

## 臺南市天主教聖功女中 109 學年度第一學期八年級綜合活動(輔導)領域學習課程計畫

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組 別)	八年級	教學節數	每週( 1 )節，本學期共( 19 )節		
課程目標	1.觀察情緒波動與探索生命價值，藉此學習運用策略與資源，以促進心理健康。 2.學習人際關係的正向經營，以及適應團體生活所需的人際互動技巧。						
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
融入之重大議題	性平 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 生命 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 生涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域核心素養	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 8/30-9/5	第五主題美麗「心」 境界 第 1 單元從「心」出發	1	A1:身心素質與自我精進	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.高層次紙筆評量	

<p>第二週 9/6-9/12</p>	<p>第五主題美麗「心」境界 第 1 單元從「心」出發</p>	<p>1</p>	<p>A1:身心素質與自我精進</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。 輔 Db-IV-2:重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>1.口語評量 2.高層次紙筆評量</p>	<p><b>【生命教育】</b> 生 J3:反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>
<p>第三週 9/13-9/19</p>	<p>第五主題美麗「心」境界 第 1 單元從「心」出發</p>	<p>1</p>	<p>A1:身心素質與自我精進</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。 輔 Db-IV-2:重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>1.高層次紙筆評量 2.實作評量</p>	
<p>第四週 9/20-9/26</p>	<p>第五主題美麗「心」境界 第 1 單元從「心」出發</p>	<p>1</p>	<p>A1:身心素質與自我精進</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>1.高層次紙筆評量 2.實作評量</p>	

					輔 Db-IV-2:重大心理困擾與失落經驗的因應。		
第五週 9/27-10/3	第五主題美麗「心」境界 第 1 單元從「心」出發	1	A1:身心素質與自我精進	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.高層次紙筆評量 2.實作評量	
第六週 10/4-10/10	第五主題美麗「心」境界 第 1 單元從「心」出發	1	A1:身心素質與自我精進	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.高層次紙筆評量 2.實作評量	
第七週 10/11-10/17	第五主題美麗「心」境界 第 1 單元從「心」出發	1	A1:身心素質與自我精進	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 Da-IV-1:正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	1.高層次紙筆評量 2.實作評量	

				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。		
第八週 10/18-10/24	第五主題美麗「心」境界 第2單元寶貝人生	1	A1:身心素質與自我精進	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 Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	1.檔案評量 2.口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J4:了解自己的性格特質與價值觀。
第九週 10/25-10/31	第五主題美麗「心」境界 第2單元寶貝人生	1	A1:身心素質與自我精進	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 Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	
第十週 11/1-11/7	第五主題美麗「心」境界 第2單元寶貝人生	1	A1:身心素質與自我精進	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 Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	
第 11 週 11/8-11/14	第六主題團體二三事 第1單元人際你我他	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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	家庭暴力防治

第 12 週 11/15-11/21	第六主題團體二三事 第 1 單元人際你我他	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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	性侵害防治教育
第 13 週 11/22-11/28	第六主題團體二三事 第 1 單元人際你我他	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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	【性別平等教育】性平 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。
第 14 週 11/29-12/5	第六主題團體二三事 第 1 單元人際你我他	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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	
第 15 週 12/6-12/12	第六主題團體二三事 第 1 單元人際你我他	1	C2:人際關係與團隊合作	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 Dc-IV-1:同理心、人際溝	1.口語評量 2.實作評量	

				係。	通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。		
第 16 週 12/16-12/19	第六主題團體二三事 第 1 單元人際你我他	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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.實作評量 2.高層次紙筆評量	
第 17 週 12/20-12/26	第六主題團體二三事 第 1 單元人際你我他	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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.實作評量 2.高層次紙筆評量	
第 18 週 12/27-1/2	第六主題團體二三事 第 2 單元團隊好夥伴	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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。 輔 Dc-IV-2:團體溝通、互動與工作效能的提升。	1.實作評量	

第 19 週 1/3-1/9	第六主題團體二三事 第 2 單元團隊好夥伴	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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。 輔 Dc-IV-2:團體溝通、互動與工作效能的提升。	1.實作評量	
第 20 週 1/10-1/16	第六主題團體二三事 第 2 單元團隊好夥伴	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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。 輔 Dc-IV-2:團體溝通、互動與工作效能的提升。	1.實作評量	
第 21 週 1/17-1/23	第六主題團體二三事 第 2 單元團隊好夥伴 期末考 休業式	1	C2:人際關係與團隊合作	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 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。 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 3.高層次紙筆評量 4.檔案評量	

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

## 臺南市天主教聖功女中 109 學年度第一學期八年級綜合活動(輔導)領域學習課程計畫

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組 別)	八年級	教學節數	每週( 1 )節，本學期共( 19 )節		
課程目標	1.透過不同情感階段議題的認識，學習合宜相處方式、關係生變的成熟處理模式、自我保護策略與資源。 2.探索未來的生涯方向。						
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達						
融入之重大議題	性平 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性平 J13 了解多元家庭型態的性別意涵。 生涯 J3 覺察個人的能力與興趣。 生涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 生涯 J8 工作／教育環境的類型與現況。 生涯 J9 社會變遷與工作／教育環境的關係。						
<b>課程架構脈絡</b>							
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域核心素養	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 2/14- 2/20	第五主題愛的進行式 第1單元愛的時光隧道	1	B1:符號運用與溝通表達	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。	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.高層次紙筆評量	【性別平等教育】 性J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性J13:了解多元家庭型態的性別意涵。



