

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七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：康軒版第一、二冊

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					
一	第五主題晉 級的國中生 第1單元國 中意思	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。 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。	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 展歷程與調 適。 輔 Dd-IV-1: 尊重多元性別 差異。	1. 覺察個人升 上國中的感 受,以及正向 特質、興趣與 多元能力,與 同儕交流產生 正向連結。 2. 認識青少年 身心的發展歷 程及國中生 生活,歸納並分 析自己面對國 中生活的期許 與調適方法。	活動1 自信成長 easy go 1. 名片卡進行互動 與交流,分享自己與 同學的個人資訊,以 及對班級整體的想 像。 2. 透過填寫我的黃 金組合,檢視並分 析個人特質、興趣 與多元能力與國中 生活的速配性。	1. 口語評量 2. 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。 涯 J5:探索 性別與生涯 規畫的關 係。 涯 J6:建立 對於未來生 涯的願景。	

二	第五主題晉級的國中生第1單元國中有意思	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。 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。	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:青少年身心發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1:尊重多元性別差異。	1. 覺察個人升上國中的感受,以及正向特質、興趣與多元能力,與同儕交流產生正向連結。 2. 認識青少年身心的發展歷程及國中生活,歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。	活動 2 國中生活解密 1. 閱讀及繪製心智圖,覺察並分析青少年身心發展歷程與調適狀態。 2. 透過小隊討論與瀏覽學校行事曆,促進並澄清對國中生活的認識。	1. 口語評量 2. 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。 涯 J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	
三	第五主題晉級的國中生第1單元國中有意思	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。 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。	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:青少年身心發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1:尊重多元性別差異。	1. 覺察個人升上國中的感受,以及正向特質、興趣與多元能力,與同儕交流產生正向連結。 2. 認識青少年身心的發展歷程及國中生活,歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。	活動 2 國中生活解密 1. 閱讀及繪製心智圖,覺察並分析青少年身心發展歷程與調適狀態。 2. 透過小隊討論與瀏覽學校行事曆,促進並澄清對國中生活的認識。	1. 口語評量 2. 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。 涯 J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	

		題。						涯的願景。	
四	第五主題晉級的國中生第2單元國中方程式	<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>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。</p> <p>綜-J-B2:善用科技、資訊與媒體等資源,並能分析及判斷其適切性,進而有效執行生活中重要事務。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。</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>1.觀察校園生活的各種狀況,覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生生活的重要性。</p> <p>2.探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。</p> <p>3.運用一項學校資源並分享學習經驗,評估校園各項資源對校園狀況的適用時機,完成校園資源守護網,並能相互分享與修正。</p>	<p>活動 1 校園任意門</p> <p>1.課本第 96 頁社群網站貼文及「校園狀況與因應篇」的討論,分享交流校園生活的各種狀況。</p> <p>2.透過「幹部資源~人事地」活動,蒐集、分析及開發學校各項資源。</p>	1.口語評量	<p>【生涯規劃較育】</p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4:了解自己的性格特質與價值觀。</p> <p>涯 J5:探索性別與生涯規畫的關係。</p> <p>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	
五	第五主題晉級的國中生第2單元國中方程式	<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</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。</p> <p>輔 Db-IV-1:生活議題的問題</p>	<p>1.觀察校園生活的各種狀況,覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生生活的重要</p>	<p>活動 2 校園行動派</p> <p>小隊討論與交流對校園各空間的熟悉程度,進而分析各空間可運用的資源。</p>	1.口語評量	<p>【生涯規劃較育】</p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4:了解</p>	

		<p>生命意義。</p> <p>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。</p> <p>綜-J-B2:善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。</p>	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。	題解決、危機因應與克服困境的方法。	<p>性。</p> <p>2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。</p> <p>3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。</p>			<p>自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J5:探索性別與生涯規畫的關係。</p> <p>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	
六	第五主題晉級的國中生第2單元國中方程式	<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>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</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。</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>1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生生活的重要性。</p> <p>2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。</p> <p>3. 運用一項學校資源並分享</p>	活動 2 校園行動派小隊討論與交流對校園各空間的熟悉程度，進而分析各空間可運用的資源。	1. 實作評量	<p>【生涯規劃較育】</p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4:了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J5:探索性別與生涯規畫的關係。</p>	

		適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B2:善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。			學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。			涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。	
七	第五主題晉級的國中生第 2 單元國中方程式【第一次評量週】	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。 綜-J-B2:善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	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。 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 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	活動 3 校園資源網 1. 校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	1. 口語評量	【生涯規劃較育】 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 J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。	
八	第五主題晉級的國中生第 2 單元國	綜-J-A2:釐清學習目標，探究多元的思考	1b-IV-2:運用問題解決策略，處理	輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運	1 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校	活動 3 校園資源網 1. 校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園	1. 口語評量	【生涯規劃較育】 涯 J3:覺察	

