

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

112 學年度嘉義縣鹿草國民中學七年級第一、二學期綜合活動領域輔導科 教學計畫表 設計者： 郭燕玉 (表十一之一)

一、教材版本：翰林版第一、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					
第一週	主題三國 中新時代 單元一班級集合啦	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。 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。	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 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。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	透過活動探索國中、國小階段的差異，了解生涯差異對自己的影響，覺察自己的適應狀況。	單元一：班級集合啦 <活動 1>國中生會友 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、打造主題班級 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 (三)活動進行 (四)活動小省思	學生自評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

第二週	主題三國 中新時代 單元一班級集合啦	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，培養利他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。 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。	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 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。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	透過活動探索國中、國小階段的差異，了解生涯差異對自己的影響，覺察自己的適應狀況。	單元一：班級集合啦 <活動 2>國中、國小不一樣 全班一起體驗「中國國小不一樣」 二、活動進行 討論出國中、國小差異之處並記錄下來。 三、活動小省思	學生自評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第三週	主題三國 中新時代 單元一班級集合啦	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，培養利他與合群的态度，提升團隊效能，達成	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯	透過活動探索國中、國小階段的差異，了解生涯差異對自己的影響，覺察自己的	單元一：班級集合啦 <活動 2>國中、國小不一樣（續上節） 三、不一樣的適應 （一）教師引導與說明 （二）活動規則與說明 （三）學生進行討論與分享。 （四）教師引導學生	學生自評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

		共同目標。 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。	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。	轉折與生命意義的探索。	適應狀況。	完成課本內容。 (三)活動小省思			
第四週	主題三國 中新時代 單元二師生交流站	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，培養利他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	1. 透過訪問教師活動的進行，促進師生互動、精進學習方法，提升學習適應的狀況。 2. 透過活動協助學生了解自己在班級扮演的角色，且能具體提出班級共好	單元二：師生交流站 <活動 1>校園進行曲 一、教師引導與說明 二、活動進行 學生答對各處室題與活動小省思 三、教師總結歸納	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

					之改善方法，並予以實踐。				
第五週	主題三國 中新時代 單元二師生交流站	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，培養利他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	1. 透過訪問教師活動的進行，促進師生互動、精進學習方法，提升學習適應的狀況。	單元二：師生交流站 <活動 2>校園鮮師 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、鮮師專訪 (一)教師引導與說明 (二)活動規則與說明 (三)活動小省思	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第六週	主題三國 中新時代 單元二師生交流站	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	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境	1. 透過訪問教師活動的進行，促進師生互動、精	單元二：師生交流站 <活動 2>校園鮮師 (續上節) 貳、活動流程 一、教師引導與說明 二、活動進行	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

		利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。	克服生活逆境。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團隊效能。	的方法。 輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	進學習方法，提升學習適應的狀況。	(一) 請學生分享與全班同學分享。 (二) 教師引導各小隊輪流分享「鮮師專訪」活動的內容與心得。 (三) 各小隊將訪問時老師給全班同學的話說出，並請學生將那些話記錄在「先師專訪紀錄表」中。 三、活動小省思。			
第七週	主題三國 中新時代 單元二師生交流站 (第一次段考)	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，培養利他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	1. 透過活動協助學生了解自己在班級扮演的角色，且能具體提出班級共好之改善方法，並予以實踐。	單元二：師生交流站 <活動 3>同舟共濟 一、教師引導與說明 二、活動進行-活動規則與說明 這是一條硫酸河，所有人要想辦法協力通過 1. 小隊派代表領取每人一片船板（巧拼）。 2. 與小隊伙伴討論如何通過硫酸河。 3. 小隊依照活動規則完成過河任務。	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

