

## 貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

114 學年度嘉義縣梅山國民中學八年級第一二學期教學計畫表 設計者：張壬素

- 一、領域/科目：語文(國語文英語文本土語文/台灣手語/新住民語言)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：翰林版第 三、四 冊

三、本科目每週學習節數：1 節

四、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	主題五： 心之谷 單元一： 情緒密碼	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。	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。	1. 能說出個人或家庭產生變化時的情緒感受與原因。 2. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。	<b>活動一 情緒觀測站</b> <b>一、情緒你我他</b> (一) 邀請學生自由發表對情緒的定義與認識。 (二) 情緒你我他活動： 讓學生抽情緒卡並給予時間思考，之後開始進行活動。 (三) 請拿到同樣情緒卡的同學一起上台呈現。 (五) 請同學發表活動時的發現。 <b>二、讀「情」術</b> (一) 學習正確解讀別人情緒的	1. 學生能透過表情與肢體展現表達自身情緒。 2. 學生能覺察並表達自己的情緒狀態。		

						方法，重點放在如何覺察他人情緒。			
第 2 週	主題五： 心之谷 單元一： 情緒密碼	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。	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的影響與調適。	1. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 2. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	活動二 情緒曲線 情緒曲線圖 (一) 請大家拿出自己的『情緒指數』紀錄，看看自己寫在上面的事件與情緒。與同組同學分享自己的心情紀錄。 (二) 學生透過分享知道與人聊聊也是一種紓解情緒的方法。 (三) 邀請自願同學分享自己的一件事，並說明自己的情緒。 (四) 交流課本的四個思考問題點，分別是：情緒曲線的樣態、自己是否喜歡及原因、情緒曲線由上而下(或由下而上)時發生了那些事、遭遇類似事件卻有不同情緒的原因。 (五) 學生進行發現的發表。	學生完成「情緒曲線圖」。		
第 3 週	主題五： 心之谷 單元一： 情緒密碼	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的	1. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出	活動三 思想情緒調節站 思想定檢站／情緒的方向	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	<b>【高齡教育】</b> 同理並感受老年生活的狀況與心境，覺察	

		資源促進生涯適性發展，省價自我價值，實踐生命意義。	因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	培養。輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。	因應與調適的策略。 2. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	(一) 透過故事閱讀討論引出想法可決定情緒的重點。 (二) 藉由分組討論讓學生看到同一件事大家的想法可能會不同，不同的想法就會有不同的情緒，提升願意調整的想法、改變情緒的意願。	高齡化的意義與價值。	
第 4 週	主題五： 心之谷 單元一： 情緒密碼	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省價自我價值，實踐生命意義。	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。	1. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 2. 能運用合宜的策略，調適人生困境，培養正向思考模式。	<b>活動三 思想情緒調節站</b> <b>走出思考框框</b> (一) 閱讀課本我的情緒我選擇事件，發表個人面對相同事件的其他想法，並延伸思考到可能行動與影響。 (二) 在思想情緒紀錄簿寫下三件讓自己有負面情緒的事件並與同學分享自己的想法及情緒。 (三) 分享後，邀請學生試著用學過的調整想法技巧將自己調整過後的想法寫下。 (四) 學生討論在過程中遇到的困難並邀請其他同學提供解決方法。	完成「思想情緒紀錄簿」作業。	

第 5 週	主題五： 心之谷 單元一： 情緒密碼	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 發自我價 值，實踐 生命意 義。	1d-IV-1 覺察個人 的心理困 擾與影響 因素，運 用適當策 略或資源 ，促進心 理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考 模式、生 活習慣與 態度的培 養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓 力的成因 、影響與 調適。	1. 能分析個 人面對困 境的思考 模式，並 提出因應 與調適的 策略。 2. 能運用 合宜的策 略，調適 人生困境 ，培養正 向思考模 式。	<b>活動三 思想情 緒調節站</b> <b>表達情緒我可以</b> (一) 學生思考 如果情緒 紓解方法 只有一種 會面臨哪 些狀況。 (二) 學生 思考哪種 方式是健 康的情緒 表達方式 以及理由。 (三) 學生 透過課文 說明認識 自我肯定 的情緒表 達方法與 步驟。 (四) 引導 學生思考 ：自我肯 定情緒表 達方式還 需要注意 那些事情？	完成「思想情 緒紀錄簿」作 業。		
第 6 週	主題五： 心之谷 單元一： 情緒密碼	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 發自我價 值，實踐 生命意 義。	1d-IV-1 覺察個人 的心理困 擾與影響 因素，運 用適當策 略或資源 ，促進心 理健康。	輔 Da-IV-1 正向思考 模式、生 活習慣與 態度的培 養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓 力的成因 、影響與 調適。	1. 能分析個 人面對困 境的思考 模式，並 提出因應 與調適的 策略。 2. 能運用 合宜的策 略，調適 人生困境 ，培養正 向思考模 式。	<b>活動四 穩住情 緒</b> <b>情緒小錦囊／情 緒紓解便利貼</b> (一) 學生 閱讀課文 問題後討 論那些情 緒需要紓 解及原因 ，並分享 情緒太滿 可能有的 影響。 (二) 思考 還有哪些 紓解情緒 的方法， 並進行適 用之情緒 以及優缺 點之分析。 (三) 組內 交流，並 選出1~2 種公認最 能紓解情 緒的方法，寫	完成屬於自己 的「情緒紓 解便利貼」。		

