

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第一學期綜合領域/童軍家政科課程計畫

領域/科目	____綜合____領域 ____ 童軍家政____科目	實施年級	____七____年級				
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： 康軒 版 <input type="checkbox"/> 自編教材（經課發會通過）		學習節數	每週 2 節，本學期共 42 節			
對應領域 核心素養	A1 身心素質與自我精進 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		課程目標	1. 透過童軍的小隊制度探索與開發自我潛能，學習有效的溝通方式以培養解決問題的能力提升團隊效能，達成共同目標。 2. 藉由各項童軍技能的訓練使學生能善用各項資源探索環境且具備環境的觀察力，以落實愛護環境的行動。 3. 認識食材的選購貯存及烹調方式，展現對於個人及家庭生活的關心，並藉由實際的烹調實作培養學生烹調技巧以提升生活品質。			
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	主題一 人我新關係 單元 1 友誼啟航 活動 1 新友來報到 1. 上課常規說明及課程介紹。 2. 團體破冰活動	2b-IV-1 2b-IV-2	童 Aa-IV-1 童 Aa-IV-2 童 Aa-IV-3	活動參與		康軒一上課本 p. 15	
第二週	主題一 人我新關係 單元 1 友誼啟航 活動 1 新友來報到 1. 上課常規說明及課程介紹。 2. 團體破冰活動	2b-IV-1 2b-IV-2	童 Aa-IV-1 童 Aa-IV-2 童 Aa-IV-3	活動參與	品德教育	康軒一上課本 p. 15	

第三週	單元 2：當我們同在一起 活動 1：小隊成軍 1. 分小隊 2. 完成小隊名、小隊分工 單元 3：小隊進行式 活動 1：最佳拍檔 1. 團隊建立活動	2b-IV-1 3c-IV-2	童 Aa-IV-2 童 Ab-IV-1		品德教育	康軒一上課本 p. 18	
第四週	單元 3：小隊進行式 活動 2：小隊精神我最行 1. 小隊徽設計 2. 小隊精神演練	2b-IV-1 3c-IV-2	童 Aa-IV-2 童 Ab-IV-1	小隊徽、小 隊精神發表		康軒一上課本 p. 20. 21	
第五週	主題：估測 1. 認識永備尺 2. 進行長度、距離估測（教室實 測）	a-IV-2	童 Ca-IV-1	完成永備尺 學習單		永備尺學習單	
第六週	主題二 環境心探索 單元 1 校園夢幻島 活動 1 校園追追追 1. 認識各處室 2. 繪製校園打卡點（最危險、最安 全、最喜歡的地點）	3a-IV-1 3a-IV-2 3b-IV-1	童 Ca-IV-1 童 Ca-IV-2 童 Ba-IV-1 輔 Db-IV-1	完成校園平 面圖		校園平面圖	
第七週	主題二 環境心探索 活動 2 社區好風景 1. 地圖圖例、比例尺 2. 十六方位及方位角 3. 繪製上課路線圖說明	3a-IV-1 3a-IV-2 3b-IV-1	童 Ca-IV-1 童 Ca-IV-2 童 Ba-IV-1 輔 Db-IV-1	繪製上課路 線圖		教師自編教材 IPAD	段考
第八週	主題二 環境心探索 活動 2 社區好風景	3a-IV-1 3a-IV-2 3b-IV-1	童 Ca-IV-1 童 Ca-IV-2 童 Ba-IV-1	繪製上課路 線圖		教師自編教材 IPAD	

	1. 繪製上課路線圖		輔 Db-IV-1				
第九週	主題：愛護我的家園 活動：不塑之客 1. 環保提袋製作	b-IV-1	童 Ba-IV-2	環保提袋製作	環境教育	教師自編教材	
第十週	主題：愛護我的家園 活動：不塑之客 1. 環保提袋製作	b-IV-1	童 Ba-IV-2	環保提袋製作	環境教育	教師自編教材	
第十一週	主題：愛護我的家園 活動：不塑之客 1. 環保提袋製作	b-IV-1	童 Ba-IV-2	環保提袋製作	環境教育	教師自編教材	
第十二週	主題四：生活好味道 單元 2：從市場到廚房 活動 1：廚房找找看 1. 教師講解烹飪教室安全注意事項（燙傷：瓦斯爐、烤箱，割傷：刀具使用及清洗，食品衛生）。 2. 教師講解烹飪教室清潔要求與示範。 活動 2：器具對對碰 1. 教師講解烹飪教室內各種器材名稱及使用方法	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	活動參與	家政教育	康軒一下課本	
第十三週	主題：植物染 活動：植物染頭巾製作 1. 教師講解植物染來源以及操作方式。	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	活動參與	家政教育	教師自編教材	段考
第十四週	主題：植物染 活動：植物染頭巾製作 1. 進行「植物染」操作	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	植物染頭巾實作	家政教育	教師自編教材	

第十五週	主題：植物染 活動：植物染頭巾製作 1. 進行「植物染」操作	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	植物染頭巾 實作	家政教育	教師自編教材	校慶
第十六週	主題四：生活好味道 單元 1：街角遇到菜市場 活動 1：市場情報站 1. 生鮮食材選購要點 2. 包裝食品與散裝食品的選購要點 3. 產季、產地、販售環境、標章認證等因素對於食品選購的影響。	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	課堂表現	家政教育	康軒一下課本 p. 140	
第十七週	主題：料理新鮮人 活動：新鮮上菜 【烹飪實習】 1. 講解烹飪實習課程進行方式 2. 刀工介紹 3. 小組討論食材及分配工作	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	活動參與	家政教育	烹飪學習單	
第十八週	主題：料理新鮮人 單元：新鮮上菜 【烹飪實習】 1. 教師示範以及水果處理方式。 2. 實習煎蛋餅以及切水果	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	烹調實習	家政教育	烹飪學習單	
第十九週	主題四：生活好味道 單元 3：食在好繽紛 活動 1：食物本色 1. 食品保存的前處理方式及其對食品保存狀態的影響。 2. 食材保存要點歸納	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	課堂表現	家政教育	康軒一下課本 p. 166	
第二十週	主題：期末回顧 1. 寒假作業說明(煎蛋餅、切水果)	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	活動參與			

	2. 期末課程總回顧及回饋						
第二十一週	主題：期末回顧 1. 寒假作業說明(煎蛋餅、切水果) 2. 期末課程總回顧及回饋	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	活動參與			段考

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第二學期綜合領域/童軍家政科課程計畫

領域/科目	____綜合____領域 ____童軍家政____科目		實施年級	____七____年級			
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： 康軒 版 <input type="checkbox"/> 自編教材（經課發會通過）		學習節數	每週 2 節，本學期共 42 節			
對應領域 核心素養	A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作		課程目標	1. 覺察自己與家人溝通的方式，並體會經營家庭生活的重要。 2. 透過手縫技巧的學習與實作練習和應用，展現個人品味與美感，以期能提升生活品質。 3. 能夠檢核、評估所處環境風險，妥善運用空間及正確的火災逃生策略，減低危險的發生，保護自我與他人。 4. 培養野外求生技能並能應用於日常生活，提升解決問題的能力。			
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	主題：開學週 活動：分小隊 1. 上課常規說明 2. 本學期課程介紹。 3. 分小隊	3a-IV-2	童 Ca-IV-1	課堂參與			
第二週	主題三：用愛鋪滿家 單元 1：家庭愛行動 活動 1：成長回顧 1. 成長回顧 2. 命名故事 3. 教師講解愛的小書做法	2a-IV-3	家 Da-IV-1 家 Da-IV-2 家 Dc-IV-1		家政教育	康軒一下課本 p. 91	

第三週	主題三：用愛鋪滿家 單元1：家庭愛行動 活動：戀戀真情 1. 製作愛的小書	2a-IV-3	家 Da-IV-1 家 Da-IV-2 家 Dc-IV-1	愛的小書製作	家政教育		
第四週	主題三：用愛鋪滿家 單元1：家庭愛行動 活動：戀戀真情 1. 製作愛的小書	2a-IV-3	家 Da-IV-1 家 Da-IV-2 家 Dc-IV-1	愛的小書製作	家政教育		
第五週	主題三：生活新人王（七上） 單元2：縫紉巧手 活動1：手縫充電站 1. 認識常見縫紉用具（針、手縫線、車縫線、拆線器、穿線器、粉片、布剪、鋸齒剪） 2. 練習穿針打結	2c -IV -1	家 Bc-IV-1	實作練習	家政教育	康軒課本一上 p. 62	
第六週	主題三：生活新人王（七上） 單元2：縫紉巧手 活動2：巧手練功坊 1. 練習平針縫 2. 練習疏縫 3. 練習全回針縫	2c -IV -1	家 Bc-IV-1	實作練習	家政教育	康軒課本一上 p. 66	校外教學 （暫）
第七週	主題三：生活新人王（七上） 單元3：改造高手 活動2：匠心巧手做 1. 手縫作品製作	2c -IV -1	家 Bc-IV-1	縫製餐具袋	家政教育	教師自編教材	段考
第八週	主題三：生活新人王（七上） 單元3：改造高手 活動2：匠心巧手做	2c -IV -1	家 Bc-IV-1	縫製餐具袋	家政教育		

	1. 手縫作品製作						
第九週	主題三：生活新人王（七上） 單元3：改造高手 活動2：匠心巧手做 1. 手縫作品製作	2c -IV -1	家 Bc-IV-1	縫製餐具袋	家政教育		
第十週	主題：感恩點心 單元：感恩點心 1. 講解杯子蛋糕以及水果茶作法	2c -IV -1	家 Ac-IV-1 家 Ab-IV-2		家政教育	烹飪學習單	
第十一週	主題：感恩點心 單元：感恩點心 【烹飪實習】 1. 烤杯子蛋糕 2. 水果茶製作	2c -IV -1	家 Ac-IV-1 家 Ab-IV-2	烹調實習	家政教育	烹飪學習單	
第十二週	主題一：一起趣旅行 單元3：旅遊妙錦囊 活動1：出外巧幫手 1. 學習繩頭處理的方法 2. 學習收繩的方法	3d-IV-2	童 Da-IV-2	實作練習 繩結學習單		康軒一下課本 P. 23 繩結學習單	
第十三週	主題一：一起趣旅行 單元3：旅遊妙錦囊 活動1：出外巧幫手 1. 學習單結、連續單結、八字結 2. 學習漁人結	3d-IV-2	童 Da-IV-2	實作練習		繩結學習單	
第十四週	主題一：一起趣旅行 單元3：旅遊妙錦囊 活動1：出外巧幫手 1. 學習平結、雙套結 2. 學習接繩結	3d-IV-2	童 Da-IV-2	實作練習		繩結學習單	段考

第十五週	主題一：一起趣旅行 單元3：旅遊妙錦囊 活動1：出外巧幫手 1. 繩結小考	3d-IV-2	童 Da-IV-2	繩結小考		繩結學習單	
第十六週	主題一：戶外炊事樂（二上） 單元1：野地燧人氏 1. 火蟲製作、架柴 2. 生火注意事項	3d-IV-2	童 Da-IV-2	課堂參與		康軒二上課本	
第十七週	主題一：戶外炊事樂（二上） 單元1：野地燧人氏 1. 生火實作（烤爆米花）	3d-IV-2	童 Da-IV-2	生火實作		教師自編教材	
第十八週	主題一：戶外炊事樂（二上） 單元2：摩登炊事家 1. 現代爐具介紹及操作	3d-IV-2	童 Da-IV-2	課堂參與		康軒二上課本	
第十九週	主題一：戶外炊事樂（二上） 單元2：摩登炊事家 1. 影片欣賞-浩劫重生	3d-IV-2	童 Da-IV-2	課堂參與		浩劫重生影片	
第二十週	主題：期末回顧 1. 期末課程總回顧及回饋	2c-IV-1 2c-IV-2	童 Da-IV-2	課堂參與			
第二十一週	主題：期末回顧 1. 期末課程總回顧及回饋	2c-IV-1 2c-IV-2	童 Da-IV-2	課堂參與			段考

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第一學期綜合領域/輔導科課程計畫

領域/科目	____綜合____領域 ____輔導____科目		實施年級	____七____年級			
教材版本	■選用教科書： 康軒 版 □自編教材（經課發會通過）			學習節數	每週 1 節，本學期共 21 節		
對應領域 核心素養	<p>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。</p> <p>綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。</p> <p>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。</p>			課程目標	<p>1 促進自我發展：透過活動的體驗、省思與實踐，探索自我潛能與發展自我價值，增進自我管理知能與強化自律負責，尊重自己與他人生命進而體會生命的價值。</p> <p>2 落實生活經營：透過活動的體驗、省思與練習，實踐個人生活所需的技能並作有效管理，覺察生活中的變化以創新適應，探究、運用與開發各項資源。</p> <p>3 實踐社會參與：透過各項團體活動的參與體驗、省思與實踐，善用人際溝通技巧，服務社會並關懷人群，尊重不同族群並積極參與多元文化。</p> <p>4 保護自我與環境：透過活動的體驗、省思與實踐，辨識生活中的危險情境，學習自我保護與解決問題的策略，增進野外生活技能並與大自然和諧相處，保護或改善環境以促進環境的永續發展。</p>		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				

第一週	<p>國中相見歡</p> <p>1-1 教師自我介紹：專輔、授課教師差別</p> <p>1-2 認識校園：位置、資源等</p> <p>2-1 課程介紹：課本使用單元、校本生涯議題</p> <p>2-2 課堂常規說明：上課方式、分數計算、作業繳交</p> <p>3-1 姓名賓果活動：認識新同學</p>	<p>2b-IV-1</p> <p>1b-IV-2</p>	<p>輔 Dc-IV-2</p> <p>輔 Ca-IV-1</p>	完成學習單	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	自編教材及學習單	<p>作業</p> <p>期中平時成績 1：賓果單</p>
第二週	<p>國中小大不同</p> <p>1-1 比較國中及國小的生活，將學生的答案分類成一天作息、學校設施、考試升學、師生相處、課程作業及讀書態度，共六個向度。</p> <p>1-2 各組抽籤決定一個向度，根據此項度討論出因應之道。</p> <p>1-3 統整差異</p>	<p>2b-IV-1</p> <p>1b-IV-2</p>	<p>輔 Dc-IV-2</p> <p>輔 Ca-IV-1</p>	小組分享(含口頭+書面海報)	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	自編教材及學習單	<p>小組討論</p> <p>期中平時成績 2：小組分享(含口頭+書面海報)</p>
第三週	<p>我的精采地圖</p> <p>1-1 適應小撇步及因應，自己或他人的好方法分享</p> <p>1-2 畫出自己的精采地圖</p>	<p>2b-IV-1</p> <p>1b-IV-2</p>	<p>輔 Dc-IV-2</p> <p>輔 Ca-IV-1</p>	完成學習單	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	自編教材及學習單	<p>作業</p> <p>期中段考成績 1：精采地圖</p>
第四週	<p>1-1 認識各科任課教師</p> <p>1-2 班有鮮師大考驗</p> <p>1-3 表達對老師敬意與祝福</p>	<p>1b-IV-2</p> <p>2b-IV-2</p>	<p>輔 Db-IV-1</p> <p>輔 Dc-IV-2</p>	筆試	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	<p>搭配翰林版課本一、國中新時代(三)師生交流站-</p> <p>2. 校園鮮師</p>	小組討論、學習單

