貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

114學年度嘉義縣民和國民中學九年級第一二學期教學計畫表　設計者：梁婉倩（表十一之一）

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：南一版第五、六冊

三、本領域(輔導科)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	主題一、青春生涯路（輔導）單元1 夢想啟航【活動一】生涯領航(一)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思	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。	家Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	【活動一】生涯領航(一) 透過生涯幻遊，釐清自己的價值觀、興趣、性向等，對個人生涯抉擇的影響。	透過活動瞭解自己的興趣與價值觀，並覺察這些因素對自己生涯的影響。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程透過活動協助學生覺察自身興趣與價值觀，並思考其對未來生涯決定的影響與	實作評量 口語評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值	

		維,運用最佳策略,保護自己及他人。 綜 -J-C1 探索人與環境的關係,規劃、執行服務學習合戶外學習活動,落實公民關懷並思反永續的行動價值。		童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 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。		規劃方向。		觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第 2 週	主題一、青春生涯路(輔導) 單元 1 夢想啟航 【活動一】生涯領航(二)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險,檢核、評估學習及生活計畫,發揮創新思維,運用最	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。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2	【活動一】 生涯領航(二) 透過生涯幻遊,釐清自己的價值觀、興趣、性向等,對抉擇的影響。	透過活動瞭解自己的興趣與價值觀, 並覺察這些因素對自己生涯的影響。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程透過活動協助學生覺察自身興趣與價值觀,並思考其對未來生涯決定的影響與規劃方向。	實作評量 口語評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。	

		佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執學習合戶活外學習公並動，落實民關懷環境反思續的行永動價值。		小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 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。				涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第 3 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 1 夢想啟航 【活動二】家人伴我行	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保	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。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分	【活動二】 家人伴我行 蒐集家人與環境因素對自我的影響，表達自己對生涯的想法。	釐清對自我的認識，蒐集家人對自己的想法，表達自己對生涯的想法。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程引導學生透過自我覺察與家人回饋，思考個人生涯方向與未來規劃。	口語評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立	

		護自己及他人。 綜 -J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習活動，落實公民關懷並反思永續的行動價值。		工、團隊合作與團體動力的提升。 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。				對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第 4 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 1 夢想啟航 【活動三】生涯金三角(一)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作	【活動三】 生涯金三角(一) 整合自己的各項生涯資訊，提出適性的生涯發展目標。	透過活動蒐集對自我的認識，並思考自己未來的生涯方向。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程透過活動協助學生認識自我特質，並思考未來生涯發展的方向與規劃。	學習紀錄 口語評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生	

		他人。 綜 -J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執學外學習活公並民關懷環境行反思續的行動價值。		與團體動力的提升。 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。				涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第 5 週	主題一、青春生涯路（輔導） 單元 1 夢想啟航 【活動三】生涯金三角(二)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-C1	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。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的	【活動三】 生涯金三角(二) 整合自己的各項生涯資訊，提出適性的生涯發展目標。	透過活動蒐集對自我的認識，並思考自己未來的生涯方向。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程透過活動協助學生認識自我特質，並思考未來生涯發展的方向與規劃。	學習紀錄 口語評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

		探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習活動，落實公民關懷並反思永續的行動價值。		提升。 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。				涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第 6 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 1 夢想啟航 【活動四】我的生涯藍圖 （第一次段考）	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-C1 探索人與	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力特質、家人期許及相關生資訊。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動四】 我的生涯藍圖 收集各項影響生涯抉擇因素，做出合宜的生涯抉擇。	透過實際生活的經驗，並統整自己的各項資訊，做出適合自己的生涯目標。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程引導學生結合生活經驗與自我認識，統整資訊以訂定合適的生涯目標。	實作評量 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析	

		環境的關係，規劃、執行服務學習活動，落實公民反思並永續的行動價值。		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。				影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第 7 週	主題一、青春生涯路（輔導） 單元 1 夢想啟航 【活動四】我的生涯藍圖	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-C1 探索人與環境的關係，規劃、	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。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Ca-IV-2	【活動四】 我的生涯藍圖 收集各項影響生涯抉擇因素，做出合宜的生涯抉擇。	透過實際生活的經驗，並統整自己的各項資訊，做出適合自己的生涯目標。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程引導學生結合生活經驗與自我認識，統整資訊以訂定合適的生涯目標。	實作評量 高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生	

