

臺北市北政國民中學 113 學年度領域/科目課程計畫

領域/科目		☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 數學 ☐ 社會(☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民與社會) ☐ 自然科學(☐ 理化 ☐ 生物 ☐ 地球科學) ☐ 藝術(☐ 音樂 ☐ 視覺藝術 ☐ 表演藝術) ☒ 綜合活動(☐ 家政 ☐ 童軍 ☒ 輔導) ☐ 科技(☐ 資訊科技 ☐ 生活科技) ☐ 健康與體育(☐ 健康教育 ☐ 體育)				
實施年級		☐ 7 年級 ☒ 8 年級 ☐ 9 年級 ☒ 上學期 ☒ 下學期				
教材版本		☒ 選用教科書： <u>翰林</u> 版 ☐ 自編教材(經課發會通過)	節數	上學期 每週 1 節共 22 週 22 節 下學期 每週 1 節共 21 週 21 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-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。				
課程目標		一、促進自我與生涯發展 發展自我潛能與自我價值，探索自我觀、人性觀與生命意義，增進自主學習與強化自我管理，規劃個人生涯與促進適性發展，進而尊重並珍惜生命，追求幸福人生。 二、實踐生活經營與創新 發展友善的互動知能與態度，建立良好的人際關係，與健康的情感表達和互動，培養團體合作與服務領導的素養，開發及管理各項資源，發揮未來想像，經營與創新生活，並能省思生活美學議題，提升生活品質，展現生活美感。				
學習進度 週次		單元/主題 名稱	學習重點		評量方法	議題融入實質內涵
			學習 表現	學習 內容		
第 1 學期	第 1 週	建立生涯檔案	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能
	第 2 週	教師節活動	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。	課堂參與	
	第 3-7 週	高職十五職群	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-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。	課堂參與高層次紙筆測驗	涯 J8 工作教育環境的類型與現況
	第 8 週	心理健康良表	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	
	第 9-12 週	情緒密碼	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	
	第 13-15 週	友情大小事	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	
	第	網路交友	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與	課堂參與高層次紙筆測驗	資 J12了解資訊科技相關之

	16-17 週		估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	克服困境的方		法律、倫理及社會議題，以保護自己與尊重他人。
	第 18-22 週	溝通	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	家 J4 對家人愛與關懷的表達。
第 2 學 期	第 1 週	課程認識	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	課堂參與	
	第 2 週	田園心	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。	課堂參與 行為觀察	
	第 3-4 週	家傳菜系列課程-與家人晚餐	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。	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	家 J6 參與家庭活動。
	第 5-6 週	施測-多元性向測驗	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。	課堂參與	
	第 7-8 週	團體動力	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	
	第 9-11 週	解測-多元性向測驗	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	
	第 12 週	性平大會考	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。	課堂參與 行為觀察	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。
	第 13-15 週	性平議題	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	課堂參與高層次紙筆測驗	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。 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。
	第 16-19 週	愛情	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。	課堂參與高層次紙筆測驗	性 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。
	第 20-21 週	期末反思	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 青少年身心發展歷程與調適。	課堂參與高層次紙筆測驗	

教學設施 設備需求	電腦、單槍、學習單、測驗紙
備 註	