

新竹市立竹光國民中學

115學年度第一學期領域/科目課程計畫

領域/ 科目	☐ 國語文 ☐ 本土文/台灣手語/新住民語文 ☐ 英語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☐ 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） ☐ 健康與體育（ ☐ 健康教育 ☐ 體育） ☐ 科技（ ☐ 資訊科技 ☐ 生活科技）		
實施 年級 實施 學期	☐ 一年級 ☐ 二年級 ☐ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級 ■七年級 ☐ 八年級 ☐ 九年級 ■ <u>上學期</u> ☐ 下學期		
教材 版本	■選用教材書： <u>翰林</u> 版本 ☐ 自編教材（經課發會通過）	節數	每週1節，本學期共21節
對應 領域 核心 素養	綜-J-A1 身心素質與自我精進 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-B3 藝術涵養與美感素養 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 人際關係與團隊合作 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）能透過校園實地觀察與小組討論，分析國小與國中在學習環境與生活常規的差異，並運用校內處室資源與求助管道，有效擬定解決國中入學適應問題的行動策略。 （二）能運用多樣化的自我探索工具（如周哈里窗或心理測驗），覺察個人在興趣、能力與價值觀的多元面向，進而展現對自我特質的接納與欣賞，並建立正向的人際互動界線與溝通態度。 （三）能藉由生涯楷模的案例分析與生命經驗盤點，省思個人發展的各種可能性，並嘗試建構個人的生涯檔案與行動計畫，以實踐國中階段的生涯目標管理與自我發展。		

新竹市立竹光國民中學

115學年度第一學期領域/科目課程計畫

學習 進度週次	單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入	跨領域/ 科目協 同教學
		學習表現	學習內容			
第1-3週	主題五國中 新時代 單元一國中 生友會	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 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。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	1. 口語評量 2. 實作評量		
第4-6週	主題五國中 新時代 單元二校園 交流站	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第7週 【第一次評量週】	主題五國中 新時代 單元一國中 生友會 單元二校園 交流站	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 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。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量		

		人正向影響，並提升團體效能。				
第8-10週	主題五國中 新時代 單元三國中 萬事通	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 口語評量 2. 實作評量		
第11-13週	主題六生涯 魔法精靈 單元一神秘 魔法石	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。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J4 了解自己的 人格特質與 價值觀。	
第14週 【第二次評 量週】	主題五國中 新時代 單元三國中 萬事通 主題六生涯 魔法精靈 單元一神秘 魔法石	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。 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。 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。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 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15-17週	主題六生涯 魔法精靈 單元一神秘	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態	1. 口語評量 2. 實作評	【生涯規畫教育】 涯 J4	

	魔法石	力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	度。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。	量	了解自己的 人格特質與 價值觀。 【品德教育】	
第18-20週	主題六生涯 魔法精靈 單元二生涯 水晶球	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。	輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 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。	1. 口語評量 2. 實作評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第21週 【第三次評量週】	主題六生涯 魔法精靈 單元一神祕 魔法石 單元二生涯 水晶球	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。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 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。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次 紙筆評量		
教學資源	1.電腦、影音音響設備 2.教學投影片、影音資料 3.網路資源等。 4.輔導相關器具。					
備註						

新竹市立竹光國民中學

115學年度第二學期領域/科目課程計畫

領域/ 科目	☐ 國語文 ☐ 本土文/台灣手語/新住民語文 ☐ 英語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☐ 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） ☐ 健康與體育（ ☐ 健康教育 ☐ 體育） ☐ 科技（ ☐ 資訊科技 ☐ 生活科技）		
實施 年級	☐ 一年級 ☐ 二年級 ☐ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級 ■七年級 ☐ 八年級 ☐ 九年級		
實施 學期	☐ 上學期■下學期		
教材 版本	■選用教材書：翰林版本 ☐ 自編教材（經課發會通過）	節數	每週1節，本學期共21節
對應 領域 核心 素養	綜-J-A2 系統思考與解決問題 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-B1 符號運用與溝通表達 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 科技資訊與媒體素養 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。		
課程 目標	（一）能透過多元智慧量表與學習困擾診斷，覺察個人學習優勢與侷限，並選擇與應用適合感官特質的記憶策略（如心智圖），以優化國中階段的學習效率與自我監控能力。 （二）能辨識友誼的不同層次與網路互動的風險，並在衝突情境中運用專注傾聽、正確表達與協商策略，以建構健康的人際界線並實踐正向的人際關係經營。 （三）能分析日常學習與人際互動中的各類衝突或障礙，透過案例省思，發展出應對危機與解決問題的具體行動方案，進而提升生活適應的綜合素養。。		

新竹市立竹光國民中學

115學年度第二學期領域/科目課程計畫

學習 進度週次	單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入	跨領域/ 科目協 同教學
		學習表現	學習內容			
第1-3週	主題五： 學習修練室 單元一： 學習探險家	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。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	1. 口語 評量 2. 實作 評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 J9 知行合一與自我反省。 【生涯規劃教育】	
第4-6週	主題五： 學習修練室 單元一： 學習探險家	1a-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1. 口語 評量 2. 實作 評量	涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第7週 【第一次 評量週】	主題五： 學習修練室 單元一： 學習探險家	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。 1a-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1. 口語 評量 2. 實作 評量 3. 高層次紙筆 評量		
第8-10週	主題五： 學習修練室	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1. 口語 評量 2. 實作	【閱讀素養教育】 閱 J8	

	單元二： 學習再升級	法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	評量	在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	
第11-13週	主題五： 學習修煉室 單元三： 學習加油站	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。	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 口語 評量 2. 實作 評量	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第14週 【第二次 評量週】	主題五： 學習修煉室 單元二： 學習再升級 單元三： 學習加油站	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。	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 口語 評量 2. 實作 評量 3. 高層 次紙筆 評量	知行合一與自我反省。 【生涯規劃教育】 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	
第15-17週	主題六： 漫步在人際 單元一： 友誼智多星	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。	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。	1. 口語 評量 2. 實作 評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第18-20週	主題六： 漫步在人際 單元二： 溝通百寶箱	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。	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。	1. 口語 評量 2. 實作 評量	品 J8 理性溝通與問題解決。 【家庭教育】 家 J3	
第21週 【第三次 評量週】	主題六： 漫步在人際 單元一： 友誼智多星 單元二： 溝通百寶箱	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。	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。	1. 口語 評量 2. 實作 評量 3. 高層 次紙筆 評量	了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	
教學資源	1.電腦、影音音響設備 2.教學投影片、影音資料 3.網路資源等。 4.輔導相關器具。					
備註						

