

新北市 徐匯中學附屬國民中學 114 學年度 七 年級第 1 學期 部定課程計畫 設計者： 孟岱融

一、課程類別：

1. ☐ 國語文 2. ☐ 英語文 3. ☐ 健康與體育 4. ☐ 數學 5. ☐ 社會 6. ☐ 藝術 7. ☐ 自然科學 8. ☐ 科技 9. ☒ 綜合活動(輔導)

10. ☐ 閩南語文 11. ☐ 客家語文 12. ☐ 原住民族語文： 族 13. ☐ 新住民語文： 語 14. ☐ 臺灣手語

二、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

✍ 上述表格自 113 學年度第 2 學期起正式列入課程計畫備查必要欄位。

★ 本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

⦿ 當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

三、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
☒ A1身心素質與自我精進	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。

☐ A2系統思考與解決問題 ☐ A3規劃執行與創新應變 ☐ B1符號運用與溝通表達 ☒ B2科技資訊與媒體素養 ☐ B3藝術涵養與美感素養 ☐ C1道德實踐與公民意識 ☒ C2人際關係與團隊合作 ☐ C3多元文化與國際理解	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。 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。
--	--

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

主題二 青春學習站	單元 1 國中新世界	單元 2 自我圓舞曲	單元 3 學習特攻隊
	活動 1 友伴同行 活動 2 校園資源尋寶趣 活動 3 國中新鮮事 活動 4 新生一級棒	活動 1 我是誰？ 活動 2 我的特質 活動 3 我的成功心像 活動 4 我的成長小書	活動 1 學習挖挖哇 活動 2 學習雷達站 活動 3 學習 A 計畫 活動 4 學習計畫檢測站

六、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							

第一週 8/31-9/6	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	主題二、青春學習站 單元一、國中新世界 【活動1】友伴同行藉由團體互動過程來表達進入新環境的適應感受。	1	1.分組座位 2.海報、彩色筆 3.學冊頁面	體認師生關係對學習成效的價值，增進人際溝通技巧。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	□ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課
-----------------	------------------------------------	--	--	---	---	--------------------------	---	---	------------------------

										鐘 點 費) 1. 協 同 科 目 : — — 2. 協 同 節 數 : — — —
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---

第二週 9/7-9/13	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	主題二、青春學習站 單元一、國中新世界 【活動2】校園資源尋寶趣(一) 經由認識校園中資源，解決個人或班級的問題。並活化運用校園資源，進而提升適應國中生活的能力。	1	1.校園平面圖 2.電腦、單槍或海報 3.學冊頁面	體認師生關係對學習成效的價值，增進人際溝通技巧。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量 5.口語評量 6.活動參與	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第三週 9/14-9/20	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	主題二、青春學習站 單元一、國中新世界 【活動2】校園資源尋寶趣(二) 經由認識校園中資源，解決個人或班級的問題。並活化運用校園資源，進而提升適應國中生活的能力。	1	1.分組座位 2.學生適應困擾的題目紙條及字卡 3.學冊頁面	體認師生關係對學習成效的價值，增進人際溝通技巧。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量 5.學習紀錄	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

第四週 9/21- 9/27	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	主題二、青春學習站 單元一、國中新世界 【活動3】國中新鮮事 覺察國中與國小的校園生活差異，並嘗試出改善方法。	1	1.分組座位 2.學生適應困擾的題目紙條與字卡 3.學冊頁面	體認師生關係對學習成效的價值，增進人際溝通技巧。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量 5.學習紀錄	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第五週 9/28- 10/4	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。	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	主題二、青春學習站 單元一、國中新世界 【活動4】新生一級棒 整合調適方法及校園資源，設計自己的國中適應計劃，評估並調整方法，提升適應能力。	1	1.電腦及投影單槍設備 2.學冊頁面	體認師生關係對學習成效的價值，增進人際溝通技巧。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量 5.高層次紙筆評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

第六週 10/5- 10/11	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。 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。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	主題二、青春學習站 單元二、自我圓舞曲 【活動1】我是誰？ 透過「鏡中自我」活動，思考「自己」在不同人眼中的模樣，接著進行「猜猜誰是誰」活動，表現出自己具備的特質。	1	1.猜猜誰是誰 卡片範例 2.黃色及白色 紙卡 3.學冊頁面	體認師生關係對學習成效的價值，增進人際溝通技巧。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.口語評量 5.實作評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。	
-----------------------	---	---	--	---	---	---------------------------------	---	--	--

