

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

112 學年度嘉義縣梅山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：洪慈靈

一、教材版本：南一 版第 3-4 冊

二、本科目每週學習節數：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 1 週	單元一、 人際事務所	綜-J-B1 綜-J-C2	1b-IV-2 2a-IV-1	家 Db-IV-3 輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-1	【活動一】 朋友的模樣 體認友誼的意義，覺察自己的交友傾向。	1. 覺察自己的交友傾向 2. 理解人際關係的重要性。	1. 口語評量		
第 2 週	單元一、 人際事務所	綜-J-B1 綜-J-C2	1b-IV-2 2a-IV-1	家 Db-IV-3 輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-1	【活動二】 指尖下的滑世代(一) 分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風險。	1. 能分析各種交友管道的特色 2. 探討網路交友的風險。	1. 實作評量 2. 口語評量		
第 3 週	單元一、 人際事務所	綜-J-B1 綜-J-C2	1b-IV-2 2a-IV-1	家 Db-IV-3 輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-1	【活動二】 指尖下的滑世代(二) 分析各種交友管道的特色，探討網路交友的風險。	1. 能分析各種交友管道的特色 2. 探討網路交友的風險。	1. 實作評量 2. 口語評量	【性侵害 犯罪防治 教育】 在談及網路交友風險時，順便帶入性侵害犯罪防治之相	

								關法律規定。	
第4週	單元一、 人際事務所	綜-J-B1 綜-J-C2	1b-IV-2 2a-IV-1	家 Db-IV-3 輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-1	【活動三】 朋友的距離 釐清自己的人際界線，並尊重他人的人際界線。	1. 能釐清自己的人際界線 2. 體認尊重他人的人際界線之必要。	1. 實作評量 2. 口語評量		
第5週	單元一、 人際事務所	綜-J-B1 綜-J-C2	1b-IV-2 2a-IV-1	家 Db-IV-3 輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-1	【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		
第6週	單元一、 人際事務所 (第一次段考)	綜-J-B1 綜-J-C2 (第一次段考)	1b-IV-2 2a-IV-1 (第一次段考)	家 Db-IV-3 輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-1 (第一次段考)	【活動四】 友誼一點通 (二) 應用溝通技巧，維持正向友誼關係。 (第一次段考)	能建立並應用溝通進行正向互動，以經營友誼。(第一次段考)	1. 實作評量 (第一次段考)	(第一次段考)	(第一次段考)
第7週	單元二、 情緒我做主	綜-J-A1 綜-J-B1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【活動一】 情緒樣貌 1. 認識各種正向的情緒。 2. 覺察自己在事件中常出現的情緒。	1. 瞭解情緒對每個人的重要性 2. 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		

第 8 週	單元二、 情緒我做 主	綜-J-A1 綜-J-B1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【活動一】 情緒樣貌 1. 認識各種正 負向的情緒。 2. 覺察自己在 事件中常出現 的情緒。	1. 瞭解情緒對每 個人的重要性 2. 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		
第 9 週	單元二、 情緒我做 主	綜-J-A1 綜-J-B1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【活動一】 情緒樣貌 1. 認識各種正 負向的情緒。 2. 覺察自己在 事件中常出現 的情緒。	1. 瞭解情緒對每 個人的重要性 2. 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		
第 10 週	單元二、 情緒我做 主	綜-J-A1 綜-J-B1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【活動二】 情緒偵查站 1. 瞭解情緒發 生的原因。 2. 瞭解情緒的 不同反應。	1. 在各種情境中 觀察不同的情緒 反應 2. 瞭解情緒發生 的原因。	1. 口語評量	【家庭暴 力防治】 做好自我 情緒的掌 控， 家庭成員 能正確溝 通，互相 尊重	

第 11 週	單元二、 情緒我做 主	綜-J-A1 綜-J-B1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【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 自己心理及 生理的影 響。	1. 學習用心照顧 自己 2. 瞭解情緒對自 己心理及生理的 影響。	1. 口語評量	【家庭暴 力防治】 做好自我 情緒的掌 控， 家庭成員 能正確溝 通，互相 尊重	
第 12 週	單元二、 情緒我做 主	綜-J-A1 綜-J-B1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【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 自己心理及 生理的影 響。	1. 學習用心照顧 自己 2. 瞭解情緒對自 己心理及生理的 影響。	1. 口語評量		
第 13 週	單元二、 情緒我做 主	綜-J-A1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【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 適情緒的方 法。	1. 學習因應自己 的情緒 2. 學習調適心情 的方法。	1. 實作評量 2. 學習紀錄		

