

臺北市立弘道國民中學 115 學年度第 1 學期八年級輔導科教學進度表

115 年 09 月印

週次	星 期							預 定 教 學 進 度				備 註	
	一	二	三	四	五	六	日	章節	教 學 內 容	起迄頁	融入議題		
備課週	八 24	25	26	27	28	29	30						
一	31	九 1	2	3	4	5	6		新學期相見歡			• 8/31 開學	
二	7	8	9	10	11	12	13		人際魅力 A++			• 9/8-9 九年級複習考（一） • 9/7-9/11 期初教學研究會 • 9/11 學校日 • 9/12 補考	
三	14	15	16	17	18	19	20		拆解人際地雷			• 9/16-9/18 九年級校外教學	
四	21	22	23	24	25	26	27		中秋節放假			• 9/25 中秋節	
五	28	29	30	十 1	2	3	4		適性化職涯性向測驗 1			• 9/28 教師節	
六	5	6	7	8	9	10	11		國慶日補假			• 10/8 七八年級國文科抽背 • 10/9 國慶日補假 10/10 國慶日放假	
七	12	13	14	15	16	17	18		適性化職涯性向測驗 2			• 10/13-10/14 第一次定期考查	
八	19	20	21	22	23	24	25		我的人際小圈圈				
九	26	27	28	29	30	31	十一 1		測驗結果說明			• 10/29-10/30 九年級練習卷	
十	2	3	4	5	6	7	8		溝通難不難			• 11/6 國語文競賽	
十一	9	10	11	12	13	14	15		角色大風吹			• 11/13 校內本土語文競賽	
十二	16	17	18	19	20	21	22		掌握情緒			• 11/19-11/20 八年級隔宿露營	
十三	23	24	25	26	27	28	29		情緒紓解好妙方			• 11/26 七八年級國文抽背	
十四	30	十二 1	2	3	4	5	6		面對失落			• 12/2、12/3 第二次定期考查	
十五	7	8	9	10	11	12	13		做自己的啦啦隊			• 12/8 作業抽查(英.數.歷.公)	
十六	14	15	16	17	18	19	20		EQ 大考驗			• 12/15 作業抽查(國.自.地.健.作文)	
十七	21	22	23	24	25	26	27		行憲紀念日放假			• 12/23-24 九年級複習考（二） • 12/25 行憲紀念日	
十八	28	29	30	31	一 1	2	3		元旦放假			• 12/28 班會:健體領域紙筆測驗 • 12/28-12/31 期末教學研究會 • 1/1 元旦放假	
十九	4	5	6	7	8	9	10		職業達人報告說明			• 1/4 班會:藝術領域紙筆測驗 • 1/8 期末教研會 • 1/8 第八節課後輔導及九年級夜自習結束	
廿	11	12	13	14	15	16	17		期末筆試			• 1/14 七八年級國文抽背	
廿一	18	19	20	21	22	23	24		寒假			• 1/18-1/19 第三次定期考查 • 1/20 休業式 • 1/21 寒假開始	

臺北市立弘道國民中學 115 學年度第一學期

綜合領域 輔導活動科 八年級教學計畫

授課教師：李碧蕙

一、教學目標	1. 理解在不同人際範圍的互動表現，進而學習適切的社交技巧，以正向態度經營人際關係。 2. 增進對自我情緒的覺察，並能尋求合宜適切的紓壓方法。 3. 理解失落情緒的心理歷程，並了解相關資源，培養個人復原力。	
二、教學單元	單元名稱	學習目標
	讓心更靠近	1. 檢視團體中受歡迎及不受欢迎的人際互動表現，進而正向經營及檢討改善人際關係。 2. 學習尊重與接納差異，並使用合適、友善的方式與人互動。
	溝通難不難	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 站在不同立場，體察他人感受與需求，並學習具有同理心的表達方式。
	溝通偵查隊	1. 歸納常見的人際衝突原因，省思個人引發衝突的溝通模式。 2. 了解衝突的雙方感受，練習化解衝突的溝通技巧與策略，建立正向人際關係。
	征服情緒	1. 認識與辨別情緒，並能覺察情緒在生活中所造成的影響。 2. 分析自己處理情緒的策略，並找到適合自己的紓解方式。
	從心走過	1. 了解生命中的失落經驗所造成的情緒反應與心理歷程。 2. 探究面對心理困擾的因應資源，培養個人復原力，進而提供他人關懷與支援。
三、教學方式	以康軒版輔導課本之內容架構為主軸，輔以教師自製簡報及搭配多元教學媒材，例如：桌遊、牌卡、影片…等。並依照課程需求，使用講述法、觀察教學法、討論教學法、問題教學法、價值澄清教學法、合作學習教學法、啟發式教學法、體驗式教學。	
四、成績評量	1. 平時評量 60%：輔導活動課學習單、課堂參與度。 2. 定期評量 40%：期末紙筆測驗、影片觀賞學習單。	
五、親師配合	1. 請家長協助提醒孩子攜帶上課必備的課本及用品、並準時繳交作業。 2. 請家長持續鼓勵孩子探索自我，並適時提供孩子諮詢及支持。 3. 請家長傾聽孩子在校生活，多欣賞與肯定孩子的學習表現，並協助運用於生活。	