

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

109 學年度嘉義縣民和國民中學八年級第一學期綜合領域輔導科 教學計畫表

設計者：梁婉倩 (新課綱) (表十二之一)

一、教材版本：康軒版第三冊

二、本領域每週學習節數：3 節(輔導科 1 節)

三、總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 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 C3 多元文化與國際理解

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養 /學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨域統整或 協同教學規劃 (無則免填)
一	08/31- 09/04	第五主題美麗「心」境界 (輔導) 第 1 單元從「心」出發	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。	1. 透過繪製「我的情緒 樣貌」，能分享自己的情 緒樣貌，並且能說出原 因。 2. 透過填寫「我的一週 情緒記錄表」，能覺察自 己的情緒狀態，以及當 時的反應，進而理解情 緒對生活所造成的影 響。	1. 口語評量 2. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫 教育】	健康與體育
二	09/07- 09/11	第五主題美麗「心」境界 (輔導)	綜-J-A1:探索與開發 自我潛能，善用資源	1. 分享自己與同學的情 緒抒解方法，且能分析	1. 口語評量 2. 高層次紙	【家庭教育】 【生命教育】	健康與體育

		第 1 單元從「心」出發	促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	與說出其影響。 2. 認識情緒抒解策略，並能找出及分享適合自己的抒解方式。	筆評量	【生涯規畫教育】	
三	09/14-09/18	第五主題美麗「心」境界(輔導) 第 1 單元從「心」出發	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。	1. 能與同學分享行動計畫執行成果。 2. 能提供同學在執行計畫時遭遇困難的建議。	1. 實作評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫教育】	
四	09/21-09/25	第五主題美麗「心」境界(輔導) 第 1 單元從「心」出發	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。	1. 針對自己的情境事件分析理性與非理性想法所帶來的情緒反應、行為表現及後果。 2. 透過填寫「情緒抒解練習記錄表」，能覺察自己在事件當下的情緒感受，並練習情緒抒解策略與評量成效。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫教育】	健康與體育
五	09/28-10/02	第五主題美麗「心」境界(輔導) 第 1 單元從「心」出發	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。	1. 完成「我的失落經驗」表格，能檢視失落心理歷程及希望獲得的協助。 2. 完成「失落的療癒良方」表格，能針對失落經驗整理出安撫或激勵人心的言語或作為。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫教育】	健康與體育

				3. 小隊透過腦力激盪及討論，限時回應狀況題之提問。			
六	10/05-10/09	第五主題美麗「心」境界 (輔導) 第1單元從「心」出發	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。	1. 完成「我的失落經驗」表格，能檢視失落心理歷程及希望獲得的協助。 2. 完成「失落的療癒良方」表格，能針對失落經驗整理出安撫或激勵人心的言語或作為。 3. 小隊透過腦力激盪及討論，限時回應狀況題之提問。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫教育】	健康與體育
七	10/12-10/16	第五主題美麗「心」境界 (輔導) 第1單元從「心」出發	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。	1. 完成「我的失落經驗」表格，能檢視失落心理歷程及希望獲得的協助。 2. 完成「失落的療癒良方」表格，能針對失落經驗整理出安撫或激勵人心的言語或作為。 3. 小隊透過腦力激盪及討論，限時回應狀況題之提問。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫教育】	健康與體育
八	10/19-	第五主題美麗「心」境界	綜-J-A1:探索與開發	1. 能將小隊內的生命事	1. 檔案評量	【家庭教育】	健康與體育

	10/23	(輔導) 第2單元寶貝人生	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。	件記錄下來。 2. 能分享對生命旅程的 感受或想法。 3. 能分享自己對生命的 看法，以及以什麼樣的 態度面對有限的生命。	2. 口語評量	【生命教育】 【生涯規畫 教育】	
九	10/26- 10/30	第五主題美麗「心」境界 (輔導) 第2單元寶貝人生	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。	1. 透過黃博煒的故事， 分享自己對生命意義與 價值的想法。 2. 分享自己與同學的生 命寶物和其珍惜方法， 並能分享自己會如何運 用適當的方法來珍惜與 善待生命。	1. 口語評量 2. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫 教育】	健康與體育
十	11/02- 11/06	第五主題美麗「心」境界 (輔導) 第2單元寶貝人生	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。	1. 透過黃博煒的故事， 分享自己對生命意義與 價值的想法。 2. 分享自己與同學的生 命寶物和其珍惜方法， 並能分享自己會如何運 用適當的方法來珍惜與 善待生命。	1. 口語評量 2. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】 【生命教育】 【生涯規畫 教育】	健康與體育
十一	11/09- 11/13	第六主題團體二三事 (輔導) 第1單元人際你我他	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	1. 透過口語分享個人對 於正向經營人際關係， 以及改善人際關係的具 體做法。	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】	健康與體育

