臺北市中正國民中學110學年度綜合活動領域/輔導活動科課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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) | | | | | | |
| 實施年級 | | □7年級 ■8年級 □9年級  ■上學期 ■下學期 (若上下學期均開設者，請均註記) | | | | | | |
| 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-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，發揮正向的影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。 | | | | | | |
| 課程目標 | | 學生能覺察自己的交友傾向，瞭解朋友的重要性，並透過學習調適自己情緒的方法，培養正向的人生觀；當與他人意見不同時，也能學會尊重、包容與欣賞他人，合宜地表達自己的意見與感受，進而建立良好的人際關係。在生涯進路規劃部分，以荷倫的生涯類型理論帶領學生發現自己興趣、能力、特質與生涯的關聯，進而培養學生善用資源，促進生涯適性發展的能力。 | | | | | | |
| 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 | 跨領域/科目協同教學 |
| 學習  表現 | 學習  內容 | |
| 第一學期 | 第1-7週(第7週第一次定期評量) | 主題、青春停看聽  單元一、人際事務所 | 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。  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Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。  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。  家Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 | | 口頭問答  學習單 | 品J7  同理分享與多元接納。  品J8  理性溝通與問題解決。  生J5  覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |
| 第8-14週(第14週第二次定期評量) | 主題、青春停看聽  單元二、情緒我做主 | 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。  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。  輔Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。 | | 口頭問答  學習單 | 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15-21週(第21週第三次定期評量) | 主題、青春停看聽  單元三、生涯探照燈 | 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。  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。  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Cc-IV-1生涯進路的規劃與資源運用。  輔Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。  輔Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 | | 學習單 | 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。  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。 |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |
| 第二學期 | 第1-7週(第7週第一次定期評量) | 主題、青春觀察家  單元一、性別跨時代 | 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。  3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 | 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。  輔Dd-IV-1 尊重多元性別差異。 | | 口頭問答  學習單 | 性J1  接納自我與 他人的性傾 向、性別特質 與性別認同。  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8-14週(第14週第二次定期評量) | 主題、青春觀察家  單元二、愛情四季 | 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。  2a-IV-2培養親密關係的表達與處理知能。 | 輔Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。  輔Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。  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。 | | 口頭問答  學習單 | 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 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。人 J8  了解人身自由權，並具有自我保護的知。生 J4分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |
| 第15-21週(第21週第三次定期評量) | 主題、青春觀察家  單元三、職業面面觀 | 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。  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。  輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。  輔Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 | | 口頭問答  學習單 | 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。 |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |
| 教學設施  設備需求 | | 筆記型電腦、小白板 | | | | | | |
| 備 註 | |  | | | | | | |