

新北市溪崑國民中學 114 學年度九年級第 1 學期部定課程計畫 設計者： 陳宇真

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(輔導)

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
無	無

✍ 上述表格自 113 學年度第 2 學期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。

⊙ 當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

三、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
--------	----------

<p>以主要指標為主，勿過多</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 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 	<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> <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>
---	---

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

提醒老師：

- 1.若有融入議題，一定要摘錄實質內涵，實質內涵放置於學習重點或融入議題欄位均可，但務必於「單元/主題名稱與活動內容」欄位需呈現相關議題之教學設計，否則至少會被列入「修正後通過」。
- 2.若有實施跨領域，學習重點(學習表現及學習內容)也需要同時呈現，否則至少會被列入「修正後通過」。
- 3.自編課程內容請使用紅色字，書商版本請使用黑色字

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 8/31-9/6	1d-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。 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	第 1 單元打一手國三好牌 1.能說出國三生活的重要事件，並說出晉級國三生活的合宜想法與態度。	1	1.「國三生活重要事件」及「機會、命運」字卡 2.上學年度行事曆或本學期行事曆	透過經驗分享與小組討論，察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	1 開學
第二週 9/7-9/13	1d-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	Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 Da-IV-1 正向思考模式、	第 1 單元打一手國三好牌 1.透過會考倒數計時器及書包負重的實作活動，覺察與分析壓力的來源及對身心的影響。	1	1.國三生活重要事件	透過經驗分享與小組討論，察覺生活中的壓力	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	9-10 九年級第 1 次複習考(1-2 冊/自然 1、3 冊) 11 暑假作業抽查 13 原住民族語文市賽?

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							
	進心理健康。	生活習慣與態度的培養。				並提出減壓策略。		涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。	
第三週 9/14-9/20	1d-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。 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	第 1 單元打一手國三好牌 1.透過會考倒數計時器及書包負重的實作活動，覺察與分析壓力的來源及對身心的影響。	1	1. 國三生生活重要事件	透過經驗分享與小組討論，察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	16-18 八九年級國英數科補行評量
第四週 9/21-9/27	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影	Da-IV-2 情緒與壓力的成	第 1 單元打一手國三好牌	1	1. 國三生生活重要事件	透過經驗分享與小組討論，	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】	21 新北市語文競賽動態組(海山高中)

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							
	響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	因、影響與調適。 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	1.能與同學分享自己日常生活中常運用的紓壓方式與資源。 2.透過小隊內激盪與分享，分析並提出適合自己的抗壓訓練策略與資源。			察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	3.口語評量	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。	22 第八節開始 23-25 八九年級社自藝能科補行評量 27 新北市語文競賽靜態組(安和國小)、國家地理知識大競賽
第五週 9/28-10/4	1d-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。 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	第 1 單元打一手國三好牌 1.透過六頂思考帽的實作演練，練習用不同觀點彈性看待壓力事件。 2.能說出面對國三生活壓力事件時，可運用的合宜策略與資源。	1	1. 白、紅、黑、綠、黃、藍等各色便利貼或圓點貼紙	透過經驗分享與小組討論，察覺生活中的壓力並提出減壓策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	

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							
第六週 10/5-10/11	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。	Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	第 2 單元升學馬拉松【第一次評量週】 1.透過腦力激盪與討論省思，完成自己與全班的考生九宮格開箱照。	1	1.各行業的「開箱照」	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	6 中秋節 10 國慶日
第七週 10/12-10/18	1c-IV-1:澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。	天使與魔鬼	1	自編「天使與魔鬼」學習單	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	15-16 第 1 次定期評量

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							
第八週 10/19- 10/25	1c-IV-1:澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。	天使與魔鬼	1	自編「天使與魔鬼」學習單	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第九週 10/26- 11/1	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。	Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	第 2 單元升學馬拉松 1.能覺察、分析與歸納學習四象限圖中，自己與同學的學習狀態及原因。	1	1. 與學習策略、讀書方法、考試技巧、有效學習等相關文章與網路資訊	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	30 第 1 次作業抽查

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							
第十週 11/2-11/8	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。	Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	第 2 單元升學馬拉松 1.能說出自己知道或曾運用過的學習策略。 2.透過小隊內激盪與分享，檢視並擬定適合自己的學習策略。	1	1. 與學習策略、讀書方法、考試技巧、有效學習等相關文章與網路資訊	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	2 聯合盃全國作文大賽 6 第 1 次作業補抽查
第十一週 11/9-11/15	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。	Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	第 2 單元升學馬拉松 1.能說出自己知道或曾運用過的學習策略。 2.透過小隊內激盪與分享，檢視並擬定適合自己的學習策略。	1	1. 與學習策略、讀書方法、考試技巧、有效學習等相關文章與網路資訊	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	

