

新竹市立竹光國民中學

115學年度第一學期綜合領域/輔導活動科目課程計畫

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：南一版本 ☐ 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-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-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。 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。		
課程 目標	（一）覺察自己的交友狀況，學習運用溝通技巧，維持正向友誼關係。 （二）瞭解自己日常與情感關係中的情緒變化，學習因應與調適的方法。 （三）認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。		

新竹市立竹光國民中學

115學年度第一學期綜合領域/輔導活動科目課程計畫

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	主題二、青春停看聽 單元一、人際事務所	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 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	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。	
第4-6週	主題二、青春停看聽 單元一、人際事務所	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。 【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第7週 【第一次 評量週】	主題二、青春停看聽 單元一、人際事務所	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。 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 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-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		
第8-10週	主題二、青春停看聽 單元二、情緒我做主	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	1.口語評量 2.實作評量	【生命教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折	

			因、影響與調適。		與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
第11-13週	主題二、青春停看聽 單元二、情緒我做主	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-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	1.口語評量 2.實作評量		
第14週 【第二次評量週】	主題二、青春停看聽 單元二、情緒我做主	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。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	1.口語評量 2.實作評量 3.高層次紙筆評量		
第15-17週	主題二、青春停看聽 單元三、生涯探照燈	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。	1.口語評量 2.實作評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第18-20週	主題二、青春停看聽 單元三、生涯探照燈	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 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	【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	
第21週 【第三次評量週】	主題二、青春停看聽 單元三、生	1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	1.口語評量 2.實作評		

	涯探照燈	擇能力，以發展個人生涯進路。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 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 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	量 3.高層次紙筆評量	往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	
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學年度第二學期綜合領域/輔導活動科目課程計畫

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 ☐ 上學期■下學期		
教材 版本	■選用教材書： <u>南一</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-A3 規劃執行與創新應變 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。 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。		

課程目標	(一) 探究性別刻板印象，接納個體之間的差異，尊重他人的獨特性。 (二) 學習合宜的相處之道，建立正向、健康的愛情觀，提升感情經營的幸福感。 (三) 探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。
------	---

新竹市立竹光國民中學

115學年度第二學期綜合領域/輔導活動科目課程計畫

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	主題二、 青春觀察家 單元一、 性別跨時代	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 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。	1. 口語評量 2. 實作評量	【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並	

第4-6週	主題二、青春觀察家 單元一、性別跨時代	3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	1. 口語評量 2. 實作評量	採取行動來關懷與保護弱勢。 【生涯規劃教育】 涯 J5	
第7週 【第一次評量週】	主題二、青春觀察家 單元一、性別跨時代	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。 3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	探索性別與生涯規劃的關係。	
第8-10週	主題二、青春觀察家 單元二、愛情四季	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 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	1. 口語評量 2. 實作評量	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	
第11-13週	主題二、青春觀察家 單元二、愛情四季	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 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	【人權教育】 人 J8	
第14週 【第二次評量週】	主題二、青春觀察家 單元二、愛情四季	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。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 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	了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 【生命教育】 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第15-17週	主題二、青春觀察家	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提	輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態	1. 口語評量	【生涯規劃教育】	

	家 單元三、 職業面面 觀	升個人價值與生 命意義。	度、工作世界，突 破 傳統的性別職業框 架，勇於探索未來 的發展。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與 資訊統整。	2.實作 評量	涯 J3 覺察自己 的能力與 興趣。 涯 J6 建立對於 未來生涯 的願景。	
第18-20週	主題二、 青春觀察 家 單元三、 職業面面 觀	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 Cb-IV-1 適性教育的試探與 資訊統整。 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21週 【第三次 評量週】	主題二、 青春觀察 家 單元三、 職業面面 觀	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。 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 Cb-IV-2 工作意義、工作態 度、工作世界，突 破 傳統的性別職業框 架，勇於探索未來 的發展。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與 資訊統整。 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		
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						