

新北市永和國民中學 110 學年度七年級第二學期部定課程計畫 設計者：蘇韋青及七年級課程設計團隊

一、課程類別：

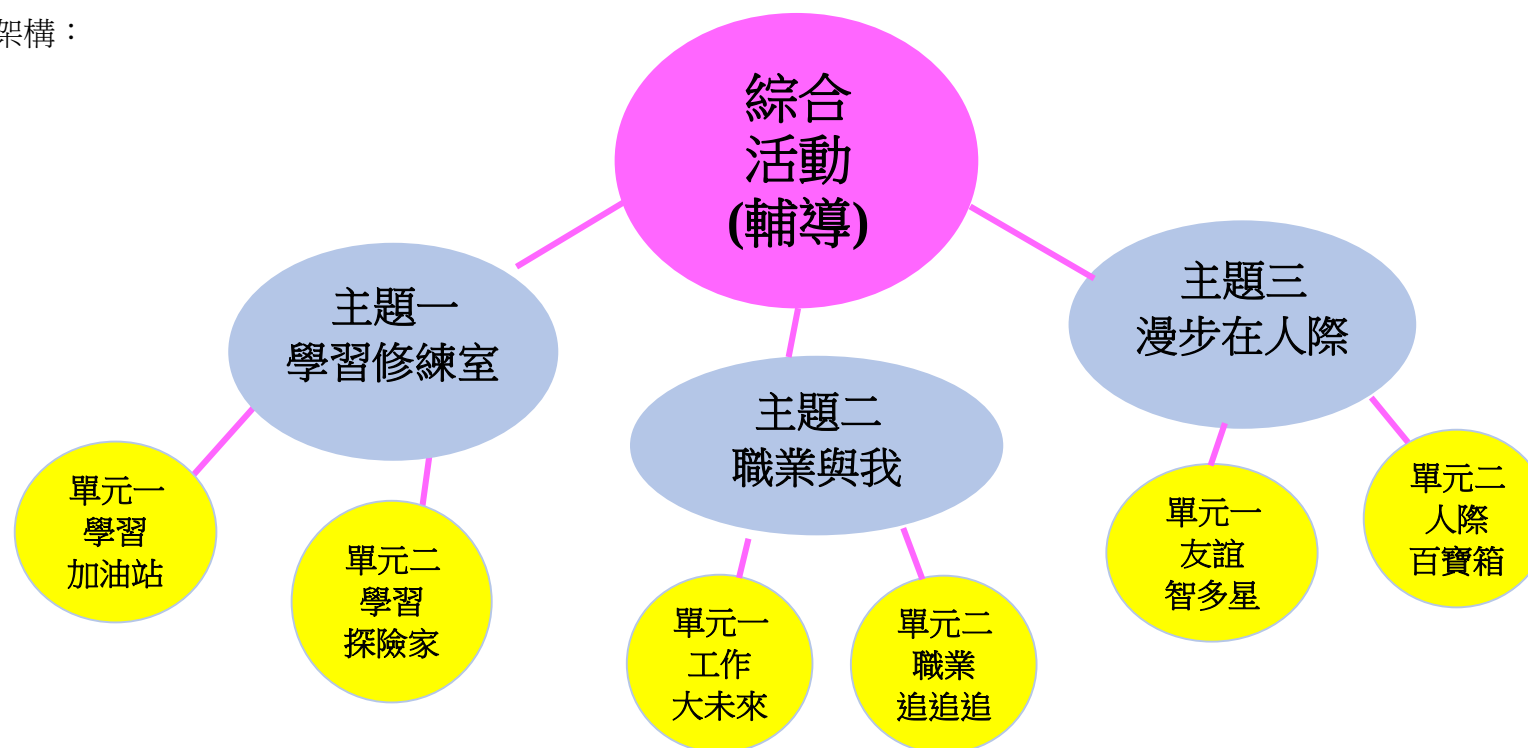
1. ☐國語文 2. ☐英語文 3. ☐健康與體育 4. ☐數學 5. ☐社會 6. ☐藝術 7. ☐自然科學 8. ☐科技 9. ☒綜合活動(輔導科)

二、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

三、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 ☒ 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-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-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，達成共同的目標。

四、課程架構：



五、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
	學習內容	學習表現						
第一週 2/7-2/11	無	無	課程說明 1.本學期主題介紹 2.進行學習活動， 掌握學習方	1	自編教材	態度評定		

			法，養成自主學習與自我管理的能力。					
第二週 2/14~2/18	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。	【主題一】學習修練室 單元一學習加油站 活動 1 為什麼要學習 1.透過生活實例的討論，澄清學習的價值，激發學習的動力。 2.能透過班級的分享，整理出學習對個人的意義。 3.進而帶入後續的學習主題。	1	翰林版第二冊 學習加油站	1. 態度評定 2. 活動參與 3. 口頭發表	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解己的人格特質與價值觀。	【線上教學】
第三週 2/21~2/25	輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	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	【主題一】學習修練室 單元一學習加油站 活動 2 時間管理 1.請學生閉上眼睛，教師引導學生掌握學習方法，再慢慢回到課堂學習教師重點一時間分配的能力。 2.發下時間 pizza 學習單，	1	自編教材 參考翰林版第二冊 學習加油站	1.學習單完成度		

