3-2 113學年度臺中市立 后綜高級中學國中部 九年級第一學期學校課程計畫進度總表(九年級)

製表日期：__年__月__日

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
一 ~ 七			單元/主題 名稱							◎童軍 主題一 戶外創客 單元1 露營新思維 單元2 原創好料理 單元3 手作創客趣 ◎家政 主題三 世界巡「禮」 單元1 探索世界 單元2 世界美食家 ◎輔導 主題五 超前部署 單元1 打一手國三好牌 單元2 升學馬拉松					

			教學重點						◎童軍 1.分析國內露營現況並評估安全衛生及友善環境的營地條件。 2.理解里山倡議策略, 思考人類活動與環境保護的平衡方法。 3.了解無具炊事概念和技巧。 4.發揮創意, 善用周遭自然物, 進行無具炊事的發想與實作, 並實踐與環境合宜互動的做法。 5.觀察並運用自然環境中的素材, 製作戶外用具, 以提升戶外生活的覺察能力。 6.考量與環境合宜的互動, 運用繩結設計並製作多元的營地小物, 增進戶外生活樂趣。 7.綜合各項戶外生活技能所學, 實作與分享對環境友善的創新設計, 並提出永續環保建議與願景, 提升戶外活動品質。 ◎家政 1.分享與外國文化接觸的經驗, 並覺察、表達在生活周遭的異國文化。 2.理解在國外旅行時的日常禮儀與禁忌。 3.蒐集並分享每個國家的特色建築、習俗節慶及生活各面向。 4.製作自己的旅遊備忘錄, 展現對其他國家的理解及尊重。 5.說出臺灣各地的特色食物及由來。 6.探究不同國家的飲食習慣及禮節的特色。 7.規畫一道異國料理菜單。					
--	--	--	------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
										8.透過食譜設計及烹飪過程展現文化交流。 ◎輔導 1.了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2.覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3.蒐集並分析紓壓策略與資源,提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4.運用合宜的策略調適心理困擾,培養正向思考模式,促進心理健康。 5.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 6.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異,進而蒐集相關資訊。 7.蒐集並分析學習策略,運用適合自己的學習策略,提升學習效率。 8.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整,培養自主學習與自我管理的能力。					

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
			評量方式							◎童軍 1.實作評量 2.高層次紙筆評 量 3.口語評量 ◎家政 1.實作評量 2.高層次紙筆評 量 3.口語評量 ◎輔導 1.實作評量 2.高層次紙筆評 量 3.口語評量					
第一次定期評量															
八 ~ 十 四			單元/主題 名稱							◎童軍 主題一 戶外創客 單元3 手作創客趣 ◎家政 主題三 世界巡「禮」 單元2 世界美食家 主題四 繽紛伸展臺 單元1 流行密碼 ◎輔導 主題五 超前部署 單元2 升學馬拉松 主題六 升學導航 單元1 升學多線道					

			教學重點						◎童軍 1.觀察並運用自然環境中的素材,製作戶外用具,以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動,運用繩結設計並製作多元的營地小物,增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學,實作與分享對環境友善的創新設計,並提出永續環保建議與願景,提升戶外活動品質。 ◎家政 1.說出臺灣各地的特色食物及由來。 2.探究不同國家的飲食習慣及禮節的特色。 3.規畫一道異國料理菜單。 4.透過食譜設計及烹飪過程展現文化交流。 5.蒐集流行相關資訊,探究流行的脈動與元素,並分享與個人的關聯。 6.觀察日常生活中的流行趨勢,感知流行的律動帶給人的影響。 7.覺察自身適合的穿著風格,運用搭配原則及美感製作個人畢冊專頁。 8.欣賞多元生活文化、不同的美感展現,悅納自己的個人特色。 ◎輔導 1.覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2.檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異,進而蒐集相關資訊。					
--	--	--	------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
										3.蒐集並分析學習策略, 運用適合自己的學習策略, 提升學習效率。 4.針對學習策略執行狀況進行檢討與調整, 培養自主學習與自我管理的能力。 5.認識各入學管道, 並辨別其中差異, 作為未來升學選擇之參考。 6.覺察各類型學校的特色及內涵, 並分析對自己升學目標規畫之影響。 7.蒐集並運用各學校資訊, 對未來高校生活有初步藍圖。 8.評估學校資訊, 思考個人升學目標, 並提出調整方案。					
			評量方式						◎董軍 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎家政 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎輔導 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量						
第二次定期評量															