第五週	1-1 表達對老師敬意與祝福 1-2 接納老師的教導	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2	小組討論	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	搭配翰林版課本 一、國中新時代 (三)師生交流站- 2. 校園鮮師 3. 寫下給國小老師的感恩小卡(前面-學校+老師中文名字;中間-內文;結尾-自己的姓名) 4. 完成卡片,老師協助完成寄送部分。	小組討論、學習單
第六週	1-1 中學生生活適應量表-施測	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2		【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	中學生生活適應量表	量表施測
第七週 第一次段考	1-1 為什麼要學習:透過生活實例的討論,澄清學習的價值,激發學習的動力。能透過班級的分享,整理出學習對個人的意義。	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2		【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	小組討論、學習單
第八週	1-1 聰明訂目標 1-2 學生省思	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2		【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	自我省思

第九週	1-1 時間管理的重要性 1-2 N 字法則	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2	完成學習單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	作業 期末平時成績 1：時 間管理
第十週	性平課程-認識身體界線	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2 輔 Bb-IV-2	完成學習單	【性別教育】	自編教材及學習單	作業 自我省思
第十一週	性平課程-我有我的身體界線	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2 輔 Bb-IV-2	完成學習單	【性別教育】	自編教材及學習單	作業 自我省思
第十二週	1-1 我的代表作-認識自我	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2 輔 Bb-IV-2	完成學習單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	學習單
第十三週 第二次段考	1-1 特質葡萄串	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1	完成學習單	【生涯規畫教育】	自編教材及學習單	作業 期末平時成績 2：特 質葡萄串

			輔 Ab-IV-1		涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。		
第十四週	1-1 周哈里窗	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	完成學習單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	作業 期末段考成績 1：周 哈里窗
第十五週 校慶	1-1 生活適應量表解測	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1		【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	生活適應量表	自我省思
第十六週	1-1 生涯檔案封面製作及設計	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	完成生涯檔案 封面	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	作業
第十七週	1-1 何倫碼概念認識 1-2 何倫碼【C】的相關職業、升學進 路介紹&楷模人物影片欣賞	1c-IV-1	輔輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	完成學習單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	活動參與 自我省思

第十八週	1-1 何倫碼【E】的相關職業、升學進路介紹&楷模人物影片欣賞	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	完成學習單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	活動參與 自我省思
第十九週	1-1 何倫碼【C】及【E】相關職業介紹	1c-IV-1	輔 Ca-IV-1 輔 Ca-IV-2 輔 Cb-IV-1	完成學習單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	小組討論、學習單
第二十週	1-1 整理生涯檔案 1-2 填寫生涯統整學習單	1c-IV-1	輔 Ca-IV-1 輔 Ca-IV-2 輔 Cb-IV-1	完成學習單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	自我省思
第二十一週 期末考	1-1 建置國中生生涯輔導手冊 1-2 統整與回顧本學期課程，書寫於學習單。	1c-IV-1	輔 Ca-IV-1 輔 Ca-IV-2 輔 Cb-IV-1	完成學學單	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。	自編教材及學習單	學習單

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第二學期綜合領域/輔導科課程計畫

領域/科目	____綜合____領域 ____輔導____科目		實施年級	__七__年級			
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書：康軒 版 <input type="checkbox"/> 自編教材（經課發會通過）			學習節數	每週 1 節，本學期共 21 節		
對應領域 核心素養	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-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。			課程目標	1. 本課程依據核心素養與領域課綱學習表現、學習內容進行設計，結合重大議題，並適時融入新興概念與社會時事，以培養面對未來的基本能力。 2. 本課程設計融合各種體驗活動，引導學生透過活動的進行，培養及強化學生實踐之能力，並運用於生活當中。 3. 本教材設計「我的小組名單」與「我的備忘錄」等內容，以提供學生記錄分工責任及備忘記事。 4. 本綜合活動課本配合課程設計，於各主題後提供評量活動，引導學生於主題學習後檢核個人學習概況，作為教師評量與學生自評之參考。		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	本學期課程架構介紹： 1. 收寒假作業 說明課程架構，及確認小老師及職務說明課堂規定(發言、秩序) 3. 建立本學期自我期許 4. 填寫生涯紀錄手冊	1b-IV-1	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2 自我	參與討論、 課堂問答	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問	生涯紀錄手冊	完成生涯紀錄手冊

			管理與學習效能		題解決。		
第二週	分組活動： 1. 分組活動 小組合作活動，體驗團體動力	1b-IV-1	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	參與討論、課堂問答	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。		
第三週	國中生學習與讀書策略量表施測 測驗計分及繪製側面圖	1b-IV-1	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	量表施測	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	國中生學習與讀書策略量表測驗	
第四週	國中生學習與讀書策略量表測驗解釋 學習單填寫	1b-IV-1	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	課堂問答、觀察記錄 期中平時成績 1	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	1. 國中生學習與讀書策略量表測驗 2. 生涯輔導紀錄手冊 3. 自編教材	完成學習單

第五週	一、學習修鍊室—學習探險家 能擬訂適當、有挑戰性的目標。 協助學生依目標擬訂具體可行的學習計畫。	1b-IV-1	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	態度檢核、 資料蒐集整理、參與討論、課堂問答、學習單 期中段考成績 1	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	搭配翰林版教科書第一主題學習修鍊室：第 2 單元「學習探險家」	學習態度、 課堂參與
第六週 校外教學(暫訂)	一、學習修鍊室—學習大智慧【活動 1】多元智慧家 能了解多元學習能力的意義與內涵。 能了解多元學習能力與學習表現的關係	1b-IV-1	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	量表施測、參與討論、課堂問答	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	1. 搭配翰林版教科書第一主題學習修鍊室：第 3 單元「學習大智慧」 2. 多元智能量表	學習態度、 課堂參與
第七週 第一次段考	一、學習修鍊室—學習大智慧【活動 1】多元智慧家 能了解多元學習能力的意義與內涵。 能了解多元學習能力與學習表現的關係	1b-IV-1	輔 Ba-IV-2 輔 Bb-IV-2 家 Ca-IV-1	態度檢核、參與討論、課堂問答、量表施測 學習單 期末平時成績 1	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	1. 搭配翰林版教科書第一主題學習修鍊室：第 3 單元「學習大智慧」 2. 多元智能量表 3. 自編教材	學習態度、 課堂參與
第八週	一、學習修鍊室—學習大智慧【活動 1】多元智慧家 能欣賞自身擁有的多元能力 將多元能力用及落實於生活中	1b-IV-1	輔 Ba-IV-2 輔 Bb-IV-2	態度檢核、參與討論、課堂問答 期末平時成績 1	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找	1. 搭配翰林版教科書第一主題學習修鍊室：第 3 單元「學習大智慧」 2. 自編教材	學習態度、 課堂參與

			家 Ca-IV-1		課外資料，解決困難。		
第九週	一、學習修鍊室—學習大智慧【活動1】多元智慧家 能欣賞自身擁有的多元能力 將多元能力運用及落實於生活中	1b-IV-1	輔 Ba-IV-2 輔 Bb-IV-2 家 Ca-IV-1	參與討論、課堂問答 期末平時成績 1	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	1. 搭配翰林版教科書第一主題學習修鍊室:第 3 單元「學習大智慧」 2. 自編教材	完成學習單
第十週	得「心」應手—聆聽心聲音 覺察自己面對同儕壓力的經驗與感受。 了解不同角色在團體中的立場及感受。	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	參與討論、課堂問答、學習單 期末平時成績 2	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。□ 品 J8 理性溝通與問題解決。	1. 搭配翰林版教科書 2. 自編教材	完成學習單
第十一週	得「心」應手—認識我訊息 能學習「我訊息」的溝通技巧，表達自己的想法與感受，營造良好的人際溝通模式。	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	參與討論、課堂問答、學習單 期末平時成績 2	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	1. 搭配翰林版教科書 2. 自編教材	學習態度、課堂參與

第十二週	得「心」應手—三明治說話法	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	態度檢核、觀察記錄、參與討論、課堂問答	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	1. 搭配翰林版教科書 2. 自編教材	學習態度、課堂參與
第十三週	認識流浪動物	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	態度檢核、觀察記錄、參與討論、課堂問答	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。□ 品 J8 理性溝通與問題解決。□	自編教材	完成學習單
第十四週 第二次段考	生涯—家長職涯講座 邀請不同工作領域家長介紹工作狀況，並給予學生就目前就學現況建議。 完成學習單	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	參與討論、課堂問答	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	學習態度、課堂參與
第十五週	生涯—家長職涯講座 邀請不同工作領域家長介紹工作狀況，並給予學生就目前就學現況建議。 完成學習單	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	參與討論、課堂問答、學習單 期末段考成績 1	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	完成學習單

					品 J8 理性溝通與問題解決。		
第十六週	特教宣導	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	參與討論、課堂問答、作業	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	自編教材	完成學習單
第十七週	生涯—何倫碼複習與介紹	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	資料蒐集整理、觀察記錄、分組報告、參與討論、課堂問答、作業	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	學習態度、課堂參與
第十八週	生涯—何倫碼「S」 1. 介紹相關科系內涵。 介紹相關升學進路。 介紹相關能力特質。 完成學習單	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	資料蒐集整理、觀察記錄、分組報告、參與討論、課堂問答、作業	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	完成學習單
第十九週	生涯—何倫碼「A」 1. 介紹相關科系內涵。 介紹相關升學進路。 介紹相關能力特質。	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	資料蒐集整理、課堂問答	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人	自編教材	完成學習單

	完成學習單				格特質與價值觀。		
第二十週	1. 發放與解說暑假作業 2. 整理生涯檔案	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	態度檢核、課堂問答	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值觀。		學習態度、 課堂參與
第二十一週 期末考	課程統整 統整本學期課程內容、學習單。 生涯統整學習單(Young Young 的 憶)	1b-IV-1	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2 自我 管理與學習效能	態度檢核、課堂問答	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的人 格特質與價值 觀。		學習態度、 課堂參與

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第一學期綜合領域/童家科課程計畫

領域/科目	____綜合____領域 ____童家____科目	實施年級	____八____年級	
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： <u>翰林</u> 版 <input type="checkbox"/> 自編教材（經課發會通過）		學習節數	每週 2 節，本學期共 42 節
對應領域	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。</p>		課程目標	<p>請以條列式呈現</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>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>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>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> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學會搭架蒙古包 2. 認識露營裝備及背包裝填技巧 3. 認識並能正確操作露營爐具 4. 學會各項繩結 5. 小隊規劃露營餐食並實際進行烹調 <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> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習各種衣料的特性與清潔保養要領 2. 收集、分享並討論各種衣物收納技巧 <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> <ol style="list-style-type: none"> 1. 消費規劃-服裝選購 2. 以【家庭現金流體驗活動】體會家庭消費方式對生活的影響

					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。 1. 探索各種消費管道之優劣 2. 收集各種消費陷阱新聞		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	[開學週] 1. 上課常規說明、課程介紹 2. 分四個活動小隊、取小隊名	Cb-IV-2	1c-IV-2	分組態度		1. 翰林版國二上課本 p. 74-78 p. 60-61 p. 64-71 2. 蒙古包	
第二週	[主題 4：安康露營去] 單元 1：風險一把罩 「活動 1」化險靠計策] [主題 3：露營練功坊] 單元 2：帳篷下的秘密 「活動 1」帳篷好幫手—認識各式帳篷 「活動 2」帳篷達人— 1. 營位選擇 2. 帳篷搭架練習	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	實作評量 (日常)	環境教育	1. 翰林版國二上課本 p. 74-78 p. 60-61 p. 64-71 2. 蒙古包	
第三週	[主題 4：安康露營去] 單元 1：風險一把罩 「活動 2」有備必無患— 1. 露營裝備說明 2. 背包裝填原則	3a-IV-2	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	(日常) 背包裝填實作	環境教育	翰林版國二上課本 p. 79-84	
第四週	[(一下) [主題 4：結火童行] 單元 2：火焰力士 「活動 2」爐火純青—現代爐具	3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3	(日常) 卡式爐操作 設計野炊菜	環境教育	1. 翰林版國二上課本 p. 52-57	

	介紹 主題 3：露營練功坊] 單元 1：可口玩野炊 「活動 2」野炊有妙計--規劃 四菜一湯		童 Da-IV-1	單		2. 露營爐具、餐 具	
第五週	[主題 3：露營練功坊] 單元 1：可口玩野炊 「活動 3」美味上桌囉— 烹調教室實作	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	烹調實作 (日常)	環境教育	翰林版國二上課 本 p. 58-59	
第六週	[主題 4：安康露營去] 單元 2：輕鬆玩露營 「活動 2」露營活動心體驗— 寢旗團旗繪製	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	實作評量 (日常)	環境教育	空白寢旗團旗	
第七週	(一下) [主題 4：結火童行] 複習國一下的繩結 (收繩、平 結、連續單結、連續八字、漁 人結、平結)	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	1. 實作評量 (定期) 2. 繩結學習 單	環境教育	1. 翰林版國一下 課本 p. 62-69 2. 童軍繩 3. 繩結學習單	段考
第八週	一下) [主題 4：結火童行] 單元 1：結繩達人 「活動 2」繩結二三事— 學習活結、接繩結、營繩結、雙 半結的結法	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	1. 實作評量 2. 繩結學習 單	環境教育	1. 繩結筆記 2. 童軍繩 3. 繩結學習單	
第九週	[主題 4：結火童行] 單元 1：結繩達人 「活動 2」繩結二三事— 學習雙套結、瓶口結、稱人結 「活動 2」露營活動心體驗—	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	露營日誌 (定期)	環境教育	露營日誌學習單	

	1. 露營日誌撰寫說 2. 露營前叮嚀						
第十週	繩結應用闖關、繩結考試	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	實作評量 (定期)	環境教育	童軍繩	
第十一週	繩結應用闖關、繩結考試	1c-IV-2 3a-IV-1 3a-IV-2 3d-IV-1	童 Cb-IV-1 童 Cb-IV-2 童 Cb-IV-3 童 Cb-IV-3 童 Da-IV-1	實作評量 (定期)	環境教育	童軍繩	
第十二週	主題 1-幸福生活計畫 p. 11~20 家庭消費方式	2c-IV-2	家 Ca-IV-1 家 Ca-IV-2	1. 家庭現金 流調查單	家庭教育	1. 家庭現金流調查單 2. 課本 p. 16-20 3. 利用綠鼻子童書引導需要跟想要的概念，修正不必要的浪費	
第十三週	「活動 3」消費踏步走 1. 各種消費管道認識 2. 認識消費陷阱-收集購物糾紛新聞進行分享	2c-IV-2	家 Ca-IV-1 家 Ca-IV-2	【我的服裝選購提案】	家庭教育	翰林課本+服裝 PPT+如何辨識真假訊息 PPT	段考
第十四週	3. 消費規劃-服裝選購	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	筆記	家庭教育	翰林課本+服裝 PPT	
第十五週	「著衣有術」 「活動 1」衣服會說話 審視與修正個人穿衣決策考量習慣。	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	筆記	家庭教育	翰林課本 服裝 PPT	校慶
第十六週	活動 3」衣采萬千	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	筆記	家庭教育	翰林課本	

