

臺北市忠孝國民中學109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 type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級	
教材 版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： <u>康軒</u> 版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)	節數 每週 <u>1</u> 節 上、下學期共 <u>40</u> 節
領域 核心 素養	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，保護自我與他人。 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。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。 綜-J-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。	
課程 目標	上學期 第五主題 美麗「心」境界 第1單元 從「心」出發 1. 認識並描述情緒的種類，覺察自身在生活中常出現的情緒反應。 2. 設想並表現自身在情境中的情緒反應，運用「正向思考」及「轉換想法」來改善情緒反應；連結到自身真實情境的情緒反應，嘗試用課堂所學的方式調適負向情緒的行為反應。 3. 覺察情緒對他人的影響，選擇並嘗試有效的情緒管理策略，找到適合自己的抒解方式。 第2單元 寶貝人生	

1. 探討生命的有限性與無常，培養自我珍惜生命的態度。
2. 認識生命的來源、省思生命意義，表達自我對於生命的看法，並察覺生命的可貴。
3. 了解生命晚年的困境與挑戰，思考如何陪伴親人老去和面對人生的尾聲。
4. 省思面對失落情境時的心理準備，發展出正向態度與應變措施。
5. 理解生命不該受限，察覺生命中的資源，展現自我生命的價值。

第六主題 團體二三事

第1單元 人際你我他

1. 檢視團體中個人及他人受歡迎及不受欢迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係，提升個人人際魅力。
2. 學習尊重接納差異，以合適、友善的方式與人互動。
3. 運用問題解決策略，練習常見交友困境的因應技巧，正向經營人際關係。
4. 了解網路交友特性，檢視自我網路交友安全性，並運用問題解決策略因應網路交友困境。

第2單元 團體好夥伴

1. 體會參與團體活動的歷程，透過團隊溝通及分工合作，增進工作效能，並能將所學應用在班級活動中。
2. 分析班級優勢條件，體認團隊中每人都有其貢獻，承諾發揮個人行動力，以完成班級任務。
3. 檢視個人任務執行狀況，肯定自我，也讚揚有所貢獻的同學。

下學期

第五主題 愛的進行式

第1單元 愛的時光隧道

1. 分享生活符號中所隱藏的性別意象，覺察性別刻板印象所造成效應，以尊重的態度對待他人。
2. 分析流行影視中隱含之性別角色差異，組織性別平權原則判斷媒體識讀上各種性別刻板事件所造成的正負面影響。
3. 探究生活中各種性別刻板情境，練習反轉性別刻板印象影響之事件，展現自我成長及尊重性別差異。
4. 批判社會所建構之身體意象及性別迷思，增進對自我身體體型的肯定與接納，以尊重自己與他人的身體。

第2單元 愛情來敲門

1. 探索並覺察個人愛情價值觀。
2. 練習表達個人魅力與優點，並體察他人感受。

3. 了解情感關係發展階段、合宜相處方式與相關資源。
4. 辨識關係中的衝突與危機，並覺察個人面對衝突的困難處。
5. 實踐所學，練習珍愛自己並關愛他人。

第六主題 生涯 Online

第1單元 職業世界登入

1. 初探職業世界，認識各種職業的特色。
2. 分析職業分布特性，了解對個人生涯選擇的影響。
3. 了解工作所需的知能、態度及職業道德等專業素養。
4. 認識未來趨勢，預見日後職業的興衰。
5. 思考面臨生涯阻礙時，個人可發展的調適策略。

第2單元 生涯初征戰

1. 發現自己的興趣傾向，了解興趣與生涯規畫的關係。
2. 探索自己的能力強項，了解能力與生涯規畫的關係。
3. 藉由荷倫類型理論統整個人生涯資料，並探索個人可能的生涯發展方向。

