

## 貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

111 學年度嘉義縣昇平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： 劉思辰 (表十二之一)

一、教材版本：南一版第三、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	主題三、 青春停看 聽(輔導) 單元一、 人際事務 所	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。 綜-J-C2 運用合宜的 人際互動技 巧，經營良	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	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。	覺察自己的交 友傾向，並理 解人際關係的 重要性。	1. 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 覺察生活中	

		好的人際關係，發揮正向的影響力，培養力他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。	人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	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。				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。	
第二週	主題三、青春停看聽(輔導)單元一、人際事務所	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	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	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	【活動二】 指尖下的滑世代(一) 分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風	能分析各種交友管道的特色，並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	

		際互動。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向的影響力，培養力他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。	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。	決、危機因應與克服困境的方法。 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。	險。			問題解決。 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。	
第三週	主題三、青春停看聽(輔導)單元一、人際事務所	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷	【活動二】 指尖下的滑世代(二) 分析各種交友管道	能分析各種交友管道的特色，並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	

		<p>運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。</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，發揮正向的影響力，培養力他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。</p>	<p>而克服生活逆境。</p> <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>程。</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>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>的特色，探討網路交友的風險。</p>			<p>多元接納。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</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>	
第四週	主題三、青春停看	綜-J-B1 尊重、包容	1b-IV-2 運用問	家 Db-IV-3 合宜的交	【活動三】 朋友的	能釐清自己的人際界線，並	1. 實作評量	品 J1 溝通合作與	

<p>聽(輔導) 單元一、 人際事務 所</p>	<p>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。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向的影響力，培養力他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。</p>	<p>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。</p>	<p>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。 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>距離 釐清自己的人際界線，並尊重他人的人際界線。</p>	<p>體認尊重他人的人際界線之必要。</p>	<p>2. 口語評量</p>	<p>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 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</p>	
--------------------------------------	--	---	--	-------------------------------------	------------------------	----------------	--	--

								求解決之道。	
第五週	主題三、青春停看聽(輔導)單元一、人際事務所	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。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向的影響力，培養力他與合群的态度，提升團隊效能，	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。	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、危機因應與克服困境的方法。 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	【活動四】 友誼一點通 (一) 應用溝通技巧，維持正向友誼關係。	能建立並應用溝通進行正向互動，以經營友誼。	1. 實作評量	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 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、	

		達成共同目標。		人際關係。				人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第六週	主題三、青春停看聽(輔導)單元一、人際事務所	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。 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	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	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、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝	【活動四】 友誼一點通 (二) 應用溝通技巧，維持正向友誼關係。	能建立並應用溝通進行正向互動，以經營友誼。	1. 實作評量	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 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、	

		向的影響力，培養力他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。	向的態度經營人際關係。	通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。				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。	
第七週	第一次段考週								
第八週	主題三、青春停看聽(輔導)單元二、情緒我做主	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-B1 尊重、包容	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	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	【活動一】 情緒樣貌 1. 認識各種正負向的情緒。 2. 覺察自己在事件中常	瞭解情緒對每個人的重要性，並認識各種不同的情緒面向，學習覺察自己常見的情緒。	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。	

		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。	健康。	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。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	出現的情緒。				
第九週	主題三、青春停看聽(輔導)單元二、情緒我做主	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-B1	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	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	【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	在各種情境中觀察不同的情緒反應，並瞭解情緒發生的原因。	1. 口語評量	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。	

		<p>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。</p>	<p>健康。</p>	<p>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。          輔 Db-IV-2          重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>應。</p>				
<p>第十週</p>	<p>主題三、青春停看聽(輔導)          單元二、情緒我做主</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。          綜-J-B1</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</p>	<p>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</p>	<p>【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</p>	<p>學習用心照顧自己，並瞭解情緒對自己心理及生理的影響。</p>	<p>1. 口語評量</p>	<p>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。</p>	

		<p>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。</p>	<p>健康。</p>	<p>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。          輔 Db-IV-2          重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>己心理及生理的影響。</p>				
<p>第十一週</p>	<p>主題三、青春停看聽(輔導)          單元二、情緒我做主</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。          綜-J-B1</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</p>	<p>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</p>	<p>【活動三】          我的情緒地圖          (二)          1. 用心關照自己的情緒。          2. 瞭解情緒對自</p>	<p>學習用心照顧自己，並瞭解情緒對自己心理及生理的影響。</p>	<p>1. 口語評量</p>	<p>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。</p>	

