

109 學年度嘉義縣立竹崎高級中學國中部八年級第一學期綜合活動領域輔導科 教學計畫表

設計者： 蔡嘉昇 (新課綱) (表十二之一)

一、教材版本：南一版第 3 冊

二、本領域每週學習節數：1

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給選項

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	8/31-9/4	三、青春停看聽(輔導)/ 人際事務所	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 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。 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動一】 朋友的模樣 體認友誼的意義，覺察自己的交友傾向。 【活動二】 指尖下的滑世代 (二) 分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風險。	1. 實作評量 2. 口語評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。 生 J5	
二	9/7-9/11						
三	9/14-9/19						
四	9/21-9/25						
五	9/28-10/2						
六	10/5-10/9						

			<p>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。</p>	<p>【活動三】朋友的距離 釐清自己的人際界線，並尊重他人的人際界線。【活動四】友誼一點通（一） 應用溝通技巧，維持正向友誼關係。 釐清自己的人際界線，並尊重他人的人際界線。 【活動四】友誼一點通（二） 應用溝通技巧，維持正向友誼關係。</p>		<p>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>	
七	10/12-10/16	複習評量					
八	10/19-	三、青春停看					

	10/23	聽(輔導)/ 情緒我做主	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。 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、影響與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動一】情緒樣貌 1. 認識各種正向的情緒。 2. 覺察自己在事件中常出現的情緒。 【活動二】情緒偵查站 1. 瞭解情緒發生的原因。 2. 瞭解情緒的不同反應。 【活動三】我的情緒地圖 (一) 1. 用心關照自己的情緒。 2. 瞭解情緒對自己心理及生理的影響。	1. 口語評量 2. 實作評量	生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
九	10/26-10/30						
十	11/2-11/6						
十一	11/9-11/13						
十二	11/16-11/20						
十三	11/23-11/27						

				<p>【活動三】我的情緒地圖 (二)</p> <ol style="list-style-type: none">1. 用心關照自己的情緒。2. 瞭解情緒對自己心理及生理的影響。 <p>【活動四】情緒新處方(一)</p> <ol style="list-style-type: none">1. 學習因應自己的情緒。2. 學習各種調適情緒的方法。 <p>【活動四】情緒新處方(二)</p> <ol style="list-style-type: none">1. 學習因應自己的情緒。2. 學習各種調適情緒的方法。			
--	--	--	--	--	--	--	--

十四	11/30-12/4	三、青春停看聽(輔導)/生涯探照燈	<p>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。</p> <p>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。</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>Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。</p> <p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p>	<p>【活動一】做自己的主角</p> <p>(一)</p> <p>探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。</p>	1. 高層次 紙筆評量	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>	
十五	12/7-12/11	學習評量					

十六	12/14-12/18	三、青春停看聽(輔導)/生涯探照燈	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。	【活動一】做自己的主角 (一)	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
十七	12/21-12/25		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。	探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。		涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
十八	12/28-1/1		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。	【活動一】做自己的主角 (二)		生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	
十九	1/4-1/8		Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。 【活動二】我的 Style 探索自己特質與生涯類型的關聯，分析出自己的荷倫碼及生涯規劃間的關係。 【活動三】打造未來之星 (一)			

				<p>運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能的生涯發展方向。</p> <p>【活動三】打造未來之星</p> <p>(二)</p> <p>運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能的生涯發展方向。</p> <p>【活動四】追夢高手</p> <p>善用生涯相關資訊，評估自己的生涯願景，調整生涯策略，以促進個人成長。</p>			
廿	1/11-1/15	學習評量					
廿一	1/18-1/22						

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。

				<p>【活動一】 性別思辨力 (二) 檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會 4F 反思性別刻板印象。</p> <p>【活動二】 性別教育不能等 (一) 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性的生涯規劃。</p>	<p>家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9</p>	
--	--	--	--	---	---	--

				<p>【活動二】 性別教育不能等（二） 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性的生涯規劃。</p> <p>【活動三】 我的身體界線 學習身體自主權的議題，維護自我和他人我的身體界線。</p> <p>【活動四】 性別教育趨勢化</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--

