

臺北市景興國民中學 114學年度 綜合活動領域/輔導科 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"/> 臺灣台語 <input type="checkbox"/> 臺灣客語) <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 type="checkbox"/> 童軍 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期					
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)		節數	學期內每週 1 節		
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-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. 從個人興趣、特質、能力、價值觀層面探索自我，並透過對生涯進路及各種學制的瞭解，統整並提出適性的生涯發展目標。 2. 認識壓力、覺察自己的身心狀態，學習調整自己的情緒和壓力，培養正向思考，促進心理健康。 3. 回顧國中生涯，探討對於個人的正向意義與影響，並從中討論值得傳承的精神，以及給予自己及同學一些畢業祝福。					
學習進度 週次	單元/主題 名稱	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
		學習 表現	學習 內容			
第一學期	第1-4週	主題一：命停看聽 單元一：生命中的壓力	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。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響調適。	口語評量 高層次紙筆評量	
	第5週	興趣測驗	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。	輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。	口語評量	
	第6-9週 【第一次定評】	主題一：生命停看聽 單元二：珍愛生命	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	口語評量 高層次紙筆評量	
	第10-15週 【第二次定評】	主題二：生涯航海王 單元一：生涯大航道	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。 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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	口語評量 高層次紙筆評量	【生涯規劃】 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 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。

	第16-21週 【第三次定評】	主題二：生涯航海王 單元二：生涯夢想號	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	口語評量 高層次紙筆評量	【生涯規劃】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第二學期	第1-5週	主題五：航向未來 單元一：生涯交叉口	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	口語評量 高層次紙筆評量	【生涯規劃】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
	第6-9週 【第一次定評】	主題五：航向未來 單元二：生涯大企畫	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	口語評量 高層次紙筆評量	【生涯規劃】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
	第10-12週	主題六：生命齊步走 單元一：成長進化論	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。	口語評量 高層次紙筆評量		
	第13-16週	主題六：生命齊步走 單元二：薪傳雙響砲	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。	口語評量 高層次紙筆評量		
	第17-18週	主題六：生命齊步走 單元三：畢業進行式	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	口語評量 高層次紙筆評量		
教學設施 設備需求	大螢幕、筆記型電腦						
備註							