

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

110 學年度嘉義縣忠和國民中學九年級第一二學期綜合活動領域輔導科 教學計畫表 設計者： 綜合領域教師 (表十二之一)

一、教材版本：翰林版第五六冊 二、本領域每週學習節數：1 節

三、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統 整規劃 (無則免 填)
			學習表現	學習內容					
第一週	主題一生命 停看聽 單元一生命 中的壓力 (輔導)	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。	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。	1. 體會壓力 對自己的影 響、壓力源 與慣用的壓 力因應模 式。 2. 透過經驗 分享，蒐集 適合自己的 壓力調適方 法，開發其 他壓力因應 資源。 3. 藉由實地 演練與回家 練習，體會 壓力調適方 法對自己的 效用。 4. 培養正向 因應壓力的 態度與生活 習慣。	單元一：生命中的壓力 <活動 1>壓力為何物 一、壓力是什麼 (一) 教師引言 (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。 (三) 當黑板累積了約 10 位同學的想法後，教 師詢問同學問題。 (四) 邀請學生進行歸類與發表。 (五) 活動小省思 二、壓力事件簿 (一) 教師說明 (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。 (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。 (四) 教師說明 三、壓力測量機 (一) 教師說明 (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。 (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。 (四) 教師提問：「同樣事件，但大家強度不同 的原因可能有哪些？」	1 學生自評： 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。 生 J4 分析 快樂、幸福 與生命意義 之間的關 係。	

						(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。 ~本節結束~			
第二週	主題一生命 停看聽 單元一生命 中的壓力 (輔導)	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。	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。	1. 體會壓力對自己的影響、壓力源與慣用的壓力因應模式。 2. 透過經驗分享，蒐集適合自己的壓力調適方法，開發其他壓力因應資源。 3. 藉由實地演練與回家練習，體會壓力調適方法對自己的效用。 4. 培養正向因應壓力的態度與生活習慣。	單元一：生命中的壓力 <活動 2>壓力掃描儀 一、壓力實果 (一)教師說明，引導學生閱讀課文內容。 (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。 (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。 (四)教師提問：「哪些壓力反應只有我們這組提出？原因為何？」 (五)活動小省思 二、壓力警訊 (一)教師說明 (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。 (三)活動小省思 三、壓力現形 (一)教師說明 (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。 (三)檢視自己的壓力較偏向哪種類別並與同組夥伴分享。 (四)活動小省思 (五)教師小結 ~本節結束~	1 學生自評： 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。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第三週	主題一生命 停看聽 單元一生命 中的壓力 (輔導)	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。	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。	1. 體會壓力對自己的影響、壓力源與慣用的壓力因應模式。 2. 透過經驗分享，蒐集適合自己的壓力調適方法，開發其他壓力因應	單元一：生命中的壓力 <活動 3>紓壓補給站 一、我的紓壓方法 (一)教師說明 (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。」 (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	1 學生自評： 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。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義	

					<p>資源。</p> <p>3. 藉由實地演練與回家練習，體會壓力調適方法對自己的效用。</p> <p>4. 培養正向因應壓力的態度與生活習慣。</p>	<p>留。活動將進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>		之間的關係。	
第四週	主題一生命 停看聽 單元一生命 中的壓力 (輔導)	<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-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>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p> <p>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響調適。</p> <p>輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。</p> <p>輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p>	<p>單元一</p> <p>1. 找出壓力源。</p> <p>2. 了解壓力對身心的影響。</p> <p>3. 分析適用的壓力因應策略並製作自我照顧小書。</p> <p>單元二</p> <p>1. 體會生命的歷程與週期。</p> <p>2. 探索生命的意義與價值。</p> <p>3. 提出珍惜與尊重各種生命的實踐作法。</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>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>	
第五週	主題一生命 停看聽 單元一生命 中的壓力	<p>綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家</p>	<p>1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運</p>	<p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的</p>	<p>單元一</p> <p>1. 找出壓力源。</p> <p>2. 了解壓力</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</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</p>	

