新北市___國民中學115學年度__年級第 1學期校訂課程計畫 設計者:____仇德真_____

1、 **課程類別:**(請勾選並於所勾選類別後填寫課程名稱)

1.■統整性主題/專題/議題探究課程：_____友善家園___ 2.□社團活動與技藝課程：_____

3.□特殊需求領域課程：_____ 4.□其他類課程:_____

2、 課程精進:(本學年新創課程免填)

各學年課程計畫審閱意見(可填列校內課發會、外部專家及本局審閱意見)		**本學年課程精進內容**
112學年		持續符合新課綱精神
113學年	1.每週2節，共44節課 2.學習目標皆有符合新課綱 3.課程融入議題，只融入生命教育。建議增加安全或戶外教育" (初審建議尚未修正，議題融入仍只有生命教育)	
114學年	1.學習目標皆有符合新課綱精神 2.准予備查	
115學年		

✍上述表格自**113**學年度起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☆本局審閱意見請至**新北市國中小課程計畫備查資源網下載**。

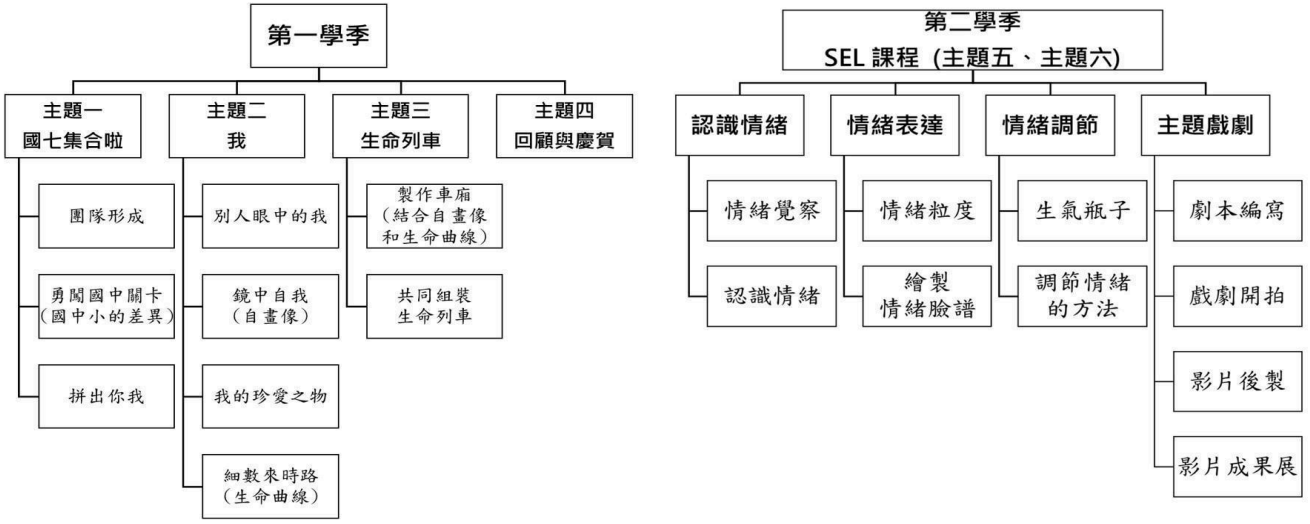
⊙當學年課程計畫初、複審後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及精進內容。

3、 **學習節數:**每週(**2**)節，實施(**21**)週，共(**42**)節。

4、 **課程內涵:**

總綱核心素養	**學習目標**
■ A1身心素質與自我精進 □ A2系統思考與解決問題 □ 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	一、能透過認識自我的課程安排，達成省思自我價值、開發自我潛能的目標，以展現身心素質與自我精進的素養。 二、能透過視覺藝術創作，達成自我生命價值之探索與表達、理解與接納多元觀點等目標，以展現藝術涵養與美感素養。 三、能透過團體動力與小組討論活動的方式，培養學生適切表達自己的意見與感受，學習運用同理心及合宜的溝通技巧，達成促進良好人際互動的目標，以展現良好人際關係與團隊合作的素養。 四、能透過SEL課程，帶領學生認識情緒、覺察情緒，進而學習調節情緒，達成與自己和他人更友善、健康地溝通和互動，以展現身心素質與自我精進的素養。