			響，並提升團體效能。			4. 小隊分享完成任務的困難及克服的方法。 三、教師總結歸納。			
第八週	主題三國 中新時代 單元二師生交流站	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，培養利他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	1. 透過活動協助學生了解自己在班級扮演的角色，且能具體提出班級共好之改善方法，並予以實踐。	單元二：師生交流站 <活動 3>同舟共濟 (續上節) 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一)請各小隊依照小隊訂定的目標，將執行成果記錄在海報紙上。 (二)各小隊完成後，上臺分享愛班行動執行的成果，其他小隊給予建議。 三、教師總結歸納	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第九週	主題三國 中新時代 單元二師生交流站	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	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與	1. . 透過活動協助學生了解自己在班級	單元二：師生交流站 <活動 3>同舟共濟 (續上節) 一、教師引導與說明 二、活動進行	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際	

		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。	題，進而克服生活逆境。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	克服困境的方法。 輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	扮演的角色，且能具體提出班級共好之改善方法，並予以實踐。	(一)請各小隊依照小隊訂定的目標，將執行成果記錄在海報紙上。 (二)各小隊完成後，上臺分享愛班行動執行的成果，其他小隊給予建議。 三、教師總結歸納		關係。	
第十週	主題三國中 新時代 單元三國中 生活達人	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。	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Bb-IV-	1. 透過活動引導學生思考國中想完成的目標。 2. 透過活動協助學生了解各類學習資源，並了解資源運用的方法。 3. 透過資	單元三：國中生活達人 <活動 1>國中生沒了一、教師引導與說明 二、活動進行(35分鐘) (一)教師說明進行方式： 1. 現在有七個議題咖啡館，每個咖啡館都代表自己在國中階段可能會面臨哪些議題的挑戰，有人際館、學習館、家庭館、時	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

			響，並提升團體效能。	2 學習資源探索與資訊整合運用。	源分享協助學生運用資源，並予以在日生活中實踐。	間館、情緒館、健康館、其他館，教師選擇七個館的桌長。 (二) 各小隊進行討論與分享。 (三) 教師提問： 三、教師總結歸納			
第十 一週	主題三國 中新時代 單元三國 中生活達人	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，培養利他與合群的态度，提升團隊效能，達成共同目標。	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 透過活動引導學生思考國中想完成的目標。 2. 透過活動協助學生了解各類學習資源，並了解資源運用的方法。 3. 透過資源分享協助學生運用資源，並予以在日生活中	單元三：國中生活達人 <活動 2>國中好好玩 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一) 教師說明進行方式： (1) 小學的時候教過生活上有許多豐富的資源可供運用，大家還記得有哪些資源嗎？ (2) 請學生進一步想一想，這些資源在什麼時候會用到？ 三、教師總結歸納	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

					中實踐。				
第十二週	主題三國中新時代單元三國中生生活達人	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。	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 透過活動引導學生思考國中想完成的目標。 2. 透過活動協助學生了解各類學習資源，並了解資源運用的方法。 3. 透過資源分享協助學生運用資源，並予以在日生活中實踐。	單元三：國中生生活達人 <活動 3>實踐我最行 一、教師引導與說明 教師引言 (二) 教師呈現事先找的資源圖片(照片) 二、活動進行 1. 教師將班上同學的資源運用報告編號，並張貼或展現在教室中。 2. 教師發下三種顏色的點點標籤(例如紅、黃、綠)，分別代表最有趣、最實用、最特別資源。 3. 請學生閱覽同學們的報告後給予點點，將點點貼在老師規定的地方。 三、教師總結歸納 (一) 活動小省思 (二) 小結	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

