新北市坪林實驗國民中學115學年度九年級第1學期校訂課程計畫 設計者:林學正、田盈挺

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：友善家園你和我 **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		1. 本次課程計畫將以1-2週為一主題呈現，並呈現不同的教學內容。 2.注意學習表演與學習內容用詞，以利明確表達課程規劃。
113學年	複審-修正後准予備查 1.素養導向教學教學期程規劃以1-2週(每週二節)呈現，但每週不同的活動內容、教學進度，其學習重點(學習表現.學習內容)、教學資源/學習策略及評量方式會有差異，建議教學期程宜以週別規畫呈現。 2.學習表現與學習內容混淆~學習重點的學習表現(動詞為主)和學習內容(名詞，可指學習的素材)，學習內容應列舉當週課程可習得的內容，現有學習重點的內容，請修正。 3.融入議題應依課程需求調整，請統整融入於學習重點(學習表現和學習內容)裡	
114學年	複審-修正後准予備查 1.素養導向教學教學期程規劃以1-2週(每週二節)呈現，但每週不同的活動內容、教學進度，其學習重點(學習表現.學習內容)、教學資源/學習策略及評量方式會有差異，建議教學期程宜以週別規畫呈現。	

	2.學習表現與學習內容混淆~學習重點的學習表現(動詞為主)和學習內容(名詞，可指學習的素材)，學習內容應列舉當週課程可習得的內容，現有學習重點的內容，請修正。 3.融入議題應依課程需求調整，請統整融入於學習重點(學習表現和學習內容)裡	
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**。

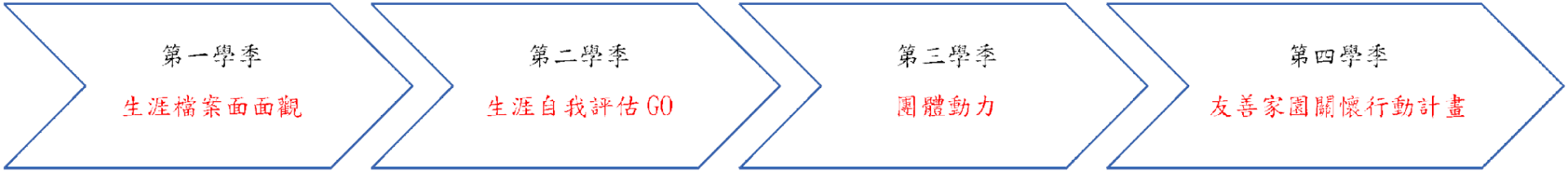
⊙當學年課程計畫初、複審後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及精進內容。

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 ■ B1符號運用與溝通表達 ■ C2人際關係與團隊合作	● 透過課程循序漸進，帶領學生探索、開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值。 ● 透過課程安排與討論，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，促進良好的人際互動，進而達到尊重、包容與欣賞他人的正向互動。 ● 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。 ● 結合各領域職業達人、畢業校友等外部資源引入，協助學生進行生涯探索。增進學生選擇未來生涯走向之經驗。

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14週) □否

3. 是否融入性別平等教育:■是(第9週) □否

4. 其他議題融入情形(有的請打勾):

□人權教育、□環境教育、□海洋教育、□科技教育、□能源教育、□家庭教育、□原住民族教育、□品德教育、□生命教育、
□法治教育、□資訊教育、□防災教育、■生涯規劃教育、□多元文化教育、□閱讀素養教育、□國際教育教育

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							
第一週	● 理解第一學季十週的主題與學習重點 ● 認識教師、建立班級互動原則與方式	● 課程地圖 ● 生涯手冊	單元:課程地圖 1. 教師講解本學季的課程地圖，並透過圍圈方式請學生分享對於課程的預測與期待。 2. 對焦師生對本學季的學習期待 請學生回顧與分享前兩年在友善家園課程中學習的軌跡與共通點	2	影音資料	班級圍圈討論	● 觀察記錄 ● 參與態度 ● 合作能力 ● 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	
第二週	● 學生能完成興趣測驗並了解其測驗結果的意義。 ● 學生能對照興趣測驗與興趣測驗結果的異同	● 興趣測驗 ● 測驗解釋	單元:興趣測驗之實施專業與解測 1. 專輔教師說明測驗的目的與施測方式 2. 引導學生了解測驗結果及對應的生涯資訊 3. 記錄在生涯檔案及生涯手冊中 4. 對照過去性向測驗的結果，進行討論	2	興趣測驗 簡報	講述法 實作 (測驗實施	● 觀察記錄 ● 參與態度	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會 生涯規劃 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第三週	● 學生能說出高職及五專的職群，覺察	● 十五職群介紹 ●	單元:認識高職及五專職群 1. 使用桌遊「有志異同」讓學生能透過遊戲、閱讀	2	有志異同桌遊 學習單	遊戲化教學 自我省思	● 觀察記錄 ● 參與態度	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	

