

新北市立明德高級中學國中部 **114** 學年度 八 年級第 **1** 學期 **部定** 課程計畫 設計者：陳芷瑩

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)
10. 閩南語文 11. 客家語文 12. 原住民族語文：____ 族 13. 新住民語文：____ 語 14. 臺灣手語

二、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

三、學習節數：每週 1 節，實施 21 週，共 21 節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<p><input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進</p> <p><input type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題</p> <p><input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達</p> <p><input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養</p> <p><input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養</p> <p><input type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作</p>	<p>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>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。</p> <p>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> <p>綜-J-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。</p>

五、課程架構：

主題	單元名稱	課程內容
主題五 心之谷	單元1 情緒密碼 單元2 生命百寶箱	覺察情緒、面對失落、 情緒管理
主題六 彩繪人生之路	單元1 生涯探索記 單元2 生命奇遇記	認識職業

六、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
	學習表現	學習內容							
第一週 9/1~9/5	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。 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 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Da-IV-1 正向的思考模式、生活習慣與態度的培養。	<p>開學暖身活動</p> <p>活動一 重返校園</p> <p>一、教師說明：詢問學生暑假生活，並請學生利用平板，掃描 QR code 回答表單的問題。</p> <p>(一) 暑假期間最常做的一件事</p> <p>(二) 一個字形容暑假的你</p> <p>(三) 一個字形容開學的心情</p> <p>(四) 七年級輔導課上過什麼課 (擇一)</p> <p>(五) 猜猜八年級輔導課會上什麼</p> <p>二、學生分享</p> <p>活動二 課程介紹</p>	1	教師： 1. 課程簡報 2. 平板 N 台	數位教材應用、小組分組	1. 學生能完成表單問題 2. 學生可以主動分享表單內容	【品德教育】 品 J9 知行合一與自我反省。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>一、教師說明本學期的課程內容</p> <p>二、學生分組</p> <p>三、教師課程總結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>品德教育： 透過回顧暑假生活及上學習輔導課課程內容，幫助學生提升自省能力，以及為新學期做收心準備。</p>						
<p>第二週 9/8-9/12</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p> <p>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。</p>	<p>主題五：心之谷</p> <p>單元一：情緒密碼</p> <p>活動一 情緒觀測站</p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 情緒你我他 「什麼是情緒？」邀請學生自由發表對於情緒的定義與認識。</p> <p>(二) 情緒花朵 教師提問：「平常的我最常出現的情緒有哪些？」接下來請學生閱讀課本第 103 頁，教師介紹人的六種基本情緒，並請拿到同樣情緒卡的同學集思廣益，這些情緒若依照強度之分，還有哪些可以形容的詞彙。請同學討論並寫下。</p> <p>(三) 解讀情緒 承接上個活動，將情緒表達方式覺察擴展至對他人的情緒覺察，透過事例反省自己平常與人互動時，是否過於關注自己而少去注意他人的情緒反應，以及面對同樣事件自己與他人的感受差異。</p> <p>1. 活動小省思與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>品德教育：</p>	1	<p>教師： 符合組別數的情緒卡數套。</p> <p>學生： 1. 攜帶課本。 2. 分組就座。</p>	<p>合作學習 法：小組分工，完成討論，並於課堂中分享或報告。</p>	<p>1. 學生能透過表情與肢體 2. 現表達自身情緒。 3. 學生能覺察並表達自己的情緒狀態。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

			透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。						
第三週 9/15~9/19	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。	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動一 腦筋急轉彎 一、電影介紹 (一)教師播放「腦筋急轉彎」1、2 級的片段，詢問學生從影片中看到那些情緒的展現。 (二)教師介紹電影的故事背景以及情緒產生的過程，並說明故事中各個情緒角色的功能。 二、艾瑞克森社會心理發展階段 (一)教師說明社會心理發展階段論，並提到青少年階段的任務(身分認同)和危機(角色混亂)。教師利用電影中的劇情作舉例說明，並邀請學生分享自身經驗。 (二)分組討論：教師請學生分組討論，針對電影中的情緒角色，以自己的經驗提出對角色的看法。 (三)學生分享 三、教師總結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。	1	教師： 1. 課程簡報。 2. 電影剪輯片段。 學生： 1. 分組就坐。	合作學習： 小組討論，並於課堂中分享或報告。	1. 學生能表達自身情緒。 2. 學生能覺察並表達自己的情緒狀態。	【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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

