貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

一、領域/科目:□語文(□國語文□英語文□本土語文/臺灣手語/新住民語文)□數學

□自然科學(□理化□生物□地球科學) □社會(□歷史□地理□公民與社會)

□健康與體育(□健康教育□體育) □藝術(□音樂□視覺藝術□表演藝術)

□科技(□資訊科技□生活科技) ■綜合活動(□家政□童軍■輔導)

二、教材版本:康軒版第1、2冊

三、本領域每週學習節數:1節

四、本學期課程內涵:

第一學期:

11.00	m - 1- 1-	學習領域	學習重點		d2 n2 - 1-	教學重點(學習			跨領域統整
教學進度	單元名稱	核心素養	素養 學習表現	學習內容	學習目標	引導內容及實施 方式)	評量方式	議題融入	規劃 (無則 免填)
第 1 週	第級第十 有意思 中有 意思	綜與能促發我生綜學究與養的適 J-A發善生,值意-A目元習自力的 報表資適思實。釐,思法學運略 探我資適思實。釐,思法學運略 索潛源性自踐 清探考,習用,	1a-IV-1 索庭程分人及法 探家過並個素	輔 Ab-IV-1 青少年身調 展歷程與調 適 pd-IV-1 尊重多。	1.上受特多同正 2.身程活析中與覺國,質元儕向認心及,自生調察中以、能交連識的國歸已活適個的及興力流結青發中納面的方人感正趣,產。少展生並對期法升 向與與生 年歷 分國許。	1. 能透過與與同人 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1. 口語評量 2. 高層 筆評量	【教涯自與涯自特觀涯性規係生育J己與J己質。J5別畫。涯】覺能。了人價 探生關 以6 與的 涯月間	

第五主題	輔 Ab-IV-1	1. 覺察個人升	1. 透過閱讀及繪製	1. 口語評量	立對於未來 生涯的願 景。 【生涯規畫	
級的 1 章 思 第 2 週	青少年身調 一種 一類 一類 一類 一類 一類 一類 一類 一類 一類 一類 一類 一類 一類	上受特多同正2.身程活析中與國,質元儕向認心及,自生調中以、能交連識的國歸已活適的及興力流結青發中納面的方處正趣,產。少展生並對期法。向與與生 年歷 分國許。	心析歷 2. 瀏促生物 人名 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19	2. 高層次紙筆評量	教涯自與涯自特觀涯性規係涯對涯育J3已與J己質。J5別畫。J於的覺能。了人價 探生關 建來景察力 解格值 索涯 立生。	

		生活中重要事 務。							
第 3 週	第級第中五的1有主國單意	深與能促發我生綜學究與養的適解題綜科媒並斷進生務了開,進展價命了習多學成能當決。 J 技體能其而活。1 自用涯省,義2 標的方主,策活 2 資資析切效重探我資適思實。釐,思法學運略議 善訊源及性執要索潛源性自踐 清探考,習用, 用與,判,行事	1a-IV-1 自發,析成調。 1 與的察響因方 探家過並個素	輔Ab-IV-1 青少年程 題 輔 Dd-IV-1 尊重異。	1.上受特多同正 2.身程活析中與營國,質元儕向認心及,自生調解中以、能交連識的國歸已活適個的及與力流結青發中納面的方人感正趣,產。少展生並對期法升 向與與生 年歷 分國許。	1. 是歸納國門 2. 能透過納納 2. 能數學 4. 數學 4. 數學 5. 能數學 5. 能數學 6. 數學 6. 数學 6.	1. 口語評支 2. 高子 章	【教涯自與涯自特觀涯性規係涯對涯生育J已與J己質。J別畫。J於的涯 別鄉。了人價 探生關 建來景 新光 解格值 索涯 立生。	
第4週	第五主題晉 級的國中 第2單元國 中方程式	綜-J-A1 線-J-A1 網	1b-IV-2 用問題, 策活克克 進五 進題 進題 進題 進題 進題 進	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	1. 觀察存種思 活的,覺察種狀 、園環 、園環 、園 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	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。	1. 口語評量	【生涯規畫 教育】 涯 J3 覺察 自己與與 與 J4 了解	

	學習目標,探 析及胃究多元的思考 項資源	集、分 因應與克服困 開發各 境的方法。 原,做 宜的決	性 2. 境析各 3. 校學估源的完守相正。探並及項運資習校對適成護互。索蒐開資用源經園校用校網分校集發源一並驗各園時園,享園、學。項分,項狀機資並與環分校 學享評資況,源能修	2.透過「幹部資源, 幹部資源, 東大多項資源。		自特觀涯性規係涯對涯已質。J5 與的畫。J6 未願條 探生關 建來景。 企業不過, 企業不過, 企業不過, 企業, 企業, 企業, 企業, 企業, 企業, 企業, 企業, 企業, 企業	
第五主。級第二方程,如 第 5 週	題晉 綜-J-A1 探索 Ib-IV 索 開	克服生 竟。 生活議題的問 一2 有 集、分 以應與克服困 境的方法。 原,做 宜的決	1.活況校室生性 2.境析各 3.校學觀的,園資活。探並及項運資習察各覺環源的 索蒐開資用源經校種察境對重 校集發源一並驗園狀熟與國要 園、學。項分,生 悉處中 環分校 學享評	1. 小隊討論與克 納 對程度 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明	1. 口語評量	【教涯自與涯自特觀涯性規係涯生育J3的趣4的與 5別畫。 5人價 探生關建 9分類 9人價 探生關建 9人價 深生關 建 10分割 9人價 20分割 9人價 20分割 9人價 20分割 9分割 9分割 9分割 9分割 9分割 9分割 9分割 9分割 9分割 9	

第五主題晉 級的國中生 第2單元國 中方程式	解決生活議題。 綜-J-B2 善用 科技等等資資源, 並其高級 が選手がでする。 二月-B2 善用 科技等等資源, が選手がでする。 二月-A1 探索 の場所がでする。 二月-A1 探索 の場所がでする。 二月-A1 探索 の場所がでする。 には、 ののでは、 の	輔 Bb-IV-2 學習資源探索 與資訊整合運 用。 輔 Db-IV-1 4 汪 共 5 4 18	估源的完守相正 人 人 大 大 大 大 大 大 大 大 大 天 天 名 人 、 大 、 大 、 大 、 大 、 大 、 大 、 大 、 大 、 大 、	1. 能藉由校園處室 闖關活動,探索校園 環境並有效蒐集 開發學校各項資源。	1. 實作評量	對涯 於的 上 生育 了 了 已 典 上 是 別 別 的 趣 。 是 の 是 の 是 の 。 の の の の の の の の の の の の	
第 6 週	我生綜學究與養的適解題綜科媒並斷進 實。看分各做決。 有分各做決。 有分各做決。 有分各做決。 有分各做決。 有分各做決。 有分各做決。 有分子 有分子 有分子 有分子 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有	生活議題的危服、克服、克服、克服、克服、克服、克服、克服、克服、克服、克服、克服、克服、克服	生性 2. 境析各 3. 校學估源的完守相正活。 探並及 項運資習校對適成護互。的 索蒐開資用源經園校用校網分重 校集發源一並驗各園時園,享要 園、學。 項分,項狀機資並與要 環分校 學享評資況,源能修			涯自特觀涯性規係涯對涯J4的與 5 別畫。J6 未願了人價 探生關 建來景解格值 索涯 立生。	