		務行服合戶活執學習學習公外動，落實並民關懷環境反思續的行永動價值。		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。				涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第 8 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 2 生涯 Maker 【活動一】未來偵察員（一）	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-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動一】未來偵察員（一） 分享個人生涯規劃的感受與想法，瞭解國中畢業後各類型學校特色，並分析自己的狀況。	能分享個人生涯規劃的感受與想法。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育： 課程鼓勵學生分享個人生涯規劃的想法，並培養探索教育與職涯環境的能力。	口語評量 實作評量 學習紀錄	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與	

		析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。						他人理性溝通的素養。	
第9週	主題一、青春生涯路（輔導） 單元2 生涯Maker 【活動一】未來偵察員(二)	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-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動一】 未來偵察員 (二) 分享個人生涯規劃的感受與想法，瞭解國中畢業後各類型學校特色，並分析自己的狀況。	能分享個人生涯規劃的感受與想法。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程鼓勵學生分享個人生涯規劃的想法，並培養探索教育與職涯環境的能力。	口語評量 實作評量 學習紀錄	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	

		性，進而有效執行生活中重要事務。							
第10週	主題一、青春生涯路（輔導）單元2生涯Maker【活動二】資訊一把罩	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-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	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動二】 資訊一把罩熟悉十二年國教升學管道，並檢視自己現階段的表現。	能探索國中畢業進路及十二年國教適性升學相關資訊。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程引導學生探索國中畢業後的升學進路，認識多元教育選擇與規劃方向。	實作評量 學習紀錄	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	

		要事務。							
第 11 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 2 生涯 Maker【活動二】資訊一把罩	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-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。	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動二】資訊一把罩熟悉十二年國教升學管道，並檢視自己現階段的表現。	能探索國中畢業進路及十二年國教適性升學相關資訊。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程引導學生探索國中畢業後的升學進路，認識多元教育選擇與規劃方向。	實作評量 學習紀錄	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 12 週	主題一、青春生涯	綜 -J-A1 探索與開	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規	【活動三】高校探險隊	能運用適性升學資訊，蒐集學區內高校資訊，澄清自己的疑	實作評量	【生涯規劃、生命教	

	路（輔導）單元 2 生涯 Maker【活動三】高校探險隊(二)	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-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。	源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	(二) 探索學區內高校資訊，澄清自己的疑惑，作為生擬訂個人生涯規劃的參考。	惑，作為擬訂個人生涯規劃的參考。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 程培養學生運用升學資訊與學校資源，作為擬定個人生涯規劃的依據。		育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 13 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 2 生涯 Maker【活動四】高校達人	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	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。	【活動四】 高校達人 收集適合自己的高校資訊，覺察、評估未來生涯發展可能面臨的問題，並調整策略。	能善用生涯規劃、適性升學相關資訊，覺察未來生涯發展可能面臨的問題，評估並學習調整自己未來生涯發展方向以促進個人成長。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程引導學生運用升	高層次紙筆評量 實作評量	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。	

		我價值，實踐生命意義。 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。		童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。		學與生涯資訊，覺察並調整未來發展方向，以促進自我成長與規劃能力。		涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 14 週	主題一、青春生涯路（輔導） 單元 2 生涯 Maker 【活動四】高校達人 （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，省思自我價值，實踐生命意義。 綜 -J-B2 善用科技、資訊與	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動四】 高校達人 收集適合自己的高校資訊，覺察、評估未來生涯發展可能面臨的問題，並調整策略。	能善用生涯規劃、適性升學相關資訊，覺察未來生涯發展可能面臨的問題，評估並學習調整自己未來生涯發展方向以促進個人成長。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育: 課程引導學生運用升學與生涯資訊，覺察並調整未來發展方向，以促進自我成長與規劃能力。	高層次紙筆評量 實作評量	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及	