	認識服裝的搭配原則與應用					服裝 PPT	
第十七週	主題七：衣 Q 魔法師(國一上) 單元一：衣 Q 養成計畫 「活動 2」衣料辨認術 1. 認識常見纖維的特性與用途。 2. 織物的織法	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	P. 98-99	家庭教育	翰林課本 服裝 PPT	
第十八週	主題七：衣 Q 魔法師 單元二：衣物保養 「活動 1」洗衣的修練 1. 認識洗標 2. 認識洗衣的妙招	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	筆記	家庭教育	翰林課本 服裝 PPT	
第十九週	[衣物保養綜合活動] 1. 服裝纖維燃燒示範 2. 服裝去汙練習	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	1. 纖維燃燒紀錄單 2. 去汙學習單	家庭教育	翰林課本 服裝 PPT	
第二十週	主題七：衣 Q 魔法師 單元二：衣物保養 「活動 2」收納的考驗 1. 學習收納的技巧與原則 2. 快速折衣法影片	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	筆記	家庭教育	翰林課本 服裝 PPT	
第二十一週	寒假作業[為家人洗衣服]說明	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	期末紙筆測驗	家庭教育	翰林課本 服裝 PPT	段考

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第二學期綜合領域/童家科課程計畫

領域/科目	____綜合____領域 ____童軍家政____科目	實施年級	____八____年級	
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： 翰林 版 <input type="checkbox"/> 自編教材（經課發會通過）		學習節數	每週 2 節，本學期共 42 節
對應領域 核心素養	<p>請以條列式呈現</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。</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>童 Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。</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>童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。</p>		課程目標	<p>請以條列式呈現</p> <p>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> <p>**PIZZA+布丁奶茶製作</p> <p>3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。</p> <p>**服務學習計畫</p> <p>3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。</p> <p>**手縫鉛筆袋</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>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。</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>3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。</p> <p>**家族旅行規劃</p>

學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	【新學期新團隊】 1. 建立新團隊並培養新的團隊動力 2. 收寒假作業	Cb-IV-2	1c-IV-2	寒假作業			
第二週	主題 3-Love 服務(國一下) 單元 1: 點燃服務之光 1. 澄清服務學習的真諦並建立正確的觀念。 2. 分享服務經驗，學習表達感恩，以增強服務學習的動機。	3b-IV-1	童 Ba-IV-1 童 Bb-IV-1 童 Bb-IV-2	小組討論及報告	品德教育	服務學習 ppt	
第三週	主題 3-Love 服務(國一下) 單元 2: 有愛世界 「活動 1」服務我最行 1. 具備資源整合的能力，進行服務學習的規畫。 2. 完成服務學習的各項準備。	3b-IV-1	童 Ba-IV-1 童 Bb-IV-1 童 Bb-IV-2	1. 小隊報告 2. 分組合作學習	品德教育	服務學習 ppt	
第四週	「活動 1」服務我最行 確實執行服務學習計畫。	3b-IV-1	童 Ba-IV-1 童 Bb-IV-1 童 Bb-IV-2	學生行為觀察	品德教育	服務學習 ppt	
第五週	「活動 1」服務我最行 確實執行服務學習計畫	3b-IV-1	童 Ba-IV-1 童 Bb-IV-1 童 Bb-IV-2	學生行為觀察	品德教育	服務學習 ppt	
第六週	「活動 1」服務我最行 1. 執行服務學習計畫並檢核得失。 2. 宣導擴大參與服務學習的案	3b-IV-1	童 Ba-IV-1 童 Bb-IV-1 童 Bb-IV-2 童 Bb-IV-3	小隊報告	品德教育	服務學習 ppt	

	例						
第七週	複習回針縫、毛邊縫、打結 學習鈕扣縫	3c-IV-2	家 Cc-IV-2	實作評量 (日常)	家政教育	手縫 PPT	段考
第八週	1. 學習半回針、斜針縫 2. 學習交叉縫	3c-IV-2	家 Cc-IV-2	實作評量	家政教育	手縫教具	
第九週	運用各種針法縫製鉛筆袋	3c-IV-2	家 Cc-IV-2	實作評量 (定期)	家政教育	牛仔布、手縫 針、手縫教具、 手縫線	
第十週	縫合鉛筆袋	3c-IV-2	家 Cc-IV-2	實作評量	家政教育	鉛筆袋製作 PPT 牛仔布、手縫 針、手縫線、鈕 扣	
第十一週	鉛筆袋上拉鍊	3c-IV-2	家 Cc-IV-2	實作評量	家政教育	鉛筆袋製作 PPT 牛仔布、手縫 針、手縫線	
第十二週	鉛筆袋裝飾	3c-IV-2	家 Cc-IV-2	實作評量	家政教育	鉛筆袋製作 PPT	
第十三週	主題 1-食光新主張 單元 2-盛食行動派 PIZZA+布丁奶茶製作講解	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2 家 Aa-IV-3	實作評量	家政教育	PIZZA 製作 ppt2. 食譜學習 單	
第十四週	蟻PIZZA+布丁奶茶 烹飪實習	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2 家 Aa-IV-3	實作評量 (日常)	家政教育	1. PIZZA 製作 ppt	段考

						2. 食譜學習單	
第十五週	【方位知多少】 1. 培養戶外活動的應變能力。 2. 指北針教學	2c-IV-2	3a-IV-1	實作評量 (日常)	環境教育	1. 方位 PPT 2. 指北針	
第十六週	【方位知多少】 3. 認識自然物辨方位(複習國一教過) 4. 時表法~中北外南	2c-IV-2	3a-IV-1	實作評量 (日常)	環境教育	時表法 (中北外南)	
第十七週	主題五：休閒快樂行 單元一：戶外活動 Let' s go 「活動 1」戶外活動知多少 1. 藉由旅行聯想，分享旅行的樂趣。	3a-IV-2	童 Cc-IV-2 童 Cc-IV-1	實作評量 (日常)	環境教育	分享台灣旅行相關影片	
第十八週	主題五：休閒快樂行 2. 認識多樣的旅行，嘗試不一樣的旅行方式。 「活動 3」一起出發休閒好	3a-IV-2	童 Cc-IV-2 童 Cc-IV-1	實作評量 (日常)	健康促進計畫	分享台灣旅行相關影片	
第十九週	【家庭旅遊提案】 1. 歸納擬訂旅行計畫需考量的因素。 2. 了解旅行規畫的原則，培養安排旅行的能力。	3a-IV-2	童 Cc-IV-2 童 Cc-IV-1	小隊討論參與	健康促進計畫	1. 家庭旅行規劃書 2. 電子地圖	

	3. 認識電子地圖的運用 4. 初步規劃家庭旅行計畫。 「活動 2」風險管理都知道						
第二十週	【家庭旅行提案】 1. 瞭解規畫旅遊時應注意的交通安全問題。 2. 了解旅遊平安險 3. 規劃家庭旅行所需的資料與裝備。	3a-IV-2	童 Cc-IV-2 童 Cc-IV-1 童 Db-IV-1 童 Db-IV-2	家庭旅遊平安保險表	健康促進計畫	旅遊平安保險投保	
第二十一週	[回顧與展望] 1. 回顧學習過程，展望未來學習 2. 確認家庭旅行之各項細節	3a-IV-2	童 Cc-IV-2 童 Cc-IV-1	完成家庭旅行規劃書	健康促進計畫	家庭旅行規劃書	段考

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第一學期綜合領域/輔導科課程計畫

領域/科目	<u>綜合</u> 領域 <u>輔導</u> 科目		實施年級	<u>八</u> 年級			
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書：翰林 版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)			學習節數	每週 1 節，本學期共 21 節		
對應領域 核心素養	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。			課程目標	輔導 (一) 從自我面向拓展至與他人關係的層面，經由對個性的認識，學習欣賞與尊重自己與他人的異同。 (二) 覺察可能發生的人際衝突，進而學習溝通協商等處理策略，解決生活中所發生的人際衝突。 (三) 透過各項活動觀察和體驗，協助學生從生活中服飾的搭配和選擇，塑造個人形象，並藉由個人服飾專欄的完成，展現自我風格。 (四) 觀察各種不同織物材質，了解服飾清潔與保養方法，並學習服飾整理與收納技巧，培養生活自理能力，進而達到良好生活之目標。 (五) 透過一系列的野外團體活動與實作，讓學生學習露營相關知能。 (六) 藉由實際規畫與從事露營活動，培養學生露營生活與省思的能力，促進團隊凝聚力與合作精神，進而展現自己的興趣與專長，並將這些對自我的認識，運用在生活中。		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				

第一週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動一 情緒觀測站 1. 情緒你我他 :對於情緒的定義與認識。 2. 讀「情」術 :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。	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	自編教材與學習單	
第二週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動二 情緒曲線 1. 情緒曲線圖 :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。	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	自編教材與學習單	
第三週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動三 思想情緒調節站 1. 思想定檢站／情緒的方向 :透過故事閱讀討論引出想法可決定情緒的重點。	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	自編教材與學習單	
第四週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動三 思想情緒調節站 1. 走出思考框框 :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。	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。	自編教材與學習單	
第五週	(暫定)性向測驗一	1c-IV-1 1c-IV-2	輔 Bb-IV-2	心理測驗:能力測驗	【生涯規劃教育】 涯J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯J3 覺察自己的	輔導處專輔教師一同協助	

					能力與興趣。 涯J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。		
第六週	(暫定)性向測驗二	1c-IV-1 1c-IV-2	輔 Bb-IV-2	心理測驗:能 力測驗	【生涯規劃教育】 涯J1 了解生涯規 劃的意義與功能。 涯J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。	輔導處專輔教師一 同協助	
第七週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動三 思想情緒調節站 1. 表達情緒我可以:學生思考哪 種方式是健康的情緒表達方 式以及理由。	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-2	課堂問答、態 度檢核、學習 單	【品德教育】 品J1 溝通合作與 和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與 問題解決。	自編教材與學習單	第一次段考
第八週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動四 穩住情緒 1. 情緒小錦囊／情緒紓解便利 貼: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。	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-2	課堂問答、態 度檢核、學習 單	【品德教育】 品J1 溝通合作與 和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與 問題解決。	自編教材與學習單	
第九週	主題六：彩繪生涯（第一次段考） 1. 何倫碼【I】介紹:介紹該何倫 碼相關特質及職群，學生推測 相關職業。	1c-IV-1 1c-IV-2	輔 Ca-IV-2	課堂問答、態 度檢核、學習 單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規 劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的	自編教材與學習單	

					能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。		
第十週	主題六：彩繪生涯 1. 何倫碼【R】介紹： 介紹該何倫 碼相關特質及職群，學生推測 相關職業。	1c-IV-1 1c-IV-2	輔 Ca-IV-2	課堂問答、態 度檢核、學習 單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規 劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。	自編教材與學習單	
第十一週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家（第二次段考） 活動二 家人生涯史 1. 生涯金三角： 說明生涯金三角 觀念。	1c-IV-1 1c-IV-2	輔 Ca-IV-2 家 Dd-IV-3	課堂問答、態 度檢核、學習 單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規 劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。關懷與保護弱 勢。	自編教材與學習單	
第十二週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家 活動二 家人生涯史 1. 生涯金三角： 透過生涯金三角 的檢核，發現自己需加強了解 的部分。	1c-IV-1 1c-IV-2	輔 Ca-IV-2 家 Dd-IV-3	課堂問答、態 度檢核、學習 單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規 劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。	自編教材與學習單	

第十三週	性向測驗解測一	1d-IV-1	輔 Bb-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材與學習單	第二次段考
第十四週	性向測驗解測二	1d-IV-1	輔 Bb-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材與學習單	
第十五週	性向測驗解測三	1d-IV-1	輔 Bb-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材與學習單	校慶
第十六週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒 <u>活動一 工作世界</u> 1. <u>工作世界聯想</u> ：認識職業的真實面貌，並且思考有哪些方法可以當助我們認識職業。	1c-IV-2	輔 Cb-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材與學習單	

					觀。		
第十七週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒 活動二 職業瀏覽器 1. 職業調查報告： 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、內容。	1c-IV-2	輔 Cb-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材與學習單	
第十八週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒 活動二 職業瀏覽器 1. 性別與職業： 帶領學生思考性別與職業的關係。	1c-IV-2	輔 Cb-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。	自編教材與學習單	
第十九週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒 1. 技職報告製作(職群介紹)。	1c-IV-2	輔 Cb-IV-2	課堂問答、態度檢核	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的	自編教材	

					人格特質與價值觀。		
第二十週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒 1. 技職報告製作(職群介紹)。	1c-IV-2	輔 Cb-IV-2	課堂問答、態度檢核	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	
第二十一週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒（第三次段考） 1. 技職報告製作(職群介紹)。	1c-IV-2	輔 Cb-IV-2	課堂問答、態度檢核	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	自編教材	期末考

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第二學期綜合領域/輔導科課程計畫

領域/科目	<u>綜合</u> 領域 <u>輔導</u> 科目	實施年級	<u>八</u> 年級	
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書：翰林 版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)		學習節數	每週 1 節，本學期共 21 節
對應領域 核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p>		課程目標	<p>輔導</p> <p>(一) 透過生活觀察與自我省思來理解性別刻板印象對於自身的影響，藉由多元性別議題的介紹，進而形塑正向的性別認同，並且落實真正的性別尊重。</p> <p>(二) 透過理想對象特質討論、交往想法的辯論、新聞案例討論，讓學生了解喜歡與愛情的差別、喜歡的理想情人特質、釐清愛情交往的迷思，以及因應分手失落的哀傷，進而在未來面對愛情關係，能抱持著合宜的觀念與態度。</p> <p>(三) 藉由職業資訊的介紹，協助學生了解自己的興趣、特質以及目前的職業世界，藉此建構個人的夢想藍圖。</p> <p>(四) 體會生命的價值，並珍惜生命，尊重生命，發現需要協助的生命與其需求。</p> <p>(五) 結合服務學習的概念與步驟，給予弱勢團體實際的救助行動與關懷。</p> <p>(六) 從生活經驗出發，透過探索、體驗、資料收集、分享與省思活動，使學生對異國文化有更多了解。</p> <p>(七) 培養學生尊重多元文化的態度，並透過活動探索自我，增進資源搜尋與運用的能力。</p>

學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社 活動一 性別觀察家 1. 性別事件簿 :討論情境中的性別差異與困擾後，寫下自己的經驗。	2a-IV-2	輔 Aa-IV-2 輔 Dd-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【性別平等教育】 性J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。	自編教材與學習單	
第二週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社 活動二 性別與尊重 1. 性平勇士 :引導學生去發現性別平等的態度在家庭、學校、社會中潛移默化地傳遞，日常生活中就要養成性別平等的意識。	2a-IV-2	輔 Aa-IV-2 輔 Dd-IV-1 輔 Dd-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【性別平等教育】 性J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。	自編教材與學習單	
第三週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社 活動三 性別平等行動 一、活動說明 二、活動進行 1. 性別新聞臺 :參考課本性別新聞臺的內容，討論日常生活中哪些行為可能涉及對他人的騷擾與侵害，甚至霸凌。 2. 性平魔法書 :寫下不同情境下可以因應性騷擾和性霸凌的小妙方製作成標語海報。	2a-IV-2	輔 Aa-IV-2 輔 Dd-IV-1 輔 Dd-IV-2	課堂問答、態度檢核、學習單	【性別平等教育】 性J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。	自編教材與學習單	
第四週	(暫定)生涯興趣測驗	1c-IV-1 1c-IV-2	輔 Bb-IV-2	心理測驗:能力測驗	【生涯規劃教育】 涯J1 了解生涯規劃的意義與功能。		輔導處專輔教師一同協助

