1. 內容標準

| **內容標準** | **能力指標** |
| --- | --- |
| **主題** | **次主題** |
| 自我發展 | 自我探索 | 1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。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。 |
| 自我管理 | 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 |
| 尊重生命 | 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 |
| 生活經營 | 生活管理 | 2-4-1 妥善計劃與執行個人生活中重要事務。2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。 |
| 生活適應與創新 | 2-4-3 規劃合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。 |
| 資源運用與開發 | 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。 |
| 社會參與 | 人際互動 | 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。 |
| 社會關懷與服務 | 3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。 |
| 尊重多元文化 | 3-4-4 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與學習。3-4-5 分享在多元社會中生活所應具備的能力。 |
| 保護自我與環境 | 危機辨識與處理 | 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。 |
| 戶外生活 | 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。 |
| 環境保護 | 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。4-4-5 參與保護或改善環境的行動，分享推動環境永續發展的感受。 |

二、表現標準

| **內容標準** | **表現等級** |
| --- | --- |
| **主題** | **次主題** | **A** | **B** | **C** | **D** | **E** |
| **自我發展** | 自我探索 | 1. 能省思並分享成長過程中，重要事物對自己現在與未來可能的影響。
2. 能從活動中展現自己的興趣與專長。
3. 能嘗試訂定自己可能的生涯發展方向。
 | 1. 能覺察成長過程中重要事物對自己的影響。
2. 能從活動中了解自己的興趣與專長。
3. 能蒐集並發表與自己生涯發展有關的升學及就業資訊。
 | 1. 能表達自己對成長過程中重要事物的感受。
2. 能參與探索自我的活動並分享感受。
3. 能表達自己對生涯發展的看法。
 | 1. 能表達自己成長過程中的重要事物。
2. 能參與探索自我的活動。
3. 能認識生涯發展中升學與就業的資訊。
 | 未達D級 |
| 自我管理 | 1. 能運用不同的學習資訊，訂定學習目標及學習計畫，執行並評估成效。
2. 能運用合宜的策略面對壓力事件，並調適自己的情緒。
 | 1. 能分析各種學習資訊，訂定個人的學習目標，並嘗試擬定學習計畫。
2. 能覺察自己的壓力來源，及處理情緒的方法。
 | 1. 能蒐集各種與學習有關的資訊或方法。
2. 能覺察壓力來源及可能的情緒反應。
 | 1. 能分享自己的學習經驗。
2. 能表達面對各種情境時的情緒經驗。
 | 未達D級 |
| 尊重生命 | 能體會生命的可貴，覺察周遭需要協助的人事物，並採取行動。 | 能體會生命的可貴，珍惜自己的生命，並表達關懷他人的意願。 | 能體會生命的價值，並表達個人的感受。 | 能表達個人對生命的看法。 | 未達D級 |
| **生活經營** | 生活管理 | 1. 能執行個人擬定的計畫，並評估與調整。
2. 能省思個人人際交往的優缺點，並了解未來經營婚姻與家庭所需的能力。
 | 1. 能依個人狀況擬訂合宜的計畫，並嘗試執行。
