

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

110 學年度嘉義縣鹿草國民中學八年級第一學期綜合活動領域輔導科

教學計畫表 設計者：_____郭燕玉_____ (表十二之一)

一、教材版本：翰林版第三、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					
第一週	主題五：心 之谷 單元一：情 緒密碼	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. 能說出個 人或家庭產 生變化時的 情緒感受與 原因。 2. 能蒐集個 人或家庭產 生變化時可 協助自我調 適的相關資 源。	活動一 情緒觀測站 情緒你我他 對於情緒的定義與認識。 正確解讀別人情緒的方法	1. 學生能透 過表情與肢 體展。 2. 現表達自 身情緒。 3. 學生能覺 察並表達自 己的情緒狀 態。	【品德教 育】 品J1 溝通 合作與和諧 人際關係。 品J8 理性 溝通與問題 解決。	
第二週	主題五：心 之谷	綜-J-A1 探索與	1d-IV-1 覺 察個人的心	輔 Da-IV-1 正向思考模	1. 能說出個 人或家庭產	活動二 情緒曲線 情緒曲線圖	學生完成 「情緒曲線	【品德教 育】	

	單元一：情緒密碼	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。	理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	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。	生變化時的情緒感受與原因。 2. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	藉由記錄自己的情緒與事件練習覺察自身情緒變化是因何引起，透過與同學的分享交流體認遭遇、事件相同	圖」。	品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第三週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 2. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	活動三 思想情緒調節站 思想定檢站／情緒的方向 透過故事閱讀討論引出想法可決定情緒的重點	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第四週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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	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	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	1. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 2. 能運用合	活動三 思想情緒調節站 走出思考框框 情緒我選擇事件，發表個人面對相同事件的其他想法，並延伸思考到可能行動與影響。	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題	

		踐生命意義。	康。	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。	宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。			解決。	
第五週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 2. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	活動三 思想情緒調節站 表達情緒我可以 學生分享並發表這一星期調整想法的練習成果以及對自己的影響。	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。	
第六週	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	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. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 2. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	活動四 穩住情緒 情緒小錦囊／情緒紓解便利貼 請學生閱讀課文問題後討論那些情緒需要紓解及原因，並分享情緒太滿可能有的影響。 (完成屬於自己的「情緒紓解便利貼」。	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。	

				驗的因應。					
第七週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱 【第一次評量週】	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Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落經驗的歷程與影響，及是否有心理困擾。	活動一 走過低潮我的寶藏 自己所擁有的人事物，並思考它們對自己的重要性為何。 學生分享自己的失落經驗。失落事件呈現完畢後，請學生各自思考自己在事件發生時歷經那些過程與情緒。	1. 口頭分享自己的失落經驗。 2. 了解失落經驗所經歷的歷程。	【生命教育】 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。	
第八週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落經驗的歷程與影響，及是否有心理困擾。	活動一 走過低潮我的寶藏 自己所擁有的人事物，並思考它們對自己的重要性為何。 學生分享自己的失落經驗。失落事件呈現完畢後，請學生各自思考自己在事件發生時歷經那些過程與情緒。	1. 口頭分享自己的失落經驗。 2. 了解失落經驗所經歷的歷程。	【生命教育】 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。	
第九週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 2. 能分辨不同心理困擾與失落經驗	活動一 走過低潮走過失落 學生自己面對失落經驗時對生活的各種影響，用正向的方式度過失落經驗的想法。	1. 口頭分享自己的失落經驗。 2. 了解失落經驗所經歷的歷程。	【生命教育】 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	

					者的所需協助，展現對己對人的關懷態度。			的方法。	
第十週	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	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 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 2. 能分辨不同心理困擾與失落經驗者的所需協助，展現對己對人的關懷態度。	活動二 心靈診療室 認識心理困擾與因應資源，進一步透過活動體會心理困擾者所面臨的困境，並透過反思去統整對心理困擾者可以有哪些態度與做法。	1. 能蒐集並分辨心理困擾者所需的協助。 2. 學習自助與助人。	【生命教育】 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。	
第十一週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	1. 能表達自我及家人對未來的期望。 2. 能覺察家人期許、個人能力特質、價值觀對生涯選擇的影響。	活動一 生涯期望值 想像幸福生涯 分享自己小時候家長的期望或請學生分享聽到那些答案印象深刻，並完成生涯期望塗鴉牆。	1. 生涯期望塗鴉牆—實作評量。 2. 活動小省思—口語評量。	【生涯規劃教育】 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 了解自己的人格特質與價值觀。	
第十二週	主題六：彩	綜-J-A1 探索與	1c-IV-1 澄	輔 Ca-IV-2		活動二 家人生涯史	我的訪問札	【生涯規劃	