						<p>在黑板上。          (四)發下 N 次貼，同學寫下自已有情緒要紓解時式的自我提醒方式，放置於明顯處，作為提醒。</p>			
第 7 週	<p>主題五：          心之谷          單元二：寶          生命百寶箱          (第一次          段考)</p>	<p>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。</p>	<p>1d-IV-1          覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。</p>	<p>輔 Db-IV-2          重大心理困擾與失落經驗的因應方法。</p>	<p>1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。          2. 能覺察自己經歷失落經驗的歷程與影響，及是否有心理困擾。          3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。</p>	<p><b>活動一 走過低潮</b>  <b>我的寶藏</b>          (一)學生在小卡上寫下自己所擁有的事物。          (二)將這些小卡依照你自己的重視程度排序。          (三)開始從排序最不重視的那一張開始打叉又，並且去感受一下當你打叉時，心中有何感受。</p> <p><b>失落現場</b>          (一)引導同學思考並分享自己的失落經驗。          (二)教師引導學生觀看課本的失落歷程表，了解失落歷程的每個階段。          (三)思考如果停留在前面四個階段太久，可能會發生甚麼事。</p>	<p>1. 口頭分享自己的失落經驗。</p>		

第 8 週	主題五： 心之谷 單元二： 生命百寶 箱	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。	1d-IV-1 覺察個人 的心理困 擾與影響 因素，運 用適當策 略或資 源，促進 心理健 康。	輔 Db-IV-2 重大心理困 擾與失落經 驗的因應方 法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落的歷程與影響，及是否有心理困擾。 3. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。	<b>活動一 走過低潮</b> <b>我的寶藏</b> (一) 學生在小卡上寫下自己所擁有的人事物。 (二) 將這些小卡依照你自己的重視程度排序。 (三) 開始從排序最不重視的那一張開始打叉又叉，並且去感受一下當你打叉時，心中有何感受。  <b>失落現場</b> (一) 引導同學思考並分享自己的失落經驗。 (二) 教師引導學生觀看課本的失落歷程表，了解失落歷程的每個階段。 (三) 思考如果停留在前面四個階段太久，可能會發生甚麼事。	1. 口頭分享自己的失落經驗。		
第 9 週	主題五： 心之谷 單元二： 生命百寶 箱	綜-J-A1 探索與開 發自我潛 能，善用 資源促進 生涯適性	1d-IV-1 覺察個人 的心理困 擾與影響 因素，運 用適當策	輔 Db-IV-2 重大心理困 擾與失落經 驗的因應方 法。	1. 能表達自己曾經經歷的失落經驗。 2. 能覺察自己經歷失落	<b>活動一 走過低潮</b> <b>走過失落</b> (一) 學生回想自己的失落經驗在當下對他造成	1. 口頭分享自己的失落經驗。 2. 了解失落經驗所經歷的歷程。		

