

臺南市公(私)立新營區新東國民中學 115 學年度第一學期九年級彈性學習 **情意教育** 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	情意教育	實施年級 (班級組別)	九/306-310	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■特殊需求領域課程 身障類:□生活管理□社會技巧□學習策略□職業教育□溝通訓練□點字□定向行動□功能性動作訓練□輔助科技運用 資優類:□創造力□領導才能■情意發展□獨立研究 其他類:□藝術才能班及體育班專門課程 4. □其他類課程 □本土語文/新住民語文□服務學習□戶外教育□班際或校際交流□自治活動□班級輔導□學生自主學習□領域補救教學							
設計理念	1. 自我覺察：透過特質配對與興趣探索，建立穩固的身分辨認感。 2. 情緒韌性：識別壓力信號，將焦慮轉化為正向的後設認知資源。 3. 成功定義：挑戰單一成績觀，從「怕輸」轉向「定義個人成就」。 4. 價值錨定：在「價值觀冒險」中釐清個人信念，作為選擇的基石。 5. 環境安全：以暖身活動建構具備支持性的「心理安全網」團體氛圍。 核心精神：「先安其心，後致其遠」——在九年級開端建立內在的羅盤。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中							
課程目標	1. 覺察九年級備考壓力並落實情緒調適 2. 透過特質探索與價值觀澄清，打破單一成績觀，錨定積極的自我價值。							
配合融入之領域或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ■綜合活動 ☐ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引				☐ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ■品德教育 ■生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☐ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育			
表現任務	完成各個學習活動所訂定的標準。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1 週-第 7 週	7	九年級開學暖身： 建立心靈安全網	1-IV-1 覺察與分 析個人的特質、多	情 1-IV-A 個人特質、	1. 學生能透過 班級集體思	小組討論：在情意課中「如何 安心說真話」。引導學生在互	課堂即席問 答應答表	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		(建立心靈安全網、認識情緒、壓力靠邊閃)	元能力、價值觀及自我意象。 3-IV-1 運用合宜的互動技巧，與不同特質的人建立尊重的關係。	多元能力與自我價值的探索與省思。 情 3-IV-A 同儕互動、人際衝突的調適與良性人際關係的經營。	辨，口頭分享自己進入九年級的自我意象與期待。 2. 學生能在團體互動中，與同儕流暢討論並共同擬定課堂的心理安全公約。	動中展現聆聽與同理，進而共同擬定出「不批判、保守秘密」的 班級心靈安全公約 。 核心情境與討論：教師引導學生透過「關鍵字卡」，進行課堂即席問答，吐露並共感對九年級生活的集體想像與焦慮。 焦點引導與互動：組織小組焦點討論，引導學生在互動中展現聆聽與同理，共同產出「不批判、保守秘密」之小組心理安全公約。	現、團體暖身活動之參與度、學習單	
第 8 週-第 14 週	7	什麼是成功：挑戰單一評價與多元成就思辨(什麼是成功、價值觀)	1-IV-3 展現積極的自我概念，增進後設認知與自我期許能力。 3-IV-1 運用合宜的互動技巧，與不同特質的人建立尊重的關係。	情 1-IV-A 個人特質、多元能力與自我價值的探索與省思（融入資優生完美主義與成就動機思辨）。 情 3-IV-A 同儕互動、人際衝突的調適與良性人際關係的經營（融入同儕競爭心理調控）。	1. 學生能透過課堂即席問答，多角度思辨並口頭敘述「成績以外」的成功定義。 2. 學生能在小組互動中傾聽不同特質同儕的成就感來源，展現尊重的態度。	1. 核心情境與討論：教師引導學生進行「成功的千百種面貌」思辨，透過高頻率課堂問答，挑戰資優生根深蒂固的「非第一即失敗」盲區，重新定義成就感。 2. 焦點引導與互動：組織小組焦點討論「當分數無法定義我時，我是誰？」，引導學生在同儕互動中分享個人的非學業優勢，建立後設自我內省。	課堂即席問答應答表現、團體暖身活動之參與度、學習單	自編教材
第 15 週-第 21 週	7	特質配對：天賦、性格與生涯角色試探	1-IV-1 覺察與分析個人的特質、多元能力、	情 4-IV-A 個人生涯興趣、性向、	1. 能精準列舉個人優弱勢特質，並	教師引導學生進行「個人特質大解密」，藉由高頻率課堂問答，引導學生客觀剖析	課堂即席問答應答表現、團體暖	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		職業興趣：點燃生涯藍圖與內在動機	價值觀及自我意象。 1-IV-3 展現積極的自我概念，增進後設認知與自我期許能力 4-IV-1 探索個人的生涯發展興趣、性向與需求，並與環境對話。	價值觀與生活形態的覺察。 情 1-IV-A 個人特質、多元能力與自我價值的探索與省思。	多角度思辨其與未來領域角色的配對適配性。 2. 能結合自身興趣類型，探討其背後的社會角色與價值實現方式。 3. 能透過課堂問答與討論，將外部職業興趣轉化為九年級現階段的內在學習動機與未來生涯期許。	自身的敏感度、後設認知、完美主義等特質對學習與未來生涯的影響。 小組討論「當特質遇上特定職涯」，引導學生模擬不同性格（如內向/外向、直覺/理性）在不同社群環境中的適配性，深化自我認同。 結合 Holland 六大職業興趣類型或生涯大富翁情境，透過課堂隨機即席問答，引導學生澄清「我喜歡這份職業，是因為看重它的什麼價值？」。 組織小組焦點討論，探討如何將這份對未來的職業想像，錨定為當下九年級衝刺備考時的內在驅動力（驅散疲憊感），產出後設成長反思。	身活動之參與度、學習單	
--	--	------------------	---	--	--	--	-------------	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

