

新北市中正國民中學 113 學年度九 年級第一學期部定課程計畫 設計者：黃哲鈴

(改編自康軒 版課程計畫)

1、課程類別：

1. ☐國語文 2. ☐英語文 3. ☐健康與體育 4. ☐數學 5. ☐社會 6. ☐藝術 7. ☐自然科學 8. ☐科技 9. ☒綜合活動(輔導)

10. ☐閩南語文 11. ☐客家語文 12. ☐原住民族語文：____族 13. ☐新住民語文：____語 14. ☐臺灣手語

2、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。(第 22 週為結業式無課務)

3、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 <input type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解	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。

4、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

5、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 8/30	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	【相見歡】 1. 暑假生活分享。 2. 課程介紹 (1)暖身活動:快手翻書。 (2)說明本學期課程內容及評量方式。 3. 填寫 A 卡。	1	課本 A 卡	參與態度	【品德教育】 品 J1:溝通合作與和諧人際關係。	08/30 開學
第二週 09/02~09/06	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。	第五主題 超前部署 【蓄勢待發】 1. 經驗之談:選擇之後... 會與你想的是一樣的嗎? 2. 使學生了解，面對未來可以做些甚麼樣的準備。 3. 透過建構未來反思當下，促進對現狀的理解。使學生能初步說出自己面對升學選擇的想法。	1	改編教材 「未來要往哪裡走」 簡報	參與態度 口語評量	【生涯發展教育】 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	
第三週 09/09~09/13	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	第五主題 超前部署 【升學進路條條通】 1. 升學進路簡介。	1	改編教材 「升學進路」 簡報	【國中多元評量素養融入教學】	【生涯發展教育】	

	源，培養生涯抉擇能力，以發展個生涯進路。		2. 請學生完成生涯發展紀錄手冊指定內容。 3. 興趣測驗前說明。		生涯發展紀錄手冊		涯 J13:培養生涯規畫及執行的能力。	
第四週 09/16~09/20	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	第五主題 超前部署 【情境式生涯興趣測驗---我喜歡做的事】 1. 安排電腦教室進行施測。 2. 對學生說明此測驗的目的、及結果能提供給學生的幫助與意義。 3. 施測說明與操作講解。 4. 學生進行線上測驗。 5. 檢核、提問與補充說明事項。	1	自編教材 電腦教室 「生涯興趣測驗」說明簡報	【國中多元評量素養融入教學】	【生涯發展教育】 涯 J3:覺察自己的能力與興趣。	
第五週 09/23~09/27	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。	第五主題 超前部署 【打一手國三好牌】 1. 教師說明:一想到國三，你會想到甚麼?引起動機。 2. 分享對國三的認識後，讓學生依序完成:國三生活重要事件的排卡順序，並逐一說明討論。	1	「國三生活重要事件」字卡 上年度「國三升學重要日程表」資料	參與態度 口語評量	【生涯發展教育】 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	

			<p>3.引導學生思考，除了上述事件外，還有可能出現其他那些可能發生的[機會]與[命運]，該如何去面對或把握。</p> <p>4.使學生能試著用合宜積極的心態，迎接國三生活。</p>					
<p>第六週 09/30~10/04</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 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p>	<p>第五主題 超前部署 【打開壓力鍋】</p> <p>1.檢測同學的課業壓力值。</p> <p>2.認識壓力情緒。</p> <p>3.分享壓力的可能來源及調適方法。</p> <p>4.進行[放鬆訓練]。</p> <p>5.提供相關協助資源。壓力迷思與解惑。</p>	1	<p>自編教材 「打開壓力鍋」簡報 音樂檔案(交響曲、或水晶輕音樂) [放鬆步驟]口述文字逐字稿</p>	<p>參與態度 口語評量</p>	<p>【生命教育】 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。</p>	
<p>第七週 10/07~10/11</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。</p>	<p>【期中評量週】</p> <p>1.期中評量。</p> <p>2.網路短片:青春發言人 https://www.youtube.com/watch?v=nr7IpQeFT-M (人生好難！面對未來沒想法，怎麼辦？)</p>	1	<p>自編教材</p>	<p>參與態度 口語評量</p>	<p>【生命教育】 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。</p>	