2. 能分析個人人際交往的優缺點，及其對未來家庭、婚姻的影響。
 | 1. 能覺察個人處理生活中重要事務的方法，並分析優缺點。
2. 能覺察個人人際交往與婚姻家庭的關聯。
 | 1. 能表達自己處理生活中重要事務的情形。
2. 能表達個人人際交往的情形。
 | 未達D級 |
| 生活適應與創新 | 1. 能運用資源與資訊規劃合宜的休閒活動，並運用創意巧思增進生活樂趣。
2. 能分享個人面對生活逆境時，解決問題的正向經驗與感受。
3. 能省思自己與家人溝通的模式，並嘗試尋求增進家人關係的策略。
4. 能擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。
 | 1. 能運用資源與資訊規劃合宜的休閒活動，並嘗試執行。
2. 能分析各種面對生活逆境之態度，及其可能的結果。
3. 能分析各種家人溝通的模式，及其可能的結果。
4. 能擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。
 | 1. 能蒐集有關休閒的資源與資訊，並練習規劃適合的休閒活動。
2. 能覺察遭遇生活逆境時，自己可能產生的態度與方法。
3. 能覺察自己與家人溝通的方式及感受。
4. 能覺察經營家庭生活所需的各種能力。
 | 1. 能分享自己的休閒經驗。
2. 能表達個人遇到的生活逆境。
3. 能表達自己與家人溝通的情形。
4. 能表達個人家庭中的生活經營方法。
 | 未達D級 |
| 資源運用與開發 | 能整合分析所蒐集之資源，作出合宜之判斷與決定並分享。 | 能將蒐集的資源加以分析與整合。 | 能覺察所蒐集資源的適切性。 | 能認識蒐集資源的方法。 | 未達D級 |
| **社會參與** | 人際互動 | 1. 能在團體活動中有效進行溝通協商，並樂於與他人合作。
2. 能發揮自己在團體中的正向影響力，並嘗試評估改善團體活動的結果。
 | 1. 能在團體活動中運用溝通技巧與他人合作。
2. 能分析自己在團體中的表現，並嘗試執行改善團體活動的具體策略。
 | 1. 能在團體活動中練習溝通技巧，並學習與他人合作。
2. 瞭解個人在團體活動中的角色，嘗試提出團體活動改善方法。
 | 1. 能說出自己在團體活動中工作的經驗。
2. 瞭解個人與團體的關係，知道團體中可能發生的問題。
 | 未達D級 |
| 社會關懷與服務 | 能主動關懷弱勢團體的需要，執行服務行動與遵守服務倫理，並從體驗中學習感恩。 | 能分析弱勢團體所需要的協助，表達服務意願，並執行所規劃的服務活動。 | 能理解弱勢團體的處境與需求，並嘗試規劃服務活動。 | 能知道弱勢團體的處境、需求，及討論可行的服務方式。 | 未達D級 |
| 尊重多元文化 | 1. 能包容、尊重世界各地生活方式與文化習俗的獨特性。
2. 能具體展現多元社會中應有的態度與生活能力，並關懷社會議題。
 | 1. 能理解世界各地生活方式與文化習俗的差異，及其成因。
2. 能具備生活在多元社會中應有的態度與能力。
 | 1. 能蒐集世界各地的生活方式與文化習俗。
2. 能表達在地多元社會中生活的特質。
 | 1. 能表達自己與世界各地人、事、物接觸的經驗。
2. 能認識在地多元社會的特色。
 | 未達D級 |
| **保護自我與環境** | 危機辨識與處理 | 能主動察覺生活中社會現象或自然環境的危險情境，評估並選用合宜的策略，以保護自己及提醒他人。  | 能說明生活中社會現象或自然環境的危險情境，並執行策略以保護自己或他人。 | 能察覺生活中危險情境的成因，並知道保護自己或他人的策略。 | 能表達生活中的危險情境，及參與保護自己或他人的活動。 | 未達D級 |
| 戶外生活 | 1. 能運用領導或溝通的方法，規劃與執行合宜的戶外活動。
2. 能熟練野外生活技能，提升野外生活的安全與品質，並享受野外生活樂趣。
 | 1. 能與團隊成員溝通、規劃戶外活動，並嘗試執行。
2. 能展現野外生活技能，並提出降低對環境干擾或傷害的方法。
 | 1. 能參與及體驗團隊的戶外活動，並說出參與的感受。
2. 能具備野外生活的基本技能，並表達野外活動時保護環境的理由。
 | 1. 能表達自己參與戶外活動的經驗。
2. 能參與野外生活基本技能的學習活動，並學習保護環境的方法。
 | 未達D級 |
| 環境保護 | 能主動擬定、執行保護環境的策略，並分享推展環境永續發展活動的心得。 | 能分析個人行為與環境保護的關係，擬定改善的方法。 | 能舉出個人行為與環境保護的關係及感受。 | 能說出生活中與環境有關的社會現象。 | 未達D級 |