

# 新北市中正國民中學112學年度\_\_七\_\_年級第 1 學期部定課程計畫

設計者：林毓嵐（改編康軒版課程計畫）

## 一、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)

## 二、學習節數：

每週( 1 )節，實施 21 週，共( 21 )節。

## 三、課程內涵：

總綱核心素養	學習目標
<input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進	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。
<input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題	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。
<input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變	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。
<input type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達	
<input checked="" 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	

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、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						
						【國中多元評 量素養融入教 學】	自編藍色 學校重要 行事曆【紅色】 生命教育【紫色】 生涯規劃教育【橘 色】 其他融入議題【綠 色】	<input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點 費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第1週 8/28-9/01	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】 【活動1】課程介紹 1. 說明輔導課及本學期課程內容 【就是要你認識我】 1. 教師利用心智圖在黑板上自我介 紹，並請同學用心製圖簡單介紹自 己。 2. 利用心智圖進行抽籤分組 3. 小組分工職責說明	1	自編教材 教科書 分組表	態度評定 活動參與 小組合作 口頭發表	【生涯規畫教育】 涯 J3:覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4:了解自己的入 格特質與價值觀。	實行線上課 程演練
第2週 9/04-9/08	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。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與 資訊整合運用。	【相見歡】 【活動1】BINGO—原來你跟我一樣 1. 教師及同學互相認識，藉由賓果活 動找出與自己有相同點之同學。 2. 綜合回饋與分享 【活動2】填寫 A 卡	1	自編教材 生涯檔案 A 卡	態度評定 活動參與 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J3:覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4:了解自己的入 格特質與價值觀。	
第3週 9/11-9/15	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。	輔 Bb-IV-2 學習 資源探索與資訊 整合運用。	【生涯發展紀錄手冊】 1. 說明生涯發展紀錄手冊內容及撰寫 方法 2. 請學生完成生涯發展紀錄手冊指定 內容	1			【生涯規劃教育】 涯 J3:覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4:了解自己的入 格特質與價值觀。 涯 J5:探索性別與生 涯規畫的關係。 涯 J6:建立對於未來 生涯的願景。	

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4週 9/18-9/22	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【班有鮮師】猜猜他是誰？ 1. 每位同學撰寫提示紙條，放入抽獎箱內，各組競賽猜出提示紙條描述的教師。 2. 綜合回饋與分享	1	自編教材 配合學校教師節敬師活動	態度評定 活動參與 口頭發表	配合學校敬師活動	9/23 補10/9 課程
第5週 9/25-9/29	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【校園大搜密】 進行 Holiyo 線上活動，進行校園實境解謎，藉由解謎活動認識校園。	1	自編教材 平板 活動單	態度評定 活動參與 口頭發表	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 【科技教育】 科 E9 具備與他人團隊合作的能力。 【資訊教育】 資 E9 利用資訊科技分享學習資源與心得。	9/29 中秋節
第6週 10/02- 10/06	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【校園大搜密】 1. 進行 Holiyo 線上活動，進行校園實境解謎，藉由解謎活動認識校園。 2. 引導學生分享解謎活動中的收穫。	1	自編教材 平板 活動單 問卷	態度評定 活動參與 口頭發表	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 【科技教育】 科 E9 具備與他人團隊合作的能力。 【資訊教育】 資 E9 利用資訊科技分享學習資源與心得。	
第7週 10/09- 10/13	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。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	【生命教育月】(1) 1. 欣賞生命教育相關影片。 推薦影片：(1)心中的小星星：弱勢關懷、特殊教育 (2)愛護小動物影片：弱勢關懷，生命等值。 2. 教師引導學生思考影片中所包含的生命教育議題，並加以討論 3. 綜合討論與分享。	1	自編教材 學習單 影片、繪本或相關生命教育媒材（教師自訂）	【國中多元評量素養融入教學】 觀察學生 態度評定 文字發表	配合學校生命教育月活動 【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。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 【性侵害防治】	10/9-10/10 雙 十節連假 10/12~10/13 第一次段考

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						
							<b>【家庭暴力防治】</b>	
第8週 10/16- 10/20	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。 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。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	<b>【生命教育月】(2)</b> 1. 回顧上週課程內容。 2. 欣賞生命教育相關影片或繪本。 推薦影片：一路玩到掛、終極假期、LOVE LIFE（生命意義的探尋、臨終關懷） 3. 教師引導學生思考影片中所包含的生命教育議題，並加以討論。 4. 有[愛生命行動]。	1	<b>自編教材</b> 學習單 影片、繪本或相關生命教育媒材（教師自訂）	觀察學生 態度評定 文字發表	<b>配合學校生命教育月活動</b> <b>【生命教育】</b> 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。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 <b>【性侵害防治】</b> <b>【家庭暴力防治】</b>	
第9週 10/23- 10/27	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。 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。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	<b>【生命教育月】(3)</b> 1. 回顧上週課程內容。 2. 欣賞生命教育相關繪本。 推薦繪本：好好照顧我的花、我永遠愛你、我不知道我是誰、生命有多長、一片葉子落下來。 3. 教師引導學生思考繪本中所包含的生命教育議題，並加以討論。 4. 配合學校活動進行相關成果發表。	1	<b>自編教材</b> 學習單 影片、繪本或相關生命教育媒材（教師自訂）	觀察學生 態度評定 文字發表	<b>配合學校生命教育月活動</b> <b>【生命教育】</b> 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。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 <b>【性侵害防治】</b> <b>【家庭暴力防治】</b>	
第10週 10/30- 11/03	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。 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。	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。	<b>【學習進化論一】</b> 1. 藉由生涯檔案內容，了解自己的學習類型。 2. 分享學習經驗與學習類型的關係。	1	<b>自編教材</b> 生涯檔案－我的學習類型	態度評定 活動參與 口頭發表	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第11週	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。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	<b>【學習進化論二】</b> 1. 常用學習方法教學－記憶法。 2. 教導常見記憶法後，分小組進行記憶考驗。		<b>自編教材</b>	態度評定 活動參與 口頭發表	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