		發展，省思自我價值，實踐生命意義。	略或資源，促進心理健康。		經驗的歷程與影響，及是否困擾。	的影響，將影響寫在N次貼上，黏在黑板的相對應分類下面。 (二)引導學生思考有何發現。 (三)閱讀課本內的新聞，想想報導中的主角經歷何事，以及他們如何面對。 (四)邀請學生分享心得。			
第 10 週	主題五： 心之谷 單元二： 生命百寶箱	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。	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	1. 能找尋心理困擾與失落經驗的因應資源與策略。 2. 能分辨不同心理困擾與失落經驗者的所需協助，展現對自己對人的關懷態度。	<b>活動二 心靈診療室</b> (一)透過『我們與心理困擾的距離』來聆聽同學蒐集的相關資訊，了解如何幫助自己與幫助別人。 (二)進行「讓我們更靠近」體驗活動，學生自由分享活動中擔任說話的感受。透過活動體會心理困擾者的困境。 (三)與同學討論若自己有這些心理困擾，期待同學如何協助？以及如果知道有人有這些心理困擾，自己又可以	1. 能蒐集並分辨心理困擾者所需的協助。 2. 學習自助與助人。		

第 11 週	主題六： 彩繪生涯 單元一： 生涯探索 記	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 資訊。 1c-IV-2 探索工作 世界與未 來發展， 提升個人 價值與生 命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯 探索與統 整。家 Dd-IV-3 家人期許 與自我發 展之思辨。	1. 能表達自 我及家人對 未來的期 望。 2. 能覺察家 人期許、個 人能力特 質、價值觀 對生涯選擇 的影響。	做一些甚麼？ <b>活動一 生涯期 望值</b> (一) 請學生思 考，並和伙伴分 享「幸福生涯想 像」，教師歸納 學生的答案。 (二) 生涯期望 塗鴉牆 請學生參考課本 頁面，將自己的 生涯期望相關的 經驗畫出來。 2. 請學生說出自 己的期望和家人 期望一致嗎？有 哪些異同？ (三) 活動小省思 與小結	1. 生涯期望塗 鴉牆—實作評 量。 2. 活動小省思 —口語評量。	<b>【生涯規劃教 育】</b> 涯 J1 了解生涯 規劃的意義與 功能。	
第 12 週	主題六： 彩繪生涯 單元一： 生涯探索 記	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 資訊。 1c-IV-2 探索工作 世界與未 來發展， 提升個人 價值與生 命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯 探索與統 整。家 Dd-IV-3 家人期許 與自我發 展之思辨。	1. 能覺察家 人期許、個 人能力特 質、價值觀 對生涯選擇 的影響。 2. 能蒐集個 人與家庭的 生涯發展資 料，發展可 能方向。	<b>活動二 家人生 涯史</b> (一) 家人職業 樹活動 (二) 我的訪問 札記—實作評 量 1. 大致了解家 族職業樹後，請 學生想想對誰 的生涯最好奇。 決定要訪問的 對象是誰，並訂 出希望訪問的 問題。 2. 派代表輪流 報告已經提出 的問題。 3. 提醒訪問 注意事項	我的訪問札記 —實作評量。		

第 13 週	主題六： 彩繪生涯：探索 單元一：生涯探索 生涯探索	綜-J-A1 探索與開 發自我潛 能，善用 資源促進 生涯適性 發展，我 實踐價值 生命意義。	1c-IV-1 澄清個人 價值觀， 並統整個 人能力、 家人期許 及相關生 涯資訊。 1c-IV-2 探索工作 與未來發 展，提升 個人人生 價值與意 義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯 探索與統 整。Dd-IV-3 家人期許 與自我發 展之思 辨。	1. 能蒐集個 人與家庭 生涯發展 的相關資 訊，探索 可能發展 方向。 2. 能統整個 人與家庭 生涯發展 的資訊， 提出仍 需發展的 項目。	<b>活動二 家人          生涯史</b> (一) 生涯筆 記經過訪 問家人的 過程，請 大家於課 堂中分享 自己的訪 問結果。 (二) 價值探 索與我的 生涯價值 觀 1. 價值探 索：想一 想家人重 視的價值 觀有哪些 ？參考價 值觀探索 課本頁面 ，說出可 能重視的 價值觀。 2. 我的生 涯價值觀 活動 (三) 活動 小省思與 小結	生涯筆記與 我的生涯價 值探索一高 層筆評量。	<b>【生涯規劃教          育】</b> 涯 J4 了解自 己的人格特 質與價值觀。	
第 14 週	主題六： 彩繪生涯：探索 單元一：生涯探索 生涯探索 (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，我 實踐價值 生命意義。	1c-IV-1 澄清個人 價值觀， 並統整個 人能力、 家人期許 及相關生 涯資訊。 1c-IV-2 探索工作 與未來發 展，提升 個人人生 價值與意 義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯 探索與統 整。Dd-IV-3 家人期許 與自我發 展之思 辨。	1. 能統整個 人與家庭 生涯發展 的資訊， 提出仍 需發展的 項目。 涯發展仍 需發展的 項目。	<b>活動二 家人          生涯史</b> <b>涯史</b> (一) 教師說 明生涯金 三角觀念。 (二) 幸福生 涯規畫藍 圖 1. 引導學 生思考並 完成幸福 生涯規畫 藍圖。 2. 學生將 作品放在 桌上，自 由走動觀 賞每個 人的生涯 藍圖，教 師可發給 學生每人 三張貼紙 ，對於規 劃最詳細 的三項作 品，可以在	高層次紙筆 評量。		

