

## 臺北市忠孝國民中學 108 學年度領域/科目課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會( <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學( <input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術( <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動( <input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input checked="" type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技( <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input type="checkbox"/> 健康與體育( <input type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 7 年級 <input type="checkbox"/> 8 年級 <input type="checkbox"/> 9 年級
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)
領域核心素養或課程目標	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。
學習重點	<b>學習表現</b> 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 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。 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 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。 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人的生命，並協助他人。 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。 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。
	<b>學習內容</b> 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1 尊重性別差異的多樣性。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔 Ca-IV-2 自我生涯試探與統整。 家 Dd-IV-2 家庭文化與傳承與對個人的意義。 輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 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 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 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 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	
	學習進度 週次/節數	單元主題	單元內容
第 1 學期	第 1-6 週	主題一 晉級的國中生 單元一 國中方程式	1. 探索個人優勢能力，並與新同學產生連結。 2. 熟悉校園環境、掌握處室資源，以因應校園狀況。 3. 開發校園各項資源，完成個人校園守護網。
	第 7-12 週	主題一 晉級的國中生 單元二 國中有意思	1. 探索青少年的身心變化。 2. 探討國中三年全貌。
	第 13-14 週	主題二 生涯遊蹤 單元一 我的生涯藍圖	體認不同年齡階段之生涯角色。
	第 15-17 週	主題二 生涯遊蹤 單元二 生涯領航	1. 透過生涯楷模裝備成長所需態度或能力。 2. 繪製個人生命曲線。 3. 藉由「生涯金三角」認知生涯決定影響因素。
	第 18-20 週	主題二 生涯遊蹤 單元三 生涯檔案一把罩	1. 規劃如何呈現個人生涯檔案。 2. 練習製作個人生涯檔案。

第 2 學期	第 1-5 週	主題一 征服學習王國 單元一 學習玩家登入	1. 透過活動，檢視個人多元學習能力。 2. 運用學習模式，解決學習困擾。
	第 6-10 週	主題一 征服學習王國 單元二 進入學習戰場	1. 掌握時間管理技巧，學習妥善安排時間。 2. 擬定並檢視學習計畫。
	第 11-15 週	主題二 讓心更靠近 單元一 我想更懂你	1. 體認人際溝通的重要性。體驗單雙向溝通之效果。 2. 練習同理心的表達方式，能運用「我訊息」來達成溝通效果。
	第 16-20 週	主題二 讓心更靠近 單元二 溝通零距離	1. 體認人際衝突背後的原因，練習運用溝通技巧來處理人際衝突。 2. 透過暖心話語或行動，經營正向人際關係。
議題融入	【生涯規畫教育】：涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 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。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。		
評量方式	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量		
教學設施 設備需求	輔導活動教室、電腦設備		
師資來源	校內教師-輔導活動		
備註			