

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	三	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節			
課程目標	從個人興趣、特質、價值觀等探索經驗，學習統整並提出適性的生涯發展目標。							
該學習階段 領域核心素養	輔導：							
	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-A3 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-B2善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。							
	綜-J-C1探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。							
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。								
課程架構脈絡								
教學期程		單元與活動 名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
週次	日期起迄				學習表現	學習內容		
1	08/28-09/03 08/30 開學	主題一 青春 生涯路 單元1 夢想 啟航(輔導) 活動一、生涯 領航 透過生涯幻 遊，釐清自己 的價值觀、興 趣、性向等， 對個人生涯抉 擇的影響。	1	從個人興趣、特質、價值觀 等探索經驗，學習統整並提 出適性的生涯發展目標。	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-1 適性教 育的試探與資訊統 整。	學生分享報告 (個人興趣價值觀測驗)	【生涯規劃教 育】 涯 J3 覺察自己 的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己 的人格特質與價 值觀。 涯 J6 建立對於 未來生涯的願 景。 涯 J11 分析影 響個人生涯決定 的因素。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

								涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。
2	09/04-09/10	主題一 青春 生涯路 單元 1 夢想啟航(輔導) 活動一、生涯領航 透過生涯幻遊，釐清自己的價值觀、興趣、性向等，對個人生涯抉擇的影響。	1	從個人興趣、特質、價值觀等探索經驗，學習統整並提出適性的生涯發展目標。	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-1 適性教育的試探與資訊統整。	學生分享報告 (個人興趣價值觀測驗)	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。
3	09/11-09/17	主題一 青春 生涯路 單元 1 夢想	1	從個人興趣、特質、價值觀等探索經驗，學習統整並提出適性的生涯發展目標。	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力特質、家人	輔Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 輔Cb-IV-1 適性教	學生分享報告 (我對未來生涯看法學習單)	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己

		<p>啟航（輔導） 活動二、家人伴我行 蒐集家人與環境因素對自我的影響，表達自己對生涯的想法。</p>			<p>期許及相關生涯與升學資訊。</p>	<p>育的試探與資訊統整。</p>		<p>的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>
4	09/18-09/24	<p>主題一 青春生涯路 單元 1 夢想啟航（輔導） 活動三、生涯金三角 整合自己的各項生涯資訊，提出適性的生涯發展目標。</p>	1	<p>從個人興趣、特質、價值觀等探索經驗，學習統整並提出適性的生涯發展目標。</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。 輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	<p>學生分享報告 (我對未來生涯看法學習單)</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J11 分析影響個人生涯決定</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

								的因素。 涯 J12 發展及 評估生涯決定的 策略。 涯 J13 培養生 涯規劃及執行的 能力。
5	09/25-10/01	<p>主題一 青春 生涯路</p> <p>單元1 夢想 啟航(輔導)</p> <p>活動三、生涯 金三角</p> <p>整合自己的各 項生涯資訊， 提出適性的生 涯發展目標。</p>	1	從個人興趣、特質、價值觀 等探索經驗，學習統整並提 出適性的生涯發展目標。	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>輔Ca-IV-2 自我生 涯探索與統整。</p> <p>輔Cb-IV-1 適性教 育的試探與資訊統 整。</p>	<p>學生分享報告 (我對未來生涯看法學 習單)</p>	<p>【生涯規劃教 育】</p> <p>涯 J3 覺察自己 的能力與興趣。 涯 J4 瞭解自己 的人格特質與價 值觀。 涯 J6 建立對於 未來生涯的願 景。 涯 J11 分析影 響個人生涯決定 的因素。 涯 J12 發展及 評估生涯決定的 策略。 涯 J13 培養生 涯規劃及執行的 能力。</p>
6	10/02-10/08	<p>主題一 青春 生涯路</p>	1	從個人興趣、特質、價值觀 等探索經驗，學習統整並提	1c-IV-1 澄清個人 價值觀，並統整個人	<p>輔Ca-IV-2 自我生 涯探索與統整。</p>	<p>學生分享報告 (我對未來生涯看法學 習單)</p>	<p>【生涯規劃教 育】</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