					涯J3 覺察自己的能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。		
第五週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 活動一 初探感情路 1. 了解兩性交往各階段應有的行為表現。 2. 學習與異性相處應有的正確態度方法。	2a-IV-2	輔 Dd-IV-2 家 Db-IV-3	課堂問答、態度檢核、學習單	【家庭教育】 家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	自編教材與學習單	
第六週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 活動二 初探感情路 1. 了解兩性交往各階段應有的行為表現。 2. 學習與異性相處應有的正確態度方法。	2a-IV-2	輔 Dd-IV-2 家 Db-IV-3	課堂問答、態度檢核、學習單	【家庭教育】 家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	自編教材與學習單	
第七週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 活動三 愛情不卡關 1. 了解婚前性行為對兩性交往的影響。 2. 在性別交往時，能尊重彼此的身體自主權。 3. 學習以合宜的方式表達對他人的愛意。	2a-IV-2	輔 Dd-IV-2 家 Db-IV-3	課堂問答、態度檢核、學習單	【家庭教育】 家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	自編教材與學習單	第一次段考
第八週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲 活動三 愛情不卡關	2a-IV-2	輔 Dd-IV-2 家 Db-IV-3	課堂問答、態度檢核、學習單	【家庭教育】 家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	自編教材與學習單	

	1. 學會面對分手時應有的正確態度。 2. 能善用各項資源，做好分手時的心理調適。				展，以及溝通與衝突處理。		
第九週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 1. 以寒假作業中的職業情報，開啟對各行業的認識。 2. 增進對各職業的觀察與體會。	1c-IV-1	輔 Cb-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯J6 建立對於未來生涯的願景。	自編教材與學習單	
第十週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 1. 了解未來趨勢會對職業造成影響。 2. 學習透過未來趨勢，推估日後可能會衰退與新興的職業。	1c-IV-1	輔 Cb-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯J6 建立對於未來生涯的願景。	自編教材與學習單	
第十一週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 1. 學習運用網路資源蒐集職業資訊，認識職業世界及其趨勢。 2. 了解不同類型的職業內涵，擴展對職業的認識。	1c-IV-1	輔 Cb-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	自編教材與學習單	
第十二週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路 1. 學習運用網路資源蒐集職業資	1c-IV-1	輔 Cb-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	自編教材與學習單	

	<p>訊，認識職業世界及其趨勢。</p> <p>2. 了解不同類型的職業內涵，擴展對職業的認識。</p>				<p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>		
第十三週	<p>主題六：生涯方程式</p> <p>單元一：追蹤生涯路</p> <p>1. 探索自我對未來工作的想像。</p> <p>2. 了解個人的工作價值與職業選擇的關係</p>	1c-IV-1	輔 Cb-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	<p>【生涯規劃教育】</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>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	自編教材與學習單	
第十四週	<p>主題六：生涯方程式</p> <p>單元二：勇闖生涯路</p> <p>1. 探索自我對未來工作的想像。</p> <p>2. 了解個人的工作價值與職業選擇的關係。</p>	1c-IV-2	輔 Ca-Iv-1	課堂問答、態度檢核、學習單	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。</p>	自編教材與學習單	(第二次段考)
第十五週	<p>主題六：生涯方程式</p> <p>單元二：勇闖生涯路(職群報告)</p> <p>1. 認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。</p>	1c-IV-2	輔 Ca-Iv-1	課堂問答、態度檢核	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。</p>	自編教材與學習單	
第十六週	<p>主題六：生涯方程式</p> <p>單元二：勇闖生涯路(職群報告)</p> <p>1. 認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。</p>	1c-IV-2	輔 Ca-Iv-1	課堂問答、態度檢核	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。</p>	自編教材與學習單	
第十七週	<p>主題六：生涯方程式</p> <p>單元二：勇闖生涯路(職群報告)</p> <p>1. 認識多元入學管道，整合各項升</p>	1c-IV-2	輔 Ca-Iv-1	課堂問答、態度檢核	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p>	自編教材與學習單	

	學資訊，為自己的升學做準備。				涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。		
第十八週	興趣測驗解測	1c-IV-2	輔 Ca-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。	自編教材與學習單	
第十九週	何倫六碼統整 1	1c-IV-2	輔 Ca-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。	自編教材與學習單	
第二十週	何倫六碼統整 2	1c-IV-2	輔 Ca-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。	自編教材與學習單	
第二十一週	學期總回顧 1. 建置國中生涯輔導手冊。 2. 統整回顧本學期課程，書寫於學習單。	1c-IV-2	輔 Ca-IV-1	課堂問答、態度檢核、學習單	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。	自編教材與學習單	期末考

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第一學期綜合活動領域/童軍家政科課程計畫

領域/科目	__綜合活動__領域 __童軍家政__科目		實施年級	__九__年級			
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書:翰林版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)			學習節數	每週 2 節, 本學期共 42 節		
對應領域 核心素養	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, 保護自我與他人。 綜-J-C3 探索世界各地的生活方式, 理解、尊重及關懷不同文化及族群, 展現多元社會中應具備的生活能力。			課程目標	1. 探討生活中的危險情境, 針對洪水海嘯等災難, 學習預防與應變之道, 強化保護自己與他人的策略。 2. 透過探討真實洪水海嘯報導的求生內容, 檢測各項野外求生的知能運用, 藉以提升自救救人的能力。 3. 學習野外求生裝備、庇護所搭建方式、水源尋找及取得技巧、可食野生植物辨識、無具野炊等野外求生技能。 4. 藉由對多元族群及各國飲食文化的探索, 覺察不同文化的差異與內涵, 學習尊重各種族群風俗習慣		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	【相見歡】 分新小組 主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 1>機會是給準備好的人 課程—1. 災難新聞案例分享討論 2. 討論戶外生存所需具備的能力及物品	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	分組討論分享	【環境教育】 環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。 環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險, 學習適當預防與避難行為。 【防災教育】 防 J1 臺灣災害的風險因子包含社會、經濟、環境、	新聞案例	
第二週	主題五危機中求生存 單元二禍從天降 <活動 2>見「災」出招 課程—1. 了解海嘯的成因 2. 災害應變	3a-IV-1	童 Da-IV-2 童 Ca-IV-1	課堂筆記		教學 ppt	畢旅(暫)
第三週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程—1. 緊急庇護所	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	分組討論			

第四週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程—1. 實際搭建緊急庇護所 2. 緊急庇護所潑水測試 3. 根據穩固性、實用性與防水 程度進行評分與建議	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	庇護所搭建	土地利用…。 防 J2 災害對臺灣 社會及生態環境的 衝擊。 防 J3 臺灣災害防 救的機制與運作。 防 J4 臺灣災害預 警的機制。	童軍繩童軍棍	
第五週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 3>生存「食」力-【現代神農氏】 課程一應急植物採食原則	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	課堂筆記		翰林版三上課本	
第六週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程一野外飲水安全與簡易濾水器	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	課堂筆記		翰林版三上課本	
第七週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程一臨時擔架繩結練習:雙套結、 接繩結	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	雙套結、接繩 結		童軍繩	國二已上 過繩結 段考
第八週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程一臨時擔架製作	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	緊急擔架製作		童軍繩 童軍棍	
第九週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程一架柴、無具野炊介紹	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2		【安全教育】 安 J9 遵守環境設 施設備的安全守 則。	教學 ppt	

第十週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程一無具野炊(蛇麵、柳丁肉、爆蛋)	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	實作	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	野炊箱	
第十一週	主題五危機中求生存 單元一掌握生機 <活動 2>我的求生計畫 課程一無具野炊(蛇麵、柳丁肉、爆蛋)	3a-IV-2	童 Ca-IV-1 Cc-IV-2	實作	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	野炊箱	
第十二週	主題四品味文化趣 單元一饗宴臺灣 單元一：饗宴臺灣 <活動 1>臺灣印象館 課程—1. 說明臺灣文化特色 2. 認識臺灣各族群飲食文化 3. 從「主食」分析、比較各族 群飲食特色 4. 「分享在地料理」分組	3c-IV-2	家 Dd-IV-1 輔 Dd-IV-3	課堂筆記	【多元文化教育】 多 J3 提高對弱勢或少數群體文化的覺察與省思。 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。	翰林版三上課本	
第十三週	主題四品味文化趣 單元一饗宴臺灣(家政) 單元一：饗宴臺灣 <活動 3>在地「食」光 課程—小組分享報告, 每組 6-8 分鐘	3c-IV-2	家 Dd-IV-1 輔 Dd-IV-3	分組報告		小組要分享的在地美食資料	段考
第十四週	主題四品味文化趣 單元一饗宴臺灣(第二次段考) 單元一：饗宴臺灣 <活動 4>交流享「食」刻 課程—烹調實作:1. 小籠包食譜講解 2. 採購分工討論	3c-IV-2	家 Dd-IV-1	課堂筆記	家 E11 養成良好家庭生活習慣, 熟悉家務技巧, 並參與家務工作。	食譜	

第十五週	主題四 品味文化趣 單元一 饗宴臺灣（第二次段考） 單元一：饗宴臺灣 <活動 4>交流享「食」刻 課程一烹調實作：小籠包	3c-IV-2	家 Dd-IV-1 家 Ab-IV-2	實作	家 E11 養成良好家庭生 活習慣，熟悉家務 技巧，並參與家務 工作。		
第十六週	主題四 品味文化趣 單元二 行腳世界 單元二：行腳世界 <活動 1>國際情報局 課程一認識國際多元文化	3c-IV-1	家 Cb-IV-1	課堂發表			
第十七週	主題四 品味文化趣 單元二 行腳世界 單元二：行腳世界 <活動 2>世界故事屋 課程一1. 世界餐桌趣 2. 各國飲食文化分組	3c-IV-1	家 Cb-IV-1	課堂筆記	多 J3 提高對弱勢或少數群體文化的覺察與省思。 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。	各國早餐比較 ppt	
第十八週	主題四 品味文化趣 單元二 行腳世界 單元二：行腳世界 <活動 2>世界故事屋 課程一各國飲食文化分組報告	3c-IV-1	家 Cb-IV-1	分組報告	多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】	分組報告 ppt	
第十九週	主題四 品味文化趣 單元二 行腳世界 單元二：行腳世界 <活動 2>世界故事屋 課程一1. 認識西式菜單 2. 中西式用餐禮儀	3c-IV-1	家 Cb-IV-1	課堂筆記	國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	教學投影片	
第二十週	主題四 品味文化趣 單元二 行腳世界 單元二：行腳世界 <活動 2>世界故事屋	3c-IV-1	家 Aa-IV-2	學習單		麥胖報告影片及學習單	

	課程—飲食影片欣賞” 麥胖報告”						
第二十一週	主題四 品味文化趣 單元二 行腳世界 單元二：行腳世界 <活動 2>世界故事屋 課程—1. 飲食影片” 麥胖報告” 2. 學期課程回顧	3c-IV-1	家 Aa-IV-2	學習單		麥胖報告影片及學 習單	段考

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第二學期綜合活動領域/童軍家政科課程計畫

領域/科目	__綜合活動__領域 __童軍家政__科目		實施年級	__九__年級			
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書:翰林 版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)			學習節數	每週 2 節, 本學期共 40 節		
對應領域 核心素養	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-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-B3 運用創新的能力豐富生活, 於個人及家庭生活環境中展現美感, 提升生活品質。 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。			課程目標	1. 探討生活中的危險情境, 針對山難等災難, 學習預防與應變之道, 強化保護自己與他人的策略。 2. 透過探討真實山難報導的求生內容, 學習緊急通訊方法, 檢測各項野外求生的知能運用, 藉以提升自救救人的能力。 3. 檢視自身在國中三年時的身心變化, 找出自己在國中生涯的成長過程當中所習得的各項能力, 並能分享學校生活中重要事件對自己的影響。 4. 透過分享與國中三年的各位老師的互動點滴, 讓學生思考學校師長對自己的教誨及意義。 5. 思考國中三年自身的成長, 以祈福御守為自己與同學祝福, 並藉由製作給師長的謝師卡片及感恩點心轉達對師長三年陪伴的感謝。		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	【相見歡】分新小組 課程—1. 課程及評分方式介紹 2. 一~三年級上課回憶接力。	2d-IV-2	家 Cc-IV-1	課堂發表			
第二週	主題一好好過生活 單元 1 感, 身邊的美好 課程—1. 分配謝師行動的名單 2. 討論謝師行動計劃及分工	2d-IV-2	家 Cc-IV-1			謝師行動分配表	
第三週	主題一好好過生活 單元 2 製, 我的小美好 課程—練習禮物袋製作	2d-IV-2	家 Cc-IV-1	實作		紙袋教具	
第四週	主題一好好過生活	2d-IV-2	家 Cc-IV-1	實作			

	單元 2 製，我的小美好 課程—個人禮物袋製作						
第五週	主題一好好過生活 單元 2 製，我的小美好 <活動 2>紀實，美好實踐 課程—個人禮物袋評分及同學互相觀摩成品。	2d-IV-2	家 Cc-IV-1	禮物袋 (個人成績)			
第六週	主題一好好過生活 單元 2 製，我的小美好 <活動 2>紀實，美好實踐 課程—製作謝師禮物袋及感恩卡片	2d-IV-2	家 Cc-IV-2	實作			
第七週	主題一好好過生活 單元 2 製，我的小美好 <活動 2>紀實，美好實踐 課程—製作祈福御守	2d-IV-2	家 Cc-IV-2	祈福御守 (個人成績)		祈福御守 ppt	段考
第八週	主題一好好過生活 單元 2 製，我的小美好 <活動 2>紀實，美好實踐 課程—1. 謝師禮物袋及卡片評分 2. 祈福御守評分 3. 小組互相觀摩成品。 4. 感恩點心製作說明	2d-IV-2	家 Cc-IV-2	謝師禮物袋及 卡片 (小組成績)		自製學習單	
第九週	主題一好好過生活 單元 2 製，我的小美好 <活動 2>紀實，美好實踐 課程—1. 製作感恩點心 2. 致贈感恩禮物袋	2d-IV-2	家 Ab-IV-2	烹飪成績 (個人成績)	家 E11 養成良好家庭生 活習慣，熟悉家務 技巧，並參與家務 工作。		
第十週	主題一好好過生活 單元 2 製，我的小美好 <活動 2>紀實，美好實踐 課程—1. 製作感恩點心 2. 致贈感恩禮物袋	2d-IV-2	家 Ab-IV-2		家 E11 養成良好家庭生 活習慣，熟悉家務 技巧，並參與家務 工作。		