第 14 週	單元二、 情緒我做主 (第二次 段考)	綜-J-A1 綜-J-B1 (第二次段 考)	1d-IV-1 (第二次 段考)	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2 (第二次 段考)	【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 適情緒的方 法。 (第二次段考)	1. 學習因應自己 的情緒 2. 學習調適心情 的方法。 (第二次段考)	1. 實作評量 2. 學習紀錄 (第二次段 考)	(第二 次 段考)	
第 15 週	單元二、 情緒我做主	綜-J-A1 綜-J-B1	1d-IV-1	輔 Da-IV-1 輔 Da-IV-2 輔 Db-IV-1 輔 Db-IV-2	【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 適情緒的方 法。	1. 學習因應自己 的情緒 2. 學習調適心情 的方法。	1. 實作評量 2. 學習紀錄		
第 16 週	單元三、 生涯探照 燈	綜-J-A1 綜-J-A3	1c-IV-3 1a-IV-2 1c-IV-2	輔 Cc-IV-1 輔 Bc-IV-2 輔 Ca-IV-1 童 Aa-IV-2	【活動一】 做自己的主角 (一) 探索自己的興 趣、性向與生 涯類型的關 聯。	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		
第 17 週	單元三、 生涯探照 燈	綜-J-A1 綜-J-A3	1c-IV-3 1a-IV-2 1c-IV-2	輔 Cc-IV-1 輔 Bc-IV-2 輔 Ca-IV-1 童 Aa-IV-2	【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	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		

					聯。				
第 18 週	單元三、 生涯探照 燈	綜-J-A1 綜-J-A3	1c-IV-3 1a-IV-2 1c-IV-2	輔 Cc-IV-1 輔 Bc-IV-2 輔 Ca-IV-1 童 Aa-IV-2	【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		
第 19 週	單元三、 生涯探照 燈	綜-J-A1 綜-J-A3	1c-IV-3 1a-IV-2 1c-IV-2	輔 Cc-IV-1 輔 Bc-IV-2 輔 Ca-IV-1 童 Aa-IV-2	【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 的生涯發展方 向。	1. 能整合生涯類 型及其它資訊 2. 能進一步探索 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		
第 20 週	單元三、 生涯探照 燈	綜-J-A1 綜-J-A3	1c-IV-3 1a-IV-2 1c-IV-2	輔 Cc-IV-1 輔 Bc-IV-2 輔 Ca-IV-1 童 Aa-IV-2	【活動三】 打造未來之星 (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。	1. 能整合生涯 類型及其它資訊 2. 能進一步探 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		

第 21 週	單元三、 生涯探照 燈 (第三次 段考)	綜-J-A1 綜-J-A3 (第三次段 考)	1c-IV-3 1a-IV-2 1c-IV-2 (第三次 段考)	輔 Cc-IV-1 輔 Bc-IV-2 輔 Ca-IV-1 童 Aa-IV-2 (第三次段 考)	【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。 (第三次段考)	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。 (第三次段考)	1. 高層次紙 筆評量 (第三次段 考)	(第三次 段考)	(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 1 週	單元一、 性別跨時 代	綜-J-C3	1c-IV-2 3c-IV-2	輔 Cb-IV-2 輔 Dd-IV-1	【活動一】性別思 辨力(一) 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。	能指出性別刻板 印象的情形。	1. 口語評量		
第 2 週	單元一、 性別跨時 代	綜-J-C3	1c-IV-2 3c-IV-2	輔 Cb-IV-2 輔 Dd-IV-1	【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	能指出性別刻板 印象的情形。	1. 口語評量		

					反思性別刻板印象。				
第 3 週	單元一、性別跨時代	綜-J-C3	1c-IV-2 3c-IV-2	輔 Cb-IV-2 輔 Dd-IV-1	【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性別特質和專長。	1. 口語評量 2. 實作評量		
第 4 週	單元一、性別跨時代	綜-J-C3	1c-IV-2 3c-IV-2	輔 Cb-IV-2 輔 Dd-IV-1	【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性別特質和專長。	1. 口語評量 2. 實作評量		
第 5 週	單元一、性別跨時代	綜-J-C3	1c-IV-2 3c-IV-2	輔 Cb-IV-2 輔 Dd-IV-1	【活動三】性別職業萬花筒 學習身體自主權的議題，維護自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		
第 6 週	單元一、性別跨時代	綜-J-C3	1c-IV-2 3c-IV-2	輔 Cb-IV-2 輔 Dd-IV-1	【活動四】性別平等進行式 實踐破除性別偏見與歧視的行動，維持性別人格尊嚴與落實生涯發展的性別地位實質平等。	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		