		<p>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。</p>	<p>健康。</p>	<p>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。  輔 Db-IV-2  重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>己心理及生理的影響。</p>				
第十二週	<p>主題三、青春停看聽(輔導)  單元二、情緒我做主</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。  綜-J-B1</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</p>	<p>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</p>	<p>【活動四】  情緒新處方  (一)  1. 學習因應自己的情緒。  2. 學習各種調適</p>	<p>學習因應自己的情緒，以及調適心情的方法。</p>	<p>1. 實作評量  2. 學習紀錄</p>	<p>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。</p>	

		<p>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。</p>	<p>健康。</p>	<p>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。  輔 Db-IV-2  重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>情緒的方法。</p>				
<p>第十三週</p>	<p>主題三、青春停看聽(輔導)  單元二、情緒我做主</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。  綜-J-B1</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</p>	<p>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</p>	<p>【活動四】  情緒新處方  (二)  1. 學習因應自己的情緒。  2. 學習各種調適</p>	<p>學習因應自己的情緒，以及調適心情的方法。</p>	<p>1. 實作評量  2. 學習紀錄</p>	<p>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。</p>	

		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。	健康。	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。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	情緒的方法。				
第十四週	第二次段考週								
第十五週	主題三、青春停看聽(輔導)單元三、生涯探照燈	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，	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Bc-IV-2 多元能力	【活動一】 做自己的主角 (一) 探索自己的興趣、性向與生	能表達個人興趣、能力、特質的狀態，並參與各項實作活動。	1. 高層次 紙筆評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的	

		<p>實踐生命意義。</p> <p>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，保護自己及他人。</p>	<p>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>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>涯類型的關聯。</p>			<p>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>	
--	--	--	---	---	----------------	--	--	--	--

第十六週	主題三、青春停看聽(輔導)單元三、生涯探照燈	<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-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，保護自己及他人。</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>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</p>	<p>輔 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 (二) 探索自己的興趣、性向與生涯類型的關聯。</p>	<p>能表達個人興趣、能力、特質的狀態，並參與各項實作活動。</p>	<p>1. 高層次 紙筆評量</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> <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</p>	
------	------------------------	---	--	--	---	------------------------------------	------------------------	--	--

			與未來發展，提升個人價值與生命意義。					觀。	
第十七週	主題三、青春停看聽(輔導)單元三、生涯探照燈	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-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	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能	輔 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。	【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。	能在活動中探索自己的興趣、能力、特質並覺察與生涯類型的關聯。	1. 高層次 紙筆評 量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 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	

		維，運用最佳策略，保護自己及他人。	力，接納自我，以促進個人成長。 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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。				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。	
第十八週	主題三、 青春停看聽(輔導) 單元三、 生涯探照燈	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-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	輔 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	【活動三】 打造未來之星 (一) 運用生涯類型和其他相關資訊，擬定可能	能整合生涯類型及其它資訊，進一步探索自己生涯發展的願景，並欣賞每個人的獨特性。	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。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 生 J2	

		<p>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，保護自己及他人。</p>	<p>生涯進路。 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。 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>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。</p>	<p>的生涯發展方向。</p>			<p>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>	
第十九週	主題三、青春停看	綜-J-A1 探索與開發	1c-IV-3 運用生	輔 Cc-IV-1 生涯進路	【活動三】 打造未	能整合生涯類型及其它資	1. 高層次 紙筆評	涯 J3 覺察自己的	

	<p>聽(輔導) 單元三、 生涯探照 燈</p>	<p>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-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，保護自己及他人。</p>	<p>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。 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。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提</p>	<p>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。</p>	<p>來之星 (二) 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>訊，進一步探索自己生涯發展的願景，並欣賞每個人的獨特性。</p>	<p>量 2. 實作評 量</p>	<p>能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 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>	
--	--------------------------------------	--	--	---	---	-------------------------------------	---------------------------	--	--

			升個人價值與生命意義。						
第二十週	主題三、青春停看聽(輔導)單元三、生涯探照燈	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-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，保護自己及他	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以	輔 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	【活動四】 追夢高手 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。	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。	1. 高層次 紙筆評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 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	

		人。	促進個人成長。 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。	的分工、 團隊合作 與團體動 力的提 升。				往，理解 人的主體 能動性， 培養適切 的自我 觀。	
第二十一週	第三次段考								

