

## 國立卓蘭高中附設國中部 113 學年度班級輔導課程計畫

(一)實施年級：113 學年度【 7、8、9 】年級

(二)節數分配：每週學習節數(1)節，上學期( 20 )週( 1 )節，下學期( 20 )週( 1 )節，合計( 40 )節。

(三)課程架構：

上學期：

項 目	班級自治	環境教育	品德教育	交通安全	團隊合作	品德教育	生命教育	健康生活	生涯探索	期末反思
課程內容	1. 推選幹部 2. 生活公約 3. 秩序整潔	如何維護校園環境整潔?	自律的養成	交通安全的重要性	一個人走得快；一群人走得遠	尊重與關懷	尊重差異、不歧視的平等對待每個人	運動的益處	我的興趣	得與失
節 數	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
總 節 數	20									

下學期：

項 目	班級自治	友善校園	生命教育	環境教育	閱讀教育	家庭教育	品德教育	團體活動	情緒控管	期末反思
課程內容	1. 推選幹部 2. 生活公約 3. 秩序整潔	反毒宣導	得與失	全球暖化的影響	閱讀的益處	孝順的展現	尊重差異、不歧視的平等對待每個人	一個人走得快；一群人走得遠	1. 負面情緒 2. 情緒管理	表達感謝
節 數	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
總 節 數	20									

(四)本學期課程內涵：

上學期：

班級輔導										
教學期程	主題/單元名稱	融入法律規定教育議題	核心素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學資源	備註	
第 1~2 週	班級自治	融入法治教育	J-C1	能善用資源 規劃作息， 有效執行	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 各班推選本學期班級幹部；一年級新生推選學生會班級代表 2 位；三年級推選畢冊編輯(畢聯會)班級代表 2 位。</li> <li>2. 討論並制定班級生活公約。</li> <li>3. 討論如何維護班級秩序與環境整潔。</li> <li>4. 擬訂 113 學年度教室佈置計劃及佈置人員工作分配。</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 3~4 週	環境教育	融入海洋教育	J-C1	如何維護校園環境整潔	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 食物從生產到餐桌會經歷哪些過程？</li> <li>2. 請分享如何處理吃不完的食物。</li> <li>3. 請討論減少食物浪費的方法。</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 5~6 週	品德教育	融入多元文化教育	J-C1 J-C2	自律的養成	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你所認知的「自律」是指什麼？</li> <li>2. 你在自己的日常生活作息與課業學習上，如何養成「自律」？</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 7~8 週	交通安全	融入法治教育		交通安全的重要性	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 為什麼要有交通規則？交通安全的重要性如何？</li> <li>2. 在路上行走或騎車最容易遇到什麼交通危險事件？如何改善這樣的事件？</li> <li>3. 你覺得我國的考駕照制度有沒有什麼需要改進改變的？</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 9~10 週	團隊合作	融入性平教育	J-C2	一個人走得快；一群人走得遠	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 「一個人走，走得快；但一群人走，走得遠。」這兩句非洲諺語道出團隊合作的重要性。你認為與別人團隊合作的好處與困難處有哪一些？請分享你過往的經驗。</li> <li>2. 在團隊合作的過程中難免會與人起摩擦，若成員因彼此意見不一而僵持不下應該怎麼辦？請討論出三種解決方式。</li> <li>3. 學校運動會在即，針對各項團隊競賽、精神總錦標我可以有哪些作為，協助班上爭取佳績？</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 11~12 週	品德教育	融入人權教育、多元文化教育	J-C1 J-C2	尊重與關懷	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你曾經主動關懷並積極協助需幫助的人、事、物嗎？請分享你曾經主動關懷他人的經驗。</li> <li>2. 你覺得關懷別人是付出還是獲得？你付出什麼或者</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			

班級輔導										
教學期程	主題/單元 名稱	融入法律規定 教育議題	核心 素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學 資源	備註	
					你獲得了什麼？					
第 13~14 週	生命教育	融入性別平等 教育	J-C1 J-C2	尊重差異、 不歧視的平 等對待每個 人	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你曾經遭遇或看到哪些具有歧視性的行為或言語呢？面對這樣的情境，你有什麼想法或感受？</li> <li>2. 你認為有什麼辦法可以改善社會或生活中不平等的歧視問題？</li> <li>3. 面對人類的多元性，如：種族、障礙、特質、外表及性向的不同，你認為我們可以如何表現出「尊重差異」的態度？（如：在路上遇到顏面燒傷的患者、行為略顯不同的身心障礙者、不同性向或性別認同的人）</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 15~16 週	健康生活	融入多元文化 教育		運動的益處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請同學分享自己喜歡的運動及從事此運動的頻率。</li> <li>2. 說明運動帶來的益處。</li> <li>3. 如何養成運動習慣並持之以恆？</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 17~18 週	生涯探索	融入家庭教育	J-A1	我的興趣	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我平常最喜歡的休閒活動是什麼？</li> <li>2. 我目前最喜歡的科目是哪一科？為什麼？</li> <li>3. 我未來上高中/大學最想唸哪一個類組/科系？</li> <li>4. 何種職業深深吸引我？我現在可以如何作準備以符合該職業所要的人才？</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 19~20 週	期末反思		J-A1	得與失	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 這學期最讓你難忘的事情是什麼？為什麼？</li> <li>2. 這學期需要感恩的人有哪些？為什麼？</li> <li>3. 這學期班上表現得好和不好的事情有哪些？請針對表現不佳的部分，討論下學期應該如何改進。</li> </ol>	2	分組報告 參與討論 課堂問答			

