

臺北市立大同高級中學(國中部)108學年度生涯發展教育實施計畫(修訂 109/3/23)

一、計畫名稱：大同學子，大大不同。

二、依據：

- (一) 教育部國民中小學九年一貫課程綱要重大議題(生涯發展教育)。
- (二) 技術及職業教育法(104年1月14日華總一義字第10400002681號令)。
- (三) 教育部國民及學前教育署補助辦理國民中學生涯發展教育及技藝教育相關經費作業原則 108年6月20日臺教國署國字第1080067133號函。
- (四) 臺北市政府教育局 108年6月29日北市教中字第10860104751號函。

三、辦理目的：

- (一) 配合國民中小學九年一貫課程內涵及精神，將生涯發展理念融入現有課程中，以滿足學生多元需求與適性發展。
- (二) 協助學生充分了解自我，培養正向積極的生活態度、良好品德及價值觀。
- (三) 協助學生瞭解教育、社會環境及職業工作間的關係，學習開展自我生涯的相關方法及途徑，建立正確工作價值觀。
- (四) 培養學生組織、規劃生涯發展的能力，學習運用社會資源，提高進路抉擇的準備度，以適應社會環境的變遷。

四、辦理單位：

- (一) 指導單位：臺北市政府教育局
- (二) 主辦單位：臺北市立大同高級中學
- (三) 承辦單位：臺北市立大同高級中學教務處、輔導室

五、辦理期程：108學年度(108年8月1日至109年7月31日)

六、實施對象：108學年度國中部全體學生

七、行政組織與運作：

成立「生涯發展教育工作執行委員會」，以學校本位、全面實施及彈性多元等原則擬訂

實施計畫。委員會組織以校長為召集人，督導全校生涯發展教育之進行，並負責主持會議，下設副召集人及執行秘書各一人分別由教務主任及輔導主任擔任，協助課程規畫及活動企劃。於本校課程發展委員會下設「生涯發展教育議題課程小組」，完成生涯發展教育議題融入教學之教學主題與教學活動設計。

委員會定期召開會議討論本校國中學生生涯發展教育方向與重點，並提交各領域融入生涯發展教育議題之課程計畫內容，於課程發展委員會中討論及審查。

本校生涯發展教育工作執行委員會之組織分為行政組、教學組與活動組三組，人員與職掌如下表：

職稱	姓名	工作項目	職掌
召集人	校長莊智鈞	督導	督導生涯發展教育之進行與負責主持會議。
副召集人	教務主任吳致娟	課程規劃	協助規劃融入課程事宜與成果彙整。
執行秘書	輔導主任陳麗英	策劃	總策劃生涯發展教育之實施及進度之控管。
行政組	學務主任周明蒨	行政支援	一、計畫執行進度控管。 二、相關行政業務之督導配合與支援。
	總務主任陳文琪		
	圖書館主任何叔俞		
	會計主任莊靜怡		
教學組	教務組長葉怡君	課程規劃與教學推動	一、教學組召集人。 二、推動生涯發展教育融入教學課程設計與進度控管。 三、各項課程成果彙整。
	國文領域召集人邱筠芸師	推動領域課程教學之實施	一、透過教學研究會具體討論生涯發展教育議題融入課程教學之教材內容、分享心得與成效。 二、生涯發展教育融入各領域課程設計與實施教學。
	英文領域召集人賴珈伶師		
	數學領域召集人許文松師		
	社會領域召集人蘇珮蓉師		
	自然領域召集人賴麗琴師		
	藝文領域召集人鄧唯師		
綜合領域召集人陳文樺師			

	健體領域召集人林淑如師		
活動組	資料組長陳安琪	活動策劃及 執行	一、活動組召集人。 二、生涯發展教育活動設計及辦理。 三、技藝教育課程辦理。 四、彙整及編輯活動成果。
	輔導組長徐枝葦		承辦與協辦相關活動及成果彙整。
	訓育組長姚雅文		承辦與協辦相關活動及成果彙整。
	輔導活動科陳文樺師		協辦生涯發展教育活動辦理與成果彙整。
	專任輔導教師林耿民師		協辦生涯發展教育活動辦理與成果彙整。
	專任輔導教師王芄云師		協辦生涯發展教育活動辦理與成果彙整。

