

新北市 萬里 國民中學 114 學年度 九年級第1 學期部定課程計畫 設計者： 蔣葳葳

一、 課程類別：

1. 國語文 2. 英語文 3. 健康與體育 4. 數學 5. 社會 6. 藝術 7. 自然科學 8. 科技 9. 綜合活動
 10. 閩南語文 11. 客家語文 12. 原住民族語文： 族 13. 新住民語文： 語 14. 臺灣手語

二、 課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

三、 學習節數：每週(1)節，實施(18)週，共(18)節。

四、 課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<p><input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題</p>	<p>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。</p>

<ul style="list-style-type: none"> □A3 規劃執行與創新應變 □B1 符號運用與溝通表達 ■B2 科技資訊與媒體素養 □B3 藝術涵養與美感素養 □C1 道德實踐與公民意識 □C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解 	<p>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。</p> <p>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。</p>
---	--

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

輔導	
第五主題 晉級的國中生	第六主題 生涯尋寶趣

六、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
第一週 09/01~09/05	d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略資源，促進心理健康。	Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	【主題五：超前部屬】 單元一：打一手國三好牌 一、準備活動： 1.寫下過去生活中後悔的事 2.寫下國三中活的目標 3.寫下給自己一段鼓勵的話 二、發展活動 1.將學習單折成御守形狀 2.裝飾御守 三、綜合活動 1.由教師將御守收回，待畢業前夕發回	1	信紙	小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。	高層次評量、口語評量	生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。	09/01開學日
第二週 09/08~09/12	d-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。	Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	【主題五：超前部屬】 單元一：打一手國三好牌 一、準備活動 1.小組討論：「你對國三的印象是什麼？」便利貼分類活動 二、發展活動	1	便利貼、簡報	小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實	高層次評量、口語評量	生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及	

			<p>1.簡報方式說明整學習課程安排及學年重大事件</p> <p>2.補充學習、時間安排及生活變化</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.寫下對國三的期待與困擾</p> <p>2.全班分享回饋</p>			<p>作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。</p>		<p>執行的能力。</p>
<p>第三週 09/15~09/19</p>	<p>d-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>Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度培養。</p>	<p>【主題五：超前部屬】</p> <p>單元一：打一手國三好牌</p> <p>一、準備活動：壓力象限圖</p> <p>1.透過象限圖個人標註自己現在壓力狀態</p> <p>二、發展活動</p> <p>1.壓力溫度計</p> <p>2.教師擠解壓力類息與影響</p> <p>3.分組討論全班壓力類型</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.製作我的壓力地圖</p>	1	<p>黑板、學習單</p>	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>

						發展學生的生活應用與問題解決能力。			
<p>第四週 09/22~09/26</p>	<p>d-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>Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度培養。</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元一：打一手國三好牌 一、準備活動 1.分組上台寫紓壓方法 2.寫出越多答案者分數越高 二、發展活動 1.設計個人壓力調適計畫 三、綜合活動 1.上傳至因材網平台 2.回家作業紀錄一周情緒經驗</p>	1	黑板、線上學習單	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。</p>	高層次評量、口語評量	<p>生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	
<p>第五週</p>	<p>d-IV-1 覺察個人的心理困</p>	<p>Da-IV-2 情緒與壓力的成因、</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元一：打一手國三好牌</p>	1	小卡片、裝飾貼紙	<p>小組討論、書</p>	高層次評量、口語評量	<p>生涯規畫教育】涯 J6</p>	

<p>09/29~10/03</p>	<p>擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。</p>	<p>影響與調適。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。</p>	<p>一、準備活動 1.分享一周摘錄 二、發展活動 1.介紹情緒 abc 理論 2.情境演練 三、綜合活動 1.製作正向語錄小卡</p>			<p>寫、培養情意，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。</p>		<p>建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	
<p>第六週 10/06~10/10</p>	<p>d-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>Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p>	<p>主題五：超前部屬】 單元一：打一手國三好牌 一、準備活動 1.寫下遇到壓力情境時會求助的對象 2.全班統計 二、發展活動 1.介紹校內外協助資源，案例討論處理困擾的方式</p>	<p>1</p>	<p>學習單</p>	<p>小組討論、書寫、培養情意，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	<p>10/06中秋節 110/10雙十節</p>

			<p>2.寫下自己可能會使用哪幾項資源為何？</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 製作「我的支持網絡圖」</p>			<p>等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。</p>		
<p>第七週 10/13~10/17</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。</p>	<p>性向測驗</p>	1	電腦教室	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用</p>	<p>生涯規畫教育】涯J6 建立對於未來生涯的願景。涯J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	<p>第一次段考 (10/16-10/17)</p>

						與問題解決能力。			
第八週 10/20~10/24	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-1 學習方法的運用與調整。	性向測驗	1	電腦教室	小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。		生涯規畫教育】涯J6 建立對於未來生涯的願景。涯J13 培養生涯規畫及執行的能力。	
第九週 10/27~10/31	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。輔 Bb-IV-1 學習方	主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松 一、準備活動 1.發下多元性向測驗結果 二、發展活動	1	簡報、生涯手冊	小組討論、書寫、培養情意理解，		生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯	