						作品旁貼上貼紙。 (三)活動小省思與小結			
第 15 週	主題六： 彩繪生涯： 單元一：生涯探索 生涯探索	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 資訊。 1c-IV-2 探索工作 世界與未 來發展， 提升個人 價值與生 命意義。	輔 Ca-IV-2 自我生涯 探索。 Dd-IV-3 家人期許 與自我發 展之思辨。	1. 能統整個 人與家庭的 生涯發展資 訊，提出仍 需發展的項 目。	<b>活動二 家人 生涯史</b> (一) 教師說明 生涯金三角 觀念。 (二) 幸福生 涯規畫藍圖 1. 引導學生 思考並完成 幸福生涯規 畫藍圖。 2. 學生將作 品放在桌上 ，自由走動 觀賞每個 人的生涯藍 圖，教師可 發給學生每 人三張貼紙 ，對於規劃 最詳細的三 項作品，可 在作品旁貼 上貼紙。 (三)活動小 省思與小結	高層次紙筆 評量。		
第 16 週	主題六： 彩繪生涯： 單元二：萬 花職涯筒	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-2 探索工作 世界與未 來發展， 提升個人 價值與生 命意義。	輔 Cb-IV-2 工作意義 、工作態 度、工作 世界與未 來發展探 索。	1. 能從訪談 家人過過程 中，覺察生 涯選擇的影 響因素，統 整出自己的 生涯發展目 標。 2. 能探索生 涯價值觀與 生涯目標的 相關性。	<b>活動一 工作 世界聯想</b> (一) 參考課 本的語詞， 請學生分小 隊抽出不同 的語詞，聯 想有那些相 關的職業， 進行腦力激 盪，寫出越 多越好。 (二) 各小隊 派代表說說 看有哪	工作世界聯 想—高層次 紙筆評量。		

						些工作與類別，藉此評量學生對工作世界的認識程度。 (三)教師簡介職業搜尋網站。			
第 17 週	主題六： 彩繪生涯： 單元二：萬花筒	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作與世界來發展，提升個人價值與意義。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展。	1. 能從訪談家人過過程中，覺察生涯選擇的影響因素，統整出自己的生涯發展目標。 2. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	<b>活動二 職業瀏覽器</b> <b>職業調查報告</b> (一)請學生參考課本資訊，上網查詢各種職業分類，看看現在有哪些工作分類。 (二)輸入關鍵字查看工作，搜尋該項工作的資訊。 (三)引導學生仔細閱讀網站中的職業資訊，把它寫下來。 (四)你覺得身為國中生，如果要朝著找一份自己喜歡從事的職業，可以做些甚麼？	1. 職業調查報告—實作評量。 2. 高層次紙筆測驗。		
第 18 週	主題六： 彩繪生涯： 單元二：萬花筒	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作與世界來發展，提升個人價值與意義。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展。	1. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	<b>活動二 職業瀏覽器</b> <b>性別與職業</b> (一)本次活動希望帶領學生思考性別與職業的關係。 (二)安排自由播放影片「讓夢想起飛—職業類	性別與職業—口語評量。		

						科的性別少數」。 <p>(三) 教師請學生參考影片中的故事以及課本範例的故事，並和伙伴們討論職業類科的性別少數，會造成哪些優勢或影響？</p> <p>(四) 推派一名代表上臺報告，並負責歸納與統整各組的答案。</p>			
第 19 週	主題六： 彩繪生涯 單元二：萬花筒 職涯	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-2 探索工作與未來發展，提升個人價值與生命意義。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。	1. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	<b>活動三 職人素養</b> <p>(一) 教師播放相關影片介紹，讓學生認識職業達人的生涯發展如何培養出專業素養。</p> <p>1. 連加恩～臺大畢業典禮演講</p> <p>2. 戴資穎～臺灣演義報導</p> <p>(二) 討論影片裡職人有甚麼特點，讓他能夠成為該領域的佼佼者。</p> <p>(三) 省思：你有哪些潛能特質，也和職人很類似呢？如果未來想要成為職業達人，有哪些你還不足的？</p>	1. 職人素養—口語評量。		
第 20 週	主題六：	綜-J-A1 探索與開	1c-IV-2 探索工作	輔 Cb-IV-2 工作意義、	1. 能探索生涯價值觀與	<b>活動三 職人素</b>	1. 我的未來職人臉書—高層		