	單元二珍愛生命(輔導)	庭生活環境中展現美感，提升生活品質。 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。	用適當策略或資源，促進心理健康。 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。	培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響調適。 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。	對身心的影響。 3. 分析適用的壓力因應策略並製作自我照顧小書。 單元二 1. 體會生命的歷程與週期。 2. 探索生命的意義與價值。 3. 提出珍惜與尊重各種生命的實踐作法。	法的心得。 (二) 教師說明 (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。 (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。 (五) 教師小結 ~本節結束~		人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。	
第六週	主題一生命 停看聽 單元二珍愛生命(輔導)	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-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。	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。 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 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。 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。	單元一 1. 找出壓力源。 2. 了解壓力對身心的影響。 3. 分析適用的壓力因應策略並製作自我照顧小書。 單元二 1. 體會生命的歷程與週期。 2. 探索生命的意義與價值。 3. 提出珍惜與尊重各種生命的實踐作法。	單元二：珍愛生命 <活動 1> 友善生命 一、生命中的牠或它 (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。 (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。 (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。 (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。 (五) 活動小省思 (六) 老師小結 二、重新認識牠或它 (一) 教師引導學生閱讀課內容並說明 (二) 同學自由發表曾看過哪些不適當的對待動物方式，並分享正確對待方法。 ~本節結束~	1 學生自評 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。	
第七週	主題一生命 停看聽	綜-J-A1 探索與	1d-IV-2 探索生命的意	輔 Ac-IV-1 生命歷程、	單元二 1. 體會生命	單元二：珍愛生命 <活動 2> 人生旅程	1 學生自 評：完成學	【生命教育】	

	單元二珍愛生命(輔導) (第一次段考)	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。	義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	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。	的歷程與週期。 2. 探索生命的意義與價值。 3. 提出珍惜與尊重各種生命的實踐作法。	一、人生放映室 (一) 教師說明 (二) 邀請學生閱讀完後，自由分享。 (三) 教師再次說明 (四) 教師小結 二、生命大事紀 (一) 學生閱讀課文內容後教師引導 (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。 (三) 開始進行活動 (四) 活動小省思 (五) 教師小結 (六) 交代回家作業 (七) 預告下次課程要進行人生階段訪談分享。 ~本節結束~	生活動 2 教師評：學生課堂表現。	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。	
第八週	主題一生命停看聽 單元二珍愛生命(輔導)	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。	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。	單元二 1. 體會生命的歷程與週期。 2. 探索生命的意義與價值。 3. 提出珍惜與尊重各種生命的實踐作法。	單元二：珍愛生命(續上節) <活動 2> 人生旅程 三、人生階段訪談 (一) 教師引言 (二) 提醒學生在同學分享時須認真聆聽。 四、關懷他人行動 (一) 教師說明 (二) 學生閱讀活動範例，並開始進行活動。 (三) 學生將討論書寫於黑板上。 (四) 活動小省思 ~本節結束~	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。	
第九週	主題一生命停看聽 單元二珍愛生命(輔導)	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。	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。	單元二 1. 體會生命的歷程與週期。 2. 探索生命的意義與價值。 3. 提出珍惜與尊重各種生命的實踐作法。	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法或感受。 (四) 教師再次說明 (五) 請同學在自我照顧計畫小書剩餘的頁面寫	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。	

						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。 (六)彼此分享自己的珍愛生命目標與行動。 ~本節結束~		
第十週	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道（輔導）	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。	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	1.能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2.能分析高中職、五專學制及升學進路。 3.能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	單元一：生涯大航道 <活動 1>多元航道之旅 一、主題概說 二、引起動機 三、問題與討論 四、放眼未來 ●升學進路攻略圖 1.請為自己規畫一份「升學進路攻略圖」並在規畫完後與小組中兩名伙伴分享。 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。 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。 ●教師歸納與結語 五、活動省思 ~本節結束~	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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。 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。
第十一週	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道（輔導）	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。	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	1.能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2.能分析高中職、五專學制及升學進路。 3.能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	<活動 2>群科藏寶圖 一、引起動機 二、群科地圖探查 教師引導學生藉由查詢群科資料來思考下列三個問題： 1.我最感興趣的群科有哪些？ 2.我感興趣的職群／科別，就讀的條件與注意事項為何？我可以從哪些地方蒐集資訊？ 3.我感興趣的群科，未來相關的工作領域有哪些？ 三、認識群科地圖 四、活動省思 ~本節結束~	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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。 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。
第十二週	主題二生涯航海王	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。	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	1.能說出職群特色並區分各職群與科系差異。	單元一：生涯大航道（續上節） <活動 2>群科藏寶圖	1 學生自評、學生互評	【閱讀素養教育】