週	繪生涯 單元一：生 涯冒險家	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。	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-2 探 索工作世界 與未來發 展，提升個 人價值與生 命意義。	自我生涯探 索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之 思辨。	1.能蒐集個 人與家庭生 涯發展的相 關資訊，探 索可能發展 方向。 2.能統整個 人與家庭生 涯發展的資 訊，提出生 涯發展仍需 探索的項 目。	家人職業樹 我的訪問札記—實作評量 訪問有興趣的職業，並與 小隊伙伴討論希望訪問的 問題。	記—實作評 量。	教育】 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 了解 自己的人格 特質與價值 觀。	
第十三 週	主題六：彩 繪生涯 單元一：生 涯冒險家	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-2 探 索工作世界 與未來發 展，提升個 人價值與生 命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯探 索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之 思辨。	1.能蒐集個 人與家庭生 涯發展的相 關資訊，探 索可能發展 方向。 2.能統整個 人與家庭生 涯發展的資 訊，提出生 涯發展仍需 探索的項 目。	活動二 家人生涯史 反思生涯發展與選擇的經 驗，再探討價值觀在生涯 選擇過程中的意義，了解 自己的價值觀。 生涯筆記 幫助學生生涯發展中的影 響因素。	生涯筆記與 我的生涯價 值探索—高 層次紙筆評 量。	【生涯規劃 教育】 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 了解 自己的人格 特質與價值 觀。	
第十四 週	主題六：彩 繪生涯 單元一：生 涯冒險家	綜-J-A1 探索與 開發自我潛能， 善用資源促進生	1c-IV-1 澄 清個人價值 觀，並統整 個人能力、	輔 Ca-IV-2 自我生涯探 索與統整。 家 Dd-IV-3	1.能蒐集個 人與家庭生 涯發展的相 關資訊，探	活動二 家人生涯史 說明生涯金三角觀念。 完成自己的幸福生涯規畫 藍圖	高層次紙筆 評量。	【生涯規劃 教育】 涯 J1 了解 生涯規劃的	

	【第二次評量週】	涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。 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。	家人期許與自我發展之思辨。	索可能發展方向。 2.能統整個人與家庭生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。			意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
第十五週	主題六：彩繪生涯 單元一：生涯冒險家	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	1.能蒐集個人與家庭生涯發展的相關資訊，探索可能發展方向。 2.能統整個人與家庭生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。	活動二 家人生涯史 說明生涯金三角觀念。 完成自己的幸福生涯規畫藍圖	高層次紙筆評量。	【生涯規劃教育】 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 了解自己的人格特質與價值觀。	
第十六週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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	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。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1.能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2.能從訪談家人過過程	活動一 工作世界 工作世界聯想 了解不同工作的生活型態 認識職業的真實面貌，選擇未來升學志願	工作世界聯想—高層次紙筆評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察	

		踐生命意義。			中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。			自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的特質與價值觀。	
第十七週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能了解家人期許對自我生涯選擇的各種影響。 2. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動二 職業瀏覽器 職業調查報告 上網查詢各種職業分類，並與全班分享。	1. 職業調查報告—實作評量。 2. 高層次紙筆測驗。	【生涯規劃教育】 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 了解自己的特質與價值觀。	
第十八週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動二 職業瀏覽器 帶領學生思考性別與職業的關係。	性別與職業—口語評量。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的特質與價值觀。	
第十九週	主題六：彩繪生涯 單元二：職	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，	1c-IV-2 探索工作世界與未來發	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、	1. 能了解家人期許對自我生涯選擇	活動三 職人素養 學生認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素	1. 職人素養—口語評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解	