<p>第四週 9/22~9/26</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動一 情緒熱氣球 一、活動說明 教師請學生思考近期生活中發生的所有情緒事件。 二、活動進行 (一)教師發下學習單，請學生將最近發生的情緒事件，依照電影-腦筋急轉彎中的情緒角色，在學習單上的氣球塗上相對應的顏色，並在旁邊說明該情緒事件。 (二)學生分享自己的熱氣球，教師邀請與分享同學有類似事件的同學說說自己的情緒，讓學生了解即使遭遇相同事件也會有不同情緒。問問大家：「你發現什麼？」引導學生了解即使遭遇相同事件也會有不同情緒。 ※建議：學生會因自己的特質或班級氣氛而有不願意分享的情形發生，教師可以多鼓勵，或者預備一些國中生會遇到的事件，請學生分享自己可能會有的情緒感受。 三、活動省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。</p>	<p>1</p>	<p>教師： 1. 課程簡報 2. 學習單 N 張 3. 色筆 N 盒 學生： 1. 攜帶課本。 2. 分組就坐</p>	<p>合作學習 法：小組共用色筆，並協助彼此完成學習單。</p>	<p>1. 學生能表達自身情緒。 2. 學生能覺察並表達自己的情緒狀態。</p>	<p>【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。</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____</p>
<p>第五週 9/29~10/3</p>	<p>1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素</p>	<p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、</p>	<p>主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動一 我的思想與情緒</p>	<p>1</p>	<p>教師： 符合組別數的情緒卡數套。</p>	<p>合作學習 法：小組分工，完成討</p>	<p>學生自評 教師評量 學生作業完成</p>	<p>【品德教育】</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學</p>

	素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	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。	一、活動說明 二、活動進行 (一)晴天雨天 學生分享單元一所學後，閱讀課本「晴天雨天」故事。 (二)情緒的方向 教師說明：「同樣一件事，卻有如此截然不同的情緒，可見想法的力量，請各組同學拿海報紙與白板筆，從之前紀錄的情緒事件紀錄簿中找到一件情緒不好的事，抽絲剝繭出當時可能有的想法與情緒。想法愈多愈好。寫在海報紙上的格式可依照課本「情緒的方向」範例或自由發揮。」學生開始進行討論與書寫。 三、活動小省思與小結 【議題融入與延伸學習】 品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。		學生： 1. 攜帶課本。 2. 分組就座。	論，並於課堂中分享或報告。	口頭發表參與討論	品J1 溝通合作與和諧人際關係。 品J8 理性溝通與問題解決。	(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第六週 10/6~10/10	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。	主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動一 情緒偵查站 一、教師詢問同學是否有過情緒失控的經驗，並以「茶碗蒸」新聞作為舉例。 二、教師利用繪本「傑瑞的冷靜外太空」作為引起動機，詢問學生在失控的時候是否也有自己的冷靜小撇步。 三、學生自行回答。 活動二 氣pupu的可樂 一、活動進行	1	教師： 1. 課程簡報。 2. 「傑瑞的冷靜外太空」繪本。 3. 可樂 1 瓶。 學生： 1. 攜帶課本。	1. 繪本共讀：透過繪本作為暖身活動，引起學習動機。 2. 體驗學習：透過可樂活動，讓學生看見情緒的具象化，引導學	1. 學生可以主動分享自己的雷點。 2. 學生可以發表自己失控時的冷靜步驟	【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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>(一) 教師邀請 5 位自願者拿著可樂分享一件生氣的事，學生需依照生氣的程度，拿著可樂搖 1~3 下，搖完傳給下一位。教師舉例：被別人誤會、被別人偷看手機、喜歡的偶像崩壞、手機被沒收</p> <p>(二) 師詢問：如果你還想喝這瓶可樂可以怎麼做？</p> <p>(三) 學生自由回答</p> <p>二、情緒管理五步驟</p> <p>(一) 教師說明</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 【迴避】先將可樂放置一旁冷靜 2. 【覺察】觀察瓶子貌 3. 【試探】慢慢轉開瓶蓋 4. 【放鬆】讓瓶蓋半懸開，有氣聲跑出來 5. 【時機】打開瓶蓋 快樂乾杯 <p>(二) 教師總結：當一個人的煩躁與生氣能被讀懂、被理解的時候，比較能夠用敞開的心情去與人對話。當你我的情感開始有聯結的時候，那些防備、戰鬥、產生衝突的念頭就會漸漸消失。</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。</p>			生思考情緒處理方式。			
<p>第七週 10/13~10/17 第一次段考</p>	<p>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，</p>	<p>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</p>	<p>主題五：心之谷 單元一：情緒密碼 活動一 情緒新處方 一、我的好心情菜單 (一) 教師說明：</p>	<p>1</p>	<p>教師： 1. 課程簡報。</p> <p>學生： 1. 攜帶課本。</p>	<p>體驗學習： 透過交流自己的想法，練習轉念的方式。</p>	<p>1. 學生能分享自己的抒壓方式。 2. 學生能嘗試正向自我鼓勵。</p>	<p>【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____</p>

	促進心理健康。	因、影響與調適。	<p>1. 回顧上週在討論如何冷靜下來的方式，除了在情緒失控時需要先冷靜、忍耐之外，還有哪些方法可以幫助我們調節情緒。</p> <p>2. 教師說明情緒調節需「治標」+「治本」，也就是抒壓方式+轉念。</p> <p>3. 教師說明紓壓方式必須符合「安全性」及「有效性」。</p> <p>(二)活動進行：請學生輪到到講台上，寫下自己的好心情菜單。</p> <p>1. 3分鐘--快速恢復能量條，例如喝一杯珍奶。</p> <p>2. 10分鐘--下課10分鐘就能解決，例如打一場三對三籃球。</p> <p>3. 1小時--靜下來好好療癒，例如看影片休息。</p> <p>4. 半天--自我照顧大餐，例如和朋友約吃飯和唱歌。</p> <p>二、情緒ABC</p> <p>(一)教師說明情緒ABC理論，說明非理性信念對我們的影響，並討論如何正向轉念。</p> <p>(二)對症下藥練習：教師提供兩題負向評語的語句，請學生嘗試將一模一樣的字重新排列組合成一句正向鼓勵的話。</p> <p>1. 什麼都不能跟別人比，誰像我一樣沒有用啊! →不用什麼都跟別人比，沒有誰能像我一樣啊!</p> <p>2. 什麼都很困難，一定沒有我做得到的事! →沒有什麼很困難的事，我一定都做得得到!</p>					品J8 理性溝通與問題解決。	2. 協同節數： _____
--	---------	----------	--	--	--	--	--	----------------	-------------------