5、 **課程架構:(本部分務必填寫，不可刪除。若有跨年段延續課程，請務必一起呈現，並標註當年級部份。)**



6、 課程融入議題情形:

勾選注意事項, 請仔細閱讀。

(1) 安全教育(交通安全)、戶外教育及性別平等教育為教育部每年檢視重點, 各學年請至少規劃融入2項為原則。

(2) 融入議題於當週素養導向教學規劃的學習重點中, 一定要摘錄議題的實質內涵。

(3) 每一融入議題須規劃全學年至少4節課(亦即, 上下學期各至少2節課)的深化課程內容, 撰寫於當週單元/主題名稱與活動內容欄位要有融入課程引導說明。

(4) 總體課程架構中, 應載明前開任一議題融入彈性學習課程之實施年級及每學期實施節數(上下學期各至少2節課), 並敘明議題融入之單元/主題名稱、實施節數及教學重點, 且非以班級會自治活動、班級輔導、全校性活動、社團等宣導活動, 或提供部分學生選習之課程形式辦理。

1. **是否融入安全教育(交通安全):□是(第____週) ■否**
2. **是否融入戶外教育:■是(第__9~10__週) □否**
3. **是否融入性別平等教育:■是(第__4~5__週) □否**
4. 其他議題融入情形(有的請打勾):□性別平等、□人權、□環境、□海洋、□品德、□法治、□科技、□資訊、□能源、□防災、

□家庭教育、 ■生涯規劃、□多元文化、□閱讀素養、□國際教育、□原住民族教育

7、 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							
呈現週次 **第一週**	1.能體認人際互動和溝通的重要性, 學習正向的人際溝通技巧。	1.人際溝通與衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 2.班級團隊中的角色與	主題一:國七集合啦 〈課程一〉團隊形成 **一、團體動力** 透過團體動力的遊戲, 讓剛升上國中還彼此不熟悉的同學們破冰。 1.點數字遊戲:白紙上印有散亂的1到65數字, 小組要在時限	2	教學資源 (1)遊戲道具:學習單、橡皮筋、紙杯、計時器。 (2)活動回饋與省思單。	分組合作學習	1.學生自評(活動省思單) 2.合作能力 3.參與態度	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 【品德教育】 品J1 溝通合作與和諧	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1、 協同科目: _____ 2、 協同節數: _____

	2.能表達參與團體活動時的感受，並覺察自己在團隊中扮演的角色。	溝通互動模式。	內一起用手指在紙上點出並說出數字。 2.拉拉move遊戲：小組必須合力用手指撐開一條橡皮筋，並用這條橡皮筋把堆疊的紙杯一個一個移到另一堆。 **二、小組討論與省思：** 回憶並說出在遊戲過程中，自己如何與組員溝通與互動，以及覺察自己在團隊活動中扮演的角色。 **三、老師回饋與結語：** 1.引導孩子瞭解什麼是「團隊」，以及團隊中不同角色的功能、貢獻、合作模式。 2.班級是一個大團隊，七年級新生可思索自己即將在班級團隊中扮演的角色。					人際關係。	
第二週	1.能觀察並寫出不同成長階段的差異。 2.能運用問題解決策略，處	1.國中與國小在學習內容和態度、學校制度、作息與生活等各種差異。	主題一：國七集合啦 〈課程二〉勇闖國中關卡 **一、國中與國小的差異** (一)以九宮格方式寫下觀察到國中與國小的差異。 (二)讓同學互相分享答案。	2	教學資源 九宮格學習單、課程回饋與省思單。	分組合作學習	1.學生自評(活動省思單) 2.合作能力 3.參與態度	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 【生命教育】 生J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	理生活適應問題，並克服生活逆境。	2.國小升國中可能面臨到的難題、不適應問題或困境。 3.面對國中生活遇到的難題、不適應問題或困境，可以有哪些解決方式。	(三)蒐集最多人共同寫到的答案，並寫到黑板上。 **二、主題討論** (一)老師提供幾個剛升上國中會遇到的難題或不適應的問題，諸如:學習態度與目標、日常作息、人際互動等，請各組討論解決方法。 (二)小組上台分享答案。 (三)老師統整各組的答案，並進行結論。 **三、回饋與省思** (一)老師帶領學生對今天的活動進行回饋與省思。 (二)老師提醒學生，剛升上國中會面臨到各方面的不適應是正常的，但可以尋找哪些合適的解決方法。					息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第三週	1.能參與團體活動，並與他人有良好的溝通和互動。 2.能覺察與統整個	1.透過「魔鏡」桌遊更瞭解自我特質，並進一步欣賞自己。	主題一:國七集合啦 〈課程三〉拼出你我 第三週，學生差不多認識彼此了，接下來則透過課程與活動讓國中的孩子更深入瞭解自己與同儕的特質。	2	教學資源 「魔鏡」桌遊、生涯檔案、九宮格學習單、課程回饋與省思單。	分組合作學習	1.活動學習單 2.參與態度	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的	