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							
								執行的能力。	
第十二週 11/16- 11/22	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。	Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。	第2單元升學馬拉松 1.分析學習策略實作經驗，評估與調整適合自己的各科學習策略。 2.歸納並統整第1、2單元的學習內容，完成「升學馬拉松賽-閃亮跑者」裝備圖。	1	1.與學習策略、讀書方法、考試技巧、有效學習等相關文章與網路資訊	分析個人學習狀況，並透過課堂交流，歸納適合個人的學習策略。	1.實作評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	17-21 英語文競賽
第十三週 11/23- 11/29	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個	Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。	第1單元升學多線道 1.能說出國中畢業後可能的升學進路。	1	1.本學年度多元入學方案資訊內容	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各	1.口語評量 2.實作評量	【生涯規畫教育】 涯J7 學習蒐集與分析工	25-12 學習扶助成長測驗

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							
	人生活中重要事務。					類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。		作 / 教育環境的資料。 涯 J8 工作 / 教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第十四週 11/30- 12/6	1c-IV-1:澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關	Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。	興趣測驗	1	興趣測驗題本及答案紙	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與	高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	2-3 第 2 次定期評量 6 第 2 次原住民族語認證測驗

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							
	生涯與升學資訊。					特色，統整個人升學資訊。		涯 J13:培養生涯規畫及執行的能力。	
第十五週 12/7-12/13	1c-IV-1:澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。 Cb-IV-1:適性教育的試探與資訊統整。	興趣測驗解釋與說明	1	興趣測驗題本及答案紙	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	高層次紙筆評量	【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。	

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							
第十六週 12/14- 12/20	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。	Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。	第 1 單元升學多線道 1.能蒐集升學相關的學校資訊。 2.能彙整並報告各學校資訊。	1	1.本學年度多元入學方案資訊內容	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	1.口語評量 2.實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作 / 教育環境的資料。 涯 J8 工作 / 教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	15-19 八年級英語歌曲演唱競賽走位 18 第 2 次作業抽查
第十七週 12/21- 12/27	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。	Bb-IV-2 學習資源探索與資源整合運用。	第 1 單元升學多線道 1.能蒐集升學相關的學校資訊。 2.能彙整並報告各學校資訊。	1	1.本學年度多元入學方案資訊內容	蒐集國中畢業後的升學進路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。	1.口語評量 2.實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作 / 教育環境的資料。 涯 J8 工作 / 教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	25 第 2 次作業補抽查 25-26 九年級第 2 次複習考(1-4

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							
	畫與執行個人生活中重要事務。	資源整合運用。	2.能彙整並報告各學校資訊。		學方案資訊內容	路，結合學區內各類型學校的內涵與特色，統整個人升學資訊。		涯 J7 學習蒐集與分析工作 / 教育環境的資料。 涯 J8 工作 / 教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	冊) 23-24 八年級英語歌曲演唱競賽總彩排 26 八年級英語歌曲演唱競賽
第十八週 12/28-1/3	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人	Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。	第 2 單元升學大步行 1.能寫出自己面對升學選擇所看重的因素。 2.能評估家人想法對自己升學選擇的影響。	1	1.所在就學區超額比序項目內容		1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工	2 第八節結束

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							
	期許及相關生涯與升學資訊。	Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。						作 / 教育環境的資料。 涯 J8 工作 / 教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第十九週 1/4-1/10	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關	Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	第 2 單元升學大步行 1.能計算自己目前在所在就學區的超額比序積分。 2.能依照自己的超額比序積分，評估個人的升學志願選擇。	1	1.所在就學區超額比序項目內容	依個人意願、家人期許、超額比序積分等因素，評估個人升學	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作 / 教育環境的資料。	9 藝能科評量

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							
	生涯與升學資訊。					志願選擇，擬定升學計畫。		涯 J8 工作 / 教育環境的類型與現況。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	
第二十週 1/11-1/17	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	第 2 單元升學大步行 1.能計算自己目前在所在就學區的超額比序積分。 2.能依照自己的超額比序積分，評估個人的升學志願選擇。	1	1. 所在就學區超額比序項目內容	依個人意願、家人期許、超額比序積分等因素，評估個人升學志願選擇，擬定	1.實作評量 2.高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作 / 教育環境的資料。 涯 J8 工作 / 教育環境的	16 九年級藝能科評量

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							
						升 學 計 畫。		類 型 與 現 況。 涯 J11 分析 影響個人生 涯決定的因 素。	
第二十一 週 1/19- 1/23	1c-IV-1:澄 清個人價值 觀，並統整 個人能力、 特質、家人 期許及相關 生涯與升學 資訊。	Cb-IV-1:適性 教育的試探與 資訊統整。 Dd-IV-3: 家 人期許與自我 發展之思辨。 Ca-IV-2:自我 生涯探索與統 整。	工作價值觀	1	學生生涯 檔案	依個人意 願、家人 期許、超 額比序積 分 等 因 素，評估 個人升學 志 願 選 擇，擬定 升 學 計 畫。	1.實作評量 2.高層次紙 筆評量	【生涯規畫 教育】 涯 J11 分析 影響個人生 涯決定的因 素。	19-20 第 3 次定 期評量 20 休業式

七、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。

八、國中會考後至畢業典禮前課程活動規劃安排

週次	國語文	英語文	數學	自然科學	社會	藝術	綜合活動	健康與體育	科技
15							升學準備		
16							升學準備		
18							國中生活回顧與祝福		
19	畢典週	畢典週	畢典週	畢典週	畢典週	畢典週	畢典週	畢典週	畢典週