			<p>三、教師總結與回饋</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>品德教育： 透過理性溝通與資源運用，學習調適個人或家庭變化，培養正向思考與解決困境的能力。</p>						
<p>第八週 10/20~10/24</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p> <p>輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。</p>	<p>適性化職涯性向測驗施測 I</p> <p>活動一 測驗說明</p> <p>一、性向測驗是用來測量個人能力和潛能的一種工具，所有的題目都有標準答案！</p> <p>二、測驗時間共兩堂課，各 45 分鐘，在施測過程中有問題的請舉手，請勿大聲喧嘩。</p> <p>三、結束後會出現分隔頁，請舉手告知老師，由老師確認後登出測驗系統。</p> <p>活動二 測驗進行</p> <p>一、教師請學生利用平板登入測驗系統，並開始施測。</p> <p>二、教師於測驗時間管理秩序，並回答有施測疑問的學生。</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>學生可藉由測驗結果了解自己的性向能力，為未來做生涯決策時，提供參考依據。</p>	<p>1</p>	<p>教師：</p> <p>1. 課程簡報。</p> <p>2. 平板 N 台。</p> <p>學生</p> <p>1. 鉛筆。</p> <p>2. 白紙。</p>	<p>個別施測</p>	<p>學生能自行登入施測系統並施測。</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	
<p>第九週 10/27~10/31</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p> <p>輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重</p>	<p>適性化職涯性向測驗施測 II</p> <p>活動一 測驗說明</p> <p>一、性向測驗是用來測量個人能力和潛能的一種工具，所有的題目都有標準答案！</p>	<p>1</p>	<p>教師：</p> <p>1. 課程簡報。</p> <p>2. 平板 N 台。</p> <p>學生</p> <p>1. 鉛筆。</p>	<p>個別施測</p>	<p>學生能自行登入施測系統並施測。</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

		差異與自我成長。	<p>二、測驗時間共兩堂課，各 45 分鐘，在施測過程中有問題的請舉手，請勿大聲喧嘩。</p> <p>三、結束後會出現分隔頁，請舉手告知老師，由老師確認後登出測驗系統。</p> <p>活動二 測驗進行</p> <p>一、教師請學生利用平板登入測驗系統，並開始施測。</p> <p>二、教師於測驗時間管理秩序，並回答有施測疑問的學生。</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>學生可藉由測驗結果了解自己的性向能力，為未來做生涯決策時，提供參考依據。</p>	2. 白紙。			涯 J6 建立對於未來生涯的願景。		
第十週 11/3~11/7	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。</p> <p>輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p>	<p>主題五：心之谷</p> <p>單元二：生命百寶箱</p> <p>一、活動說明</p> <p>學生回想當自己面對失落經驗時，對生活的各種影響，透過統整大家的狀況瞭解失落經驗對每個人的影響都是有的。之後透過文章閱讀與自己的歸納，產生自己可以用正向的方式度過失落經驗的想法。</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一) 走過失落</p> <p>1. 學生回想自己的失落經驗，並找到與自己有類似經驗的同學（將失落經驗分類，如課本範例）分享在事件發生時對彼此造成哪些影響，將影響寫在便利貼上後，黏在黑板的相對應分類下面。</p> <p>2. 引導學生思考有何發現。</p>	1	<p>教師：</p> <p>1. 準備班級人數 5~10 倍的小卡（每人大約 5~10 張）。</p> <p>2. 準備班級人數 3~4 倍的便利貼。</p> <p>3. 充實心理困擾相關知識。</p> <p>學生：</p> <p>1. 攜帶課本。</p> <p>2. 蒐集心理困擾資訊與相處方式。</p> <p>3. 分組就座。</p>	<p>合作學習</p> <p>法：小組分工，完成討論，並於課堂中分享或報告。</p>	<p>活動一</p> <p>1. 口頭分享自己的失落經驗。</p> <p>2. 了解失落經驗所經歷的歷程。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>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。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p>	<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

