

新北市私立醒吾高級中學 115 學年度七年級第 1 學期部定課程計畫

設計者：綜合領域群科教師

一、課程類別：9.■綜合活動（輔導）（其餘類別：□國語文 □英語文 □健康與體育 □數學 □社會 □藝術 □自然科學 □科技）

二、學習節數：每週（1）節，實施（20）週，共（20）節。

三、課程內涵：總綱核心素養：■A2 系統思考與解決問題 ■C2 人際關係與團隊合作

學習領域核心素養：

綜-J-A2 釐學習目標，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。

綜-J-C2 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。

四、素養導向學規劃：下表中「單元／主題名稱與活動內容」、「學資源／學習策略」、「評量方式」、「融入議題」及「備註」屬師自編／改編或課堂實施規劃，以紅字標示；「學習內容」、「學習表現」、節數與行政格式維持黑字。

教學期程	學習內容	學習表現	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
第 1 週	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	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。	主題一 學習修練室 單元一：學習探險家 活動 1：學習啟航 1.引導學生思考學習的意義。 2.以九宮格學習單進行同交流，理解不同學習意義。 3.全班討論主動與被動學習動機的差異。 4.師總結與回饋。	1	1.課本 2.九宮格學習單	學生自評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋課外資料，解決困難。	
第 2 週	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	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。	主題一 學習修練室 單元一：學習探險家 活動 2：多元智慧學習家 1.教師依據多元智慧設計挑戰題目。 2.學生分組挑戰並分享解題方式。 3.教師介紹多元智慧概念並舉例說明。 4.師總結與回饋。	1	1.課本 2.挑戰題 PPT	學生自評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋課外資料，解決困難。	
第 3 週	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。	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	主題一 學習修練室 活動 2：多元智慧學習家 1.回顧課程並覺察個人優	1	1.課本 2.學習單	學生自評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋課外資料，解	

教學期程	學習內容	學習表現	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
	輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	的能力。	勢智慧。 2.小隊討論多元智慧對應的學習方式。 3.學生發表連連看結果。 4.師總結與回饋。				決困難。	
第 4 週	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	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。	主題一 學習修練室 活動 3：學習有妙方 1.思考升上國中後的學習表現。 2.辨識學習阻力與助力。 3.討論學習習慣造成的影響。 4.分享主動養成的學習習慣。 5.教師總結與回饋。	1	1.學習阻力與助力字卡 2.課本 3.學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找外資料，解決困難。	
第 5 週	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	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。	主題一 學習修練室 活動 3：學習有妙方 1.運用曼陀羅思考法分析學習困擾。 2.分享曾嘗試的解決方法與效果。 3.比較不同學習困擾與學習習慣差異。 4.統整可用的學習策略。	1	1.課本 2.學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找外資料，解決困難。	
第 6 週	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	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。	主題一 學習修練室 活動 3：學習有妙方 1.思考擅長與不擅長科目。 2.分析國中與國小科目差異。 3.整理解題、筆記、記憶等學習策略。 4.分享並補充適合自己的學習方法。	1	1.課本 2.學習單 3.學習策略相關資訊	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找外資料，解決困難。	
第 7 週	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-2 學習方法的運用與調整。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	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。	時間管理大師 1.分享善用時間或浪費時間的經驗。 2.討論時間運用不當對目標的影響。 3.介紹「N 字法則」。 4.將作息表入 N 字法則圖並分享成果。	1	1.課本 2.時間運用案例 3.學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找外資料，解決困難。	
第 8 週	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察分析影響個人成長因素及調適方法。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	學習態度測驗 1.實施學習態度測驗。 2.說明計分方式。 3.進行自我檢核。 4.登記於生涯輔導紀錄冊。 5.針對疑問進行個別說	1	學習態度測驗	高層次紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值。	