八、課程規劃：

1、課程實施原則及要點：

課程規劃秉持課程綱要之精神，並透過課程發展委員會建置符合學生需要、社區特色及教師專長之課程，協助學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇。原則如下：

- (1) 規劃課程實施把握全面原則、行動原則、績效原則、分享原則與連貫原則，使學生學習到具系統性之生涯發展教育知能。
- (2) 課程規劃應依據課程綱要重大議題生涯發展教育能力指標及學習內容，配合課程綱要各學習領域之內容與進度，安排適當節數進行。
- (3) 善用「彈性學習時數」，規劃全校或全年級之活動，執行依學校特色所設計之生涯發展教育課程、活動以及規劃選修課程。
- (4) 為提升教師專業自主及符合學生生涯發展需求，學校採取自編教案、教材或學生學習單並運用於教學。
- (5) 透過教學活動，協助學生了解生涯檔案及二代校務行政系統之意義，適時指導學生充實其內容，輔導學生進路選擇。(參考附件 1)
- (6) 透過策略聯盟，整合各校資源及教師專長，實施協同教學，並善用校內外社會資源，進行適切的課程。(參考附件 2)

(7) 國中(八年級)規劃辦理社區高級中等學校進行專業群科參訪(參考附件3)等相關活動，協助學生能在生涯發展規劃過程中，透過實際體驗活動，了解不同專業群科學習主題及職場特質。有關辦理社區高級中等學校專業群科參訪原則如下：

1. 國八參訪之社區高級中等學校專業群科，如：參訪規劃涵蓋社區內高級中等學校及五專，讓學生瞭解各群科之學習內涵。
2. 參訪學校時間以半天為原則。

(8) 各年級課程與活動規劃重點：

1. 七年級階段—「自我覺察與探索」—「生涯覺察與試探」

以協助學生覺察與探索自己的能力、興趣、性向、專長及價值觀為主，輔以生涯覺察與探索課程。

2. 八年級階段—「生涯覺察與試探」

以協助學生認識生涯職群為主，如認識工業、商業、家政、農業及海事等職群相關行業，以及新興熱門行業等，協助學生透過多元方式試探高中職、五專與學程及群科。

3. 九年級階段—「生涯探索與進路選擇」

以協助學生了解工作世界、蒐集生涯相關資訊，以及培養生涯進路抉擇能力為主。

2、課程內容與實施策略：

本校生涯發展教育融入各領域之課程計畫內容，經提課程發展委員會討論、審查後實施。各領域課程教學內容如下表：

年級	學期	單元名稱	內容簡介	節數	可融入之生涯發展能力指標	實施成效檢核
【語文領域—國文】						
國七	上	善用時間的方法	「管理時間」看似重點，但「管理自己」才是要務，我們需要的不是「節省時間」，而是「節省工作」，先設定優先順序最重要的	5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	作文

			是決定「那些是必須捨棄」的，因為只有把時間花在這些我們覺得重要的事，才會讓我們覺得生活是有意義的。			
		音樂家與職籃巨星	藉音樂家 <u>魯賓斯坦</u> 與職籃巨星 <u>麥可喬丹</u> 的奮鬥過程說明苦練與成功的關連。	5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係。	學習單
國八	上	愛蓮說	描述蓮的各種特質來象徵君子的高尚品格。作者並以菊花和牡丹做為陪襯，發出感嘆：社會上能隱逸以潔身自愛的人並不多見，能守正道以待人處事的人更少，而只知道追求富貴的人卻很多。	5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力	學習單
	下	為學一首示子姪	1.教導學生了解為學的成敗不在難易，而在立志有恆。 2.培養學生積極求學的正確態度，並能不畏艱難、全力以赴。 3.教導學生養成正確的求學態度，不因個人資質不同而有所怠惰。	5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	學習單