	涯萬花筒	善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	展，提升個人價值與生命意義。	工作世界與未來發展的探索。	的各種影響。 2 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	養。	2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。	生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第二十週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養 想像自己成為未來世界所需要的職人，設計出一份屬於自己的職人臉書。	1. 職人素養—口語評量。 2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
第二十一週	主題六：彩繪生涯 單元二：職涯萬花筒 【第三次評量週】	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養 想像自己成為未來世界所需要的職人，設計出一份屬於自己的職人臉書。	1. 職人素養—口語評量。 2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	

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	主題三：性 別魔法站 單元一：性 別偵探社	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。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、 尊重差異與 自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性 別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別 互動與態度 的培養。	1. 覺察生活 中性別的差 異與困擾， 並澄清性別 刻板印象的 觀念。 2. 討論有關 性別特質、 性別特徵、 性別多樣性 可能受到的 不平等對 待，並反思 在學校、家 庭、社會性 別平等的重要 觀念。	活動一 性別觀察家 討論情境中的性別差異與 困擾後學生了解性別的差 異與體諒不同性別的立 場。 (二)	1. 口語評量 ～性別事件 簿中能寫出 因為性別差 異的困擾。 2. 紙筆評量 ～推理時間 小組討論報 告能指出性 別刻板印 象。	【性別平等 教育】 性J3 檢視 家庭、學 校、職場中 基於性別刻 板印象產生 的偏見與歧 視。	
第二週	主題三：性 別魔法站 單元一：性 別偵探社	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。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、 尊重差異與 自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性 別差異。	1. 覺察生活 中性別的差 異與困擾， 並澄清性別 刻板印象的 觀念。	活動二 性別與尊重 閱讀劉柏君的故事，說明 個人發展可以不受到性別 的影響。	紙筆評量～ 性平宣言能 統整出自己 應該調整的 性別平等觀 念。	【性別平等 教育】 性J3 檢視 家庭、學 校、職場中 基於性別刻 板印象產生	

		人際互動。		輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。				的偏見與歧視。	
第三週	主題三：性別魔法站 單元一：性別偵探社	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。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	. 討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性可能受到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 .2 發現性霸凌與性騷擾的問題，並學習適當的因應行為，以實際行動推廣性別平等觀念。	活動三 性別平等行動 一、學生參考課本性別新聞臺的內容，討論日常生活中哪些行為可能涉及對他人的騷擾與侵害，甚至霸凌。	小組報告～能在性平魔法書中採取實際採取反性霸凌與性騷擾的推廣行動。	【性別平等教育】 性J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。	
第四週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	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。	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	1. 能釐清性別互動中的迷思，思考合宜的親密關係。 2. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密	活動一 影視作品的公式 請學生思考在愛情情節中和現實情境不相符之內容並認識情感互動	能發表閱讀影視作品情節後對於各個面向的歸納。	【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。	

				關係的發展歷程。	關係的態度。				
第五週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	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。	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。	1. 能透過活動，學習不同交往階段國中適宜的性別互動與交往態度。 2. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。	活動二 初探感情路 愛的主打歌 分享歌詞背後代表的愛情態度。 省思愛情中的價值觀	口語評量。	【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。	
第六週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	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。	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。	1. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中適宜的性別互動與交往態度。	活動三 愛情不卡關 帶領同學深入討論戀愛的各個階段會出現的狀況題	口語評量。	【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。	
第七週	主題三：性別魔法站	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他	2a-IV-2 培養親密關係	輔Dd-IV-2 合宜的性別	1. 能覺察愛情價值觀，	活動三 愛情不卡關 帶領同學深入討論戀愛的	口語評量。	【家庭教育】	

