

臺北市民族實驗國民中學 113 學年度 領綜合域/輔導 科目課程計畫

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) ☐ 本土語文(☐ 閩南語文 ☐ 閩東語文 ☐ 客家語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 原住民族語：_____)					
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： <u>南一 版</u> ☐ 自編教材 （經課發會通過）	節數	學期內 <u>每週 1 節</u> （科目對開請說明，例：家政與童軍科上下學期對開）			
領域核心素養		核心素養需列出「領域核心素養具體內涵」(包括編碼跟內容)。例：「健體 J C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 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-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-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。 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		(一) 從個人興趣、特質、價值觀等探索經驗，學習統整並提出適性的生涯發展目標。 (二) 透過生涯進路及各種學制的資料蒐集，規劃適合自己的生涯目標。 (三) 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。 (四) 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。 (五) 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。 (六) 運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，促進心理健康。					
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
第一學 期/第 1 學季	第 1 週	主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動一、生涯領航 透過生涯幻遊，釐清自己的價值觀、興趣、性向等，對個人生涯抉擇的影響。	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	【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 2 週	主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動一、生涯領航透過生涯幻遊，釐清自己的價值觀、興趣、性向等，對個人生涯抉擇的影響。	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	【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 3 週	主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動二、家人伴我行 蒐集家人與環境因素對自我的影響，表達自己對生涯的想法。	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。	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。 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 4 週	主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動三、生涯金三角 整合自己的各項生涯資訊，提出適性的生涯發展目標。	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。	學習紀錄 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。 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 5 週	主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動三、生涯金三角 整合自己的各項生涯資訊，提出適性的生涯發展目標。	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。	學習紀錄 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。 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 6 週	主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動四、我的生涯藍圖 收集各項影響生涯抉擇因素，做出合宜的生涯抉擇。	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 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 7 週	主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動四、我的生涯藍圖 收集各項影響生涯抉擇因素，做出合宜的生涯抉擇。	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 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 週	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker（輔導） 活動一、未來偵察員 分享個人生涯規劃的感受與想法，瞭解國中畢業後各類型學校特色，並分析自己的狀況。	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	【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 9 週	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker（輔導） 活動一、未來偵察員 分享個人生涯規劃的感受與想法，瞭解國中畢業後各類型學校特色，並分析自己的狀況。	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	【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 10 週	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker（輔導） 活動二、資訊一把罩 熟悉十二年國教升學管道，並檢視自己現階段的表現。	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。	實作評量 學習紀錄	【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。	
第一學期/第 2 學季	第 1 週	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker（輔導） 活動三、高校探險隊 探索學區內高校資訊，澄清自己的疑惑，作為擬訂個人生涯規劃的參考。	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。	實作評量	【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 2 週	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker（輔導） 活動三、高校探險隊 探索學區內高校資訊，澄清自己的疑惑，作為擬訂個人生涯規劃的參考。	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。	實作評量	【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 3 週	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker（輔導） 活動四、高校達人 收集適合自己的高校資訊，覺察、評估未來生涯發展可能面臨的問題，並調整策略。	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。	高層次紙筆評量 實作評量	【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 4 週	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker（輔導） 活動四、高校達人 收集適合自己的高校資訊，覺察、評估未來生涯發展可能面臨的問題，並調整策略。	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。	高層次紙筆評量 實作評量	【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 5 週	主題一 青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀（輔導） 活動一、生活檢測站 1. 分享自己對九年級生活的感受與體悟。 2. 瞭解九年級的任務，練習以合理的心態來面對挑戰。	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	【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。	健康與體育
第 6 週	主題一 青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀（輔導） 活動二、心靈深呼吸 1. 認識壓力來源及壓力正負向影響。 2. 覺察自己的壓力狀態。	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	【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。	健康與體育
第 7 週	主題一 青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀（輔導） 活動二、心靈深呼吸 1. 認識壓力來源及壓力正負向影響。 2. 覺察自己的壓力狀態。	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	【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。	健康與體育
第 8 週	主題一 青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀（輔導） 活動三、減壓妙點子 1. 分析個人面對壓力的思考模式。 2. 練習不同壓力調節策略。	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。	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。	健康與體育
第 9 週	主題一 青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀（輔導） 活動三、減壓妙點子 1. 分析個人面對壓力的思考模式。 2. 練習不同壓力調節策略。	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。	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。	健康與體育
第 10 週	主題一 青春生涯路 單元 3 抗壓達人秀（輔導） 活動四、「抗壓執行」有夠讚！ 1. 運用適合的壓力調節策略，調	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。	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。	健康與體育