		<p>單元 1 夢想啟航 (輔導)</p> <p>活動四、我的生涯藍圖</p> <p>收集各項影響生涯抉擇因素，做出合宜的生涯抉擇。</p>		<p>出適性的生涯發展目標。</p>	<p>能力特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。</p>	<p>輔Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	<p>習單)</p>	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p> <p>涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>
7	<p>10/09-10/15 10/13-14 第一次定期評量</p>	<p>第一次段考</p>	1	<p>第一次段考</p>	<p>第一次段考</p>	<p>第一次段考</p>	<p>第一次段考</p>	<p>第一次段考</p>
8	<p>10/16-10/22</p>	<p>主題一 青春生涯路</p> <p>單元 2 生涯 Maker (輔導)</p> <p>活動一、未來偵察員</p> <p>分享個人生涯規劃的感受與想法，瞭解國中畢業</p>	1	<p>透過生涯進路及各種學制的資料蒐集，規劃適合自己的生涯目標。</p>	<p>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。</p>	<p>輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。</p> <p>輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。</p>	<p>學習紀錄</p>	<p>【生涯規劃、生命教育】</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。</p> <p>涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。</p> <p>涯 J13 培養生涯</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

		後各類型學校特色，並分析自己的狀況。						規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。
9	10/23-10/29	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker (輔導) 活動一、未來偵察員 分享個人生涯規劃的感受與想法，瞭解國中畢業後各類型學校特色，並分析自己的狀況。	1	透過生涯進路及各種學制的資料蒐集，規劃適合自己的生涯目標。	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Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。	學習紀錄	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。
10	10/30-11/05	主題一 青春生涯路 單元 2 生涯 Maker (輔導) 活動二、資訊	1	透過生涯進路及各種學制的資料蒐集，規劃適合自己的生涯目標。	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Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。	學習紀錄	【生涯規劃、生命教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

		一把罩 熟悉十二年 國教升學管 道，並檢視自 己現階段的 表現。						涯 J8 工作/ 教 育環境的類型與 現況。 涯 J13 培養生涯 規劃及執行的能 力。 生 J1 思考生 活、學校與社區 的公共議題，培 養與他人理性溝 通的素養。
11	11/06-11/12	主題一 青春 生涯路 單元 2 生涯 Maker (輔導) 活動三、高校 探險隊 探索學區內 高校資訊，澄 清自己的疑 惑，作為擬訂 個人生涯規 劃的參考。	1	透過生涯進路及各種學制的 資料蒐集，規劃適合自己的 生涯目標。	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Cc-IV-1 生涯進 路的規劃與資源運 用。 輔Cc-IV-2 生涯決 策、行動與調適。	學習紀錄	【生涯規劃、生 命教育】 涯 J7 學習蒐集 與分析工作/ 教 育環境的資料。 涯 J8 工作/ 教 育環境的類型與 現況。 涯 J13 培養生涯 規劃及執行的能 力。 生 J1 思考生 活、學校與社區 的公共議題，培 養與他人理性溝 通的素養。
12	11/13-11/19	主題一 青春	1	透過生涯進路及各種學制的	1c-IV-3 運用生涯	輔Cc-IV-1 生涯進	學習紀錄	【生涯規劃、生

		生涯路 單元 2 生涯 Maker (輔導) 活動三、高校 探險隊 探索學區內 高校資訊，澄 清自己的疑 惑，作為擬訂 個人生涯規 劃的參考。		資料蒐集，規劃適合自己的 生涯目標。	規劃方法與資源， 培養生涯抉擇能 力，以發展個人生 涯進路。	路的規劃與資源運 用。 輔 Cc-IV-2 生涯決 策、行動與調適。		命教育】 涯 J7 學習蒐集 與分析工作/ 教 育環境的資料。 涯 J8 工作/ 教 育環境的類型與 現況。 涯 J13 培養生涯 規劃及執行的能 力。 生 J1 思考生 活、學校與社區 的公共議題，培 養與他人理性溝 通的素養。
13	11/20-11/26	主題一 青春 生涯路 單元 2 生涯 Maker (輔導) 活動四、高校 達人 收集適合自 己的高校資 訊，覺察、評 估未來生涯 發展可能面 臨的問題， 並調整策略。	1	透過生涯進路及各種學制的 資料蒐集，規劃適合自己的 生涯目標。	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 Cc-IV-1 生涯進 路的規劃與資源運 用。 輔 Cc-IV-2 生涯決 策、行動與調適。	學習紀錄	【生涯規劃、生 命教育】 涯 J7 學習蒐集 與分析工作/ 教 育環境的資料。 涯 J8 工作/ 教 育環境的類型與 現況。 涯 J13 培養生涯 規劃及執行的能 力。 生 J1 思考生 活、學校與社區

