

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

113 學年度嘉義縣梅山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： 洪慈雲 老師

一、教材版本：翰林 版第 一、二 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 (學習引導內容及實施方式)	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 國中生友 會	綜-J-C2 綜-J-B3	2b-IV-1 1b-IV-2	輔 Dc-IV-2 輔 Ca-IV-1	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。	<活動 1>新班集合啦 一、教師引導與說明 讓學生左右小聲討論，思考課本 92 頁之問題。 二、活動進行—認識我的同班同學 三、打造主題班級	學生自評 教師評量		
第 2 週	單元一 國中生友 會	綜-J-C2 綜-J-B3	2b-IV-1 1b-IV-2	輔 Dc-IV-2 輔 Ca-IV-1	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。	<活動 2>國中、國小不一樣 一、教師引導與說明 認識同學後，你覺得國中生活和國小有哪些不同呢？周遭的親朋好友對你的期待有什麼不一樣嗎？	學生自評 教師評量		

						二、活動進行-國中 國小不一樣			
第 3 週	單元一 國中生友會	綜-J-C2 綜-J-B3	2b-IV-1 1b-IV-2	輔 Dc-IV-2 輔 Ca-IV-1	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。	<活動 2>國中、國小不一樣 三、不一樣的適應與應對方式	學生自評 課本	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 與同學討論國中、國小有什麼樣的差異，並進行程度評分及記錄，覺察自己的適應狀況。	
第 4 週	單元二 交流站	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2	認識校園各處室業務的考驗活動，提升學生對國中生活的熟悉度，建立校園歸屬感。	<活動 1>校園進行曲 一、教師引導與說明 二、活動進行—教務處與輔導室 三、教師總結歸納	多元化評量		
第 5 週	單元二 師生交流站	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2	認識校園各處室業務的考驗活動，提升學生對國中生活的熟悉度，建立校園歸屬感。	<活動 2>資源伴我行 一、教師引導與說明 二、活動進行—學務處與總務處 三、教師總結歸納	多元化評量		

第 6 週	單元二 師生交流 站	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2	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。	<活動 2>資源伴我行 (續上節) 一、活動說明 二、活動進行 認識各處室各組業務 三、小結 透過老師們的經驗， 讓自己學習得更好的 捷徑。	多元化評量		
第 7 週	單元三 國中萬事 通 (第一次 段考)	綜-J-C2 (第一次段 考)	1b-IV-2 2b-IV-2 (第一次 段考)	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2 (第一次段 考)	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 的狀況及因應方 法，並學習運用資 源。 (第一次段考)	<活動 1>我的國中藍 圖 一、活動說明 能先為國中生活設定 一些目標，加上具體 的行動，相信我們的 國中生活會更精彩豐 富。 (第一次段考)	多元化評量 (第一次段 考)		
第 8 週	單元三 國中萬事 通	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2	透過活動，協助學 生發現國中生活之 適應問題及因應方 法，並學習運用資 源。	<活動 1>我的國中藍 圖 一、活動說明 二、活動進行 請同學思考如果要在 國中三年完成這些目 標，自己應該要做什 麼準備，並與小組伙 伴分享。	學生互評 教師評量		
第 9 週	單元 師生交流 站	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2	透過活動協助學生 了解自己在班級扮 演的角色，且能具 體提出班級共好之 改善方法，並予以 實踐。	<活動 3>同舟共濟 一、教師引導與說明 二、活動進行—愛班 行動計畫 三、教師總結歸納。	多元化評量		

第 10 週	單元三國中萬事通	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2 輔 Bb-IV-2	透過活動引導學生思考國中想完成的目標。	<活動 2>咖啡館探索 活動二：咖啡館探索 一、活動說明 二、活動進行—時間 咖啡館探索番茄鐘工作法 三、教師總結歸納	多元化評量		
第 11 週	單元三國中萬事通	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2 輔 Bb-IV-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。	<活動 2>咖啡館探索 活動二：咖啡館探索 一、活動說明 二、活動進行 談身體界線 三、教師總結歸納	學習單評量		
第 12 週	單元三國中萬事通	綜-J-C2	1b-IV-2 2b-IV-2	輔 Db-IV-1 輔 Dc-IV-2 輔 Bb-IV-2	透過資源分享協助學生運用資源，並予以在日常生活中實踐。	<活動 2>咖啡館探索 活動二：咖啡館探索 一、活動說明 探討各咖啡館議題，從中獲得更多元的學習。 <活動 3>咖啡館實踐 一、活動說明 經由這單元的學習，我的成長如何呢？有哪些是仍需要努力及繼續行動的呢？ 二、教師總結歸納	學生互評 教師評量		