			利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。	2. 自我檢視有哪些受人歡迎與不受人歡迎的人際互動表現，並寫下給自我的回饋，以具體做法正向經營及檢討改善人際關係。			
十二	11/16- 11/20	第六主題團體二三事 (輔導) 第1單元人際你我他	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。	1. 透過口語分享個人對於正向經營人際關係，以及改善人際關係的具體做法。 2. 自我檢視有哪些受人歡迎與不受人歡迎的人際互動表現，並寫下給自我的回饋，以具體做法正向經營及檢討改善人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】	健康與體育
十三	11/23- 11/27	第六主題團體二三事 (輔導) 第1單元人際你我他	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。	1. 透過口語分享個人對於正向經營人際關係，以及改善人際關係的具體做法。 2. 自我檢視有哪些受人歡迎與不受人歡迎的人際互動表現，並寫下給自我的回饋，以具體做法正向經營及檢討改善人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】	健康與體育

十四	11/30- 12/04	第六主題團體二三事 (輔導) 第1單元人際你我他	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。	1. 分享個人在圈內圈外體驗活動中的感受與想法。 2. 針對情境故事實作問題解決步驟，並完成學習單填寫。 3. 分析常見交友困境的成因、正向交友態度與可行解決方法，並完成學習單填寫。	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】	健康與體育
十五	12/07- 12/11	第六主題團體二三事 (輔導) 第1單元人際你我他	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。	1. 分享個人在圈內圈外體驗活動中的感受與想法。 2. 針對情境故事實作問題解決步驟，並完成學習單填寫。 3. 分析常見交友困境的成因、正向交友態度與可行解決方法，並完成學習單填寫。	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】	健康與體育
十六	12/14- 12/18	第六主題團體二三事 (輔導) 第1單元人際你我他	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	1. 針對網路交友困境，運用問題解決策略討論因應之道。 2. 運用活動所學，連結個人真實情境進行自我省思，鼓勵在生活中實	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【品德教育】	健康與體育

			共同目標。	踐解決策略，並將省思結果填寫在學習單上。			
十七	12/21- 12/25	第六主題團體二三事 (輔導) 第1單元人際你我他	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。	1. 針對網路交友困境，運用問題解決策略討論因應之道。 2. 運用活動所學，連結個人真實情境進行自我省思，鼓勵在生活中實踐解決策略，並將省思結果填寫在學習單上。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【品德教育】	健康與體育
十八	12/28- 01/01	第六主題團體二三事 (輔導) 第2單元團隊好夥伴	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。	1. 透過拍球活動的成敗，連結到班級值得驕傲的事蹟，以及需要再加把勁的部分。	1. 實作評量	【品德教育】	
十九	01/04- 01/08	第六主題團體二三事 (輔導) 第2單元團隊好夥伴	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。	1. 能依據班級任務，承諾執行個人愛班行動。 2. 能檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也表達對同學的欣賞或感謝。	1. 實作評量	【品德教育】	
廿	01/11- 01/15	第六主題團體二三事 (輔導)	綜-J-C2:運用合宜的人際互動技巧，經營	1. 能依據班級任務，承諾執行個人愛班行動。	1. 實作評量	【品德教育】	

		第 2 單元團隊好夥伴	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。	2. 能檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也表達對同學的欣賞或感謝。			
廿一	01/18-01/21	輔導複習全冊	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。 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。	1. 複習輔導第五、六主題。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量 4. 檔案評量	【品德教育】	

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

109 學年度嘉義縣民和國民中學八年級第二學期綜合領域輔導科 教學計畫表

設計者：梁婉倩（新課綱）（表十二之一）

一、教材版本：康軒版第四冊

二、本領域每週學習節數：3 節(輔導科 1 節)

三、總綱核心素養：

- A1 身心素質與自我精進
 A2 系統思考與解決問題
 A3 規劃執行與創新應變
 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
 C3 多元文化與國際理解

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養/學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨域統整或協同教學規劃(無則免填)
一	02/16-02/19	第五主題愛的進行式(輔導) 第 1 單元愛的時光隧道	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。	1. 透過婚紗示意圖，能比較婚紗照的差異與愛情意涵，並分享看法。 2. 藉由愛情卡篩選，釐清自己對愛情的憧憬條件，並能與他人比較後重新抉擇。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	

二	02/22-02/26	第五主題愛的進行式(輔導) 第1單元愛的時光隧道	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。	1. 能完成對父母／照顧者的訪問與「世代比一比」。 2. 能分析世代戀愛觀差異下可能產生的衝突與調適方式，並完成「世代戀愛觀」表格。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	
三	03/01-03/05	第五主題愛的進行式(輔導) 第1單元愛的時光隧道	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。	1. 能完成對父母／照顧者的訪問與「世代比一比」。 2. 能分析世代戀愛觀差異下可能產生的衝突與調適方式，並完成「世代戀愛觀」表格。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	
四	03/08-03/12	第五主題愛的進行式(輔導) 第2單元愛情來敲門	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。	1. 能完成「告白情書」的書寫。 2. 能討論課本情境題，並進行報告。 3. 能審查其他小隊報告內容，並給予回饋。	1. 實作評量 2. 口語評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	
五	03/15-	第五主題愛的進行式	綜-J-B1: 尊重、包容與欣	1. 能完成「告白情書」	1. 實作評量	【性別平等	

