

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

111 學年度嘉義縣新港國民中學八年級第一二學期輔導教學計畫表

設計者：黃琪媛

一、教材版本：翰林版第三上、三下冊

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 整規畫 (無則免 填)
			學習表現	學習內容					
一 8/29-9/02	主題五：心之 谷 單元一：情緒 密碼	綜 J-A1	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-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。	1. 邀請學生自由發表對於情緒的定義與認識。 2. 學生進行事件中相關人士所產生的情緒討論，逐題邀請學生分享當事人的感受與原因。 3. 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。 4. 教師邀請學生總結覺察情緒的重要性以及情緒的特點。	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。	健康教育與體育領域
二 9/05-9/09						1. 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	1. 學生完成「情緒曲線圖」。		

						2. 邀請自願同學分享自己的一件事，並說明自己的情緒。 3. 教師邀請學生總結覺察情緒的重要性以及情緒的特點。					
三 9/12-9/16	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼	綜 J-A1 綜 J-A1	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。	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。	1. 能舉例說明平衡野外生活品質與環境保護的方法。 2. 學生深入思考自己的想法有哪些特點以及與情緒之間的關聯。 1. 學生在思想情緒紀錄簿寫下三件讓自己有負面情緒的事件 2. 邀請學生試著用學過的調整想法技巧將自己調整過後的想法寫下並試著發表。	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。	健康教育與體育領域		
四 9/19-9/23											
五 9/26-9/30											
六 10/03-10/07											

七 10/10-10/14	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱	綜 J-A1	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。 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。	1. 每組選擇一位同學的失落經驗，透過照相機定格的方式呈現出來，想像如果自己的失落經驗用照相機照下來，那最深刻的一幕是甚麼畫面？同組每個人在照片中擔任的又是哪些角色？會說出那些話？ 1. 學生回想當時自己面對失落經驗時對生活的各種影響，透過統整大家的狀況瞭解失落經驗對每個人的影響都是有的。 2. 邀請學生分享心得。	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。 【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。	健康教育與體育領域
八 10/17-10/21									
九 10/24-10/28									
十 10/31-11/04				輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	經過生命失落經驗的分享後，學生已能了解每個人都會面臨不如意或者失去的議題，有人甚至會因為無法接受或其他生活挫折而演變成心理困擾，因此需要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。		健康教育與體育領域	

十一 11/07-11/11	主題六：彩繪 生涯 單元一： 生涯冒險家	綜 J-A1	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. 家人職業樹。	1. 請學生思考，並和伙伴分享「幸福生理想像」。 2. 請學生說出自己的期望和家人期望有哪些一致性？還是有不同呢？家人期望會有甚麼影響？	1. 生涯期望塗鴉牆—實作評量。 2. 活動小省思—口語評量。 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 了解自己的性格特質與價值觀。			
十二 11/14-11/18											
十三 11/21-11/25							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。		1. 經過訪問家人的過程，請大家於課堂中分享自己的訪問結果，並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。。	生涯筆記與我的生涯價值探索—高層次紙筆評量。	科技
十四 11/28-12/02									1. 生涯金三角 2. 幸福生涯規畫藍圖.	高層次紙筆評量。	
十五 12/05-12/09											
十六 12/12-12/16	主題六：彩繪 生涯 單元二：職涯 萬花筒 主題六：彩繪 生涯 單元二：職涯 萬花筒			3. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	1. 工作世界聯想 2. 教師簡介職業搜尋網站	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量					
十七 12/19-12/23				1. 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。							

十八 12/26-12/30	主題六：彩繪 生涯 單元二：職涯 萬花筒	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。	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 性別與職業 安排自由播放影片 「讓夢想起飛—職業 類科的性別少數」。	性別與職 業一口語評 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。			
十九 1/02-1/06		綜-J-A1							活動三 職人素養 1. 連加恩～臺大畢業 典禮演講 2. 戴資穎～臺灣演義 報導	1. 職人素 養一口語評 量。 2. 我的未來 職人臉書— 高層次紙筆 評量。	
廿 1/09-1/13		綜-J-A1							教師引導學生思考： 如果有機會窺見未 來，想像自己成為未 來世界所需要的職 人，你的臉書會是什 麼樣貌？請試著設計 出一份屬於自己的職 人臉書。		
廿一 1/16-1/20		主題六：彩繪 生涯 單元二：職涯 萬花筒（第三 次段考）				綜-J-A1					我的未來職人臉書— 寫有關自己未來想成 為怎樣職人的相關資 訊，想想看自己目前 已具備那些特點，還 有哪些未來需要達成。

