

各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

111學年度嘉義縣鹿草國民中學九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 | 單元一：生命中的壓力 <活動1>壓力為何物 一、壓力是什麼 二、壓力事件簿 三、壓力測量機 | 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。 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|---------------------------------------|--|--|--|---|---|------------------------------|--|--|
| | | | | | 習慣。 | | | | |
| 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 二、壓力警訊 三、壓力現形 | 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 | 單元一：生命中的壓力 <活動3>紓壓補給站 一、我的紓壓方法 二、紓壓方法探討 三、紓壓不孤單 (一)教師說明 (二)同組同學進行討論並發表。 (三)教師邀請同學歸納此節所學重點。 | 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 | |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|---|--|--|-----------------------------|---|
| | | | | | 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。 | | 與生命意義之間的關係。 | |
| 第四週 | 主題一生命 停看聽 單元一生命 中的壓力 (輔導) | 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。 | 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。 | 單元一：生命中的壓力 (續上節) <活動3>紓壓補給站 四、腹式呼吸法與肌肉放鬆術 (一) 教師說明 (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。 (三) 開始進行腹式呼吸與肌肉放鬆練習(分別需10~15分鐘) (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?」 (五) 教師小結 | 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。 |
| 第五週 | 主題一生命 停看聽 單元一生命 中的壓力 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 | 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 | 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 | 單元一：生命中的壓力 (續上節) <活動3>紓壓補給站 五、自我照顧日記 (一) 教師引言並邀請學生分享自己練習紓壓方法的心得。 | 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 |

| | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|--|--|---|--|--|-------------------------|---|--|
| | | 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。 | 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。 | 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。 | 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。 | (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 | | 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。 | 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 | 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 單元二珍愛生命(輔 | 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 | 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜 | 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探 | 單元二 1. 體會生命的歷程與週期。 | 單元二：珍愛生命 <活動2>人生旅程 一、人生放映室 (一) 教師說明 | 1 學生自評：完成學生活動 2 教師評： | 【生命教育】 生 J3 反思生老病死與 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|--|--|---|---|---|------------------------------|---|--|
| | 導) (第一次段考) | 思自我價值，實踐生命意義。 | 自己與他人生命，並協助他人。 | 索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 | 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。 | (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~ | 學生課堂表現。 | 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 | 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 | 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人 | 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 | 單元二 1. 體會生命的歷程與週期。 2. 探索生命 | 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 | 1學生自評：完成學生活動 2教師評：學生課堂表 | 【生命教育】 生 J3 反思 生老病死與人生無常的 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|--------------------------|--|--|-------------------------|---|--|------------------------------|--|--|
| | | 踐生命意義。 | 生命，並協助他人。 | 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 | 的意義與價值。 3. 提出珍惜與尊重各種生命的實踐作法。 | 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。 | 現。 | 現象，探索人生的目的、價值與意義。 | |
| 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。 | 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。 | |

| | | | | | | | | | |
|------|--------------------------|--|--|------------------------|---|---|------------------------------|--|--|
| | | | | | | ●教師歸納與結語 五、活動省思 | | | |
| 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 | 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 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2>群科藏寶圖 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 | 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 | 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（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，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 | 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 | 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 | 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 | |

| | | | | | | | | | |
|------|--------------------------|--|--|------------------------|---|---|------------------------------|--|--|
| | | | 析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 | | 統整，以製作學校報告。 | 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 | | 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 | 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 | 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 | 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 | |

| | | | | | | | | |
|------|--------------------------|--|--|------------------------|---|---|------------------------------|--|
| | | | 項資源，做出合宜的決定與運用。 | | 作學校報告。 | | | 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 | 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 | 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 | 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. 審視自己的計劃達成率，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 | 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。 |

| | | | | | | | | | |
|------|--------------------------|--|--|------------------------|--|---|----------------------------|--|--|
| | | | 出合宜的決定與運用。 | | 告。 | 標?)與改進方式(未來可以如何改進?)。 3. 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。 三、教師歸納與結語 ~本節結束~ | | 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 | 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3>夢想實踐計畫 一、引起動機 二、追夢小達人 1.以小組方式進行分組。 2.小組成員選擇一個職業進行夢想階段性目標與做法: (1)探索階段 (2)構思階段 (3)規劃階段 (4)實踐階段。 三、活動省思 | 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 | 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 | 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 帶著自己的「實踐計畫書」找5位同學進行分享。 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 | 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 | |