	彩繪生涯：單元二：萬花筒	發自我潛能，善用資源促進生涯發展，省思自我價值，實踐生命意義。	世界與未來發展，提升個人價值與意義。	工作態度、與世界未來發展探索。	生涯目標的相關性。	養我的未來職人臉書—高層次紙筆評量 (一) 說明與示範職人臉書的製作方法。 (二) 欣賞職人臉書作品。 三、活動小省思與小結	次紙筆評量。		
第 21 週	主題六：彩繪生涯：單元二：萬花筒  (第三次段考)	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作與世界未來發展，提升個人價值與意義。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、與世界未來發展探索。	1. 能探索生涯價值觀與生涯目標的相關性。	活動三 職人素養 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量 (一) 說明與示範職人臉書的製作方法。 (二) 欣賞職人臉書作品。 三、活動小省思與小結	1. 我的未來職人臉書—高層次紙筆評量。		

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	主題五：性別魔法站 單元一：性別偵探社	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-2 培養親密關係的處理知能。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度	1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。 2. 討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性	活動一 性別觀察家 (一) 性別事件簿 1. 生活情境討論。 2. 了解性別的差異與體諒不同性別的立場。 (二) 推理時間	1. 口語評量 2. 紙筆評量		

				的培養。	可能受到不平等對待，並在學校、社會、家庭、別平等觀念。	1. 參考課本圖片思考可能有什麼刻板印象，要怎麼突破，將討論的結果寫在海報上，派代表上臺報告。 (三)活動省思與小結			
第 2 週	主題五：性別魔法 單元一：性別偵探社	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-2 培養親密關係的處理知能。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動態度的培養。	1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別的刻板印象的觀念。 2. 討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性的可能受到不平等對待，並在學校、社會、家庭、別平等的觀念。	<b>活動二 性別與尊重</b> (一) 性平勇士 1. 引導學生閱讀劉柏君的故事，說明個人發展可以不受性別的影響。 2. 影片過後請學生分組討論該位名人如何肯定自己，周圍的人又如何接納他。 (二) 性平大聲說 1. 引導學生發現性別平等的態度在生活中潛移默化地傳遞，日常生活中就要養成性別平等的意識。 2. 教師歸納家庭、學校、社會友善環境的行動。 3. 寫下性平宣言。	紙筆評量	<b>【防墜教育】</b> Da-V-1 多元性別互動、交往與情感表達。	
第 3 週	主題五：性別魔法	綜-J-B1 尊重、包容與	2a-IV-2 培養親密	輔 Aa-IV-2 自我悅納、	1. 討論有關性別特質、	<b>活動三 性別平等論壇</b>	1. 完成性平魔法書。	<b>【性侵害犯罪防治】</b>	

	站單元一：性別偵探社	欣賞他人，自與運用合技巧，促進良好的人際互動。	關係的表達與處理知能。	尊重差異與自我成長。輔Dd-IV-1 尊重多元性別差異。輔Dd-IV-2 合宜的性別態度的培養。	性別特徵、性別多樣性可能受到的不平等對待，並反思在學校、家庭、社會性別平等的重觀。2.發現性霸凌與性騷擾的問題，當的學習適應行為以實際行動推廣性別平等觀念。	(一) 性別新聞臺 1. 小隊討論日常生活中哪些行為可能涉及對他人的騷擾與侵害，甚至霸凌。 2. 教師說明資訊站涉及到相關的法律問題，性別互動不恰當的行為是有法律責任的。 (二) 性別論壇 (三) 性平魔法書 1. 每個人寫下一個不同情境下可以因應性騷擾和性霸凌的小妙方，製作成標語海報，共同製作性別平等的魔法書，張貼於校園角落，推廣反霸凌與騷擾的觀念。		性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題	
第 4 週	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，自與運用合技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家Db-IV-3 合宜的交友行為與親密關係的發展歷程。	1. 能釐清性別互動中的迷思，思考合宜的親密關係。 2. 能覺察愛、價值觀，並釐清親密關係的態度。	<b>活動一 初探感情互動</b> <b>愛的主打歌</b> (一) 教師播放數首情歌，學生猜今日課程主題。 (二) 回憶並註記流行歌曲中印象深刻的兩句歌詞，寫下歌詞背後代表的愛情態	口語評量。		