國九	上	寄弟墨書	1.認識工作世界的類型及其內涵。 2.瞭解社會發展階段與工作間的關係。	5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-3-培養解決生涯問題及做決定的能力。	學習單
	下	渡口	1.培養解決生涯問題及做決定的能力。 2.發展規劃生涯的能力。	5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-3-培養解決生涯問題及做決定的能力。	學習單
【語文領域—英文】						
國七	上	L1 Who Is He?	描述職業表達他人職業、關係	1	3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-5 發展生涯規劃的能力。	上課照片 小組討論
	下	L2 What Do You Do After School?	敘述日常休閒活動	1	3-3-5 發展規劃生涯的能力。	上課照片 小組討論
國八	上	L3 When Conner Ran, He Pushed Cayden in a Chart.	描述人物活動與事物變化	1	3-3-3-培養解決生涯問題及做決定的能力。	上課照片 小組討論

	下	L1 I'M Going to Buy Her a Present	說明兩性互動與相處。介紹各國的情人節	1	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	上課照片 小組討論
國九	上	L6 I Have to Decide Whether I should Go to High School or a Vocational School	了解討論未來志向時的態度及相法	1	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	上課照片 小組討論
	下	L1 Did You Know LINE Had Been Invented to Help People?	描述 LINE 的起源及對生活的益處。進而引導學生對新興行業的了解及生涯規劃	1	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	上課照片 小組討論
【數學領域】						
國七	上	3-3 一元一次方程式的運用	藉由丟番圖的墓碑故事與學生討論生涯發展的規則	1	3-3-5 發展生涯規劃的能力。	學習單
	下	2-1 直角坐標平面	藉由介紹笛卡兒的生平，進而檢視自身興趣性向、人格特質	1	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	學習單
國八	上	2-1 二次方根的意義	藉由「博士熱愛的算式」影片中提及的二次方根概念，進而檢視自身興趣性向、人格特質	3	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	影片心得分享學習單
	下	1-2 等差級數	從等差級數的學習，引進介紹天才數學家高斯，認識其成長背	1	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料。	學習單

			景、人格特質、學習的經歷與職業發展；進而思考自己的人際關係與生涯規劃。			
國九	上	1-3 相似三角形的應用	1.認識古代數學家泰利斯的一生及貢獻。 2.介紹泰利斯利用相似形測量金字塔高度的故事。	1	1-3-1 探索自我的興趣、性向、價值觀及人格特質。	學習單
	下	3-1 統計表圖與資料的分析	1.認識了解各項職群。 2.嘗試培養生涯規劃的能力。	1	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-5 發展生涯規劃的能力。	學習單
【社會領域】						
國七	上	【歷史】 單元6 清領後期的建設與變遷	傳教士在臺傳教、發展教育、醫療事業的成就。	0.5	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	口頭分享
		【公民】 單元1 成長的喜悅	1.探索自我的專長與潛能。 2.從人際互動中檢視自我。 3.瞭解認識自我的重要性與途徑。 4.認識個人五種不同層次的需求。	1	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	口頭問答
	下	【公民】 單元1 個人與社會	1.認識社會互動的意義及類型。 2.認識在社會互動時個人應具備的基本素養。	0.5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	口頭分享
		【地理】 單元3 臺灣的產業(二)	1.在學習三級產業後，分析臺灣未來的產業發展趨勢。 2.思考自己的未來	0.5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	口頭問答

			職業與產業之關係，與所需具備的能力。		2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。	
國八	上	【公民】 第六章 政治參與及選舉	1.了解選舉過程。 2.了解選舉條件和資格。 3.認識選舉民主素養。 4.學習培養民主素養。	0.5	2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	口頭問答
	下	【公民】 第五章 權利救濟	1.認識法庭。 2.認識法院職務的特性。	0.5	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	口頭問答
國九	上	【公民】 第六章 個人與家庭經濟	1.了解就業。 2.引導同學規畫創業。 3.了解失業與如何解決。 4.學習家庭經濟規畫。 5.培養同學分擔家務觀念。 6.了解理財觀念及管道。 7.認識投資風險。	1	2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	口頭分享
【自然生活與科技領域】						
國七	上	【生物】 科學方法	一、能說出科學研究的一般步驟流程。 二、能從科學新聞中判斷何者為相關事件，何者為因果事件。 三、能說明控制變因、操作變因和應變變因的意義。 四、能設計簡單的實驗，並與同	2	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係。	學習單 上台分享