			<p>3. 教師說明：「失落經驗影響生活的層面或大或小，調適的方法也不太一樣，請同學分享一下，那時的我是怎麼恢復自己的情緒與生活呢？」亦邀請學生回答。</p> <p>4. 教師說明：「擁有即是失去的開始。這句話點出了人生無常的事實，我們雖不能阻止時間的流逝，但可以決定該如何面對這些失落經驗。現在，讓我們來閱讀課本內的故事，想想報導中的主角經歷何事，以及他們如何面對。」</p> <p>5. 學生閱讀課本的新聞事件說明。</p> <p>6. 教師發問：「請問他們經歷了什麼事件？他們可能有哪些情緒？是什麼原因讓他們走過失落？」</p> <p>心情：難過、悲痛、震驚</p> <p>原因：自己的力量、其他人的協助</p> <p>7. 教師提問：「請各位同學想想看：經過與同學的分享、看到以上的新聞報導，你對於生命中的失落經驗有什麼不同看法？」</p> <p>學生可能的回答有：</p> <p>原來我們都會遇到類似的事件，不是只有我而已事情都會過去，只是有人心情會過不去。</p> <p>8. 邀請學生分享心得。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生命教育： 透過覺察與資源運用，學習調適失落經驗，培養面對挫折並促進身心健康的能力。</p> <p>人權教育：</p>					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

			關懷並理解心理困擾者需求，學習辨識並提供適切協助，展現保護與支持弱勢的行動力。						
第十一週 11/10~11/14	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。 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Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。 輔Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱 活動二 心靈診療室 一、活動說明 經過生命失落經驗的分享後，學生已能了解每個人都會面臨不如意或者失去的議題，有人甚至會因為無法接受或其他生活挫折而演變成心理困擾，因此需要認識心理困擾與因應資源，進一步透過活動體會心理困擾者所面臨的困境，並透過反思去統整對心理困擾者可以有哪些態度與做法。 二、活動進行 (一) 連連看 1. 教師引言：「人生當中有許多困境、心理困擾，並不適合自己孤軍奮鬥去解決。如果有人可以互相了解、支援，負擔才不會變得沉重。」 2. 教師說明：「人是需要互相幫忙的，尤其在有嚴重的心理困擾時更是如此。最近臺灣很流行戲劇內容是在演出有嚴重心理困擾的人他們在社會上生存的困境，你是否曾經看過呢？這些心理困擾可能是焦慮情緒、憂鬱情緒等。現在就讓我們透過連連看了解這些心理困擾會對我們造成的影響。」 3. 邀請學生發表連連看答案。 答案參考： 雅婷－焦慮情緒	1	教師： 1. 準備班級人數 5~10 倍的小卡（每人大約 5~10 張）。 2. 準備班級人數 3~4 倍的便利貼。 3. 充實心理困擾相關知識。 學生： 1. 攜帶課本。 2. 蒐集心理困擾資訊與相處方式。 3. 分組就座。	合作學習 法：小組分工，完成討論，並於課堂中分享或報告。	活動二 1. 能蒐集並分辨心理困擾者所需的協助。 2. 學習自助與助人。	【生命教育】 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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>美英－憂鬱情緒 翰寶－容貌焦慮</p> <p>(二) 我可以找誰</p> <p>1. 教師說明：「遇到這些心理困擾，需要更多資源協助。我知道有哪些社會資源可以協助我？協助內容又有哪些呢？讓我們透過影片來找到答案。」</p> <p>2. 欣賞完影片後邀請學生回答問題。</p> <p>3. 教師提問：「除了課堂上介紹的資源，我還想到哪那些社會資源可以協助我促進心理健康呢？」</p> <p>4. 教師提問：「原來社會資源如此之多，但有時我們也會看到有人對心理困擾者的誤解，請你設身處地思考：如果自己有心理困擾，你會希望別人怎麼對待你？而你又可以有哪一些行動幫助這些人呢？」</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生命教育： 透過覺察與資源運用，學習調適失落經驗，培養面對挫折並促進身心健康的能力。</p> <p>人權教育： 關懷並理解心理困擾者需求，學習辨識並提供適切協助，展現保護與支持弱勢的行動力。</p>						
第十二週 11/17~11/21	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，	輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應方法。	<p>主題五：心之谷 單元二：生命百寶箱</p> <p>活動三 細數來時路</p> <p>一、活動說明</p>	1	教師： 1. 課程簡報。 2. 學生生涯檔案。	口語評量： 藉由學生口頭報告，分享個人的生	1. 口頭分享自己的生命經驗。	【生命教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目：