						度。 (三) 戀人條件拍賣會搶標活動 (四) 統計該班最受歡迎的戀人條件，並且為這些價值觀提供歸類的參考，並做簡短解釋。			
第 5 週	主題五： 性別魔法 站 單元二： 性別協奏 曲	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-2 培養親密關係的處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	1. 能透過活動，學習不段適宜的交往態度。 同國中生適宜的交往態度。	<b>活動二 感情活動不卡關</b> (一) 帶領同學深入討論戀愛的各個階段會出現的狀況題。 (二) 教師參考學生答題狀況，在每個題目加上一個額外簡答題，讓一些因為籤運不佳而落後的組別，有進一格的機會，激發學生的參與度。	口語評量。		
第 6 週	主題五： 性別魔法 站 單元二： 性別協奏 曲	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-2 培養親密關係的處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	1. 能透過活動，學習不段適宜的交往態度。 同國中生適宜的交往態度。 2. 能分析不態同的分手程度帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。	<b>活動三 情感互動協奏曲</b> (一) 教師準備跟組數相同的數支竹籤，籤上的內容是狀況劇情之一。 (二) 進行討論 (三) 開始演出	口語評量。		
第 7 週	主題五：	綜-J-B1 尊	2a-IV-2	輔 Dd-IV-2	1. 能透過活	<b>活動三 情感互</b>	口語評量。		

	<p>性別魔法站單元二：性別協奏曲</p> <p>(第一次段考)</p>	<p>重、包容與欣賞他人，自適己的意見與感受，運用同理心及溝通技巧，促進良好的人際互動。</p>	<p>培養親密關係的處理知能。</p>	<p>合宜的性別互動與態度的培養。家Db-IV-3合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。</p>	<p>動，學習不段同交往階段的性別互動與交往態度。</p> <p>2. 能分析不態同的分手帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。</p>	<p><b>動協奏曲</b></p> <p>(一) 教師準備跟組數相同的數支竹籤，籤上的內容是狀況劇情之一。</p> <p>(二) 進行討論</p> <p>(三) 開始演出</p>			
第8週	<p>主題五：性別魔法站單元二：性別協奏曲</p>	<p>綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，自適己的意見與感受，運用同理心及溝通技巧，促進良好的人際互動。</p>	<p>2a-IV-2 培養親密關係的處理知能。</p>	<p>輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。家Db-IV-3合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。</p>	<p>1. 能透過活動，學習不段同交往階段的性別互動與交往態度。</p> <p>2. 能分析不態同的分手帶來的結果，選擇適合的分手方式，並調整分手後的心態。</p>	<p><b>活動三 情感互動協奏曲</b></p> <p>(一) 教師準備跟組數相同的數支竹籤，籤上的內容是狀況劇情之一。</p> <p>(二) 進行討論</p> <p>(三) 學生演出與分享。</p> <p>(四) 教師總結：我們清楚的面對問題，用理性、誠懇的溝通，大致上都可以找到彼此雙方或是與外在挑戰最好的互動方式。</p>	口語評量。		
第9週	<p>主題五：性別魔法站單元一：性別偵探社</p>	<p>綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，自適己的意見與感受，運用同理心及溝通技巧，促進良好的人際互動。</p>	<p>2a-IV-2 培養親密關係的處理知能。</p>	<p>輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。</p> <p>輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。</p> <p>輔 Dd-IV-2</p>	<p>1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。</p> <p>2. 討論有關性別特質、</p>	<p><b>活動一 性別觀察家</b></p> <p>(一) 性別事件簿</p> <p>1. 生活情境討論。</p> <p>2. 了解性別的差異與體諒不同性</p>	<p>1. 口語評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>		

