

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

110 學年度嘉義縣布袋國民中學 八 年級第 一 二 學期 綜合活動 領域 輔導 科 教學計畫表 設計者： 林品璇 (表十二之一)

一、教材版本：康軒版第三、四冊 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 1-7 週 (第一次段 考)	第五主題 美麗 「心」境 界 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。	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、 影響與調 適。 輔 Db-IV- 2:重大心理 困擾與失落 經驗的因 應。	1. 認識與辨 別情緒,並 能覺察情緒 在個人生活 中所造成的 影響。 2. 分析想法 與情緒的影 響,學習理 性的情緒抒 解方式。 3. 分析自己 處理情緒的 方法與策 略,並能找 到適合自己 的抒解方 式。 4. 針對自己的情	1. 透過繪製「我 的情緒樣貌」, 分享自己的情緒 樣貌,並說出原 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。 3. 認識情緒抒解 策略,並能找出 及分享適合自己 的抒解方式。 4. 針對自己的情	1. 口語評 量 2. 高層次 紙筆評量	【家庭教育】 家 J5:了 解與家人 溝通互動 及相互支 持的適切 方式。 【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。	健康與體育

					<p>4. 了解生命中的失落經驗所造成的情緒反應及心理歷程。</p> <p>5. 探究面對心理困擾或失落事件的因應資源，培養個人復原力，進而能提供他人關懷或支援。</p>	<p>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。</p> <p>5. 能檢視失落心理歷程及希望獲得的協助。</p> <p>6. 能針對失落經驗整理出安撫或激勵人心的言語或作為。</p>		<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J4: 了解自己的人格特質與價值觀。</p>	
第 8-10 週	<p>第五主題 美麗「心」境界 第 2 單元 寶貝人生</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-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 Ac-IV-1: 生命歷程、生命意義與價值的探索。</p>	<p>1. 體會生命的有限性及變數，並了解生命的可貴。</p> <p>2. 探索生命意義與價值，並提出珍惜生命的方法。</p> <p>3. 能運用適當的方法珍</p>	<p>1. 能將小隊內的生命事件記錄下來。</p> <p>2. 能分享對生命旅程的感受或想法。</p> <p>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。</p> <p>4. 透過黃博燁的</p>	<p>1. 檔案評量</p> <p>2. 口語評量</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家 J5: 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J3: 反思生老病</p>	健康與體育

					惜與善待生命。	故事，分享自己對生命意義與價值的想法。 5. 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。		死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 【生涯規畫教育】 涯 J4: 了解自己的人格特質與價值觀。	
第 11-17 週 (第二次段考)	第六主題 團體二三事 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。	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 Ac-IV-2: 珍惜、尊重與善待各種生命。 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。	1. 檢視團體中個人及他人受歡迎及不受歡迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。 2. 學習尊重接納差異，	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】 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	健康與體育

					<p>以合適、友善的方式與人互動。</p> <p>3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。</p> <p>4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。</p>	<p>3. 分享個人在圈內圈外體驗活動中的感受與想法。</p> <p>4. 針對情境故事實作問題解決步驟，並完成學習單填寫。</p> <p>5. 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。</p> <p>6. 針對網路交友困境，運用問題解決策略討論因應之道。</p>		<p>決。</p> <p>品 J9: 知行合一與自我反省。</p>	
<p>第 18-21 週 (第三次段考)</p>	<p>第六主題 團體二三事 第 2 單元 團隊好夥伴</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</p>	<p>2b-IV-2: 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效</p>	<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>輔 Dc-IV-</p>	<p>1. 體會參與團體活動的歷程，透過團隊溝通及分工合作，增進工作效能，並能將所學應用在</p>	<p>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。</p> <p>2. 能依據班級任務，承諾執行個</p>	<p>1. 實作評量</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</p>	<p>健康與體育</p>

		合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。	能。	2: 團體溝通、互動與工作效能的提升。	<p>班級活動中。</p> <p>2. 分析班級優勢條件，體認團隊中每人都有其貢獻，承諾發揮個人行動力，以完成班級任務。</p> <p>3. 檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也讚揚有所貢獻的同學。</p>	<p>人愛班行動。</p> <p>3. 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。</p>		<p>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>	
--	--	----------------------	----	---------------------	--	--	--	---	--