	人的資料與特質。	2.自我特質與生涯的探索方法、經驗與態度。	**一、「魔鏡」桌遊** 透過「魔鏡」桌遊，讓同學初步認識彼此的特質與興趣。 **二、拼出你我** (一)寫生涯檔案中的「拼出自我」單元。 (二)拿著「拼出自我」學習單和「九宮格」學習單，找到與自己有相同點(個性、特質、興趣、專長能力……)的同學，並請同學在「九宮格」學習單上簽名。 **三、回饋與省思** 老師帶領學生對今天的活動進行回饋與省思。					能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
第四週	1.能確實觀察他人的臉部五官特徵，並用文字記錄下來。	1.生命主題的視覺設計創作。 2.以文字和繪畫表達對	主題二：我 前幾週初步認識了自己與同學的特質、個性、興趣等，接下來會更深入並聚焦在自我認知、自我形象和自我生命歷程的探索。 〈課程一〉別人眼中的我	2	教學資源 觀察紀錄單、圖畫紙、鉛筆、色筆。	觀察技巧	1.觀察紀錄單 2.畫作 3.參與態度 4.口語評量	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 性別平等教育	

	2.能應用藝術知能，完成繪畫創作，並傳達意義與內涵。 3.能理解與接納別人對自己的描繪，也能真誠表達自己的想法與感受。	他人的觀察與感受。	**一、觀察對方的外表特徵** 兩兩一組，請同學仔細觀察對方的外表特徵並記錄下來，諸如臉型、髮型與髮色、五官、膚色等，以及給人的感受，如嚴肅的、開朗的、好親近的……。 **二、互畫對方** 根據剛剛的觀察，幫對方作畫，可加入自己的詮釋，可把對方的興趣或專長畫成插圖，裝飾在空白處。 **三、猜猜這是誰** 把畫好的作品貼在黑板上，讓大家猜畫的是誰。 **四、回饋與省思** 老師帶領學生對今天的活動進行回饋與省思。 (一)分享自己在觀察別人時的想法與感受。 (二)分享自己看到畫作的感受，以及與自己的認知相符嗎。					性 J1 接納自我與尊重他 人的性傾向、性別特質與性別認同。	

第五週	1.能觀察與覺察自己的特徵與性格，並融入自畫像中。 2.能應用藝術知能，完成繪畫創作，並傳達意義與內涵。 3.能表達、分享自己創作自畫像的歷程與感受。	1.外表的自我觀察與性格的自我覺察。 2.生命主題的視覺設計創作。 3.跟他人表達、分享自己的創作歷程與感受。	主題二：我 〈課程二〉鏡中自我 **一、觀察自己的外表特徵** 透過鏡子或是一張自己的自拍照，仔細觀察自己。 **二、自畫像** 根據自己的外表觀察、性格覺察，畫一張自畫像，空白處可添加自己的興趣、專長。 **三、分享時間** 跟同學分享自己的創作歷程與感受。	2	教學資源 觀察紀錄單、圖畫紙、鉛筆、色筆。	觀察技巧	1.觀察紀錄單 2.畫作 3.參與態度 4.口語評量	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 性別平等教育 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性別平等教育 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	