		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。						執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 15 週	主題一、青春生涯路（輔導） 單元 3 抗壓達人秀 【活動一】生活檢測站	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-A3 因應社會環境變遷與風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略，促進資源，促健康。	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。	【活動一】 生活檢測站 1.分享自己對九年級生活的感受與體悟。 2.瞭解九年級的任務，練習以合理的心態來面對挑戰。	瞭解九年級的生活和任務，學習以合理的心態來面對。 【議題融入與延伸學習】 生命教育、品德教育：課程引導學生認識九年級生活挑戰，學習以理性態度面對壓力並培養正向因應能力。	口語評量 紙筆測驗	【生命教育、品德教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 品 J8 理性溝通與問題解決。	

		他人。							
第16週	主題一、青春生涯路(輔導) 單元3抗壓達人秀 【活動二】心靈深呼吸(一)	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-A3 因應社會變遷與環境風險,檢核、評估學習及生活計畫,發揮創 新思維,運用最佳策略,保護自己及他人。	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。	【活動二】 心靈深呼吸(一) 1.認識壓力來源及壓力正負向影響。 2.覺察自己的壓力狀態。	能分析人類與生活環境互動可能產生的議題,規劃環境永續的策略。 【議題融入與延伸學習】 生命教育、品德教育:程引導學生思考人與環境互動的影響,培養理性思辨與永續環境的行動策略。	口語評量 紙筆測驗	【生命教育、品德教育】 生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難,探討促進全人健康與幸福的方法。 品J8 理性溝通與問題解決。	
第17週	主題一、	綜 -J-A1	1d-IV-1 覺察個人的心	輔Da-IV-1	【活動二】	探究壓力成因及其正負向影響,覺察自己	口語評	【生命教	

	青春生涯路（輔導）單元 3 抗壓達人秀【活動二】心靈深呼吸(二)	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-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。	理困擾與影響因素，運用適當策略促健或資源，心理進康。	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。	心靈深呼吸(二) 1.認識壓力來源及壓力正負向影響。 2.覺察自己的壓力狀態。	的壓力狀態。 【議題融入與延伸學習】 生命教育、品德教育:課程引導學生覺察自身壓力來源與影響，學習以理性方式面對與調適生活挑戰。	量 紙筆測驗	育、品德教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 18 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 3 抗壓達人秀【活動	綜 -J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略促健或資源，心理進康。	輔 Da-IV-2 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2	【活動三】減壓妙點子(一) 1.分析個人面對壓力的	分析個人面對壓力的思考模式，並練習不同壓力調節策略。 【議題融入與延伸學習】 生命教育、品德教育:課程引導學生認識自身因應壓力的思考模	高層次紙筆評量 實作評量	【生命教育、品德教育】 生 J7 面對並超越人生	

	三】減壓妙點子(一)	涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。		情緒與壓力的成因、影響與調適。	思考模式。 2.練習不同壓力調節策略。	式，並練習有效的調適與解決策略。		的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 19 週	主題一、青春生涯路（輔導）單元 3 抗壓達人秀 【活動三】減壓妙點子(二)	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	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。	【活動三】減壓妙點子(二) 1.分析個人面對壓力的思考模式。 2.練習不同壓力調節策略。	分析個人面對壓力的思考模式，並練習不同壓力調節策略。 【議題融入與延伸學習】 生命教育、品德教育：課程引導學生認識自身因應壓力的思考模式，並練習有效的調適與解決策略。	高層次紙筆評量 實作評量	【生命教育、品德教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的	

		命意義。 綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。						方法。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 20 週	主題一、青春生涯路（輔導） 單元 3 抗壓達人秀 【活動四】「抗壓執行」有夠讚！	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-A3	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。	【活動四】「抗壓執行」有夠讚！ 1.運用適合的壓力調節策略，調節自己的情緒與壓力。 2.評估並調整自己所使用的情緒調	運用合宜策略或資源，調節自己的情緒與壓力，促進心理健康。 【議題融入與延伸學習】 生命教育、品德教育：課程引導學生運用合宜的策略與資源調節情緒與壓力，促進心理健康與幸福感。	實作評量	【生命教育、品德教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 品 J8 理性	