	段第五的 2 第五的 2 方第 週 單程一式 式 字 第 週 】	生務 二月-A1 全 展 價 命 二 習 名 中	1b-IV-2 用版 生進活 2c-I	輔Bb-IV-2 學與資訊 學資訊。 期Db-IV-1 生類應 對方 對 對 對 對 對 對 對 則 對 對 則 對 對 則 對 對 則 對 對 則 對 對 則 對 對 則 的 是 的 的 是 的 的 是 的 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是	1. 觀客各質環路 整生性 光	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	【教涯自與涯自特觀 理 是育3的趣 了 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	
第7週		究與養的適解題綜科媒並斷進生務多學成能當決。 J-技體能其而活。而了主,策活 2 資資析切效重思法學運略議 善訊源及性執要思 出, 用與,判,行事	出合運用。		析各3.校學估源的完守相正別項運資習校對適成護互。開資用源經園校用校網分發源一並驗各園時園,享學。項分,項狀機資並與校學享評資況,源能修			准性規係 涯對涯 知畫。 J 6 未願 建來景 立生。	
第 8 週	第五主題晉 級的國中生 第2單元國 中方程式	綜-J-A1 探門 與開, 其 與開, 其 是 是 是 是 , , 進 展 , , 進 展 , , 復 , , 進 , , , 進 , , 進 , , 作 , , 作 , , 作 , , 任 有 , 。 任 。 任 。 任 。 任 。 任 。 任 。 任 。 任 。 任 。	1b-IV-2 運 用問題, 策略, 進五克, 進而克境。 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	1. 觀察校園生活的各種狀況,覺察與處室資源對國中生活的重要	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	

	生綜學究與養的適解題綜科媒並斷進生務命J習多學成能當決。J技體能其而活。竟A 目元習自力的生 B、等分適有中義2標的方主,策活 2 資資析切效重。釐,思法學運略議 善訊源及性執要清探考,習用, 用與,判,行事	2c-IV-2 有 效析 項及 資合 選用 源 宜 運用 。	題解決、危機因境的方法。	性 2. 境析各 3. 校學估源的完守相正。索蒐開資用源經園校用校網分校集發源一並驗各園時園,享園、學。項分,項狀機資並與環分校 學享評資況,源能修			自特觀涯性規係涯對涯已質。J5別畫。J6未願人價 探生關 建來景格值 索涯 立生。	
第五主題晉 第四	深與能促發我生綜學究與養的適一AI ,進展價命一習多學成能當一日,實善生,值意-AI 目而習自力的日期涯省,義2 標的方主,策探我資適思實。釐,思法學運略索潛源性自踐 清探考,習用,	1b-IV-B,議生進活 2c效析項出定2 解處題服。 2、發,的用運決理,生有分各做決。	輔Bb-IV-2 舉學與用輔生題因境 會訊。Db-IV-1 對資訊。 對方話解應的 是 一一 的 是 一 一 一 的 一 一 的 是 過 形 一 的 一 的 。 他 的 。 他 的 。 他 的 。 他 的 。 他 的 。 他 的 他 的	1.習挑因的2.力注影為注並享擔,各法察並對。究的相國的並項。專了學一提策互國的並項。專了學一提策互與大學項定戰。 專的 專, 語	1. 全班 照 是 理 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1. 口語評量 2. 高層次紙 筆評量	【教涯自與涯自特觀涯性規係涯生育J3的趣 JO質。 J 別畫。 G規 覺能。了人價 探生關 建氯 察力 解格值 索涯 立	科技

	第五主題晉	解題 綜-J-B2 資資析切效重	1b-IV-2 運	輔 Bb-IV-2	動狀靜方5.番法運理6.課上異的並在境別,態轉法認茄,用上實堂學,學將國。探覺,換。識鐘將在。作學習分習所中。探察學的 並工專時 並習的享經學學 國身習專 實作注間 分與差個驗應習 中心動注 作 力管 辨線 人,用情 學心動注	1. 透過活動體驗,	1. 口語評量	對於縣景。 工作 工作 工作 工作 工作 工作 工作 工作 工作 工作	科技
第 10 週	知知 第 3 日本 1 日本	宗與能促發我生綜學究與養的適解了開,進展價命了習多學成能當決了自用進省,義2 標的方主,策活採我資適思實。釐,思法學運略議系潛源性自踐 清探考,習用,	TI用策生進活 2c效析項出定V題,議克境V-集開源宜運2解處題服。 2、發,的用定決理,生有分各做決。	##學與用輔活解應的 資訊 Db-IV-1 與 Db-IV-1 生活解應的 方方法 表表 過過 與 Db-IV-1 與 人 表 表 表 表 表 表 表 是 、 是 表 是 表 是 、 是 是 表 是 、 是 是 是 是	1.習挑因的2.力注影3.注並享4.動稅情戰應方覺,力響探力能。透,允勞,各法察並對。究的相 過覺對的 建筑互 體察 人籍 人籍 人籍 人名	記提升專注力的 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. 高層次紙 筆評量	【教涯自與涯自特觀涯性規係涯對生育 J3 的趣 J5 與的 J5 與的 是教 與的 是教 與的 人價 探生關 建來 察力 解格值 索涯 立生	杆技

	第五主題晉	題綜 A B 2 音訊源及性執要	1b-IV-2 運 用問題解決	輔 Bb-IV-2 學習資源探索	狀靜方5.番法運理6.課上異的並在境1.習態轉法認茄,用上實堂學,學將國。探情學的 並工專時 並習的享經學學 國的習專 實作注間 分與差個驗應習 中各到的 作人管 辨線 人,用情 學項動注 作 力管 辨線 人,用情 學項	1. 能藉由體驗活 動,覺察動靜轉換	1. 口語評量 2. 實作評量	涯的願景。 【生涯規畫 教育】	科技
第 11 週	習快易通	促發我生綜學究與養的適解題進展價命J-BT 至學成能當決。生,值意A-BT 正習自力的生涯省,義2 標的方主,策活適思實。釐,思法學運略議地自踐 清探考,習用,	生進活 2c 效析項出定活而 逆 T 2c 一 1	用。 輔 Db-IV-1 生活議與的 生活課與 生態解與 力 持 的 方 法。	因的2.力注影3.注並享4.動狀應方覺,力響探力能。透,態各法察並對。究的相 過覺,項。專了學 提策互 體察學挑 注解習 升略分 驗身習	等差異。 2.能從呼吸練習中,覺察分心時期可以利用呼吸將 可以利用呼吸將專注力拉回來。		自與涯自特觀涯性規係涯對涯已興J己質。JS別畫。J6於的的趣 的與 5與的 建來景能。了人價 探生關 建來景力 解格值 索涯 立生。	