第十 三週	主題四生 涯魔法精 靈 單元一神 祕魔法石	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 Ab-IV- 1 青少年 身心發展 歷程與調 適。	1. 透過多 種方法探 索自我， 並藉由討 論與分享 來了解在 日常生活中， 會以 哪些方法 來認識自 己。 2. 透過活 動引導學 生了解並 認識班上 同學。	單元一：神祕魔法石 <活動 1>我的神祕書 櫃 一、教師引導與說明 二、活動進行 （一）詢問各小隊討 論的結果，將學生分 享於小隊中的內容寫 在黑板上，簡單統整 出學生常使用的認識 自己之方式。 （二）活動小省思	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規 畫教育】 涯 J4 了 解自己的 人格特質 與價值 觀。	
第十 四週	主題四生 涯魔法精 靈 單元一神 祕魔法石 (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-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 Ab-IV- 1 青少年 身心發展 歷程與調 適。	1. 透過多 種方法探 索自我， 並藉由討 論與分享 來了解在 日常生活中， 會以 哪些方法 來認識自 己。	單元一：神祕魔法石 <活動 1>我的神祕書 櫃（續上節） （三）教師說明，進 行步驟： 1 請小隊準備一項認 識自己的方式。 2 小隊上臺分享認識 自己的方法時，能將 自己統整出來的資料	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規 畫教育】 涯 J4 了 解自己的 人格特質 與價值 觀。	

					己。 2. 透過活動引導學生了解並認識班上同學。	分享給全班同學。 三、活動小省思			
第十 五週	主題四生 涯魔法精 靈 單元一神 祕魔法石	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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	1. 透過活動引導學生了解並認識班上同學。 2. 藉由同學相互回饋，探索個人特質，澄清自我概念。	單元一：神祕魔法石 <活動 2> 拼出我自己 一、教師引導與說明 二、活動進行 (一) 教師說明活動進行方式： 1. 教師發下空白紙張，請同學寫上姓名與座號。 2. 請學生以條列式方式來描述自己，愈多愈好。 (二) 學生完成後，教師收回，隨機抽出一張，並唸出內容，讓學生猜猜填寫的人是誰？ (三) 教師解釋自我概念的五個層面 三、教師歸納	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。	

第十 六週	主題四生 涯魔法精 靈 單元一神 祕魔法石	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 Ab-IV- 1 青少年 身心發展 歷程與調 適。	1. 透過 活動引導 學生了解 並認識班 上同學。 2. 藉由同 學相互回 饋，探索 個人特 質，澄清 自我概 念。	單元一：神祕魔法石 <活動 3>揭開神祕面 紗 一、教師引導與說明 (一) 教師引言 (二) 教師可鼓勵學 生朝生理特徵、人格 特質、興趣、能力等 多元向度思考個人特 色，不僅限於人格特 質的探索，以增加學 生自我描述的豐富 性。 二、活動進行 請學生從課本第 60 頁 形容詞氣球中選出符 合自己的描述，並記 錄在紙上。	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規 畫教育】 涯 J4 了 解自己的 人格特質 與價值 觀。	
第十 七週	主題四生 涯魔法精 靈 單元一神 祕魔法石	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	Aa-IV-1 自我探索 的方法、 經驗與態 度。 輔 Ab-IV- 1 青少年 身心發展	1. 透過活 動引導學 生了解並 認識班上 同學。 2. 藉由同 學相互回 饋，探索	單元一：神祕魔法石 <活動 3>揭開神祕面 紗(續上節) 三、同學眼中的我 (一) 教師引導與說 明 (二) 活動規則與說 明	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規 畫教育】 涯 J4 了 解自己的 人格特質 與價值 觀。	

			與升學資訊。	歷程與調適。	個人特質，澄清自我概念。	1. 給予班上同學回饋。 2. 整理好自己的回饋小卡。 （三）活動進行 （四）活動小省思 四、教師總結歸納別人給的回饋是否和自己原本以為的相符合，皆能增進自我認識。		
第十八週	主題四生涯魔法精靈 單元一神秘魔法石	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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	1. 透過活動引導學生了解並認識班上同學。 2. 藉由同學相互回饋，探索個人特質，澄清自我概念。	單元一：神秘魔法石 <活動 3>揭開神秘面紗（續上節） 一、教師引導與說明 二、活動進行 （一）教師在黑板上繪製四宮格並說明「我的周哈里窗」填寫方式： A 公開我 B 盲目我 C 隱藏我 D 未知我 （二）教師提問 （三）教師介紹周哈里窗理論。 （四）活動小省思	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。