		好的人際互動。		合宜的性別互動與態度的培養。	性別特徵、性多樣性、性平等對反、性重性別可能不待、學校、社會的平等觀念。	別立場。 (二) 推理時間 1. 參考課本圖片思考可能有什麼刻板印象，要怎麼突破，將討論的結果寫在海報上，派代表上臺報告。 (三) 活動省思與小結		
第 10 週	主題五：性別魔法站 單元二：性別協奏曲	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及溝通技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-2 培養親密關係的處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與親密關係的發展歷程。	1. 能分析不能同度的帶果，合式的分手。	<b>活動四 和平分手練習曲</b> 一、分手 memo (一) 學生閱讀活動範例，透過分組討論歸納出分手的對話方式，並決定上臺演出的人。 (二) 上臺角色扮演後，全班一起討論哪一組的分手對話是最適宜的。 (三) 教師統整分手時除了表達內容以外，還需要注意哪些事項。 二、我們都要好好過 (一) 學生討論課本上的四個面向的問題並發表。 (二) 省思：「這個階段談感情，需要注意哪	1. 能與同學討論。 2. 整理出分手後的適合與不適合作法。	

						些事項？」			
第 11 週	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運
第 12 週	主題六： 生涯方程式 單元一： 追蹤生涯 路	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 我價值，意 踐生命意義。	1c-IV-1 澄清個人並 價值觀統整 個人能力特 質、家人相 期許及生涯 資訊。	輔 Cb-IV-1 適性教育的 試探與資訊 統整。	1. 覺察自我 的興趣與其 所適合的方 向。 2. 覺察自我 的性質與能 力及其所適 合的方向。	<b>活動一 未來同 學會</b> (一)教師引導學 生想像 20 年後 的未來自己。 (二)同學會自 我介紹。 (三)讓學生覺 察自我的興趣、 特質與其所適 合的方向。	1. 口頭回答。		
第 13 週	主題六： 生涯方程式 單元一： 追蹤生涯 路	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 我價值，意 踐生命意義。	1c-IV-1 澄清個人並 價值觀統整 個人能力特 質、家人相 期許及生涯 資訊。	輔 Cb-IV-1 適性教育的 試探與資訊 統整。	1. 覺察自我 的興趣與其 所適合的方 向。 2. 覺察自我 的性質與能 力及其所適 合的方向。	<b>活動一 未來同 學會</b> (一)教師引導學 生想像 20 年後 的未來自己。 (二)未來同學 會自我介紹。 (三)讓學生覺 察自我的興趣、 特質與其所適 合的方向。 (四)分組討論 出應對策略，並 上臺報告。	1. 學生自評。 2. 學生互評。 3. 教師評量。		
第 14 週	主題六： 生涯方程式 單元一： 追蹤生涯 路 (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 我價值，意 踐生命意義。	1c-IV-1 澄清個人並 價值觀統整 個人能力特 質、家人相 期許及生涯 資訊。	輔 Cb-IV-1 適性教育的 試探與資訊 統整。	1. 統整興 趣、特質、 能力，了解 自己的生涯 興趣組型。 2. 了解適配 的職業群。	<b>活動二 解開生 涯謎</b> (一)介紹「生涯 興趣組型」雙向 度模型的概念。 (二)請學生拿出 螢光筆，將所對 應到的職業群中 最吸引他的某幾 樣職業標示出 來，作為未來的 生涯目標！	1. 學生自評。 2. 學生互評。 3. 教師評量。		

						(三)將學生分組進行討論三種狀況：無興趣有能力、興趣無能力、有興趣無能力的應對策略！討論之後，輪流上臺公開分享！			
第 15 週	主題六： 生涯方程式單元二： 勇闖生涯路	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，促進生涯適性發展，省思我踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作與世界發展，來提升個人價值意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、與的生涯轉折與的意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。	<b>活動一 人生規畫局</b> (一)利用疊疊樂的教具，小組伙伴以接龍的方式來完成翰寶的生涯故事。 (二)哪一組能在時間之內疊出最高的塔，即是優勝者！ (三)邀請冠軍隊伍推派一人，分享他們遊戲中接龍製造出來的生涯角色！	學生實作與口頭分享。		
第 16 週	主題六： 生涯方程式單元二： 勇闖生涯路	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，促進生涯適性發展，省思我踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作與世界發展，來提升個人價值意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、與的生涯轉折與的意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。	<b>活動一 人生規畫局</b> (一)利用疊疊樂的教具，小組伙伴以接龍的方式來完成翰寶的生涯故事。 (二)哪一組能在時間之內疊出最高的塔，即是優勝者！ (三)邀請冠軍隊伍推派一人，分享他們遊戲中接龍製造出來的	學生實作與口頭分享。		