	第級第四年 建二甲二甲二甲二甲二甲甲二甲甲二甲甲二甲甲二甲甲二甲甲二甲甲二甲甲二甲甲二甲甲二	無利媒並斷進生務 □ B2 資資析切效重 → J-A2 資資析切效重 → J-A3 資適用 「A1 自用涯火 「A2 資適用 「A2 資適用 「A3 資適用 「A3 資適用 「A3 資適用 「A3 資適用 「A3 資適用 「A3 資適用 「A3 資適用 「A4 資適用 「A4 資適用 「A5 で、 「A5 で、 「A6 で 「A6 で	1b-IV-2 用題,議題 無選與 生涯	輔 Bb-IV-2 學習資源整合 與資訊整合 用。	静方 5. 番法運理 6. 課上異的並在境 1. 習挑因始轉法認茄,用上實堂學,學將國。探情戰應方的 並工專時 並習的享經學學 國的並項。專 實作注間 分與差個驗應習 中各擬挑注 作 力管 辨線 人,用情 學項定戰	1. 能評估和檢視自己時間運用、專心的狀態,並完成「番茄鐘工作表」。	1. 實作評量 2. 高層 筆評量	【女孩子 自由 生育】 覺能。 是一個	科技
第 12 週		發我生綜學究與養的適解題綜,值意-A2標的方主,策活出,人類是一是一個人的生活,與一個人的生活,與一個人的一個人的方式,與一個人的方式,與一個人的方式,與一個人的一個人的一個人的一個人的一個人的一個人	進活 2c-IV-集開源宜運 6 2c-IX-集開源宜運服。2、發,的用 4 分各做決。	輔 Db-IV-1 生活議與 題應與 克服 境的方法。	的 2. 力注影 3. 注並享 4. 動狀靜法察並對。究的相 過覺,態轉法察 5. 數身習 體察學的 4. 數身習專的 4. 數分 數身習專			與涯自特觀涯性規係涯對涯與 J 己質。 J 別畫。 B 於的趣 5 與的 建來景。 T 人價 探生關 建來景	

	给 丁 十 昭 巫	科媒體能其而活。	1b IV 9 定	at Db IV 9	方5.番法運理 6.課上異的並在境1點 5.番法運理 6.課上異的並在境1點 分與差個驗應習 中質 6.課上異的並在境1點 6.課上異的並在境1點 6.課上異的並在境1	1 此采皿的上缀羽	1 审从证具	【 小 注 相 争	13 14
第 13 週	第級第習五的3時期 一個	綜與能促發我生綜學究與養的適解題綜科J-開,進展價命J-習多學成能當決。J-技包養善生,值意A-目元習自力的生 B-、1 自用涯省,義2 標的方主,策活 2 資探我資適思實。釐,思法學運略議 善訊索潛源性自踐 清探考,習用, 用與索潛源性自踐	1b-IV-2 開策生進活 2c效析項出定1b-IV-2 開略活而逆 IV-1 蒐及資合與,議克境V-集開源宜運與服。 2 、發,的用運決理,生 有分各做決。	輔Bb-IV-2 舉與用輔生題因境 習資。 Db-IV-1 線整 VV-1 以應應的 以應應的 以應應的 以應應的 以應。 以應應 以應 以應 以 以 以 的 的 是 以 的 的 是 以 的 的 的 是 的 的 的 的 的	1.習挑因的2.力注影3.注並享4.動狀靜方探情戰應方覺,力響探力能。透,態轉法究境,各法察並對。究的相 過覺,換。國的並項。專了學 提策互 體察學的中各擬挑 注解習 升略分 驗身習專學項定戰 專的 專, 活心動注	1. 能透過線上學習線上學習學差習 開發 異,應日學習學學上學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學	1. 實作評量 2. 音評量	【教涯自與涯自特觀涯性規係涯對涯生育 J 己與 J 己質。 J 別畫。 J 於的涯】 覺能。了人價 探生關 建來景想 察力 解格值 索涯 立生。	科技

		媒體等資源 新進 新進 所 所 所 的 切 致 執 要 要 等 多 多 の の の の も の も も の も の も 。 と の も 。 と の と 。 と の と 。 と 。 と 。 と 。 と と と と			5. 番法運理 6. 課上異的並在境認結論 將在。作學習分習所中並習的享經學學所中,與差個驗應習的學學人類所,與差個驗應習,與差個驗應習				
A.S. A.S. S. E.	受第级第習【量考五的3快第週主國單易二】 題中元通次 晉生學 評	綜與能促發我生綜學究與養的適解題綜科媒一開,進展價命「習多學成能當決。」「技體一發善生,值意-A目元習自力的生 B、等1 自用涯省,義2 標的方主,策活 2 資資探我資適思實。釐,思法學運略議 善訊源索潛源性自踐 清探考,習用, 用與,索潛源性自踐 清探考,習用,	1b用策生進活 2c效析項出定1b-1間略活而逆-1萬及資合與1V-2,議克道V-2、縣開源宜運運與題服。 有分各做決。	輔Bb-IV-2 學與用輔Bb-IV-1 資訊 Db-IV-1 生活解應的 地方 動戶, 以 與 方 方 表 , 是 , 的 是 , 的 是 , 的 。 , 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。	1.習挑因的2.力注影3.注並享4.動狀靜方5.探情戰應方覺,力響探力能。透,態轉法認國的並項。專了學 提策互 體察學的 並中各擬挑 注解習 升略分 驗身習專 實學項定戰 專的 專, 活心動注 作	1.能透,寫學習學習與無理學的學習學學,與自己學習學習學學之學的學習。	1. 實作評量 2. 高層 筆評量	【教涯自與涯自特觀涯性規係涯對涯生育J己與J己質。J別畫。J於的涯 覺能。了人價 探生關 建來景畫 察力 解格值 索涯 立生。	科技

第 15 週	第涯第涯行 第	並斷進生務	1c-IV-1 價統力家相升 2位整、人關學	輔 Aa-IV-1	番法運理 6.課上異的並在境 1.動發段試同角 2.透的對覺若,用上實堂學,學將國。參,展,探階色觀過過個察與工專時 並習的享經學學 體解不回人的任自人,特統體 分與差個驗應習 驗生同顧在生務我回增質整驗 過過	1. 透寶作「 過實作「 好」 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1. 宜語評量	【教涯自與涯自特觀涯蒐工環料涯影涯素【生育J3 的趣 J 集作境。 J 響決。生涯】 覺能。了人價 學分教資 分人的 規規 覺能。了人價 學分教資 分人的 規畫 察力 解格值 習析育 析生因 畫	
第 16 週	· 注尋寶趣	與開發自我潛	清個人價值	自我探索的方	動,了解生涯	享及省思中,完成	久口*1 王	教育】	