						三、教師總結歸納			
第十 九週	主題四生 涯魔法精 靈 單元二生 涯水晶球	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 Ca-IV- 1 生涯發 展、生涯 轉折與生 命意義的 探索。 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. 透過名 人成長歷 程了解生 涯發展概 念，並激 發探索個 人生涯的 意願。 2. 探討影 響個人生 涯規畫的 因素，以 建立初步 之生涯願 景。 3. 建構個 人生涯檔 案，分享 及省思個 人成長歷 程。	單元二：生涯水晶球 <活動 1>生涯夢想家 一、名人偶像大集合 (一) 教師引導與說明 (二) 活動進行 請各小隊上臺以海報 或簡報分享事先準備 好的名人偶像成長故 事。 二、夢想大解密 (一) 教師引導與說明 (二) 活動進行 (三) 活動小省思 三、教師總結歸納	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規 畫教育】 涯 J4 了 解自己的 人格特質 與價值 觀。	
第二 十週	主題五： 吾愛吾 校、主題 四生涯魔	綜-J-A1 探索 與開發自我潛 能，善用資源 促進生涯適性	1c-IV-1 澄清個人 價值觀， 並統整個	輔 Ca-IV- 1 生涯發 展、生涯 轉折與生	1。探討 影響個人 生涯規畫 的因素，	單元二：生涯水晶球 <活動 2>我的生涯軌 跡 一、教師引導與說明	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規 畫教育】 涯 J4 了 解自己的	

	法精靈 單元二生涯水晶球	發展，省思自我價值，實踐生命意義。	人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	命意義的探索。 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。	以建立初步之生涯願景。 2. 建構個人生涯檔案，分享及省思個人成長歷程。	二、活動進行 三、生涯檔案動手做 （一）教師引導與說明 （二）活動進行 四、教師總結歸納		人格特質與價值觀。	
第二十一週	主題五：吾愛吾校、主題四生涯魔法精靈單元二生涯水晶球（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-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 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 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. 探討影響個人生涯規畫的因素，以建立初步之生涯願景。 2. 建構個人生涯檔案，分享及省思個人成長歷程。	單元二：生涯水晶球 <活動 2>我的生涯軌跡（續上節） 一、教師引導與說明 二、活動進行 三、教師總結歸納 （一）活動小省思 （二）總結歸納 ~本節結束~	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規畫教育】 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	主題一： 學習修練 室 單元一： 學習探險 家	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。 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。	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。 輔 Ba-IV-2 自我管理與 學習效能的 提升。	能表達學習 的意義，發 現持續學習 的重要性， 且覺察學習 對自己的意 義會影響到 學習的動機 與成效。	活動一 學習啟 航 賓果遊戲 一、活動說明 二、活動進行 1. 教師請同學自 由書寫：學習是 為了自己還是別 人？或是有其他 目的？寫下你想 到的學習意義， 與伙伴分享。 2. 完成後開始進 行賓果遊戲 三、活動小省思 與小結 學習歷程	學生自評 教師評量	【閱讀素 養教育】 閱 J8 在 學習上遇 到問題 時，願意 尋找課外 資料，解 決困難。	
第二週	主題一： 學習修練 室 單元一：	綜-J-A2 釐 清學習目 標，探究多 元的思考與	1b-IV-1 培養主動 積極的學 習態度，	輔 Ba-IV-1 學習意義的 探究與終身 學習態度的	1. 能覺察自 己的多元智 慧的傾向， 且展現個人	活動二 多元智 慧學習家 冒險旅行團 一、活動說明。	學生自評 教師評量	【閱讀素 養教育】 閱 J8 在 學習上遇	