			3. 依各班學生狀況，進行討論與回饋。					
第八週 10/14~10/18	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	第六主題 升學導航 【高校情報站】 1. 暖身:依照老師所呈現的普通高中、技術高中及五專學校特色題目，進行舉手搶答，猜出校名。 2. 藉由小組對談，蒐集大家共同關心的問題，並歸納出高校生活中各個面向的類別。 3. 進行小組討論。 4. 說明報告方式與注意事項。	1	改編教材 「高校情報站」簡報	參與態度 口語評量 學習小組合作	【生涯發展教育】 涯 J13:培養生涯規畫及執行的能力。	10/15~10/16 第一次段考
第九週 10/21~10/25	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。	第六主題 升學導航 【適性入學管道】 1. 介紹國中升上高校的入學方式。 2. 適性入學管道影片--- https://www.youtube.com/watch?v=nO2JbrYWKIs (各類高級中學校學校類型與學制介紹) 各高校類型特色表。	1	自編教材 「適性入學管道」簡報 教育部影片 「高校類型特色表」學習單	參與態度 口語評量 學習單	【生涯發展教育】 涯 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。	

第十週 10/28~11/01	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	<p>第六主題 升學導航</p> <p>【高校知多少 1---技職教育群科介紹】</p> <p>1. 透過職群介紹，讓學生更了解自己未來可能的選擇：</p> <p>(機械群、動力機械群、電機電子群、化工群...)</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=JPw_aJUmNFs</p> <p>2. 小組討論時間:是什麼因素在影響著每個人走向不同的職群、或職涯生活:是能力、興趣、學習表現、家庭、還是性別、未來發展性...等。</p> <p>3. 教師總結與回饋。</p>	1	<p>改編教材</p> <p>適性入學技職教育宣導片</p>	<p>【國中多元評量素養融入教學】</p>	<p>【生涯發展教育】</p> <p>涯 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p>	
第 11 週 11/04~11/08	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	<p>第六主題 升學導航</p> <p>【高校知多少 2---好用網站介紹】</p> <p>1. 借用平板並說明使用規則</p> <p>2. 網站介紹與瀏覽:</p> <p>(1)全國高級中等學校及五專資訊網:</p> <p>https://pro.kl2ea.gov.tw/kl2eagt/theme/themeAc</p>	1	<p>改編教材</p> <p>「高校知多少」簡報 平板</p>	<p>【國中多元評量素養融入教學】</p> <p>學習小組合作</p>	<p>【生涯發展教育】</p> <p>涯 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>【資訊教育】</p> <p>資 E9 利用資訊科技分享學習資源與心得。</p>	

			tion!themeCoursePage. so ?pageId=P0009&themeCour seCode=6BXKR3 (2)新北市高級中等學校國際教育博覽會： https://expo.efroip.tw/ home 3. 小組討論時間。 教師總結與回饋。					
第 12 週 11/11~11/15	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個生涯進路。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	第六主題 升學導航 【高校知多少 3---好用網站介紹】 1. 借用平板並說明使用規則 2. 網站介紹與瀏覽： [選技職 . 好好讀 . 有前途] https://www.youtube.com/playlist?list=PLZf8T9EFYnEtbqpE8sav-d1DhcoX11080 3. 小組討論時間。 教師總結與回饋。	1	改編教材 「高校知多少」 簡報 平板	【國中多元評量素養融入教學】 學習小組合作	【生涯發展教育】 涯 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。	
第 13 週 11/18~11/22	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。	第六主題 升學導航 【高校報報】1 1. 教師說明各組報告方式。	1	小組報告單	【國中多元評量素養融入教學】 學習小組	【生涯發展教育】 涯 J7:學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。	