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	主題二、 青春觀察 家(輔導)	綜-J-C3 探索世界各 地的生活方	1c-IV-2 探索工 作世界	輔 Cb-IV-2 工作意 義、工作	【活動一】 性別思辨力 (一)	能指出性別刻板 印象的情形。	1. 口語評 量	性 J1 性 J3 性 J4	

	單元一、 性別跨時代	式，理解、 尊重及關懷 不同文化及 族群，展現 多元社會中 應具備的生 活能力。	與未來 發展，提 升個人 價值與 生命意 義。 3c-IV-2 展現多 元社會 生活中 所應具 備的能 力。	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。 輔 Dd-IV-1 尊重多 元性別 差異。	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。			性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
第二週	主題二、 青春觀察 家(輔導) 單元一、 性別跨時 代	綜-J-C3 探索世界各 地的生活方 式，理解、 尊重及關懷 不同文化及 族群，展現 多元社會中	1c-IV-2 探索工 作世界 與未來 發展，提 升個人 價值與 生命意	輔 Cb-IV-2 工作意 義、工作 態度、工 作世 界，突破 傳統的 性別職	【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	能指出性別刻板 印象的情形。	1. 口語評 量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11	

		應具備的生活能力。	義。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	象。			人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
第三週	主題二、 青春觀察家(輔導) 單元一、 性別跨時代	綜-J-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。	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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中	輔 Cb-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。	【活動二】 睜開性別之眼（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，並進行適性化的生涯規劃。	能覺察多元性別特質，並突破性別刻板印象，接納自我與他人的多元特質和專長。	1. 口語評量 2. 實作評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2	

			所應具備的能力。	輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。				家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
第四週	主題二、 青春觀察家(輔導) 單元一、 性別跨時代	綜-J-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。	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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-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。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	【活動二】 睜開性別之眼(二) 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重多元性別差異的態度，並進行適性化的生涯規劃。	能覺察多元性別特質，並突破性別刻板印象，接納自我與他人的多元特質和專長。	1. 口語評量 2. 實作評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	

第五週	主題二、 青春觀察家(輔導) 單元一、 性別跨時代	綜-J-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。	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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-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。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	【活動三】 性別職業萬花筒 學習身體自主權的議題，維護我和人我的身體界線。	能按自己的特質與興趣，規劃未來的發展及職業的選擇，並能說明其理由。	1. 口語評量 2. 實作評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
第六週	主題二、 青春觀察家(輔導) 單元一、 性別跨時代	綜-J-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工	【活動四】 性別平等進行式 實踐破除性別偏見與歧視的行動，	能運用所學的性別平等知能於生活情境，進行正向的改變行動。	1. 高層次 紙筆評量	性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6	

	代	不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。	升個人價值與生命意義。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	維持性別平等。人落發展地位。嚴發地。實生性實平。			性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
第七週	第一次段考週								
第八週	主題二、青春觀察家(輔導)單元二、愛情四季	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	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的	【活動一】 愛情來了，學習面對情竇初開的自己，該如何因應。	面對情竇初開的自己，表達自我的想法與態度。	1. 口語評量 2. 實作評量	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重	

		<p>及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。</p> <p>綜-J-B3</p> <p>運用創新的能力豐富生活，與個人及家庭生活中展現美感，提升生活品質。</p>	<p>巧，以正向的態度經營人際關係。</p> <p>2a-IV-2</p> <p>培養親密關係的表達與處理知能。</p>	<p>性別互動與態度的培養。</p> <p>輔 Db-IV-1</p> <p>生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。</p>				<p>他人的身體自主權。</p> <p>性 J11</p> <p>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</p> <p>了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p> <p>生 J4</p>	
--	--	---	--	--	--	--	--	---	--

								分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第九週	主題二、青春觀察家(輔導)單元二、愛情四季	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。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，與個人及家庭生活中展	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	輔 Ac-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	【活動二】 尊重的開始 在愛情中學習尊重自己與對方。	在愛情中學習尊重自己與對方，覺察自己的價值觀與交友行為是否恰當。	1. 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與溝	

		現美感，提升生活品質。	知能。	克服困境的方法。			通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第十週	主題二、青春觀察家(輔導)單元二、	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表	2a-IV-1 體認人際關係的重要	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種	【活動三】和平的結束(一)在愛情中學習和平分手，好聚好	分析自己的交友行為，發展合宜的行為與態度。	1. 口語評量	性 J4 認識身體自主權相關