第 13 週	單元一 神秘魔法石	綜-J-A1	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-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。	<活動 1>我的神秘書櫃 一、教師引導與說明 二、活動進行—簡單統整出學生常使用的認識自己之方式。 三、教師總結歸納	多元化評量	【生命教育】 透過多種方法探索自我，促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	
第 14 週	單元一神秘魔法石 (第二次段考)	綜-J-A1 (第二次段考)	1c-IV-1 (第二次段考)	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1 (第二次段考)	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。 (第二次段考)	<活動 1>我的神秘書櫃 一、教師說明 二、活動進行—請小組準備一項認識自己的方式。 三、教師總結歸納 (第二次段考)	多元化評量 (第二次段考)		
第 15 週	單元一神秘魔法石	綜-J-A1	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	透過活動引導學生了解並認識班上同學。	<活動 2>拼出我自己 一、教師引導與說明 二、活動進行—自我特質寫與猜 三、教師總結歸納	多元化評量		
第 16 週	單元一神秘魔法石	綜-J-A1	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	藉由同學相互回饋，探索個人特質，澄清自我概念。	<活動 3>揭開神秘面紗 一、教師引導與說明 二、活動進行—個人特色思考 三、教師總結歸納	多元化評量		

第 17 週	單元一神祕魔法石	綜-J-A1	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	藉由同學相互回饋，探索個人特質，澄清自我概念。	<活動 3>揭開神祕面紗 一、教師引導與說明 二、活動進行——同學眼中的我 三、教師總結歸納	多元化評量		
第 18 週	單元一神祕魔法石	綜-J-A1	1c-IV-1	輔 Aa-IV-1 輔 Ab-IV-1	藉由同學相互回饋，探索個人特質，澄清自我概念。	<活動 3>揭開神祕面紗 一、教師引導與說明 二、活動進行——周哈里窗 三、教師總結歸納	多元化評量		
第 19 週	單元二生涯水晶球	綜-J-A1	1c-IV-1	輔 Ca-IV-1 輔 Ca-IV-2 輔 Cb-IV-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。	<活動 1>生涯夢想家 一、教師引導與說明 二、活動進行——名人偶像大集合 三、教師總結歸納	多元化評量		
第 20 週	單元二生涯水晶球	綜-J-A1	1c-IV-1	輔 Ca-IV-1 輔 Ca-IV-2 輔 Cb-IV-1	探討影響個人生涯規畫的因素，以建立初步之生涯願景。 建構個人生涯檔案，分享及省思個人成長歷程。	<活動 2>我的生涯軌跡 一、教師引導與說明 二、活動進行——生涯檔案動手做 三、教師總結歸納	多元化評量		

第 21 週	單元二生涯水晶球 (第三次段考)	綜-J-A1 (第三次段考)	1c-IV-1 (第三次段考)	輔 Ca-IV-1 輔 Ca-IV-2 輔 Cb-IV-1 (第三次段考)	探討影響個人生涯規畫的因素，以建立初步之生涯願景。 建構個人生涯檔案，分享及省思個人成長歷程。 (第三次段考)	<活動 2>我的生涯軌跡 一、教師引導與說明 二、活動進行—生涯檔案動手做 三、教師總結歸納 (第三次段考)	多元化評量 (第三次段考)	(第三次段考)	(第三次段考)
第 22 週	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式

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 (學習引導內容及實施方式)	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：學習探險家	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	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 一、賓果遊戲 1. 活動說明 2. 活動進行—學習意義 bingo 3. 活動省思與小結 二、學習歷程 1. 活動說明 2. 活動進行—學習經驗分享與討論 3. 活動省思與小結	學生自評 教師評量		

第 2 週	單元一： 學習探險 家	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	能覺察自己的多元智慧的傾向，且展現個人的多元智慧。	活動二 多元智慧學習家 一、冒險旅行團 1. 活動說明 2. 活動進行—露營角色擔當 3. 活動小結 二、多元智慧檢核表 1. 活動說明 2. 活動進行—多元智慧檢核表 3. 活動小結 三、下週課程預告	學生自評 教師評量		
第 3 週	單元一： 學習探險 家	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 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。	活動二 多元智慧學習家 一、多元才藝秀 1. 活動說明 2. 活動進行—才藝表演 3. 活動小結 二、多元智慧學習方式連連看 1. 活動說明 2. 活動進行—多元智慧學習方式 3. 活動省思與小結	多元化評量		