		因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。			節策略。			溝通與問題解決。	
第21週	主題一、青春生涯路（輔導） 單元3抗壓達人秀 【活動四】「抗壓執行」有夠讚！ （第三次段考）	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-A3 因應社會變遷與環	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。	【活動四】「抗壓執行」有夠讚！ 1.運用適合的壓力調節策略，調節自己的情緒與壓力。 2.評估並調整自己所使用的情緒調節策略。	運用合宜策略或資源，調節自己的情緒與壓力，促進心理健康。 【議題融入與延伸學習】 生命教育、品德教育：課程引導學生運用合宜的策略與資源調節情緒與壓力，促進心理健康與幸福感。	實作評量	【生命教育、品德教育】 生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 品J8 理性溝通與問題解決。	

		境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。							

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	主題二青春心配方（輔導） 單元1未來想像 【活動一】生涯密碼	綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命價值與生命意義。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 輔 Bc-IV-1 主	【活動一】生涯密碼 1. 分享個人未來職業與就讀科系的想法與感受。 2. 藉由個人生命故事的整理，思索過去、現在和未來間的關聯性。	統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育、生命教育: 課程引導學生統整生命經驗與生涯發展的關聯，運用系統思考規劃未來方向與行	口語評量	【生涯規劃教育 、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。	

		護自己及他人。 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。		動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。		動策略。		涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 2 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 1 未來想像 【活動二】生涯新世界(一)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命意義。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培	【活動二】生涯新世界(一) 1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。 2. 覺察環境變動對自己的生涯影響，並培養跨領域能力。	統整自我生命歷程與生涯發展的系關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育、生命教育: 課程引導學生統整生命經驗與生涯發展的關聯，運用系統思考規劃未來方向與行動策略。	學習紀錄 紙筆評量 高層次測驗 紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。 涯 J12 發展及評估生涯	

		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。		養與創新能力的運用。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。				決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題,培養與他人理性溝通的素養。	
第 3 週	主題二青春心配方(輔導) 單元 1 未來想像 【活動二】生涯新世界(二)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險,檢核、評估學習及生活計畫,發揮創新思維,運用最佳策略,保護自己及他人。 綜 -J-A1 探索與開發自我潛	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展,提升個人生命價值與意義。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 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。	【活動二】生涯新世界(二) 1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。 2. 覺察環境變動對自己的生涯影響,並培養跨領域能力。	統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性,藉由系統思考建構未來生涯。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育、生命教育: 課程引導學生統整生命經驗與生涯發展的關聯,運用系統思考規劃未來方向與行動策略。	學習紀錄 紙筆評量 高層次紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養	

		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。		家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。				生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 4 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 1 未來想像 【活動三】生涯圖像(一)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命價值與生命意義。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 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。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我	【活動三】生涯圖像(一) 1. 釐清自己的生涯發展願景，澄清個人價值與生命意義，增進自己未來發展的正向能量。 2. 統整自己未來生涯所需的能力，訂定具體目標和計劃。	統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育、生命教育: 課程引導學生統整生命經驗與生涯發展的關聯，運用系統思考規劃未來方向與行動策略。	口語評量 高層次紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。 涯J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。	

		展，省思自我價值，實踐生命意義。		發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。				生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 5 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 1 未來想像 【活動三】生涯圖像(二)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 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	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人生命價值與意義。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。 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。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分	【活動三】生涯圖像(二) 1. 釐清自己的生涯發展願景，澄清個人價值與生命意義，增進自己未來發展的正向能量。 2. 統整自己未來生涯所需的能力，訂定具體目標和計劃。	統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。 【議題融入與延伸學習】 生涯規劃教育、生命教育: 課程引導學生統整生命經驗與生涯發展的關聯，運用系統思考規劃未來方向與行動策略。	口語評量 高層次紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。 涯J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共	