	自我有興趣的領域。 ● 認識職群對應的相關產業，拓展對工作世界之認識。		，了解技術型高中15職及「醫護群」的學習內容、相關科別與就業產業。 2. 並思考自己喜歡與適合的群科為何,做為升學的參考。				● 出場券書寫	生涯規劃 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第四週	● 學生能清楚說出不同升學管道未來可能的發展 ● 能簡易摘要閱讀內容的重點並彼此分享	● 多元入學管道圖表 ●	單元：條條大路通羅馬 1. 專輔老師帶領學生閱讀多元入學管道之文件及圖表 2. 老師播放影片介紹不同體制的教育環境 3. 透過分組搶答的方式確認學生熟悉入學管道	2	影音資料 12年國教適性入學宣導 簡報	資料閱讀 分組討論 分組競賽與搶答	● 觀察記錄 ● 參與態度 ● 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會 生涯規劃 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。	
第**五週**	● 學生能說出影響個人生涯決定的考量因素。	● 生涯金三角 ● 12年國教適性入學宣導網站	單元：職涯起跑線-解密我的生涯金三角 1. 帶領學生檢視模擬考成績、歷屆落點分數、在校各項表現。	2	12年國教適性入學宣導 學習單	講述法 資料閱讀	● 觀察記錄 ● 參與態度 ● 出場券書寫 ● 合作能力	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會 生涯規劃	

	• 學生能覺察影響自我生涯決定的考量因素。		2. 初步選擇自己的升學進路為何。 3. 了解家人期待、環境之資訊與考量。 4. 分組討論下週提問問題					涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。	
第六週	• 能專心聆聽學長姊的分享 • 讓主動提出自己的好奇 • 聽講後能簡易說出本此講者的重點/印象深刻的收穫	• 學校資訊 • 學校影片	單元:燈火相傳 1. 邀請學長姐返校分享(邀請普通高中/綜合高中/五專/社區型高中)之學長姐返校分享高中生活 2. 透過分組提問增進學生對各項升學管道的了解 3. 學生進行個人學習省思書寫	2	校友分享	小組討論 講述與提問	• 參與態度 • 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	
第七週	• 能覺察自我的高效學習狀態與情境。 • 學生能喚起自我的高效學習狀態。	• 學習策略 • 高效學習環境要件	單元:我理想的學習環境 1. 檢視良好的學習環境有何要素。覺察自我的學習習慣。 2. 介紹高校讀書方法(番茄鐘、讀書計畫表、複讀法)	2	網路資訊 投影片	講述與提問 自我省思 小組討論	• 觀察記錄 • 參與態度 • 出場券書寫 • 合作能力	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	

	• 高效學習的策略分享。 • 說出怎樣的班級情境可以幫助他人高效學習。		3. 討論對班級環境之共同期待。						
第八週	• 能覺察自己在學習上的困境與提問。 • 能提出困惑並自我省思。 • 能將收穫分享給他人。	• 真人圖書館 • 採訪記錄 • 成果製作工具	單元:真人圖書館-家人及師長讀書策略分享 1. 邀請學生寫下對於讀書心態、學習方法、時間管理的疑惑，並將疑惑轉化為提問與好奇。 2. 對師長進行提問好奇，擬答，並追問的練習。 3. 進行訪問，並將資訊整理成投影片。 4. 同儕分享。	2	網路影片 訪談提問 平板紀錄	自我省思 採訪提問 成果展現	• 參與態度 • 訪談行動 • 成果展現	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	
第九週	• 能透過討論了解生涯選擇的潛在因素 • 能閱讀文本並摘錄出重點	(書籍資料) • 未來工作圖鑑 • 工作達人 • 2030年工作地圖	單元:職業百觀1 1. 分組討論為什麼要工作？ 2. 閱讀《我們為什麼要工作》之閱讀與文章摘要練習 3. 分組討論影響自己職業選擇選擇的因素	2	工作相關書籍 簡報 影音資料 網路資料 (104工作世界)	小組討論 講述與提問	• 觀察記錄 • 參與態度 • 合作能力 • 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會 生涯規劃 涯 J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。	