第十一週	主題一好好過生活 單元 2 製，我的小美好 <活動 2>紀實，美好實踐 課程一寫給三年後的自己	2d-IV-2	家 Cc-IV-1	時光信件			
第十二週	國三上學期主題五危機中求生存 單元二禍從天降 <活動 2>見「災」出招 課程一了解山難的成因及因應策略分析	3a-IV-1	童 Da-IV-2 童 Ca-IV-1	課堂筆記	【環境教育】 環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。	康軒版二下課本 翰林版國三上課本	
第十三週	國三上學期主題五危機中求生存 單元二禍從天降 <活動 2>見「災」出招 課程一認識求救訊號 SOS 及摩斯電碼的由來	3a-IV-1	童 Da-IV-2 童 Ca-IV-1	課堂筆記	環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	康軒版二下課本	
第十四週	國三上學期主題五危機中求生存 單元二禍從天降 <活動 2>見「災」出招 課程一通訊影片欣賞－風聲/聽風者	3a-IV-1	童 Da-IV-2 童 Ca-IV-1		【防災教育】 防 J1 臺灣災害的風險因子包含社會、經濟、環境、土地利用…。 防 J2 災害對臺灣社會及生態環境的衝擊。 防 J3 臺灣災害防救的機制與運作。 防 J4 臺灣災害預警的機制。	補充影片	會考
第十五週	國三上學期主題五危機中求生存 單元二禍從天降 <活動 2>見「災」出招 課程一通訊影片欣賞－風聲/聽風者	2d-IV-1	童 Da-IV-2 童 Ca-IV-1			補充影片	畢業考
第十六週	主題三旅行應援團 單元 2 旅行圓夢園 課程一家族之旅規劃修正	2d-IV-1	童 Cc-IV-2 家 Dc-IV-1		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。	國二下家族之旅作業電子檔	
第十七週	主題三旅行應援團 單元 2 旅行圓夢園	2d-IV-1	童 Cc-IV-2 家 Dc-IV-1	個人報告 ppt			

	課程—家族之旅規劃上台報告						
第十八週	主題三旅行應援團 單元 2 旅行圓夢園 課程—家族之旅規劃上台報告	2d-IV-1	童 Cc-IV-2 家 Dc-IV-1	個人報告 ppt			畢典
第十九週	三年回顧與感謝 課程--幸運星星製作	2d-IV-1	家 Cc-IV-1	幸運星星			
第二十週	三年回顧與感謝 課程--製作同學感恩小卡	2d-IV-1	家 Cc-IV-1	同學謝卡			

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第一學期綜合領域/輔導科課程計畫

領域/科目	___綜合___領域 __輔導___科目		實施年級	___九___年級			
教材版本	■選用教科書:翰林版 □自編教材(經課發會通過)			學習節數	每週 1 節, 本學期共 21 節		
對應領域 核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>綜-J-B3 運用創新能力豐富生活, 於個人及家庭生活環境中展現美感, 提升生活品質。</p>			課程目標	<p>輔導</p> <p>(一) 透過生涯檔案的整合, 讓學生發現個人的優勢, 思考自己的工作價值觀與做抉擇的能力, 並進一步認識生涯進路與各種學制, 讓學生整合自己的能力、興趣與環境條件, 找出適合自己的生涯進路。</p> <p>(二) 以整合式的活動, 引導自己規劃中、長程的生涯目標, 學習擬定學習計畫與工作目標, 選擇適合自己的進路方向</p>		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	<p>主題一-生命停看聽</p> <p>單元一-生命中的壓力(輔導)</p> <p>單元一：生命中的壓力</p>	1d-IV-1	<p>輔 Da-IV-1</p> <p>輔 Da-IV-2</p>	<p>1 學生自評：</p> <p>2 教師評：學生課堂表</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象, 探索人生的目</p>	<p>1. A4 紙張</p> <p>2. 課本</p>	

	<p><活動 1>壓力為何物</p> <p>一、壓力是什麼</p> <p>（一）教師引言</p> <p>（二）學生閱讀課本引導後，邀請同學分享自己如何形容壓力。並寫在黑板上。</p> <p>（三）當黑板累積了約 10 位同學的想法後，教師詢問同學問題。</p> <p>（四）邀請學生進行歸類與發表。</p> <p>（五）活動小省思</p> <p>二、壓力事件簿</p> <p>（一）教師說明</p> <p>（二）請學生思考自己最近一個月的生活中遇到的事件哪些讓他有壓力，並寫在發下的紙張上，找到班上同學分享，若遇到有相同壓力的人，可在對方紙張上簽名。</p> <p>（三）學生分享完畢後可邀請學生進行自由發表，並給予願意分享的學生鼓勵。</p> <p>（四）教師說明</p>			現。	<p>的、價值與意義。</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>		
--	---	--	--	----	--	--	--

	<p>三、壓力測量機</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 學生分析紙張上的壓力事件給自己多少程度的壓力，並註記於紙張上。</p> <p>(三) 待學生完成後，找到於紙張上簽名的同學，看看彼此對於壓力的強度是否相同，並討論不同強度之因。</p> <p>(四) 教師提問：「同樣事件，但大家強度不同的原因可能有哪些？」</p> <p>(五) 邀請同學發表這節課的想法。提醒學生將壓力事件紙張保存好，下節課使用。</p> <p>~本節結束~</p>						
第二週	<p>主題一生命停看聽</p> <p>單元一生命中的壓力（輔導）</p> <p>單元一：生命中的壓力</p> <p><活動 2>壓力掃描儀</p> <p>一、壓力賓果</p> <p>(一) 教師說明，引導學生閱讀課文</p>	1d-IV-1	<p>輔 Da-IV-1</p> <p>輔 Da-IV-2</p>	<p>1 學生自評：</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>	<p>1. A4 紙張</p> <p>2. 課本</p>	

	<p>內容。</p> <p>(二) 各組學生進行討論並將討論內容寫在畫了 3*3 格子的紙張上。</p> <p>(三) 填寫完畢之後，各組輪流說出一個壓力的反應，若其他組也有提到，就可將這一個的內容劃掉。</p> <p>(四) 教師提問：「哪些壓力反應只有我們這組提出？原因為何？」</p> <p>(五) 活動小省思</p> <p>二、壓力警訊</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 學生閱讀課文內容，進行分組討論後發表該組對於壓力警訊的看法。</p> <p>(三) 活動小省思</p> <p>三、壓力現形</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 學生將壓力事件紙張拿出，並在紙張背面畫出如課本之兩邊，將自己的壓力事件依照類型歸類。</p> <p>(三) 檢視自己的壓力較偏向哪種類</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--

	<p>別並與同組夥伴分享。</p> <p>(四) 活動小省思</p> <p>(五) 教師小結</p> <p>~本節結束~</p>						
第三週	<p>主題一生命停看聽</p> <p>單元一生命中的壓力 (輔導)</p> <p>單元一：生命中的壓力</p> <p><活動 3>紓壓補給站</p> <p>一、我的紓壓方法</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 每人發下 5 張小卡，教師說明：「大家都拿到 5 張小卡了嗎?現在請你在每張小卡上寫下自己的一種紓壓方式，並註明座號。」</p> <p>(三) 教師說明：「現在請大家確定待會抽排的順序與對象。決定好了嗎?好，等一下活動開始時，請你抽那人的一張小卡，如果那張小卡寫的紓壓方法與你手上的紓壓方法一樣，就可以將這兩張卡釋出，放在桌上，如果不一樣，就必須保留。活動將進</p>	1d-IV-1	<p>輔 Da-IV-1</p> <p>輔 Da-IV-2</p>	<p>1 學生自評：</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>	<p>1. A4 紙張</p> <p>2. 課本</p>	

<p>行到有一人的卡全部釋出或者是 5 分鐘後即停止。」</p> <p>(四) 學生開始進行活動，教師可走動巡視。</p> <p>(五) 活動小省思</p> <p>二、紓壓方法探討</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 引導學生將同組伙伴與自己的紓壓方法進行統整且評估這些紓壓在那些時機比較適合。</p> <p>(三) 學生討論完畢後，邀請一組一位學生代表說明一至兩種紓壓方法的適合時機。其他組可給予回饋或補充。</p> <p>三、紓壓不孤單</p> <p>(一) 教師說明</p> <p>(二) 同組同學進行討論並發表。</p> <p>(三) 教師邀請同學歸納此節所學重點。</p> <p>~本節結束~</p>						
--	--	--	--	--	--	--

<p>第四週</p>	<p>主題一生命停看聽</p> <p>單元一生命中的壓力</p> <p>(輔導)</p> <p>單元一：生命中的壓力(續上節)</p> <p><活動 3>紓壓補給站</p> <p>四、腹式呼吸法與肌肉放鬆術</p> <p>(一)教師說明</p> <p>(二)教師可播放網路搜尋的相關影片(參閱附錄)或帶領學生閱讀課文指導。</p> <p>(三)開始進行腹式呼吸與肌肉放鬆練習(分別需 10~15 分鐘)</p> <p>(四)活動小省思：「為什麼身體放鬆以後人的心情也會跟著放鬆呢?」</p> <p>(五)教師小結</p> <p>~本節結束~</p>	<p>1d-IV-1</p> <p>1d-IV-2</p>	<p>輔 Da-IV-1</p> <p>輔 Da-IV-2</p> <p>輔 Ac-IV-1</p> <p>輔 Ac-IV-2</p>	<p>1 學生自評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>	<p>單元一</p> <p>1. A4 紙張</p> <p>2. 課本</p> <p>單元二</p> <p>1. 課本</p> <p>2. 小卡或小紙張</p>	
<p>第五週</p>	<p>主題一生命停看聽</p> <p>單元一生命中的壓力</p>	<p>1d-IV-1</p> <p>1d-IV-2</p>	<p>輔 Da-IV-1</p> <p>輔 Da-IV-2</p>	<p>1 學生自評</p> <p>2 教師評：學生課堂表</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現</p>	<p>單元一</p> <p>1. A4 紙張</p>	

	<p>單元二珍愛生命（輔導）</p> <p>單元一：生命中的壓力（續上節）</p> <p><活動 3>紓壓補給站</p> <p>五、自我照顧日記</p> <p>（一）教師引言並邀請學生分享自己練習紓壓方法的心得。</p> <p>（二）教師說明</p> <p>（三）教師發下紙張（一人一張 A4 紙），學生閱讀活動說明後開始進行小書製作與內容撰寫。學生可依個人意願決定是否進行版面美化。</p> <p>（四）製作完畢後向同學介紹自己的自我照顧計畫與檢核方式，並成為彼此的監督與鼓勵者。</p> <p>（五）教師小結</p> <p>~本節結束~</p>		<p>輔 Ac-IV-1</p> <p>輔 Ac-IV-2</p>	現。	象，探索人生的目的、價值與意義。	<p>2. 課本</p> <p>單元二</p> <p>1. 課本</p> <p>2. 小卡或小紙張</p>	
第六週	<p>主題一生命停看聽</p> <p>單元二珍愛生命（輔導）</p> <p>單元二：珍愛生命</p>	<p>1d-IV-1</p> <p>1d-IV-2</p>	<p>輔 Da-IV-1</p> <p>輔 Da-IV-2</p> <p>輔 Ac-IV-1</p>	<p>1 學生自評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>	<p>單元一</p> <p>1. A4 紙張</p> <p>2. 課本</p>	

	<p><活動 1>友善生命</p> <p>一、生命中的牠或它</p> <p>(一) 教師說明並引導同學回想從小到大與動物或植物相處的經驗。</p> <p>(二) 學生閱讀課文內容後，教師發下小紙張(一人一張)，請學生回想自己曾經與那些動物或植物相處的經驗，並將其中一種動物或植物名稱寫在紙張上。</p> <p>(三) 學生帶著紙張去找到與自己有同樣動物相處經驗的同學，分享與動物相處的小故事以及感受。</p> <p>(四) 分享完畢後，邀請同學自願上臺發表自己與動物間的故事。</p> <p>(五)活動小省思</p> <p>(六)老師小結</p> <p>二、重新認識牠或它</p> <p>(一) 教師引導學生閱讀課內容並說明</p> <p>(二) 同學自由發表曾看過哪些不適當的對待動植物方式，並分享正確對待方法。</p>		輔 Ac-IV-2			<p>單元二</p> <p>1. 課本</p> <p>2. 小卡或小紙張</p>	
--	---	--	-----------	--	--	--	--

	~本節結束~						
第七週	<p>主題一生命停看聽</p> <p>單元二珍愛生命（輔導）</p> <p>單元二：珍愛生命</p> <p><活動 2>人生旅程</p> <p>一、人生放映室</p> <p>（一）教師說明</p> <p>（二）邀請學生閱讀完後，自由分享。</p> <p>（三）教師再次說明</p> <p>（四）教師小結</p> <p>二、生命大事紀</p> <p>（一）學生閱讀課文內容後教師引導</p> <p>（二）每人發下 5 張小卡，請學生回想自己生命中印象深刻的五件事，並在小卡上寫下發生年紀。</p> <p>（三）開始進行活動</p> <p>（四）活動小省思</p>	1d-IV-2	<p>輔 Ac-IV-1</p> <p>輔 Ac-IV-2</p>	<p>1 學生自評：完成學生活動</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>	<p>1. 課本</p> <p>2. 小卡</p> <p>3. 自我照顧計畫小書大小的紙張數張</p> <p>4. 自我照顧計畫小書</p>	（第一次段考）

	<p>(五)教師小結</p> <p>(六)交代回家作業</p> <p>(七)預告下次課程要進行人生階段訪談分享。</p> <p>~本節結束~</p>						
第八週	<p>主題一生命停看聽</p> <p>單元二珍愛生命（輔導）</p> <p>單元二：珍愛生命（續上節）</p> <p><活動 2>人生旅程</p> <p>三、人生階段訪談</p> <p>（一）教師引言</p> <p>（二）提醒學生在同學分享時須認真聆聽。</p> <p>四、關懷他人行動</p> <p>（一）教師說明</p> <p>（二）學生閱讀活動範例，並開始進行活動。</p> <p>（三）學生將討論書寫於黑板上。</p>	1d-IV-2	<p>輔 Ac-IV-1</p> <p>輔 Ac-IV-2</p>	<p>1 學生自評：完成學生活動</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>	<p>1. 課本</p> <p>2. 小卡</p> <p>3. 自我照顧計畫小書大小的紙張數張</p> <p>4. 自我照顧計畫小書</p>	

	(四)活動小省思 ~本節結束~						
第九週	主題一生命停看聽 單元二珍愛生命（輔導） 單元二：珍愛生命 <活動 3>Love Life 一、珍愛生命楷模 （一）教師說明 （二）帶領學生閱讀珍愛生命楷模故事，自由發表這些人以那些方式關懷他人生命。 （三）教師提問 （四）教師再次說明 二、珍愛生命行動 （一）進行自我照顧計畫實施狀況分享。 （二）教師提問 （三）邀請學生簡單發表影片欣賞想	1d-IV-2	輔 Ac-IV-1 輔 Ac-IV-2	1 學生自評：完成學生活動 2 教師評：學生課堂表現。	【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。	1. 課本 2. 小卡 3. 自我照顧計畫小書大小的紙張數張 4. 自我照顧計畫小書	

	<p>法或感受。</p> <p>(四) 教師再次說明</p> <p>(五) 請同學在自我照顧計畫小書剩餘的頁面寫出畢業前想達成的關懷自己或他人生命的目標，並設計具體行動與檢核方式。</p> <p>(六) 彼此分享自己的珍愛生命目標與行動。</p> <p>~本節結束~</p>						
第十週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元一生涯大航道（輔導）</p> <p>單元一：生涯大航道</p> <p><活動 1>多元航道之旅</p> <p>一、主題概說</p> <p>二、引起動機</p> <p>三、問題與討論</p> <p>四、放眼未來</p> <p>● 升學進路攻略圖</p> <p>1. 請為自己規畫一份「升學進路攻略</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾</p> <p>2. 學生活動手冊</p>	