| | | | | | | | | |
|-------|---------------------------------|--|--|-----------------------|---|---|------------------------------|--|
| | | | 項資源，做出合宜的決定與運用。 | | 作學校報告。 | | | 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 帶著自己的「實踐計畫書」找5位同學進行分享。 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 | 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 | 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。 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 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，善用生 涯決策工 具，對個人 生涯目標進 行評估。 3. 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>生涯決 定開麥拉 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 涯進路目標選 擇做進一步的 探索。 | 口語評量 一問答、 口頭報告 | 【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 | 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 | 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。 1c-IV-2 探索工作 | 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，善用生 涯決策工 | 單元1：生涯交 叉口（續上節） <活動1>生涯決 定開麥拉 (二)決定類型測 驗 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，請學 | 口語評量 一問答、 口頭報告 | 【生涯規 劃教育】 涯 J12 發 展及評估 生涯決定 的策略。 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|---------------------|--|---|-----------------------|--|--|------------------------------|--|--|
| | | 護自我與他人。 | 世界與未來發展，提升個人生命價值與意義。 | | 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。 | 生將分數填在雷達圖上，分析自己傾向哪一型 4.教師引導學生思考及討論與分享。 | | | |
| 第三週 | 主題五航向未來 單元1生涯交叉口 | 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。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命價值與意義。 | 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2>生涯由我做主 帶領學生透過生涯平衡單及生涯九宮格，對國中生涯進路選擇做進一步的探索及規劃。 教師提醒在列出決策平衡單的考慮因素時，需考量個人因素、環境因素、資訊因素三個向度，細節內容可以參考生涯金三角圖。 | 口語評量—問答、小組討論 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。 | |
| 第四週 | 主題五航向未來 單元1生涯交叉口 | 綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及 | 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能 | 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 | 單元1：生涯交叉口 <活動2>生涯由我做主 帶領學生透過生涯平衡單及生涯 | 口語評量—問答、小組討論 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。 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|---------------------|--|---|-----------------------|---|---|------------------------------|--|--|
| | | 生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。 | 力，以發展個人生涯進路。1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命價值與意義。 | | 素。 2. 能認識生涯決策方法，善用生涯決策工具，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。 | 九宮格，對國中生生涯進路選擇做進一步的探索及規劃。 教師提醒在列出決策平衡單時，需考慮個人因素、環境因素、資訊因素三個向度，細節內容可以參考生涯金三角圖。 | | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | |
| 第五週 | 主題五航向未來 單元1生涯交叉口 | 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。1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命價值與意義。 | 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2>生涯由我做主 (三)行動備忘錄 教師邀請學生分享討論重要日期及個人行動。 教師對今天的活動做統整。 | 口語評量—問答、小組討論 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。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | |
| 第六週 | 主題五航 | 綜-J-A3 因 | 1c-IV-3 | 輔 Cc-IV-2 | 1. 表達對未 | 單元2：生涯大 | 口語評量 | 【生涯規 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|--|--|----------------------------------|--|---|--------------------------------------|---|--|
| | 向未來 單元2生 涯大企劃 | 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。 | 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。 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。 | 生涯決策、 行動與調 適。 | 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，釐清個 人生涯決策 的問題。 3. 規劃並執 行個人升學 計畫，並對 計畫執行的 情形可能發 生的逆境， 預備調適方 法。 | 企畫 <活動1>預見未 來學校生活 帶領學生透過高 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。 | 一問答、 口頭報告 實作評量 一訪問、 分組討論 | 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 涯大企劃 | 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 | 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。 1c-IV-2 探索工作 世界與未 | 輔 Cc-IV-2 生涯決策、 行動與調 適。 | 1. 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 | 單元2：生涯大 企畫（續上節） <活動1>預見未 來學校生活 （二）未來學校 生活想像 1. 教師以課本的 拼貼圖片為例說 明「未來學校生 活圖像的拼貼」 2. 作品分享： 教師邀請學生與 | 口語評量 一問答、 口頭報告 實作評量 一訪問 | 【生涯規 劃教育】 涯 J13 培 養生涯規 劃及執行 的能力。 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|--|---|----------------------------------|--|---|--|---|--|
| | | 人。 | 來發展， 提升個人 價值與生 命意義。 | | 態度。並探 索適性升學 選校相關資 訊，釐清個 人生涯決策 的問題。 3. 規劃並執 行個人升學 計畫，並對 計畫執行的 情形可能發 生的逆境， 預備調適方 法。 | 旁邊伙伴互相分 享作品，並將作 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。 | | | |
| 第八週 | 主題五航 向未來 單元2生 涯大企劃 | 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。 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 Cc-IV-2 生涯決策、 行動與調 適。 | 1. 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，釐清個 人生涯決策 的問題。 3. 規劃並執 行個人升學 計畫，並對 計畫執行的 情形可能 | 單元2：生涯大 企劃 <活動2>我的生 涯企劃 帶領學生透過生 涯故事接龍及生 涯名人故事，了 解生涯中可能 出現的現實層 面挑戰，但可 以透過各種資 源、正面積極 態度、個人優 勢去應對，也 學習對畢業前 後的重要行事 做規劃。 | 口語評量 —問答、 口頭報告 —分組評 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。 | |