	第1單元生 寶我 行	能 進展 養	觀個特期生資統力家相升生資。	法、。 (Ca-IV-1 生涯轉義的-IV-2 家庭對。 集上 東 東 東 東 東 東 東 東 東 東 東 東 東	發段試同角2.透的對覺展,探階色觀過過個察的並個段與察他程人與何人的任自人,特統即與不進。及饋進的。	個人的周哈里窗,以統整及覺察自我的特質。		涯自與涯自特觀涯蒐工環料涯影涯素J3已與J2已質。J7集作境。J1響決。覺能。了人價 學分教資 分人的察力 解格值 習析育 析生因	
第 17 週	第 第 2 第 9 閣	綜-J-A1 解,進展價分 解,進展價命 等生,值意 養 養 資 適 思實。	1c-IV-1 清觀個特期生資 清觀個特期生資 道整、人關學	輔Aa-IV-1 自法度輔名-IV-2 自與輔Cb-IV-1 的與 Cb-IV-1 的與 E 表 E 報 E 数 E 数 E 数 E 数 E 数 E 数 E 数 E 数 E 数 E 数	1.生了發並進索法 2.力人生訊意色生學涯解展從個的。統、期涯,展,涯習金影的中人可 整特許與並現進檔並三響因尋生行 個質及升發個行案運角生素找涯做 人、相學揮人個製用,涯,增探 能家關資創特人	1. 能透過不應計 過小隊用生涯做 小隊用生涯做 完善的。 一個一個一個一個 一個一個 一個一個 一個一個 一個一個 一個一個 一個 一個	1. 口語評量	【教涯自與涯自特觀涯蒐工環料涯影生育 J 己與 J 己質。 J 集作境。 J 1響涯 覺能。了人價 學分教資 分人規 學分教資 分人 解格值 習析育 析生	

				AE A IV I	作3.可案與據生圖4.案隊未生行5.課程的果的分放的製此涯。進之互來涯做回程,適與與析入重作規檔 行自評持檔法顧之統性資訊、生要要畫案 生評,續案。本學整試訊於計涯資訣個的 涯與掌充的 主習個探。與論檔訊,人藍 檔小握實可 題歷人成 開論檔訊,人藍		1 + 1	涯決。	
第 18 週	第注第 的閣	綜-J-A1 與能促發我生 開,進展價命 整生,值意 養生,值意 養養生 養 養 養 養 養 養 養 養 生 。 食 養 、 食 。 、 食 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	Ic-IV-1 清觀個特期生資 一價統力家相升 全資整、人關學	輔Aa-IV-1 自我探經 輔我、。 輔Ca-IV-2 自我統Cb-IV-1 適性換資 性換資 整。	1.生了發並進索法2.力人生訊學涯解展從個的。統、期涯,習金影的中人可 整特許與並並三響因尋生行 個質及升發運角生素找涯做 人、相學稱興,涯,增探 能家關資創	1. 能回顧自 理解 明 算 理 知 是 理 程 生 等 领 、 思 人 的 色 、 思 内 的 人 的 人 生 在 舍 、 的 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内	1. 高層次紙筆評量	【教涯自與涯自特觀涯蒐工環生育J3 的趣 4 的與 7 與/的規 覺能。了人價 學分教資劃 察力 解格值 習析育畫 察力 解格值 習析育	

					意展現個人特 色,進行個人 生涯檔案製			料。 涯 J11 分析 影響個人生	
					工作3.可案與據生圖4.案隊未生心。分放的製此涯。進之互來指為於生要要畫案生評,續案計經資缺個的 涯與掌充的論檔訊,人藍 檔小握實可			涯决定的因素。	
					行做法。 5. 回顧本主題 課程之學習歷 程,統整個 的適性試探成 果與資訊。				
第 19 週	第	綜-J-A1 探報 與開養 能 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 者 。 。 。 。 。 。 。 。	1c-IV-1 清觀個特期生資 1 價統力家相升 2 值整、人關學	輔 Aa-IV-1 自我探察 度輔 Ca-IV-2 自我統整。 輔 Cb-IV-1 適性 資訊 探數	1.生了發並進索法之力學遲解展從個的。統、學運解展從個的。 整時運角生素找涯做 人、理角生素找涯做 人、	1.能進行生涯檔案 製作,並能透過 製作生涯檔案 等與他評。 作生涯 質 質 程 明 題 題 題 題 題 題 題 題 題 題 題 題 題 題 題 題 人 題 人	1.實作評量	【教涯自與涯自特觀涯生育 J 3 的趣 J 已與 J 4 的與 5 7 人價 學 M 格值 習	

				整。	人期許及相關			蒐集與分析	
				JE.	生涯與升學資			工作/教育	
					訊,並發揮創			環境的資	
					意展現個人特			料。	
					色,進行個人			- [*] 1 - 涯 J11 分析	
					生涯檔案製			影響個人生	
					生性倫米表 作。				
					TF。 3. 分析、討論			素。	
					可放入生涯檔			4.	
					可放八生涯福 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				
	第六主題生	綜-J-A1 探索	1c-IV-1 澄	輔 Aa-IV-1	果與資訊。	1. 能檢視在主題課	1. 高層次紙	【生涯規畫	
	布八土超生 涯尋寶趣	與開發自我潛	1C-1V-1	Ħ Ad-1V-1 自我探索的方	1. 字音业建用 生涯金三角,	1. 能檢稅任主題議 程中達成各個學習	1. 向骨火紙 筆評量	【生涯 规重 教育】	
	准守負壓 第2單元我	能,善用資源	觀,並統整	日 我 休 系 的 力 法 、 經 驗 與 態	生涯並二月, 了解影響生涯	描述情形。	千 川 里	- 教月』 - 涯 J3 覺察	
每 00 m	布 4 单 九 我 的 生 涯 多 寶	促進生涯適性	個人能力、	法、經驗與悲 度。		AM ~ IN /V		准 Jo 寬榮 自己的能力	
第 20 週		發展,省思自	特質、家人	及。 輔 Ca-IV-2	發展的因素,				
	関するとな	我價值,實踐	期許及相關	· · · ·	並從中尋找增			與興趣。	
	【第三次評	生命意義。	生涯與升學	自我生涯探索	進個人生涯探			涯 J4 了解	
	量週】			與統整。	索的可行做			自己的人格	

			資訊。	輔 Cb-IV-1	法。			特質與價值	
			只可,"	輔 CD-1V-1 適性教育的試	2. 統整個人能			村貝兴頂祖	
				探與資訊統	力、特質、家			ლ。 涯 J7 學習	
				整。	· ·				
				JE.	人期許及相關			蒐集與分析	
					生涯與升學資			工作/教育	
					訊,並發揮創			環境的資	
					意展現個人特			料。	
					色,進行個人			涯 J11 分析	
					生涯檔案製			影響個人生	
					作。			涯決定的因 *	
					3. 分析、討論			素。	
					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。				
	段考週	綜-J-A1 探索	1a-IV-1 探	家 Dd-IV-2	1. 覺察個人升	1. 複習輔導第五、	1. 口語評量	【生涯規畫	科技
第 21 週	複習全冊	與開發自我潛	索自我與家	家庭文化傳承	上國中的感	六主題。	2. 實作評量	教育】	
为 41 週	複習全冊	能,善用資源	庭發展的過	與對個人的意	受,以及正向		3. 高層次紙	涯 J3 覺察	
		促進生涯適性	程,覺察並	義。	特質、興趣與		筆評量	自己的能力	