	中方程式	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。 綜-J-B2:善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	生活議題，進而克服生活逆境。 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。	用。 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。	各項資源。 3.運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	環境與處室資源對國中生活的重要性。 2.探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3.運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。		自己的能力與興趣。 涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。 涯J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯J6:建立對於未來生涯的願景。	
九	第五主題晉級的國中生第3單元學習快易通	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。 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。 綜-J-B2:善用	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。 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Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1.探究國中學學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2.覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3.探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4.透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注	活動1 學習百憂解 1.與隊間透過腦力激盪及討論，探究國中課業學習可能會面對的各項挑戰，並擬定因應各項學習挑戰的方法。 2.根據自己學習的狀態，產出自己專屬的學習新配方。	1.口語評量 2.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。 涯J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯J6:建立對於未來生涯的願景。	

		科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。			方法。				
十	第五主題晉級的國中生第3單元學習快易通	<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>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。</p> <p>綜-J-B2:善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。</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>1.探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。</p> <p>2.覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。</p> <p>3.探究提升專注力的策略，並能相互分享。</p> <p>4.透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。</p>	<p>活動2 專注力知多少</p> <p>透過活動體驗，說出提升專注力的具體方法。</p> <p>2.能蒐集專注力的方法，和同學分享討論，並擇適切方法嘗試練習。</p>	<p>1.口語評量</p> <p>2.高層次紙筆評量</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4:了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J5:探索性別與生涯規畫的關係。</p> <p>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	

十一	第五主題晉級的國中生第3單元學習快易通	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。 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。	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。 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 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1 探究提升專注的策略,並能相互分享。 2 透過體驗活動,覺察身心狀態,學習動靜轉換的專注方法。 3 認識並實作番茄鐘工作法,將專注力運用在時間管理上。	活動 3 心在哪裡 藉由體驗活動,覺察動靜轉換時身體感覺、情緒等差異。 2. 能從呼吸練習中,覺察分心時刻可以利用呼吸將專注力拉回來。	1. 口語評量 2. 實作評量	【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 J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	
十二	第五主題晉級的國中生第3單元學習快易通	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。 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。	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。 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 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 探究提升專注力的策略,並能相互分享。 2. 透過體驗活動,覺察身心狀態,學習動靜轉換的專注方法 3. 認識並實作番茄鐘工作法,將專注力運用在時間管理上。	活動 4 專注的時間術 能評估和檢視自己時間運用、專心的狀態,並完成「番茄鐘工作表」。	1. 實作評量 2. 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:了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6:建立對於未來生	

		題。						涯的願景。	
十三	第五主題晉級的國中生第3單元學習快易通	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。 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。	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。 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 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1.透過體驗活動,覺察身心狀態,學習動靜轉換的專注方法。 2.認識並實作番茄鐘工作法,將專注力運用在時間管理上。 3.實作並分辨課堂學習與線上學習的差異,分享個人的學習經驗,並將所學應用在國中學習情境。	活動 5 自我 i 學習 透過線上學習體驗,寫下課堂學習與線上學習的差異,應用線上學習幫助自己學習。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規劃較育】 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 J5:探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	科技
十四	第五主題晉級的國中生第3單元學習快易通【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。 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	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。 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 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1.透過體驗活動,覺察身心狀態,學習動靜轉換的專注方法。 2.認識並實作番茄鐘工作法,將專注力運用在時間管理上。 3.實作並分辨課堂學習與線	活動 5 自我 i 學習 透過線上學習體驗,寫下課堂學習與線上學習的差異,應用線上學習幫助自己學習。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規劃較育】 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 J5:探索性別與生涯	科技

		的能力，運用適當的策略，解決生活議題。			上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。			規畫的關係。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。	
十五	第六主題生涯尋寶趣 第 1 單元生涯尋寶我最行	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 Aa-IV-1: 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1: 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 家 Dd-IV-2: 家庭文化傳承與對個人的意義。	1. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不同階段的生涯角色與任務。 2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。	活動 1 生涯進階大挑戰 透過實作「生涯出任務」及「分享與省思」，回顧並試探自己在不同階段的生涯角色與任務。	1. 口語評量	【生涯規劃較育】 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 J11: 分析影響個人生涯決定的因素。	
十六	第六主題生涯尋寶趣 第 1 單元生涯尋寶我最行	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 Aa-IV-1: 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1: 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 家 Dd-IV-2: 家庭文化傳承與對個人的意義。	1. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不同階段的生涯角色與任務。 2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。	活動 1 生涯進階大挑戰 透過實作「生涯出任務」及「分享與省思」，回顧並試探自己在不同階段的生涯角色與任務。	1. 實作評量	【生涯規劃較育】 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 J11: 分析影響個人生涯決定的因素。	

