

# 臺北市立大同高級中學（國中部）110 學年度生涯發展教育實施計畫

一、計畫名稱：大同學子，大大不同。

二、依據：

- (一) 104 年 1 月 14 日華總一義字第 10400002681 號令公布「技術及職業教育法」。
- (二) 教育部「十二年國民基本教育課程綱要」生涯規劃教育議題學習主題及實質內涵。
- (三) 十二年國民基本教育課程綱要。
- (四) 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（教育部國民及學前教育署 107 年 5 月 14 日臺教國署國字第 1070049473B 號令）。
- (五) 臺北市政府教育局 110 年 6 月 16 日北市教中字第 11030548831 號函。

三、辦理目的：

- (一) 配合教育部「十二年國民基本教育課程綱要」生涯規劃教育議題學習主題及實質內涵及十二年國民基本教育課程內涵及精神，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：110 年 8 月 1 日至 111 年 7 月 31 日。

六、實施對象：110 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。

委員會定期召開會議討論本校國中生涯發展教育方向與重點，並提交各領域融入生涯規劃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。教育部「十二年國民基本教育課程綱要」生涯規劃教育議題學習主題及實質內涵。各領域融入生涯發展教育議題暨教育

部「十二年國民基本教育課程綱要」生涯規劃教育議題融入各學習領域之課程計畫提交課發會討論、審議。

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	教務主任陳文琪	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。
	總務主任陳瑞宜		
	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。
	國文領域召集人潘亮君	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規劃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		
	數學領域召集人楊嘉騏		
	社會領域召集人李意文		
	自然領域召集人賴麗琴		
	藝術領域召集人高千珊		
	綜合領域召集人蔡麗苑		
	科技領域召集人吳妮真		
健體領域召集人張浩桂			

活動組	資料組長陳文樺	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。
	輔導組長郭美菊		承辦與協辦相關活動及成果彙整。
	訓育組長趙彥凱		承辦與協辦相關活動及成果彙整。
	輔導活動科授課教師 朱睿祺		協辦生涯發展教育活動辦理與成果彙整。
	專任輔導教師王芃云師		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。

#### 八、課程規劃及資源運用：

##### (一) 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與探索，搜集教育與工作環境資訊，進行生涯決定與行動計畫。原則如下：

1. 課程規劃依照教育部「十二年國民基本教育課程綱要」生涯規劃教育議題學習主題及實質內涵以及教育部生涯發展教育議題能力指標，配合各學習領域之內容與進度，安排適當節數進行。
2. 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的生涯發展/生涯規劃教育課程及活動。
3. 為提升教師專業自主及符合學生生涯發展需求，採取自編教案、教材或學生學習單並運用於教學。
4. 透過教學活動，協助學生了解生涯發展之意義，適時指導學生充實生涯檔案之內容，輔導學生進路選擇。(參考附件 1)
5. 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)
6. 規劃辦理國中（八年級）學生社區技術型高級中等學校進行及五專專業群科參訪（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。
7. 因應疫情，故會滾動式修正。

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」：協助學生了解工作世界、蒐集生涯相關資訊，以培養生涯進路抉擇能力。

(二) 課程內容與實施策略：

本校生涯規劃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	融入單元名稱	議題學習主題	節數	議題實質內涵	實施成效檢核
<b>【語文領域—國文】</b>						
國七	上	那默默的一群	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (透過本文，了解清道婦對社會的貢獻，觸發對各行各業工作者的敬重，藉此提醒自己努力做好分內工作，並培養服務人群的責任心。)	3	涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。	學習單
	下	音樂家與職籃巨星	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (援引世界知名的音樂家與職籃明星的故事，強調不論	3	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觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	學習單

			是否具備天分，都必須經由苦練，方能有所成就，足以激發年輕世代在人生道路上積極奮鬥的動力。)			
國八	上	五柳先生傳	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (通過對五柳先生這一假想人物的描述來用以自況的文章，抒發了陶淵明的志趣。文中描述了一個愛好讀書、不慕榮利、安貧樂道、忘懷得失、率真自然的封建時代知識分子的形象。)	5	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觀。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	學習單
	下	樂府詩選 —木蘭詩	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (記述了木蘭女扮男裝，代父從軍，征戰沙場，凱旋迴朝，建功受封，辭官還家的故事，充滿傳奇色彩。)	5	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觀。 涯 J5：探索性別與生涯規劃的關係。	作文
國九	上	良馬對	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (透過食、飲、跑三方面比較良馬與劣馬的差異，藉此分辨賢才與庸才的差別，也闡明賢才自重自愛的道理。)	5	涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	作文或學習單