臺南市公(私)立新營區新東國民中學 115 學年度第二學期九年級彈性學習 **情意教育** 課程計畫 (☐ 普通班 / ☐ 藝才班 / ☐ 體育班 / ☒ 特教班)

學習主題名稱	情意教育	實施年級 (班級組別)	九/306-310	教學節數	本學期共(21)節
--------	------	----------------	-----------	------	-------------

彈性學習課程 四類規範	3. ■ 特殊需求領域課程 身障類： ☐ 生活管理 ☐ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☐ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類： ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ■ 情意發展 ☐ 獨立研究 其他類： ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☐ 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學							
設計理念	1. 策略工具：運用 SWOT 與決策三基本功，將直覺選擇提升至理性判斷。 2. 應考韌性：針對考前「心理真空期」提供專屬的緩衝與回顧空間。 3. 人際智慧：探討「戀愛價值觀」，在關係中練習界線與尊重。 4. 歷程肯定：將目光從榜單結果拉回努力的點滴，肯定自我成長歷程。 5. 意義告別：透過感恩與告別儀式，為三年的青春階段劃下溫柔句點。 核心精神：「知行合一，圓滿告別」——將情意素養轉化為具體的生命行動力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中							
課程目標	1. 能運用工具進行生涯決策與志願選填 2. 了解情感人際邊界 3. 透過感恩告別完成跨教育階段的生涯轉銜。							
配合融入之領域或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ■ 綜合活動 ☐ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引				■ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 德教育 ■ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☐ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育			
表現任務	完成各個學習活動所訂定的標準。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1 週-第 7 週	7	生涯決策科學與競爭心理調節 (含：職業選擇、SWOT 分析、三個基本	● 4-IV-2 規劃個人的生涯發展目標，並能採取具體的實踐行動。	● 情 4-IV-B 生涯發展目標的擬定、抉擇與實踐策略（融入	● 能運用 SWOT 分析與決策基本功，理性評估並口頭敘	● 核心情境與討論：教師引導學生進行「生涯抉擇工作坊」，透過高頻率課堂問答，學習資訊蒐集、風險評估與價值排序的三個基本	課堂即席問答應答表現、團體暖身活動之參與度、學習單	自編教材

		功、困境與抉擇、求第一還是怕輸)	• 1-IV-3 展現積極的自我概念，增進後設認知與自我期許能力。	SWOT 分析與決策三個基本功)。 • 情 1-IV-A 個人特質、多元能力與自我價值的探索與省思（融入資優生「求第一還是怕輸」的競爭心理調控）。	述自身的生涯職業選擇。 • 能藉由課堂問答，剖析自身「求第一」與「怕輸」的心理機制，建立健康的競爭後設認知。	功，並實際練習個人 SWOT 分析。 • 焦點引導與互動：組織小組焦點討論「贏家的定義與輸的恐懼」，引導學生坦誠分享在高壓競爭下的得失心，由教師引導學生建立以「自我超越」取代「同儕對立」的應考心態。		
第 8 週-第 14 週	7	升學抉擇、情感邊界與考前韌性（含：志願選填、戀愛加減分：愛情價值觀、會考前的一堂課-回顧努力的自己）	4-IV-2 規劃個人的生涯發展目標，並能採取具體的實踐行動。 3-IV-1 運用合宜的互動技巧，與不同特質的人建立尊重的關係。	情 4-IV-B 生涯發展目標的擬定、抉擇與實踐策略（融入志願選填與個別輔導）。 情 3-IV-A 同儕互動、人際衝突的調適與良性人際關係的經營（融入中性化情感價值觀與人	能在面臨志願選填衝突時進行價值澄清，並為個人的升學抉擇展現自主負責的態度。 能思辨情感互動中的自我邊界與尊重，並在會考前一週透過討論肯定個人的奮鬥歷程。	配合志願選填時令與「戀愛加減分」情境，透過課堂即席問答，引導學生思辨人際交往與情感互動中的核心價值、尊重表達與心理界線。 在會考前夕，組織小組焦點討論「回顧努力的自己」，暫停學業灌輸，引導學生口頭分享這三年的奮鬥點滴，將成功定義聚焦於過程的堅持，舒緩考前焦慮。	課堂即席問答應答表現、團體暖身活動之參與度、學習單	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				際邊界思辨)。				
第 15 週- 第 18 週	4	考後心理調適與畢業生命轉銜(放榜前的心理防空洞、倒數第 2 堂情意課程-說出感恩的話、畢業前最後一堂課-好好說再見)	2-IV-2 運用合宜的策略調適與管理自身的情緒，並展現心理韌性。 3-IV-1 運用合宜的互動技巧，與不同特質的人建立尊重的關係。	情 2-IV-A 情緒的自覺、辨識與多元調節策略(融入放榜前焦慮管理與心理緩衝)。 情 3-IV-A 同儕互動、人際衝突的調適與良性人際關係的經營(融入感恩告別與跨階段轉銜準備)。	能調適放榜前不確定性帶來的集體焦慮，主動規劃個人的「心理防空洞」備案。 能在畢業前夕流暢表達對身邊支持系統的感恩，完成合宜的情感定格與跨階段生涯轉銜。	教師引導學生進行「放榜前的心靈防空洞」集體思辨，透過課堂隨機問答，引導學生建立健康的心態調控，舒緩因不確定感帶來的躁動與心理真空。 組織「感恩與告別」小組互動討論，引導學生口頭對老師、家長或同儕表達感謝，並透過正式的告別與祝福儀式，為國中生涯劃下圓滿句點。	課堂即席問答應答表現、團體暖身活動之參與度、學習單	自編教材

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。