第 17 週	主題六： 生涯方程 單元二： 勇闖生涯 路	綜-J-A1 探 索與開發， 我潛能，善 用資源，促 進生涯適性 發展，省思 我價值，實 踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作未 與世界發展 來提升個人 價值與意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、 與的 生涯轉折的 生命意義的 探索。	1. 認識生涯 角色的多樣 性。 2. 規畫個人 生涯彩虹 圖。	生涯角色！ <b>活動一 人生規 畫局</b> (一)複習上一活 動討論的各種生 涯角色，並帶領 同學看課本上小 明的生涯彩虹 圖！ (二)教師發下 空白紙及色筆， 並邀請他們著手 設計屬於自己的 彩虹圖！ (三)待活動結 束後，邀請完成 圖形的學生跟兩 旁同學分享自己 的圖形設計！	1. 學生實作與 討論。 2. 省思與回 饋。		
第 18 週	主題六： 生涯方程 單元二： 勇闖生涯 路	綜-J-A1 探 索與開發， 我潛能，善 用資源，促 進生涯適性 發展，省思 我價值，實 踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作未 與世界發展 來提升個人 價值與意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、 與的 生涯轉折的 生命意義的 探索。	1. 認識生涯 角色的多樣 性。 2. 規畫個人 生涯彩虹 圖。 3. 了解生涯 會出現的逆 境及解決策 略。 4. 統整自己 的生涯金三 角。	<b>活動二 生涯過 來人</b> (一)教師舉出一 些名人具體的成 就，說明生涯並 非一路順境。 (二)名人逆境 重生的故事。 (三)抽籤邀請 同學分享印象深 刻的報告內容及 原因。	1. 分享與討 論。 2. 資料搜集與 調查。 3. 省思與回 饋。	<b>【生涯規劃教 育】</b> 涯 J1 了解生 涯規劃的意義 與功能。 涯 J2 具備生 涯規劃的知識 與概念。	
第 19 週	主題六： 生涯方程 單元二： 勇闖生涯 路	綜-J-A1 探 索與開發， 我潛能，善 用資源，促 進生涯適性 發展，省思 我價值，實 踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作未 與世界發展 來提升個人 價值與意義。	輔 Ca-Iv-1 生涯發展、 與的 生涯轉折的 生命意義的 探索。	1. 認識生涯 角色的多樣 性。 2. 規畫個人 生涯彩虹 圖。 3. 了解生涯	<b>活動二 生涯過 來人</b> <b>好漢當年勇</b> (一)教師向學 生說明活動的要 旨，介紹採訪問 題，並鼓勵學生	1. 口頭評量。 2. 省思與回 饋。		

		義。			會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	腦力激盪出其他可以提問的問題。 (二) 教師說明進行採訪的禮貌及注意事項，下周上課時進行分享。 (三) 前輩的生涯經驗談，對我的生涯規畫有什麼影響？		
第 20 週	主題六：生涯方程式單元二：勇闖生涯路	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思我價值，實踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作與世界發展，來提升個人價值與意義。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、與的生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	<b>活動三 逐夢且踏實</b> (一) 教師說明，今天要大家帶這些跟未來角色正面、美好的相關圖片，將夢想具象化！ (二) 引導學生從中找到圖片象徵的角色及意義，標註在圖片旁邊。 (三) 學生兩兩一組為單位來分享自己的貼圖。 (四) 教師帶領學生瀏覽思考課本算出自己未來生活的單月開銷。	實作與分享。	
第 21 週	主題六：生涯方程式單元二：勇闖生涯路 <b>(第三次)</b>	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思我價值，實踐生命意義。	1c-IV-2 探索工作與世界發展，來提升個人價值與意義。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、與的生涯轉折與生命意義的探索。	1. 認識生涯角色的多樣性。 2. 規畫個人生涯彩虹圖。 3. 了解生涯	<b>活動四 再訪金三角</b> 邀請學生一起搜索記憶庫，搶答從八上到目前以來的生涯相關試探活動，將這些答案條列在黑板	討論與口頭評量。	

	段考)	義。			會出現的逆境及解決策略。 4. 統整自己的生涯金三角。	上，並用簡短的描述幫助學生溫習過往經驗，帶領學生重新複習生涯金三角！			
--	-----	----	--	--	--------------------------------	------------------------------------	--	--	--