		節自己的情緒與壓力。 2. 評估並調整自己所使用的情緒調節策略。				品EJU1 尊重生命。	
第二學期/第3學季	第 1 週	主題二青春心配方 單元 1 未來想像(輔導) 活動一、生涯密碼 1. 分享個人未來職業與就讀科系的想法與感受。 2. 藉由個人生命故事的整理，思索過去、現在和未來間的關聯性	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、工作世界與未來發展的探索。 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 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	口語評量	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/ 教育環境的關係。 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。 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 2 週	主題二青春心配方 單元 1 未來想像(輔導) 活動一、生涯密碼 1. 分享個人未來職業與就讀科系的想法與感受。 2. 藉由個人生命故事的整理，思索過去、現在和未來間的關聯性	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、工作世界與未來發展的探索。 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 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	口語評量	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/ 教育環境的關係。 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。 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 3 週	主題二青春心配方 單元 1 未來想像(輔導) 活動二、生涯新世界 1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。 2. 覺察環境變動對自己的生涯影響，並培養跨領域能力。	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、工作世界與未來發展的探索。 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 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	學習紀錄 紙筆評量 高層次紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/ 教育環境的關係。 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。 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 4 週	主題二青春心配方 單元 1 未來想像(輔導) 活動二、生涯新世界 1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。 2. 覺察環境變動對自己的生涯影響，並培養跨領域能力。	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、工作世界與未來發展的探索。 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 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	學習紀錄 紙筆評量 高層次紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/ 教育環境的關係。 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。 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 5 週	主題二青春心配方 單元 1 未來想像(輔導) 活動三、生涯圖像 1. 釐清自己的生涯發展願景，澄清個人價值與生命意義，增進自己未來發展的正向能量。 2. 統整自己未來生涯所需的能力，訂定具體目標和計劃。	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、工作世界與未來發展的探索。 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 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	口語評量 高層次紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/ 教育環境的關係。 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。 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 6 週	主題二青春心配方 單元 1 未來想像(輔導) 活動三、生涯圖像 1. 釐清自己的生涯發展願景，澄清個人價值與生命意義，增進自己未來發展的正向能量。 2. 統整自己未來生涯所需的能力，訂定具體目標和計劃。	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、工作世界與未來發展的探索。 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 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	口語評量 高層次紙筆測驗	【生涯規劃、生命教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。 涯J9 社會變遷與工作/ 教育環境的關係。 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。 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 7 週	主題二青春心配方 單元 2 盛夏的任務(輔導) 活動一、主動積極的實踐家 理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的	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。 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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	口語評量 實作評量	【生命教育】 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4學季		情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。				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。	
	第 8 週	主題二青春心配方 單元 2 盛夏的任務(輔導) 活動一、主動積極的實踐家 理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。	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。 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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	口語評量 實作評量	【生命教育】 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。 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。	
	第 9 週	主題二青春心配方 單元 2 盛夏的任務(輔導) 活動一、主動積極的實踐家 理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。	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。 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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	口語評量 實作評量	【生命教育】 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。 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。	
	第 10 週	主題二青春心配方 單元 2 盛夏的任務(輔導) 活動二、決戰五月天 理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。	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。 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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	口語評量 實作評量	【生命教育】 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。 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。	
	第 1 週	主題二青春心配方 單元 2 盛夏的任務(輔導) 活動二、決戰五月天 理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。	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。 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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	口語評量 實作評量	【生命教育】 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。 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。	
	第 2 週	主題二青春心配方 單元 2 盛夏的任務(輔導) 活動三、充電轉運站 討論轉化階段的待辦事項。調整轉化階段的心態方向。執行轉化階段的學習行動。	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。 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 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	口語評量 實作評量	【生命教育】 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。 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。	
	第 3 週	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起(輔導) 活動一、當我們一起走過 回顧自己的國中歷程並覺察自己的生命發展對自己的意義與價	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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	實作評量 口語評量	【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	

		值。				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。	
	第 4 週	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起(輔導) 活動二、校園巡禮 透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。	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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	口語評量 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。	
	第 5 週	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起(輔導) 活動二、校園巡禮 透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。	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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	口語評量 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。	
	第 6 週	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起(輔導) 活動二、校園巡禮 透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。	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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	口語評量 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。	
	第 7 週	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起(輔導) 活動三、結束的起點 運用合宜的方式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	實作評量 口語評量	【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。	
	第 8 週	主題二青春心配方 單元 3 驪歌響起(輔導) 活動三、結束的起點 運用合宜的方式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	實作評量 口語評量	【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	1. 大屏 2. 平板 3. 搭配生涯檔案						
備 註							