

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	七年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節		
課程目標	1. 認識國中學習環境並發展適應的方法。 2. 建立同儕關係與人際互動模式。 3. 提升身體自主權並尊重彼此身心界線。 4. 探索自己的自己的多元面貌，提升自我理解與表達。 5. 了解國中生涯發展任務並建立個人化的生涯檔案。						
該學習階段 領域核心素養	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-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。						
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		
8/30~9/2 【第一週】	課程說明	1	課程說明			課堂參與	
9/3~9/9 【第二週】	彼此認識	1	參與團體活動，學習與同儕建立關係的方法，進而培養與他人合宜互動的能力。	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 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。	課堂參與 分享交流	
9/10~9/16 【第三週】	大橋新鮮人	3	觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。	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。	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	課堂參與 分組競賽 討論分享	
9/17~9/23 【第四週】			*建立國中輔導系統:線上學生輔導資料	2c-IV-1			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

9/24-9/30 【第五週】 9/29 中秋節				善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。			
10/1-10/7 【第六週】	國中生了沒	1	認識青少年身心的發展歷程及國中生活，歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。	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。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	課堂參與	
10/8-10/14 【第七週】 10/10 雙十節	夢想啟航	2	透過個人成長歷程的回顧，了解生涯發展概念，並初步擬定個人生涯夢想的行動。	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。	課堂參與 討論分享	涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
10/15-10/21 【第八週】 第一次定期評量							
10/22-10/28 【第九週】	生涯大進擊	2	進行生涯檔案之製作，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。	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。	輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	課堂參與 討論分享 生涯輔導紀錄手冊	涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。
10/29-11/4 【第十週】							
11/5-11/11 【第十一週】	漫遊特質	3	觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個	輔 Aa-IV-1 自我探索的經驗、方法與態度	課堂參與 討論分享 學習單	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
11/12-11/18 【第十二週】							

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

11/19~11/25 【第十三週】				人成長因素及調適方法。			
11/26~12/2 【第十四週】 第二次定期評量	我的生涯手冊	1	學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。	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。	輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	課堂參與 討論分享	涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。
12/3~12/9 【第十五週】	人際互動	3	能站在不同的立場，體察他人的感受及需求，學習具有同理心的表達方式，以促進良好的人際互動。	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 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。	分組競賽 討論分享	
12/10~12/16 【第十六週】							
12/17~12/23 【第十七週】							
12/24~12/30 【第十八週】	身體界線 性騷擾與 性侵害防治	3	能辨識自己生活中的身體界線，知道每個人的身體界線都不同，並尊重他人的身體界線、保護自我與他人。	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 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	課堂參與 討論分享 學習單	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。
12/31~1/6 【第十九週】 1/2 元旦連假							
1/7~1/13 【第二十週】							
1/14~1/20 【第二十一週】 第三次定期評量 1/19 結業式	拾穗	1	回顧與展望			課堂參與	

教材版本		實施年級 (班級/組別)	七年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(20)節		
課程目標	1. 透過人際體驗活動學習有效的互動與溝通方式。 2. 探索自己的多元智能，統整與開展自己的優勢與潛能。 3. 了解自己的學習風格，促進學習及自我發展。 4. 藉由賴氏人格測驗增進對自我的認識與了解。 5. 透過情境體驗覺察人我差異，學習自我悅納與尊重生命。						
該學習階段 領域核心素養	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-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。						
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		
2/15~2/17 【第一週】	課程說明	1	課程說明			課堂參與	
2/18~2/24 【第二週】	團體凝聚(分組)	1	體認人際關係的重要，善用校園資源，有效適應國中生活。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	課堂參與 體驗活動 討論分享	
2/25~3/2 【第三週】 2/28 二二八紀念日	團體中的我： 溝通策略	3	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	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-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。	課堂參與 體驗活動 討論分享	
3/3~3/9 【第四週】							
3/10~3/16							

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

【第五週】							
3/17-3/23 【第六週】	賴氏人格測驗 施測與計分繪圖	2	透過測驗的實施，增進對個人特質的覺察與了解。	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。	課堂參與	
3/24-3/30 【第七週】 第一次定期評量							
3/31-4/6 【第八週】 4/4-4/5 清明連假	多元智能	5	探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。	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。	輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。	課堂參與 體驗活動 分組競賽 討論分享	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
4/7-4/13 【第九週】							
4/14-4/20 【第十週】							
4/21-4/27 【第十一週】							
4/28-5/4 【第十二週】							
5/5-5/11 【第十三週】	學習風格	3	善用個人學習模式，執行學習計畫，建立正向的態度。	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。	輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	課堂參與 體驗活動 討論分享 學習單	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
5/12-5/18 【第十四週】 第二次定期評量							
5/19-5/25 【第十五週】							
5/26-6/1 【第十六週】	賴氏人格 測驗解釋	2	透過測驗的實施，增進對個人特質的覺察與了解。	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。	課堂參與 討論分享 學習單	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
6/2-6/8 【第十七週】							

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				人成長因素及調適方法。			
6/9~6/15 【第十八週】 6/10 端午節	尊重差異	2	能站在不同的立場，體察他人的感受及需求，並予以尊重。	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。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。	課堂參與 體驗活動 討論分享 學習單	多 J3 提高對弱勢或少數群體文化的覺察與省思。 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。
6/16~6/22 【第十九週】							
6/23~6/29 【第二十週】 第三次定期評量 6/28 結業式	拾穗	1	回顧與展望			課堂參與	

◎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」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「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。