		• 我們為什麼要讀書 為什麼要工作 • 閱讀摘要學習單	4. 製作自己的職業選擇心智圖 5. 閱讀《未來工作圖鑑》之閱讀與文章摘要練習 6. 教師針對學生討論進行整理與梳理 7. 教師引導學生思考工作與自己、他人間的關係 8. 請同學們討論與分享在職場上那些工作有性別刻板印象，多加留意與省察。					涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。	
第十週	• 圍圈進行課程回顧 • 檢核學習目標是否達成	回饋表單	單元:學季圍圈與回顧 1.結合班級圍圈回顧本學季學習成果。 2. 請學生分享可能的生涯方向，以及本學期自己面對的壓力主題。 3. 帶領學生填寫課程自評表 4.秋假作業說明 (一日系列觀賞及回饋) 5.預告下學季學習方向	2	簡報	小組討論 講述與提問	• 觀察記錄 • 參與態度 • 合作能力 • 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會 性 J11 去除性別刻 板與性別偏 見的情感表達與溝通，具備與他人平 等互動的能 力。	
秋假									
第十一週	• 能了解並設定本學期學習目標內容	• 課程地圖 • 秋假作業 •	單元:學季目標設定 1. 教師講解本學季的課程地圖，並透過圍圈方	2	影音資料	班級圍圈討論	• 觀察記錄 • 參與態度 • 合作能力	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	

	• 投入課程學習		式請學生分享對於課程的預測與期待。 2. 分享個人目前面對的壓力與目標設定。 3. 省思個人可以為班級做的行動為何。 4. 分享秋假作業				• 出場券書寫		
第十二週	• 能理解高中職及五專不同的升學管道。 • 能初步規畫自己可能採行的生涯進路。 •	• 升學進路導覽	單元:升學進路有掌握 1. 教師介紹高中職的升學進路，及五專的升學進路。 2. 說明升學進路的評分依據除了會考成績外，尚有多元學習表現(均衡學習、獎懲、服務時數)、志願序等影響因子。 3. 引導同學檢核目前各項度得分。 4. 分享歷屆學長姐們採用的升學途徑。	2	投影片 網路影片	講述與提問	• 出場券書寫 • 參與態度	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	
第十三週	• 專注且投入於課堂中 • 了解技職十五群科	• 技職十五群科影片及教材 • 技職參訪學校資訊	單元:群科對對碰 1. 教師引導同學複習15群科的學科分類 2. 老師播放影片介紹不同群科的學習內容 3. 透過分組搶答的方式確認學生熟悉入學管道 4. 認識即將要去參訪的學校特色	2	影音資料 簡報	閱讀理解 分組討論	• 觀察記錄 • 參與態度 • 合作能力 • 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	

第十四週	• 能透過線上學習自主收尋資料並閱讀了解各行各業的工作生態 • 了解此項工作與友善待人的關聯	• 一日系列影片 • 簡報製作網頁 • 學生回饋表單	單元:職業百觀2 1.從秋假作業進行延伸學習，針對觀看的職業進行深入的介紹 2.從永續環境教育的觀點，探討各個職業如何落實永續發展。 3.教師引導學生閱讀資料並整理製作成簡報 4.教師引導學生思考工作與自己、他人間的關係	2	影音資料 簡報	線上自主學習	• 觀察記錄 • 參與態度 • 簡報成果	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會 生涯規劃 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。 戶 J14 理解永續發展的意義與責任，並在參與活動的過程中落實原則。	
第**十五週**	• 線上學習 • 收尋資料並閱讀了解各行各業的工作生態 • 專心聽講並提出心中的疑問	• 職人入校分享簡報 • 工作介紹的內容(104/111人力銀行)	單元:職業百觀3 1. 邀請職業達人入校分享職人入校前先針對該領域進行初步的介紹並邀請同學自行搜尋資料並設計提問問題。	2	達人分享 簡報 影音資料	小組討論講述與提問	• 觀察記錄 • 參與態度 • 合作能力 • 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會 生涯規劃 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。	