	03/19	(輔導) 第2單元愛情來敲門	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。	的書寫。 2. 能討論課本情境題，並進行報告。 3. 能審查其他小隊報告內容，並給予回饋。	2. 口語評量	【教育】 【家庭教育】	
六	03/22- 03/26	第五主題愛的進行式 (輔導) 第2單元愛情來敲門	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。	1. 能與小隊腦力激盪，接力完成「愛情劇場」。 2. 能檢視自編劇本的合理性，並進行修改。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	
七	03/29- 04/02	第五主題愛的進行式 (輔導) 第2單元愛情來敲門	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。	1. 能與小隊腦力激盪，接力完成「愛情劇場」。 2. 能檢視自編劇本的合理性，並進行修改。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	
八	04/05- 04/09	第五主題愛的進行式 (輔導) 第2單元愛情來敲門	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。	1. 能與小隊討論並說出安全分手的時間、地點與方式。 2. 能完成「好好談分手」的小組任務。	1. 口語評量 2. 實作評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	
九	04/12- 04/16	第五主題愛的進行式 (輔導) 第2單元愛情來敲門	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。	1. 能與小隊討論並說出安全分手的時間、地點與方式。 2. 能完成「好好談分手」的小組任務。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 【家庭教育】	
十	04/19-	第五主題愛的進行式	綜-J-B1: 尊重、包容與欣	1. 能完成「分手後的	1. 實作評量	【性別平等	

	04/23	(輔導) 第2單元愛情來敲門	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。	可能反應」自由聯想。 2. 能分析哪些行動對自己或他人具有傷害性，哪些行動可照顧自己與關愛他人，提升自己魅力。 3. 能重新檢視告白情書，並重新修正。	2. 高層次紙筆評量	【教育】 【家庭教育】	
十一	04/26- 04/30	第六主題生涯 Online(輔導) 第1單元職業世界登入	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。	1. 透過職業猜謎活動，分享自己對職業的認識。 2. 小隊討論職業及其對應的荷倫類型代碼，促進對職業特色的認識。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】	
十二	05/03- 05/07	第六主題生涯 Online(輔導) 第1單元職業世界登入	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。	1. 填寫臺灣各地特色及相關職業，增進對臺灣各地特色職業的認識，並分析職業分布對自己生涯選擇的影響。 2. 透過採訪職人，促進對工作專業素養的認識，並評估自己在國中階段應培養的能力與態度。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】	

十三	05/10-05/14	第六主題生涯Online(輔導) 第1單元職業世界登入	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。	1. 填寫臺灣各地特色及相關職業，增進對臺灣各地特色職業的認識，並分析職業分布對自己生涯選擇的影響。 2. 透過採訪職人，促進對工作專業素養的認識，並評估自己在國中階段應培養的能力與態度。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】	
十四	05/17-05/21	第六主題生涯Online(輔導) 第1單元職業世界登入	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。	1. 透過小隊討論未來趨勢變化，可能造就的職業興衰，並分享自己感興趣的職業。 2. 閱讀名人創業故事，歸納並分析在實踐生涯目標時的優劣勢。 3. 評估自己在追尋生涯目標時可能的限制，並能擬定因應的方式。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】	
十五	05/24-05/28	第六主題生涯Online(輔導) 第1單元職業世界登	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	1. 透過小隊討論未來趨勢變化，可能造就的職業興衰，並分享	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】	

		入	值，實踐生命意義。	自己感興趣的職業。 2. 閱讀名人創業故事，歸納並分析在實踐生涯目標時的優劣勢。 3. 評估自己在追尋生涯目標時可能的限制，並能擬定因應的方式。			
十六	05/31-06/04	第六主題生涯Online(輔導) 第2單元生涯初征戰	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。	1. 勾選「興趣密碼」，檢視自己的興趣傾向。	1. 實作評量	【生涯規畫教育】	
十七	06/07-06/11	第六主題生涯Online(輔導) 第2單元生涯初征戰	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。	1. 挑選能力強項卡，檢視自己的能力傾向，並分析所對應的荷倫代碼。	1. 實作評量	【生涯規畫教育】	
十八	06/14-06/18	第六主題生涯Online(輔導) 第2單元生涯初征戰	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。	1. 挑選能力強項卡，檢視自己的能力傾向，並分析所對應的荷倫代碼。	1. 實作評量	【生涯規畫教育】	
十九	06/21-06/25	第六主題生涯Online(輔導) 第2單元生涯初征戰	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	1. 挑選能力強項卡，檢視自己的能力傾向，並分析所對應的	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】	

			值，實踐生命意義。	荷倫代碼。			
廿	06/28-06/30	第六主題生涯 Online(輔導) 第2單元生涯初征戰	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。	1. 透過「職業掃描」活動，綜合個人的內在條件，分享適合的職業選擇。 2. 寫下自己的生涯目標，擬定短、中、長期計畫，探究實踐過程中的限制，並評估可行解決策略。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】	

註1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計5面向。

註4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。