教學期程	學習內容	學習表現	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
			明。					
第 9 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	主題二 漫步在人際 單元一：友誼智多星 活動 1：友誼層次寶典 1.播放友誼相關歌曲，從歌詞找出朋友定義。 2.小隊統整答案並分享。 3.思考與他人成為朋友的原因及欣賞之處。 4.教師總結回饋。	1	1.友誼歌曲 2.學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 10 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 2：人際增強秘笈 1.學生於便利貼寫下喜歡或不喜歡的行止。 2.上臺分類並統整全班想法。 3.依統整結果進行自評。 4.教師總結回饋。	1	1.課本 2.便利貼 3.學習單與自評表	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 11 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 2：人際增強秘笈-我的友誼存摺 1.回顧上週課程。 2.說明友誼存款與扣款行為，記錄朋友互動事件。 3.統計友誼存摺狀態並討論增加存款的方法。 4.小隊代表分享。 5.教師總結與回饋。	1	1.課本 2.學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 12 週	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	愛的明信片 1.播放影片，引導學生思考主要照顧者的付出。 2.分享家人支持與照顧經驗。 3.撰寫明信片表達感謝。 4.將明信片帶回送給主要照顧者。	1	1.影片 2.明信片	實作評量 活動參與	【家庭教育】 家 J3 家人的情感支持。 家 J4 對家人愛與關懷的表達。	
第 13 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 3：揭開網路面紗-交友達人 1.思考交友來源。 2.討論網路交友注意事項。 3.判斷可公開與不宜公開的個人資料。 4.全班票選最想認識的對象討論原因。 5.教師總結回饋。	1	1.磁鐵、貼紙 2.學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 14 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 3：揭開網路面紗 1.播放《網路殺了她 The Sextortion of Amanda Todd》影片。	1	1.影片 2.學習單	口語評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解	

教學期程	學習內容	學習表現	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
			2.討論影片中的網路交友、隱私與危機議題。 3.思考可能的解決方法。 4.教師總結回饋。				決。	
第 15 週	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	紫絲帶學堂 1.播放網路交友騙拍裸照新聞片段。 2.思考不當行為造成的後果。 3.介紹相關法律責任。 4.完成紫絲帶學習單。	1	1.教學投影片 2.紫絲帶學習單	實作評量 口語評量	【性別教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【法治教育】 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	
第 16 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	單元二：人際百寶箱 活動 1：專注傾聽 1.以圖形描述活動練習溝通。 2.討論語言與非語言溝通方式。 3.分享被誤解經驗與原因。 4.續總結與回饋。	1	1.幾何圖形活動題目 2.A4 紙張	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 17 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 1：專注傾聽-練習「專注與傾聽」 1.介紹專注與傾聽技巧。 2.兩人一組輪流描述與傾聽。 3.傾聽者統整對方敘述內容。 4.分享活動感受並進行回饋。	1	教師自編學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 18 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 2：學習表達-認識我訊息 1.提供生活溝通情境。 2.介紹「你訊息」與「我訊息」差異。 3.練習在情境中運用我訊息回應。 4.教師總結。	1	1.生活中溝通情境 2.教師自編學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 19 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通能力的培養與正向經營人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	活動 2：學習表達-三明治說話法 1.說明三明治說話法：肯定與了解、說出事實、結論與做法。 2.小隊改寫我訊息情境題。 3.小隊上臺分享對話內容。 4.活動省思與總結。	1	1.課本 2.教師自編學習單	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 20 週	輔 Dc-IV-1 同理心、人際	2a-IV-1 體認人際關係的重	衝突觀測站	1	1.衝突情境卡	學生自評	【品德教育】	

教學期程	學習內容	學習表現	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
	溝通能力的培養與正向經營人際關係。	要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	1.抽取不同衝突情境。 2.小組討論衝突原因與處理方式。 3.介紹常見衝突因應方式。 4.破解衝突迷思建立正確處理心態。 5.教師總結回饋。		2.教師自編學習單	學生互評 教師評量	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	

五、本課程是否有校外人士協助學

■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

*上述欄位皆與校外人士協助教學與活動之申請表一致