	單元二：性別協奏曲 【第一次評量週】	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。	的表達與處理知能。	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。	並釐清親密關係的態度。 3.能透過活動，學習不同交往階段國中適宜的性別互動與交往態度。	各個階段會出現的狀況題		家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	
第八週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	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。	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。	1.能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。 3.能透過活動，學習不同交往階段國中適宜的性別互動與交往態度。	活動三 愛情不卡關 帶領同學深入討論戀愛的各個階段會出現的狀況題	口語評量。	【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。	
第九週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	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。	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	1.能透過活動，學習不同交往階段國中適宜的性別互動與交往態度。 2.能分析不同的分手態	活動四 分手練習曲 整理的分手原因與方式，讓同學可以了解較常見的分手原因與方式，以及當下的感受。	1.能與同學討論曾聽過或經歷過的分手原因及方式。 2.學生能配合討論與演練分手對白。	【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。	

				歷程。	度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。		3. 整理出分手後的適合與不適合作法，並思考自己。		
第十週	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	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。	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。	1. 能透過活動，學習不同交往階段國中適宜的性別互動與交往態度。 2. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。	活動四 分手練習曲 學生透過分組討論的方式來歸納出分手的對話方式，及分手的注意事項	1. 能與同學討論曾聽過或經歷過的分手原因及方式。 2. 學生能配合討論與演練分手對白。 3. 整理出分手後的適合與不適合作法，並思考自己。	【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。	
第十一週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路	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。	輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	1. 覺察自我的特質與能力及其所適合的方向。 3. 統整興趣、特質、能力，了解自己的生涯興趣組型。 4. 了解適配	活動一 未來同學會 生涯幻遊描繪未來的生涯圖樣	1. 學生自評。 2. 學生互評。 3. 教師評量。	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯J6 建立	

					的職業群。			對於未來生涯的願景。	
第十二週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路	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。	輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	1. 覺察自我的特質與能力及其所適合的方向。 2. 統整興趣、特質、能力，了解自己的生涯興趣組型。	活動一 未來同學會 在未來同學會對介紹自己目前任職的公司與自身的能力	1. 學生自評。 2. 學生互評。 3. 教師評量。	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第十三週	主題六：生涯方程式 單元一：追蹤生涯路	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。	輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	1. 覺察自我的特質與能力及其所適合的方向。 2. 統整興趣、特質、能力，了解自己的生涯興趣組型。 3. 了解適配的職業群。	活動二 解開生涯謎 對學生介紹「生涯興趣組型」雙向度模型的概念，作為未來的生涯目標！	1. 學生自評。 2. 學生互評。 3. 教師評量。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第十四週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 【第二次評量週】	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 3. 統整自己	活動一 人生規畫局 生涯角色的認識與所需要的多向度(興趣、能力與個性)	學生實作與口頭分享。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的	

					的生涯金三角。			知識與概念。	
第十五週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 3. 統整自己的生涯金三角。	活動一 人生規畫局 生涯角色的認識與所需要的多向度(興趣、能力與個性)	學生實作與口頭分享。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。	
第十六週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 3. 統整自己的生涯金三角。	活動一 人生規畫局 生涯角色的認識與所需要的多向度(興趣、能力與個性)	1. 學生實作與討論。 2. 省思與回饋。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。	
第十七週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 2. 統整自己的生涯金三角。	活動二 生涯過來人 介紹名人生涯故事。 同學分享印象深刻的名人故事	1. 分享與討論。 2. 資料搜集與調查。 3. 省思與回饋。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概	

第十八週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 2. 整自己的生涯金三角。	活動二 生涯過來人好漢當年勇 學生進行職業達人採訪省思前輩的生涯經驗談，對自己的生涯規畫影響	1. 口頭評量。 2. 省思與回饋。	念。 【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。
第十九週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	活動三 逐夢且踏實 帶領學生將自己未來角色將夢想具象化，增加實踐力。	實作與分享。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。
第二十週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 【第三次評量週】	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 規畫個人生涯彩虹圖。 2. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。	活動四 再訪金三角 溫習過往經驗，帶領學生重新複習生涯金三角的概念	討論與口頭評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備

					3. 統整自己的生涯金三角。			生涯規劃的知識與概念。	
第二十一週	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路 【第三次評量週】	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-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔Ca-Iv-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 規畫個人生涯彩虹圖。 2. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 3. 統整自己的生涯金三角。	活動四 再訪金三角 溫習過往經驗，帶領學生重新複習生涯金三角的概念	討論與口頭評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J2 具備生涯規劃的知識與概念。	

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。