下學期：

班級輔導										
教學期程	主題/單元名稱	融入法律規定教育議題	核心素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學資源	備註	
第 1~2 週	班級自治	融入法治教育	J-C1	能善用資源 規劃作息， 有效執行	1. 推選本學期班級幹部。 2. 討論並制定班級生活公約。 3. 討論如何維護班級秩序與環境整潔。 4. 討論如何將品格三好(存好心、說好話、做好事)主題融入教室佈置。	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 3~4 週	友善校園	融入法治教育		反毒宣導	1. 你所知道的毒品有哪些？ 2. 就你所知，毒品對人體會造成哪些危害？ 3. 當你發現朋友有藥物濫用 (如吸食毒品)的傾向時，你該怎麼辦？ 4. 你認為青少年會吸食毒品的主要原因是什麼？ 5. 若有人誘使你吸食毒品，你該如何拒絕？	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 5~6 週	生命教育	融入人權文化教育		得與失	1. 日常生活中如何表現助人的行為？ 2. 你覺得幫助別人得到最大的收穫是什麼？請分享你曾經幫助別人或是受別人幫助的經歷與感受。 3. 分享你如何面對生命當中的失落(學業、友情、親情、感情等方面)？	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 7~8 週	環境教育	融入能源教育	J-C1	全球暖化的影響	1. 請討論全球暖化對我們的生活造成哪些負面影響？長期處於負面情緒對身體健康、人際關係會造成那些影響？ 2. 你如何響應在校園中的節能減碳運動？ 3. 在日常生活中，除了節約水、電之外，還有哪些方面可以努力？	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 9~10 週	閱讀教育	融入國際教育		閱讀的益處	1. 我們該如何培養並增進閱讀能力與習慣？ 2. 我們可如何運用有豐富藏書的學校圖書館，提升班級閱讀風氣？ 3. 試與班上同學分享你最喜歡的一本讀物，你從中學習到什麼？	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 11~12 週	品德教育	融入多元文化教育	J-C1 J-C2	尊重差異、 不歧視的平 等對待每個 人	1. 你曾經主動關懷並積極協助需幫助的人、事、物嗎？請分享你曾經主動關懷他人的經驗。 2. 你覺得關懷別人是付出還是獲得？你付出什麼或者你獲得了什麼？	2	分組報告 參與討論 課堂問答			

班級輔導										
教學期程	主題/單元名稱	融入法律規定教育議題	核心素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學資源	備註	
第 13~14 週	家庭教育	融入家暴防治		孝順的展現	1. 父母親對我們的愛，何以不求回報？ 2. 何謂孝順的定義？ 3. 孝順如何在日常生活中表現出來？ 4. 除了物質上的滿足外，你覺得父母親最希望得到的東西是？	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 15~16 週	團隊合作	融入安全教育	J-C2	一個人走得快；一群人走得遠	1. 「一個人走，走得快；但一群人走，走得遠。」這兩句非洲諺語道出團隊合作的重要性。你認為與別人團隊合作的好處與困難處有哪一些？請分享你過往的經驗。 2. 在團隊合作的過程中難免會與人起摩擦，若成員因彼此意見不一而僵持不下應該怎麼辦？請討論出三種解決方式。	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 17~18 週	情緒控管	融入資訊教育	J-A1	1. 負面情緒 2. 情緒管理	1. 負面情緒有哪一些？如何察覺自己或別人的負面情緒？ 2. 心情不好時，你如何紓解？好友心情不好時，要怎麼幫助他？ 3. 情緒真的很低潮時，可以在那些地方得到協助？	2	分組報告 參與討論 課堂問答			
第 19~20 週	期末反思	融入生涯教育	J-A1	表達感謝	1. 這學期最讓你難忘的事情是什麼？為什麼？ 2. 這學期你想向誰表達感謝之意？為什麼？ 3. 暑假即將到來，談談你暑假的規劃。	2	分組報告 參與討論 課堂問答			

參考議題融入如下：

法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【性剝削】；其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】