

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

112 學年度嘉義縣新港國民中學七年級綜合輔導教學計畫表 設計者：李筱涓

一、教材版本：康軒版教材

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					
第一周	第五主題晉級的國中生 第1單元國中 有意思	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。 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。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	1. 覺察個人升上國中的感受，以及正向特質、興趣與多元能力，與同儕交流產生正向連結。 2. 認識青少年身心的發展歷程及國中生活，歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。	1. 能透過名片卡進行互動與交流，分享自己與同學的個人資訊，以及對班級整體的想像。 2. 能透過填寫我的黃金組合，檢視並分析個人特質、興趣與多元能力與國中生活的速配性。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第二周	第五主題晉級的國中生 第1單元國中 有意思	分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	1. 覺察個人升上國中的感受，以及正向特質、興趣與多元能力，與同儕交流產生正向連結。 2. 認識青少年身心的發展歷程及國中生活，歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。	1. 透過閱讀及繪製心智圖，覺察並分析青少年身心發展歷程與調適狀態。 2. 透過小隊討論與瀏覽學校行事曆，促進並澄清對國中生活的認識。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

第三周	第五主題晉級的國中生 第1單元國中有意思		1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	1. 覺察個人升上國中的感受，以及正向特質、興趣與多元能力，與同儕交流產生正向連結。 2. 認識青少年身心的發展歷程及國中生活，歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。	1. 能透過親朋好友及學長姐的經驗談，歸納並分析自己對國中生活的期許與努力。 2. 能透過角色的創作與文字說明，分析個人面對國中所具備的優勢條件，並評估準備狀態。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第四周	第五主題晉級的國中生 第2單元國中方程式	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。 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-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	1. 透過課本第 96 頁社群網站貼文及「校園狀況與因應篇」的討論，分享交流校園生活的各種狀況。 2. 透過「幹部資源～人事地」活動，蒐集、分析及開發學校各項資源。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第五周	第五主題晉級的國中生 第2單元國中方程式	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。		輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	1. 小隊討論與交流對校園各空間的熟悉程度，進而分析各空間可運用的資源。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第六周	第五主題晉級的國中生			輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生生活的重要性。	1. 能藉由校園處室闖關活動，進行校園走訪，探索校園環境並有	1. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

	第 2 單元 國中 方程式			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。	2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	效蒐集、開發學校各項資源。		涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第七周	第五主 題晉級 的國中 生 第 2 單元 國中 方程式	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。 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。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能	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。 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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	1. 能設計關鍵提示，分享資源運用的經驗，分析及開發學校各項資源。	1. 口語 評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第八周	第五主 題晉級 的國中 生 第 2 單元 國中 方程式	分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	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。 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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	1. 能評估各項資源對校園狀況的適用時機，並完成「校園資源守護網」。	1. 高層 次紙筆 評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第九周	第五主 題晉級 的國中 生 第 3 單元 學習 快易通		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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。	1. 全班與隊間透過腦力激盪及討論，探究國中課業學習可能會面對的各項挑戰，並擬定因應各項	1. 口語 評量 2. 高層 次紙筆 評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。	科技

			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。	應與克服困境的方法。	4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	學習挑戰的方法。 2. 能根據自己學習的狀態，產出自己專屬的學習新配方。		涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	
第十周	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通	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。 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。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	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。 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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	1. 透過活動體驗，說出提升專注力的具體方法。 2. 能蒐集專注力的方法，和同學分享討論，並擇適切方法嘗試練習。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	科技
第十一周	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通		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。 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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	1. 能藉由體驗活動，覺察動靜轉換時身體感覺、情緒等差異。 2. 能從呼吸練習中，覺察分心時刻可以利用呼吸將專注力拉回來。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	科技
第十二周	第五主題晉級的國中生	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。	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。 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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。	1. 能評估和檢視自己時間運用、專心的狀態，並	1. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	科技