第六週	1.能回憶與思考自己目前生命中最珍愛的物品是什麼。 2.能以文字描述該珍愛之物的故事與對自己的意義。	生命歷程中重要人事物的探索與紀錄。	主題二:我 〈課程三〉我的珍愛之物 **一、珍愛之物** 從小到大，每個人都有自己最離不開的物品或珍藏的寶物，可能是一條毯子、一隻絨毛娃娃、一個機器人玩具、一個裝滿彈珠的玻璃瓶……，這個珍愛之物對自己而言代表著一段有意義的故事或難以言喻的情感。 請學生帶一件珍愛之物到學校，若已不見，可找一類似替代物。 **二、紀錄故事** 把自己珍愛之物的故事以文字記錄下來。 **三、分享與回饋** 跟同學展示並分享珍愛之物的故事。老師引導同學思考和表達該物品對自己生命的意義。	2	教學資源 故事紀錄單	學習共同體	1.故事紀錄單 2.口語評量		

第七週	1.能寫出從出生到國中階段，生命中印象深刻、值得記錄的重要人事物。 2.能覺察生命重大事件對自己的影響，並完成生命曲線圖。	1.生命經驗的自我覺察與探索。 2.生命曲線繪製。	主題二：我 〈課程四〉細數來時路(一) **一、回憶並記錄生命歷程** 回憶並以文字記錄從出生到國中七年級，生命中印象深刻、值得記錄的人事物，及其造成的影響。 **二、繪製生命曲線** 將這些值得記錄的人事物按照正負向感受，繪製成曲線圖表，代表生命中的高峰與低谷。	2	教學資源： 生命歷程紀錄單、生命曲線空白圖、鉛筆、色筆。	講述法與自我書寫	1.生命歷程紀錄單 2.生命曲線圖		
第八週	能體悟、省思生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命經歷。	1.生命經驗的自我覺察與探索。 2.生命經驗的敘說、分享與省思。	主題二：我 〈課程四〉細數來時路(二) **一、敘說生命曲線故事** 以世界咖啡館的方式讓每個人輪流到各組分享、聆聽各自的生命曲線故事。 各組要蒐集並記錄聽到的故事。 ★老師需提醒學生，分享時盡量採匿名方式，避開人物姓名。也尊重同學分享的意願。	2	教學資源 生命曲線單、海報、色筆	世界咖啡館	1.口語評量 2.參與態度	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 【生命教育】 生J2 探討完整的人的各個面向，包括境遇與嚮往，理解人的主體能動性。	

			二、老師統整與引導 (一)引導學生特別看見自己的高峰與低谷經驗是和什麼有關的事(家庭？朋友？課業？情感？生死？)；瞭解什麼事情特別會影響自己的情緒。 (二)引導學生思考可以如何創造多一些高峰經驗，如何走過、面對低谷經驗。					生J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。	
第九週	能應用藝術知能、多元媒材與技法，完成藝術創作，以傳達意義與內涵，及表達對生命價值的觀點。	生命主題的視覺設計創作。	主題三：生命列車(一) 班級就像是一列行進中的火車，承載著每個人過去的生命經歷，如今相聚此刻，一同前往某個目的地。 將前幾週的自畫像作品與生命曲線結合、重製在一張圖畫紙上，繪製成車廂(一位同學一個車廂)。	2	教學資源： 自畫像、生命曲線單、圖畫紙、色筆、色紙、彩線。	學習共同體	實作評量：車廂創作	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 戶外教育 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。	