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 1-3 週	第五主題 愛的進行式 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。	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-1: 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ab-IV-1: 青少年身心發展歷程與調適。	1. 探索並覺察個人愛情價值觀。 2. 藉由訪問了解家長的情感經驗，覺察影響個人愛情觀的因素。 3. 分析世代愛情觀差異處，進而學習合宜的應對方式。	1. 能從婚紗照聯想「愛情」與「婚姻」的樣貌，思考兩個人決定走向婚姻關係的因素，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。 3. 能完成對家長／照顧者的訪問與課本第 101 頁「世代比一比」。 4. 能分析世代戀愛觀差異下可能產生的衝突與應對方式，並完成課本第 102 頁	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 性 J7: 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J13: 了解多元家庭型態的性別意涵。 【家庭教育】 家 J3: 了解人際交往、親密關	健康與體育

						「世代戀愛觀」表格。		係的發展，以及溝通與衝突處理。 家 J4: 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。	
第 4-9 週 (第一次段考)	第五主題 愛的進行式 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。	2a-IV-2: 培養親密關係的表達與處理知能。 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	輔 Dd-IV-2: 合宜的性別互動與態度的培養。 家 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	1. 練習表達個人魅力與優點，並體察他人感受。 2. 了解情感關係發展階段、合宜相處方式與相關資源。 3. 辨識關係中的衝突與危機，並覺察個人面對	1. 能完成「告白情書」的書寫。 2. 討論課本拒絕告白的情境題，並進行報告。 3. 能審查其他小隊報告內容，並給予回饋。 4. 能與小隊腦力激盪，接力完成「愛情劇場」。 5. 能檢視自編劇本的不合宜之處，並進行修	1. 實作評量 2. 口語評量 3. 高層次紙筆評量	【性別平等教育】 性 J7: 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J13: 了解多元家庭	健康與體育

			或他人。	克服困境的方法。	衝突的困難處。 4. 運用合宜方式與資源以處理關係衝突與困境。 5. 實踐所學，練習珍愛自己並關愛他人。	改。 6. 能與小隊討論並說出安全分手的陪伴者、時間、地點與方式。 7. 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。 8. 能重新檢視告白情書並修正。		型態的性別意涵。 【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。 家 J4: 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。	
第 10-15 週 (第二次段考)	第六主題 生涯 Online 第 1 單元 職業世界	綜-J-A1: 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展	1c-IV-2: 探索工作世界與未來發展，提升個人	輔 Cb-IV-2: 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的	1. 初探職業世界，認識各種職業的特色。 2. 探討職業	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	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3: 覺察個人	健康與體育 社會

	登入	展，省思自我價值，實踐生命意義。	價值與生命意義。	性別職業框架，勇於探索未來的發展。 家 Dd-IV-3: 家人期許與自我發展之思辨。	分布特性，覺察對個人生涯選擇的影響。 3. 覺察工作所需的知能、態度及職業道德等專業素養。 4. 分析未來趨勢，預見日後職業的興衰。 5. 思考面臨生涯阻礙時，個人可發展的調適策略。	類型代碼，促進對職業特色的認識。 3. 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，並覺察職業分布對自己生涯選擇的影響。 4. 透過採訪職人，促進對工作專業素養的認識，並覺察自己在國中階段應培養的能力與態度。 5. 透過小隊討論並分析未來趨勢變化，可能造就的職業興衰，並分享自己感興趣的職業。 6. 閱讀名人創業故事，歸納並分析在實踐生涯日		的能力與興趣。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。 涯 J8: 工作／教育環境的類型與現況。 涯 J9: 社會變遷與工作／教育環境的關係。	
--	----	------------------	----------	---	--	---	--	---	--

						標時的優劣勢。 7. 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。			
第 16-21 週 (第三次段考)	第六主題 生涯 Online 第 2 單元 選才寶典	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。	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: 運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Ca-IV-2: 自我生涯探索與統整。 輔 Cb-IV-1: 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Cc-IV-2: 生涯決策、行動與調適。 家 Dd-IV-3: 家人期許與自我發展之思辨。	1. 覺察特質、興趣及能力與職業之間的關係。 2. 分析各項職業的求職條件，統整出應具備的知能及態度。 3. 藉由荷倫類型理論統整個人生涯資料，並規畫個人可能的生涯發展方向。	1. 從撰寫履歷活動中，探討從事該職業應具備的條件。 2. 從「人才大募集」活動中，釐清職業選擇與個人內在條件的關聯。 3. 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. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3: 覺察個人的能力與興趣。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。 涯 J8: 工作／教育環境的類型與現況。 涯 J9: 社	健康與體育 社會

								會變遷 與工作 ／教育 環境的 關係。	
--	--	--	--	--	--	--	--	---------------------------------	--

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。