發展,省思自 分析影響個 輔 Aa-IV-1 多元能力,與 與興趣。 我價值,實踐 人成長因素 自我探索的方 同儕交流產生 涯 J4 了解 自己的人格 生命意義。 及調適方 法、經驗與態 正向連結。 綜-J-A2 釐清 法。 度。 特質與價值 2. 認識青少年 學習目標,探 1b-IV-2 運 輔 Ab-IV-1 身心的發展歷 觀。 究多元的思考 用問題解決 青少年身心發 程及國中生 涯 J5 探索 與學習方法, 展歷程與調 性別與生涯 策略,處理 活,歸納並分 養成自主學習 生活議題, 析自己面對國 規畫的關 適。 的能力,運用 進而克服生 輔 Bb-IV-2 中生活的期許 係。 適當的策略, 活逆境。 學習資源探索 與調適方法。 涯 J6 建立 解決生活議 1c-IV-1 澄 與資訊整合運 3. 觀察校園生 對於未來生 題。 清個人價值 用。 活的各種狀 涯的願景。 綜-J-B2 善用 觀,並統整 輔 Ca-IV-1 況,覺察熟悉 涯 J3 覺察 科技、資訊與 個人能力、 生涯發展、生 校園環境與處 自己的能力 媒體等資源, 特質、家人 涯轉折與生命 室資源對國中 與興趣。 並能分析及判 期許及相關 意義的探索。 生活的重要 涯 J7 學習 斷其適切性, 生涯與升學 輔 Ca-IV-2 蒐集與分析 性。 進而有效執行 資訊。 自我生涯探索 4. 探索校園環 工作/教育 生活中重要事 2c-IV-2 有 與統整。 境並蒐集、分 環境的資 務。 效蒐集、分 料。 輔 Cb-IV-1 析及開發學校 析及開發各 適性教育的試 各項資源。 涯 J11 分析 項資源,做 探與資訊統 影響個人生 5. 運用一項學 出合宜的決 涯決定的因 整。 校資源並分享 定與運用。 素。 輔 Db-IV-1 學習經驗,評 估校園各項資 生活議題的問 題解決、危機 源對校園狀況 因應與克服困 的適用時機, 境的方法。 完成校園資源 輔 Dd-IV-1 守護網,並能 尊重多元性別 相互分享與修 差異。 正。

6. 探究國中學 習情經過學 習情經過過程 因應各項挑戰 的方法。 7. 覺察專注 力,並擊署 方方與聲習的 影響。 8. 探究凝集中專 法方的策略, 進龍相互分 等。 9. 透過驗數活 動,變聚身密動 粉釋與納的專注 方法。 10. 認識正實作 看於與中專注 方法。 11. 實際自治 運用在。 11. 實際自治 理是。 11. 實際自治 理是 11. 實際自治 理是 11. 實際自治 理是 11. 實際自治 理是 11. 實際自治 11. 責務自治 11	 		T		
挑戰、並擬定 因應各項挑戰 的方法。 7. 覺察專注 力,並予學習的 影響。 8. 撰究與或。 遊能相互分享。 9. 這過體驗活 動,覺察身心 狀態,今學習動 靜釋接的 章子 10. 認識並實作 看茄變工作 看茄變工作 看茄變工作 看茄變工作 看茄豐工注力 這用用。 理上 實學習與線 上學習分辨 課堂學習分學經 上學等分類 上學等可與線 上學等學的差個人 的學習經驗, 遊將例學應用 在每中學習情		6. 探究國中學			
图應各項挑戰的方法、 7. 餐家專注 力,並與學習的 彩響。 8. 探究提升專 注力的單至 9. 透過體驗活動,變聚學習動 特轉換的專注 方法。 10. 認識並實作 畫施總工作 法、將專主力 運用在時間管理上。 11. 實作並分辨 讓空學習的差 異、學習與驗 上學習經驗 上學可學個人 的學習經驗 並將所學習問		習情境的各項			
的方景 察注 力、登 事注 力、		挑戰,並擬定			
7. 覺察專注 力, 也對學習的 影響。 8. 探察提升專 注力的策響。 9. 透過體驗活動,覺察學習動 静轉換的專注 方法。 10. 認識並實作 雷茄罐工作 清· 牌專注 方法。, 用在時間管理上。 11. 實件習與線 上學習的差 異,分享經驗 上學學習的差 異,分享經驗 上學學問的人 的學習經驗 有國中學習情		因應各項挑戰			
力,並了解專注力學習的 影響、 8.探究提升專 注力的氣略, 進能相互分 享。 9.透過體驗活 動,覺察習動 靜轉換的專注 方法。 10.認識並實作 番茄婚工作 法,將再在時間管 理上。 11.實作並分辨 課堂學習的 理上學別 到經驗 上學別 到經驗 上學別 到經驗 上學別 與 上學別 與 上學別 與 上學別 與 與 與 上學別 與 是 與 學 則 是 與 學 則 是 與 學 別 是 與 學 別 是 與 學 別 是 與 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是		的方法。			
注力對學習的 影響。 8. 探究提升專 注注的服養。 並能相互分 享。 9. 透過體驗活 動,覺緊身動 靜轉接的專注 方法。 10. 認識並實作 番茄鐘工作 法,將專時間管 理上。 11. 實作進分辨 课堂學習的差 異,分享個人 也證所便應用 在國中學習情		7. 覺察專注			
影響。 8. 探究提升專 注力的策略, 並能相互分 享。過體驗活 動,覺察習動 辨轉換的 以應數查方 法。 10. 認識並實作 循形解毒注 方法。 期在時間管 理上。 11. 實作並分辨 讓堂學習與線 上學習的差 具,分享組入 的樂習組入 的學習的 並將所學應用 在國中學習情		力,並了解專			
8. 探究提升專注力的策略, 並能相互分享。 9. 透過體驗活動,覺察習動 靜轉接的專注 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 课堂學習與線 上學習的差 具,分享經驗, 必維所學應用 在國中學習情		注力對學習的			
注力的策略, 並能相互分 享。 9. 透過體驗活 動,覺察習動 靜轉換的專注 方法。 10. 認識並實作 者 茄鐘工作 法,將專注力 運用在時間管 理上。 11. 實作並分辨 课堂學習的差 異,分享經驗 上學習的差 異,分學經驗, 並將所學應用 在國中學習情		影響。			
並能相互分享。 9. 透過體驗活動,覺察習動,覺察習動,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 課堂學習的差 異,今 享 國人 的 學 習 經 人 學 習 經 人 的 學 習 經 所 學 酒 與 來 上 學 習 時 個 人 的 學 習 婚 兩 再 在 國 中 學 習 情		8. 探究提升專			
享。 9. 透過體驗活動,覺察身心		注力的策略,			
9. 透過體驗活動,覺察習動靜轉換的專注方法。 10. 認識並實作		並能相互分			
動,覺察身心 狀態,學習動 静轉換的專注 方法。 10. 認識並實作 番茄鐘工作 法,將專註力 運用在時間管 理上。 11. 實作並分辨 課堂學習的差 異,分享個人 的學習經驗, 並將所學應用 在國中學習情		享。			
狀態,學習動 静轉換的專注 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		9. 透過體驗活			
静轉換的專注 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		動,覺察身心			
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		狀態,學習動			
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		静轉換的專注			
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		方法。			
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		10. 認識並實作			
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		番茄鐘工作			
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		法,將專注力			
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		運用在時間管			
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		理上。			
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		11. 實作並分辨			
異,分享個人 的學習經驗, 並將所學應用 在國中學習情		課堂學習與線			
的學習經驗, 並將所學應用 在國中學習情		上學習的差			
並將所學應用 在國中學習情		異,分享個人			
在國中學習情		的學習經驗,			
		並將所學應用			
境。		在國中學習情			
		境。			