第十週	能應用藝術知能、多元媒材與技法，完成藝術創作，以傳達意義與內涵，及表達對生命價值的觀點。	生命主題的視覺設計創作。	主題三：生命列車(二) 將每位學生繪製好的火車車廂串聯起來，加上火車頭、軌道等，成為一幅藝術創作。學生共同將這幅創作貼到教室外的公布牆。	2	教學資源：全開各色書面紙、膠帶、色筆、色紙、彩線、博士膜。	學習共同體	實作評量：班級的生命列車	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 戶外教育 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。	
秋假									
第十一週	1.能體會並統整參與團體活動的歷程與感受。 2.能以客觀、正向態度表達與慶賀自己的成長經驗。	1.課程活動的反思與多元能力的展現。 2.客觀、正向評價自我與同儕的成長。 3.感恩練習。	主題四：回顧與慶賀(一) **一、第一學季學習回顧** (一)引導學生回顧印象最深刻的課程內容與活動。 (二)與組員分享。 (三)給自己上學季的參與表現與各項能力進行評分與回饋(運用google表單)。 (四)老師帶領學生練習對彼此互評與正向回饋。 **二、圍圈慶賀**	2	教學資源：電腦簡報、google表單(自評表、互評表)、便利貼、海報紙、色筆。	班級圍圈	1.學生自評 2.學生互評 3.參與觀察 4.口語評量	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 【品德教育】 品J7 同理分享與多元接納。 品J9 知行合一與自我反省。	

	3.能看見團隊中他人的付出與貢獻，並表達對他人的感謝。		(一)每人寫下至少一項成長最多的事情或能力。以及這學季要感謝的人事物。 (二)全班圍圈並進行分享。 (三)練習給別人慶賀。						
第十二週	1.能表達與分享生活經驗與感受。 2.培養主動積極的學習態度，養成訂定計畫、自主學習與管理的能力。	1.自主學習意義的探究與終身學習態度的培養。 2.學習規劃與方法的運用與調整。	主題四：回顧與慶賀(二) **一、秋假回顧與分享** (一)以圍圈方式與同學分享秋假的學習與生活。 (二)老師引導學生思考秋假的意義，及其與學習的關係。 **二、訂定新學季的目標** (一)寫下新學季在學習、生活、人際等層面的期許和目標。 (二)上台分享。 **三、慶賀新學季的展開** 老師說明新學季的課程目標與規劃，並帶領學生慶賀新學季的展開。	2	教學資源：便利貼、海報、色筆	班級圍圈	1.參與態度 2.口語評量	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	
第十三週	能敏銳地覺察並自在表達自	情緒相關知識與理論的學習	主題五：SEL~認識情緒 **一、情緒覺察**	2	教學資源：便利貼、情緒象限海報、學習單	學習共同體	1.參與態度 2.學習單	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	

	己的情緒和感受。		請學生先將今日的情緒寫在便利貼上，然後請學生分辨這樣的情緒是正向的或負向的，是強烈的或平穩的。接著，將便利貼貼在畫有象限的海報上。 **二、認識情緒** 教師講解情緒的來源、生理機制、正面與負面功用，以及情緒產生時，可能有各種生理反應。						
第十四週	1.能以多元且豐富的詞彙表達情緒，增加情緒粒度。 2.能以圖像方式表達情緒，並傳達和情緒相關的訊息。	情緒相關知識與理論的學習	主題五：SEL~情緒表達 **一、情緒粒度** (一)請學生從過往的生活經驗中分享當負面或激烈情緒產生時，自己會有什麼舉動，會如何表達。 (二)老師講解什麼是「情緒粒度」及其功用。 **二、繪製情緒臉譜** 讓學生繪製專屬自己的情緒臉譜。	2	教學資源：學習單、圖畫紙、色筆	學習共同體	實作作品：情緒臉譜	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 【品德教育】 品J7 同理分享與多元接納。	
第十五週	1.能敏銳地覺察並自在表達自己的情	健康調節情緒之方法的學習	主題五：SEL~情緒調節 **一、生氣瓶子**	2	教學資源：學習單		1.學習單 2.參與態度	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	

