

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

114 學年度嘉義縣新港國民中學九年級第一、二學期綜合領域輔導活動科教學計畫表 設計者：李筱涓

一、教材版本：康軒版第五~六冊

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 | | | | | |
| 一 9/01 - 9/05 | 第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 | 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。 | 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-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 | 1. 了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2. 覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3. 蒐集並分析紓壓策略與資源，提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4. 運用合宜的策略調適心理困擾，培養正向思考模式，促進心理健康。 | 1. 能說出國三生活的重要事件，並說出晉級國三生活的合宜想法與態度。 | 1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 | |
| 二 9/08 - 9/12 | 第五主題超前部署 第1單元打一手國三好牌 | 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。 | 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-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 | 1. 了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 2. 覺察壓力的來源及其對身心的影響。 3. 蒐集並分析紓壓策略與資源，提出個人因應與調適壓力的抗壓訓練策略。 4. 運用合宜的策略調適心理困擾，培養正向思考模式，促進心理健康。 | 1. 透過會考倒數計時器及書包負重的實作活動，覺察與分析壓力的來源及對身心的影響。 | 1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 | |
| 三 9/15 | 第五主題超前 | 綜-J-A2 釐清學習目標，探 | 1d-IV-1 覺察個人的心理困 | 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 | 1. 了解國三生活概況並表達個人對國三生活的想法與態度。 | 1. 透過會考倒數計時器及書包負 | 1. 實作評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------------|---|--|--|--|---|--|--|--|--|
| - 9/19 | 部署 第1單元 打一手國三 好牌 | 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。 | 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。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 | 2. 覺察壓力的來源及其對身心的 影響。 3. 蒐集並分析紓壓策略與資源， 提出個人因應與調適壓力的抗壓 訓練策略。 4. 運用合宜的策略調適心理困 擾，培養正向思考模式，促進心 理健康。 | 重的實作活動， 覺察與分析壓力 的來源及對身心 的影響。 | 2. 高層 次紙筆 評量 3. 口語 評量 | 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 | |
| 四 9/22 - 9/26 | 第五主 題超前 部署 第1單元 打一手國三 好牌 | 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。 | 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-2 情緒與壓力 的成因、影響與調適。 輔 Da-IV-1 正向思考模 式、生活習慣與態度的 培養。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 | 1. 了解國三生活概況並表達個人 對國三生活的想法與態度。 2. 覺察壓力的來源及其對身心的 影響。 3. 蒐集並分析紓壓策略與資源， 提出個人因應與調適壓力的抗壓 訓練策略。 4. 運用合宜的策略調適心理困 擾，培養正向思考模式，促進心 理健康。 | 1. 能與同學分享 自己日常生活中 常運用的紓壓方 式與資源。 2. 透過小隊內激 盪與分享，分析 並提出適合自己 的抗壓訓練策略 與資源。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 3. 口語 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 | |
| 五 9/29 - 10/0 3 | 第五主 題超前 部署 第1單元 打一手國三 好牌 | 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。 | 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-2 情緒與壓力 的成因、影響與調適。 輔 Da-IV-1 正向思考模 式、生活習慣與態度的 培養。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 | 1. 了解國三生活概況並表達個人 對國三生活的想法與態度。 2. 覺察壓力的來源及其對身心的 影響。 3. 蒐集並分析紓壓策略與資源， 提出個人因應與調適壓力的抗壓 訓練策略。 4. 運用合宜的策略調適心理困 擾，培養正向思考模式，促進心 理健康。 | 1. 透過六項思考 帽的實作演練， 練習用不同觀點 彈性看待壓力事 件。 2. 能說出面對國 三生活壓力事件 時，可運用的合 宜策略與資源。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 3. 口語 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 | |
| 六 10/0 6- 10/1 0 | 第五主 題超前 部署 第1單元 打一手國三 好牌 | 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。 | 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-2 情緒與壓力 的成因、影響與調適。 輔 Da-IV-1 正向思考模 式、生活習慣與態度的 培養。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 | 1. 了解國三生活概況並表達個人 對國三生活的想法與態度。 2. 覺察壓力的來源及其對身心的 影響。 3. 蒐集並分析紓壓策略與資源， 提出個人因應與調適壓力的抗壓 訓練策略。 4. 運用合宜的策略調適心理困 擾，培養正向思考模式，促進心 理健康。 | 1. 透過六項思考 帽的實作演練， 練習用不同觀點 彈性看待壓力事 件。 2. 能說出面對國 三生活壓力事件 時，可運用的合 宜策略與資源。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 3. 口語 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 | |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|---|--|--|--|--|---|--|--|