		義。		工、團隊合作與團體動力的提升。				議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第 6 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 2 盛夏的任務 【活動一】主動積極的實踐家(一)	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。	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析各項資源，及開發出資源做合宜的決定與運用。	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動一】主動積極的實踐家(一) 理解面臨教育會考時的身心覺反應與行為。 察面臨教育會考時的情緒。 握面臨教育會考時自己可改變的事情。	面臨「國中教育會考」時，釐清生涯自己面會出現的各以態能戰種身心狀況，的積極主動的度力，掌握自身達到最好表現。 【議題融入與延伸學習】 生命教育: 課程引導學生覺察會期間的身積調心反應，培養與自我發極態度力，以適能最佳表現。	口語評量 實作評量	【生命教育】 生J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第 7 週	主題二青春心配方（輔導）	綜 -J-A1 探索與開發自我潛	1a-IV-1 探索自我與家庭發	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	【活動一】主動積極的實踐家(一)	面臨「國中教育會考」時，釐清生涯自己面會出現的各以戰種身心狀況，	口語評量 實作評量	【生命教育】 生J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心	

	單元 2 盛夏的任務 【活動一】主動積極的實踐家(一) (第一次段考)	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,探究多元的學習考方法,養成自主學習的能力,運用適當的策略,解決生活議題。	展的過程,覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源,宜做出決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可改變的事情。	積極主動的態度,掌握自身能力並達到最好的表現。 【議題融入與延伸學習】 生命教育: 課程引導學生覺察會考期間的身心反應,培養積極態度與自我調適能力,以發揮最佳表現。		理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往,理解人的主體能動性,培養適切的自我觀。 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難,探討促進全人健康與幸福的方法。	
第 8 週	主題二青春心配方(輔導) 單元 2 盛夏的任務 【活動一】主動積極的實踐家(二)	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	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	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動一】主動積極的實踐家(二) 理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌	面臨「國中教育會考」時,釐清挑戰自己面對生涯時會出現的各種身心狀況,以態度積極主動的,掌握自身能力並達到最好的表現。 【議題融入與延伸學習】 生命教育:	口語評量 實作評量	【生命教育】 生J2 探討完整的人的各個面向,包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往,理解人的主體能動性,培養適切的自我觀。	

		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。	調適方法。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發資源，做出合宜的決定與運用。		握面臨教育會考時自己可以改變的事情。	課程引導學生覺察心身積極調揮能力，以發展最佳表現。		生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第 9 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 2 盛夏的任務 【活動二】決戰五月天(一)	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	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發資源，	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動二】決戰五月天(一) 理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。	面臨「國中教育會考」時，釐清挑戰自己面對生涯的各種積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。 【議題融入與延伸學習】 生命教育: 課程引導學生覺察心身積極調揮能力，以發展最佳表現。	口語評量 實作評量	【生命教育】 生J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討	

		方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	做出合宜與的決定運用。					促進全人健康與幸福的方法。	
第10週	主題二青春心配方（輔導） 單元2盛夏的任務 【活動二】決戰五月天(二)	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-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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析各項開發資源，做出合宜的決定與運用。	輔Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動二】決戰五月天(二) 理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。	面臨「國中教育會考」時，釐清生涯挑戰各種身心狀況，以態度，掌握自身能力並達到最好的表現。 【議題融入與延伸學習】 生命教育: 課程引導學生覺察會考期間的身心反應，培養積極主動的自己面臨教育會考的自我調適能力，以發揮最佳表現。	口語評量 實作評量	【生命教育】 生J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第11週	主題二青	綜-J-A1	1a-IV-1	輔Ab-IV-1 青	【活動三】充電	面臨「國中教育會考」時，釐清	口語評	【生命教育】 生J2 探討完	

	春心配方（輔導） 單元 2 盛夏的任務 【活動三】充電轉運站	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，探究多元的學習與考方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	探索自我發展與家庭發展的過程，覺察影響並分析個人成長因素及調適方法。 2c-IV-2 有效蒐集、分析各開發源，宜與及項資出決做的運用。	少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	轉運站 討論轉化階段的待辦事項。調整轉化階段的心態方向。執行轉化階段的學習行動。	挑戰自己面對生涯時會出現的各種身心狀況，以態度積極主動的能力並達到最好表現。 【議題融入與延伸學習】 生命教育： 課程引導學生覺察會考期間的身心反應，培養積極態度與自我調適能力，以發揮最佳表現。	作評量 實作評量	整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與響往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生挫折的各種苦難，探討與促進全人健康與幸福的方法。	
第 12 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 3 驪歌響起 【活動一】當我	綜-J-A3 因應社會環變遷與境風險，檢核、評估學習及生活	1d-IV-2 探索生命與意義，珍惜他的價值及己生命，助他重自人並協人。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。	【活動一】當我們一起走過 回顧自己的國中歷程並覺察自己的生命發展對自己的意	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命	實作評量 口語評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。	