| | | | | | | | | | |
|-----|------------------------|--|--|--|---|---|-----------------------------------|---------------------------------|--|
| | | | | | 生的逆境，預備調適方法。 | | | | |
| 第九週 | 主題五 航向未來 單元2 生涯大企劃 | 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。 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命意義。 | 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 | 1. 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，釐清個人生涯決策的問題。 3. 規劃並執行個人升學計畫，並對計畫執行的情形可能發生的逆境，預備調適方法。 | 單元2：生涯大企畫（續上節） <活動2>我的生涯企劃 1. 教師請學生閉上眼睛做冥想 2. 教師引導學生以「時間、需完成的重要事項、此段時間，我想做哪些規劃？執行後的評估與檢核為主要思考的四向度。 3. 教師做今天活動的統整。 4. 教師提醒學生將行動企畫書跟家長分享，並請家長給予叮嚀、建議及簽名。 | 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。 | |
| 第十週 | 主題六 生命齊步走 單元1 成長進化史 | 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 | 1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察影響個人成長因素及 | 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 | 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 | 單元1：成長進化史 <活動1>成長檔案解密 不同學習階段，發生的種種事件的成長 各組派代表上臺 | 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 | 【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度。 | |

| | | | | | | | | | |
|------|------------------|--|---------------------------------------|--|---|--|---|----------------------------|--|
| | | 我價值，實踐生命意義。 | 調適方法。 | | 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。 | 進行猜謎活動，群我事件簿 本我記事簿 教師引導學生思考 | 整理 | | |
| 第十一週 | 主題六生命齊步走單元1成長進化史 | 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。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 | 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。 | 單元1：成長進化史 <活動2>他人我進化論 教師引導： 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， | 口語評量 一問答 實作評量 一分組討論 高層次紙筆評量 書面採訪整理 | 【生命教育】 生 J2 進行的適當情意與態度。 | |
| 第十二週 | 主題六生命齊步走單元1成長進化史 | 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。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 | 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 | 單元1：成長進化史 <活動3>倒轉時光齒輪 把遺憾吼出 教師帶領學生討論省思 | 實作評量 一分組演戲活動 | 【生命教育】 生 J2 進行的適當情意與態度。 | |

| | | | | | | | | | |
|------|----------------------|--|---|---|--|---|------------------------------|--|--|
| | | | | | 成事件，並做出調適的策略。 | | | | |
| 第十三週 | 主題六生命齊步走 單元2薪傳雙響砲 | 綜-J-C2 | 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 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 | 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 <活動1>密傳國中攻略 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。 | 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。 | |
| 第十四週 | 主題六生命齊步走 單元2薪傳雙響砲 | 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。 | 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 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 | 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1>密傳國中攻略 請各組將自己討論的結果，口頭分享給全班同學 | 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 單元2薪 | 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技 | 1d-IV-2 探索生命的意義與 | 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展與調 | 1.能整理自己國中成長歷程及調適 | 單元2：薪傳雙響砲 <活動2>給自己 | 口語評量—問答、口頭報告 | 【生涯規劃教育】 涯 J11 分 | |

| | | | | | | | | | |
|------|----------------------|--|--|---|--|--|---------------------------------------|--|--|
| | 傳雙響砲 | 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。 | 價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。 | 適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 | 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。 | 的情書 (一)問候未來的自己 (二)告訴未來的自己 (三)提醒未來的自己 | 實作評量 一分組討論 | 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。 | |
| 第十六週 | 主題六生命齊步走 單元2薪傳雙響砲 | 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。 | 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 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 | 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 (四)感謝未來的自己 (五)期許未來的自己 三、延伸活動： 好友來一句 寫完這封信後，如果還有時間，可以邀請班上親近同學，在信紙的背面留言。提醒學生在留言給他人時，記得署名。 | 口語評量 一問答、 口頭報告 實作評量 一分組討論 | 【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。 | |
| 第十七週 | 主題六生命齊步走 單元3畢業進行式 | 綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發 | 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及 | 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。 | 單元3：畢業進行式 <活動1>真心話 三年 一、教師引言： 二、謝謝有你暖 | 口語評量 一口頭報告 高層次紙筆評量 一書面心得 | 【生涯規劃教育】 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。 | 家庭生活。 | | 2.能藉由採訪師長，想像未來高中生活的樣貌及期許。 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。 | 身活動 | | | |
| 第十八週 | 主題六生命齊步走單元3畢業進行式 | 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，想像未來高中生活的樣貌及期許。 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 | 單元3：畢業進行式 <活動2>用微笑道別 一、教師引言：老師們的觀察與發現。 二、教師先讓全班同學說出一到三年級所有教過的師長們。 三、延伸活動：拍下「有故事的角落」 | 口語評量—問答、小組討論 | 【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 | |

| | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|
| | | | | | 覺察。 | | | | |
|--|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|

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。