

## 臺北市石牌國民中學110學年度綜合活動領域輔導活動科目課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 ( <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學 ( <input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術 ( <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 ( <input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input checked="" type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技 ( <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input type="checkbox"/> 健康與體育 ( <input type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)		
實施年級	<input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 (若上下學期均開設者，請均註記)		
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： <u>南一版</u> <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	每週1節/上學期20節、下學期20節/1學年40節
領域核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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</p> <p>綜-J-B3運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。</p> <p>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。</p> <p>綜-J-C3探索世界各地的生活方式，理解、尊重不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。</p>		
課程目標	<p>(一)覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。</p> <p>(二)了解自己的情緒變化，學習因應與調適的方法。</p> <p>(三)認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。</p> <p>(四)探究性別刻板印象，接納個體之間的差異，尊重他人的獨特性。</p> <p>(五)學習合宜的相處之道，建立正向、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福感。</p> <p>(六)探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。</p>		

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週   第6週	青春停看聽 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。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為 與態度，及親密關係的發展歷 程。 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。	口語評量 實作評量 學習紀錄	品德教育、 生命教育 品 J1 溝通 合作與和諧 人際關係。 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7週	第一次月考					

第8週   第13週	青春停看聽 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	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。	口語評量 實作評量 學習紀錄	生命教育生 J7 快樂與 幸福之間的 關係。	健體 領域
第14週	第二次月考					
第15週   第20週	青春停看聽 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。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分 工、團隊合作與團體動力的提 升。	高層次紙筆 評量 實作評量	生涯規劃教 育、生命教 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。 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週	<b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元一、性別跨時代  <b>【活動一】</b> 性別思辨力(一) 檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會4F 反思性別刻板印象。	輔導： 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。	輔導： 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。	輔導： 1. 口語評量	輔導： 性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
	第2週	<b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元一、性別跨時代  <b>【活動一】</b> 性別思辨力	輔導： 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。	輔導： 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。	輔導： 1. 口語評量	輔導： 性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9	

		(二) 檢視生活中的性別刻板印象，解析媒體所傳遞的性別刻板印象，並學會4F反思性別刻板印象。				性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
第3週	<b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元一、性別跨時代  <b>【活動二】</b> 睜開性別之眼(一) 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性化的生涯規劃。	輔導： 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。	輔導： 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。	輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量  家政： 1. 實作評量	輔導： 性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9		

	<p>第4週</p>	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元一、性別跨時代</p> <p><b>【活動二】</b> 睜開性別之眼(二) 認識臺灣性別平等教育的起源，具備尊重與接納多元性別差異的態度，並進行適性化的生涯規劃。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量</p>	<p>輔導： 性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9</p>	
	<p>第5週</p>	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元一、性別跨時代</p> <p><b>【活動三】</b> 性別職業萬花筒 學習身體自主權的議題，維護自</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量</p>	<p>輔導： 性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3</p>	

	我和人我的身體界線。				法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9	
第6週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元一、性別跨時代</p> <p><b>【活動四】</b> 性別平等進行式 實踐破除性別偏見與歧視的行動，維持性別人格尊嚴與落實生涯發展的性別地位實質平等。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 高層次紙筆評量</p>	<p>輔導： 性 J1 性 J3 性 J4 性 J5 性 J6 性 J7 性 J9 性 J11 人 J6 品 J7 生 J3 法 J1 法 J2 家 J12 涯 J5 國 J7 國 J9</p>	
第7週	第一次段考	第一次段考	第一次段考	第一次段考	第一次段考	
第8週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b></p>	<p>輔導： 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正</p>	<p>輔導： 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p>	<p>輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量</p>	<p>輔導： 性 J4 認識身體自</p>	

	<p>單元二、愛情四季</p> <p>【活動一】愛情來了 學習面對情竇初開的自己，該如何因應。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>		<p>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能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>	
第9週	<p>主題二、青春觀察家(輔導) 單元二、愛情四季</p> <p>【活動二】尊</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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</p>	<p>輔導： 1. 口語評量</p>	<p>輔導： 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</p>	

	重的開始 在愛情中學 習尊重自己 與對方。		法。		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 的知能。 生 J4 分析快樂、 幸福與生命 意義之間的 關係。	
第10週	主題二、青 春觀察家(輔 導) 單元二、愛 情四季  【活動三】和 平的結束 (一) 在愛情中學 習和平分	輔導： 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。	輔導： 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。	輔導： 1. 口語評量	輔導： 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	

	手，好聚好散。				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能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第11週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元二、愛情四季</p> <p><b>【活動三】和平的結束(二)</b> 在愛情中學習和平分手，好聚好散。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 口語評量</p>	<p>輔導： 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</p>	

						能力。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第12週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元二、愛情四季</p> <p><b>【活動四】好好愛自己</b> (一) 體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 實作評量</p>	<p>輔導： 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</p>		

						有自我保護的知能。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。
第13週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元二、愛情四季</p> <p><b>【活動四】好好愛自己(二)</b> 體認生命中的各項情感，並學習用正向態度經營。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 實作評量</p>	<p>輔導： 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能。 生 J4 分析快樂、</p>	

						幸福與生命意義之間的關係。	
第14週	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考	
第15週	<b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元三、職業面面觀 <b>【活動一】</b> 繽紛職業秀 瞭解現今社會中的各類行業。	輔導： 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。	輔導： 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。	輔導： 1. 口語評量	輔導： 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16週	<b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元三、職業面面觀 <b>【活動二】</b> 職業大進擊 (一) 分析自己期待從事的行業，以及目前條件的差	輔導： 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。	輔導： 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。	輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量	輔導： 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。		

		距和職場倫理。					
第17週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元三、職業面面觀</p> <p><b>【活動二】職業大進擊(二)</b> 分析自己期待從事的行業，以及目前條件的差距和職場倫理。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量</p>	<p>輔導： 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。</p>		
第18週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元三、職業面面觀</p> <p><b>【活動三】職業世界想像未來職業世界的變化，及對人</b></p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量</p>	<p>輔導： 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。</p>		

		類的影響。					
第19週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元三、職業面面觀</p> <p><b>【活動四】</b> 我的未來我做主 (一) 探索職業變化與自我的關聯，以及應有的準備。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 口語評量 2. 實作評量</p>	<p>輔導： 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。</p>		
第20週	<p><b>主題二、青春觀察家(輔導)</b> 單元三、職業面面觀</p> <p><b>【活動四】</b> 我的未來我做主 (二) 探索職業變化與自我的關聯，以及應有的準備。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 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。</p>	<p>輔導： 1. 高層次紙筆評量</p>	<p>輔導： 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。</p>		
教學設施 設備需求	單槍、筆記型電腦						

備 註	
-----	--