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						
11/06- 11/10	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。	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。					涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第12週 11/13- 11/17	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。 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。	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。	【時間小樹培養法】 1. 時間 N 字型法則。 2. 能評估和檢視自己時間運用、專心的狀態，並完成「番茄鐘工作表」。	1	自編教材 康軒版課本	態度評定 活動參與 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第13週 11/20- 11/24	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。 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。	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。	【線上線下不一樣】 1. 利用 JamBoard 互動白板與學生討論線上線下課程之間的學習、教學、吸收上的差異。 2. 能透過線上學習體驗，寫下課堂學習與線上學習的差異，應用線上學習幫助自己學習。	1	自編教材 康軒版課本 平板	【國中多元評量素養融入教學】 實作評量 紙筆評量（平板回饋）	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 【資訊教育】 資 E9 利用資訊科技分享學習資源與心得。 【科技教育】 科 E9 具備與他人團隊合作的能力。	
第14週 11/27- 12/01	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	【我的特質密碼】 1. 邀請同學分享觀察到自己及他人的特質，並記錄在生涯檔案中。 2. 討論自我認識及他人對自己認識的差異。	1	自編教材 康軒版課本 生涯檔案	【國中多元評量素養融入教學】 實作評量 紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。	11/28-11/29 第二次段考



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						
	項資源，做出合宜的決定與運用。						涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第15週 12/04- 12/08	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。 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。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	【打開心窗】 1. 利用周哈里窗分析自己及他人的知道與不知道，認識周哈里窗各部分代表的意義。 2. 綜合討論與分享。	1	自編教材 康軒版課本 生涯檔案	【國中多元評量素養融入教學】 實作評量 紙筆評量 活動參與 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	12/9 校慶(暫定)
第16週 12/11- 12/15	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。 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。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	第2單元我的生涯多寶閣 回顧自己成長過程，掌握生涯檔案製作要領，發揮個人創意、展現個人特色，思考規畫生涯檔案的內容。	1	康軒版課本 生涯檔案	【國中多元評量素養融入教學】 紙筆評量 檔案評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 【科技教育】 科 E2 了解動手實作的重要性。 科 E8 利用創意思考的技巧。	
第17週 12/18- 12/22	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 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折	【拼出自我】 能回顧自己成長過程，發揮創意，再生涯檔案中拼出自我。 【從星座看個性】	1	自編教材 康軒版課本 生涯檔案	【國中多元評量素養融入教學】 紙筆評量 檔案評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	

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						
	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。	與生命意義的探索。	了解自己有許多方法，藉由星座可以得到一些提示，幫助自己思考自己及他人的個性。				涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第18週 12/25- 12/29	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 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	【生涯曲線】 1. 帶領生涯幻遊，回想從出生至今發生的大小事情。 2. 在活動單上紀錄並畫出重要事件的心情曲線。 3. 分析重要事件對生涯的影響。	1	自編教材 康軒課本	紙筆評量 活動參與 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第19週 1/01-1/05	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 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 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。	【我們這一家】 1. 藉由我們這一家的影片，帶領學生思考不同年齡層、不同性別的人在每個人人生階段的生涯角色。 2. 探索自己目前生涯角色的角色任務，以及執行的狀況。	1	自編教材 康軒課本	活動參與 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 【性別平等教育】 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。 性 J13 了解多元家庭型態的性別意涵。 【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐	1/1元旦



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						
							青少年在家庭中的 角色責任。 【性侵害防治】 【家庭暴力防治】	
第20週 1/08-1/12	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 Aa-IV-1 自我 探索的方法、經 驗與態度。 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。	【生涯金三角】 1. 帶領學生了解學生發展紀錄手冊的 內容，共同討論、整理出手冊想要學 生展現的內容。 2. 藉由討論，整理出個人因素、資訊 因素、環境因素等三大要點。 3. 完成七年級紀錄手冊的內容。	1	自編教材 學生發展紀錄手冊	【國中多元評 量素養融入教 學】 實作評量 紙筆評量 活動參與 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值觀。 涯 J7 學習蒐集與分 析工作／教育環境 的資料。 涯 J11 分析影響個 人生涯決定的因 素。	
第21週 1/15-1/19	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。	【期末評量與回顧】 1. 回顧本學期上課內容。 2. 期末回饋與分享。	1	自編教材	【國中多元評 量素養融入教 學】 紙筆評量 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能 力與興趣。 涯 J7 學習蒐集與分 析工作／教育環境 的資料。	1/17-1/18第 三次段考

六、本課程是否有校外人士協助教學

☒ 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與活動之申請表一致