第七週 10/12- 10/18	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。 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。 輔 Ca-IV-2 自 我生涯探索與 統整。	主題二、青春學習站 單元二、自我圓舞曲 【活動1】我是誰？ 透過「鏡中自我」活動， 思考「自己」在不同人眼 中的模樣，接著進行「猜 猜誰是誰」活動，表現出 自己具備的特質。	1	1.猜猜誰是誰 卡片範例 2.黃色及白色 紙卡 3.學冊頁面	透 過 自 我 探 索 與 他 人 回 饋，瞭 解 自 我 特 質，建 立 自 主 學 習 系 統。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.口語評量 5.實作評量	【生涯規劃教 育】 涯 J3 覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值 觀。	
------------------------	--	--	---	---	--	---	--	---	--

第八週 10/19- 10/25	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。 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。 輔 Ca-IV-2 自 我生涯探索與 統整。	主題二、青春學習站 單元二、自我圓舞曲 【活動2】我的特質(一) 運用「特質燈光秀」活 動，思考最適合代表自己 的光，進而理解會用哪些 特質來形容自己。藉由 「特質正字標記」活動， 從自認與他認的過程中， 更理解自己的自知、周 知、不知及未知的特質， 並瞭解「周哈里窗」的概 念。	1	1.特質清單(可 做成電腦簡 報或字卡) 2.學冊頁面	透 過 自 我 探 索 與 他 人 回 饋，瞭 解 自 我 特 質，建 立 自 主 學 習 系 統。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量 5.學習紀錄	【生涯規劃教 育】 涯 J3 覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值 觀。	
------------------------	--	--	--	---	--	---	--	---	--

第九週 10/26- 11/1	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。 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。 輔 Ca-IV-2 自 我生涯探索與 統整。	主題二、青春學習站 單元二、自我圓舞曲 【活動2】我的特質(二) 運用「特質燈光秀」活 動，思考最適合代表自己 的光，進而理解會用哪些 特質來形容自己。藉由 「特質正字標記」活動， 從自認與他認的過程中， 更理解自己的自知、周 知、不知及未知的特質， 並瞭解「周哈里窗」的概 念。	1	1.特質清單(可 做成電腦簡 報或字卡) 2.學冊頁面 3.生涯輔導紀 錄手冊	透 過 自 我 探 索 與 他 人 回 饋，瞭 解 自 我 特 質，建 立 自 主 學 習 系 統。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量 5.學習紀錄	【生涯規劃教 育】 涯 J3 覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值 觀。	
-----------------------	--	--	--	---	--	---	--	---	--

第十週 11/2-11/8	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。 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。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	主題二、青春學習站 單元二、自我圓舞曲 【活動3】我的成功心像 以「生涯期望圖」引起動機，帶領學生進行初步的生涯想像，想像自己未來想成為什麼樣的人，並在「認識成功典範」的活動中，認識三類成功典範(江振誠、五月天、郭婞淳及劉安婷)，認識他們所具備的競爭力，從而學習效法。	1	1.電腦及投影設備 2.成功典範的影片或報導 3.學冊頁面	透過自我探索與他人回饋，瞭解自我特質，建立自主學習系統。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.口語評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。	
------------------	--	--	---	---	-------------------------------------	------------------------------	--------------------------------------	---	--

第十一週 11/9- 11/15	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。 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。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	主題二、青春學習站 單元二、自我圓舞曲 【活動4】我的成長小書 (一) 從「我的生涯腳印」分享從小到大的生涯點滴蒐集，接著到「生涯檔案齊步走」的活動，學習如何將學習過程中的重要資料整理成冊。	1	1.生涯檔案範例 2.生涯檔案夾、內頁 3.學冊頁面	透過自我探索與他人回饋，瞭解自我特質，建立自主學習系統。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。	
------------------------	--	--	---	---	----------------------------------	------------------------------	--------------------------------------	---	--

第十二週 11/16- 11/22	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。 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。 輔 Ca-IV-2 自 我生涯探索與 統整。	主題二、青春學習站 單元二、自我圓舞曲 【活動4】我的成長小書 (二) 從「我的生涯腳印」分享 從小到大的生涯點滴蒐 集，接著到「生涯檔案齊 步走」的活動，學習如何 將學習過程中的重要資料 整理成冊。	1	1.生涯檔案範 例 2.生 涯 檔 案 夾、內頁 3.學冊頁面	透 過 自 我 探 索 與 他 人 回 饋，瞭 解 自 我 特 質，建 立 自 主 學 習 系 統。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.實作評量	【生涯規劃教 育】 涯 J3 覺察自己的能 力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人 格特質與價值 觀。	
-------------------------	--	--	---	---	---	---	--------------------------------------	---	--