學習 進度 週次	學習重點		評量方法	議題融入實質內涵	教學設施設備需求	跨領域/科目 協同教學	備註		
	單元 活動主題	學習表現						學習內容	
第1 學期	第 1 週	第五主題 美麗「心」境界 第1單元 從「心」出發	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。	紙筆評量 口頭評量 小組評量	無	投影片、電腦、 短片、學習單、 情緒字卡。	無	藉由圖像與文 字的解讀活 動，檢視學生 對情緒的瞭 解，並分享自 身常見的情緒

								類別。
第2週	第五主題 美麗「心」境界 第1單元 從「心」出發	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。	紙筆評量 口頭評量 小組評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人 溝通互動及相互支 持的適切方式。	投影片、電腦、 短片、學習單、 氣球、活動情境 卡。	無	利用情境的演 練，讓學生嘗 試運用正向思 考的策略，去 面對負向情緒 的情境事件。
第3週	第五主題 美麗「心」境界 第1單元 從「心」出發	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。	紙筆評量 口頭評量 小組評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家 人溝通互動及相 互支持的適切方 式。	投影片、電腦、 短片、學習單、 活動情境卡。	無	利用情境的演 練，讓學生嘗 試運用正向思 考的策略，去 面對負向情緒 的情境事件。
第4週	第五主題 美麗「心」境界 第1單元 從「心」出發	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。	口頭評量 實作評量	無	投影片、電腦、 短片、音樂、感 恩清單、紙磚、 紙袋。	無	透過課堂活動 去體驗不同的 情緒管理方 法，讓學生能 選擇力行，並 闡述情緒管理 的重要性。
第5週	第五主題 美麗「心」境界 第2單元 寶貝人生	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	輔 Ac-IV-1 生命歷程、生 命意義與價值 的探索。	口頭評量 小組評量	【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。	投影片、電腦、 短片、我的人生 大富翁。	無	透過我的人生 大富翁的活動 體驗人的一 生，了解生命 的有限性與無

			人。						常，進而珍惜生命
第6週	第五主題 美麗「心」境界 第2單元 寶貝人生	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。	紙筆評量 口頭評量 小組評量	【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。	投影片、電腦、短片、學習單。	無	回到個人生命的起源，觀賞生產紀錄片，藉由分享名字的由來，了解生命的獨一無二和可貴之處。	
第7週	第五主題 美麗「心」境界 第2單元 寶貝人生	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。	紙筆評量 口頭評量 實作評量 小組評量	【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。	投影片、電腦、短片、學習單、老化體驗道具（耳塞、手套、模糊視線護目鏡）。	無	與學生討論人在晚年時所要面臨的困境，並藉由體驗活動使學生更貼近老年人的需求，最後透過影片帶出「陪伴」重要性。	
第8週	第五主題 美麗「心」境界 第2單元 寶貝人生	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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	實作評量 口頭評量	【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。	投影片、電腦、繪本「我最重要的東西是什麼」、便利貼。	無	藉由繪本欣賞及我最重要的東西的活動，了解自己在面對失落經驗時的感受，進而珍惜生命把握	

								當下。
第9週	第五主題 美麗「心」境界 第2單元 寶貝人生	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 Ac-IV-1 生命歷程、生 命意義與價值 的探索。	口頭評量 小組評量	【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。	投影片、電腦、 短片、學習單、 小白板、白板 筆。	無	藉由影片觀賞 及我最重要的 東西的活動， 了解自己在面 對失落經驗時 的感受，進而 珍惜生命把握 當下。
第10週	第五主題 美麗「心」境界 第2單元 寶貝人生	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 Db-IV-2 重大心理困擾 與失落經驗的 因應。	紙筆評量 實作評量 口頭評量 小組評量	【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。	投影片、電腦、 短片、學習單、 海報紙、名人照 片、彩色筆、課 程回饋單。	無	藉由生命鬥士 的專題報告， 了解生命的無 限可能性，並 藉由影片知悉 「沒有」對人 生的重要性。
第11週	第六主題 團體二三事 第1單元 人際你我他	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。	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。	紙筆評量 口頭評量	【品德教育】 品 J7 同理分享 與多元接納。 品 J9 知行合一 與自我反省。	投影片、電腦、 短片、投票紙 條、學習單。	無	帶領學生透過 投票找尋受人 歡迎、不受人 歡迎的特質名 次並藉由學習 單審核自己。
第12週	第六主題 團體二三事 第1單元 人際你我他	2a-IV-1 體認人際關係的 重要性，學習人 際溝通技巧，以	輔 Dc-IV-1 同理心、人際 溝通、衝突管 理能力的培養	口頭評量	【品德教育】 品 J7 同理分享 與多元接納。 品 J9 知行合一	投影片、短片、 電腦。	無	透過圈叉活動 來判斷交友中 常見的迷思， 針對友誼的定