	第3單元學習快易通	我價值，實踐生命意義。 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。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	進而克服生活逆境。 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 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	完成「番茄鐘工作表」。	2. 高層次紙筆評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	
第十三周	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通	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。 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。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	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。 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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	1. 能透過線上學習體驗，寫下課堂學習與線上學習的差異，應用線上學習幫助自己學習。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	科技
第十四周	第五主題晉級的國中生 第3單元學習快易通	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。 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-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 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。	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。	1. 能透過線上學習體驗，寫下課堂學習與線上學習的差異，應用線上學習幫助自己學習。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	科技

		綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	出合宜的決定與運用。		6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。			融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。
第十五周	第六主題生涯尋寶趣 第1單元生涯尋寶我最行	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 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不同階段的生涯角色與任務。 2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。	1. 透過實作「生涯出任務」及「分享與省思」，回顧並試探自己在不同階段的生涯角色與任務。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。
第十六周	第六主題生涯尋寶趣 第1單元生涯尋寶我最行	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 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不同階段的生涯角色與任務。 2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。	1. 能透過活動、分享及省思中，完成個人的周哈里窗，以統整及覺察自我的特質。	1. 實作評量	【生涯規畫教育】 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 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。
第十七周	第六主題生涯尋寶趣 第2單元我的生涯多寶閣	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 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. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。 2. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。 3. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據此規畫個人生涯檔案的藍圖。 4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。	1. 能透過小隊討論，分析運用生涯金三角進行生涯探索的可行具體做法。 2. 能回到自身思考，從眾多具體做法中評估適合自己的做法。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。

					5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。				
第十八周	第六主題生涯尋寶趣第2單元我的生涯多寶閣	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 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. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。 2. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。	1. 能回顧自己成長過程，掌握生涯檔案製作要領，發揮個人創意、展現個人特色，思考規畫生涯檔案的內容。	1. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第十九周	第六主題生涯尋寶趣第2單元我的生涯多寶閣	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 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。	3. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據此規畫個人生涯檔案的藍圖。 4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。	1. 能進行生涯檔案製作，並能透過自評與他評，掌握製作生涯檔案的要領，回顧個人成長歷程，增進對自我的認識。	1. 實作評量	【生涯規畫教育】 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 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第二十周	第六主題生涯尋寶趣第2單元我的生涯多寶閣	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 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. 能檢視在主題課程中達成各個學習描述情形。	1. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第二十一周	複習全冊 複習全冊	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，覺察並分析影響個	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。	1. 覺察個人升上國中的感受，以及正向特質、興趣與多元能力，與同儕交流產生正向連結。	1. 複習輔導第五、六主題。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 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。	科技

		<p>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。</p> <p>綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。</p>	<p>人成長因素及調適方法。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p> <p>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。</p> <p>輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2. 認識青少年身心的發展歷程及國中生活，歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。 3. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 4. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 5. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。 6. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 7. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 8. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 9. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 10. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 11. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。 12. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不同階段的生涯角色與任務。 13. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。 14. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。 15. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮 		<p>3. 高層次紙筆評量</p>	<p>涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>	
--	--	--	---	---	---	--	-------------------	---	--

					創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。 16. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 17. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。				
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

第二學期

	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					
第一周	第五主題 征服學習王國 第1單元 踏上學習之旅	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 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分享國中階段的學習經驗，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決。 3. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並設定學習目標，擬定學習計畫，建立自主管理的能力。 	1. 能透過「學習達人祕笈」的討論，整理出實踐學習方法的經驗，以調整自己的學習方法。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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。	健康與體育
第二周	第五主題 征服學習王國 第1單元 踏上學習之旅	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。	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 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。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分享國中階段的學習經驗，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決。 3. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並設定學習目標，擬定學習計畫，建立自主管理的能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能透過小隊報告「學習達人祕笈」，找出適合自己的學習方法，填寫「我的修練筆記欄」，並嘗試在生活中付諸行動。 2. 能嘗試填寫「我的學習計畫書」，為小考設立適合的學習目標及執行計畫，練習在生活中培養自主學習與管理的能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量 	【生涯規畫教育】 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。	健康與體育