		理的能力。	請學生畫出放學至睡前的作息，觀察自己的時間分配。 3.同儕間彼此分享，檢視差異，討論好的時間規劃與如何調整時間安排。					
第四週 2/28~3/4	輔 Bb-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與管理的能力。	【主題一】學習修練室 單元一學習加油站 活動點時成金 1.N 字法則練習-教師透過活動引導學生安排生活事件之輕重緩急，排定事情的優先順序。 2.透過生活作息的檢視，學習自己的生活安排能力。 3.協助學生依目標擬定具體可行的學習計畫。 4.介紹並練習學習方法與技巧	1	1.翰林第二冊學習加油站 2.自編學習單	1.態度評定 2.口語評量 3.書面完成度		
第五週 3/7~3/11	輔 Bb-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	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。	【主題一】學習修練室 單元二 學習探險家 活動 4 多元智慧(一) 1.教師引導學生進行多元能力闖關遊戲。 2.全班進行活動。	1	自編教材	1. 口語評量 2. 活動參與	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

第六週 3/14~3/18	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。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服困境。	【主題一】學習修練室 單元二學習探險家 活動4 多元智慧(二) 1.接續上週，教師引導學生進行多元能力闖關遊戲。 2.全班進行活動。 3.教師提問： （1）在各主題闖關的過程中，有哪些同學的表現令我眼睛為之一亮？為什麼？ （2）為了要完成各種闖關活動，大家需運用到哪些能力？ （3）在日常生活中，有哪些時候會運用到這項活動所展現的能力？ 4.教師總結。	1	翰林版第二冊 「學習探險家」 P8-9+自編教材	1.態度評定 2.口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第七週 3/21~3/25	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生	【主題一】學習修練室 單元二 學習探險家 活動4 多元智慧(三) -檢核與統整 1.發下「我的多元學習能 逆檢核單，請學生計算得	1	1.翰林版第二冊 學習探險家 2.自編教材	1.口語評量 2.高層次紙 筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

	服困境的方法。	境。	分，並將結果寫在檢核單內。 2.請學生回答檢核單下方的分享與省思。 3.透過檢核與統整，覺察自己在多元學習能力的發展情形，協助學生了解自己的優勢能力，並發揮自己的能力。					
第八週 3/28~4/1	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。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服困境。	【主題一】學習修煉室 單元二 學習探險家 活動 5 認識學習風格 1.認識不同的學習風格—視覺、聽覺、觸覺等。 2.透過三種感官的不同體驗活動，覺察自己的學習風格類型。	1	自編教材	1.活動參與 2.口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	第一次定期評量週
第九週 4/4~4/8	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決	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。 1b-IV-2 運用問題解決策略，	【主題一】學習修煉室 單元二 學習探險家 活動 6 我的學習風格(一) 1.進行量表測驗，了解自己的學習風格類型為何。 2.了解學習風格的型態與內涵。	1	自編教材 自編學習風格學習單	1.態度評定 2.口語評量 3.學習單完成度	【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	

	決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Dd-IV-1 尊重性別差異的多樣性。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	處理生活議題，進而克服生活逆境。	3.了解不同學習風格適合的學習方法，並善加使用於學習上。				【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十週 4/11~4/15	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。	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。	【主題一】學習修煉室 單元二 學習探險家 活動 6 我的學習風格(二) 1.能比較過去與現在學習方法間的差異。 2.透過實作幫助學生運用多元學習能力與學習風格，提升學習成效。	1	自編教材	1.高層次紙筆評量	【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	

第十一週 4/18~4/22	輔 Ca-IV-2 自我生涯 探索與統 整。		【主題二】職業與我 單元一工作大未來 活動 1 自我對話 1.教師利用心理測驗引出今日主題—工作。 2.發下工作大未來一書與我的理想工作學習單，請學生針對自己擅長的科目，查詢相對應的工作類群，並從中選擇一份自己喜歡的工作，將之摘要於學習單上。 3.個人簡單分享。 4.若本堂課無法完成者，則回家完成。下周討論。	1	自編教材	1.態度評定 2.學習單完成度 【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。	
第十二週 4/25~4/29	輔 Dc-IV-1	2a-IV-1	【主題二】職業與我 單元一工作大未來	1	自編教材	1.態度評定 2.分組討論 3.口頭發表 【性別平等教育】 性 E3	

	同理心、人際溝通、衝突處理能力的培養與正向經營人際關係。	人際關係的重點，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 2 小組分享及統整 1.教師就上周學習單進行討論。 2.小組互相分享。 3.教師整理班上同學感興趣的名單，由學生票選想了解的職業。 4.於下堂課播放相關職業影片。				覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。	
第十三週 5/2~5/6	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突處理能力的培養與正向經營人際關係。	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提昇個人價值與生命意義。	【主題二】職業與我 單元二職業追追追 活動 1 職業試探系列影片觀賞討論 1.觀賞「職業試探系列影片」-可依班級興趣做調整 2.針對自我特質、興趣及職業所需能進行討論。 3.教師鼓勵學生可以從家人職業先認識起，試著探索自己的未來之路。	1	自編教材	1.口語評量	【性別平等教育】 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視	【線上教學】

