

臺北市石牌國民中學110學年度領域/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 type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" 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</u> 版 <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18節/1學年38節	
領域核心素養	<p style="color: red;">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 style="color: red;">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。</p> <p style="color: red;">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 style="color: red;">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。</p> <p style="color: red;">綜-J-C1探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。</p> <p style="color: red;">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>				
課程目標	<p style="color: red;">(一) 透過生涯進路及各種學制的資料蒐集，並參酌個人興趣、特質、價值觀等經驗，規劃適合自己的生涯目標。</p> <p style="color: red;">(二) 認識壓力的特色、覺察自己的身心狀態，進而學習調整自己的情緒和壓力。</p> <p style="color: red;">(三) 協助學生統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。</p> <p style="color: red;">(四) 回顧國中生涯，探討對於個人的正向意義與影響，並從中討論值得傳承的精神。</p>				
學習進度	單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入實 跨領域/

週次		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 表現	學習 內容		質內涵	科目協 同教學
第一 學期	第1-7 週	主題一 青春 生涯路 單元1 夢想啟 航	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。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承對個人的 意義。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之 思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊 合作與團體動力的提升。 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 口語評量 學習紀錄 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。 涯 J4 瞭解 自己的人格 特質與價值 觀。 涯 J6 建立 對於未來生 涯的願景。 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8-14週	主題一 青春 生涯路 單元2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。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	口語評量 實作評量 學習紀錄 高層次紙筆評量	【生涯規劃、生命教育】 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。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 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15-20週	主題一青春生涯路 單元3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 紙筆測驗 高層次紙筆評量 實作評量	【生命教育、品德教育】 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。 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU1 尊重生命。	
第二	第1-7週	主題三青春	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、	口語評量 紙筆測驗 實作評量	【生涯規劃、生命教育】 涯 J6 建立對	

學期		<p>心配方</p> <p>單元 1-未來想像</p>		<p>工作世界與未來發展的探索。</p> <p>家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。</p> <p>童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p>		<p>於未來生涯的願景。</p> <p>涯 J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p> <p>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。</p>	
第8-11週		<p>主題三青春心配方-</p> <p>單元 2-少年的奇幻旅行</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p> <p>家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。</p>	<p>口語評量 實作評量</p>	<p>【生命教育】</p> <p>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，理解人的主體能动性，培養適切的自我觀。</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p> <p>生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦</p>	

						難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
	第12-17週	主題三青春心 配方 單元3-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。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	口語評量 紙筆測驗 實作評量	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 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	單槍、筆記型電腦						
備註							