

各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

111 學年度嘉義縣中埔國民中學八年級綜合活動領域輔導科 教學計畫表 設計者：王瑞霞 (表十二之一)

一、教材版本：翰林版第 3、4 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。 3. 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。	活動一 情緒觀測站 情緒你我他 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結 讀「情」術 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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 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	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。 3. 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。	活動二 情緒曲線 情緒曲線圖 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小	學生完成「情緒曲線圖」。	【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。	

		生命意義。		因、影響與調適。輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	略。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	結			
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。 3. 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。 4. 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 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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。 3. 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。 4. 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 走出思考框框 一、活動進行 二、活動小省思與小結	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。	

<p>第五週</p>	<p>主題五：心之谷單元一：情緒密碼</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-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。</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、影響與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>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。 3. 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。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。</p>	<p>活動三 思想情緒調節站 表達情緒我可以 一、活動進行 二、活動小省思與小結</p>	<p>完成「思想情緒紀錄簿」作業。</p>	<p>【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。</p>	
<p>第六週</p>	<p>主題五：心之谷單元一：情緒密碼</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-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。</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、影響與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>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。 3. 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。 4. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。</p>	<p>活動四 穩住情緒 情緒小錦囊／情緒紓解便利貼 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結</p>	<p>完成屬於自己的「情緒紓解便利貼」。</p>	<p>【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。</p>	
<p>第七週</p>	<p>主題五：心之谷單元二：生命百寶箱（第一次段考）</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-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。</p>	<p>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。</p>	<p>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。 3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源。</p>	<p>活動一 走過低潮 我的寶藏 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小</p>	<p>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。</p>	<p>【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。</p>	

		我價值，實踐生命意義。			與策略。 4.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。	省思與小結 失落現場 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結			
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。 3.能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 4.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。	活動一 走過低潮我的寶藏 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結 失落現場 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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。 3.能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 4.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	活動一 走過低潮走過失落 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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。	人的關懷態度。 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。 3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 4. 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 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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。	【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
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。 3. 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。 4. 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。	活動一 生涯期望值 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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	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。 3. 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。 4. 能統整個人與家庭	活動二 家人生涯史 一、活動說明 二、活動進行 三、生活小省思與小結	我的訪問札記—實作評量。	【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。

			展，提升個人價值與生命意義。		生涯發展的資訊，提出生涯發展仍需探索的項目。				
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。 3. 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。 4. 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 一、教師引言 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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(第二段考)	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。 3. 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。 4. 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 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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	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。 3. 能蒐集個人與家庭生涯發展的相關資訊，探索可能發展方	活動二 家人生涯史 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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	

		生命意義。	索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。		向。 4.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。			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.能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3.能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動一 工作世界 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。	
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.能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3.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 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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 了解自己的性格特質與價值觀。	
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中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3.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 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	性別與職業—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 了解自己的性格特質與價值觀。	
第十九週	主題六：彩繪生涯	綜-J-A1 探索	1c-IV-2 探索工作世界	輔Cb-IV-2 工作意	1.能了解家人期許對自我生涯選擇的各種	活動三 職人素養	1.職人素養—口語評量。	【生涯規劃教育】	

	單元二： 職涯萬花筒	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。	與未來發展，提升個人價值與生命意義。	義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	影響。 2. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	2. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。	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中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養 一、活動說明 二、活動進行 我的未來職人臉書 三、活動小省思與小結	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 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。	
第二十一週	主題六： 彩繪生涯 單元二： 職筒（第三次段考）	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. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養 一、活動說明 二、活動進行 我的未來職人臉書 三、活動小省思與小結	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 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 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。 3. 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。	活動一 性 別觀察家 一、活 動說明 二、活動進 行 三、活動小 省思與小結	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。 輔 Dd-IV- 2 合宜的 性別互動 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。 3. 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。	活動二 性 別與尊重 一、活動說 明 二、活動進 行 三、活動小 省思與小結	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 的偏見與歧 視。	
第三週	主題三： 性別魔法 站	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 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。 3. 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	小組報告～能在 性平魔法書中採 用	【性別平等教 育】	

	站 單元一： 性別偵探社	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。	的表達與處理知能。	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 合宜的性別互動態度的培養。	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，並反思不在學校、家庭、社會性別平等的重要觀念。 3. 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。	一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	取實際採取反性霸凌與性騷擾的推廣行動。	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，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 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。	<u>活動一 影視作品的公式</u> 一、愛情名偵探 二、合宜的情感互動	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。	
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	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，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選	<u>活動二 初探感情路</u> <u>愛的主打歌</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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。	

		的人際互動。			擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。			
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，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 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。	<u>活動三 愛情不卡關</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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 單元二：性別協奏曲（第一次段考）	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，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4. 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。	<u>活動三 愛情不卡關</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的	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，並釐清親密關係的態度。 3. 能透過活動，學習	<u>活動三 愛情不卡關</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小	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。

		用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。		交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4.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。	省思與小結			
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，及親密關係的發展歷程。	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，並釐清親密關係的態度。 3.能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4.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 一、分手故事 二、分手不NG	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，並釐清親密關係的態度。 3.能透過活動，學習不同交往階段國中生適宜的性別互動與交往態度。 4.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 一、分手memo 二、我們都要好好過 三、情感互動預備計畫	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	綜-J-A1 探索	1c-IV-1 澄清個人價值	輔 Cb-IV-1 適性教	1.覺察自我的興趣與其所適合的方向。	活動一 未來同學會	1.學生自評。 2.學生互評。	【生涯規劃教育】	

	式單元一：追蹤生涯路	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。	觀並統整個人能力特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	育的試探與資訊統整。	2. 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. 了解適配的職業群。	一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	3. 教師評量。	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. 覺察自我的興趣與其所適合的方向。 2. 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. 了解適配的職業群。	活動一 未來同學會 一、教師說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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. 覺察自我的興趣與其所適合的方向。 2. 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. 了解適配的職業群。	活動二 解開生涯謎 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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（第二次段考）	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。	活動一 人生規畫局 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思及結語	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。	

		生命意義。							
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. 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。	<u>活動一 人生規畫局</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思及結語	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. 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。	<u>活動一 人生規畫局</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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. 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。	<u>活動二 生涯過來人</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思與小結	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念。	
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	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。	<u>活動二 生涯過來人</u> <u>好漢當年勇</u> 一、活動說明 二、活動進行 三、活動小省思	1. 口頭評量。 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。	

		生命意義。				四、小結			
第十週	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 一、活動說明 二、活動進行 三、小結	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（第三次段考）	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。	活動四 再訪金三角 一、活動說明 二、活動進行 三、小結	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。	