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
十五 ~ 二十一			單元/主題 名稱							◎童軍 主題一 戶外創客 單元3 手作創客趣 主題二 與童軍逛世界 單元1 —「童」探世界 單元2 —「童」去服務 ◎家政 主題四 繽紛伸展臺 單元1 流行密碼 單元2 衣二衫事 ◎輔導 主題六 升學導航 單元1 升學多線道 單元2 升學大步行					

			教學重點						◎童軍 1.觀察並運用自然環境中的素材,製作戶外用具,以提升戶外生活的覺察能力。 2.考量與環境合宜的互動,運用繩結設計並製作多元的營地小物,增進戶外生活樂趣。 3.綜合各項戶外生活技能所學,實作與分享對環境友善的創新設計,並提出永續環保建議與願景,提升戶外活動品質。 4.理解童軍和青少年活動的理念及特色,覺察不同文化面向,增進多元社會中的生活能力。 5.蒐集與分享國際童軍資訊及交流活動並能適當參與,展現對國際文化的理解與尊重。 6.啟發個人對全球議題的關注,思考並落實國際服務的關懷行動。 7.分享與反思服務經驗,展現對國際文化的理解與尊重,深化持續服務的行動意願。 ◎家政 1.蒐集流行相關資訊,探究流行的脈動與元素,並分享與個人的關聯。 2.觀察日常生活中的流行趨勢,感知流行的律動帶給人的影響。 3.覺察自身適合的穿著風格,運用搭配原則及美感製作個人畢冊專頁。 4.欣賞多元生活文化、不同的美感展現,悅納自己的個人特色。					
--	--	--	------	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
										5.表達服飾在社會文化中扮演的意義與功能。 6.探索臺灣在地不同族群的服飾特色與文化意義。 7.尊重並悅納不同族群、國家的服飾文化，展現合宜的文化理解、穿著禮儀與互動關懷。 ◎輔導 1.認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2.覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3.蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4.評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。 5.蒐集並澄清個人、環境、資訊等影響未來升學選擇之面向，探索可能的升學方向。 6.理解個人志願選擇、進路方式等升學資訊，對選擇生涯發展方向之影響。 7.從模擬志願選填系統中，覺察個人面對升學選校時應做的準備與規畫。 8.盤點個人資源，擬定升學目標及計畫，並能於同儕回饋後進行調整。					

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
			評量方式							◎童軍 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎家政 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎輔導 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量					
第三次定期評量															

註1:節數安排請符合十二年國教課綱規定。

註2:各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3:彈性學習課程欄位填寫課程主軸名稱及單元/主題名稱。

註4:有關週次、日期及學校行事請依本局行事簡曆自行填入。

註5:108課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題，必要時由學校於校訂課程中進行規劃。

註6:性別平等教育、性侵害犯罪防治、家庭教育、家暴防治、環境教育、反毒影片教學、交通安全教育……等具法定授課時數或節數之議題說明(含註5之議題融入規劃)：

編號	法定授課時數或節數之議題	領域別、彈性學習課程及其他時段	週次	時數/節數	備註
1	性別平等教育	Ex.融入領域課程、融入彈性學習課程	3.6.9.12	4時	每學期除應融入課程外，每學期應實施性別平等教育相關課程或活動至少4小時。
2	性侵害犯罪防治				每學期至少2小時。
3	家庭教育				每學年在正式課程外實施4小時以上
4	家庭暴力防治				每學年應有4小時以上
5	全民國防教育				以融入或安排於學校活動實施
6	環境教育				每年4小時以上
7	交通安全教育				每學期至少2小時以上
8	反毒影片教學				1堂課以上
9	性剝削防治教育				每學年辦理宣導或課程
10	動物保護與福利				每學期至少1場
11	空氣品質防護宣導				每學年度融入課程教學，並於開學後1個月內至少辦理1場宣導活動。
12	臺灣母語日				每週選擇一上課日
13	性教育(含愛滋防治)				每學年至少1小時

◎表格不敷使用請自行增列

註7:彈性學習課程之特殊需求領域課程納入特殊教育課程計畫(表5)撰寫，此處不需填寫。

表3-2 113學年度臺中市立 后綜高級中學國中部 九年級第二學期學校課程計畫進度總表

製表日期：__年__月__日

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
一 ~ 七			單元/主題 名稱							◎童軍 主題一 永續環境We Do 單元1 地球危機 單元2 我與永續的距離 主題二 青春樂休閒 單元1 休閒不一Young ◎家政 主題三 家庭樂傳愛 單元1 家庭傳真 單元2 家庭傳說 主題四 生活綠「食」踐 單元1 「食」在好安心 ◎輔導 主題五 夢想起飛 單元1 做自己的英雄 單元2 勇敢夢想					