		學分享自己的想法。 五、培養獨立批判思考的能力。			
下	【生物】 人類的遺傳	一、了解基因、DNA 染色體的意義及關係。 二、了解人類的性別是如何決定的。 三、由植物生理、動物生理以及生殖、遺傳與基因，了解生命體的共同性及生物的多樣性。	2	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	學習單 上台分享
上	【理化】 進入實驗室	經由進入實驗室器材介紹安全守則的介紹讓學生自省自己是否符合科學家的特質未來是否可從事科學相關的課程	1	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力	上台分享
上	【生活科技】 營建科技的世界	1.藉由「建築空間規劃與設計」活動，認識建築結構的功能及其相關從業人員。 2.操作各種手工工具與機具，進而設計出屬於自己的創意作品！	1	1-3-2 了解自己的能力、興趣、特質所適合發展的方向 2-3-1 瞭解工作世界的類型及其內涵。 2-3-2 了解社會發展、國家經濟及科技進步與工作的關係。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	作品 學習單
下	【理化】 有機物在生活中的應用	1.認識生活中的食品中的營養素，以及對人體的影響。 2.探討保鮮食物的方法 3.認識清潔劑的原理與結構	2	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料 3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係。	上台分享

			4.學習簡單有機物的合成方法。			
國九	上	【地科】 變動的地球	學習設計並製作地球內部構造模型	1	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	作品 學習單
	上	【生活科技】 運輸載具	藉由製作「木頭飛機」活動，理解飛行器的飛行原理，並且學會操作各種手工工具，進而製造具飛行效果的自己的創意作品！	1	1-3-2 了解自己的能力、興趣、特質所適合發展的方向。 2-3-2 了解社會發展、國家經濟及科技進步與工作的關係。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	作品
	下	【理化】 電的輸送與消耗	1.能了解電的輸送方式、以及家庭電源插座的規格。 2.能從小培養電子學、電路學的興趣，思考自己的未來生涯是否從事電機、電子等相關科系。	1	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	上台分享
	下	【生活科技】 能源與動力	1.藉由「手搖手電筒」活動，使學生能理解發電與使用電力之原理。 2.應用課堂所學的技巧，利用手工工具及機具實際完成一台可手動發電與電池發電之兩用手電筒作品。	1	1-3-1 探索自我的興趣、性向、價值觀及人格特質。 1-3-2 了解自己的能力、興趣、特質所適合發展的方向。	作品

【科技領域】

國七	上	【生活科技】 科技新聞播報	藉由「科技新聞播報」活動，認識並介紹當今科技發展的現況。由老師引導介紹與科技相關領域的職場。	1	2-3-2 了解社會發展、國家經濟及科技進步與工作的關係。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	學生作品
	下	【生活科技】 產品設計與製作	1. 藉由「開發個人文具用品」活動，說明擔任設計工作者最需要的工作技能與內涵。 2. 讓學生透過實作，利用瓦楞紙板與飛機木短料，發揮創意，將室內平面圖依照等比例製作為立體模型。	1	1-3-1 探索自我的興趣、性向、價值觀及人格特質。 1-3-2 了解自己的能力、興趣、特質所適合發展的方向。	作品

【藝文領域】

國七	上	表演～打開表演藝術的大門	1. 認識表演藝術的範疇 2. 認識戲劇、影視及舞蹈表演的特質 3. 認識劇場藝術及劇場禮儀	5	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	1.學習單 2.照片
	下	設計一身台灣名作	1.認識台灣前輩藝術家，及了解其創作背景。 2.將台灣名作的藝術元素運用於服裝設計中。	3	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	學生作品
國八	上	【視覺藝術】 廣告好好看	1. 認識廣告創意的特質，體驗廣告創意的手法。	5	3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	學生作品

			2. 嘗試製作推銷地方產業的平面廣告。			
	下	【表演藝術】 變化萬千的舞臺空間	認識各種形式的舞臺及劇場分工	8	2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	學生作品展示
國九	上	【視覺藝術】 建築小旅行	1. 認識人與建築的關係，並欣賞古今中外建築藝術 2. 學習製作建築紙模型。 3. 利用建築模型為場景，拍攝逐格動畫。	10	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	學習單、學生作品
	下	【表演藝術】 力求創新的臺灣現代劇場	認識現今的表演藝術創作型態，產生新的理解和詮釋方法。	3	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	照片
【綜合領域】						
國七	上	【童軍】 攜手前行	透過小隊分工與小隊介紹的過程中，建立團隊合作的概念，並能在小隊合作時展現個人的興趣與專長，進而學習欣賞人我。	3	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	1.口頭表達 2.分組活動及比賽
	下	【輔導活動】 生涯交響樂	藉由展現個人興趣和專長的活動，以及互相回饋的過程，帶領同學進行自我探索。並透過生涯檔案的建構，將自我探索與國中生涯結合，奠定生涯輔導的基	3	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	1.口頭表達 2.角色扮演 3.分組活動