						1
				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		
1		l	l l			1

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:

教學進度	單元名稱	學習領域	學習重點		學習目標	教學重點(學習 引導內容及實施	評量方式	議題融	跨領域統整 規劃 (無則
12.7 2.72	-1 2027 411	核心素養	學習表現	學習內容	7 7 7 7	方式)	11 至70 70	入	免填)
第 1 週	第五 學 單 單 冠 之 旅	綜學究與養的適解題 一J-A2 標的方主,策活 養,思法學運略議 養,思法學運略議	1b-IV-1 主學,方自自能-I 蒐及資合與1 種態握,學管。2、發,的用培極 學養習理 有分各做決。	輔學究態輔學用輔學與用輔主題考新用 輔學究態輔學用輔學與用輔主題考 新題與度Bb-IV方調一資訊 一Y家整 VV完層養的 是工作的。2探合 一門次與運 大樂運 大學運 思創	1. 段驗對義 2. 習新解 3. 評擇方學定建的分的,個。探困的決透估適法習學立能享學體人 索擾學。過成合,目習自力國習會的 個,習 練效的並標計主。中經學意 人嘗方 習,學設,畫管中經學意 學試法 與選習定擬,理	1.能透過「學習達 人整理出經驗,方 整理出經驗學習方 法自己的學習方法。	1. 口語評量	【畫涯察能趣涯解人與觀生教」3自力。 4 自格價。涯育 己與 4 己特值别的與 了的質	健康與體育
第2週	第五主題征	綜-J-A2 釐清	1b-IV-1 培	輔 Ba-IV-1	1. 分享國中階	1. 能透過小隊報告	1. 高層次紙筆	【生涯規	健康與體育

第 3 週	服第上 第服第習 第服第習 第 五學 2 五學 2 五學 2 五里 2 五里 2 五里 2 五里 2 五里 2	學究與養的適解題	養的度習成與的22效析項出定 1a現趣力我個主學,方自自能-I蒐及資合與 Ia自與,,人動習掌法主我力V-集開源宜運 V-己多接以成 V-2 64 學養習理 有分各做決。 展興能自進。 展	學究態輔學用輔學與用輔主題考新用輔自習升輔多習統輔自與醫學與度Bb習與Bb習資。B動、的能。B我效。B元展整C我統義身培V法整V源整 V究層養的 VV理的 VV力與 VV涯。 V-的學養1的。2探合 1問次與運 2與提 2的經 2探習。運 索運 思創 學 學驗 索	段驗對義 2.習新解 3.評擇方學定建的 1.優力中勢 2.力動 3.習學運及升 1.的,個。探困的決透估適法習學立能探勢,嘗能運擬分善模習用學學探學體人 索擾學。過成合,目習自力 索多並試力用定工用式計多習習索習會的 個,習 練效的並標計主。個元在運學多班。個,畫元模效個經學意 人嘗方 習,學設,畫管 人能生用習元級 人執,能式率人經學 意 人當方 習,學設,畫管 人能生用習元級 人執,能式率人	「找習的嘗行2.的小習畫培理 1.事自 1.事自 1.事自 1.事自 1.事自 1.事自 1.事自 1.事自	評量 2. 實作評量 1. 口語評量	畫涯察能趣涯解人與觀 【畫涯察能趣涯解人與觀教 J 自力。 J 自格價。 生教 J 自力。 J 自格價。 生教 J 自力。 J 自格價。 生育 己與 4 己特值 涯育 己與 7 的質 規】覺的與 了的質 規	健康與體育
弟 4 週	弗五王 題征 服學習王國	綜-J-AZ 釐清 學習目標,探	1a-1v-2 展 現自己的興	輔 Ba-1V-2 自我管理與學	1. 探索個人的 優勢多元能	1. 能透過班級重要 事務的討論,展現	1. U	【生涯規 畫教育】	健康與體育

第 5 週	第習 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 2 第 2 第 2 第 2 第	究與養的適解題 多學成能當決。 子習自力的生 一日元習自力的生 一月一日元習自力的生 是標的方主,策活 整,思法學運略議 養,思法學運略議 養,思法學運略議	趣力我個	習升輔多習統輔自與 較。 Bc-IV-2 的 IV-2 的 EC我統 Ba H B D T 展整 C R X EX Ba H B D T R EX Ba H B D T	力中勢 2. 力動 3.習學運及升 1. 優力中勢 2. 力動 3.習學運及升,嘗能運擬分善模習用學學探勢,嘗能運擬分善模習用學學並試力用定工用式計多習習索多並試力用定工用式計多習習在運學多班。個,畫元模效個元在運學多班。個,畫元模效生用習元級 人執,能式率人能生用習元級 人執,能式率活優。能活 學行並力提。的 活優。能活 學行並力提。	自己	1. 高層次紙筆	涯察能趣涯解人與觀 【畫涯察能趣涯解人與觀了自力。 J 自格價。 生教 J 自力。 J 自格價。	健康與體育
第 6 週	第五主題征 服學習王 第3單元大 學習家	綜學了與養的適 等一J-A2 標的方主, 對學與 類別 類別 類別 類別 類別 類別 類別 類別 類別 類別 類別 類別 的 類別 類別 類別 的 方 主 , 策 明 、 策 、 等 選 明 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 、 等 一 。 等 一 。 等 一 。 等 一 。 。 。 。 。 。 。 。 。	1b-IV-1 養的度習成與 等學,方自自我 時期經歷,學養習理	輔 Ba-IV-1 學習意義 究與終身學 態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學	1.從學習歷報 中學習歷個人 中學習重要相 展 生養 生養 生養	1. 能與小隊透過 「玩家的學習歷 與「玩等習歷學習家的玩玩」 」 實物」分別 握自主學習的 握度與方法。	1. 口語評量	【畫 涯 写】 生教 J3 是 自 的 與 的 與	健康與體育