第 7 週	單元一、 性別跨時代 (第一次 段考)	綜-J-C3 (第一次段 考)	1c-IV-2 3c-IV-2 (第一次 段考)	輔 Cb-IV-2 輔 Dd-IV-1 (第一次段 考)	【活動四】性別平 等進行式 實踐破除性別偏見 與歧視的行動，維 持性別人格尊嚴與 落實生涯發展的性 別地位實質平等。 (第一次段考)	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。 (第一次段考)	1. 高層次紙 筆評量 (第一次段 考)	(第一 次段 考)	(第一次 段考)
第 8 週	單元二、 愛情四季	綜-J-B1 綜-J-B3	2a-IV-1 2a-IV-2	輔 Ac-IV-2 輔 Dd-IV-2 輔 Db-IV-1	【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		
第 9 週	單元二、 愛情四季	綜-J-B1 綜-J-B3	2a-IV-1 2a-IV-2	輔 Ac-IV-2 輔 Dd-IV-2 輔 Db-IV-1	【活動二】尊重的 開始 在愛情中學習尊重 自己與對方。	1. 在愛情中學習 尊重自己與對方 2. 覺察自己的價 值觀與交友行為 是否恰當。	1. 口語評量		
第 10 週	單元二、 愛情四季	綜-J-B1 綜-J-B3	2a-IV-1 2a-IV-2	輔 Ac-IV-2 輔 Dd-IV-2 輔 Db-IV-1	【活動三】和平的 結束(一) 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		
第 11 週	單元二、 愛情四季	綜-J-B1 綜-J-B3	2a-IV-1 2a-IV-2	輔 Ac-IV-2 輔 Dd-IV-2 輔 Db-IV-1	【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		
第 12 週	單元二、 愛情四季	綜-J-B1 綜-J-B3	2a-IV-1 2a-IV-2	輔 Ac-IV-2 輔 Dd-IV-2 輔 Db-IV-1	【活動四】好好愛 自己(一) 體認生命中的各項 情感，並學習用正	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		

					向態度經營。				
第 13 週	單元二、 愛情四季 (第一次 段考)	綜-J-B1 綜-J-B3 (第一次段 考)	2a-IV-1 2a-IV-2 (第一次 段考)	輔 Ac-IV-2 輔 Dd-IV-2 輔 Db-IV-1 (第一次段 考)	【活動四】好好愛 自己(二) 體認生命中的各項 情感，並學習用正 向態度經營。 (第一次段考)	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。 (第一次段考)	1. 實作評量 (第一次段 考)	(第一 次段 考)	(第一 次 段考)
第 14 週	單元三、 職業面面 觀	綜-J-A3 綜-J-A1	1c-IV-2 1c-IV-3	輔 Cb-IV-2 輔 Cb-IV-1 輔 Bb-IV-2	【活動一】繽紛職 業秀 瞭解現今社會中的 各類行業。	1. 透過活動瞭解 目前社會上的職 業現況 2. 從中挑選出自 己有興趣和不感 興趣的職業。	1. 口語評量		
第 15 週	單元三、 職業面面 觀	綜-J-A3 綜-J-A1	1c-IV-2 1c-IV-3	輔 Cb-IV-2 輔 Cb-IV-1 輔 Bb-IV-2	【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。	1. 運用科技網路搜 索職業資訊 2. 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		
第 16 週	單元三、 職業面面 觀	綜-J-A3 綜-J-A1	1c-IV-2 1c-IV-3	輔 Cb-IV-2 輔 Cb-IV-1 輔 Bb-IV-2	【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。	1. 運用科技網路搜 索職業資訊 2. 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		
第 17 週	單元三、 職業面面 觀	綜-J-A3 綜-J-A1	1c-IV-2 1c-IV-3	輔 Cb-IV-2 輔 Cb-IV-1 輔 Bb-IV-2	【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。	1. 運用活動來瞭解 職業所需的專業 素養 2. 能體會工作對個 人的生涯意義。	1. 口語評量 2. 實作評量		

第 18 週	單元三、 職業面面 觀	綜-J-A3 綜-J-A1	1c-IV-2 1c-IV-3	輔 Cb-IV-2 輔 Cb-IV-1 輔 Bb-IV-2	【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。	1. 運用活動來瞭解 職業所需的專業 素養 2. 能體會工作對個 人的生涯意義。	1. 口語評量 2. 實作評量		
第 19 週	單元三、 職業面面 觀	綜-J-A3 綜-J-A1	1c-IV-2 1c-IV-3	輔 Cb-IV-2 輔 Cb-IV-1 輔 Bb-IV-2	【活動四】我的未 來我做主 探索職業變化與自 我的關聯，以及應 有的準備。	1. 運用活動來評估 職業工作的狀況 2. 能透過活動規劃 個人未來的生涯 進路選擇。	1. 高層次紙 筆評量		
第 20 週	單元三、 職業面面 觀 (第三次 段考)	綜-J-A3 綜-J-A1	1c-IV-2 1c-IV-3	輔 Cb-IV-2 輔 Cb-IV-1 輔 Bb-IV-2	【活動四】我的未 來我做主 探索職業變化與自 我的關聯，以及應 有的準備。	1. 運用活動來評估 職業工作的狀況 2. 能透過活動規劃 個人未來的生涯 進路選擇。	1. 高層次紙 筆評量		