| 七 10/1 3- 10/1 7 | 第五主 題超前 部署 第2單元升學 馬拉松 【第一次評量 週】 | 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-2 自我管理與 學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的 運用與調整。 | 1. 覺察並表達個人成為會考考生的 預想與期待。 2. 檢視自己的學習狀態並探究自己 與他人的差異，進而蒐集相關 資訊。 3. 蒐集並分析學習策略，運用適 合自己的學習策略，提升學習效 率。 4. 針對學習策略執行狀況進行檢 討與調整，培養自主學習與自我 管理的能力。 | 1. 透過腦力激盪 與討論省思，完 成自己與全班的 考生九宮格開箱 照。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 3. 口語 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 |
| 八 10/2 0- 10/2 4 | 第五主 題超前 部署 第2單元升學 馬拉松 | 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-2 自我管理與 學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的 運用與調整。 | 1. 覺察並表達個人成為會考考生的 預想與期待。 2. 檢視自己的學習狀態並探究自己 與他人的差異，進而蒐集相關 資訊。 3. 蒐集並分析學習策略，運用適 合自己的學習策略，提升學習效 率。 4. 針對學習策略執行狀況進行檢 討與調整，培養自主學習與自我 管理的能力。 | 1. 透過腦力激盪 與討論省思，完 成自己與全班的 考生九宮格開箱 照。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 3. 口語 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 |
| 九 10/2 7- 10/3 1 | 第五主 題超前 部署 第2單元升學 馬拉松 | 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-2 自我管理與 學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的 運用與調整。 | 1. 覺察並表達個人成為會考考生的 預想與期待。 2. 檢視自己的學習狀態並探究自己 與他人的差異，進而蒐集相關 資訊。 3. 蒐集並分析學習策略，運用適 合自己的學習策略，提升學習效 率。 4. 針對學習策略執行狀況進行檢 討與調整，培養自主學習與自我 管理的能力。 | 1. 能覺察、分析 與歸納學習四象 限圖中，自己與 同學的學習狀態 及原因。 2. 能說出自己知 道或曾運用過的 學習策略。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 3. 口語 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 |
| 十 11/0 3- 11/0 7 | 第五主 題超前 部署 第2單元升學 | 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 | 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 | 輔 Ba-IV-2 自我管理與 學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的 運用與調整。 | 1. 覺察並表達個人成為會考考生的 預想與期待。 2. 檢視自己的學習狀態並探究自己 與他人的差異，進而蒐集相關 資訊。 | 1. 透過小隊內激 盪與分享，檢視 並擬定適合自己 的學習策略。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|--|--|--|--|--|----------------------------------|--|--|
| | 馬拉松 | 的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 | 自我管理的能力。 | | 3. 蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 4. 針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。 | | 3. 口語評量 | | |
| 十一 11/10- 11/14 | 第五主題超前部署 第2單元升學馬拉松 | 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-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 | 1. 覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2. 檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異，進而蒐集相關資訊。 3. 蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 4. 針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。 | 1. 透過小隊內激盪與分享，檢視並擬定適合自己的學習策略。 | 1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 | |
| 十二 11/17- 11/21 | 第五主題超前部署 第2單元升學馬拉松 | 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-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 | 1. 覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 2. 檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異，進而蒐集相關資訊。 3. 蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 4. 針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。 | 1. 分析學習策略實作經驗，評估與調整適合自己的各科學習策略。 2. 歸納並統整第1、2單元的學習內容，完成「升學馬拉松賽—閃亮跑者」裝備圖。 | 1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量 3. 口語評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 | |