	<p>圖」並在規畫完後與小組中兩名伙伴分享。</p> <p>2. 各小組組長將小組伙伴們各自的「升學進路攻略圖」統整後跟全班同學分享。</p> <p>3. 教師協助歸納出全班升學進路之常見方式，並提供建議與盲點解析。</p> <p>●教師歸納與結語</p> <p>五、活動省思</p> <p>~本節結束~</p>					
第十一週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元一生涯大航道（輔導）</p> <p><活動 2>群科藏寶圖</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、群科地圖探查</p> <p>教師引導學生藉由查詢群科資料來思考下列三個問題：</p> <p>1. 我最感興趣的群科有哪些？</p> <p>2. 我感興趣的職群／科別，就讀的條件與注意事項為何？我可以從哪些地</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾</p> <p>2. 學生活動手冊</p>

	<p>方蒐集資訊？</p> <p>3. 我感興趣的群科，未來相關的工作領域有哪些？</p> <p>三、認識群科地圖</p> <p>四、活動省思</p> <p>~本節結束~</p>						
第十二週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元一生涯大航道（輔導）</p> <p>單元一：生涯大航道（續上節）</p> <p><活動 2>群科藏寶圖</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師引言：「經過我們收集群科資訊或曾實際參與探索的二、群科寶藏解謎</p> <p>三、活動省思</p> <p>~本節結束~</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾</p> <p>2. 學生活動手冊</p>	
第十三週	主題二生涯航海王	1c-IV-1	輔 Cc-IV-1	1 學生自評、學生互	【閱讀素養教育】	1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面	（第二次

	<p>單元一生涯大航道（輔導）</p> <p>單元一：生涯大航道</p> <p><活動 3>挖掘新大陸</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、高校瀏覽器，教師說明批判性思考的流程與運用。</p> <p>1. 有系統的提出問題：具體提出需求。</p> <p>2. 收集資訊：藉由多種方式收集資訊，例如：詢問親友、網路關鍵字搜尋等。</p> <p>3. 應用資訊：收集而來的資訊進行統整並以自我的觀點進行運用。</p> <p>4. 考慮帶來的影響：思考自我觀點可能產生的局限與影響。</p> <p>5. 研究其他的觀點：藉由詢問、交流、文字閱讀等方式收其他觀點，並將其他觀點與自我觀點進行利弊分析，將事/物組成更全面之樣貌。</p> <p>三、教師歸納與結語</p> <p>~本節結束~</p>	2c-IV-2		<p>評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>膠或燕尾夾</p> <p>2. 學生活動手冊</p>	段考)
--	---	---------	--	-------------------------------	--	-------------------------------	-----

第十四週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元一生涯大航道（輔導）</p> <p>單元一：生涯大航道（續上節）</p> <p><活動 3>挖掘新大陸</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、活動說明</p> <p>1. 請運用批判性思考的方式蒐集資訊並統整成資料，製作屬於自己的高校報告。</p> <p>2. 將自己的報告放於桌上。</p> <p>3. 全班離開座位觀看其他同學製作的報告，並將可用之資訊記錄下來。</p> <p>三、高校博覽會，進一步運用批判性思考評估他人報告四、教師歸納與結語</p> <p>~本節結束~</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾</p> <p>2. 學生活動手冊</p>	
第十五週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元一生涯大航道（輔導）</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒</p>	<p>1. 投影片或字卡、升學進路牌、雙面膠或燕尾夾</p>	校慶

	<p>單元一：生涯大航道（續上節）</p> <p><活動 3>挖掘新大陸</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、活動說明</p> <p>1. 請運用批判性思考的方式蒐集資訊並統整成資料，製作屬於自己的高校報告。</p> <p>2. 將自己的報告放於桌上。</p> <p>3. 全班離開座位觀看其他同學製作的報告，並將可用之資訊記錄下來。</p> <p>三、高校博覽會，進一步運用批判性思考評估他人報告四、教師歸納與結語</p> <p>~本節結束~</p>			學生課堂表現。	<p>材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	2. 學生活動手冊	
第十六週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元二生涯夢想號（輔導）</p> <p>單元二：生涯夢想號</p> <p>生涯有方向</p> <p><活動 1>生涯導航手冊</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p>	<p>1. 生涯檔案</p> <p>2. 我的一週計畫</p>	

	<p>一、引起動機</p> <p>二、未來代表字</p> <p>三、活動省思</p> <p>~本節結束~</p>				<p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>		
第十七週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元二生涯夢想號（輔導）</p> <p>單元二：生涯夢想號</p> <p><活動 2>航向夢想島</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、乘風破浪</p> <p>用樹狀圖解決問題，需要 3 個步驟：</p> <p>1. 設定有待解決的問題。</p> <p>2. 發展根部階層（問題背後的原因）。</p> <p>3. 發展子部階層（可能採行的解法）。</p> <p>三、教師歸納與結語</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 生涯檔案</p> <p>2. 我的一週計畫</p>	

	~本節結束~						
第十八週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元二生涯夢想號（輔導）</p> <p>單元二：生涯夢想號（續上節）</p> <p><活動 2>航向夢想島</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 參考課本設定目標的 7 種訣竅後，以分析及修正計畫。</p> <p>2. 審視自己的計畫達成率，並寫下分析結果(在執行計畫的過程中，哪些因素最容易干擾我達成目標?)與改進方式(未來可以如何改進?)。</p> <p>3. 藉由下列活動方式來交換學生的課本以獲得不同同學給的分析與建議。</p> <p>甲、所有學生的課本及文具放置於桌上，其餘物品收好。</p> <p>乙、教師抽籤或選出一位同學，讓該同學將自己的椅子靠上並離開座位。</p> <p>丙、此時教師開始撥放音樂，而被教師選出的同學則開始隨機到任一坐位</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 生涯檔案</p> <p>2. 我的一週計畫</p>	

	<p>旁以輕拍桌面方式指定同學跟隨身後。</p> <p>丁、被指定跟隨身後的同學要跟隨前方同學一起移動，在音樂結束前皆可以一直輕拍桌面來進行指定(因此，後方可能會有一大群同學跟隨)。</p> <p>戊、教師視情況停止撥放音樂。</p> <p>己、當音樂停止，同學則要開始找空位坐下，但不能坐自己的位置。</p> <p>庚、坐下後，請依據該座位同學課本上的「我的一週計畫」狀態給予分析結果與改進建議，並寫下自己的名字以示負責。</p> <p>辛、未找到座位者則到最初教師抽籤或選出的同學座位進行步驟庚(給予該座位同學建議)。</p> <p>壬、下一回合則由未找到座位的同學重新開始步驟丙。</p> <p>癸、此方式可以進行數回(課本寫不下可以提供紙張或便利貼)，但每次要留時間給學生填寫給同學的建議。</p> <p>4. 活動結束後閱讀同學給的建議，並思考自己可以如何改進計畫。</p> <p>三、教師歸納與結語</p>						
--	---	--	--	--	--	--	--

	~本節結束~						
第十九週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元二生涯夢想號（輔導）</p> <p>單元二：生涯夢想號</p> <p><活動 3>夢想實踐計畫</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、追夢小達人</p> <p>1. 以小組方式進行分組。</p> <p>2. 小組成員選擇一個職業進行夢想階段性目標與做法：</p> <p>(1)探索階段</p> <p>(2)構思階段</p> <p>(3)規劃階段</p> <p>(4)實踐階段。</p> <p>三、活動省思</p> <p>~本節結束~</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 生涯檔案</p> <p>2. 我的一週計畫</p>	

第二十週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元二生涯夢想號（輔導）</p> <p>單元二：生涯夢想號（續上節）</p> <p><活動 3>夢想實踐計畫</p> <p>夢想加油站</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、為伙伴加油</p> <p>1. 帶著自己的「實踐計畫書」找 5 位同學進行分享。</p> <p>2. 分享後邀請同學為自己留下一句鼓勵的話。</p> <p>3. 聆聽 5 位同學的「實踐計畫書」並為他留下一句鼓勵的話。</p> <p>4. 從自己聆聽過的五個「實踐計畫書」中選出一個，並紀錄該「實踐計畫書」的重點後，向三位同學進行推薦。</p> <p>5. 全班票選出值得推薦的「實踐計畫書」NO.1。</p> <p>三、教師歸納與結語</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 生涯檔案</p> <p>2. 我的一週計畫</p>	
------	--	-------------------------------	-----------	---	---	---------------------------------	--

	<p>我們都知道在實踐計畫的過程中，無法抗拒環境誘惑的影響力是導致失敗的重要因素，然而如果我們能善用伙伴間的督促與執行力量，將會提升我們的讀書效益。</p> <p>請試著幫自己找到讀書伙伴，塑造適合讀書的環境與氛圍，讓彼此能夠共同討論與學習，並且在對方疲憊時給予支持與鼓勵，幫助他重新找回讀書的動力後繼續前進吧！</p> <p>~本節結束~</p>						
第二十一週	<p>主題二生涯航海王</p> <p>單元二生涯夢想號（輔導）</p> <p>單元二：生涯夢想號（續上節）</p> <p><活動 3>夢想實踐計畫</p> <p>夢想加油站</p> <p>一、引起動機</p> <p>二、為伙伴加油</p> <p>1. 帶著自己的「實踐計畫書」找 5 位同學進行分享。</p> <p>2. 分享後邀請同學為自己留下一句鼓</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	輔 Cc-IV-1	<p>1 學生自評、學生互評</p> <p>2 教師評：學生課堂表現。</p>	<p>【閱讀素養教育教育】</p> <p>閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>	<p>1. 生涯檔案</p> <p>2. 我的一週計畫</p>	(第三次段考)

	<p>勵的話。</p> <p>3. 聆聽 5 位同學的「實踐計畫書」並為他留下一句鼓勵的話。</p> <p>4. 從自己聆聽過的五個「實踐計畫書」中選出一個，並紀錄該「實踐計畫書」的重點後，向三位同學進行推薦。</p> <p>5. 全班票選出值得推薦的「實踐計畫書」NO.1。</p> <p>三、教師歸納與結語</p> <p>我們都知道在實踐計畫的過程中，無法抗拒環境誘惑的影響力是導致失敗的重要因素，然而如果我們能善用伙伴間的督促與執行力量，將會提升我們的讀書效益。</p> <p>請試著幫自己找到讀書伙伴，塑造適合讀書的環境與氛圍，讓彼此能夠共同討論與學習，並且在對方疲憊時給予支持與鼓勵，幫助他重新找回讀書的動力後繼續前進吧！</p> <p>~本節結束~</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--

新竹市立建功高級中學國中部 110 學年度第二學期綜合領域/輔導科課程計畫

領域/科目	____綜合____領域 __輔導____科目	實施年級	____九____年級	
教材版本	■選用教科書:翰林版 □自編教材(經課發會通過)		學習節數	每週 1 節, 本學期共 20 節
對應領域 核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>		課程目標	<p>綜合活動領域之學習目標如下：</p> <p>(一) 實踐體驗所知</p> <p>(二) 省思個人意義</p> <p>(三) 擴展學習經驗</p> <p>(四) 鼓勵多元與尊重</p> <p>本冊教學內容分為生命真言、創意休閒趣、綠色大地及成長 ING 等四個主題, 各主題下共包含八個單元, 單元目標如下：</p> <p>(一) 以樂觀積極的態度實際解決問題, 並在整理出貴人資源後, 引導學生勇敢為自己的生命打拼、甚而協助他人生命的力量。</p> <p>(二) 透過感受生老病死與生命楷模的故事, 以及實際整理個人生命故事的過程中, 協助學生釐清生命價值、思考想要活出怎樣的生命</p> <p>(三) 透過活動的體驗, 帶領學生透過各種休閒活動減輕自己日常生活中的壓力, 了解休閒的意義與</p>

					<p>重要性</p> <p>(四) 引導學生覺察個人喜好的休閒活動，並學習選擇適合自己且正向的休閒，最後讓學生藉由創意發想，活化休閒活動，讓自己樂於其中，並使休閒活動融入自己的生活。</p> <p>(五) 經營個人生活的同時，也將環境保護的觀念融入生活當中，讓環境、資源能更被珍惜的利用。</p> <p>(六) 檢視自身在成長時的身心變化，找出自己在成長過程當中所習得的各項能力，並能分享生活中重要事件對自己的影響。</p> <p>(七) 透過分享各種慶祝成長的儀式，讓學生思考成長對自己的意義。</p> <p>(八) 使用成長所習得的能力，籌備班級的畢業活動，讓學生分享自我成長的感受，並將畢業前的祝福傳遞給自己及同學。</p>		
學習進度 週次	學習主題/單元名稱 課程內容說明	學習重點		評量方法	議題融入	教學資源	備註
		學習表現	學習內容				
第一週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元1 生涯交叉口 (輔導)</p> <p>單元1：生涯交叉口</p>	1c-IV-3	輔 Cc-IV-2	口語評量—問答、口頭報告 高層次紙筆評量—書面心得	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p>	單槍、電腦設備、分組活動場地	

	<p><活動 1>我的決定類型</p> <p>一、活動說明</p> <p>本單元帶領學生如何透過決策類型的分析，了解自己做決定的方式，並對國中生涯進路目標選擇做進一步的探索。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一)生活中的決定</p> <p>1. 教師引言：生活中常有做決定的機會，例如回家後要先做功課還是去打球？參加重要聚會要搭配什麼衣服？面對許多選擇，決策類型也會影響我們選擇的結果，讓我們一起來探索決策類型。</p> <p>2. 教師先以兩個在生活中做決定的例子，引導學生思考如何做決定。</p> <p>3. 請學生依想法寫下答案，老師邀請幾位學生表達自己的想法，並統整大家做決定的方式及想法。</p> <p>4. 活動小省思：</p> <p>對你而言，做決定是一件容易的事嗎？會參考哪些資訊呢？</p> <p>~本節結束~</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--

第二週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元1 生涯交叉口（輔導）</p> <p>單元1：生涯交叉口（續上節）</p> <p><活動1>我的決定類型</p> <p>（二）生涯中的決定</p> <p>1. 教師引導學生針對以下例子做討論：</p> <p>在國中最後的一學期，翰寶與班上同學們也在思考未來進路問題，大家在做決定上也有各自的煩惱及疑惑，你也有類似的情況嗎？</p> <p>A：爸媽對我期待很高，想要我念高中後將來升大學，但我比較想念五專的護理科，該怎麼辦呢？</p> <p>B：我喜歡唱歌及彈奏樂器，應該要選擇高中音樂班，還是先念普通高中，再考大學音樂相關科系呢？</p> <p>C：我家經濟不好，自己想要邊讀書邊賺錢，那建教合作班或白天打工晚上念夜間進修部，哪一種比較適合我？</p> <p>2. 教師引導大家討論並請學生發表。</p>	1c-IV-3	輔Cc-IV-2	口語評量—問答、口頭報告 高層次紙筆評量—書面心得	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p>	單槍、電腦設備、分組活動場地	
-----	--	---------	----------	------------------------------	---	----------------	--