		正向的態度經營人際關係。	與正向經營人際關係。		與自我反省。			義以交友七寶來解釋。
第13週	第六主題 團體二三事 第1單元 人際你我他	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。	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。	口頭評量 小組評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決	投影片、電腦、短片、小白板、白板筆。	無	透過交友困境情境題討論，使學生學習如何解決交友問題並傳達正確的溝通技巧。
第14週	第六主題 團體二三事 第1單元 人際你我他	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。	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。	口頭評量 小組評量 紙筆評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決	投影片、電腦、短片、學習單、小白板、白板筆。	無	延續上一堂課，回歸到學生自我本身，常碰到的交友困境是什麼思考如何解決。
第15週	第六主題 團體二三事 第1單元 人際你我他	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。	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。	口頭評量 實作評量	【品德教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。	投影片、電腦、短片。	無	藉由新聞事件、匿名聊天，來討論網路交友的危險性，如何注意、小心網路交友方式。
第16週	第六主題 團體二三事 第2單元 團隊好夥伴	2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	口頭評量 實作評量 紙筆評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	投影片、電腦、麻線(繩子)、學習單。	無	透過繩子帶領學生藉由活動發現班級的人際小圈圈，共同討論班上的

			能。					人際相處狀態、班級氣氛等。
第17週	第六主題 團體二三事 第2單元 團隊好夥伴	2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	口頭評量 實作評量 小組評量	【品德教育】 品 J7 同理分享 與多元接納。	投影片、電腦、 皮球、小白板、 白板筆。	無	透過空中應援團的活動培養團體默契，延伸至班級競賽、活動等，共同討論團隊合作的意義。
第18週	第六主題 團體二三事 第2單元 團隊好夥伴	2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	口頭評量 實作評量 小組評量	【品德教育】 品 J8 理性溝通與 問題解決。	投影片、電腦、 便利貼。	無	透過小組討論未來幫助班級互動、班級競賽良好的方法，整理及擬定班級約定。
第19週	第六主題 團體二三事 第2單元 團隊好夥伴	2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	口頭評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作 與和諧人際關係。	投影片、電腦、 影片-自然捲。	無	透過影片-自然捲，與學生討論影片中女主角兩人友情的歷程、班級氣氛、不同角色的特質、班級霸凌行為等，為人際課程做總結。

	第20週	第六主題 團體二三事 第2單元 團隊好夥伴	2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	口頭評量 紙筆評量 小組評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。	投影片、電腦、影片-自然捲、學習單、小白板、白板筆、課程回饋單。	無	透過影片-自然捲，與學生討論影片中女主角兩人友情的歷程、班級氣氛、不同角色的特質、班級霸凌行為等，為人際課程做總結。
第2學期	第1週	第五主題 愛的進行式 第1單元 愛的時光隧道	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 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	口頭評量 紙筆評量 小組評量	【性別教育】 性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題	投影片、電腦、各地廁所標示、學習單、短片。	無	分享生活符號中所隱藏的性別意象，覺察負向的性別刻板印象所造成效應，區辨性別氣質之差異與內涵，學習以中性思維及語言尊重多元性別氣質。
	第2週	第五主題 愛的進行式 第1單元 愛的時光隧道	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 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	口頭評量 紙筆評量 小組評量	【性別教育】 性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。	投影片、電腦、學習單、短片。	無	分享生活符號中所隱藏的性別意象，覺察負向的性別刻板印象所造成