	們一起走過	計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 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。		童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	義與價值。	教育: 課程引導學生運用適當方法調適心理困擾，培養正向思考與自我反省，促進心理健康與幸福感。		生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第 13 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 3 驪歌響起 【活動二】校園巡禮(一)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保	1d-IV-2 探索生命意義與尊惜他的價值，珍惜與命，他人並協助他人。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	【活動二】校園巡禮(一) 透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化的傳承對個人的意義與價值。	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與理習慣，促進心健康。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命教育: 課程引導學生運用適當方法調適心理困擾，培養正向思考與自我反省，促進心理	口語評量 實作評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生	

		護自己及他人。 綜 -J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生適性發展，省思我價值，實踐生命意義。				健康與幸福感。		的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第 14 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 3 驪歌響起 【活動二】校園巡禮(一) (第二次段考)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-A1 探索與開發自我潛	1d-IV-2 探索生命的意義與尊重自己與他人並協助他人。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	【活動二】校園巡禮(一) 透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化的傳承對個人的意義與價值。	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與理習慣，促進心理健康。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命教育: 課程引導學生運用適當方法調適心理困擾，培養正向思考與自我反省，促進心理健康與幸福感。	口語評量 實作評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	

		能，善用資源促進生發展適性，省思自我價值，實踐生命意義。							
第 15 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 3 驪歌響起 【活動二】校園巡禮(二)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生發展適性，省思自我價值，實踐生命	1d-IV-2 探索生命意義與尊重自己與他人生命的價值，珍惜並協助他人。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	【活動二】校園巡禮(二) 透過與同學的分享討論，探究發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與理習慣，促進心理健康。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命教育: 課程引導學生運用適當方法調適心理困擾，培養正向思考與自我反省，促進心理健康與幸福感。	口語評量 實作評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生挫折的各種苦難，探討與促進全人健康的方法。	

		義。							
第 16 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 3 驪歌響起 【活動三】結束的起點(一)	綜 -J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜 -J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進適性發展，省思我的價值，實踐生命意義。	1d-IV-2 探索生命的意義與尊重及珍惜自己與他人並協助他人。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	【活動三】結束的起點(一) 運用合宜的方式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命教育: 課程引導學生運用適當方法調適心理困擾，培養正向思考與自我反省，促進心理健康與幸福感。	實作評量 口語評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第 17 週	主題二青春心配方（輔導）	綜 -J-A3 因應社會變遷與環	1d-IV-2 探索生命的意義與尊重及珍惜	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	【活動三】結束的起點(二) 運用合宜的方	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理	實作評量 口語評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元	

	單元 3 驪歌響起 【活動三】結束的起點(二)	境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯發展，省思我價值，實踐生命意義。	自己與他人生命，並協助他人。	輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	健康。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命教育: 課程引導學生運用適當方法調適心理困擾，培養正向思考與自我反省，促進心理健康與幸福感。		接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第 18 週	主題二青春心配方（輔導） 單元 3 驪歌響起 【活動三】結束的起點	綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮	1d-IV-2 探索生命與尊重自己與他人生命，並協助他人。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人	【活動三】結束的起點(二) 運用合宜的方式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命教育:	實作評量 口語評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析	

	(二)	創新思維,運用最佳策略,保護自己及他人。 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。		文環境之美的欣賞、維護與保護。		課程引導學生運用適當方法調適心理困擾,培養正向思考與自我反省,促進心理健康與幸福感。 【議題融入與延伸學習】 品德教育、生命教育: 課程引導學生運用適當方法調適心理困擾,培養正向思考與自我反省,促進心理健康與幸福感。		快樂、幸福與生命意義之間的關係。 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難,探討促進全人健康與幸福的方法。	

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。