			教學重點							◎童軍 1.理解國際環境議題，探討人類生活與其他生物間相互關係的影響。 2.分析人類行為與生活環境的互動關係，省思人類對地球永續發展的責任。 3.探討並學習生活中符合環境永續發展目標的行動策略。 4.計畫與執行環境永續行動，促進環境永續發展。 5.認識休閒活動的意義與功能。 6.培養從事戶外休閒活動的興趣。 ◎家政 1.分享家庭生活文化的經驗。 2.探索不同家庭生活文化的內涵與意義。 3.規畫參與多元家庭生活應注意的事項，具備尊重與悅納的生活態度。 4.分享個人在家庭的功能及家人對自己的職業期許。 5.察覺家人對個人的期許會隨生命發展歷程而改變，體會家人的關心與愛。 6.探究家長的生命發展歷程及家人期許對個人生涯規畫的影響。 7.理解並尊重家長的想法，思考想要傳承與調整的部分。 8.探索食品加工的種類及利用方法。 9.認識食品添加物，並建立正確的飲食消費行為。					
--	--	--	------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
										10.從食安新聞中，學習評估飲食風險，避免陷入消費陷阱。 ◎輔導 1.統整個人生涯試探資訊，分析與未來工作間的關係，規畫未來可能的進路選擇。 2.善用生涯規畫方法，執行個人生涯決策。 3.運用生涯相關資訊，擬定個人執行生涯決策之行動方案，評估執行情形並加以調適。 4.因應生涯發展的可能變化，展現面對生涯轉折的正向態度。 5.探索工作世界的未來發展及所需專業素養，並提出未來工作世界的想像。 6.選擇個人未來可能的工作，省思其個人生命意義及社會價值。 7.評估工作世界的未來發展及所需專業素養，提出並規畫個人未來的生涯進路。 8.提出並評估個人實踐未來夢想的預備規畫，因應生涯轉折預作準備與調適。					

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
			評量方式							◎童軍 1.實作評量 2.高層次紙筆評 量 3.口語評量 ◎家政 1.實作評量 2.高層次紙筆評 量 3.口語評量 4.檔案評量 ◎輔導 1.實作評量 2.高層次紙筆評 量 3.口語評量					
第一次定期評量															
八 ~ 十 四			單元/主題 名稱							◎童軍 主題二 青春樂休閒 單元1 休閒不一Young 單元2 戶外樂活趣 ◎家政 主題四 生活綠「食」踐 單元1 「食」在好安心 單元2 綠活飲食高手 ◎輔導 主題五 夢想起飛 單元2 勇敢夢想 主題六 畢業·啟程 單元1 青春物語					

			教學重點						◎童軍 1.認識休閒活動的意義與功能。 2.培養從事戶外休閒活動的興趣。 3.認識不同領域的戶外休閒活動,拓展戶外休閒活動的視野。 4.培養規畫戶外休閒活動的能力。 ◎家政 1.探索食品加工的種類及利用方法。 2.認識食品添加物,並建立正確的飲食消費行為。 3.從食安新聞中,學習評估飲食風險,避免陷入消費陷阱。 4.理解食物里程的概念。 5.說出碳足跡在食物生產過程中的意義。 6.探究飲食活動中的減碳做法。 7.分析飲食上的減碳做法對生活的重要性及好處。 8.提出飲食的減碳做法之具體推廣行動及設計標語,並實際執行。 ◎輔導 1.探索工作世界的未來發展及所需專業素養,並提出未來工作世界的想像。 2.選擇個人未來可能的工作,省思其個人生命意義及社會價值。 3.評估工作世界的未來發展及所需專業素養,提出並規畫個人未來的生涯進路。 4.提出並評估個人實踐未來夢想的預備規畫,因應生涯轉折預作準備與調適。					
--	--	--	------	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
										5.探索自己與一、二年級時期的異同處。 6.歸納國中階段常見的問題與挑戰。 7.針對困題與挑戰統整過去的成功策略,並重新詮釋挫敗意義。 8.與同學共同擬定傳承國中經驗給學弟妹的行動計畫,並具體執行。 9.檢視傳承國中經驗給學弟妹的行動歷程,並發現自己展現的能力,進而與他人分享心得。					
			評量方式							◎童軍 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎家政 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎輔導 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量					
第二次定期評量															