			礎觀念。			
國八	上	【輔導活動】 人際祕密	透過活動了解影響人際關係的各種因素，學習各種人際技巧，反思自己目前所擁有的人際特質與溝通能力，思考、擬定自己可以再提升的人際魅力計畫，並實踐於生活中。	3	2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	1.實作評量 2.小組討論
	下	【家政】 飲食地球村	1.探討不同區域烹調實作的技巧 2.體驗異國飲食文化 3.學習利用資源，展現個人專長與探索可能發展方向。	6	2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 2-3-3 瞭解社會發展階段與工作間的關係。	1 學習單 2 課堂問答 3 小組討論
國九	上	【輔導活動】 人生選擇～前進未來～生涯進路	協助學生對於國中 之升學進路有具體 認識。	2	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定能力。 3 -3-4 解教育及進路選擇與工作間關係。	1 口頭表達 2.分組活動及 比賽
國九	下	【家政】 愛面一族	1.將國中階段於家政課所學習到禮儀、技巧運用實際展現。 2.藉由認識肌膚及清潔皮膚，讓國九學生可以對於自己的儀態更瞭解	3	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	1.分組活動 2.實作評量 3.學習單
【健體領域】						
國七	上	活出青春的光彩	1.藉由活動認識自我，培養自我悅納的態度。	2	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價	學習單

			2.學習以正向語言、態度與行動面對生活。		值觀及人格特質所適合發展的方向。	
	下	羽中作樂(羽球)	1.了解羽球運動發展簡史與特性。 2.學會羽球握拍、發球與高遠球的動作與擊球要領。 3.藉由組合動作的練習，讓學生體驗合作學習的效果。 4.學習公平競爭、遵守規則的精神。	4	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	1.實作及表現 2.觀察
國八	上	捉摸不定(桌球)	1.學會正手平擊及正手發下旋球技術之要領。 2.蒐集臺灣殘障桌球好手的故事，並學習他們殘而不廢的奮鬥精神。 3.培養終生運動的習慣。 4.主動積極參與休閒活動。 5.培養團隊合作及互助的精神。 6.了解社區或學校桌球活動，並試著去參與。	4	2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	1.實作及表現 2.觀察
	下	救命二法寶-CPR	1.瞭解CPR使用時機 2.熟記CPR五個步驟之要領 3.體認心肺復甦術對維持傷患生命的重要 4.熟練CPR急救技巧	4	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.實作及表現 2.觀察

國九	上	叱吒風雲(籃球)	<ol style="list-style-type: none"> 1.了解三對三鬥牛比賽的方法。 2.了解並學會各種戰術。 3.熟練各種戰術並能加以運用。 4.培養互助合作的精神。 5.養成遵守規範並尊重他人的行為。 	4	<ol style="list-style-type: none"> 1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.實作及表現 2.觀察
	下	職業安全與健康	<ol style="list-style-type: none"> 1.了解職場環境常見的事故傷害與職業病，並能提出對應的健康促進與疾病預防方法。 2.能運用不同策略，滿足不同工作者的健康促進。 	2	<ol style="list-style-type: none"> 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。 	學習單