	緒和感受。 2.能運用問題解決策略或情緒調節方法，處理情緒問題。		請學生在「生氣瓶子」學習單上表達哪些人事物會引起自己的激烈負向情緒，及其激烈程度。 **二、如何調節激烈負向情緒** (一)分組討論 請學生先討論有哪些調節激烈負向情緒的方法，然後上台報告。 (二)老師教學 老師跟學生介紹調節情緒的方法：各種深呼吸方式、放鬆肌肉的方式、正念……。						
第十六週	能參與團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	戲劇演出的團隊組織與架構、基礎設計和製作。	主題六：SEL主題戲劇 **一、活動說明** 接下來幾週，讓學生依照主題編寫劇本，劇情須包括老師指定的情緒，最後和組員一同完成10分鐘的戲劇影片。 (一)主題情境：家庭、夢想、班級、感情、友誼等主題，並設定簡單的情境線索，例如：孩子有想打棒球的夢想但家長不允許，因而發生衝突。 (二)情緒設定：憤怒、悲傷、嫉妒、興奮、甜蜜、曖昧……。	2	教學資源：課程簡報、小組分工表	分組合作學習	1.學習單 2.口語評量 3.參與態度	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	

			二、分組與分工 學生進行分組，並抽籤決定主題情境。接著，進行組內分工與工作規劃。						
第十七週	能理解表演的形式、文本與表現技巧，並創作發表。	戲劇角色建立與戲劇文本創作。	主題六:SEL主題戲劇 **劇本編寫** 小組討論並編寫劇本。 1.劇情編寫和角色安排。 2.場景和道具安排。	2	教學資源: 分鏡表	分組合作學習	實作評量:劇本	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	
第十八週	能理解表演的形式、文本與表現技巧，並創作發表。	戲劇角色建立與戲劇文本創作。	主題六:SEL主題戲劇 **完成劇本/與老師討論** 1.小組討論並編寫劇本。 2.完成劇本初稿後，與老師討論。 3.劇本檢核和修改完成後，可準備著手開拍。	2	教學資源: 分鏡表	分組合作學習	1.實作評量:劇本 2.參與態度	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	
第十九週	1.能使用視覺元素與想像力，豐富創作主題。 2.能結合不同的媒材，以表	戲劇展演:人聲、動作與空間元素和表現形式。	主題六:SEL主題戲劇 **戲劇開拍** 各組依劇本安排開始演戲，並使用平板進行拍攝。	2	教學資源: 戲劇道具、平板	分組合作學習	1.參與態度 2.教師觀察	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	

	演的形式表達想法。 3.能參與表演藝術活動，並表達、演繹情感。								
第二十週	能結合科技媒體傳達訊息，展現多元表演形式的作品。 能運用適當的語彙，明確表達、解析及評價自己與他人的作品。	影片製作、媒體應用、電腦與行動裝置相關應用程式。 表演形式賞析、表演文本賞析。	主題六:SEL主題戲劇 **影片後製** 拍完影片後，進行剪接、上字幕、配樂等後製。 **影片成果展** 1.欣賞各組的影片 2.學生票選最佳影片 3.小組自評與互相回饋 4.老師帶領學生進行影片的討論與省思。	2	教學資源: 電腦、平板、簡報、自評表和互評表、回饋表	分組合作學習	實作評量: 影片成果 1.學生自評 2.學生互評 3.口語評量片	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會 【品德教育】 品J7 同理分享與多元接納。	
第二十一週	1.能體會並統整參與團體活動的歷程與感受。	1.課程活動的反思與多元能力的展現。	**一、第二學季學習回顧** (一)引導學生回顧印象最深刻的課程內容與活動。	2	教學資源: 電腦簡報、google表單(自評表、互	班級圍圈	1.學生自評 2.學生互評 3.參與觀察 4.口語評量	□關懷自然 ■關懷人我 □關懷社會	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) (5) 協同科目: ＿＿＿＿

	2.能以客觀、正向態度表達與慶賀自己的成長經驗。 3.能看見團隊中他人的付出與貢獻，並表達對他人的感謝。	2.客觀、正向評價自我與同儕的成長。 3.感恩練習。	(二)與組員分享。 (三)給自己這學季的參與表現與各項能力進行評分與回饋(運用google表單)。 (四)老師帶領學生練習對彼此互評與正向回饋。 **二、圍圈慶賀** (一)每人寫下至少一項成長最多的事情或能力。以及這學季要感謝的人事物。 (二)全班圍圈並進行分享。 (三)練習給別人慶賀。		評表)、便利貼、海報紙、色筆。				(6) 協同節數: _____

8、 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
		□簡報 □印刷品 □影音光碟 □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。