| 十三 11/24- 11/28 | 第六主題升學導航 第1單元升學多線道 | 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。 | 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 | 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。 | 1. 認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2. 覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3. 蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4. 評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。 | 1. 能說出國中畢業後可能的升學進路。 | 1. 口語評量 2. 實作評量 | 【生涯規畫教育】 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 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 | |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------|-----------------------------------|--|----------------------------------|--------------------------|--|--|--------------------|---|--|
| | | | | | | | | 融入 SDG4 優質教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。 | |
| 十四 12/01- 12/05 | 第六主題升學導航 第1單元升學多線道 【第二次評量週】 | 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。 | 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 | 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。 | 1. 認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2. 覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3. 蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4. 評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。 | 1. 能說出國中畢業後可能的升學進路。 | 1. 口語評量 2. 實作評量 | 【生涯規畫教育】 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。 | |
| 十五 12/08- 12/12 | 第六主題升學導航 第1單元升學多線道 | 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。 | 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 | 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。 | 1. 認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2. 覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3. 蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4. 評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。 | 1. 能了解各類型學校的內涵及特色。 2. 能說各類型學校在所在就學區的代表學校。 | 1. 口語評量 2. 實作評量 | 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 融入 SDG4 優質教育：確保包容和公平的優質教育，促進全民終身學習機會。 | |
| 十六 12/15- 12/19 | 第六主題升學導航 第1單元升學多線道 | 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。 | 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 | 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。 | 1. 認識各入學管道，並辨別其中差異，作為未來升學選擇之參考。 2. 覺察各類型學校的特色及內涵，並分析對自己升學目標規畫之影響。 3. 蒐集並運用各學校資訊，對未來高校生活有初步藍圖。 4. 評估學校資訊，思考個人升學目標，並提出調整方案。 | 1. 能蒐集升學相關的學校資訊。 2. 能彙整並報告各學校資訊。 | 1. 口語評量 2. 實作評量 | | |

| | | | | | | | | |
|-------------------------------|---------------------------------------|--|--|--|---|--|-----------------------------------|---|
| 十七 12/2 2- 12/2 6 | 第六主 題升學 導航 第1單 元升學 多線道 | 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。 | 2c-IV-1 善用 各項資源，妥 善計畫與執行 個人生活中重 要事務。 | 輔 Bb-IV-2 學習資源探 索與資源整合運用。 | 1. 認識各入學管道，並辨別其中 差異，作為未來升學選擇之參 考。 2. 覺察各類型學校的特色及內 涵，並分析對自己升學目標規畫 之影響。 3. 蒐集並運用各學校資訊，對未 來高校生活有初步藍圖。 4. 評估學校資訊，思考個人升學 目標，並提出調整方案。 | 1. 能蒐集升學相 關的學校資訊。 2. 能彙整並報告 各學校資訊。 | 1. 口語 評量 2. 實作 評量 | 【生涯規畫教育】 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 J11 分析影響個 人生涯決定的因 素。 融入 SDG4 優質教 育：確保包容和公 平的優質教育，促 進全民終身學習機 會。 |
| 十八 12/2 9- 1/02 | 第六主 題升學 導航 第2單 元升學 大步行 | 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 Cb-IV-1 適性教育的 試探與資訊統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探 索與統整。 | 1. 蒐集並澄清個人、環境、資訊 等影響未來升學選擇之面向，探 索可能的升學方向。 2. 理解個人志願選擇、進路方式 等升學資訊，對選擇生涯發展方 向之影響。 3. 從模擬志願選填系統中，覺察 個人面對升學選校時應做的準備 與規畫。 4. 盤點個人資源，擬定升學目標 及計畫，並能於同儕回饋後進行 調整。 | 1. 能寫出自己面 對升學選擇所看 重的因素。 2. 能評估家人想 法對自己升學選 擇的影響。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 | |