	<p>3. 針對同學的不同想法，老師歸納及統整。</p> <p>4. 活動小省思：</p> <p>教師引導學生思考及討論：當面對國中生涯進路之選擇上的難題，該如何做決定呢？可以運用哪些方法和參考哪些資訊呢？</p> <p>(三)決定類型測驗</p> <p>1. 教師引言：藉由討論，也許大家在做決定時有不同的考量，也可能會參考一些資訊幫助自己做決定。也可以藉由下面的測驗，探索自己的決定類型屬於哪一種。</p> <p>2. 教師說明做測驗的填答方法：請學生依每題內容描述勾選符合或者不符合。</p> <p>3. 待勾選完畢後，教師說明四種決定類型：直覺型、理性型、依賴型、猶豫型及計分方式後，請學生將分數填在雷達圖上，分析自己傾向哪一型，並請學生思考：</p> <p>(1)依分析結果，我覺得符合程度如何？</p> <p>(2)測驗的分析結果提醒了我什麼？</p> <p>(3)當我面臨未來學校/科系的選擇難</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--

	<p>題時，怎樣才能讓我的決定更謹慎呢？</p> <p>4. 教師請學生找一位同學分享與討論，並邀請學生表達。</p> <p>5. 教師做小結。</p> <p>~本節結束~</p>						
第三週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元1 生涯交叉口（輔導）</p> <p>單元1：生涯交叉口</p> <p><活動 2>生涯由我做主</p> <p>一、活動說明</p> <p>本單元帶領學生如何透過生涯平衡單方法及生涯九宮格，對於國中生涯進路選擇做進一步的探索及規劃。</p> <p>二、活動進行</p> <p>（一）決策平衡單活動</p> <p>1. 教師引言：生涯過程是一連串的選擇，怎樣才能在選擇的時候能有所依據呢？試著找出選擇時考慮的重要因素，把想要的選項列出來一一評比，按部就班的就能找到幫助做決</p>	1c-IV-3	輔 Cc-IV-2	口語評量—問答、口頭報告 高層次紙筆評量—書面心得	【生涯規劃教育】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。	單槍、電腦設備、 分組活動場地	

	<p>定的依據。接下來讓我們練習看看吧</p> <p>2. 教師以「小美未來生涯進路的選擇」例子讓學生了解「決策平衡單」的工具如何使用。</p> <p>3. 教師說明使用步驟</p> <p>4. 教師以小美例子說明先列出的考量因素及加權比重，並說明如何統計分數及排序。</p> <p>5. 教師請學生依自己目前列入考慮的目標學校科系填進表格，並進行決策平衡單的活動。</p> <p>6. 教師引言：經過生涯平衡單後選項排序，要選擇最佳的選項或最適合的選項？以下列幾種可能結果思考。</p> <p>7. 教師請學生找一位同學分享，在決策平衡單的練習後有何發現，並邀請學生發表。</p> <p>8. 教師做統整，並預告下次活動。</p> <p>~本節結束~</p>						
第四週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元1 生涯交叉口（輔導）</p>	1c-IV-3	輔 Cc-IV-2	<p>口語評量—問答、小組討論</p> <p>高層次紙筆評</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J12 發展及評估</p>	<p>單槍、電腦設備、分組活動場地</p>	

	<p>單元 1：生涯交叉口（續上節）</p> <p><活動 2>生涯由我做主</p> <p>（二）生涯決定九宮格活動</p> <p>1. 教師引言：大家可以將初步的生涯決定目標，試著用九宮格方法思考與整理，並付諸行動。</p> <p>2. 教師介紹九宮格思考法的優點，並且舉例子讓大家理解如何完成九宮格。</p> <p>3. 教師引導學生可以就這段時間自己的狀態與想法來思考，並填寫在九宮格裡。</p> <p>4. 教師提醒在「他人的支持鼓勵」這項，可邀請一位比較熟悉的同學協助完成。</p> <p>5. 教師邀請小組列出目前遇到的阻力，整理後寫在黑板上。教師將各組提出的阻力在做統整，讓學生腦力激盪並請學生分享因應好點子。</p> <p>5. 活動小省思：教師引導學生思考：「完成九宮格整理後，有什麼發現？」、「隨著升學選校各項重要日程接近，我如何做好各項管理，邁向生涯目標？」並邀請學生提供參考經驗。</p>			<p>量—書面心得</p> <p>實作評量—訪問、分組討論</p>	<p>生涯決定的策略。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>		
--	--	--	--	-----------------------------------	--	--	--

	~本節結束~						
第五週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元1 生涯交叉口（輔導）</p> <p>單元1：生涯交叉口（續上節）</p> <p>〈活動2〉生涯由我做主</p> <p>行動備忘錄</p> <p>教師引言：</p> <p>1. 當我們決定好未來的目標並採取行動的過程中，重要的日程與記事會有哪些？記錄重要的資訊能幫助在達成目標的過程中事半功倍。</p> <p>2. 教師請學生腦力激盪考試前到畢業典禮前，有哪些關於生涯進路重要的日子？</p> <p>3. 教師請學生將重要的日期及事項填上後，做小活動增進學生對於這些重要日期的記憶與理解。</p> <p>4. 教師對今天的活動做統整。</p> <p>~本節結束~</p>	1c-IV-3	輔Cc-IV-2	<p>口語評量—問答、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得</p> <p>實作評量—訪問、分組討論</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>	單槍、電腦設備、分組活動場地	

第六週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元 2 生涯大企畫（輔導）</p> <p>單元 2：生涯大企畫</p> <p><活動 1>預見高校生活</p> <p>一、活動說明</p> <p>本單元帶領學生如何透過高校生活想像與拼貼，對未來高校生活做進一步的規劃與探索。</p> <p>二、活動進行</p> <p>（一）高校生活想像</p> <p>1. 教師引言：我們已經在進入高校生活的倒數計時，對未來的生活有些想像，可能有完美的期待，但也有些不確定，接下來試著想像進入下個學習階段的生活，會是怎樣的作息安排？又有什麼生活特色呢？</p> <p>2. 教師先以三個高校兩課程時間安排，請學生猜猜這三個學制分別是什麼？教師並補充三種高校學制課程特色。</p> <p>~本節結束~</p>	1c-IV-3	輔 Cc-IV-2	<p>口語評量—問答、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得</p> <p>實作評量—訪問、分組討論</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>	單槍、電腦設備、分組活動場地	
-----	---	---------	-----------	---	--	----------------	--

第七週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元 2 生涯大企畫（輔導）</p> <p>單元 2：生涯大企畫（續上節）</p> <p>〈活動 1〉預見高校生活</p> <p>3. 教師引導學生想像：「如果今天已經是高校開學的日子，你穿著校服踏進你心目中的學校，你會有那些想像與期待？」教師邀請學生分享與發表。</p> <p>4. 教師輔以課本的拼貼圖片為例說明「未來高校生活圖像的拼貼」活動進行方式：請學生剪下象徵的圖片、文字並貼在白紙上。最後再將作品命名。</p> <p>5. 完成後，教師請學生將雜誌零碎紙片及工具等整理好。</p> <p>6. 作品分享：</p> <p>教師邀請學生跟旁邊夥伴分享自己的作品後，教師請每人將作品擺在自己的桌上，請學生自由走動並欣賞他人的生涯作品。</p> <p>7. 教師邀請學生分享體驗後的想法、感動，也分享自己的作品。</p>	1c-IV-3	輔 Cc-IV-2	<p>口語評量—問答、口頭報告</p> <p>實作評量—分組討論</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>	單槍、電腦設備、分組活動場地	第一次段考
-----	--	---------	-----------	--------------------------------------	---	----------------	-------

	<p>8.教師引導學生做活動小省思：跟夥伴分享自己的高校生活想像後，我有什麼樣的發現？</p> <p>~本節結束~</p>						
第八週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元2生涯大企畫（輔導）</p> <p>單元2：生涯大企畫</p> <p><活動2>我的生涯企劃</p> <p>一、活動說明</p> <p>本單元帶領學生透過生涯故事接龍及生涯名人故事，了解生涯會有現實的挑戰，但可以找到資源、好的態度、個人優勢去因應，也學習對畢業前後的重要行事做規劃。</p> <p>二、生涯故事接龍</p> <p>1.教師引言：未來美好的生活，仍有許多不確定因素影響，可能也會遇到一些意外。若生涯不是想像般完美，有可能會遇到那些轉折呢？</p> <p>2.教師請學生做活動小省思：</p> <p>(1)各組提到的生涯的阻礙項目有哪</p>	1c-IV-3	輔 Cc-IV-2	<p>口語評量－問答、口頭報告</p> <p>實作評量－分組討論</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>	單槍、電腦設備、分組活動場地	

	<p>些？</p> <p>(2)從各組分享中，有哪些影響結果的關鍵因素？</p> <p>(3)教師針對今天的活動做統整。</p> <p>~本節結束~</p>						
第九週	<p>主題五航向未來</p> <p>單元 2 生涯大企畫（輔導）</p> <p>單元 2：生涯大企畫（續上節）</p> <p><活動 2>我的生涯企劃</p> <p>三、儲備生涯能量</p> <p>1. 教師引言：教師說明張曼娟及嚴長壽兩位生涯名人，他們的生涯在過程中其實也曾出現非預期的變化，細讀他們的故事，思考他們是怎樣度過這些生涯的阻礙呢？ 2. 介紹名人故事：教師請學生念兩則故事，聆聽故事後請學生思考兩位名人有哪些因應生涯逆境的能量法寶？並邀請學生發表。</p> <p>2. 教師帶領學生討論「因應生涯逆境的能量法寶」，教師說明定義外，並</p>	1c-IV-3	輔 Cc-IV-2	<p>口語評量—問答、口頭報告</p> <p>實作評量—分組討論</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>	單槍、電腦設備、分組活動場地	

舉例子。

四、高校生涯企劃

1. 教師引言：藉由探索，我們知道未來想要達到的願景，也明白未來可能還有挑戰等著我們。畢業之後，在生活中仍有需要完成的事務，該如何善用這個暑假，替未來做準備呢？

2. 教師請學生閉上眼睛做冥想：「假設現在已經是考完會考的第一天，你坐在教室，感到心情平靜與輕鬆，你的視線來到牆上的月曆，發現國中的生活只剩下幾個星期，接下來就是畢業典禮、放暑假。這將是你人生另一個階段的開始，時間會繼續往前走，你知道還有許多的事務需要規劃與完成，想一想，還有哪些重要事務等著你呢？請繼續帶著平靜的心回到這裡，慢慢睜開眼睛…」

教師引導學生以「時間、需完成的重要事項、此段時間想做那些規劃」為主要思考的三向度，請學生完成行動企畫書。

3. 教師補充及說明學校重要行事曆。

4. 活動小省思：教師引導學生思考：透過做決定的練習和行動方案的規劃，對迎向未來有哪些幫助呢？

四、教師做今天活動的統整。

<活動 2>我的生涯企劃

三、儲備生涯能量

1. 教師引言：教師說明張曼娟及嚴長壽兩位生涯名人，他們的生涯在過程中其實也曾出現非預期的變化，細讀他們的故事，思考他們是怎樣度過這些生涯的阻礙呢？ 2. 介紹名人故事：教師請學生念兩則故事，聆聽故事後請學生思考兩位名人有哪些因應生涯逆境的能量法寶？並邀請學生發表。

2. 教師帶領學生討論「因應生涯逆境的能量法寶」，教師說明定義外，並舉例子。

四、高校生涯企劃

1. 教師引言：藉由探索，我們知道未來想要達到的願景，也明白未來可能還有挑戰等著我們。畢業之後，在生活中仍有需要完成的事務，該如何善用這個暑假，替未來做準備呢？

2. 教師請學生閉上眼睛做冥想：「假設現在已經是考完會考的第一天，你坐在教室，感到心情平靜與輕鬆，你的視線來到牆上的月曆，發現國中的生活只剩下幾個星期，接下來就是畢業典禮、放暑假。這將是你人生另一

	<p>個階段的開始，時間會繼續往前走，你知道還有許多的事務需要規劃與完成，想一想，還有哪些重要事務等著你呢？請繼續帶著平靜的心回到這裡，慢慢睜開眼睛…」</p> <p>教師引導學生以「時間、需完成的重要事項、此段時間想做那些規劃」為主要思考的三向度，請學生完成行動企畫書。</p> <p>3. 教師補充及說明學校重要行事曆。</p> <p>4. 活動小省思：教師引導學生思考：透過做決定的練習和行動方案的規劃，對迎向未來有哪些幫助呢？</p> <p>四、教師做今天活動的統整。</p> <p>~本節結束~</p>					
第十週	<p>主題六生命齊步走</p> <p>單元1 成長進化史（輔導）</p> <p>單元1：成長進化史</p> <p><活動1>成長檔案解密</p> <p>一、教師引言：</p> <p>國中三年的學習，已經快要到了收成</p>	1a-IV-1	輔 Ab-IV-1	<p>口語評量—問答、口頭報告、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得整理、書面採訪整理</p> <p>實作評量—分</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、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。</p>	單槍、投影片、分組活動場地

	<p>的時刻，我們是否曾經好好看過自己這一路的成長？現在讓我們邀請各組同學一起來回憶，找出班上在不同學習階段，發生的種種事件，來找出自我成長的答案吧！</p> <p>二、教師在學生組別之間走動，關切他們的討論狀況，協助沒共識、討論不熱絡的組別思考，對應學習階段班級活動的三個提示詞，先記錄在課本上，並鼓勵他們先將第一個對應活動的3個提示詞，用2B筆依次書寫在3張A4紙上，在學生差不多完成之後，讓各組出列抽學習階段的籤，並且為學生說明計分規則，接下來，從七上這個學習階段開始進行活動。</p> <p>三、各組派代表上台進行猜謎活動，教師協助點人回答並且計分。給予最高分的組別獎勵，並且把學生的謎底們(對應學習階段的班級活動)書寫在黑板上。</p> <p>四、教師帶領學生檢視黑板上發生過的班級活動，並且協助同學對應課本，可以試著書寫在範例旁邊空白之處，標示出客觀的班級集體氣氛曲線，並邀請他們回憶並覺察自我在這些活動中曾經有過的個人心情狀態。</p> <p>五、教師引導學生思考</p> <p>1. 現在與過去的我，去面對同一件事件、看法跟感受是否不一樣？有了什</p>			組演戲活動			
--	---	--	--	-------	--	--	--

	<p>麼轉變？</p> <p>2. 我喜歡過去哪個活動中的自己？原因是什麼？</p> <p>六、經驗過上面兩個活動的暖身，教師帶領學生翻閱這兩本陪伴他們近三年的生涯主題紀錄本：生涯手冊及生涯檔案，從其中檢視自己三年來的變化，整理過後化做文字記錄在課本上。</p> <p>七、教師引導學生思考</p> <p>~本節結束~</p>						
第十一週	<p>主題六生命齊步走</p> <p>單元1 成長進化史（輔導）</p> <p>單元1：成長進化史</p> <p><活動 2>他人我演化論</p> <p>一、教師引言</p> <p>二、藉由之前的活動，我們觀察到了自己三年來在群體中、在生活中的轉變，這是透過自我的視角去看的變化，接下來的活動，讓我們透過他人的視角，來見證自己剛進國中的樣子，也可以藉此與現在的自己做一個</p>	1a-IV-1	輔 Ab-IV-1	<p>口語評量—問答、口頭報告、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得整理、書面採訪整理</p> <p>實作評量—分組演戲活動</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、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。</p>	單槍、投影片、分組活動場地	