						性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。			效應，區辨性別氣質之差異與內涵，學習以中性思維及語言尊重多元性別氣質。
第3週	第五主題 愛的進行式 第1單元 愛的時光隧道	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 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	口頭評量 實作評量 小組評量	【性別教育】 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	投影片、電腦、學習單、短片、性別劇本。	無	透過媒體和書籍(電影、電視、童話故事等)中所傳遞的性別刻板印象，來探討其背後的脈絡，將自己所學融入性別劇本改編呈現。	
第4週	第五主題 愛的進行式 第1單元 愛的時光隧道	3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	口頭評量 實作評量	【性別教育】 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。	投影片、電腦、短片。	無	運用性別刻板印象圈叉問答來檢核其性別概念的澄清，以葉永鋳的故事引導學生尊重及接納不同性別特質與性別認同。	

第5週	第五主題 愛的進行式 第1單元 愛的時光隧道	3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	口頭評量	【性別教育】 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J2 釐清身體意象的性別迷思。	投影片、電腦、短片、學習單。	無	透過小時候的玩具來探討生活中性別議題，引導學生看到媒體傳達給社會的身體意象迷思。
第6週	第五主題 愛的進行式 第1單元 愛的時光隧道	3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	口頭評量 實作評量 小組評量	【性別教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 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。	投影片、電腦、小白板、白板筆、短片、學習單、課程回饋單。	無	藉由新聞案件、網路爭議事件引導學生討論身體自主權的議題，教導學生如何應對性騷擾、性清害、性霸凌等議題。
第7週	第五主題 愛的進行式 第2單元 愛情來敲門	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	口頭評量 實作評量 小組評量	【家庭教育】 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	投影片、電腦、小白板、白板筆、短片。	無	以國中生是否適合談戀愛作為暖身活動引發學生思考戀愛的合宜性，透過短片及故事了解喜歡與愛的差別。
第8週	第五主題 愛的進行式 第2單元 愛情來敲門	2a-IV-2 培養親密關係的	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互	口頭評量 實作評量	【家庭教育】 家 J3 了解人際交	投影片、愛情卡、電腦、短	無	透過我的理想情人的活動引

週		表達與處理知能。	動與態度的培養	紙筆評量 小組評量	往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	片、學習單。		導學生找到對於愛情的想像及價值觀。
第9週	第五主題 愛的進行式 第2單元 愛情來敲門	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	口頭評量 實作評量 紙筆評量	【家庭教育】 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。 【性別教育】 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。	投影片、電腦、信紙、信封、短片、學習單。	無	運用偶像劇協助學生覺察自我愛情價值觀、介紹愛情三元論並透過告白書寫的練習了解喜歡的感受，看到自己的優點。
第10週	第五主題 愛的進行式 第2單元 愛情來敲門	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	口頭評量 實作評量 紙筆評量 小組評量	【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 【性別教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	投影片、電腦、短片、學習單、小白板、白板筆。	無	引導學生討論完美的約會須具備那些條件，藉由短片、新聞事件提醒學生保護自己的身體自主權、了解約會的風險。
第11週	第五主題 愛的進行式 第2單元 愛情來敲門	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	口頭評量 實作評量 小組評量	【家庭教育】 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝	投影片、電腦、短片、便利貼。	無	透過「我最重要的東西」活動了解分手經驗、面對離別