	<p>促進心理健康。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p>	<p>(一) 學生回想自己的生命經驗，搭配生涯檔案 p.06-07，將不同的生命經驗以正負向感受標記起來，加上事件說明，畫出自己的生命經驗曲線圖。</p> <p>(二) 引導學生思考有何發現：「哪一件事對我的影響最大?」、「從我的生命曲線中發現了什麼?」</p> <p>(三) 邀請學生分享自己的生命經驗。</p> <p>二、教師總結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生命教育： 透過覺察與資源運用，學習調適失落經驗，培養面對挫折並促進身心健康的能力。</p> <p>人權教育： 關懷並理解心理困擾者需求，學習辨識並提供適切協助，展現保護與支持弱勢的行動力。</p> <p>生涯發展教育： 藉由回顧過往的生命經驗，整理並反思對未來、未知的期待。</p>		<p>學生：</p> <p>1. 攜帶課本。</p> <p>2. 學生生涯檔案。</p>	<p>命經驗與啟發。</p>	<p>2. 了解生命經驗所經歷的歷程。</p>	<p>全人健康與幸福的方法。</p> <p>【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> <p>【生涯發展教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p>2. 協同節數：</p>
<p>第十三週 11/24~11/28</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。</p> <p>輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。</p>	<p><u>適性化職涯性向測驗解釋</u></p> <p>活動一 測驗結果說明</p> <p>一、教師說明</p> <p>(一) 什麼是性向測驗? →指個人在學習某種事物之前，對於學習該事物所具有的潛在能力。</p> <p>(二) 性向分數高代表的是? →表示將來在這方面的學習會比較快、比較容易學的好。</p> <p>(三) 影響性向發展的原因有：</p>	<p>1</p>	<p>教師：</p> <p>1. 課程簡報。</p> <p>2. 職群類科及相關工作參考表。</p> <p>學生：</p> <p>1. 學生生涯輔導手冊。</p> <p>2. 學生生涯檔案。</p>	<p>後設認知策略</p>	<p>1. 學生能理解測驗結果的意義。</p> <p>2. 學生能完成生涯手冊和生涯檔案的內容。</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：</p> <p>2. 協同節數：</p>

			<p>遺傳、體能、天賦、練習多寡、有無機會接觸、是否具備相關知識的基礎…等。</p> <p>(四)性向與興趣的差別： 性向指得是學習某項知識技能的潛力，興趣指得是對某些活動喜不喜歡。</p> <p>(五)說明性向測驗的迷思： 測驗結果未必能反應出真實能力。受測時若情緒不佳、動機不強、不夠專心、態度散漫、身體狀況不佳、環境干擾……等，都有可能影響結果，因此不可過度「迷信」。</p> <p>二、觀看測驗結果</p> <p>(一)說明測驗結果的各個指標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.看「百分等級」 2.看「最高分的三個能力」 3.看「長條圖」 4.看「適合發展的職群」 <p>(二)教師說明：如果對於自己的生涯方向，還不太清楚，請把握下學期、中三的試探機會，多元探索自己的目標喔！ 例如：職校參訪、技藝班、個別職群參訪、興趣測驗、生涯講座、升學博覽會、個別生涯輔導、生涯小團體</p> <p>活動二 生涯手冊及生涯檔案填寫</p> <p>一、完成生涯手冊 p. 4</p> <p>(一)將性向測驗結果貼於生涯手冊 p. 4</p> <p>(二)教師發下職群類科及相關工作參考表，請學生回答手冊 p. 4 的問題</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在升學方面，我適合讀(學校類別和科別):例如，普通高中、商業商管群 2. 在就業方面，我適合從事(工作類別):例如，商業管理群--會計 						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

			<p>外語群--口譯員 化工群--石油化學工業</p> <p>二、完成生涯檔案 p. 17</p> <p>(一)我曾經做過的性向測驗名稱: 適性化職涯性向測驗</p> <p>(二)分數最高【百分等級(標準分數)】的三項分測驗:例如, 創意、美感、數學</p> <p>(三)從我的性向測驗結果發現:</p> <p>範例→</p> <p>1. 分測驗:創意、美感與我自己的了解相符合。我在(學習領域或日常生活表現)視藝課 / 平時畫畫方面展現了自己的優勢。</p> <p>2. 我的優勢能力(分測驗):數學、科學推理與我對自己的了解並不相同。我想可能是因為對這方面不熟悉/ 當時精神狀況不佳...</p> <p>三、教師總結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>學生可藉由測驗結果了解自己的性向能力, 為未來做生涯決策時, 提供參考依據。</p>						
第十四週 12/1~12/5 第二次段考	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-2 自我生涯探索與統整。 家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	<p>主題六：彩繪人生之路 單元一：生涯探索記</p> <p>活動一 生涯期望</p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p> <p>(一)想像幸福生涯</p> <p>1. 請學生思考, 並和伙伴分享「幸福生涯想像」。</p>	1	教師： 1. 課前了解學生家長或學小所在社區職業概況。 2. 準備有關生涯期望塗鴉牆所需圖畫紙。	合作學習 法：小組分工, 完成討論, 並於課堂中分享或報告。	活動一 1. 生涯期望塗鴉牆—實作評量。 2. 活動小省思—口語評量。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>2. 教師可邀請學生全班分享自己小時候家長的期望或請學生分享聽到那些答案印象深刻。</p> <p>3. 教師歸納學生的答案。</p> <p>(二) 我的生涯藍圖</p> <p>1. 教師可請同學票選覺得重要的三項，一人三票，並統計票數。</p> <p>2. 看看班上的同學會重視哪一類別的幸福生涯，帶到每個人所想要的未來生涯可以是不一樣的。</p> <p>3. 引導同學思考選項多樣性的原因，未來選擇沒有對錯，只有適合與否，和如何去達到想要的樣貌。</p> <p>4. 請同學配合課本生涯藍圖去選出認為重要的前五項。</p> <p>5. 找出五位願意分享的同學的選擇答案當題目，請同學猜找出哪位同學選的是這五項。</p> <p>6. 請同學互相分享自己選擇的原因，為什麼覺得適合自己。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生涯規劃教育：</p> <p>透過自我覺察與資訊蒐集，了解能力、特質與價值觀，探討個人與家庭對生涯發展的影響與可能方向。</p>		<p>3. 課前閱讀有關生涯價值觀的相關文章。</p> <p>4. 準備學生工作價值觀討論用的空白紙（班級人數數量）。</p> <p>學生：</p> <p>1. 攜帶彩色筆及課本。</p> <p>2. 學生上課前須完成家族職業樹、家人訪談札記的結果。</p>			<p>涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。</p>	
<p>第十五週 12/8-12/12</p>	<p>1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許</p>	<p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。</p>	<p>主題六：彩繪人生之路</p> <p>單元一：生涯探索記</p> <p>活動一 生涯期望 PART</p> <p>一、活動說明</p> <p>二、活動進行</p>	1	<p>教師：</p> <p>1. 課前了解學生家長或學小所在社區職業概況。</p>	<p>合作學習</p> <p>法：小組分工，完成討論，並於課堂中分享或報告。</p>	<p>活動二</p> <p>1. 我的訪問札記—實作評量。</p> <p>2. 生涯筆記與我的生涯價值</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p>	<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目： _____</p>