第十三週 11/23- 11/29	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動1】學習挖挖哇 探索學習的意義，覺察自己的學習問題，並提出最想改善的項目。	1	1.分組座位 2.學冊頁面	透過自我探索與他人回饋，瞭解自我特質，建立自主學習系統。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.口語評量 5.高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
-------------------------	--	--	--	---	-----------------------------	------------------------------	--	--	--

第十四週 11/30- 12/6	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動1】學習挖挖哇 探索學習的意義，覺察自己的學習問題，並提出最想改善的項目。	1	1.分組座位 2.學冊頁面	探索自己的多元學習能力，並擬定合宜的學習目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.口語評量 5.高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
------------------------	--	--	--	---	-----------------------------	-------------------------	--	--	--

第十五週 12/7- 12/13	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動2】學習雷達站(一) 分析產生學習問題的原因，並嘗試蒐集各種改善的方法。	1	1.學冊頁面	探索自己的多元學習能力，並擬定合宜的學習目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.高層次紙筆評量 5.實作評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
------------------------	--	---	--	---	--------	-------------------------	---	--	--

第十六週 12/14- 12/20	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動2】學習雷達站(二) 分析產生學習問題的原因，並嘗試蒐集各種改善的方法。	1	1.學冊頁面	探索自己的多元學習能力，並擬定合宜的學習目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.高層次紙筆評量 5.實作評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
-------------------------	--	---	--	---	--------	-------------------------	---	--	--

第十七週 12/21- 12/27	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動2】學習雷達站(三) 分析產生學習問題的原因，並嘗試蒐集各種改善的方法。	1	1.學冊頁面	探索自己的多元學習能力，並擬定合宜的學習目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.高層次紙筆評量 5.實作評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
-------------------------	--	---	--	---	--------	-------------------------	---	--	--

第十八週 12/28- 1/3	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動3】學習 A 計畫(一) 訂定自己的學習目標，並擬定具體的學習計畫，實際執行。	1	1.學冊頁面 2.I can make it! 學習計畫單	探索自己的多元學習能力，並擬定合宜的學習目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
-----------------------	--	---	---	---	----------------------------------	-------------------------	---	--	--

第十九週 1/4-1/10	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動3】學習 A 計畫(二) 訂定自己的學習目標，並擬定具體的學習計畫，實際執行。	1	1.學冊頁面 2.I can make it! 學習計畫單	探索自己的多元學習能力，並擬定合宜的學習目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
------------------	--	---	---	---	----------------------------------	-------------------------	---	--	--

第二十週 1/11-1/17	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 輔Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔Ba-IV-2 自我管理學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動4】學習計畫檢測站 針對上周執行的學習計畫進行檢核與調整，並持續進行。	1	1.學冊頁面	探索自己的多元學習能力，並擬定合宜的學習目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU4 自律負責。	
-------------------	--	---	---	---	--------	-------------------------	---	--	--

第二十一 週 1/18-1/21	1b-IV-1 培養 主動積極的學 習態度，掌握 學習方法，養 成自主學習與 自我管理的能力。	童Aa-IV-2 小隊 制度的分工、 團隊合作與團 體動力的提 升。 輔Ba-IV-1 學習 意義的探究與 終身學習態度 的培養。 輔Ba-IV-2 自我 管理學習效能 的提升。 輔 Bb-IV-1 學習 方法的運用與 調整。	主題二、青春學習站 單元三、學習特攻隊 【活動4】學習計畫檢測站 針對上周執行的學習計畫 進行檢核與調整，並持續 進行。	1	1.學冊頁面	探索自己的 多元學習能 力，並擬定 合宜的學習 目標。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.高層次紙筆 評量	【生涯規劃教 育】 涯 J3 覺察自己的能 力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問 題解決。 品 EJU4 自律負責。	
------------------------	--	---	---	---	--------	---	---	--	--

七、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

■否，全學年都沒有(以下免填)。

□有，部分班級，實施的班級為：_____。

□有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		☐ 簡報 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☐ 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。