						突處理。			的失落歷程； 引導學生討論 愛情的終點是 什麼。
第 12 週	第五主題 愛的進行式 第2單元 愛情來敲門	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	口頭評量 實作評量 小組評量	【家庭教育】 家 J3 了解人際交 往、親密關係的發 展，以及溝通與衝 突處理。 家 J4 探討約會、 婚姻與家庭建立的 歷程。	投影片、電腦、 短片、課程回饋 單。	無		教導學生如何 面對分手，引 導學生討論愛 情的終點是什 麼，回顧性別 與愛情課程。
第 13 週	第六主題 生涯 Online 第1單元 職業世界登入	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-1 適性教育的試 探與資訊統 整。	實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察個人的 能力與興趣。	電腦、適性化職 涯性向測驗。	無		透過性向測 驗，提供學生 瞭解其自身之 優勢能力、探 索與掌握自 我，進而培養 生涯決策與規 劃能力。
第 14 週	第六主題 生涯 Online 第1單元 職業世界登入	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-1 適性教育的試 探與資訊統 整。	實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察個人的 能力與興趣。	電腦、適性化職 涯性向測驗、投 影片。	無		透過性向測 驗，提供學生 瞭解其自身之 優勢能力、探 索與掌握自 我，進而培養

								生涯決策與規劃能力。
第15週	第六主題 生涯 Online 第1單元 職業世界登入	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。	口頭評量 小組評量	【生涯規畫教育】 涯 J8 工作／教育環境的類型與現況。 涯 J9 社會變遷與工作／教育環境的關係。	電腦、投影片、職業籤桶、平板、小白板、白板筆。	無	以比手畫腳猜職業開啟課堂，透過「主管徵才體驗」的活動找出各種職業類型所需的能力。
第16週	第六主題 生涯 Online 第1單元 職業世界登入	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。	口頭評量 紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J8 工作／教育環境的類型與現況。 涯 J9 社會變遷與工作／教育環境的關係。	電腦、投影片、短片、學習單。	無	透過各職業領域及短片介紹，幫助學生了解目前工作型態及未來社會變遷所帶來的影響，引導學生發揮想像力思考未來職業有哪些。
第17週	第六主題 生涯 Online 第2單元 生涯初征戰	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	口頭評量 實作評量 小組評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察個人的能力與興趣。 涯 J8 工作／教育環境的類型與現況。	投影片、電腦、各組報告內容資料、小組評分單。	無	透過職業訪談的活動，請班上每一小組選出自己有興趣的職業，訪問相關問題整理

				索未來的發展。					成報告呈現給班上同學看。
第18週	第六主題 生涯 Online 第2單元 生涯初征戰	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。	口頭評量 實作評量 小組評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察個人的能力與興趣。 涯 J8 工作／教育環境的類型與現況。	投影片、電腦、各組報告內容資料、小組評分單。	無	透過職業訪談的活動，請班上每一小組選出自己有興趣的職業，訪問相關問題整理成報告呈現給班上同學看。	
第19週	第六主題 生涯 Online 第2單元 生涯初征戰	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Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	口頭評量 小組評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察個人的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	電腦、投影片、名片紙、彩色筆、各式參考名片、性向測驗結果、荷倫類型分析。	無	於課堂開始前先解析性向測驗結果並連結至荷倫類型；教師以自身故事開啟課堂，透過幻遊引導學生們思考未來生涯規劃，藉由名片設計與分享，建立對於未來生涯的願景。	
第20週	第六主題 生涯 Online 第2單元 生涯初征戰	1c-IV-3 運用生涯規畫方法與資源，培養	輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。	口頭評量 紙筆評量 小組評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察個人的能力與興趣。	電腦、投影片、生涯卡六套、生涯卡價值清單、	無	透過價值競標的活動，引導學生思考自己	

			生涯抉擇能力， 以發展個人生涯 進路。			涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。	競標舉牌。		所重視的順 序，由小組回 歸到個人，排 列出屬於自己 的生涯價值。
--	--	--	---------------------------	--	--	------------------------------	-------	--	---