第三周	第五主題 征服學習王國 第2單元 學習玩家登入	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。	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-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。	1. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2. 運用多元能力擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習模式，執行學習計畫，並運用多元能力及學習模式提升學習效率。	1. 能透過班級重要事務的討論，展現自己的優勢能力。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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。	健康與體育
第四周	第五主題 征服學習王國 第2單元 學習玩家登入	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。	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 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	1. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2. 運用多元能力擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習模式，執行學習計畫，並運用多元能力及學習模式提升學習效率。	1. 能透過班級重要事務的討論，展現自己的優勢能力。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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。	健康與體育
第五周	第五主題 征服學習王國 第2單元 學習玩家登入	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。	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。		1. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2. 運用多元能力擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習模式，執行學習計畫，並運用多元能力及學習模式提升學習效率。	1. 填寫「學習計畫書檢核表」，檢核自己的學習目標是否達成，並能運用多元能力及學習模式改善讀書計畫，以達到最佳學習效果。	1. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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。	健康與體育
第六周	第五主題 征服學習王國 第3單元 大學習家	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 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1. 能與小隊透過「玩家的學習歷程圖」與「玩家的學習寶物」分析，掌握自主學習的重要態度與方法。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】 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。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	健康與體育

第七周	第五主題 征服學習王國 第3單元 大學習家	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 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1. 能以漫畫方式回顧個人過往自主學習經驗，並於小隊中分享。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 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。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	健康與體育
第八周	第五主題 征服學習王國 第3單元 大學習家	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 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1. 能完成「我的學習絆腳石」表格，整理自主學習經常遭遇的問題與原因，並透過小隊接力實作「解決問題妙點子」，找出提升自主學習成效的方法。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 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。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	健康與體育 社會
第九周	第五主題 征服學習王國 第3單元 大學習家	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。		1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1. 能透過完成「人生必學清單」與「我的學習藍圖」，展現個人終身自主學習的計畫與目標。	1. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	健康與體育
第十周	第五主題 征服學習王國 第3單元 大學習家	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。		1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1. 能透過完成「人生必學清單」與「我的學習藍圖」，展現個人終身自主學習的計畫與目標。	1. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 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。 融入 SDG4 優良教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。	健康與體育
第十	第六主題 讓心更靠近	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	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。	1. 能配合指令，完成動作任務。	1. 實作評量	【人權教育】	健康與體育

一周	第1單元我想更懂你	同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	2. 能說出身為說話者或接收者，在溝通過程中需注意之事項。	2. 口語評量	人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	
第十二周	第六主題讓心更靠近第1單元我想更懂你	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	1. 能說出不同角色的想法或反應、需求及感受。 2. 能說出運用同理心的溝通效果。 3. 能依循句型的引導，練習具有「同理心」的表達方式。	1. 口語評量 2. 實作評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育
第十三周	第六主題讓心更靠近第1單元我想更懂你	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	1. 口語評量 2. 實作評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育
第十四周	第六主題讓心更靠近第1單元我想更懂你	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	1. 口語評量 2. 實作評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育
第十五周	第六主題讓心更靠近第1單元我想更懂你	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	1. 能說出運用「我訊息」的溝通效果。 2. 能依循句型的引導，練習「我	1. 口語評量 2. 實作評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育

	第1單元我想更懂你	巧，促進良好的人際互動。	正向的態度經營人際關係。	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	訊息」表達方式。			
第十六周	第六主題讓心更靠近第2單元溝通零距離	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 3. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 4. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經驗，並運用在溝通上，建立正向的人際關係。	1. 能分析、歸納和他人吵架的可能事件及原因，並提出化解之道。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育
第十七周	第六主題讓心更靠近第2單元溝通零距離	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 透過小組討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 透過小組討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育
第十八周	第六主題讓心更靠近第2單元溝通零距離	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 透過小組討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 透過小組討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育 社會

第十九周	第六主題讓心更靠近第2單元溝通零距離	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-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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 3. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 4. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經驗，並運用在溝通上，建立正向的人際關係。	1. 透過小隊討論，完成個人修改後的溝通對話實錄之實作。 2. 透過討論與省思具體行動實踐後成功與失敗的因素，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育
第二十周	第六主題讓心更靠近第2單元溝通零距離	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-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。			1. 透過暖心小語的實作活動，覺察與分析經營人際關係的多元做法。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	健康與體育

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。