	單元一生涯大航道（輔導）	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。	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。	規劃與資源運用	分各職群與科系差異。 2.能分析高中職、五專學制及升學進路。 3.能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	一、引起動機 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 三、活動省思 ~本節結束~	評 2 教師評：學生課堂表現。	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。 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。	
第十三週	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道（輔導）	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。	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	1.能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2.能分析高中職、五專學制及升學進路。 3.能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	單元一：生涯大航道 <活動 3>挖掘新大陸 一、引起動機 二、高校瀏覽器，教師說明批判性思考的流程與運用。 1.有系統的提出問題：具體提出需求。 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。 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。 4.考慮帶來的影響：思考自我觀點可能產生的局限與影響。 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。 三、教師歸納與結語 ~本節結束~	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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。 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。	
第十四週	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道（輔導）（第二次段考）	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，	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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	1.能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2.能分析高中職、五專學制及升學進路。	單元一：生涯大航道（續上節） <活動 3>挖掘新大陸 一、引起動機 二、活動說明 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。 2.將自己的報告放於桌上。 3.全班離開座位觀看其他同學製作的報告，並將	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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	

		解決生活議題。	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。		3. 能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	可用之資訊記錄下來。 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 ~本節結束~		如何利用適當的管道獲得文本資源。 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。
第十五週	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道（輔導）	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。	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	1. 能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2. 能分析高中職、五專學制及升學進路。 3. 能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	單元一：生涯大航道（續上節） <活動 3>挖掘新大陸 一、引起動機 二、活動說明 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。 2. 將自己的報告放於桌上。 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。 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 ~本節結束~	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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。 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。
第十六週	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號（輔導）	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。	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	1. 能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2. 能分析高中職、五專學制及升學進路。 3. 能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	單元二：生涯夢想號 生涯有方向 <活動 1>生涯導航手冊 一、引起動機 二、未來代表字 三、活動省思 ~本節結束~	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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。 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。
第十七週	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號（輔導）	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。	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	1. 能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2. 能分析高中職、五專學制及升學進路。 3. 能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	單元二：生涯夢想號 <活動 2>航向夢想島 一、引起動機 二、乘風破浪 用樹狀圖解決問題，需要 3 個步驟： 1. 設定有待解決的問題。 2. 發展根部階層（問題背後的原因）。 3. 發展子部階層（可能採行的解法）。 三、教師歸納與結語 ~本節結束~	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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。 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。
第十八週	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號（輔導）	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。	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	1. 能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2. 能分析高中職、五專學制及升學進路。 3. 能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	單元二：生涯夢想號（續上節） <活動 2>航向夢想島 一、引起動機 二、發展活動 1. 參考課本設定目標的 7 種訣竅後，以分析及修正計畫。 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？）。 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。 甲、所有學生的課本及文具放置於桌上，其餘物品收好。 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。 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旁以輕拍桌面方式指定同學跟隨身後。 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	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 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。 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>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> <p>~本節結束~</p>		
第十九週	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號(輔導)	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。	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	<p>1.能說出職群特色並區分各職群與科系差異。</p> <p>2.能分析高中職、五專學制及升學進路。</p> <p>3.能夠蒐集資訊並進行統整,以製作學校報告。</p>	<p>單元二：生涯夢想號 <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>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>
第二十週	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號(輔導)	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	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	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	<p>1.能說出職群特色並區分各職群與科系差異。</p> <p>2.能分析高中職、五專</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</p>	<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</p>

		學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	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。		學制及升學進路。 3. 能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	享。 2. 分享後邀請同學為自己留下一句鼓勵的話。 3. 聆聽5位同學的「實踐計畫書」並為他留下一句鼓勵的話。 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。 5. 全班票選出值得推薦的「實踐計畫書」NO.1。 三、教師歸納與結語 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。 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！ ~本節結束~		當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 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。
第二十一週	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號（輔導）（第三次段考）	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。	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	1. 能說出職群特色並區分各職群與科系差異。 2. 能分析高中職、五專學制及升學進路。 3. 能夠蒐集資訊並進行統整，以製作學校報告。	單元二：生涯夢想號（續上節） <活動3>夢想實踐計畫 夢想加油站 一、引起動機 二、為伙伴加油 1. 帶著自己的「實踐計畫書」找5位同學進行分享。 2. 分享後邀請同學為自己留下一句鼓勵的話。 3. 聆聽5位同學的「實踐計畫書」並為他留下一句鼓勵的話。 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。 5. 全班票選出值得推薦的「實踐計畫書」NO.1。 三、教師歸納與結語 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。 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！ ~本節結束~	1 學生自評、學生互評 2 教師評：學生課堂表現。	【閱讀素養教育教育】 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。 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。