	<p>對照喔！</p> <p>三、請學生先照著課本的活動引導語寫下自己的答案，等全部寫完之後，可以離開座位尋找認同的同學，協助做認證的簽名、一個認證者只可以在單子上出現一次！</p> <p>四、等同學都已經完成九格的簽名之後，教師隨機抽出號碼籤，供同學在自己的賓果單上圈起該號碼，直到有學生出現兩條直線，才停止抽籤。</p> <p>五、教師帶領學生思考在活動的過程中，同學和自己個人的自我印象是否有差異，可以明白自己為何給人留下這樣的印象？</p> <p>六、教師引導：</p> <p>除了同儕的看法，陪著我們成長的重要他人還有師長與家長，他們視角看到的我們，是否也讓你好奇？讓我們蒐集他們的觀察，進行訪談吧！</p> <p>~本節結束~</p>						
第十二週	<p>主題六生命齊步走</p> <p>單元1 成長進化史（輔導）</p>	1a-IV-1	輔 Ab-IV-1	<p>口語評量—問答、口頭報告、小組討論</p> <p>高層次紙筆評</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、</p>	單槍、投影片、分組活動場地	

	<p>單元 1：成長進化史</p> <p><活動 3>倒轉時光齒輪</p> <p>一、教師引言：上節課的訪談，老師已經確認過大家都已經完成所以現在就讓我們大家來分享看家長、師長對自己三年轉變的觀察，自己的感受及收穫吧！</p> <p>二、教師引言：接續前面的課程，我們回顧了過往的班級活動，還有自我轉變，是否也讓你想起一些後悔的事？我們藉由以下的活動，覺察他們並且整理各個面向的遺憾！讓我們藉由這樣的回顧，有機會在未來做的更好。</p> <p>三、教師藉由課本上的活動引導，帶領學生完成這個把遺憾吼出來的活動，並且對於活動後的心得稍作討論，讓學生自由發表遺憾被聽到的感受或是引起的共鳴。</p> <p>四、教師帶領學生閱讀課本的範例，然後邀請學生將剛剛吼出來的、或是有共鳴的部分，用心記錄下來，也為學生打心理預防針，有可能這些遺憾無法被彌補，尤其是跟人相關的遺憾，對方有不原諒你或是不想討論的自由，但是至少我們去面對了，可以避免以後高中生涯再重蹈覆轍。</p>			<p>量—書面心得整理、書面採訪整理</p> <p>實作評量一分組演戲活動</p>	<p>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。</p>		
--	--	--	--	---	---	--	--

	<p>五、教師帶領學生討論以下省思：</p> <p>1、這些事件除了帶給我遺憾之外，對我的自我成長是否有正面意義呢？</p> <p>2、如果不讓憾事在未來再度發生，我要如何去調整自己的待人處事？</p> <p>3、除了修補過去，國中畢業前，我還有尚未完成的心願或承諾嗎？如果有，你會鼓起勇氣去實踐嗎？</p> <p>單元 2：薪傳雙響砲</p> <p><活動 1>密傳國中攻略</p> <p>一、教師引言</p> <p>二、帶領學生閱讀新聞，從中找出傳承的目的與意義，並且引導學生思考。</p> <p>三、接下來分組進行活動。</p> <p>四. 請各組將自己討論的結果。</p> <p>~本節結束~</p>						
第十三週	主題六生命齊步走	1a-IV-1	輔 Ab-IV-1	口語評量—問答、口頭報告	【生涯規劃教育】 涯 J11 分析影響個	單槍、投影片、分組活動場地	

	<p>單元2 薪傳雙響砲（輔導）</p> <p>單元2：薪傳雙響砲</p> <p><活動 2>給自己的情書</p> <p>一、教師引言：</p> <p>二、教師說明活動方式，請各組推派一位起立發表該組抽籤後的討論結果，學生可能會有的答案是：</p> <p>（一）問候他：未來的他過得如何？考上了哪間學校？那時候的他與家長／導師關係如何？有交到新朋友嗎？參加了什麼社團？</p> <p>（二）告訴他：目前自己的生活狀況？會考準備的狀況？壓力狀況？身材外型如何？與家長／導師／人際關係如何？</p> <p>（三）提醒他：國中時犯的錯誤有哪些？以後不要再重蹈覆轍了，國中給過朋友的承諾有哪些？要記得履行。</p> <p>（四）感謝他：謝謝未來的他願意撐下去，不論考到哪間學校都是已經克服一個重大人生挑戰的自己。</p> <p>（五）期許他：高中要記得完成的目標…等。</p> <p>教師在同學發表時，可以重點摘要註記黑板上，在各組都已發表結束後，</p>			<p>實作評量—訪問、分組討論</p>	<p>人生涯決定的因素。</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>		
--	---	--	--	---------------------	--	--	--

	<p>鼓勵學生將剛剛被激發的感觸，試著寫下來，或是先記下大綱，回家再進行書寫。</p> <p>最後將給自己的這封信，塞入信封，也可以將自己帶來的具有紀念意義的小紙片、照片塞進信封中，教師跟全班約定好未來寄出的時間，在這段期間將學生的信件妥善保管。</p> <p>~本節結束~</p>						
第十四週	<p>主題六生命齊步走</p> <p>單元2薪傳雙響砲（輔導）</p> <p>單元2：薪傳雙響砲（續上節）</p> <p>〈活動2〉給自己的情書</p> <p>三、延伸活動：好友來一句</p> <p>請學生再拿一張信紙，可以自由離開座位，邀請班上數位好友給未來的自己留言一句，因為是給未來的自己看的，所以鼓勵同學別偷看，要提醒學生在書寫他人的信紙時，記的署名。</p> <p>※建議：</p> <p>1. 給未來自己的這封信，教師協助保管的時間，一年是最好的期限，因為</p>	1a-IV-1	輔 Ab-IV-1	<p>口語評量—問答、口頭報告</p> <p>實作評量—訪問、分組討論</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>	單槍、投影片、分組活動場地	會考

	<p>屆時，學生已經是適應一陣子高一生活的新鮮人，對高中生活的感觸比較具體，那在收到這封幻想未來的信的感觸會更深刻。</p> <p>2. 每個學生書寫的習慣不同，所以這堂課教師可以將他視為暖身，提起動機的課程，鼓勵學生帶回家，選擇可以靜心的時間書寫，進行完討論。請學生記下要書寫的重點後，其餘的時間，可以優先進行好友來一句的活動，這個延伸活動也可以增加學生對未來收到這封信的期待值。</p> <p>~本節結束~</p>						
第十五週	<p>主題六生命齊步走</p> <p>單元3 畢業進行式（輔導）</p> <p>單元3：畢業進行式</p> <p><活動1>真心話三年</p> <p>一、教師引言：在這倒數的時刻，我們除了在前面單元回顧了自己內在的改變，那外在的改變是否也有改變呢？相處了1000多個日子的同學們樣子是否也有所不同？讓我們用精心準備的照片，一起來看看這些轉變。</p>	2d-IV-1	輔 Bc-IV-1	<p>口語評量—問答、口頭報告、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	單槍、投影片、分組活動場地	畢業考

	<p>謝謝有你暖身活動</p> <p>二、教師帶領學生瀏覽活動規則，並且主動提出一個示範供學生參考，如下：我提供這張照片的，這是在七年級校慶那天拍的，翰寶你變帥了，謝謝有你。</p> <p>真心便利貼主題活動</p> <p>三、教師引言：</p> <p>心理學有一個理論是，如果我們人生在這一階段能把所有沒說出口的話或者心情表露完整，就能了無牽掛地順利地走入下一個階段，而且下一階段也會發展得比較好。</p> <p>四、教師接下來請學生閉上雙眼，進行五分鐘的幻遊，帶領的幻遊內容。</p> <p>五、結束幻遊之後，教師請學生睜開雙眼，並且發下小卡，讓學生依據五大方向，可參考課本範例，寫下想表達的對象與想表達的未竟之語，最後，師長在跟同學討論轉交給對方的時機點。</p> <p>~本節結束~</p>					
第十六週	主題六生命齊步走	2d-IV-1	輔 Bc-IV-1	口語評量—問答、口頭報	【生涯規劃教育】	單槍、投影片、分

	<p>單元3 畢業進行式（輔導）</p> <p>單元3：畢業進行式</p> <p><活動1>真心話三年</p> <p>一、教師引言：在這倒數的時刻，我們除了在前面單元回顧了自己內在的改變，那外在的改變是否也有改變呢？相處了1000多個日子的同學們樣子是否也有所不同？讓我們用精心準備的照片，一起來看看這些轉變。</p> <p>謝謝有你暖身活動</p> <p>二、教師帶領學生瀏覽活動規則，並且主動提出一個示範供學生參考，如下：我提供這張照片的，這是在七年級校慶那天拍的，翰寶你變帥了，謝謝有你。</p> <p>真心便利貼主題活動</p> <p>三、教師引言：</p> <p>心理學有一個理論是，如果我們人生在這一階段能把所有沒說出口的話或者心情表露完整，就能了無牽掛地順利地走入下一個階段，而且下一階段也會發展得比較好。</p> <p>四、教師接下來請學生閉上雙眼，進行五分鐘的幻遊，帶領的幻遊內容。</p>			<p>告、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得</p>	<p>涯J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p>組活動場地</p>	
--	---	--	--	-----------------------------------	-------------------------	--------------	--

	<p>五、結束幻遊之後，教師請學生睜開雙眼，並且發下小卡，讓學生依據五大方向，可參考課本範例，寫下想表達的對象與想表達的未竟之語，最後，師長在跟同學討論轉交給對方的時機點。</p> <p>~本節結束~</p>						
第十七週	<p>主題六生命齊步走</p> <p>單元3 畢業進行式（輔導）</p> <p>單元3：畢業進行式</p> <p><活動2>用微笑道別</p> <p>一、教師引言：</p> <p>上一節課，我們討論了一路陪伴的同學們，這節課，我們來看看歷年來陪伴我們的老師群，讓他們聊聊對我們的觀察與發現，讓他們再教我們最後一回。</p> <p>二、教師先讓全班同學說出一到三年級所有教過的師長們，再讓各組認領想要訪問的師長名單，並且照著工作表上的引導，協助學生完成各項細部工作的分工，也請學生討論想要訪問師長的問題內容，可以邀請各組推派一位起立分享，讓同學集思廣益，把</p>	2d-IV-1	輔 Bc-IV-1	<p>口語評量—問答、口頭報告、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	單槍、投影片、分組活動場地	

	<p>握機會，參考、採納別組詢問師長的好問題。</p> <p>三、有故事的角落攝影活動</p> <p>若是同學討論的速度較快，本堂課有餘下十分鐘以上的時間，教師可以讓各組離開教室，去找校園中讓他們印象深刻的景物，做最後一次的校園巡禮，讓他們將畫面拍攝下來，然後討論在這角落發生過的回憶，一樣下一堂最後一節課一併呈現。</p> <p>~本節結束~</p>						
第十八週	<p>主題六生命齊步走</p> <p>單元3 畢業進行式（輔導）</p> <p>單元3：畢業進行式（續上節）</p> <p><活動 2>用微笑道別</p> <p>一、教師引言：</p> <p>今天是國中時期最後一堂輔導課了，讓我們先用同學精心準備的，老師們用情傳授的箴言影片，來拉開這堂課的序幕吧！</p> <p>二、看完了師長的箴言後，也請同學分享各組拍攝的校園角落故事，邀請</p>	2d-IV-1	輔 Bc-IV-1	<p>口語評量—問答、口頭報告、小組討論</p> <p>高層次紙筆評量—書面心得</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	單槍、投影片、分組活動場地	畢業典

	<p>有共鳴的同學發表自己的感觸。</p> <p>三、新人生，齊步走教師引言：</p> <p>這一系列的告別與回顧活動，我們不只向同學向師長說出了埋藏許久的心情，也邀請他們給我們一些未來的祝福與提醒，甚至我們還向相處三年的學校環境，做了最後的巡禮，應該已經可以毫無留戀地離開這段國中歲月了。</p> <p>四、教師鼓勵學生省思，完成課程整理，並邀請同學發表。</p> <p>五、教師結語：</p> <p>三年的輔導課程，我們探討了自我、情緒、人際、家庭、學習、生涯、性平……等等，這些課題一路走來，只要你有用心參與，相信一定看的到自己成長的軌跡。</p> <p>祝福各位同學，對這些議題的關心能持續，能養成獨立思考的好習慣，能成為自我經營的高手，珍重再見！</p> <p>~本節結束~</p>						
第十九週	輔導	1a-IV-1	輔 Aa-IV-1	1. 課程討論	【生涯發展教育】 涯 J3 覺察自己的能	1. 繪本或相關影音資源	

	<p>繪本與我的世界</p> <p>1. 教師在教室內擺放不同的繪本，讓學生自由閱讀，並選出自己印象最深刻或最喜歡的一本。</p> <p>2. 尋找班上三位與自己所選擇的繪本相同的同學與三位與自己選擇不同的學，並將原因記錄下來。</p> <p>繪本參考：</p> <p>適應新環境的溫暖陪伴《雪獅》 親子天下說書會</p> <p>幫助孩子認識人際珍貴價值 2019 親子天下年度說書會影音</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=gucKhkgYlh0</p> <p>幽默故事培養孩子思辯力《鱧魚追母雞》 親子天下說書會</p> <p>練習聆聽與理解他人《努娜的讀心魔法棒》 親子天下說書會</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=JBquNH4lwG0</p> <p>3. 選擇相同繪本的學生三個人一組，並討論繪本中每個角色的隱喻並與全班分享。</p>	<p>1a-IV-2</p> <p>1d-IV-2</p>	<p>輔 Aa-IV-2</p> <p>Ac-IV-1</p>	<p>2. 分組分享</p> <p>3. 課堂活動參與</p>	<p>力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p>	<p>2. 學習單</p>	
--	--	-------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--	---------------	--

	4. 教師與學生討論到新環境的適應、自我壓力察覺以及人際溝通的方法。						
第二十週	<p>輔導</p> <p>吵架不傷情</p> <p>1. 請學生說一說最近一次和他人吵架的狀況及原因。</p> <p>2. 觀看影片，說一說影片中提到衝突發生的三種原因以及四項吵架要點。</p> <p>參考影片：</p> <p>【心靈七湯】到底要怎麼和不同立場的人溝通？4 大絕招讓你不再傷感情！EP 019https://www.youtube.com/watch?v=DfckHqJt5qA&ab_channel=%E5%BF%97%E7%A5%BA%E4%B8%83%E4%B8%83%E5%9C%96%E6%96%87%E4%B8%8D%E7%AC%A6</p> <p>3. 分析近一次的吵架事件的原因，採用四個要點提出更好的行動方案，並與全班分享。</p>	<p>1b-IV-2</p> <p>2a-IV-1</p> <p>2a-IV-3</p>	<p>輔 Aa-IV-2</p> <p>輔 Dc-IV-1</p>	<p>1. 影片觀看</p> <p>2. 課程討論</p> <p>3. 上台分享</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p> <p>生 J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J3 了解人際交</p>	<p>1. 網路設備</p> <p>2. 影片播放設備</p> <p>3. 學習單</p>	

					<p>往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--