第二週 2/21-2/27	第五主題愛的進行式 第1單元愛的時光隧道	1	B1:符號運用與溝通表達	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。	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.實作評量 2.高層次紙筆評量	家庭暴力防治
第三週 2/28-3/6	第五主題愛的進行式 第1單元愛的時光隧道	1	B1:符號運用與溝通表達	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。	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.實作評量 2.高層次紙筆評量	性侵害防治教育
第四週 3/7-3/13	第五主題愛的進行式 第2單元愛情來敲門	1	B1:符號運用與溝通表達	2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	輔 Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3:合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 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.實作評量 2.口語評量	
第五週 3/14-3/20	第五主題愛的進行式 第2單元愛情來敲門	1	B1:符號運用與溝通表達	2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策	輔 Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3:合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷	1.實作評量 2.口語評量	

				略，以保護自己或他人。	程。 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。		
第六週 3/21-3/27	第五主題愛的進行式 第2單元愛情來敲門	1	B1:符號運用與溝通表達	2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	輔 Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3:合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 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.實作評量 2.高層次紙筆評量	
第七週 3/28-4/3	第五主題愛的進行式 第2單元愛情來敲門	1	B1:符號運用與溝通表達	2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	輔 Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3:合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 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.實作評量 2.高層次紙筆評量	

第八週 4/4-4/10	第五主題愛的進行式 第2單元愛情來敲門	1	B1:符號運用與溝通表達	2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並運用最佳處理策略,以保護自己或他人。	輔 Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3:合宜的交友行為與態度,及親密關係的發展歷程。 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	
第九週 4/11-4/17	第五主題愛的進行式 第2單元愛情來敲門	1	B1:符號運用與溝通表達	2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並運用最佳處理策略,以保護自己或他人。	輔 Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3:合宜的交友行為與態度,及親密關係的發展歷程。 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	
第十週 4/18-4/24	第五主題愛的進行式 第2單元愛情來敲門	1	B1:符號運用與溝通表達	2a-IV-2:培養親密關係的表達與處理知能。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並	輔 Dd-IV-2:合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3:合宜的交友行為與態度,及親密	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	

				運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	關係的發展歷程。 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。		
第 11 週 4/25-5/1	第六主題生涯 Online 第 1 單元職業世界登入	1	A1:身心素質與自我精進	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-1:適性教育的試探與資訊統整。 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。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。	1.口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J3:: 覺察個人的能力與興趣。 涯J6:建立對於未來生涯的願景。 涯J8:工作／教育環境的類型與現況。 涯 J9:社會變遷與工作／教育環境的關係。
第 12 週 5/2-5/8	第六主題生涯 Online 第 1 單元職業世界登入	1	A1:身心素質與自我精進	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-1:適性教育的試探與資訊統整。 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.實作評量 2.高層次紙筆評量	

					家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。		
第 13 週 5/9-5/15	第六主題生涯 Online 第 1 單元職業世界登入	1	A1:身心素質與自我精進	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-1:適性教育的試探與資訊統整。 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。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	
第 14 週 5/16-5/22	第六主題生涯 Online 第 1 單元職業世界登入	1	A1:身心素質與自我精進	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-1:適性教育的試探與資訊統整。 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。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	
第 15 週 5/23-5/29	第六主題生涯 Online 第 1 單元職業世界登入	1	A1:身心素質與自我精進	1c-IV-2:探索工作世界與未來發展，提升個人價	輔 Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	

				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。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。		
第 16 週 5/30-6/5	第六主題生涯 Online 第 2 單元生涯初征戰	1	A1:身心素質與自我精進	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。 1c-IV-3:運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Ca-IV-2:自我生涯探索與統整。 輔 Cc-IV-2:生涯決策、行動與調適。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。	1.實作評量	
第 17 週 6/6-6/12	第六主題生涯 Online 第 2 單元生涯初征戰	1	A1:身心素質與自我精進	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。 1c-IV-3:運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Ca-IV-2:自我生涯探索與統整。 輔 Cc-IV-2:生涯決策、行動與調適。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。	1.實作評量	

第 18 週 6/13-6/19	第六主題生涯 Online 第 2 單元生涯初征戰	1	A1:身心素質與自我精進	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。 1c-IV-3:運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Ca-IV-2:自我生涯探索與統整。 輔 Cc-IV-2:生涯決策、行動與調適。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。	1.實作評量	
第 19 週 6/20-6/26	第六主題生涯 Online 第 2 單元生涯初征戰	1	A1:身心素質與自我精進	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。 1c-IV-3:運用生涯規畫方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。	輔 Ca-IV-2:自我生涯探索與統整。 輔 Cc-IV-2:生涯決策、行動與調適。 家 Dd-IV-3:家人期許與自我發展之思辨。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	
第 20 週 6/27-7/3	期末考 休業式						

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。