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
十五 ~ 二十			單元/主題 名稱							◎童軍 主題二 青春樂休閒 單元2 戶外樂活趣 單元3 驪歌輕唱休閒瘋 ◎家政 主題四 生活綠「食」踐 單元2 綠活飲食高手 單元3 驪歌輕唱感恩趴 ◎輔導 主題六 畢業·啟程 單元1 青春物語 單元2 驪歌輕唱話青春					

			教學重點							◎童軍 1.認識不同領域的戶外休閒活動,拓展戶外休閒活動的視野。 2.培養規畫戶外休閒活動的能力。 3.執行與體驗合宜且友善環境的戶外休閒活動。 4.思考個人的未來戶外休閒藍圖,建立合宜的休閒態度。 ◎家政 1.理解食物里程的概念。 2.說出碳足跡在食物生產過程中的意義。 3.探究飲食活動中的減碳做法。 4.分析飲食上的減碳做法對生活的重要性及好處。 5.提出飲食的減碳做法之具體推廣行動及設計標語,並實際執行。 6.分享個人對他人的感謝,並應用所學知識與資源設計出創意菜肴。 7.完成小隊分工,製作出創意菜肴,並圓滿完成畢業感恩趴。 8.依實作歷程分享對他人的感謝及自己克服困境之方法。 ◎輔導 1.探索自己與一、二年級時期的異同處。 2.歸納國中階段常見的問題與挑戰。 3.針對困題與挑戰統整過去的成功策略,並重新詮釋挫敗意義。 4.與同學共同擬定傳承國中經驗給學弟妹的行動計畫,並具體執行。					
--	--	--	------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程(領域學習課程)(29節)									彈性學習課程()		
				語文		數學(4)	社會 (3)	自然科學 (3)	藝術 (3)	綜合活動 (3)	科技 (2)	健康與體育 (3)	統整性主題/ 專題/議題探 究課程	社團活動與技 藝課程	其他類課程
				國語文(5)	英語文(3)										
									5.檢視傳承國中經驗給學弟妹的行動歷程，並發現自己展現的能力，進而與他人分享心得。 6.回顧班級重要活動與事件，並表達對班級的看法。 7.表達對同學的感謝、道歉與祝福，進而珍惜人我關係。 8.統整並肯定自我，並對未來產生嚮往。						
			評量方式						◎童軍 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎家政 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量 ◎輔導 1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量						
畢業生定期評量/畢業典禮															

註1:節數安排請符合十二年國教課綱規定。

註2:各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3:彈性學習課程欄位填寫課程主軸名稱及單元/主題名稱。

註4:有關週次、日期及學校行事請依本局行事簡曆自行填入。

註5:九年級須包含學生畢業考後或國中會考後至畢業前學生課程活動之規劃安排

註6:十二年國教課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題，必要時由學校於校訂課程中進行規劃。

註7:性別平等教育、性侵害犯罪防治、家庭教育、家暴防治、環境教育、反毒影片教學、交通安全教育……等具法定授課時數或節數之議題說明(含註6之議題融入規劃)：

編號	法定授課時數或節數之議題	領域別、彈性學習課程及其他時段	週次	時數/節數	備註
1	性別平等教育	Ex.融入領域課程、融入彈性學習課程	3.6.9.12	4時	每學期除應融入課程外，每學期應實施性別平等教育相關課程或活動至少4小時。
2	性侵害犯罪防治				每學期至少2小時。
3	家庭教育				每學年在正式課程外實施4小時以上
4	家庭暴力防治				每學年應有4小時以上
5	全民國防教育				以融入或安排於學校活動實施
6	環境教育				每年4小時以上

7	交通安全教育				每學期至少2小時以上
8	反毒影片教學				1堂課以上
9	性剝削防治教育				每學年辦理宣導或課程
10	動物保護與福利				每學期至少1場
11	空氣品質防護宣導				每學年度融入課程教學，並於開學後1個月內至少辦理1場宣導活動。
12	臺灣母語日				每週選擇一上課日
13	性教育(含愛滋防治)				每學年至少1小時

◎表格不敷使用請自行增列

註8:彈性學習課程之特殊需求領域課程納入特殊教育課程計畫(表5)撰寫，此處不需填寫。