	及相關生涯與升學資訊。	<p>(一) 我的生涯價值觀了解自己做決定的因素</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生翻開之前選擇的五個重要價值觀，想想看這五項對自己重要的原因是什麼？ 2. 提醒學生可以用「我想要／我覺得／我喜歡＋（價值觀）……，加上因為我曾經／我過去／我看到／我發現……」來作為思考句。 3. 請學生想好這五項的重要性後，排列重要程度的一到五順序。 4. 學生組內分享自己排序的原因，透過了解彼此選擇與排序的原因，並找出影響自己的可能來源。 <p>(二) 我的生涯期望，反思與整理做決定的各種生活因素。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生對照課本思考哪些因素影響了生涯期待與價值觀。 2. 回顧上週請同學回家詢問家長的期望時，家長的回應是希望自己走什麼樣的方向？對照自己的方向是否一樣。 3. 回憶自己為喜歡與最投入的活動是什麼？這帶給自己怎樣的人生幸福時間。 4. 找出自己高光時刻，在什麼時間點曾經覺得自己很光榮，很有成就感。 5. 了解自己最主要的個性特質是那些，會如何影響自己的生涯期待？ 6. 回想自己過去的願望與期許是否成功？調整自己現在的方向，要繼續努力或是轉換不同的方式支持。 <p>三、活動小省思與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生涯規劃教育：</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2. 準備有關生涯期望塗鴉牆所需圖畫紙。 3. 課前閱讀有關生涯價值觀的相關文章。 4. 準備學生工作價值觀討論用的空白紙（班級人數數量）。 <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 攜帶彩色筆及課本。 2. 學生上課前須完成家族職業樹、家人訪談札記的結果。 	探索—高層次紙筆評量。	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	2. 協同節數： _____
--	-------------	--	---	-------------	---	-------------------

			透過自我覺察與資訊蒐集，了解能力、特質與價值觀，探討個人與家庭對生涯發展的影響與可能方向。						
第十六週 12/15~12/19	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-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-2 自我生涯探索與統整。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記 活動一 生命開麥拉 一、活動說明 二、活動進行 (一) 生命開麥拉 1. 教師請學生研讀課本生命開麥拉的兩個例子，並找出影響他們生涯轉折的因素和考量的原因。 2. 引導學生討論生活中是否有看到類似這兩位受訪者的故事 (1) 受訪者姐姐的例子中可以看到影響她生涯轉變的事例是：傷疤影響外型，興趣引起學習動機，職業趨勢帶動發展，兼顧生活轉型工作型態。 (2) 受訪者叔叔的事例中可以看到因課業不好，先做可以做的事情，反省自身沒有獲得成就感，下定決心突破以往限制，重拾熱情找興趣，往更好的方向專心發展。 3. 請學生小組分享自己所知道的故事，或可提供 IPAD 讓學生上網進行搜索職業人生故事。 (二) 人生筆記 1. 運用課本人生筆記一篇引導學生思考看到社會人士因各種原因變化生涯方向時的感受。 2. 小組討論並請各處選擇一題來做發表	1	活動一 教師： 影音播放設備、安排電腦教室或借用平板電腦。 學生： 學生攜帶課本、詢問親友或查詢職業世界達人經歷。	合作學習 法：小組分工，完成討論，並於課堂中分享或報告。	1. 學生自評 2. 學生互評 3. 教師評量 4. 一高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>(1) 在其中生涯決擇中最令你印象深刻的是什麼？為什麼？參考答案：因為自身限制而必須放棄時，為了目標而決定堅持下去的時候。</p> <p>(2) 各種生涯經驗所帶給我的感覺？參考答案：堅持下去時很佩服，不能成功時很難過。</p> <p>(3) 這些生涯經驗讓我學到？參考答案：我必須培養好自己的能力才能做更多的選擇。</p> <p>(4) 聽到家人對我的期望，我未來的目標想要？家人希望我要有穩定的工作，我想要讓自己能夠握到家人的期待，因此我想考慮考公職。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生涯規劃教育： 生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。</p>						
第十七週 12/22~12/26	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。 3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際	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。	<p>聖誕特輯</p> <p>活動一 聖誕到來</p> <p>一、教師宣傳輔導處的聖誕節闖關活動</p> <p>二、關於聖誕節的冷知識</p> <p>(一)為什麼是”Merry” Christmas，不是”Happy “ Christmas? →因為「Merry」在古英語中意味著「快樂」或「愉快」，與節日的慶祝氣氛相符。雖然”Happy Christmas”在英國，仍然經常被使用；但在許多國家和文化中，”Merry Christmas”的使用更為廣泛。</p>	1	<p>教師：</p> <p>1. 課程簡報。</p> <p>2. 「吃什麼卡」一份。</p> <p>學生：</p> <p>1. 分組就坐。</p>	合作學習 法：小組分工，完成討論，並於課堂中分享或報告。	<p>1. 學生能完成聖誕大餐的菜單。</p> <p>2. 學生能分享並表達感恩</p>	<p>【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。</p> <p>【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</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