	學習探險家	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。	掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 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。	培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	的多元智慧。 2. 能探索多元智慧的學習方式，並找到適合自己的多元智慧的學習方式。 3. 能依據個人的多元智慧傾向，選擇適合自己的多元智慧的學習方式。	二、活動進行 多元智慧檢核表 三、回家作業：請各小隊（或每個人）準備一項多元才藝秀，教導同學一項擅長或有興趣的事，		到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	
第三週	主題一：學習修練室 單元一：學習探險家	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。 輔 Ba-IV-2	1. 能覺察自己的多元智慧的傾向，且展現個人的多元智慧。 2. 能探索多元智慧的學習方式，並找到適合自	<u>活動二 多元智慧學習家</u> 一、多元才藝秀 二、多元智慧學習方式連連看 三、活動小省思與小結	學生自評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	

			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。	自我管理與學習效能的提升。	己的多元智慧的學習方式。 3.能依據個人的多元智慧傾向，選擇適合自己的多元智慧的學習方式。				
第四週	主題一： 學習修練室 單元一： 學習探險家	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以	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。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1.能表達個人學習習慣的相關經驗，並覺察學習習慣對自己的影響。 2.能分析學習困擾，探索各種學習方法，來改善學習困擾。 3.能應用適合自己的學習方法，改	活動三 學習有妙方 學習習慣掃描 1.學習習慣助力與阻力 2.學生分享主動養成的學習習慣以及培養的過程。這樣的習慣對學習表現有什麼正面的效果。 三、活動小省思與小結	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	

			促進個人成長。		善學習困擾。				
第五週	主題一： 學習修練室 單元一： 學習探險家	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。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1. 能表達個人學習習慣的相關經驗，並覺察學習習慣對自己的影響。 2. 能分析學習困擾，探索各種學習方法，來改善學習困擾。 3. 能應用適合自己的學習方法，改善學習困擾。	活動三 學習有妙方 學習困擾知多少 一、活動說明 二、活動進行 1. 請學生利用曼陀羅的思考方式，每個小隊先選出一個在考試中遇到的困擾， 三、活動小省思與小結	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	
第六週	主題一： 學習修練室 單元一： 學習探險家	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	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養	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	1. 能表達個人學習習慣的相關經驗，並覺察學習習慣對自己的影	活動三 學習有妙方 學習錦囊 一、活動說明 二、活動進行 1. 教師將重要的	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意	

		習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	成自主學習與自我管理的能力。 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。	學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	響。 2. 能分析學習困擾，探索各種學習方法，來改善學習困擾。 3. 能應用適合自己的學習方法，改善學習困擾。	學習問題分為以下幾類，請各小隊依照主題查詢相關資訊，進行報告。 三、活動小省思與小結		尋找課外資料，解決困難。	
第七週	主題一：學習修練室 單元二：學習加油站(第一次段考)	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。	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-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。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	能表達個人學習目標與時間管理相關問題的經驗	活動一 靜心學習 一、活動說明 現 二、活動進行 1. 教師引導靜心 2. 「個人目標魚骨圖」 三、活動小省思與小結	學生自評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	
第八週	主題一：	綜-J-A2 釐	1b-IV-1	輔Ba-IV-2	能依據個人	活動二學習高手	學生自評	【閱讀素	

	學習修練 室 單元二： 學習加油站	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。	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。 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。	自我管理與學習效能的提升。 輔Bb-IV- 1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。	目標與計畫，進行實踐，評估實踐後的效果後，調整自己未來持續實踐的策略，以解決學習上遇到的問題	一、活動說明 二、活動進行 1. 時間管理大師： 2. 時間規畫好方法： 三、活動小省思與小結 (1)活動小省思： (2)小結：	學生互評 教師評量	養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	
第九週	主題一： 學習修練室 單元二： 學習加油站	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	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	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。 家Ca-IV-1	能覺察時間管理問題對個人學習目標的影響，並能分析個人目標及問題現況，提出可行的計畫，並執行	活動三實踐我最行 一、活動說明 二、活動進行 1. 進行自主學習計畫與實踐紀錄表檢討 2. 學習再進化 三、活動小省思	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	