	法，養成自主學習與自我管理的能力。	法的 運用與調整。	1.解釋性向測驗結果 三、綜合活動 1.書寫生涯手冊			透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。		的願景。生涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。	
第十週 11/03~11/07	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-1 學習方法的 運用與調整。	主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松 一、準備活動 1.我對會考的想法是..? 二、發展活動 1.教師解釋會考重要性及大免選填概念 2.透過 kahoot 確認學生針對大免了解程度 三、綜合活動 1.製作我的考生宣言，張貼於學習檔案封面	1	KAHOOT	小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自	高層次評量、口語評量	生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。生涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。	

						參與合作，學生生活應用問題解決能力。			
第十一週 11/10~11/1 4	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-1 學習方法的運用與調整。	【主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松 一、準備活動 1. 填寫「學習習慣自評量表」統計結果與小組互比較 二、發展活動 1. 小組討論學風格的不同 2. 教師介紹學習風格 三、綜合活動 1. 統整課程 2. 預告下次課程內容	1	學習單、簡報	小組討論、書寫、培養情意，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用問題解決能力。	高層次評量、口語評量	生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。	

<p>第十二週 11/17~11/21 1</p>	<p>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。</p>	<p>輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松 一、準備活動 1.你平常如何準備考試？最有效的方法是什麼？ 二、發展活動 1.教師說明各類學習策略（如摘要法、費曼技巧、番茄鐘等） 2.自選一項策略及一個科目寫筆記 三、綜合活動 1.上傳至因材網</p>	<p>1</p>	<p>簡報</p>	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	
<p>第十三週 11/24~11/28 8</p>	<p>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。</p>	<p>Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松 一、準備活動 1.你平常如何準備考試？最有效的方法是什麼？ 二、發展活動</p>	<p>1</p>	<p>簡報、線上教材</p>	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及</p>	

			<p>1. 教師說明各類學習策略（如摘要法、費曼技巧、番茄鐘等）</p> <p>2. 自選一項策略及一個科目寫筆記</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 上傳至因材網</p>			<p>思與成 果分享 等學習 方式， 強調自 主參與 合作學 習，發 展學生 生活應 用問題 解決能 力。</p>		<p>執行的能力。</p>	
<p>第十四週 12/01~12/05</p>	<p>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。</p>	<p>Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松</p> <p>一、準備活動</p> <p>1. 播放引導短片：學習遇挫怎麼辦？分享最近一次「卡關」經驗</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 教師引導 SWOT 分析（優勢、劣勢、機會、威脅）</p> <p>2. 小組討論如何調整方法</p>	<p>1</p>	<p>簡報、學習單</p>	<p>小組討論、書寫、培養情意，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】涯J6 建立對於未來生涯的願景。涯J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	<p>第二次段考 (12/02-12/03)</p>

			<p>三、綜合活動</p> <p>1. 完成「我的學習調整單」，明確訂下下次的調整方向與實踐行動</p>			<p>生的生活應用與問題解決能力。</p>			
<p>第十五週 12/08~12/1 2</p>	<p>2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重事務。</p>	<p>Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松</p> <p>一、準備活動 1.KAHOOT 二、發展活動 1.介紹學制 三、綜合活動 1.書寫學習單</p>	1	KAHOOT、影片	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調自主參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	

<p>第十六週 12/15~12/19</p>	<p>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。</p>	<p>Bb-IV-2 學習資源探與資源整合運用。</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松 一、準備活動 1.KAHOOT 二、發展活動 1.介紹學制 三、綜合活動 1.書寫學習單</p>	<p>1</p>	<p>KAHOOT、影片</p>	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反思與成果分享等學習方式，強調參與合作學習，發展學生的生活應用與問題解決能力。</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。</p>	
<p>第十七週 12/22~12/26</p>	<p>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。</p>	<p>Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。</p>	<p>【主題五：超前部屬】 單元二：升學馬拉松 一、準備活動 1.回憶7年級的生活 二、發展活動 1.回應7年級的提問 2.給予學弟妹建議 三、綜合活動</p>	<p>1</p>	<p>風鈴材料包</p>	<p>小組討論、書寫、培養情意理解，透過觀察、討論、實作、反</p>	<p>高層次評量、口語評量</p>	<p>生涯規畫教育】涯 J6 建立對於未來生涯的願景。涯 J13 培養生涯規</p>	

			1.製作風鈴			成與分 享學 習， 強 調 自 主 參 與 學 習， 發 展 的 學 生 生 活 應 用 問 題 解 決 能 力。		畫及執行的 能力。	
第十八週 12/29-01/0 2	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。	Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	統整主題四、主題五	1		小組討 論、書 寫、培 養情 意， 透 過 觀 察、 討 論、 實 作、 反 思 與 成 分 享 學 習， 強 調 自 主 參 與 學 習， 發 展	高層次評量、 口語評量	生涯規畫教 育】涯 J6 建立對於未 來生涯的願 景。涯 J13 培養生涯規 畫及執行的 能力。	

						生的生活應用與問題解決能力。			
--	--	--	--	--	--	----------------	--	--	--

一、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

■否，全學年都沒有(以下免填)。

□有，部分班級，實施的班級為：_____。

□有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。