				實踐破除性別偏見與歧視的行動，維持性別人格尊嚴與落實生涯發展的性別地位實質平等。			
六	3/22-3/26	學習評量					
七	3/29-4/2	二、青春觀察家(輔導)/性別跨時代	<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>3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。</p> <p>b-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。</p>	<p>【活動一】性別思辨力</p> <p>(一) 檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會</p> <p>4F 反思性別刻板印象。</p>	<p>1. 口語評量</p> <p>2. 高層次紙筆評量</p>	<p>性 J1</p> <p>性 J3</p> <p>性 J4</p> <p>性 J5</p> <p>性 J6</p> <p>性 J7</p> <p>性 J9</p> <p>性 J11</p> <p>人 J6</p> <p>品 J7</p> <p>生 J3</p> <p>法 J1</p>	

			<p>補 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。</p>	<p>【活動一】 性別思辨力 (二) 檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會 4F 反思性別刻板印象。</p> <p>【活動二】 性別教育不能等 (一) 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性的生涯規劃。</p>		<p>法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9</p>	
--	--	--	----------------------------	---	--	--	--

				<p>【活動二】 性別教育不能等（二） 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性化的生涯規劃。</p> <p>【活動三】 我的身體界線 學習身體自主權的議題，維護自我和人我的身體界線。</p> <p>【活動四】 性別教育趨勢化</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--

				實踐破除性別偏見與歧視的行動，維持性別人格尊嚴與落實生涯發展的性別地位實質平等。			
八	4/5-4/9	二、青春觀察家(輔導)/愛情四季	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。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 c-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	【活動一】愛情來了 學習面對情竇初開的自己，該如何因應。 【活動二】尊重的開始 在愛情中學習尊重自己與對方。 【活動三】和平的結束(一)	1. 實作評量 2. 口語評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達	
九	4/12-4/16						
十	4/19-4/23						
十一	4/26-4/30						
十二	5/3-5/7						

				<p>在愛情中學習和平分手，好聚好散。</p> <p>【活動三】和平的結束（二）在愛情中學習和平分手，好聚好散。</p> <p>【活動四】愛情萬歲（一）體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。</p> <p>【活動四】愛情萬歲（二）體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。</p>		<p>與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p> <p>人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>	
十三	5/10-5/14	學習評量					

十四	5/17-5/21	二、青春觀察家(輔導)/愛情四季	<p>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。</p> <p>2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。</p> <p>c-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p> <p>輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。</p> <p>輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。</p>	<p>【活動一】愛情來了 學習面對情竇初開的自己，該如何因應。</p> <p>【活動二】尊重的開始 在愛情中學習尊重自己與對方。</p> <p>【活動三】和平的結束（一） 在愛情中學習和平分手，好聚好散。</p> <p>【活動三】和平的結束（二） 在愛情中學習和平分手，好聚好散。</p>	<p>1. 實作評量</p> <p>2. 口語評量</p>	<p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p> <p>人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p>	
----	-----------	------------------	--	--	-------------------------------	---	--

				<p>【活動四】愛情萬歲（一） 體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。</p> <p>【活動四】愛情萬歲（二） 體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。</p>		生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
十五	5/24-5/28	二、青春觀察家(輔導)/職業面面觀	<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>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。</p> <p>b-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。</p>	<p>【活動一】行行出狀元 瞭解現今社會中的各類行業。</p> <p>【活動二】職業大進擊（一） 分析自己期待從事的行業，以及目前條件的差距和職場</p>	<p>1. 口語評量</p> <p>2. 實作評量</p>	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	
十六	5/31-6/4						
十七	6/7-6/11						
十八	6/14-6/18						
十九	6/21-6/25						
廿	6/28-7/2						

			<p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	<p>倫理。</p> <p>【活動二】職業大進擊（二） 分析自己期待從事的行業，以及目前條件的差距和職場倫理。</p> <p>【活動三】職業世界（一） 想像未來職業世界的變化，及對人類的影響。</p> <p>【活動三】職業世界（二） 想像未來職業世界的變化，及對人類的影響。</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

				【活動四】趨勢 與未來 探索職業變化 與自我的關 聯，以及應有 的準備。			
--	--	--	--	---	--	--	--

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。