第二學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統 整規劃 (無則免 填)
			學習表現	學習內容					
第一週	主題五航向 未來 單元1 生涯 交叉口 (輔 導)	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。	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-2 生涯決策、 行動與調 適。	1. 能表達生涯決策 對個人的重要性, 發現個人生涯決策 的影響因素。 2. 能認識生涯決策 方法, 善用運用生 涯決策工具, 對個 人生涯目標進行評 估。 3. 能善用生涯決策 的方法, 擬定個人 的生涯計劃, 為生 涯目標做準備。	單元1: 生涯交叉口 <活動1>我的決定類型 一、活動說明 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 進路目標選擇做進一步的探索。 二、活動進行 (一)生活中的決定 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。 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。 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。 4. 活動小省思: 對你而言, 做決定是一件容易的事嗎? 會參 考哪些資訊呢? ~本節結束~	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。	
第二週	主題五航向 未來 單元1 生涯 交叉口 (輔 導)	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。	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-2 生涯決策、 行動與調 適。	1. 能表達生涯決策 對個人的重要性, 發現個人生涯決策 的影響因素。 2. 能認識生涯決策 方法, 善用運用生 涯決策工具, 對個 人生涯目標進行評 估。 3. 能善用生涯決策 的方法, 擬定個人 的生涯計劃, 為生 涯目標做準備。	單元1: 生涯交叉口 (續上節) <活動1>我的決定類型 (二)生涯中的決定 1. 教師引導學生針對以下例子做討論: 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? 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? 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?	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。	

						<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> <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: 教師引導學生思考及討論:當面對國中生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	主題五航向未來 單元1生涯 交叉口(輔導)	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。	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-2 生涯決策、行動與調適。	<p>1.能表達生涯決策對個人的重要性,發現個人生涯決策的影響因素。</p> <p>2.能認識生涯決策方法,善用運用生涯決策工具,對個人生涯目標進行評估。</p> <p>3.能善用生涯決策的方法,擬定個人的生涯計劃,為生涯目標做準備。</p>	<p>單元1:生涯交叉口 <活動2>生涯由我做主</p> <p>一、活動說明 本單元帶領學生如何透過生涯平衡單方法及生涯九宮格,對於國中生生涯進路選擇做進一步的探索及規劃。</p> <p>二、活動進行 (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定的依據。接下來讓我們練習看看吧</p>	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。

						<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	主題五航向未來 單元1生涯交叉口（輔導）	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。	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-2 生涯決策、行動與調適。	<p>1. 能表達生涯決策對個人的重要性，發現個人生涯決策的影響因素。</p> <p>2. 能認識生涯決策方法，善用運用生涯決策工具，對個人生涯目標進行評估。</p> <p>3. 能善用生涯決策的方法，擬定個人的生涯計劃，為生涯目標做準備。</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，並付诸行動。</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>~本節結束~</p>	<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>
第五週	主題五航向未來 單元1生涯交叉口（輔導）	綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生	輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。	<p>1. 能表達生涯決策對個人的重要性，發現個人生涯決策的影響因素。</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>口語評量—問答、小組討論</p> <p>高層次紙筆</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯</p>

	導)	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。	涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。		2. 能認識生涯決策方法，善用運用生涯決策工具，對個人生涯目標進行評估。 3. 能善用生涯決策的方法，擬定個人的生涯計劃，為生涯目標做準備。	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。 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？ 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。 4. 教師對今天的活動做統整。 ~本節結束~	評量—書面心得 實作評量—訪問、分組討論	決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第六週	主題五航向未來 單元 2 生涯大企畫 (輔導)	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。	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-2 生涯決策、行動與調適。	表達對未來的生涯規劃的藍圖，覺察生涯發展可能遭遇的問題。 2. 分析個人升學選校的問題，對生涯決策可能發生的逆境展現正向的態度。並探索適性升學選校相關資訊，澄清個人生涯決策的問題。 3. 規劃並執行個人升學計畫，並對計畫執行情性可能發生的逆境，預備調適方法。	單元 2：生涯大企畫 <活動 1>預見高校生活 一、活動說明 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。 二、活動進行 (一)高校生活想像 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？ 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。 ~本節結束~	口語評量—問答、小組討論 高層次紙筆評量—書面心得 實作評量—訪問、分組討論	【生涯規劃教育】 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。	
第七週	主題五航向未來 單元 2 生涯大企畫 (輔導) (第一次段考)	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。	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-2 生涯決策、行動與調適。	表達對未來的生涯規劃的藍圖，覺察生涯發展可能遭遇的問題。 2. 分析個人升學選校的問題，對生涯決策可能發生的逆境展現正向的態度。並探索適性升學選校相關資訊，澄清個人生涯決策的問題。 3. 規劃並執行個人升學計畫，並對計	單元 2：生涯大企畫 (續上節) <活動 1>預見高校生活 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。 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。 5. 完成後，教師請學生將雜誌零碎紙片及工具等整理好。 6. 作品分享： 教師邀請學生跟旁邊夥伴分享自己的作品	口語評量—問答、口頭報告 實作評量—分組討論	【生涯規劃教育】 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	

