

臺北市立北投國中 108 學年度第 1 學期八年級輔導活動科教學計畫

壹、課程目標：

依據部頒課程標準之規定及青少年階段之發展任務，輔導活動課程為生活、學習、生涯三大主軸內容。八年級學生主要探討人際、網路使用、情緒和生涯預備等課題討論，故本學期以此等課題為課程主軸，期望學生能有良好的校園生活。

貳、教學目標：

- 一、協助學生瞭解人際關係的重要性，並學習有效的人際互動技巧。
- 二、協助學生檢視個人的網路行為，並培養合宜的網路交友模式。
- 三、協助學生自我探索，覺察個人的情緒狀態，並學習合宜的情緒表達方式。
- 四、協助學生培養資訊蒐集能力，瞭解職業世界與個人生涯發展的關聯性。

參、課程設計：

主題一 友誼萬歲

主題二 網路交友停看聽

主題三 心靈即時通

主題四 工作大未來

主題五 我的超能力

肆、教材內容：

- 一、綜合活動第三冊 2 上（翰林版）。
- 二、綜合活動領域（輔導活動）自編教材、講義、學習單。
- 三、配合時事、生活素材之資料。
- 四、課程相關 DVD、套書等輔助媒體。

伍、教學評鑑：

- 一、平時評量：作業繳交、學習態度與課程參與度(60%)。
- 二、定期評量：期中評量、期末評量(各 20%)。

臺北市立北投國民中學 108 學年度第 1 學期
綜合活動領域（輔導活動）學習領域 八 年級課程進度暨活動設計內涵分析表

週次	課程單元	實施時間	單元目標	活動設計	能力指標	評量方式	融入議題
第一週	認識輔導工作	1 節	本學期課程介紹	課程介紹			
第二週	友誼萬歲	2 節	1. 藉由分享與討論，澄清「朋友」的定義，並整理個人對「朋友」的看法及交友之道。 2. 瞭解朋友對個人的重要性，檢視自己的交友觀。	朋友你和我	2-4-2	態度評定 口頭發表 文字發表	人權
第三週				我的交友觀			
第四週	網路交友停看聽	3 節	1. 學習面對網路霸凌時可採取的自我保護措施及對受害者可提供的協助。 2. 分析網路交友的特性。 3. 探討網路交友隱藏的危險，並提出自我保護策略。	看我七十二變	1-4-1 4-4-1	口頭發表 文字發表 實作評量	資訊 人權
第五週				如果天空不下雨+網路安全守則			
第六週				e 霸凌，傷很大			
第七週	心靈即時通	4 節	1. 加強對情緒名詞的辨識與表達。 2. 覺察情緒在個人生活中所造成的影響。 3. 分析想法對情緒的影響，學習理性的情緒抒解方式。	情緒補給包	1-4-4 2-4-4	口頭發表 實作評量 體驗活動 態度評定 文字發表	生命教育
第八週				情緒處方箋			
第九週				禪繞畫			
第十週				情緒轉轉彎			
第十一週	彈性課程	1 節		擴充課程或班輔議題			
第十二週	工作大未來	3 節	1. 初步探索並認識職業世界的類型及其內涵。 2. 學習如何職業訪談及	職業萬花筒	1-4-4 2-4-4	口頭發表 文字發表 內省	生命
第十三週				職業大考驗			

第十四週			製作訪談報告。	職業試探作業說明			
第十五週	彈性課程	1 節		擴充課程或班輔議題			
第十六週	我的超能力	3 節	1. 引起學生對優勢特質的關注評估、確認自己的優勢特質。 2. 覺察自己曾經歷過的困境 3. 學習運用優勢特質化危機為轉機 4. 嘗試發揮優勢特質實現自己的短期目標。	我的內在英雄 1	1-4-1 2-4-6	口頭發表 文字發表 小組作業	生涯
第十七週				我的內在英雄 2			
第十八週				英雄逆轉勝 1			
第十九週				英雄逆轉勝 2			
第二十週	期末課程檢討	1 節					