<p>文化的理解與尊重。</p>		<p>(二)為什麼聖誕節要有聖誕樹? →最早的聖誕樹傳說可以追溯到德國，據說在中世紀時期，人們會使用常青樹來象徵生命和重生。因為這些樹木在冬季仍然綠意盎然，對於寒冷的季節來說，象徵著希望與永恆。在基督教中，聖誕樹也逐漸演變為紀念耶穌降生的象徵。樹的裝飾，如燈飾和飾品，通常代表著光明與祝福。 活動二 聖誕大餐，我請客! 一、活動說明 (一)每一組會先拿到 26 張「吃什麼卡」，請試想「如果要請一個想感謝的人吃聖誕大餐，會想請他吃什麼?」請一起選出 5 樣食物，並為這份聖誕大餐取一個名字! 二、活動進行 (一)學生分組討論聖誕大餐內容 (二)分享 三、教師總結 【議題融入與延伸學習】 人權教育： 透過聖誕節的由來及冷知識，讓學生了解聖誕節的故事背景，促進學生對不同文化的理解與尊重。 品德教育： 透過聖誕大餐的活動，讓學生對平時幫助自己的人們表達感恩之情，並增進學生自我反思的能力。 多元文化教育： 透過聖誕節的由來及冷知識，讓學生了解聖誕節的故事背景，促進學生對不同文化的理解與尊重。</p>					<p>解決。 【多元文化教育】 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。</p>	
------------------	--	--	--	--	--	--	---	--