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

								的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。
14	11/27-12/03 11/29-30 第二次定期評量	第二次段考	1	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考
15	12/04-12/10	主題一 青春 生涯路 單元3 抗壓達人秀(輔導) 活動一、生活 檢測站 1. 分享自己 對九年級生 活的感受與 體悟。 2. 瞭解九年 級的任務， 練習以合理 的心態來面 對挑戰。	1	認識壓力的特色、覺察自己的身心狀態，進而學習調整自己的情緒和壓力。	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。	口語評量	【生命教育、品德教育】 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。 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 EJU1 尊重生命。
16	12/11-12/17	主題一 青春 生涯路 單元3 抗壓達人秀(輔導) 活動二、心靈 深呼吸 1. 認識壓力 來源及壓力	1	認識壓力的特色、覺察自己的身心狀態，進而學習調整自己的情緒和壓力。	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。	口語評量	【生命教育、品德教育】 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。 品 J8 理性溝通

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

		正負向影響。 2. 覺察自己的壓力狀態。						與問題解決。 品EJU1 尊重生命。
17	12/18-12/24	主題一 青春 生涯路 單元3 抗壓達人秀(輔導) 活動二、心靈深呼吸 1. 認識壓力來源及壓力正負向影響。 2. 覺察自己的壓力狀態。	1	認識壓力的特色、覺察自己的身心狀態，進而學習調整自己的情緒和壓力。	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。	口語評量	【生命教育、品德教育】 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。 品J8 理性溝通與問題解決。 品EJU1 尊重生命。
18	12/25-01/01	主題一 青春 生涯路 單元3 抗壓達人秀(輔導) 活動三、減壓妙點子 1. 分析個人面對壓力的思考模式。 2. 練習不同壓力調節策略。	1	認識壓力的特色、覺察自己的身心狀態，進而學習調整自己的情緒和壓力。	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。	整理檔案	【生命教育、品德教育】 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。 品J8 理性溝通與問題解決。 品EJU1 尊重生命。
19	01/02-01/08	主題一 青春 生涯路	1	認識壓力的特色、覺察自己的身心狀態，進而學習調整自己的情緒和壓力。	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響	輔Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣	整理檔案	【生命教育、品德教育】

		<p>單元 3 抗壓達人秀 (輔導)</p> <p>活動三、減壓妙點子</p> <p>1. 分析個人面對壓力的思考模式。</p> <p>2. 練習不同壓力調節策略。</p>			<p>因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。</p>	<p>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>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>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>品 EJU1 尊重生命。</p>
20	01/09-01/15	<p>主題一 青春生涯路</p> <p>單元 3 抗壓達人秀 (輔導)</p> <p>活動四、「抗壓執行」有夠讚！</p> <p>1. 運用適合的壓力調節策略，調節自己的情緒與壓力。</p> <p>2. 評估並調整自己所使用的情緒調節策略。</p>	1	<p>認識壓力的特色、覺察自己的身心狀態，進而學習調整自己的情緒和壓力。</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>整理檔案</p>	<p>【生命教育、品德教育】</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>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>品 EJU1 尊重生命。</p>
21	<p>01/16-01/22</p> <p>01/17-01/18</p> <p>第三次定期評量</p> <p>01/19 休業式</p>	<p>第三次段考</p>	1	<p>第三次段考</p>	<p>第三次段考</p>	<p>第三次段考</p>	<p>第三次段考</p>	<p>第三次段考</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

教材版本	南一	實施年級 (班級/組別)	三	教學節數	每週(1)節，本學期共(17)節			
課程目標	探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。							
該學習階段 領域核心素養	輔導：							
	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-A3 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-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。								
課程架構脈絡								
教學期程		單元與活動 名稱	節數	學習目標	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		
週次	日期起迄	主題二青春心 配方(輔導) 單元1 未來 想像 【活動一】生 涯密碼 1. 分享個人 未來職業與就 讀科系的想法 與感受。 2. 藉由個人 生命故事的整 理，思索過 去、現在和未	1	收集國際活動交流資訊，突 破國界疆域，學習理解與尊 重多元文化。	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 Ca-IV-1 生涯 發展、生涯轉折與 生命意義的探索。 輔 Cb-IV-2 工作 意義、工作態度、 工作世界與未來發 展的探索。 輔 Bc-IV-1 主動 探究問題、高層次 思考的培養與創新 能力的運用。	口語評量 (設計未來職業學 習單)	【生涯規劃、生 命教育】 涯J6 建立對於 未來生涯的願 景。 涯J9 社會變遷 與工作/ 教育環 境的關係。 涯J12 發展及評 估生涯決定的策 略。 涯J13 培養生涯 規劃及執行的能 力。
1	02/12-02/18 02/13 開學							