臺北市立北投國中 108 學年度第 2 學期八年級輔導活動科教學計畫

貳、課程目標：

依據部頒課程標準之規定及青少年階段之發展任務，輔導活動課程之學習主軸為生活、學習、生涯三大主軸內容，本校八下的課程主題為生涯與人際溝通。在生涯主題課程的學習，主要在探索職業世界以做為未來生涯規劃之參考，並透過生涯卡與性向測驗探索個人的興趣、能力、價值觀所適合發展的方向；另安排技職教育概念課程讓學生瞭解技職教育之職群屬性，為未來的升學規劃做準備。在生活主題課程的學習，透過課程活動，體驗與學習人際溝通技巧、培養尊重多元文化之素養。期望此課程之規劃與安排，讓學生能對其個人之性向、職業/生涯選擇、人際關係等有良好的學習與實踐。

伍、教學目標：

- 一、協助學生認識職業世界，了解職業與個人生涯發展的關聯性。
- 二、協助學生自我探索，了解個人的性向與適合發展方向。
- 三、協助學生學習人際溝通技巧、培養多元文化之素養。

陸、課程設計：

- 主題一 我的生涯密碼
- 主題二 職業試探
- 主題三 適性化職涯性向測驗
- 主題四 技職群科大觀園
- 主題五 性別放大鏡

柒、教材內容：

- 一、綜合活動第四冊 2 下（翰林版）。
- 二、適性化職涯性向測驗。
- 三、綜合活動領域（輔導活動）自編教材、PPT、講義、學習單。
- 四、與單元主題相關之 DVD、短片等多媒體教材及補充資料。

伍、教學評鑑：

- 一、平時評量：作業繳交、學習態度與課程參與度（60%）。
- 二、定期評量：
 1. 定期評量一：生涯人物專訪報告（20%）
 2. 定期評量二：「我的生涯密碼」主題課程學習成果（20%）

臺北市立北投國民中學 108 學年度第 2 學期
綜合活動領域（輔導活動）學習領域 八 年級課程進度暨活動設計內涵分析表

週次	課程單元	實施時間	單元目標	活動設計	能力指標	評量方式	融入議題
第一週	課程介紹	1 節	1. 教學進度與評量方式說明 2. 寒假作業繳交	1. 課程介紹 2. 評量方式說明 3. 寒假作業檢討			
第二週	職涯初探	1 節	認識不同類型工作內容。	生涯人物專訪作業自評 人物專訪感謝活動	生涯 2-2-3	文字發表	生涯
第三週	我的生涯密碼	4 節	1. 瞭解進行生涯決定時，自身條件應考慮的向度。 2. 瞭解自己的興趣、能力及價值觀所適合發展的方向	我的 TOP10 價值觀	1-4-2 3-4-2 生命 1-4-2	實作評量 文字發表	生涯 生命
第四週				我的 TOP10 職業憧憬			
第五週				我的 TOP10 能力強項			
第六週				我的生涯整合地圖			
第七週	適性化職涯性向測驗（一）	2 節	完成線上性向測驗。	線上性向測驗(上)	生涯 2-3-2	實作評量	生涯 資訊
第八週				線上性向測驗(下)			
第九週	生涯領航儀表版	1 節	完成生涯領航儀表版八年級內容。	線上生涯資料填寫	4-3-3		
第十週	彈性課程	1 節		擴充課程或班輔議題			
第十一週	技職群科大觀園	4 節	1. 認識技職教育的教育方向。 2. 認識職群及其所屬科別與學習內容。	職群配對	1-4-1	實作評量 小組 作業	生涯
第十二週				群科與我 1			
第十三週				群科與我 2			
第十四週				我的職群檢核表			
第十五週	彈性課程	1 節		擴充課程或班輔議題			
第十六週	適性化職涯性向測驗（二）	1 節	了解自己的性向所適合發展的方向。	性向測驗結果解釋	生涯 2-3-2	口頭發表	生涯

第十七週	性別放大鏡	2 節	1. 覺察生活中的性別刻板印象。	性別放大鏡 1	性別 1-2-1 1-2-2	口頭發表 分組討論	性別
第十八週			2. 在生活中實踐尊重性別的個別差異。	性別放大鏡 2			
第十九週	生涯檔案彙整	1 節	完成八年級生涯檔案彙整。	生涯檔案彙整	2-4-1	檔案評量	生涯
第二十週	期末回顧課程統整	1 節	期末回顧課程統整	期末回顧課程統整			