

臺北市立至善國民中學

107學年度第 1 學期 八 年級 綜合活動 領域 輔導活動科課程計畫

教科書版本：康軒 編撰教師：王怡雯

本學期學習目標

- (一) 省思自己的交友觀，並學習適宜的人際溝通方式。
- (二) 覺察愛情中交往互動模式，展現合宜的行為(危險情人、分手暴力等)。
- (三) 回顧家庭故事，了解家人關係，進而思考對自己人際互動的影響。
- (四) 覺察自身情緒變化，並發展適當的紓壓行為。
- (五) 綜合以上主題引導學生經由體驗、省思與實踐的心智及行為運作活動，建構內化意義與涵養利他情懷，提升其自我發展、生活經營、社會參與、保護自我與環境的生活實踐能力。

本學期各單元內涵

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|----|--------------|------------|---|--------------------|---------------|----|----------------|----------|
| 1. | 0830 0831 | Hello 你好嗎? | 1. 相見歡，分享暑假生活。 2. 課程說明。 3. 分組活動。 | 1-4-2 2-4-6 | | 1 | | 8/30 開學日 |
| 2. | 0903 0907 | 我的弗瑞德 | 1. 詢問學生若是遇到問題時會找誰討論，進而連結同儕之於國中生活之重要性。 2. 透過歌曲讓學生討論對朋友之看法與分享。 | 1-4-1-3 2-4-2-1 | 【品德教育】 | 1 | 觀察評量 | |
| 3. | 0910 0914 | 洋蔥圈好朋友 | 1. 運用洋蔥圈比喻交友層次。 2. 思考不同層次間朋友互動之差異，並討論如何展現合宜的相處模式。 | 1-4-1-3 2-4-2-1 | 【品德教育】 | 1 | 紙筆測驗 (學習單一) | |
| 4. | 0917 0921 | 至善鮮師(一) | 1. 透過小記者採訪搭配Q&A,請教師分享教學階段印象深刻的事，分享學習方法並勉勵 | 1-4-1-2 1-4-2-1 | 【生涯】 1-3-1 | 1 | 實作評量 | |

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|----|--------------|-----------------|--|-----------------------------|---------------|----|------------------------|------------------------|
| | | | 同學。 | | | | | |
| 5. | 0925 0928 | 至善鮮師(二) | 1. 請小組分享上周課程採訪教師內容，活動後的感受，對自己有什麼幫助。 | 1-4-1-2 1-4-2-1 | 【生涯】 1-3-1 | 1 | 實作評量 口語評量 (口頭報告) | 9/24 中秋節 |
| 6. | 1001 1005 | 生涯領航儀表板 生涯諮詢 | 1. 指導填寫 A 表。 2. 指導完成生涯領航儀表板填寫事宜。 | 1-4-2 | 【生涯】 1-3-1 | 1 | 實作評量 | |
| 7. | 1008 1012 | I Friend | 1. 帶領進行閃靈快手桌遊，體會在友情中的交友選擇。 | 1-4-1 2-4-2-1 | | 1 | | 10/10 國慶日 第一次段考週 |
| 8. | 1015 1019 | ESC 的故事 | 1. 分享 ESC 的故事。 2. 藉由活動檢視自己的交友觀。 3. 澄清學生的交友迷思。 | 1-4-1 2-4-2-1 | 【品德教育】 | 1 | 口頭評量 (口頭報告) | |
| 9. | 1022 1026 | 溝通大學問 | 1. 分享人際溝通笑話，引導課程主題。 2. 討論臉書、line 等通訊軟體上溝通可面臨之問題。 3. 學習如何在人際互動中適切的表達，使雙方溝通無阻。 | 1-4-1 2-4-2-1 3-4-1-3 | 【生涯】 1-3-1 | 1 | 觀察評量 口頭評量 (口頭報告) | |

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|-----|--------------|------------------|--|-----------------------------|---------------------------------|----|------------------------|----|
| 10. | 1029 1102 | 『網』入虎口 -安安你好 | <ol style="list-style-type: none"> 藉由學生網路暱稱、大頭貼或顯圖，分享如何判斷網友身分。 藉由新聞案例討論網路交友的特性及了解其定義。 | <p>1-4-1</p> <p>2-4-2-1</p> | <p>【性別】</p> <p>2-4-9 2-4-12</p> | 1 | 觀察評量 紙筆測驗 (學習單一) | |
| 11. | 1105 1109 | 『網』入虎口 -是緣還是怨 | <ol style="list-style-type: none"> 網路交友影片欣賞，並討論網路交友的隱憂及陷阱，小組繪製心智圖。 透過網友的照『騙』，引導學生在黑板上接力寫出網路交友守則。 教師歸納並總結網路交友守則。 | <p>1-4-1</p> <p>2-4-2-1</p> | <p>【性別】</p> <p>2-4-9 2-4-12</p> | 1 | 實作評量 紙筆測驗 (學習單一) | |
| 12. | 1112 1116 | 情緒蜘蛛網 | <ol style="list-style-type: none"> 藉由圖片說明何謂情緒及情緒化。 說明 ABC 理論，討論人為何有情緒及其產生的反應。 透過情緒卡請學生挑選一天之中最常出現的情緒，伴隨而來的反應。 | <p>1-4-1</p> | | 1 | 紙筆測驗 (學習單二) | |
| 13. | 1119 1123 | 情緒爆爆 | <ol style="list-style-type: none"> 透過活動讓學生體驗負向情緒累積後之後果。 教師說明情境，使學生了解就算同一件事情，每個人的情緒反應不盡相同。 | <p>1-4-1</p> <p>1-4-4</p> | <p>生命教育</p> | 1 | 觀察評量 | |