								素。	
十七	第六主題生涯尋寶趣 第2單元我的生涯多寶閣	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 Aa-IV-1:自我探索的方法、經驗與態度。 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。	1.學習並運用生涯金三角,了解影響生涯發展的因素,並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。 2.統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊,並發揮創意展現個人特色,進行個人生涯檔案製作。	活動 2 發掘自我的寶藏 透過活動、分享及省思中,完成個人的周哈里窗,以統整及覺察自我的特質。	1.口語評量	【生涯規劃較育】 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 J11:分析影響個人生涯決定的因素。	
十八	第六主題生涯尋寶趣 第2單元我的生涯多寶閣	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 Aa-IV-1:自我探索的方法、經驗與態度。 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。	1.學習並運用生涯金三角,了解影響生涯發展的因素,並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。 2.統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊,並發揮創	活動 2 發掘自我的寶藏 透過活動、分享及省思中,完成個人的周哈里窗,以統整及覺察自我的特質。	1.口語評量	【生涯規劃較育】 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 J11:分析影響個人生涯決定的因素。	

					意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。				
十九	第六主題生涯尋寶趣 第2單元我的生涯多寶閣	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 Aa-IV-1:自我探索的方法、經驗與態度。 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。	1.學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。 2.統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。	活動1 生涯領航金三角 透過小隊討論，分析運用生涯金三角進行生涯探索的可行具體做法。 2.能回到自身思考，從眾多具體做法中評估適合自己的做法。	1.實作評量	【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 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11:分析影響個人生涯決定的因素。	
廿	第六主題生涯尋寶趣 第2單元我的生涯多寶閣	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 Aa-IV-1:自我探索的方法、經驗與態度。 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。	1.進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 2.回顧本主題課程之學習歷程，統整個人	活動2 生涯寶庫特搜隊 進行生涯檔案製作，並能透過自評與他評，掌握製作生涯檔案的要領，回顧個人成長歷程，增進對自我的認識。	1.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:了解自己的性格特質與價值觀。	

				探與資訊統整。	的適性試探成果與資訊。			涯 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11:分析影響個人生涯決定的因素。	
廿一	第六主題生涯尋寶趣 第2單元我的生涯多寶閣 【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-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 Aa-IV-1:自我探索的方法、經驗與態度。 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。	1. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 2. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。	活動 3 我的生涯藏寶庫 進行生涯檔案製作，並能透過自評與他評，掌握製作生涯檔案的要領，回顧個人成長歷程，增進對自我的認識。	1. 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:了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11:分析影響個人生涯決定的因素。	

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					
一	第五主題讓 心更靠近 第1單元我 想更懂你	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-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 Aa-IV-2: 自我 悅納、尊重差異 與自我成長。 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. 覺察人際關 係及溝通能 力的重要 性。 2. 能站在不 同的立場， 體察他人 的感受及 需求。 3. 學習具有 同理心的 表達方式、 演練「我 訊息」的 表達技巧， 並運用於 溝通情境 中，以促 進良好 的人際互 動。	活動 1 通通有講 1. 能配合指令，完 成動作任務。 2. 能說出身為說 話者或接收者， 在溝通過程中 需注意之事項。	1. 實作評量 2. 口語評量	【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 問題解決。	健康與體育
二	第五主題讓 心更靠近 第1單元我 想更懂你	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	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 Aa-IV-2: 自我 悅納、尊重差異 與自我成長。 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. 覺察人際關 係及溝通能 力的重要 性。 2. 能站在不 同的立場， 體察他人 的感受及 需求。 3. 學習具有 同理心的 表達方式、 演練「我	活動 2 因為同理我 們看見 1. 能說出不同角 色的想法或反 應、需求及 感受。 2. 能說出運用 同理心的溝 通效果。 3. 能依循句 型的引導， 練習具有「 同理心」的 表達方	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	健康與體育