					畫執行的情性可能發生的逆境，預備調適方法。	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。 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。 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？ ~本節結束~			
第八週	主題五航向未來 單元 2 生涯大企畫（輔導）	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。	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-2 生涯決策、行動與調適。	表達對未來的生涯規劃的藍圖，覺察生涯發展可能遭遇的問題。 2. 分析個人升學選校的問題，對生涯決策可能發生的逆境展現正向的態度。並探索適性升學選校相關資訊，澄清個人生涯決策的問題。 3. 規劃並執行個人升學計畫，並對計畫執行情性可能發生的逆境，預備調適方法。	單元 2：生涯大企畫 <活動 2>我的生涯企劃 一、活動說明 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。 二、生涯故事接龍 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？ 2. 教師請學生做活動小省思： (1)各組提到的生涯的阻礙項目有哪些？ (2)從各組分享中，有哪些影響結果的關鍵因素？ (3)教師針對今天的活動做統整。 ~本節結束~	口語評量—問答、口頭報告 實作評量—分組討論	【生涯規劃教育】 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第九週	主題五航向未來 單元 2 生涯大企畫（輔導）	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。	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-2 生涯決策、行動與調適。	表達對未來的生涯規劃的藍圖，覺察生涯發展可能遭遇的問題。 2. 分析個人升學選校的問題，對生涯決策可能發生的逆境展現正向的態度。並探索適性升學選校相關資訊，澄清個人生涯決策的問題。 3. 規劃並執行個人升學計畫，並對計畫執行情性可能發生的逆境，預備	單元 2：生涯大企畫（續上節） <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	口語評量—問答、口頭報告 實作評量—分組討論	【生涯規劃教育】 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	

					<p>調適方法。</p> <p>事務，該如何善用這個暑假，替未來做準備呢？</p> <p>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…」</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><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？</p> <p>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，並舉例子。</p> <p>四、高校生涯企劃</p> <p>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？</p> <p>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</p>		
--	--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

						<p>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 單元1 成長進化史（輔導）</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>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。</p>	<p>輔 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。</p>	<p>1. 能透過回顧三年的活動與紙本記錄，覺察自己的身心發展轉變。</p> <p>2. 能藉由訪談得知他人眼中自己的身心發展變化。</p> <p>3. 能整理三年來的未完成事件，並做出調適的策略。</p>	<p>單元1：成長進化史 <活動1>成長檔案解密</p> <p>一、教師引言： 國中三年的學習，已經快要到了收成的時刻，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、看法跟感受是否不一樣？有了什麼轉變？</p> <p>2. 我喜歡過去哪個活動中的自己？原因是</p>	<p>口語評量—問答、口頭報告、小組討論 高層次紙筆評量—書面心得整理、書面採訪整理 實作評量—分組演戲活動</p>	<p>【生命教育】 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>	

						<p>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	主題六生命齊步走 單元1 成長進化史（輔導）	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。	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 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能透過回顧三年的活動與紙本記錄，覺察自己的身心發展轉變。 2. 能藉由訪談得知他人眼中自己的身心發展變化。 3. 能整理三年來的未完成事件，並做出調適的策略。 	<p>單元1：成長進化史 <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>	<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>
第十二週	主題六生命齊步走 單元1 成長進化史（輔導）	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。	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 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能透過回顧三年的活動與紙本記錄，覺察自己的身心發展轉變。 2. 能藉由訪談得知他人眼中自己的身心發展變化。 3. 能整理三年來的 	<p>單元1：成長進化史 <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</p>	<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</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、</p>

