

臺北市北安國民中學 113 學年度領域/科目課程計畫

領域/科目	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 本土語文 ☐ 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:翰林版_____	節數	學期內每週 1節(科目對開請說明，例：家政與童軍科上下學期對開)			
	☐ 自編教材 (經課發會通過)					
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-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。 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，保護自我與他人。 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-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。 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。					
課程目標	第一學期的課程目標如下：透過生涯檔案的整合，讓學生發現個人的優勢，思考自己的工作價值觀與做抉擇能力，並進一步認識生涯進路與各種學制，讓學生整合自己的能力、興趣與環境條件，找出適合自己的生涯進路。以整合式的活動，引導自己規劃中、長程的生涯目標，學習擬定學習計畫與工作目標，選擇適合自己的進路方向。透過報導，協助學生從各種不同面向分析經營家庭應承擔的責任與所需具備的能力，藉由觀察家人對家庭的付出，發覺家庭成員所擔負的家庭責任，進而了解家庭經營能力。利用家人互動事件的討論，覺察自己與家人的互動關係，學習正向互動方式，培養良好家人關係，進而達到美好家庭生活之目標。最後探討生活中的危險情境，針對地震、火災、海嘯及山難等災難，學習預防與應變之道，強化保護自己與他人的策略。並學習緊急通訊方法、野外求生裝備、庇護所搭建方式、水源尋找及取得技巧、可食野生植物辨識、無具野炊等野外求生的技能。透過探討真實山難報導的求生內容，檢測各項野外求生的知能運用，藉以提升自救及救人的能力。 第二學期教學內容分為生命真言、創意休閒趣、綠色大地及成長 ING 等四個主題，各主題下共包含八個單元。單元目標如下：透過感受生老病死與生命楷模的故事，以及實際整理個人生命故事的過程中，協助學生釐清生命價值、思考想要活出怎樣的的生命，並以樂觀積極的態度實際解決問題，並在整理出貴人資源後，引導學生勇敢為自己的生命打拼、甚而協助他人生命的力量。藉由活動的體驗，帶領學生透過各種休閒活動減輕自己日常生活中的壓力，了解休閒的意義與重要，並引導學生覺察個人喜好的休閒活動，學習選擇適合自己且正向的休閒。讓學生藉由創意發想，活化休閒活動，讓自己樂於其中，並使休閒活動融入自己的生活。而在經營個人生活的同時，也將環境保護的觀念融入生活當中，讓環境、資源能更被珍惜的利用。最後帶領學生檢視自身在成長時的身心變化，找出自己在成長過程當中所習得的各項能力，並能分享生活中重要事件對自己的影響，透過分享各種慶祝成長的儀式，讓學生思考成長對自己的意義。最後，使用成長所習得的能力，籌備班級的畢業活動，讓學生分享自我成長的感受，並將畢業前的祝福傳遞給自己及同學。					
學習進度	單元/主題	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
週次	名稱	學習表現	學習內容			
	可分單元合併數週整合敘寫或依各週次進度敘寫。					

第一學期	第1-5週	主題一生命停看聽 單元一生命中的壓力（輔導）	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、影響調適。	1. 學生自評(50%)。 2. 教師評(50%)：學生課堂表現。	【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。	
	第6-10週	主題一生命停看聽 單元二珍愛生命（輔導）	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-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	1. 學生自評(50%)：完成學生活動。 2. 教師評(50%)：學生課堂表現。	【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。	
	第11-15週	主題二生涯航海王 單元一生涯大航道（輔導）	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 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	1. 學生自評、學生互評(50%)。 2. 教師評(50%)：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 【生涯規劃教育】 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。	
	第16-20週	主題二生涯航海王 單元二生涯夢想號（輔導）	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 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用	1. 學生自評、學生互評(50%)。 2. 教師評(50%)：學生課堂表現。	【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 【生涯規劃教育】 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。	
第二學期	第1-4週	主題五航向未來 單元1生涯交叉口	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。 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-2 生涯決策、行動與調適。	口語評量(100%)—問答、口頭報告	【生涯規劃教育】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。	
	第5-8週	主題五航向未來 單元2生涯大企劃	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。 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-2 生涯決策、行動與調適。	口語評量(50%)—問答、口頭報告 實作評量(50%)—訪問、分組討論	【生涯規劃教育】 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
	第9-12週	主題六生命齊步走 單元 1 成長進化史	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 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。	口語評量(50%)—問答、口頭報告、小組討論 高層次紙筆評量(50%)—書面心得整理	【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度。	
	第13-16週	主題六生命齊步走 單元 2 薪傳雙響砲	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 Ab-IV-1 青少年身心發展與調適。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。	口語評量(50%)—問答、口頭報告 實作評量(50%)—訪問、分組討論	【生涯規劃教育】 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
	第17-18週	主題六生命齊步走 單元3畢業進行式	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 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(50%)—口頭報告 高層次紙筆評量(50%)—書面心得	【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
教學設施 設備需求		1. 網路設備 2. 繪本或相關影音資源 3. 影片播放設備 4. 單槍、電腦設備、分組活動場地 5. 課程所需道具與文件 6. 學習單					
備 註							