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|-----|--------------|------------|---|----------------|---------------------|----|----------------|--------|
| 14 | 1126 1130 | 情緒補給站 | 1. 透過桌遊體驗，面對負向情緒時的因應態度。 | | | 1 | | 第二次段考週 |
| 15. | 1203 1207 | 我的情緒轉個彎 | 1. 欣賞 16 歲那年影片，從中討論主角面臨事件所產生之情緒。 2. 請學生試著舉出生活中的例子，嘗試學習轉念思考。 | 1-4-1 1-4-4 | 生命教育 | 1 | 紙筆測驗 (學習單二) | |
| 16. | 1210 1214 | 情緒處方箋 | 1. 除了轉換情緒之外，請小組討論思考心情不好時會如何處理。 2. 教師將小組討論整理至黑板上，請學生針對自身情況挑選常處理的方式，填寫在情緒紓解象限圖中。 | 1-4-1 1-4-4 | | 1 | 紙筆測驗 (學習單二) | |
| 17. | 1217 1222 | 家庭幸福的時光(一) | 1. 播放小孩不笨影片，引導學生思考家長最常嘮叨的是什麼？ 2. 請學生試想有一天自己成為父母後，世界會有什麼變化？ 3. 播放寶貝與我影片，討論主角與父母互動及家庭間互動差別。 | 2-4-5 | 【家政】 4-4-3 4-4-7 | 1 | 口頭評量 (口頭報告) | |
| 18. | 1224 1228 | 家庭幸福的時光(二) | 1. 分享《媽媽的帳單》故事，引導學生思考家務分工。 2. 播放你長大後養不養 | 2-4-5 | 【家政】 4-4-3 4-4-7 | 1 | 口頭評量 (口頭報告) | |

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|-----|--------------|----------|--|-------------------------------|------|----|----------------|--------|
| | | | 我，小組討論子女的责任。 | | | | | |
| 19. | 0102 0104 | 生命中的美好缺憾 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放蝴蝶馬戲團影片介紹力克胡哲的故事。 2. 請學生思考主角所遇到的挫折、如何克服及展現哪種人生態度。 3. 教師以顛倒看人生作為總結，生命中的缺憾使人生不完美，但缺憾卻也證明了自己與眾不同，仍可活出自己的路。 | 1-4-5-2 2-4-4-1 2-4-4-3 | 生命教育 | 1 | 紙筆測驗 (學習單三) | |
| 20. | 0107 0111 | 生命旅程 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過生命大富翁活動，回顧生命的高低潮，並思考帶給自己什麼影響。 2. 教師針對本學期課程給予回饋。 | 1-4-2 2-4-6 | 生命教育 | 1 | 口頭評量 (口頭報告) | |
| 21. | 0114 0118 | 統整，省思 | 帶領學生回顧本學期課程。分享學習心得與收穫。 | 1-4-1 | | 1 | 口語評量 | 第三次段考週 |

臺北市立至善國民中學

107學年度第 2 學期 八年級 綜合活動 領域 輔導活動科課程計畫

教科書版本：康軒 版 編撰教師：白碧瑩

一. 本學期學習目標

- (一) 協助學生建立尊重、和諧、平等的性別關係
- (二) 並透過生活觀察與自我省思來理解性別刻板印象對於自身及他人的影響，進而形塑出自我正向的性別認同
- (三) 學生對自身興趣、能力、特質的瞭解後，學習接納並欣賞自己。
- (四) 藉由 Holland 六大生涯類型，探尋自己在興趣、能力、特質的職業優勢，能初步了解適合自己的生涯工作類型。
- (五) 了解愛的定義及愛情關係中合宜的互動界限及相處之道。