九、活動實施與進度：

實施活動	主辦單位	協辦單位	預定執行時間	實施對象	備註
一、組織運作					
成立「生涯發展教育工作執行委員會」	輔導室	各處室	108.08		
課程發展委員會下設「生涯發展教育議題課程小組」	教務處	輔導室	108.08		
召開生涯發展教育工作執行委員會	輔導室	各處室	108.10.14 108.12.23 109.03.23 109.06.15		
召開「生涯發展教育議題課程小組」會議	教務處	輔導室	108.10.14 109.03.23		
各領域融入課程	教務處	各領域教師	全學年		
二、全校學生共同性活動					
辦理親師生涯發展教育知能研習活動	輔導室	教務處 研發處 家長會	全學年	全校教師 家長	含升學宣導說明會
參訪活動—結合校外教學活動	學務處	輔導室	全學年	全校學生	自我覺察與探索
結合校內活動—社團活動、晨讀活動	學務處 圖書館	教務處 輔導室	全學年	國七八學生	自我覺察與探索
參訪生涯體驗活動、撰寫心得	輔導室	教務處 學務處	全學年	國七八學生	自我覺察與探索
建置學生生涯檔案 生涯檔案更新與檢核	輔導室	導師 輔導科老師	108.10-109.06	全校學生	自我覺察與探索
生涯輔導數位化系統 資料建置與更新	輔導室	教務處 學務處 導師 任課教師	全學年	全校學生	生自我覺察與探索
免試入學-多元學習表現積分檢核	輔導室	教務處 學務處	109.01 109.06	全校學生	生涯覺察與試探
個別生涯困擾諮商輔導與諮詢	輔導室	學務處	全學年	全校學生	自我覺察與探索
結合校慶～ 學長姐經驗分享	輔導室	學務處	108.11.10	全校學生	自我覺察與生涯選擇
國九適性入學家長說明會	輔導室	教務處	109.03.13 因應疫情取消	全校教師 家長	生涯選擇
國九選填志願家長說明會	輔導室	教務處	109.06.18	全校教師 家長	生涯選擇

實施活動	主辦單位	協辦單位	預定執行時間	實施對象	備註
三、分年級活動					
實施心理測驗— 智力測驗	輔導室	教務處	108.07.06	國七學生	自我覺察 與探索
學習地圖與生涯發展	輔導室	學務處	108.08.23		自我覺察 與探索
生涯定向活動— 直升學長姐楷模座談	輔導室	學務處	108.10.18		自我覺察 與探索
職群試探活動— 技職教育宣導	輔導室	教務處	108.12.21		生涯覺察
生涯定向活動— 職業達人講座	輔導室	學務處	108.12.06 109.05.22		生涯覺察
職群試探課程— 參加職業輔導研習營	輔導室	學務處	109.01 109.07		生涯探索
實施心理測驗— 適性化生涯性向測驗	輔導室	輔導科教師	109.03.16- 109.03.27	國八學生	生涯覺察
職群試探活動— 參訪社區技術型高中 I	輔導室	教務處 學務處	108.12.21		生涯覺察 與試探 (附件 3)
試探活動— 參訪社區五專 II	輔導室	教務處 學務處	109.05.29		生涯覺察 與試探
職群試探活動— 職群介紹週活動	輔導室	輔導科教師	109.03.09- 109.03.13		生涯覺察 與試探
生涯定向活動— 職業達人講座	輔導室	學務處	108.11.15 109.06.05		生涯覺察
職群試探課程— 參加職業輔導研習營	輔導室	學務處	109.01 109.07		生涯覺察 與試探
職群試探課程— 高中職體驗學習活動	輔導室	學務處	108.10- 109.06	生涯覺察 與試探	
實施心理測驗— 情境式生涯興趣測驗	輔導室	輔導科教師	108.09.17~ 108.09.21	國九學生	生涯探索 與進路選擇
職群試探課程— 技藝教育課程	輔導室	教務處 學務處	全學年		
進路選擇活動— 直升學長姐升學經驗座談	輔導室	教務處	108.10.18		進路選擇
職群試探課程— 高中職體驗學習活動	輔導室	學務處	108.10- 109.06	國九學生	生涯探索

產業參訪活動— 國九戶外教育	學務處	輔導室	108.10.24- 10.26	生涯覺察 與試探 (附件 4)
進路選擇活動— 國中畢業生適性入學 管道宣導	輔導室	教務處 輔導科教師	全學年	進路選擇
職群試探課程— 職業輔導研習營	輔導室	學務處	109.01	生涯探索
職群試探課程— 升學管道暨綜高宣導	輔導室	學務處	109.03	進路選擇
進路選擇活動— 特招甄選入學宣導	輔導室	教務處	109.03	進路選擇
職群試探活動— 職群介紹週活動	輔導室	輔導科教師 輔導老師	109.03.09- 109.03.13	進路選擇
職群試探課程— 職群參訪	輔導室	教務處	109.06.09	生涯探索
進路選擇活動— 免試入學選填志願 諮詢、輔導	輔導室	教務處 輔導科教師 輔導老師 導師	全學年	進路選擇