		動。			訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	式。		溝通與問題解決。。	
三	第五主題讓心更靠近 第1單元我想更懂你	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-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 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	活動 2 因為同理我們看見 1. 能說出不同角色的想法或反應、需求及感受。 2. 能說出運用同理心的溝通效果。 3. 能依循句型的引導，練習具有「同理心」的表達方式。	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 理性溝通與問題解決。。	健康與體育
四	第五主題讓心更靠近 第1單元我想更懂你	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	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	輔 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方	活動 2 因為同理我們看見 1. 能說出不同角色的想法或反應、需求及感受。 2. 能說出運用同理心的溝通效果。 3. 能依循句型的引導，練習具有「同	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。	健康與體育

		好的人際互動。	係。		式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	理心」的表達方式。		品 J8 理性溝通與問題解決。	
五	第五主題讓心更靠近 第1單元我想更懂你	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-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 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	活動 3 愛在你我之間 1. 能說出運用「我訊息」的溝通效果。 2. 能依循句型的引導，練習「我訊息」表達方式。	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 理性溝通與問題解決。	健康與體育
六	第五主題讓心更靠近 第2單元溝通零距離	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	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	輔 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實	活動 1 溝通 open 講 能分析、歸納和他人吵架的可能事件及原因，並提出化解之道。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【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	健康與體育

		巧，促進良好的人際互動。	人際關係。		錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。			元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
七	第五主題讓心更靠近 第 2 單元溝通零距離 【第一次評量週】	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-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 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。	活動 1 溝通 open 講 能分析、歸納和他人吵架的可能事件及原因，並提出化解之道。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【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 理性溝通與問題解決。	健康與體育
八	第五主題讓心更靠近 第 2 單元溝通零距離	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-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 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 2. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出	活動 2 溝通偵察隊 1. 透過小隊討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【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	健康與體育 社會

					個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。			題解決。	
九	第五主題讓心更靠近 第2單元溝通零距離	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-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 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 2. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	活動 2 溝通偵察隊 1. 透過小隊討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【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 理性溝通與問題解決。	健康與體育
十	第五主題讓心更靠近 第2單元溝通零距離	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-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 Aa-IV-2: 自我悅納、尊重差異與自我成長。 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. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 2. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經	活動 3 人我互動從心出發 透過小隊討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【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 理性溝通與問題解決。	健康與體育

					驗，並運用在溝通上，建立正向的人際關係。				
十一	第六主題征服學習王國第1單元學習玩家登入	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。	1b-IV-1:培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1:學習方法的運用與調整。	1. 分享生命歷程中所需的學習，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 3. 運用多元能力擬定班級活動分工。	活動1 開啟學習地圖 能分析人的生命歷程中所學習的各項事物，並從中探究學習對個人的意義。	1. 口語評量	【資訊教育】 資J8選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯J3覺察自己的能力與興趣。	自然科學 健康與體育
十二	第六主題征服學習王國第1單元學習玩家登入	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。	1b-IV-1:培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1:學習方法的運用與調整。	1. 分享生命歷程中所需的學習，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 3. 運用多元能力擬定班級活	活動1 開啟學習地圖 能分析人的生命歷程中所學習的各項事物，並從中探究學習對個人的意義。	1. 口語評量	【資訊教育】 資J8選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察	健康與體育

					動分工。			自己的能力與興趣。	
十三	第六主題征服學習王國第1單元學習玩家登入	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。	1b-IV-1:培養主動積極的學習態度,掌握學習方法,養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1:學習方法的運用與調整。	1.探索個人的優勢多元能力,並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2.運用多元能力擬定班級活動分工。 3.善用個人學習模式,執行學習計畫,建立終身學習的態度。	活動 2 分析戰鬥能力 1.從完成課本內容過程中,了解不同多元能力的內涵,並反思自己所具備的多元能力有哪些。 2.能擬定班級分工,並應用自己的優勢多元能力於生活中。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量 3.實作評量	【資訊教育】 資J8選用適當的資訊科技組織思維,並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯J3覺察自己的能力與興趣。	健康與體育
十四	第六主題征服學習王國第1單元學習玩家登入【第二次評量週】	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。	1b-IV-1:培養主動積極的學習態度,掌握學習方法,養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1:學習方法的運用與調整。	1.探索個人的優勢多元能力,並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2.運用多元能力擬定班級活動分工。 3.善用個人學習模式,執行學習計畫,建立終身學習的態度。	活動 2 分析戰鬥能力 1.從完成課本內容過程中,了解不同多元能力的內涵,並反思自己所具備的多元能力有哪些。 2.能擬定班級分工,並應用自己的優勢多元能力於生活中。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量 3.實作評量	【資訊教育】 資J8選用適當的資訊科技組織思維,並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯J3覺察自己的能力與興趣。	健康科學 自然科學