二. 本學期各單元內涵

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|----|------|---------------------|-------------------------------------|-------|--------|----|--------------|----|
| 1. | | 性別新視界— 美麗新世界 | 能激發學生思考並發表對多元性別角色的看法 | 1-4-1 | 性別平等教育 | 1 | 口頭發表 態度評定 | |
| 2. | | 性別新視界— 美麗新世界 | 認識「性別光譜」，並釐清自己外顯個性及內隱個性在光譜上的位置。 | 1-4-1 | 性別平等教育 | 1 | 態度評定 學習單 | |
| 3. | | 性別新視界— 美麗新世界 | 能了解並接納不同的性別角色，及對應的性別角色特徵 | 1-4-1 | 性別平等教育 | 1 | 小組討論 學習單 | |
| 4. | | 性別新視界— 不要刻板，給我友善 | 了解性別刻板印象的定義，並覺察自身及他人在性別角色上可能因此受到的影響 | 1-4-1 | 性別平等教育 | 1 | 口頭發表 小組活動 | |
| 5. | | 性別新視界— 不要刻板，給我友善 | 能覺察性別刻板印象的限制，並學習合宜且正向的思 | 1-4-1 | 性別平等教育 | 1 | 口頭發表 學習單 | |

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|-----|------|----------------------|-----------------------------------|-------|--------|----|--------------|--------|
| | | | 考方式。 | | | | | |
| 6. | | 性別新視界 - 當愛情來敲門 | 了解愛情進展的樣貌，並學習交往的正確觀念與方法 | 2-4-8 | 性別平等教育 | 1 | 態度評定 小組討論 | |
| 7. | | 性別新視界 - 當愛情來敲門 | 了解愛情進展的樣貌，並學習交往的正確觀念與方法 | 2-4-8 | 性別平等教育 | | 態度評定 小組討論 | 第一次段考週 |
| 8. | | 性別新視界 - 當愛情來敲門 | 學會面對交往中可能所遭遇各式情境，並學習以合宜方式回應。 | 2-4-8 | 性別平等教育 | 1 | 口頭發表 學習單 | |
| 9. | | 性別新視界 - 當愛情來敲門 | 探索兩性相處時適宜身體界限，學習個人身體自主權在親密關係中的重要性 | 2-4-8 | 性別平等教育 | 1 | 小組活動 口頭發表 | |
| 10. | | 性別新視界- 當愛情來敲門 | 探索個人的愛情價值觀 | 2-4-8 | 性別平等教育 | 1 | 態度評定 學習單 | |
| 11. | | 性別親視界- 當愛情來敲門 | 思考個人愛情價值觀與家庭背景及經驗可能的相關 | 2-4-8 | 性別平等教育 | 1 | 態度評定 口頭發表 | |

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|-----|------|-----------------|----------------------------|----------------|--------------|----|--------------|-----------------|
| 12. | | 替未來塑型— 職涯透視鏡 | 初步探索並認識職業世界的類型及其內涵 | 1-4-1 2-4-6 | 生涯教育 人權教育 | 1 | 態度評定 實作活動 | |
| 13. | | 替未來塑型— 職涯透視鏡 | 思考自我的優勢能力，並引導學生思考與職業世界之關連。 | 1-4-1 2-4-6 | 生涯教育 人權教育 | 1 | 態度評定 學習單 | |
| 14 | | 替未來塑型— 職涯透視鏡 | 思考自我的優勢能力，並引導學生思考與職業世界之關連。 | 1-4-1 2-4-6 | 生涯教育 人權教育 | 1 | 態度評定 實作活動 | 第二次段考週；暫定九年級會考週 |
| 15. | | 替未來塑型— 職涯透視鏡 | 引導學生思考各類職業其未來趨勢及變化可能性 | 1-4-1 2-4-6 | 生涯教育 人權教育 | 1 | 實作活動 學習單 | |
| 16. | | 替未來塑型— 職涯透視鏡 | 學習如何尋找並運用職業世界的資料 | 1-4-1 2-4-6 | 生涯教育 性別教育 | 1 | 態度評定 實作活動 | |

| 週次 | 實施期間 | 單元活動主題 | 單元學習目標 | 能力指標 | 重大議題 | 節數 | 評量方法 | 備註 |
|-----|------|--------------|------------------------------|----------------|--------------|----|--------------|--------|
| 17. | | 替未來塑型—我的生涯密碼 | 回顧自身獨特生活及學習經驗，從中初探自己的興趣及能力專長 | 1-4-1 1-4-2 | 生涯教育 性別教育 | 1 | 實作活動 學習單 | |
| 18. | | 替未來塑型—我的生涯密碼 | 了解進行生涯決定時，自身條件應考慮的向度。 | 1-4-1 1-4-2 | 人權教育 性別教育 | 1 | 態度評定 實作活動 | 九年級畢業週 |
| 19. | | 替未來塑型—我的生涯密碼 | 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 | 1-4-1 1-4-2 | 人權教育 性別教育 | | | |
| 20. | | 替未來塑型—我的生涯密碼 | 發現個人未來升學、就業適合發展的方向。 | 1-4-1 1-4-2 | 人權教育 性別教育 | 1 | 口頭發表 學習單 | 第三次段考週 |