臺北市中正國民中學112學年度綜合活動領域/輔導科課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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) □本土語文(□閩南語文□閩東語文□客家語文□臺灣手語□原住民族語： ) | | | | | | |
| 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: 南一 版  □自編教材 (經課發會通過) | | 節數 | 學期內每週 一 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，保護自己及他人。  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。 | | | | | | |
| 課程目標 | | 1. 學生能透過活動，學習表達個人興趣、能力、特質或家人期許等生涯探索經驗，並從經驗中去學習如何統整自己的各面向資訊，提出適性的生涯發展目標，為自己的生涯做出決策。 2. 學生能認識壓力的特色、覺察自己身心狀態；藉由學習減壓技巧，學會照顧身心，並能以評估策略，來調節自己的情緒與壓力。 | | | | | | |
| 學習進度  週次 | | 單元/主題  名稱  可分單元合併數週整合敘寫或依各週次進度敘寫。 | 學習重點 | | | 評量方法 | 議題融入實質內涵 | 跨領域/科目協同教學 |
| 學習  表現 | 學習  內容 | |
| 第一學期 | 第1週 | 課程介紹 | 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。 | | 口語評量 | 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第2-7週 | 主題、青春生涯路  單元一、夢想啓航  (第一次段考) | 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。  輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整 | | 實作評量 | 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8-13週 | 主題、青春生涯路  單元二、生涯Maker | 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 | 輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。  輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 | | 高層次紙筆測驗 | 涯J7學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。  涯J8工作/教育環境的類型與現況。 |  |
| 第14週 | 生涯興趣量表施測  (第二次段考) | 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。 | |  | 涯J8工作/教育環境的類型與現況。 |  |
| 第15-20週 | 主題、青春生涯路  單元三、抗壓達人秀 | 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。  輔Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 | | 口語評量  實作評量 | 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。 |  |
| 第21週 | 祝福感恩  與未來展望  (第三次段考) | 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。 | | 口語評量 | 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第二學期 | 第1-6週 | 主題、青春心配方  單元一、未來想像 | 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Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。  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。 | | 口語評量  高層次紙筆測驗 | 涯J6建立對於未來生涯的願景  生J1思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 |  |
| 第7-8週 | 生涯興趣量表  結果說明  (第一次段考) | 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。 | | 高層次紙筆測驗 | 涯J8工作/教育環境的類型與現況。 |  |
| 第9-13週 | 主題、青春心配方  單元二、少年的奇幻旅行 | 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。  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Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。  輔Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 | | 高層次紙筆測驗 | 生J2探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。  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。 |  |
| 第14-18週 | 主題、青春心配方  單元三、驪歌響起 | 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。  2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。 | 輔Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。  輔Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。  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。 | | 口語評量 | 品J7同理分享與多元接納。  生J4分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。  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。 |  |
| 教學設施  設備需求 | | 筆記型電腦、小白板 | | | | | | |
| 備 註 | |  | | | | | | |