第 7 週	段第服第學【量考五學3習第週五五週主習單家一】 主題王元 次 無極國大 評	解題 二型第多學成能當決。 一型第二型自力的生活 一型與一個的方主,策活 養,思法學運略議 養,思法學運略議 養力-A2	的	習升輔生畫用家個活間 輔學究態輔自習升輔生畫用家個活間 輔效。 CC 涯與。 CA 的管 Ba 習與度 Ba 我效。 CC 涯與。 CA 的管 Ba 已以 Ba 日 以 Ba 上 以 Ba 是 是 是 以 Ba 是 是 是 是 是 以 Ba 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	的度 2.往找學石之理升效 1.的中學展培的度 2.往找學石之理升效 1.終。透學出習,道的自。從學,習的養終。透學出習,道的自。從身 過習影的學與方主 學習體對重主身 過習影的學與方主 學學 回經響絆習自法學 習歷認個要動學 回經響絆習自法學 習留 顧驗自腳解我,習 玩程自人性積習 顧驗自腳解我,習 玩態 過,主 決管提成 家 主發,極態 過,主 決管提成 家	1. 能以漫畫方式皇 新式主學 相個經驗,並 中分享。 1. 能完成「我的學	1. 口語評量	涯解人與觀 【畫涯察能趣涯解人與觀 【生教 J 自力。 J 自格價。 生教 J 自力。 J 自格價。 生名 己特值 涯育 己與 2 已特值 涯了的質	健康與體育
· 弗 O 週	東五王超征 服學習王因 第3單元大 學習家	無-J-A2	10-1V-1 培養主動積 美學習養 以完養的學學學學 等別方法,	聯 Da-IV-I 學習意義的探 究與終身學養 態度的培養。 輔 Ba-IV-2	1. 化學習歷報 中學習點個人發 學對重要性,	1. 能元成 我的字 習絆腳石」表格 常整理自主學習經	1. 口語計里 2. 實作評量	【畫 沒 沒 沒 是 沒 沒 是 沒 沒 是 沒 是 沒 是 沒 是 的 與	社會

第 9 週	第五主題 軍軍 軍軍 軍軍 軍軍 軍軍 軍軍 軍軍 軍 軍 軍 軍 軍 軍 軍 軍	的適解題 「一型多學成能當決。 「一型多學成能當決。 「一型的方主,策活 運略議 を が成立。 「一型の方主,策活 運略議 を を がの方主,策活	成舆的	自習升輔生畫用家個活間 輔學究態輔自習升輔生畫用家個活間 我效。Cc涯與。Cd的管 Ba習與度Ba我效。Cc涯與。Cd的管管能 - 進資 - 與金理 - 工義身培V理的 V 路源 V 家錢。 V 義身培V理的 V 路源 V 家錢。與提 - 1 的運 - 1 庭及與提 - 1 的運 - 1 庭及學養 2 與提 - 1 的運 - 1 庭及學養 2 與提 - 1 的運 - 1 是及學 - 2 與提 - 2 與是 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 - 2 與 -	培的度 2.往找學石之理升效 1.的中學展培的度 2.往找學石之理升效養終。透學出習,道的自。從學,習的養終。透學出習,道的自。主身 過習影的學與方主 學習體對重主身 過習影的學與方主動學 回經響絆習自法學 習歷認個要動學 回經響絆習自法學 積習 顧驗自腳解我,習玩程自人性積習 顧驗自腳解我,習極態 過,主 決管提成 家 主發,極態 過,主 決管提成	力妙自法。	1. 高層次紙筆	趣涯解人與觀 【畫涯察能趣涯解人與觀。 J自格價。 生教 J 自力。 J 自格價。 在教 J 自力。 J 自格價。 了的質 規】覺的與 了的質	健康與體育
第 10 週	第五主題征 服學習王 第3單元大 學習家	綜-J-A2 釐清 學習目標, 究多正的思考 與學習方法,	1b-IV-1 培 養主動積極 的學習態 度,掌握學	輔 Ba-IV-1 學習意義的探 究與終身學習 態度的培養。	1. 從學習玩家 的學習歷程 中,體認自主 學習對個人發	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	1. 高層次紙筆評量	【生涯規 畫 J3 覺 惡 自己的	健康與體育

第 11 週	第六主題讓	養的適解題 樣能當決。 与J-包人 學運略議 學運略議 尊與海 於切	習成與的 方自我 多 多 多 多 多 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的	輔 Ba-IV-2	展培的度 2.往找學石之理升效 1.係以的養終。 透學出習,道的自。覺及至要動學 回經響絆習自法學 人通以性積習 顧驗自腳解我,習 際能性 種態 過,主 決管提成 關力	學習的計畫與目標。	1.實作評量 2. 口語評量	能趣 涯解人與觀 力。 J4 己特值 更 了的質	健康與體育
	第1單元我 想更懂你	賞表見用宜巧的他達與同的,人自感理溝促際,已受心通進互外。 放良數 過的,及技良動	的學通正經係會習技向營。例例,態際學院,態際關關	重成輔同溝理與際差長DC-IV、衝的經。與一IV-I人突培營自一I人突培營人際培養人	的 2. 的他需 3. 理式訊技於中好動重能立人求學心、息巧溝,的。要站場的。習的演」,通以人性在,感 具表練的並情促際。 不體受 有達「表運境進互。 不體受 同方我達用 良	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。			
第 12 週	第六主題 京 東 軍 軍 軍 軍 近 我 更 世 術 の ま の の の の の の の の の の の の の	綜-J-B1 尊 重、包容與欣 賞他人,適切 表達自己的意	2a-IV-1 體 認人際關係 的重要性, 學習人際溝	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊 重差異與自我 成長。	1. 覺察人際關 係及溝通能力 的重要性。 2. 能站在不同	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	1. 口語評量 2. 實作評量		健康與體育

第 13 週	第心第想【量六更】更第週題近元你次	見用宜巧的 綜重賞表見用宜巧的 綜重以表見用宜巧的 一月、他達與同的,人 可以 是與同的,人 是 B1 容,已受心通進互 以及技良動 尊與適的,及技良動 尊與適的,及技良動 尊與適的,及技良動 尊與语合 好。	通正經係 2a-IV-1 以度關 2a-IV-1 以度關	輔尼-IV-1人突培營 和AA-IV-2 縣管養人 輔自重成輔同溝理與際 輔自重成輔同溝理與際 和AB-IV-2 縣管養人	的他需3.理式訊技於中好動1.係的2.的他需3.理式訊技於中好動1.立人求學心、息巧溝,的。覺及重能立人求學心、息巧溝,的。覺場的。習的演」,通以人 察,感 具表練的並情促際 人通性在,感 具表練的並情促際 人通性在,感 具表練的並情促際 人體受 有達「表運境進互 際能。不體受 有達「表運境進互 際霧及 同方我達用 良 關力 同察及 同方我達用 良 關	心 3. 導理式	1. 口語評量 2. 實作評量 1. 口語評量	健康與體育
书 14 週	投第六東 里單近 現 更 重 近 重 重 近 元 乘 重 重 近 元 永 更 重 懂 你	FJ-BI 事業 一、他達與 一、 一、 一、 一、 一、 一、 一、 一、 一、 一、 一、 一、 一、	28-1V-1 题 認人 等 以 等 程 人 等 人 等 人 等 人 等 人 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	期 Aa-IV-2 自我悅納、尊 重差異與自我 成長。 輔 Dc-IV-1	1. 寬然通能 係及溝通能力 的重要性在不 2. 能站在不體察 的立場	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1.	2. 實作評量) ()