			國際教育： 透過聖誕節的由來及冷知識，讓學生了解聖誕節的故事背景，促進學生對不同文化的理解與尊重。						
第十八週 12/29~1/2	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-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-2 自我生涯探索與統整。 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。	主題六：彩繪人生之路 單元二：生命奇遇記 活動一「職」得你了解 I 一、職群類科介紹 (一)教師說明接下來的三節課，會搭配學生生涯檔案，和同學介紹不同的職群類科。 (二)工業類，包含機械科群、動力機械群、電機電子群、土木建築群、化工群。 (三)教師播放教育部提供的職群介紹影片，並在旁補充說明。 二、熱門產業介紹_特斯拉電動車 (一)公司簡介：特斯拉 (Tesla, Inc.) 是一家美國電動車與清潔能源公司，總部位於德州奧斯汀，產品涵蓋電動車 (如 Model 3、Model Y)、能源儲存系統 (如 Powerwall、Megapack) 與太陽能產品。公司使命是「加速世界向可持續能源的轉變」。 (二)工作內容&職位 1. 生產技術員 2. 交車體驗專員 3. 能源專案經理 4. AI 與機器學習工程師 (三)影片介紹_一日特斯拉達人體驗 三、課程總結	1	教師： 1. 課程簡報。 2. 相關影片。 學生： 1. 課本。 2. 生涯檔案。	測驗評分： 生涯檔案 p. 29 的測驗題。	1. 學生能理解工業類科的大致內容。 2. 學生能回答生涯檔案 p. 29 的題目。	【生涯規劃教育】 涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>(一)學生填寫生涯檔案 p. 29-小試身手，教師和學生一起對答案，並說明較容易搞混的部分。</p> <p>(二)教師回饋與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生涯規劃教育：</p> <p>生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。</p>						
<p>第十九週 1/5~1/9</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。</p>	<p>主題六：彩繪人生之路</p> <p>單元二：生命奇遇記</p> <p>活動一「職」得你了解 II</p> <p>一、職群類科介紹</p> <p>(一)教師介紹商業類，包含商業與管理群、外語群。</p> <p>(二)教師播放教育部提供的職群介紹影片，並在旁補充說明。</p> <p>二、熱門產業介紹_資誠會計事務所</p> <p>(一)公司簡介：資誠聯合會計師事務所 (PwC Taiwan) 是全球四大會計師事務所之一的普華永道 (PwC) 在台灣的成員所，提供審計、稅務、財務顧問、管理顧問等全方位專業服務。</p> <p>(二)工作內容&職位</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 審計助理 2. 稅務顧問 3. 財務顧問 4. 管理顧問 <p>(三)影片介紹_四大會計師事務所開箱</p> <p>三、課程總結</p>	1	<p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 課程簡報。 2. 相關影片。 <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 課本。 2. 生涯檔案。 	<p>測驗評分：</p> <p>生涯檔案 p. 31 的測驗題。</p>	<p>1. 學生能理解工業類科的大致內容。</p> <p>2. 學生能回答生涯檔案 p. 31 的題目。</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學 (需另申請授課鐘點費者)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>(一)學生填寫生涯檔案 p. 31-小試身手，教師和學生一起對答案，並說明較容易搞混的部分。</p> <p>(二)教師回饋與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生涯規劃教育：</p> <p>生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。</p>						
<p>第二十週 1/12~1/16</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。</p>	<p>主題六：彩繪人生之路</p> <p>單元二：生命奇遇記</p> <p>活動一「職」得你了解 III</p> <p>主題六：彩繪人生之路</p> <p>單元二：生命奇遇記</p> <p>活動一「職」得你了解 II</p> <p>一、職群類科介紹</p> <p>(一)教師介紹農業類，包含農業群、食品群。</p> <p>(二)教師播放教育部提供的職群介紹影片，並在旁補充說明。</p> <p>二、熱門產業介紹_三峽皇后鎮森林</p> <p>(一)公司簡介：三峽皇后鎮森林位於新北市三峽區，是一座結合自然生態、露營、烤肉、手作體驗與親子活動的多功能休閒園區，提供多樣化的戶外體驗，吸引許多家庭與團體前來休閒放鬆。</p> <p>(二)工作內容&職位</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 園區工作人員 2. 企劃人員 3. 餐飲內場人員 <p>(三)影片介紹_綜合性露營區 三峽皇后鎮森林</p>	1	<p>教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 課程簡報。 2. 相關影片。 <p>學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 課本。 2. 生涯檔案。 	<p>測驗評分：</p> <p>生涯檔案 p. 33 的測驗題。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能理解工業類科的大致內容。 2. 學生能回答生涯檔案 p. 33 的題目。 	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>三、課程總結</p> <p>(一)學生填寫生涯檔案 p. 33-小試身手，教師和學生一起對答案，並說明較容易搞混的部分。</p> <p>(二)教師回饋與小結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>生涯規劃教育：</p> <p>生涯探索與自我規範，培養規劃能力，分析職涯發展需求，提升個人成長與改進意見。</p>						
<p>第二十一週 1/19~1/20 期末考</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。</p> <p>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。</p>	<p>課程回顧</p> <p>活動一 Truth or Dare</p> <p>一、教師帶領學生回顧本學期的課程內容，喚起學生的記憶。</p> <p>二、真心話大冒險</p> <p>(一)教師邀請六位自願者上台玩遊戲，並提供三題真心話及三題大冒險題目，讓學生前來挑戰。題目如下</p> <p>1. 真心話：</p> <p>(1) 經過兩年的明德生活，如果可以再選擇一次，我還會想就讀明德嗎？為什麼？</p> <p>(2) 國中二年級，讓我最印象深刻的一件事。</p> <p>(3) 接下來最後一年待在明德，我想完成什麼理想？</p> <p>2. 大冒險</p> <p>(1) 請和自己的朋友說出一句感謝的話，並給他一個擁抱。</p> <p>(2) 請說出_____的 3 個優點，並對他比愛心。</p>	1	<p>教師：</p> <p>1. 課程簡報。</p> <p>2. 活動單 N 張。</p> <p>3. 藍色及紅色圓點貼紙 N 張。</p> <p>學生：</p> <p>1. 課本。</p>	<p>後設認知學習策略：學生能反思自己的學習歷程，並給予自己肯定、調整學習態度。</p>	<p>1. 學生能自願上台參與遊戲。</p> <p>2. 學生能完成活動單，並適當給予他人回饋。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目：</p> <hr/> <p>2. 協同節數：</p> <hr/>

			<p>(3) 請到台上唱一首歌獻給同學(副歌就好)。</p> <p>(二)教師回饋與小結</p> <p>活動二 這一年的代表字</p> <p>一、教師回顧這年與同學相處的情景，給予回饋，並邀請學生靜下心來，回想這一整年的成長，並完成活動單。活動單內容如下：</p> <p>(一) 請用一個字形容你這一年的生活，並圈出跟這個字相關的心情～</p> <p>(二) 為什麼選這個字？</p> <p>二、教師說明接下來要請大家離開座位去看每位同學的活動單，並給予回饋。回饋方式如下：</p> <p>(一) 教師發下藍色圓點貼紙及紅色圓點貼紙，每人各三張。</p> <p>(二) 若覺得同學活動單上的代表字深感認同，請貼上藍色圓點貼紙；若想給對方一些加油打氣，請貼上紅色圓點貼紙。</p> <p>(三) 活動進行</p> <p>(四) 學生分享</p> <p>三、教師回饋與總結</p> <p>【議題融入與延伸學習】</p> <p>品德教育：</p> <p>學生能反思自己的成長歷程，並適當給予他人肯定、增加普同感。</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

七、 本課程是否有校外人士協助教學：

否，全學年都沒有(以下免填)。

有，部分班級，實施的班級為：_____。

有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。