	人生活中重要事務。		2. 學生進行活動。 3. 教師引導學生發表，聆聽各小組報告後的發現與心得。 4. 依各組報告給予講評與回饋。			合作 參與態度 口語評量		
第 14 週 11/25~11/29	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。	第六主題 升學導航 【高校報報】2 1. 教師說明各組報告方式。 2. 學生進行活動。 3. 教師引導學生發表，聆聽各小組報告後的發現與心得。 4. 依各組報告給予講評與回饋。	1	小組報告單	【國中多元評量素養融入教學】 學習小組合作 參與態度 口語評量	【資訊教育】 資 E9: 利用資訊科技分享學習資源與心得。	11/28-29 第二次段考週
第 15 週 12/02~12/06	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。	【生涯決策風格】 1. 暖身：十字路口走迷宮。 2. 寓言故事～父子騎驢。 3. 決策風格自評表：探索自己的決策風格，並經由他人回饋，確認自己的決策風格。 4. 反思回饋：填寫學習單。	1	自編教材 「決策風格」簡報 決策風格評量表	學習單	【生涯發展教育】 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。	

第 16 週 12/09~12/13	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。	第六主題 升學導航 【為自己出征】 1. 透過故事的敘述，引導學生思考，在尋找自我的旅途中，自己最需要什麼來面對未來種種考驗？ 2. 使學生理解為自己生涯做出允諾與承擔是需要勇氣與智慧的。	1	生涯小故事～為自己出征	參與態度 口語評量	【生涯發展教育】 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。	
第 17 週 12/16~12/20	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。	第六主題 升學導航 【情境式生涯興趣測驗---結果解釋】 1. 結果單說明：本測驗提供 Holland 興趣類型之原始分數、興趣分化程度、興趣探索方向、興趣類型說明、以及建議探索之生涯類群說明等。 2. 引導學生填寫學習單： (1) 職業類型代碼與典型職業的相關。 (2) 對於未來探索之類群詳述說明。 4. 教師結語：興趣是指對某事感到關注，並樂於參與；能力是指能勝任從事某	1	自編教材 「興趣測驗結果解釋」簡報 生涯發展記錄手冊 學習單	學習單	【生涯發展教育】 涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。	

			一事所需具備的知識、技能與態度。建議同學可以多加探索自我，在未來生涯選擇上也更能找到適合自己的路。					
第 18 週 12/23-12/27	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。	第六主題 升學導航 【 模擬志願選填 】 1. 安排電腦教室進行第一次的模擬志願選填。 2. 說明與操作講解，並提供學長姐的落點資訊供參考與定位。 3. 學生進行線上操作。 4. 檢核、提問與補充說明事項。	1	自編教材 電腦教室 「模擬志願選填」 說明影片 簡報	【國中多元評量素養融入教學】 實作評量	【 生涯發展教育 】 涯 J13:培養生涯規畫及執行的能力。	
第 19 週 12/30-01/03	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。	第六主題 升學導航 【 生涯發展規劃書 】 1. 請同學在小紙條上寫下三個最重要的「擇校條件」，抽籤分享。 2. 引導學生思考人生重要事項時看中的「條件」代表的意義。接著請學生列出自己看中的「擇校條件」。	1	自編教材 說明簡報 生涯發展記錄手冊	【國中多元評量素養融入教學】 檔案評量	【 生涯發展教育 】 涯 J11:分析影響個人生涯決定的因素。	

			3. 填寫「生涯手冊」中「生涯發展規劃書」填寫「生涯評核表」，從各種條件評分，找出最適合自己的學校。					
第 20 週 01/06~01/10	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。	第六主題 升學導航 【升學大步行】 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	基北區 超額比序項內容	實作評量	【生涯發展教育】 涯 J11：分析影響個人生涯決定的因素。	
第 21 週 01/13~01/17	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。	【回顧與展望】 1. 學生能規畫出對於自己的升學目標及欲達成的計畫。 2. 學生用一字代表並分享國三生活第一學期的甘苦談。 3. 學生再用一字代表對未來新學期(新的一年)的自我期許。 4 本學期回顧與展望。	1	課程回饋表	態度評定	【生涯發展教育】 涯 J11：分析影響個人生涯決定的因素。	1/16-17 第三次段考週

第 22 週 1/20			1/20 休業式					1/20 休業式
----------------	--	--	----------	--	--	--	--	----------

6、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

☒ 否，全學年都沒有(以下免填)。

☐ 有，部分班級，實施的班級為：_____。

☐ 有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。