	• 思考工作與自己、他人間的關係		2. 職人入校當天，透過提問增進學生對各領域工作的了解 3. 教師引導學生思考工作與自己、他人間的關係 4. 針對今天演講的內容進行回饋與書寫					涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。	
第十六週	• 書寫生涯履歷 • 整理未來生涯定位 • 分享與傾聽彼此	• 線上資料(一份好的履歷是如何寫?) • 學習單 • Canva	單元:我的發展履歷書 1. 教師說明發展履歷的內容並引導學生進行個別書寫 2. 書寫後同學倆倆進行分享 3. 課後將發展履歷帶回家與家人討論，並邀請家長進行回饋書寫	2	學習單 (發展履歷) 簡報 影音資料	個別書寫 配對分享	• 觀察記錄 • 參與態度 • 學習單書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	
第十七週	• 抱持著開放與好奇的心傾聽他人的生命經驗。 • 覺察自我需要的協助。	• 傾聽與訪談技巧。 • 鼓勵的語言表達。 • 訪談故事。	單元:被鼓勵的經驗採訪 1. 引用名人故事理解人生中總有挫折，拉遠看生命軸線，每個階段有不同風景。 2.邀請同學訪問師長、家長、學長姐，生活中曾經受他人鼓勵的經驗。	2	投影片 真人圖書館 簡報 AI工具	講述與提問	• 成果展現 • 歷程記錄 • 學習態度	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	

	• 轉化故事為不同形式。		3. 進行訪談，並將訪談結果與AI共創成漫畫小故事。						
第十八週	• 能換位思考，說出主角感受。 • 提出因應壓力與調節負向情緒的策略	• 換位思考練習，同理他人壓力感受。 • 壓力與情緒調節策略	單元：壓力山大 1.說明壓力的種類，情緒的多樣性。壓力與情緒對決策可能的影響。 2.本學期採訪與聆聽了4位師長/學長姐/家長，各組挑選一位主角，試著寫出主角面臨的正負向壓力為何，引發什麼樣的複合情緒。 3.主角如何排解，或建議主角可以如何排解。 4. 覺察自身可能面臨的壓力，以及感受到的複合情緒為何。	2	簡報 訪談資料	講述與提問	• 成果展現 • 歷程記錄 • 學習態度	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	
第十九週	• 完成志願選填	• 志願選填要點 • 基北區高級中等學校免試入學報名作業資訊系統平臺	單元：模擬志願選填 1. 進入基北區免試入學網站，完成生涯問卷。 2. 了解志願序及落點分數，依照個人生涯規劃進行志願選填。	2	基北區高級中等學校免試入學報名作業資訊系統平臺	講述 實際操作	• 成果展現 • 歷程記錄 • 學習態度	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	

第二十週	• 參與團體活動 • 省思並說出感受	• 團體動力活動 • 換位思考	單元:團體動力 1. 理解班級中的個人可以有個人目標，但也相互影響，覺察個人角色與群體的相互作用，對他人可能造成的影響。 2. 考量個人亦考量團體，為自己做出負責任也共好的行為選擇。	2	校外講師	活動參與	• 參與投入 • 個人省思	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	
第二十一週	• 檢核學習目標是否達成 • 填寫生涯檔案 • 規劃寒假自主學習	• 課程回顧 • 生涯檔案 •	單元:學季圍圈與回顧 1. 結合班級圍圈回顧本學季學習成果 2. 帶領學生填寫生涯檔案及手冊內容 3. 討論寒假自主學習規劃 4. 預告下學季學習方向	2	簡報	小組討論 講述與提問	• 觀察記錄 • 參與態度 • 出場券書寫	□關懷自然 ☑關懷人我 □關懷社會	

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。