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

		來間的關聯性						生J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。
2	02/19-02/25	<p>主題二青春心配方(輔導) 單元1 未來想像</p> <p>【活動一】生涯密碼</p> <p>1. 分享個人未來職業與就讀科系的想法與感受。</p> <p>2. 藉由個人生命故事的整理，思索過去、現在和未來間的關聯性</p>	1	收集國際活動交流資訊，突破國界疆域，學習理解與尊重多元文化。	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>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</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。</p> <p>輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。</p>	口語評量 (設計未來職業學習單)	<p>【生涯規劃、生命教育】</p> <p>涯J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。</p> <p>涯J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p> <p>生J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p>
3	02/26-03/04	<p>主題二青春心配方(輔導) 單元1 未來想像</p>	1	統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命	<p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p>	<p>學生分享報告 (上台分享高中職五專學校特色)</p>	<p>【生涯規劃、生命教育】</p> <p>涯J6 建立對於</p>

		<p>【活動二】生涯新世界</p> <p>1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。</p> <p>2. 覺察環境變動對自己的生涯影響，並培養跨領域能力。</p>			意義。	<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。</p> <p>輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。</p>		<p>未來生涯的願景。</p> <p>涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。</p> <p>涯J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p> <p>生J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p>
4	03/05-03/11	<p>主題二青春心配方(輔導)單元1未來想像</p> <p>【活動二】生涯新世界</p> <p>1. 探索現今職業與就讀科系可能遇到的問題。</p> <p>2. 覺察環境</p>	1	統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。	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>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</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。</p> <p>輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。</p>	<p>學生分享報告 (上台分享高中職五專學校特色)</p>	<p>【生涯規劃、生命教育】</p> <p>涯J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。</p> <p>涯J12 發展及評估生涯決定的策</p>

		變動對自己的生涯影響，並培養跨領域能力。						略。 涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。 生J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。
5	03/12-03/18	<p>主題二青春心配方(輔導)單元1 未來想像</p> <p>【活動三】生涯圖像</p> <p>1. 釐清自己的生涯發展願景，澄清個人價值與生命意義，增進自己未來發展的正向能量。</p> <p>2. 統整自己未來生涯所需的能力，訂定具體目標和計劃。</p>	1	統整自我生命歷程與生涯發展的關聯性，藉由系統思考建構未來生涯。	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>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</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。</p> <p>輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。</p> <p>家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展的思辨。</p>	<p>學生分享報告</p> <p>(上台分享高中職五專學校特色)</p>	<p>【生涯規劃、生命教育】</p> <p>涯J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。</p> <p>涯J12 發展及評估生涯決定的策略。</p> <p>涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p> <p>生J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培</p>

								養與他人理性溝通的素養。
6	03/19-03/25 3/24-25 第一次定期評量		1					學生分享報告 (上台分享高中職五專學校特色)
7	03/26-04/01	主題二青春心 配方(輔導) 單元1 未來 想像 【活動三】生 涯圖像 1. 釐清自己 的生涯發展願 景, 澄清個人 價值與生命意 義, 增進自己 未來發展的正 向能量。 2. 統整自己 未來生涯所需 的能力, 訂定 具體目標和計 劃。	1	統整自我生命歷程與生涯發 展的關聯性, 藉由系統思考 建構未來生涯。	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 Ca-IV-1 生涯 發展、生涯轉折與 生命意義的探索。 輔 Cb-IV-2 工作 意義、工作態度、 工作世界與未來發 展的探索。 輔 Bc-IV-1 主動 探究問題、高層次 思考的培養與創新 能力的運用。	學生分享報告 (生涯圖像學習單)	【生涯規劃、生 命教育】 涯J6 建立對於 未來生涯的願 景。 涯J9 社會變遷 與工作/ 教育環 境的關係。 涯J12 發展及評 估生涯決定的策 略。 涯J13 培養生涯 規劃及執行的能 力。 生 J1 思考生 活、學校與社區 的公共議題, 培 養與他人理性溝 通的素養。
8	04/02-04/08	主題二青春心 配方(輔導) 單元2 盛夏	1	面臨「國中教育會考」時, 釐清自己面對生涯挑戰時會	1a-IV-1 探索自我 與家庭發展的過	輔 Ab-IV-1 青少 年身心發展歷程與	學生分享報告 (生涯圖像學習單)	【生命教育】 生J2 探討完整