十、 經費需求：辦理經費共需新台幣 104,000 元整，由教育部及臺北市政府教育局專款支應。

十一、 預期成效及檢核機制：

1、 預期成效

(1) 質化部分：

1. 教師透過課程發展委員會議、生涯發展教育工作執行委員會議、各領域研究會議或研習等，討論生涯發展教育議題，讓全體教師隨時充實生涯發展相關概念，能落實生涯發展教育議題融入教學。
2. 學生藉由生涯議題融入教學與各項探索活動，提升學生對自我的認識與了解，並參與生涯試探活動，每個學生每學期皆能整理個人化生涯檔案，以利於國九時能做出多元適性之生涯探索與進路選擇。

(1)七年級階段—「自我覺察與探索」—透過各科生涯融入課程以協助學生覺察與探索自己的能力、興趣、性向、專長及價值觀為主。

(2)八年級階段—「生涯覺察與試探」:透過二次參訪社區技術型高中及五專，合作職群體驗活動，協助學生認識技職職群，如認識工業、商業、家政、醫護等職群相關行業，協助學生透過多元方式試探高中職、五專學程及群科。

(3)九年級階段—「生涯探索與進路選擇」:透過產業參訪、技藝教育課程職群試探等，以協助學生了解工作世界、蒐集生涯相關資訊，以及培養生涯進路抉擇能力為主。

3.協助家長建立並充實生涯發展概念，並提供生涯諮詢服務，以協助學生進行

生涯決定。

(2) 量化部分：

1. 本學年辦理教師生涯知能研習或課程發展委員會議、生涯發展教育工作執行委員會議、各領域研究會議或至少 12 場次，預計 150 人參加。
2. 本學年辦理家長生涯知能研習或宣導至少 2 場次，預計 100 人參加。
3. 本學年七、八、九年級各辦理生涯發展教育活動至少 2 場次，共計至少 6 場次預計 1200 人參加。
4. 國八學生均參訪並參與社區技術型高中、五專合作辦理之職群體驗活動至少 2 次，預計 400 人參與。
國七、國八學生能於每學年參加職業輔導研習營或生涯探索體驗活動至少 1 次，預計 200 人參加。
5. 國九學生能實地參訪(訪談) 職群相關機構至少 1 所，預計 200 人參加。
6. 國九學生能實地參業參訪至少 1 場所，預計 200 人參加。
7. 透過生涯檔案抽查讓全體學生每學年均能更新整理，建立學生生涯檔案及透過課程進入二代校務行政系統-生涯輔導系統，持續資料更新預計 642 人參加。

2、檢核機制

- (1) 列入本校輔導工作計畫及學校行事曆，召開生涯發展教育工作委員會進行工作成效檢核，精進改善，以落實推動。
- (2) 融入課程於學期末後實施成效檢核，填寫實施成效檢核表，如附件 5。
- (3) 各項活動均設計回饋表(包含質化與量化項目)，了解各項活動成效，如附件 6。
- (4) 藉由生涯發展教育工作執行委員會會議上下學期定期進行檢討與成效討論，並依本校檢核機制進行自我檢核。
- (5) 每學期期末填寫「國民中學生涯發展教育諮詢表」，藉由填寫國民中學生涯發展教育諮詢表進行自評，以了解執行成效並加以修正。

十二、 獎勵:

- 1、 各項活動表現優異學生，依各活動實施計畫辦理敘獎且公開表揚。
 - 2、 鼓勵學生於正式課程外及寒、暑假參加各式生涯探索體驗活動，撰寫反思心得繳交並登錄於生涯卡，累計三次敘嘉獎一次。
 - 3、 活動承辦人員依「公立高級中等以下學校教師成績考核辦法」辦理敘獎事宜。
- 十三、 本計畫經本校生涯發展教育工作執行委員會討論通過，陳校長核可，修正時亦同。