		生活議題。	力。	個人與家庭生活 的金錢 及時間管 理。	計畫。	與小結			
第十週	主題二： 漫步在人際 單元一： 友誼智多 星	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。	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Dc-IV-1 同理心、人 際溝通能力 的培養與正 向經營人際 關係。	透過歌詞分 析友誼定 義，藉以覺 察自己對朋 友認定的適 切性。	活動一 友誼層 次寶典 一、引起動機 二、發展活動 你好，我的朋友 思考並寫下自己 與他人成為朋友 的原因，以及你 欣賞他們哪些地 方？ 三、活動小省思 與小結 （一）活動小省 思 （二）小結	學生自評 學生互評 教師評量	【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。	
第十一週	主題二： 漫步在人際 單元一： 友誼智多 星	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	2a-IV-1 體認人際 關係的重 要性，學 習人際溝 通技巧，	輔Dc-IV-1 同理心、人 際溝通能力 的培養與正 向經營人際 關係。	1. 透過討論 與分享受歡 迎與不受歡 迎的行為舉 止和原因， 藉以評估自	活動二 人際增 強秘笈 一、引起動機 二、發展活動 教師發給每人3- 5張便利貼，讓	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教 育】 品J1 溝 通合作與 和諧人際 關係。	

		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。	以正向的態度經營人際關係。		身行為的恰當性。 2. 透過自我觀察生活中與朋友的互動過程，藉以省思自己在人際交往過程中的適切性。	學生分別在每張便利貼上寫下一條喜歡或不喜歡的行為舉止， 三、活動小省思與小結 (一) 活動小省思 (二) 小結		品J8 理性溝通與問題解決。	
第十二週	主題二： 漫步在人際 單元一： 友誼智多星	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。	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Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	透過討論與分享網路交友的優劣利弊，進而思考網路上常出現的社會問題之因應策略。	活動三 人際增強秘笈 我的友誼存摺 一、引起動機 二、發展活動 1. 教師提問： 「你知道友誼是需要經營的嗎？」 三、活動小結 大家一起討論不同交友模式的優缺點與注意事項。」	學生自評 學生互評 教師評量	【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。	
第十三週	主題二： 漫步在人際	綜-J-C2 運用合宜的人際互動技	2a-IV-1 體認人際關係的重	輔Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力	透過討論與分享網路交友的優劣利	活動四 揭開網路面紗 一、引起動機	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品J1 溝	

	單元一：友誼智多星	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。	要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	的培養與正向經營人際關係。	弊，進而思考網路上常出現的社會問題之因應策略。	討論網路交友時應該注意的事項。 二、發展活動 網路交友的相關事件與注意事項 三、活動小省思與小結 (一) 活動小省思 (二) 小結		通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。	
第十四週	主題二：漫步在人際 單元一：友誼智多星(第二次段考)	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。	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Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	透過討論與分享網路交友的優劣利弊，進而思考網路上常出現的社會問題之因應策略。	活動三 揭開網路面紗 網路社會線 一、引起動機 二、發展活動 在網路交友的過程中還可能遇到哪些問題呢？請你判斷各種網路情境，並試著將問題分類及討論出解決的方法。」 三、活動小省思	學生自評 學生互評 教師評量	【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>與小結</p> <p>(一) 活動小省思</p> <p>(二) 小結</p>			
第十五週	<p>主題二：漫步在人際</p> <p>單元一：友誼智多星</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。</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>輔Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。</p>	<p>透過討論與分享網路交友的優劣利弊，進而思考網路上常出現的社會問題之因應策略。</p>	<p>活動三 揭開網路面紗</p> <p>網路社會線</p> <p>一、引起動機</p> <p>網路上的人際互動還可能遇到哪些問題呢？</p> <p>二、發展活動</p> <p>在網路交友的過程中還可能遇到哪些問題呢？請你判斷各種網路情境，並試著將問題分類及討論出解決的方法。」</p> <p>三、活動小省思與小結</p>	<p>學生自評</p> <p>學生互評</p> <p>教師評量</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品J8 理性溝通與問題解決。</p>	
第十六週	<p>主題二：漫步在人</p>	<p>綜-J-C2 運用合宜的人</p>	<p>2a-IV-1 體認人際</p>	<p>輔Dc-IV-1 同理心、人</p>	<p>1. 透過挑戰活動以覺察</p>	<p>活動一 專注傾聽</p>	<p>學生自評</p> <p>學生互評</p>	<p>【品德教育】</p>	