第十四週 5/9~5/13	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	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。	【主題三】漫步在人際 單元一友誼智多星 活動 1 穿越時空之門 1.能體會領導者在團體運作中的重要性。 2.能了解團體成員的配合對團體發展的影響。	1	翰林版第二冊 「友誼智多星」	1.活動參與 2.口語評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	第二次定期評量週
第十五週 5/16~5/20	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	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。	【主題三】漫步在人際 單元一友誼智多星 活動 2 領導與被領導 1.提供班級領導者與被領導者，澄清角色責任與期待的機會。 2.激發班上幹部與學生間彼	1	翰林版第二冊 「友誼智多星」	1.分組討論 2.口語評量	【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。	

	際關係。	通技巧，以正向的態度經營人際關係。	此相互體諒、尊重，並充分配合的意願。				人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異	
第十六週 5/23~5/27	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。	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。	「國中學生生涯輔導紀錄手冊」抽查與核章。	1	配合校內行事 國中生生涯輔導手冊	1.態度評定 2.書面完成度	【生涯教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。	
第十七週 5/30~6/5	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	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。	【主題三】漫步在人際單元一友誼智多星活動 3 揭開網路面紗 1.討論網路交友時應該注意的幾個地方。 2. 參考課本第 29 頁活動，思考在網路世界中，該公布哪些個人資訊。 3.進行活動，全班同學皆將資料貼於黑板後，每個人手中會有三張貼紙，請在你想		翰林第二冊 「友誼智多星」 自編教材	1.口語評量 2.態度評定	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決	

			認識的三位網友的資料上貼上貼紙，最後會進行票選活動，並公布你想認識的人是誰。 4.小組討論：對於網路交友你有哪些想法？請和小隊伙伴一起討論網路交友的相關事件與注意事項。」 5.由各小隊派 1 至 2 位代表向全班進行分享。 6.老師統整					
第十八週 6/6~6/10	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	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。	【主題三】漫步在人際單元一友誼智多星活動 4 網路社會線 1. 引起動機：教師播放影片公視主題之夜 9/19《網路殺了她 The Sextortion of Amanda Todd》 2. 影片省思：影片中的女主角發生了什麼事？在這件事件中，出現了哪些網路問題呢？ 3. 小組討論：網路交友的過程中還可能遇到哪些問題呢？請你判斷各種網路情		翰林第二冊 「友誼智多星」 自編教材	1. 口語評量 2. 態度評定	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決	【線上教學】

			境，並試著將問題分類及討論出解決的方法。 4.小組分享：各小隊派 1 至 2 人上臺分享答案與因應策略。 5.個人分享自己曾經參與網路交友的經驗及發生過的問題及解決方法。 6.透過這堂課程希望提醒各位同學在結交網友時應懂得保護自己，避免發生危險與遺憾。					
第十九週 6/13~6/17	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動 與工作效能的提升。	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。	【主題三】漫步在人際 單元二人際百寶箱 活動 1 有話好說 1.從網路世界拉回現實生活 2.透過小組戲劇演出，覺察 自己面對同儕壓力的經驗與 感受。 3.換位思考，了解不同角色 在團體中的立場及感受。	1	翰林版第二冊 「人際百寶箱」 P32-34 自編教材	1.態度評定 2.口語評量	【人權教 育】 人 J5 了解社會上 有不同的群體 和文化，尊重 並欣賞其差 異。	輔 Dc-IV-2 團 體溝通、互動 與工作效能的 提升。
第二十週 6/20~6/24	輔 Dc-IV-2 團體溝	2a-IV-1 體 認人際關	【主題三】漫步在人際 單元二人際百寶箱 活動 2 真好！你懂我的心	1	翰林版第二冊 「人際百寶箱」 P35-40	1.態度評定 2.實作評量	【人權教 育】 人 J5	輔 Dc-IV-2 團 體溝通、互動

	通、互動 與工 作效 能的提 升。	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。	1.能學習「我訊息」的溝通 技巧，表達自己的想法與感 受，營造良好的人際溝通模 式。 2.教師統整人際主題的學習 重點。		自編教材		了解社會上 有不同的群體 和文化，尊重 並欣賞其差 異。	與工 作效能的 提升。
第二十一週 6/27~6/30	輔 Aa-IV-2 自我悅納、 尊重差異與 自我成長。	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。	期末回饋與統整 1.思考一學期的收穫，引導 學生整理各項活動之感受。 2.協助學生有系統的整理個 人學習與成長的紀錄，並將 相關資訊彙整，建立生涯檔 案。	1	自編教材	1.態度評定 2.實作評量 3.檔案評量		第三次定期評 量週 休業式