		<p>的任務</p> <p>【活動一】主動積極的實踐家</p> <p>理解面臨教育會考時的身心反應與行為。覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。</p>		<p>出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。</p>	<p>程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p>	<p>調適。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	<p>的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p> <p>生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</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>
9	04/09-04/15	<p>主題二青春心配方(輔導)</p> <p>單元2 盛夏的任務</p> <p>【活動一】主動積極的實踐家</p> <p>理解面臨教育會考時的身心反應與行為。</p>	1	<p>面臨「國中教育會考」時，釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。</p>	<p>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。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p>	<p>輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	<p>學生分享報告 (生涯圖像學習單)</p> <p>【生命教育】</p> <p>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、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養</p>

		覺察面臨教育會考時的情緒。掌握面臨教育會考時自己可以改變的事情。						適切的自我觀。 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 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。
10	04/16-04/22	主題二青春心配方(輔導) 單元2 盛夏的任務 【活動二】決戰五月天 理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。	1	從認識聯合國永續發展目標、關懷全球議題，進而規劃並以落實國際關懷或援助行動。	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	口語評量	【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、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 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。
11	04/23-04/29	<p>主題二青春心配方(輔導) 單元2 盛夏的任務</p> <p>【活動二】決戰五月天</p> <p>理解參加教育會考的須知事項。安撫自己面臨教育會考的心情。準備參加教育會考的相關物品。</p>	1	<p>面臨「國中教育會考」時，釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。</p>	<p>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。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p>	<p>輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	口語評量	<p>【生命教育】</p> <p>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、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p> <p>生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</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>
12	04/30-05/06	<p>主題二青春心配方(輔導) 單元2 盛夏的任務</p> <p>【活動三】充電轉運站</p>	1	<p>面臨「國中教育會考」時，釐清自己面對生涯挑戰時會出現的各種身心狀況，以積極主動的態度，掌握自身能力並達到最好的表現。</p>	<p>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。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐</p>	<p>輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	整理檔案	<p>【生命教育】</p> <p>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</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

		討論轉化階段的待辦事項。 調整轉化階段的心態方向。 執行轉化階段的學習行動。			集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。			定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 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。
13	05/07-05/13 5/9-10 第二次定期評量						整理檔案	
14	05/14-05/20	主題二青春心配方(輔導) 單元3驪歌響起 【活動一】當我們一起走過 回顧自己的國中歷程並覺察自己的生命發展對自己的意義與價值。	1	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，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 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	學生分享報告 (我最懷念學校的...學習單)	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

								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。
15	05/21-05/27	<p>主題二青春心配方(輔導) 單元3驪歌響起</p> <p>【活動二】校園巡禮</p> <p>透過與同學的分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。</p>	1	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，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。	<p>輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p> <p>輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。</p> <p>童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。</p>	<p>學生分享報告 (我最懷念學校的…學習單)</p>	<p>【品德教育、生命教育】</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</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>
16	05/28-06/03	<p>主題二青春心配方(輔導) 單元3驪歌響起</p> <p>【活動二】校園巡禮</p> <p>透過與同學的</p>	1	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，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。	<p>輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。</p> <p>輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。</p> <p>童 Db-IV-2 人文環</p>	<p>學生分享報告 (我最懷念學校的…學習單)</p>	<p>【品德教育、生命教育】</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>品 J9 知行合一</p>

		分享討論，探究自己的生命發展歷程與文化傳承對個人的意義與價值。				境之美的欣賞、維護與保護。		與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 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。
17	06/04-06/10 06/08 畢業典禮	主題二青春心配方(輔導) 單元3驪歌響起 【活動三】結束的起點 運用合宜的方式與策略，尊重不同的生命發展歷程，具體回饋並實際傳承。	1	運用合宜的方式，調適自己的各種心理困擾，培養正向思考與習慣，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 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	學生分享報告 (我最懷念學校的…學習單)	【品德教育、生命教育】 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J9 知行合一與自我反省。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。 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。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

- ◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。
- ◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。
- ◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。
- ◎111 學年第 2 學期國三的第 15 週~第 17 週，課程已經結束，故國文、英文、數學、社會、自然不能再安排課本內容，需另外規劃。