	際 單元二： 人際百寶 箱	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。	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。	際溝通能力 的培養與正 向經營人際 關係。	溝通的重要 性，並思考 恰當的溝通 方式。 2. 了解專注 傾聽的重要 性，並探索 增進人際關 係的溝通方 式。	一、引起動機 二、發展活動 體驗活動 了解雙向溝通的 重要性 三、活動小省思 與小結 (一) 活動小省 思 (二) 小結」	教師評量	品J1 溝 通合作與 和諧人際 關係。 品J8 理 性溝通與 問題解 決。	
第十七週	主題二： 漫步在人 際 單元二： 人際百寶 箱	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。	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Dc-IV-1 同理心、人 際溝通能力 的培養與正 向經營人際 關係。	<u>活動一</u> 1. 透過挑戰 活動以覺察 溝通的重要 性，並思考 恰當的溝通 方式。 2. 了解專注 傾聽的重要 性，並探索 增進人際關 係的溝通方 式。 <u>活動二</u>	<u>活動一 專注傾 聽</u> 練習「專注與傾 聽」 一、引起動機 。 二、發展活動 老師介紹「專注 與傾聽」的活 動流程 三、活動小省思 <u>活動二 學習</u> 「表達」 認識「我訊息」 教師說明「我訊	學生自評 學生互評 教師評量	【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。	

					透過練習「我訊息」與「三明治說話法」來學習重要的溝通技巧，並探索增進人際關係的溝通方式。	息」三步驟： A. 具體事件：我發現…… B. 感覺想法：我覺得…… C. 期待：我希望（願意／想要）…… 二、「我訊息」練習活動 三、小結 。」			
第十八週	主題二：漫步在人際 單元二：人際百寶箱	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。	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Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	透過練習「我訊息」與「三明治說話法」來學習重要的溝通技巧，並探索增進人際關係的溝通方式。	活動二 學習表達 三明治說話法 一、引起動機與課程回顧 二、活動進行 『三明治說話法』結合了『傾聽』的尊重、『我訊息』的表達： 三、活動小省思與小結 (一) 活動小省	學生自評 學生互評 教師評量	【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。	

						思 (二) 小結			
第十九週	主題二： 漫步在人際 單元二： 人際百寶箱	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。	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Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	透過多樣化的思考方式，協助學生詮釋雙方立場與想法，以了解發生衝突之原因。	活動三 人際小劇場 一、引起動機 二、發展活動 故事情境探討雙方的立場各是什麼？他們發生衝突的原因是什麼？如果是你，你會如何處理？」 三、活動小省思與小結 (一) 活動小省思 (二) 小結	學生自評 學生互評 教師評量	【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。	
第二十週	主題二： 漫步在人際 單元二： 人際百寶箱(第三	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	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，	輔Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	透過多樣化的思考方式，協助學生詮釋雙方立場與想法，以了解	活動三 人際小劇場 衝突化解術 一、引起動機 二、發展活動 角色扮演:衝突	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。	

	次段考)	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。	以正向的 態度經營 人際關 係。		發生衝突之 原因。	處理三連拍。 三、活動小省思 與小結 (一) 活動小省 思 (二) 小結		品J8 理 性溝通與 問題解 決。	
--	------	--	---------------------------	--	--------------	---	--	----------------------------	--

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。