		用同理心及合宜的,促降互助,从際互動。	正向的態度 經營人際關 係。	同理心、 (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	他需學心、息巧溝,的。屬。異表練的演」,通以人家學心、息巧溝,的人家,通以人際方達,表運境進五人。	3. 能依循句型的引導,練習具有「同理心」的表達方式。		
第 15 週	第一年 地名 电电子 电电子 电压	綜重賞表見用宜巧的-B1 容,已愛心通進至尊與適的,及技良動飲切意運合 好。	2a-IV-1W-1W-1W-1W-1W-1W-1W-1W-1W-1W-1W-1W-1W-	輔Aa-IV-2 自重成輔同選理通能正關 制度。-IV-1 同選通能正關係 與 IV-1 人突培營 際管養人	1. 係的2.的他需3.理式訊技於中好動變及重能立人求學心、息巧溝,的。緊維生在,感 具表練的並情促際際能。不體受 有達「表運境進互關力 同察及 同方我達用 良	1. 能說出運用「我 訊息」的溝通效 果。 2. 能依循句型的引 導,表達方式。	1. 口語評量 2. 實作評量	健康與體育
第 16 週	第六主題讓 心更靠近 第2單元溝 通零距離	綜-J-B1 車 車 一 車 一 車 車 車 車 車 車 の 人 り 日 会 の り の り の り の り の り の り の り の り の り の	2a-IV-1 體 認的重習人 動學習 提 的 動 動 動 動 的 動 動 動 動 動 動 動 動 動 動 動 動 動	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	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。	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	健康與體育

第 17 週 第六主題記	巧的人際互動。	經營人際關 係。 2a-IV-1 體	溝理與際關係。 輸和Aa-IV-2	2. 溝錄雙依步解技 3. 通的個調度體 4.語驗語的驗溝正係 1.分通,方循驟衝巧評技成人整與方藉的正言感,通向。能析對了的化,突與估巧效未的行式由表向,受並上的觸個話解感解練的策運表,來溝動。暖達關帶與運,人納人實衝受衝習溝略用達提需通的 心,懷給經用建際常的突,突化通。溝後出要態具 小體的人 在立關 見	1. 透過小隊討論,	1. 口語評量	健康與體育
第17週 第六主題記	重賞表見用 包人自感理 見人自感理 見 見 見 見 見 見 見 見 見 見 見 の し り り り り り り り り り り り り り り り り り り	2a-1V-1 關一 一個 一個 2a-1V-1 關 2a-1V-1 2a	輔Aa-IV-2、自重成輔同溝理能和我差長。Dru、衝的型通光、上下、衛的工工、衛的中華。 A	1. 的因人突式。 解衝軍人 所動 所動 所動 所動 所動 所動 所 所 所 所 所 所 所 所 所 所 所 所 所	1.透過人修實 完成個對話實 人修實 一定 一定 一定 一定 一定 一定 一定 一定 一定 一定 一定 一。 一定 一。 一定 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆 評量	健康與體育

				與正向經營人際關係。	錄雙依步解技3.通的個調度體4.語驗語的驗溝正係,方循驟衝巧評技成人整與方藉的正言感,通向。了的化,突與估巧效未的行式由表向,受並上的解感解練的策運表,來溝動。暖達關帶與運,人衝受衝習溝略用達提需通的 心,懷給經用建際突,突化通。溝後出要態具 小體的人 在立關	調整的溝通態度與行動的具體方式。		
第 18 週	第一章 第一章 第一章 第二章 第二章 第二章 第二章 第二章 第二章 第二章 第二章 第二章 第二	綜重賞表見用宜巧的 一J-B1 容,已受心通進至 尊與適的,及技良動 於切意運合 好。	2a-IV-1 體 認的學習技向營 學人巧的人 修 條 係 。	輔 Aa-IV-2 自我差長。 自我差長。 輔 Dc-IV-1 同溝通能正人 際間 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題	1. 的因人突式。溝錄雙龍人,引的。分通,方歸際並發溝 析對了的納衝省人通 個話解質 人實衝受 人實衝受	1.透過人修改之 完成個人修實 成個人修實 成個對話實 作。 2.透過討論實 與與對 與與 對數的實 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆 評量	健康與體育社會

					依步解技3.通的個調度體4.語驗語的驗溝正係循驟衝巧評技成人整與方藉的正言感,通向。化,突與估巧效未的行式由表向,受並上的解練的策運表,來溝動。暖達關帶與運,人解習溝略用達提需通的 心,懷給經用建際突化通。溝後出要態具 小體的人 在立關			
第 19 週	第心第通【量题近元離次】	綜重賞表見用宜巧的 一J-B1容,已變與同的,人 一一一人自感理溝促際 一旦人自感理溝促際 一旦與適的,及技良動 一般切意運合 好。	2a-IV-1 認的學通正經係 動學技向營。 體係,溝以度關	輔Aa-IV-2 自重成輔同溝建與際關 動力的經。 可以上, 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個	1.的因人突式2.溝錄雙依步能人,引的。分通,方循驟歸際並發溝 析對了的化,納衝省人通 個話解感解練常突思際模 人實衝受衝習見原個衝 的 突,突化	1. 完溝作 2. 具功提調行透成通。透體與出整動外人話 討動敗人溝則計動敗人溝體的的財務 與踐因來態方識後之 省後素需度式 與成,要與。	 口語評量 實作評量 高層次紙筆 	健康與體育

第 20 週	段第心第通【考六更2零件週主靠單距式題近元離式	综重賞表見用宜巧的 	2a-IV-1 型技向營。1V-1 關性際,態際體條,溝以度關體係,溝以度關	輔自重成輔同溝理與際Aa 稅異。-IV-X 衡的經。-IV-X 衡的經。 尊我 際管養人	解技3.通的個調度體4.語驗語的驗溝正係1.的因人突式2.溝錄雙依步解衝巧評技成人整與方藉的正言感,通向。能人,引的。分通,方循驟衝突與估巧效未的行式由表向,受並上的歸際並發溝 析對了的化,空的策運表,來溝動。暖達關帶與運,人 納衝省人通 個話解感解練的溝略用達提需通的 心,懷給經用建際 常突思際模 人實衝受衝習溝通。溝後出要態具 小體的人 在立關 見原個衝 的 突,突化通通。溝後出要態具	1. 透過暖心, 實作活動, 學關係 的多元做法。	1. 口語評 呈 2. 高層 3. 計量	健康與體育
					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。

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網議題。