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 整規畫 (無則免 填)	
			學習表現	學習內容						
一 2/13-2/17	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。	(一) 性別事件簿 1. 生活情境討論。 2. 學生討論完情境中 的性別差異與困擾 3. 學生的經驗分享後 老師可以把相關的經 驗分門別類。	1. 口語評量	【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。		
二 2/20-2/24					1. 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。	參考課本圖片思考可 能有什麼刻板印象， 要怎麼突破，將討論 的結果寫在海報上， 派代表上臺報告。	紙筆評量			【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。
三 2/27-3/03					1. 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。	性平大聲說 1. 引導學生去發現性 別平等的態度在家 庭、學校、社會中潛 移默化地傳遞，日常 生活中就要養成性別 平等的意識。	紙筆評量			

四 3/06-3/10	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	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。		性別新聞臺 1. 小隊討論：請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			
五 3/13-3/17	主題三：性別 魔法站 單元二：性別 協奏曲			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。	教師詢問學生觀看與閱讀偶像劇、愛情小說與動漫的經驗，並分享喜歡的戲劇以及吸引自己的原因。	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。		
六 3/20-3/24				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。	給每組學生 5 分鐘的時間回憶流行歌曲中印象深刻的歌詞，選出一首歌，把它的兩句歌詞註記下來，並且請他們寫下這歌詞背後代表的愛情態度。	口語評量。			
七 3/27-3/31						教師說明這兩節課的主旨是要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。			
八 4/03-4/07	主題三：性別 魔法站 單元二：性別 協奏曲（第一			綜 -J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切	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。	1. 能分析不同的分手態度帶來的結果，選擇適合的分		帶領學生進行紙上闖關活動，教師宜參考學生答題狀況，詳見補充說明內容，	

	次段考)	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。		家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	手方式，並調整分手後的心態。			
九 4/10-4/14					1. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。	教師說明這兩節課的主旨是要帶領同學深入討論戀愛的各個階段會出現的狀況題，		
十 4/17-4/21	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲				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。	分手不 NG (一) 教師引言 (二) 帶領學生閱讀分手不 NG 案例		
十一 4/24-4/28	主題三：性別魔法站 單元二：性別協奏曲				1. 能覺察愛情價值觀，並釐清親密關係的態度。	學生討論課本上的四個面向的問題並發表。		【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。
十二 5/01-5/05	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。	你的未來自己的形象是什麼樣子呢？	1. 學生自評	【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。 涯 J6 建立對於未來生
十三 5/08-5/12		綜 -J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適	1c-IV-1 澄清個人價值觀並統整個人能力特質、家人期	輔 Cb-IV-1 適性教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。	活動一 未來同學會	1. 學生自評。	

		性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	許及相關生涯與升學資訊。					涯的願景。	
十四 5/15-5/19	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。	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 對學生介紹「生涯興趣組型」雙向度模型的概念	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。	
十五 5/22-5/26	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路（第二次段考）		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 （四）邀請冠軍隊伍推派一人，分享他們遊戲中接龍製造出來的生涯角色！ （五）其他各組也把焦點轉回到組內，討論剛剛自己這組杜撰出來的角色有哪些，它們分別又有什麼要完成的任務？將答案註記在下一頁，並分組上臺報告。 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。	
十六 5/29-6/02	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。	活動一 人生規畫局 一、活動說明 二、活動進行 （一）幫同學複習上一活動討論的各種生涯角色，並帶領同學看課本上小明的生涯彩虹圖！	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	

		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。			4. 統整自己的生涯金三角。	(二) 教師發下空白紙及色筆，並邀請他們著手設計屬於自己的彩虹圖！		知識與概念。	
十七 6/05-6/09	主題六：生涯方程式 單元二：勇闖生涯路		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 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。	活動二 生涯過來人 教師可以舉出一些名人具體的成就，來讓他們猜測名人的姓名。	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。	
十八 6/12-6/16		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。			2. 規畫個人生涯彩虹圖。	前輩的生涯經驗談，對我的生涯規畫有什麼影響？	1. 分享與討論。 2. 資料搜集與調查。 3. 省思與回饋。		
十九 6/19-6/23					3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。		1. 口頭評量。 2. 省思與回饋。		
二十 6/26-6/30					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 教師於課堂每人發下一人一張 A4 紙，讓學生將帶來的圖片貼在紙上，並且引導他們從中找到圖片象徵的角色及意義，標註在圖片旁邊。	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。	