| 十九 1/05 - 1/09 | 第六主 題升學 導航 第2單 元升學 大步行 | 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 Cb-IV-1 適性教育的 試探與資訊統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探 索與統整。 | 1. 蒐集並澄清個人、環境、資訊 等影響未來升學選擇之面向，探 索可能的升學方向。 2. 理解個人志願選擇、進路方式 等升學資訊，對選擇生涯發展方 向之影響。 3. 從模擬志願選填系統中，覺察 個人面對升學選校時應做的準備 與規畫。 4. 盤點個人資源，擬定升學目標 及計畫，並能於同儕回饋後進行 調整。 | 1. 能計算自己目 前在所在就學區 的超額比序積 分。 2. 能依照自己的 超額比序積分， 評估個人的升學 志願選擇。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 | |

| | | | | | | | | |
|-------------------------|---|--|--|--|---|--|-----------------------------------|---|
| 廿 1/12 - 1/16 | 第六主 題升學 導航 第2單元升學 大步行 【第三次評量 週】 | 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 Cb-IV-1 適性教育的 試探與資訊統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探 索與統整。 | 1. 蒐集並澄清個人、環境、資訊 等影響未來升學選擇之面向，探 索可能的升學方向。 2. 理解個人志願選擇、進路方式 等升學資訊，對選擇生涯發展方 向之影響。 3. 從模擬志願選填系統中，覺察 個人面對升學選校時應做的準備 與規畫。 4. 盤點個人資源，擬定升學目標 及計畫，並能於同儕回饋後進行 調整。 | 1. 能計算自己目 前在所在就學區 的超額比序積 分。 2. 能依照自己的 超額比序積分， 評估個人的升學 志願選擇。 | 1. 實作 評量 2. 高層 次紙筆 評量 | 【生涯規畫教育】 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 J11 分析影響個 人生涯決定的因 素。 融入 SDG4 優質教 育：確保包容和公 平的優質教育，促 進全民終身學習機 會。 |
| 廿一 1/19 - 1/23 | 第六主 題升學 導航 第2單元升學 大步行 【休業 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。 | 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 Cb-IV-1 適性教育的 試探與資訊統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與 自我發展之思辨。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探 索與統整。 | 1. 蒐集並澄清個人、環境、資訊 等影響未來升學選擇之面向，探 索可能的升學方向。 2. 理解個人志願選擇、進路方式 等升學資訊，對選擇生涯發展方 向之影響。 3. 從模擬志願選填系統中，覺察 個人面對升學選校時應做的準備 與規畫。 4. 盤點個人資源，擬定升學目標 及計畫，並能於同儕回饋後進行 調整。 | 1. 能規畫出對於 自己的升學目標 及欲達成的計 畫。 2. 能依照同學的 回饋，重新調整 自己的計畫。 | 1. 實作 評量 2. 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 | | | | | |
| 一 2/09 - 2/13 | 第五主 題夢想 起飛 第1單元做自己的英 | 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 | 1c-IV-3 運用 生涯規畫方法 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 規畫與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、 行動與調適。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、 生涯轉折與生命意義的 | 1. 統整個人生涯試探資訊，分析 與未來工作間的關係，規畫未來 可能的進路選擇。 2. 善用生涯規畫方法，執行個人 生涯決策。 | 1. 分享個人生涯 試探方式、統整 生涯試探資訊， 以及個人初探之 生涯目標。 2. 運用人力資源 | 1. 口語 評量 2. 實作 評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J12 發展及評估 生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規 畫及執行的能力。 融入 SDG8 尊嚴就 | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------|------------------------|--|---|--|---|--|--------------------|--|----------|
| | 雄 | 生命意義。 | | 探索。 | | 網站，分析統整生涯試探資訊與未來工作的關係，並完成「聚焦我的未來」的填寫。 3. 運用生涯規畫方法，進行個人生涯目標抉擇，並完成「我的生涯目標選擇平衡單」的填寫。 | | 業與經濟發展：促進持續、包容和永續的經濟成長，人人享有充分且具生產力的就業和體面工作。 | |
| 二 2/16 - 2/20 | 第五主題夢想起飛 第1單元做自己的英雄 | 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-3 運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 | 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 | 1. 統整個人生涯試探資訊，分析與未來工作間的關係，規畫未來可能的進路選擇。 2. 善用生涯規畫方法，執行個人生涯決策。 | 1. 分享個人生涯試探方式、統整生涯試探資訊，以及個人初探之生涯目標。 2. 運用人力資源網站，分析統整生涯試探資訊與未來工作的關係，並完成「聚焦我的未來」的填寫。 3. 運用生涯規畫方法，進行個人生涯目標抉擇，並完成「我的生涯目標選擇平衡單」的填寫。 | 1. 口語評量 2. 實作評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 融入 SDG8 尊嚴就業與經濟發展：促進持續、包容和永續的經濟成長，人人享有充分且具生產力的就業和體面工作。 | 社會領域(公民) |
