

# 臺北市立瑠公國民中學 113 學年度第一學期學校日

Taipei Municipal Liu Gong Junior High School's first semester Parent's day in the 113 academic year

## 八年級 輔導活動 科 教學計劃 teaching plan

授課教師 teacher : 呂傑滢 授課班級 class : 801-806

聯繫方式 contact information :

(1) (02)2726-1481 #508 (2) E-mail : 628@lkjh.tp.edu.tw

<p><b>課程目標</b> <b>Course objectives</b></p>	<p>國中二年級的學生，正值生理急遽變化、心理情緒起伏相對不穩定的階段，尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。</p> <p>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。</p> <p>2. 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> <p>3. 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。</p>			
<p><b>課程內容</b> <b>Course content</b></p>	<p>主題五 心之谷</p>		<p>主題六 彩繪生涯</p>	
	<p>情緒密碼</p> <p>1. 情緒觀測站 2. 我的思想與情緒 3. 穩住情緒</p>	<p>生命百寶箱</p> <p>1. 走過低潮 2. 心靈診療室</p>	<p>生涯探索記</p> <p>1. 生涯期望 2. 家人生涯路 3. 我的生涯藍圖</p>	<p>職業萬花筒</p> <p>1. 工作世界 2. 職業瀏覽器 3. 職人素養</p>
<p><b>教學方法</b> <b>Teaching method</b></p>	<p>■教師講述 Teacher's narration    ■小組討論 group discussion</p> <p>□小組競賽 group competition    ■影片賞析 Video watching</p> <p>■討論與分享 discussion and sharing</p> <p>■實作活動 Implementation activities</p> <p>■其他 others <u>自編教材&amp;學習單</u></p>			
<p><b>評量方式</b> <b>Assessment methods</b></p>	<p>■小組表現 group performance    ■課堂參與 class participation</p> <p>□口頭報告 Oral report    ■平時評量 Daily evaluation</p> <p>■學習單完成度 Study sheet completion</p> <p>□作品/作業成績 Homework results</p> <p>□期末測驗 final exam    ■其他 others <u>生涯檔案</u></p>			

<p><b>教學要求</b> <b>Teaching requirements</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 積極認真參與課堂，表現良好的學習態度。</li> <li>2. 多元的觀點看待自己及他人。</li> <li>3. 在課堂認真自主完成學習單，並準時繳交。</li> <li>4. 不傷害自己或他人(言語、肢體)。</li> </ol>
<p><b>家長協助事項</b> <b>Parental assistance matters</b></p>	<p>您們的視角很有愛，您們的堅持都是愛，一直是孩子人生跑道上最賣力的加油聲，我們相信只要陪著孩子，讓孩子找到自己的學習方式，每個孩子都能擁有無窮潛力！以下事項需要家長們協助：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 提醒孩子於課前備妥上課用具。</li> <li>2. 提醒孩子遵守上課秩序，學習傾聽尊重他人的觀點。</li> <li>3. 配合本學期課程主題，陪伴孩子討論覺察自身想法，嘗試傾聽與溝通。</li> </ol>