第 4 週	單元一： 學習探險 家	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	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。	活動三 學習有妙方 一、學習習慣掃描 1. 引起動機 2. 發展活動—學習習 慣的助力與阻力 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 5 週	單元一： 學習探險 家	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	能分析學習困 擾，探索各種學 習方法，來改善 學習困擾。	活動三 學習有妙方 一、學習困擾知多少 1. 引起動機 2. 發展活動—學習困 擾曼陀羅 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 6 週	單元一： 學習探險 家	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-1 輔 Bb-IV-1 輔 Ba-IV-2	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 一、學習錦囊 1. 引起動機 2. 發展活動—學習錦 囊心智圖 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 7 週	單元二： 學習加油 站 (第一次 段考)	綜-J-A2 (第一次段 考)	1b-IV-1 (第一次 段考)	輔 Ba-IV-2 輔 Bb-IV- 2 家 Ca-IV-1 (第一次段 考)	能表達個人學習 目標與時間管理 相關問題的經驗 (第一次段考)	活動一 靜心學習 1. 引起動機 2. 發展活動—靜心、個 人目標魚骨頭 3. 活動省思與小結 (第一次段考)	學生自評 教師評量 (第一次段 考)	(第一次 段考)	(第一次 段考)
第 8 週	單元二： 學習加油 站	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-2 輔 Bb-IV- 1 輔 Ba-IV-1	能依據個人目標 與計畫，進行實 踐，評估實踐後 的效果後，調整	活動二 學習高手 1. 引起動機 2. 發展活動—時間規 劃與 N 字法則	學生自評 教師評量		

					自己未來持續實踐的策略，以解決學習上遇到的問題	3. 活動省思與小結			
第 9 週	單元二： 學習加油站	綜-J-A2	1b-IV-1 1a-IV-2	輔 Ba-IV-2 輔 Bb-IV- 1 輔 Ba-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，並執行計畫。	活動三 實踐我最行 1. 引起動機 2. 發展活動—自主學習計畫與實踐紀錄表、PDCA 3. 活動省思與小結	學生自評 教師評量		
第 10 週	單元一： 友誼智多星	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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 1. 引起動機 2. 發展活動—你好，我的朋友 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 11 週	單元一： 友誼智多星	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	1. 透過討論與分享歡迎與不受歡迎的行為舉止和原因，藉以評估自身行為的恰當性。 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。	活動二 人際增強秘笈 1. 引起動機 2. 發展活動—行為檢視便利貼 3. 活動省思與小結	多元化評量		

第 12 週	單元一： 友誼智多 星	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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 我的友誼存摺 1. 引起動機 2. 發展活動—友誼存 摺 in & out 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 13 週	單元一： 友誼智多 星	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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 1. 引起動機 2. 發展活動—交友達 人 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 14 週	單元一： 友誼智多 星 (第二次 段考)	綜-J-C2 (第二次段 考)	2a-IV-1 (第二次 段考)	輔 Dc-IV-1 (第二次段 考)	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。 (第二次段考)	活動三 揭開網路面紗 1. 引起動機 2. 發展活動—網路社 會線 3. 活動省思與小結 (第二次段考)	學生自評 教師評量 (第二次段 考)	【性侵害 犯罪防治 教育】 性侵害犯 罪之認識 及影響， 尊重他人 性自主 權，避免 觸法。	
第 15 週	單元一： 友誼智多 星	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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 1. 引起動機 2. 發展活動—網路社 會線 3. 活動省思與小結	學生自評 教師評量		

第 16 週	單元二： 人際百寶箱	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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。	活動一 專注傾聽 1. 引起動機 2. 發展活動—你說我聽 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 17 週	單元二： 人際百寶箱	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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 1. 引起動機 2. 發展活動—我訊息 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 18 週	單元二： 人際百寶箱	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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 1. 引起動機 2. 發展活動—三明治說話法 3. 活動省思與小結	多元化評量		
第 19 週	單元二： 人際百寶箱	綜-J-C2	2a-IV-1	輔 Dc-IV-1	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 1. 引起動機 2. 發展活動—小人際劇場 3. 活動省思與小結	多元化評量		

[illegible]