								力與興趣。	
十五	第六主題征服學習王國第2單元進入學習戰場	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。	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 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2:自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。 家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 運用多元能力擬定班級活動分工。 42 善用個人學習模式，執行學習計畫，建立終身學習的態度。	活動3 探索多元學習模式 1. 從完成課本內容過程中，了解不同多元能力的內涵，並反思自己所具備的多元能力有哪些。 2. 能擬定班級分工，並應用自己的優勢多元能力於生活中。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【資訊教育】 資J8選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯J3覺察自己的能力與興趣。	社會
十六	第六主題征服學習王國第2單元進入學習戰場	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。	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 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2:自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Bc-IV-1:主動	1. 運用多元能力擬定班級活動分工。 42 善用個人學習模式，執行學習計畫，建立終身學習的態度。	活動3 探索多元學習模式 1. 從完成課本內容過程中，了解不同多元能力的內涵，並反思自己所具備的多元能力有哪些。 2. 能擬定班級分工，並應用自己的優勢多元能力於生活中。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【資訊教育】 資J8選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】	社會

				探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。 家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。				涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
十七	第六主題征服學習王國第 2 單元進入學習戰場	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。	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 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2:自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。 家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決學習困擾。 2. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並思考各科學習與職涯能力的關聯。 3. 記錄並檢視個人時間管理情形，運用 N 字法則妥善規畫時間，提升自我學習效能。	活動 1 修練基本戰技 透過自我檢測表，探索個人的學習模式，並透過討論了解不同學習活動與學習材料適合的學習模式，藉此改善學習成效。	1. 高層次紙筆評量 2. 口語評量 3. 實作評量	【資訊教育】 資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	社會
十八	第六主題征服學習王國第 2 單元進入學習戰場	綜-J-A2:釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，	2c-IV-2:有效蒐集、分析及開發各項資源，	輔 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2:自我	1. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決學習困擾。	活動 1 修練基本戰技 透過自我檢測表，探索個人的學習模式，並透過討論了	1. 高層次紙筆評量 2. 口語評量 3. 實作評量	【資訊教育】 資 J8 選用適當的資訊科技組	社會

		養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	做出合宜的決定與運用。	管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。 家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。	2. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並思考各科學習與職涯能力的關聯。 3. 記錄並檢視個人時間管理情形，運用 N 字法則妥善規畫時間，提升自我學習效能。	解不同學習活動與學習材料適合的學習模式，藉此改善學習成效。		織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
十九	第六主題征服學習王國第 2 單元進入學習戰場	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。	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 Ba-IV-1:學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2:自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。 家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金	1. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並思考各科學習與職涯能力的關聯。 2. 記錄並檢視個人時間管理情形，運用 N 字法則妥善規畫時間，提升自我學習效能。 3. 設定學習目標，擬定學習計畫，建立自	活動 2 前進未來目標 . 透過填寫「我的修練筆記欄」幫助學生從小隊討論時蒐集學習方法並找出適合自己的學習方法，並嘗試在生活中付諸行動。 2. 透過「練功後再進化」之討論，整理實踐學習方法的經驗，以調整自己的學習方法。	1. 高層次紙筆評量 2. 口語評量 3. 實作評量	【資訊教育】 資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	社會

				錢及時間管理。	主管理與終身學習的能力。				
廿	第六主題征服學習王國第2單元進入學習戰場	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。	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 Ba-IV-2:自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。 家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 記錄並檢視個人時間管理情形，運用 N 字法則妥善規畫時間，提升自我學習效能。 2. 設定學習目標，擬定學習計畫，建立自主管理與終身學習的能力。	活動 3 挑戰時間魔王 嘗試填寫「我的一週學習計畫書」為小考的學習設立適合的學習目標及執行計畫，練習在生活中培養自主學習與管理的能力。	1. 高層次紙筆評量 2. 口語評量 3. 實作評量	【資訊教育】 資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	社會
廿一	第六主題征服學習王國第2單元進入學習戰場【第三次評量週】	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。	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 Ba-IV-2:自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。 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。 家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金	1. 記錄並檢視個人時間管理情形，運用 N 字法則妥善規畫時間，提升自我學習效能。 2. 設定學習目標，擬定學習計畫，建立自主管理與終身學習的能力。	活動 3 挑戰時間魔王 嘗試填寫「我的一週學習計畫書」為小考的學習設立適合的學習目標及執行計畫，練習在生活中培養自主學習與管理的能力。	1. 高層次紙筆評量 2. 口語評量 3. 實作評量	【資訊教育】 資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能	社會

				錢及時間管理。				力與興趣。	
--	--	--	--	---------	--	--	--	-------	--

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。