	<p>愛情四季</p>	<p>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。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，與個人及家庭生活中展現美感，提升生活品質。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>散。</p>		<p>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與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我</p>	
--	-------------	--	---	---	-----------	--	---	--

								保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第十一週	主題二、 青春觀察家(輔導) 單元二、 愛情四季	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。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富	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	輔 Ac-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	【活動三】 和平的結束(二) 在愛情中學習和平分手，好聚好散。	分析自己的交友行為，發展合宜的行為與態度。	1. 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	

		生活，與個人及家庭中展現美感，提升生活品質。	密關係的表達與處理知能。	題解決、危機因應與克服困境的方法。				偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第十二週	主題二、	綜-J-B1	2a-IV-1	輔 Ac-IV-2	【活動四】	實踐合宜的交	1. 實作評	性 J4	

	<p>青春觀察家(輔導)單元二、愛情四季</p>	<p>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。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，與個人及家庭生活中展現美感，提升生活品質。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>好好愛自己(一)中 體認各項正向經營的感用經營。</p>	<p>友方式，練習表達自己的情感並好好愛惜自己。</p>	<p>量</p>	<p>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與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J8 了解人</p>	
--	--------------------------	--	--	---	-------------------------------------	------------------------------	----------	--	--

								身自由 權，並具 有自我 保護的 知能。 生 J4 分析快 樂、幸福 與生命 意義之 間的關 係。	
第十三週	主題二、 青春觀察 家(輔導) 單元二、 愛情四季	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	輔 Ac-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。	【活動四】 好好愛自 己(二) 體認生命 的各項情 感，並向 正向學習 經營。	實踐合宜的交 友方式，練習 表達自己的情 感並好好愛惜 自己。	1. 實作評 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	

		<p>綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，與個人及家庭生活中展現美感，提升生活品質。</p>	<p>係。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。</p>	<p>輔 Db-IV-1 生活議題的解決、危機因應與克服困境的方法。</p>			<p>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。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之</p>	
--	--	---	---	--	--	--	--	--

								間的關係。	
第十四週	第二次段考週								
第十五週	主題二、青春觀察家(輔導)單元三、職業面面觀	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，保護自己及他人。 綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發	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。 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	輔 Cb-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。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	【活動一】 繽紛職業秀 瞭解現今社會中的各類行業。	透過活動瞭解目前社會上的職業現況，並從中挑選出自己有興趣和不感興趣的職業。	1. 口語評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

		展，省思自我價值，實踐生命意義。	生涯進路。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十六週	主題二、青春觀察家(輔導)單元三、職業面面觀	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，保護自己及他人。 綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發	輔 Cb-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。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資	【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倫理。	運用科技網路搜索職業資訊，並透過實際訪談活動，瞭解這些職業的內容並分享工作的甘苦談。	1. 口語評量 2. 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

		涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	展個人生涯進路。	訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十七週	主題二、青春觀察家(輔導)單元三、職業面面觀	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，保護自己及他人。 綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能	輔 Cb-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。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試	【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。	運用科技網路搜索職業資訊，並透過實際訪談活動，瞭解這些職業的內容並分享工作的甘苦談。	1. 口語評量 2. 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

		源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	力，以發展個人生涯進路。	探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十八週	主題二、青春觀察家(輔導)單元三、職業面面觀	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，保護自己及他人。 綜-J-A1 探索與開發自我潛	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯	輔 Cb-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。 輔 Cb-IV-1 適性教	【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。	運用活動來瞭解職業所需的專業素養，並體會工作對個人的生涯意義。	1. 口語評量 2. 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

		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。	抉擇能力，以發展個人生涯進路。	育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十九週	主題二、青春觀察家(輔導)單元三、職業面面觀	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，保護自己及他人。 綜-J-A1 探索與開發	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培	輔 Cb-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。 輔 Cb-IV-1	【活動三】 職業世界(二) 想像未來的職業世界，及對人類的影響。	運用活動來瞭解職業所需的專業素養，並體會工作對個人的生涯意義。	1. 口語評量 2. 實作評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

		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。	養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第二十週	主題二、青春觀察家(輔導)單元三、職業面面觀	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，保護自己及他人。 綜-J-A1	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。 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與	輔 Cb-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。	【活動四】 我的未來我做主 我探索職業的變化與關聯，以應有的準備。	運用活動來評估職業工作的狀況，透過活動規劃個人未來的生涯進路選擇。	1. 高層次 紙筆 評量	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

		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。	資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第二十一週	第三次段考								

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。