| 三 2/23 - 2/27 | 第五主題夢想起飛 第1單元做自己的英雄 | 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-3 運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 | 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 | 1. 運用生涯相關資訊，擬定個人執行生涯決策之行動方案，評估執行情形並加以調適。 2. 因應生涯發展的可能變化，展現面對生涯轉折的正向態度。 | 1. 分享個人生涯行動方案，以及評估可能執行困難的情形，並加以調整。 2. 表達面對生涯轉折的意義，與因應變化可做的 | 1. 口語評量 2. 實作評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 融入 SDG8 尊嚴就業與經濟發展：促進持續、包容和永 | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------|------------------------|--|---|--|---|--|--------------------|--|--|
| | | | | | | 準備與行動。 3. 運用心智圖方法，擬定個人生涯行動方案，並完成「英雄行動計畫」的填寫。 | | 續的經濟成長，人人享有充分且具生產力的就業和體面工作。 | |
| 四 3/02 - 3/06 | 第五主題夢想起飛 第1單元做自己的英雄 | 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-3 運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 | 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 | 1. 運用生涯相關資訊，擬定個人執行生涯決策之行動方案，評估執行情形並加以調適。 2. 因應生涯發展的可能變化，展現面對生涯轉折的正向態度。 | 1. 分享個人生涯行動方案，以及評估可能執行困難的情形，並加以調整。 2. 表達面對生涯轉折的意義，與因應變化可做的準備與行動。 3. 運用心智圖方法，擬定個人生涯行動方案，並完成「英雄行動計畫」的填寫。 | 1. 口語評量 2. 實作評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 融入 SDG8 尊嚴就業與經濟發展：促進持續、包容和永續的經濟成長，人人享有充分且具生產力的就業和體面工作。 | |
| 五 3/09 - 3/13 | 第五主題夢想起飛 第2單元勇敢夢想 | 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，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 童 Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 | 1. 探索工作世界的未來發展及所需專業素養，並提出未來工作世界的想像。 2. 選擇個人未來可能的工作，省思其個人生命意義及社會價值。 | 1. 小隊發表對未來世界的想像，提出未來世界的人才需求。 | 1. 口語評量 | | |
| 六 3/16 - 3/20 | 第五主題夢想起飛 第2單元勇敢夢想 | 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，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 童 Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 | 1. 探索工作世界的未來發展及所需專業素養，並提出未來工作世界的想像。 2. 選擇個人未來可能的工作，省思其個人生命意義及社會價值。 | 1. 運用人力資源網站，分析實現生涯夢想所應具備的能力，並完成「擴大我的夢想」的填寫。 2. 運用心智圖方法，更新修改個人生涯行動方案，並完成「生 | 1. 實作評量 | | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------|----------------------------------|--|------------------------------------|---|---|--|------------|--|--|
| | | | | | | 涯目標資訊探究」的填寫。 | | | |
| 七 3/23 - 3/27 | 第五主題夢想起飛 第2單元勇敢夢想 【第一次評量週】 | 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，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 童 Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 | 1. 探索工作世界的未來發展及所需專業素養，並提出未來工作世界的想像。 2. 選擇個人未來可能的工作，省思其個人生命意義及社會價值。 | 1. 運用人力資源網站，分析實現生涯夢想所應具備的能力，並完成「擴大我的夢想」的填寫。 2. 運用心智圖方法，更新修改個人生涯行動方案，並完成「生涯目標資訊探究」的填寫。 | 1. 實作評量 | 【生涯規畫教育】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。 融入 SDG8 尊嚴就業與經濟發展：促進持續、包容和永續的經濟成長，人人享有充分且具生產力的就業和體面工作。 | |
| 八 3/30 - 4/03 | 第五主題夢想起飛 第2單元勇敢夢想 | 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，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 童 Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 | 1. 評估工作世界的未來發展及所需專業素養，提出並規畫個人未來的生涯進路。 2. 提出並評估個人實踐未來夢想的預備規畫，因應生涯轉折預作準備與調適。 | 1. 分享個人生涯進路與實踐夢想之規畫，評估可能執行困難情形，並加以調整。 | 1. 口語評量 | | |
| 九 4/06 - 4/10 | 第五主題夢想起飛 第2單元勇敢夢想 | 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，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 童 Bb-IV-3 服務活動的反思與多元能力的展現。 | 1. 評估工作世界的未來發展及所需專業素養，提出並規畫個人未來的生涯進路。 2. 提出並評估個人實踐未來夢想的預備規畫，因應生涯轉折預作準備與調適。 | 1. 創作未來名片、夢想藍圖與夢想宣言，規畫並評估未來生涯進路，並能因應生涯轉折預作準備與調適。 | 1. 高層次紙筆評量 | | |
| 十 4/13 - 4/17 | 第六主題畢業·啟程 第1單元青春物語 | 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-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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 童 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 | 1. 探索自己與一、二年級時期的異同處。 | 1. 能完成「青春寶盒」紀錄。 2. 能設計「猜猜我是誰」的謎題，並參與活動。 | 1. 實作評量 | 【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 | |

| | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-----------------------|--|--|---|--|---|-----------------------|--|--|
| 十一 4/20 - 4/24 【第二次評量週】 | 第六主題畢業·啟程 第1單元青春物語 | 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-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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 童 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 | 1. 歸納國中階段常見的問題與挑戰。 2. 針對因題與挑戰統整過去的成功策略，並重新詮釋挫敗意義。 | 1. 能分享國中階段常遇見的問題與挑戰。 2. 能表達面對問題與挑戰的成功或挫敗經驗，並於統整後向全班分享。 | 1. 口語評量 | 【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 | |
| 十二 4/27 - 5/01 | 第六主題畢業·啟程 第1單元青春物語 | 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-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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 童 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 | 1. 歸納國中階段常見的問題與挑戰。 2. 針對因題與挑戰統整過去的成功策略，並重新詮釋挫敗意義。 | 1. 能分享國中階段常遇見的問題與挑戰。 2. 能表達面對問題與挑戰的成功或挫敗經驗，並於統整後向全班分享。 | 1. 口語評量 | 【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 | |
| 十三 5/04 - 5/08 | 第六主題畢業·啟程 第1單元青春物語 | 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-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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 童 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 | 1. 與同學共同擬定傳承國中經驗給學弟妹的行動計畫，並具體執行。 2. 檢視傳承國中經驗給學弟妹的行動歷程，並發現自己展現的能力，進而與他人分享心得。 | 1. 能與御守小組一起討論「御守行動計畫」內容。 | 1. 口語評量 | | |
| 十四 5/11 - 5/15 | 第六主題畢業·啟程 第1單元青春物語 | 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-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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 童 Ba-IV-2 校園關懷服務活動的參與及分享。 | 1. 與同學共同擬定傳承國中經驗給學弟妹的行動計畫，並具體執行。 2. 檢視傳承國中經驗給學弟妹的行動歷程，並發現自己展現的能力，進而與他人分享心得。 | 1. 能完成「御守行動計畫」的擬定，並具體執行。 2. 能於執行「御守行動計畫」後，撰寫行動心得。 | 1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量 | | |
| 十五 5/18 - 5/22 | 第六主題畢業·啟程 第2單元驪歌 | 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 | 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。 | 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、 | 1. 回顧班級重要活動與事件，並表達對班級的看法。 | 1. 能說出班級活動與事件。 2. 能透過「我們班我驕傲」活動表達對班級的看法。 | 1. 實作評量 2. 口語評量 | | |

| | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|---|--------------------------------|---|-------------------|--|--|
| | 輕唱話 青春 | 生命意義。 | | 生涯轉折與生命意義的 探索。 家 Db-IV-3 合宜的交友 行為與態度，及親密關 係的發展歷程。 | | 3.能記錄各向度 引發自己共鳴的 班級活動與事 件。 | | | |
| 十六 5/25 - 5/29 | 第六主 題畢 業·啟 程 第2單 元驪歌 輕唱話 青春 | 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-2 探索 生命的意義與 價值，尊重及 珍惜自己與他 人生命，並協 助他人。 | 輔 Ac-IV-1 生命歷程、 生命意義與價值 的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重 與善待各種生命。 | 1.表達對同學的感謝、道歉與祝 福，進而珍惜人我關係。 | 1.能完成小卡書 寫，並透過行動 送給同學，表達 情誼。 | 1.口語 評量 | 【生命教育】 生 J3 反思生老病 死與人生無常的現 象，探索人生的目 的、價值與意義。 | |
| 十七 6/01 - 6/05 | 第六主 題畢 業·啟 程 第2單 元驪歌 輕唱話 青春 | 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-2 探索 生命的意義與 價值，尊重及 珍惜自己與他 人生命，並協 助他人。 | 輔 Ca-IV-1 生涯發展、 生涯轉折與生命 意義的探索。 | 1.表達對同學的感謝、道歉與祝 福，進而珍惜人我關係。 | 1.能完成小卡書 寫，並透過行動 送給同學，表達 情誼。 | 1.口語 評量 | 【生命教育】 生 J3 反思生老病 死與人生無常的現 象，探索人生的目 的、價值與意義。 | |
| 十八 6/08 - 6/12 【畢 業典 禮】 | 第六主 題畢 業·啟 程 第2單 元驪歌 輕唱話 青春 | 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-2 探索 生命的意義與 價值，尊重及 珍惜自己與他 人生命，並協 助他人。 | 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.統整與肯定自我，並對未來產 生嚮往。 | 1.能記錄想告別 與持續努力的自 己(「氣球」與 「行李箱」)。 2.能完成寫給未 來自己的一封信。 | 1.高層 次紙筆 評量 | 【生命教育】 生 J3 反思生老病 死與人生無常的現 象，探索人生的目 的、價值與意義。 | |

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。