					<p>未完成事件，並做出調適的策略。</p> <p>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>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 <活動 1>密傳國中攻略 一、教師引言 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。 三、接下來分組進行活動。 四、請各組將自己討論的結果。 ~本節結束~</p>	<p>理實作評量—分組演戲活動</p>	<p>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>		
第十三週	<p>主題六生命齊步走 單元 2 薪傳雙響砲（輔導）</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</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Ab-IV-1 少年身心發展與調適。</p>	<p>1. 能整理自己國中成長歷程及調適方法，做出經驗傳承。 2. 能分析國中生涯的成長經驗並對高中生活做出期許及提醒。</p>	<p>單元 2：薪傳雙響砲 <活動 2>給自己的情書 一、教師引言： 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，學生可能會有的是： (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？ (二)告訴他：目前自己的生活狀況？會考準</p>	<p>口語評量—問答、口頭報告 實作評量—訪問、分組討論</p>	<p>【生涯規劃教育】 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。</p>	

		效能，達成共同目標。				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? (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。 (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。 (五)期許他:高中要記得完成的目標...等。 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,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。 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。 ~本節結束~		涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。
第十四週	主題六生命齊步走 單元2薪傳雙響砲(輔導) (第二次段考)	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。	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 Ab-IV-1 少年身心發展與調適。	1.能整理自己國中成長歷程及調適方法,做出經驗傳承。 2.能分析國中生涯的成長經驗並對高中生活做出期許及提醒。	單元2:薪傳雙響砲(續上節) <活動2>給自己的情書 三、延伸活動:好友來一句 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。 ※建議: 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。 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。 ~本節結束~	口語評量—問答、口頭報告 實作評量—訪問、分組討論	【生涯規劃教育】 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。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。
第十五週	主題六生命齊步走	綜-J-A1 探索與	2d-IV-1 運用創新能	輔 Bc-IV-1 主動探究問	1.能透過省思,對有未竟之語的對象	單元3:畢業進行式 <活動1>真心話三年	口語評量—問答、口頭	【生涯規劃教育】

	單元3 畢業進行式 (輔導)	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。	力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	題，高層次思考的培養與創新能力的運用。	(同學或師長)表達出情感。 2.能藉由採訪師長，聯想出高中生活的未來樣貌及期許。 3.能整理出自我在國中生涯的各方面收穫。 4.能透過對人、對環境的一系列告別活動，習得高層次的同理與自我覺察。	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。 謝謝有你暖身活動 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。 真心便利貼主題活動 三、教師引言： 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。 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。 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。 ~本節結束~	報告、小組討論 高層次紙筆評量—書面心得	涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
第十六週	主題六 生命齊步走 單元3 畢業進行式 (輔導)	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。	2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	輔 Bc-IV-1 主動探究問題，高層次思考的培養與創新能力的運用。	1.能透過省思，對有未竟之語的對象(同學或師長)表達出情感。 2.能藉由採訪師長，聯想出高中生活的未來樣貌及期許。 3.能整理出自我在國中生涯的各方面收穫。 4.能透過對人、對環境的一系列告別活動，習得高層次的同理與自我覺察。	單元3：畢業進行式 <活動1>真心話三年 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。 謝謝有你暖身活動 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。 真心便利貼主題活動 三、教師引言： 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	口語評量—問答、口頭報告、小組討論 高層次紙筆評量—書面心得	【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。

						<p>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>		
第十七週	主題六生命齊步走 單元3 畢業進行式（輔導）	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。	2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	輔 Bc-IV-1 主動探究問題，高層次思考的培養與創新能力的運用。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能透過省思，對有未竟之語的對象（同學或師長）表達出情感。 2. 能藉由採訪師長，聯想出高中生活的未來樣貌及期許。 3. 能整理出自我在國中生涯的各方面收穫。 4. 能透過對人、對環境的一系列告別活動，習得高層次的同理與自我覺察。 	<p>單元3：畢業進行式 <活動2>用微笑道別</p> <p>一、教師引言： 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 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>	口語評量—問答、口頭報告、小組討論 高層次紙筆評量—書面心得	【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
第十八週	主題六生命齊步走 單元3 畢業進行式（輔導）	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。	2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	輔 Bc-IV-1 主動探究問題，高層次思考的培養與創新能力的運用。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能透過省思，對有未竟之語的對象（同學或師長）表達出情感。 2. 能藉由採訪師長，聯想出高中生活的未來樣貌及期許。 3. 能整理出自我在國中生涯的各方面 	<p>單元3：畢業進行式（續上節） <活動2>用微笑道別</p> <p>一、教師引言： 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>	口語評量—問答、口頭報告、小組討論 高層次紙筆評量—書面心得	【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。

				<p>收穫。</p> <p>4.能透過對人、對環境的一系列告別活動，習得高層次的同理與自我覺察。</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： 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。 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！ ~本節結束~</p>			
--	--	--	--	------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

註1：請分別列出七、八、九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。