	下	求知若渴，永保傻勁 —賈伯斯的人生三堂課	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (賈伯斯透過敘述自己的身世、求學經歷與創業過程，及被蘋果公司開除之後，心境的調適與東山再起。最後分享自己罹癌時對生命的領悟，鼓勵莘莘學子勇敢活出自我。)	5	涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	作文或學習單
--	---	-------------------------	--	---	-------------------	--------

**【語文領域—英文】**

國七	上	L.1 Who's this young man?	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作	1	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。	上課照片 小組討論
	下	L.1 I play basketball everyday.	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作	1	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觀。	上課照片 小組討論
國八	上	L3 When Conner Ran, He Pushed Cayden in a Chart.	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作	1	涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	上課照片 小組討論
	下	L1 I'M Going to Buy Her a Present	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (說明兩性互動與相處。介紹各國的情人節)	1	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。	上課照片 小組討論

國九	上	L.6 I Have to Decide Whether I should Go to High School or a Vocational School	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (了解討論未來志向時的態度及相法)	1	涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	上課照片 小組討論
	下	L.1 Did You Know LINE Had Been Invented to Help People?	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	上課照片 小組討論

**【數學領域】**

國七	上	3-3 一元一次方程式的應用	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (藉由丟番圖的墓碑故事，與學生討論個人生涯發展規劃。)	1	涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。	學習單
	下	3-1 直角坐標平面	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	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觀。	學習單
國八	上	2-1 平方根的意義	生涯教育與自我探索 (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。)	1	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觀。	影片心得分享 學習單
	下	1-2	生涯教育與自我	1	涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育	學習單

		等差級數	探索 生涯規劃與工作 (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。)		環境的資料。	
國九	上	1-3 相似三角形的應用	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	學習單
	下	3-1 統計表圖與資料的分析	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.認識了解各項職群。 2.嘗試培養生涯規劃的能力。)	1	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	學習單
<b>【社會領域】</b>						
國七	下	第 4 章 工業與國際貿易	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (在學習三級產業後，分析臺灣未來的產業發展趨勢。思考自己的未來職業與產業之關係，與所需具備的能力。)	1	涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀 涯 J6 建立對於未來生涯的願景 涯 J9 社會變遷與工作環境的關係	學習單



國八	上	第 6 章政治參與	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (透過瞭解我國選舉制度，認識各公職人員的職務及重要性。)	1	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觀。	口頭分享
	上	第 6 章晚清社會文化的調適與變遷	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (瞭解民初時代的社會轉遷，分析自己的能力與興趣，如何因應時代的需求，設計招募人才的海報與求職履歷表。)	1.5	涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	課程活動
	下	第 4 章 刑事訴訟	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (透過訴訟制度瞭解我國法庭上的角色及其任務。)	1	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觀。	口頭分享
國九	上	第 2 課 生產與利潤	生涯規劃與工作 (瞭解生產者的工作內容。)	1	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	口頭分享
<b>【自然科學領域】</b>						
國七	上	<b>【生物】</b> 科學方法、 進入實驗室	生涯教育與自我探索 (1.科學研究的一般步驟流程。 2.從科學新聞中判斷何者為相關事件，何者為因果事件。 3.說明控制變因、操作變因和應變變因的意義。)	3	涯 J3:覺察自己的能力與興趣。	學習單 上台分享

國 八			4.設計簡單的實驗，並與同學分享自己的想法。 5.培養獨立批判思考的能力。)			
	下	【生物】 人類的遺傳	生涯教育與自我探索 (1.了解基因、DNA 染色體的意義及關係。 2.說明人類的性別是如何決定的。 3.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。)	3	涯 J5:探索性別與生涯規劃的關係。	學習單 上台分享
	上	【理化】 進入實驗室	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。	上台分享
	下	【理化】 有機物在生活中的應用	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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 4.學習簡單有機物的合成方法。)	2	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。	上台分享

國 九	上	【理化】 簡單機械	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.認識簡單機械的種類，以及利用簡單機械來處理個人生活上的相關問題。 2.能從小培養機械、動力學的興趣，思考自己的未來生涯是否從事機械、動力等相關科系。)	1	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	學習單
	上	【地科】 變動的地球	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (學習設計並製作地球內部構造的模式)	1	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	作品 學習單
	下	【理化】 電的輸送與消耗	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	上台分享
<b>【科技領域】</b>						
國 七	上	【生活科技】 科技新聞播報	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (藉由「科技新聞播報」活動，認識並介紹當今科技發展的現況。)	2	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。	學生作品

國 八			由老師引導介紹與科技相關領域的職場。)			
	下	【生活科技】 設計圖繪製	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.藉由「繪製工程圖」活動，學習生活中各種圖像功能與工程圖繪製在當代社會中的重要性。 2.讓學生透過實際繪製設計圖，探索個人在圖像、空間等能力上的性向與興趣。)	6	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。	學生作品
	上	【生活科技】 越野車設計製作	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 生涯決定與行動計畫 (1.透過認識汽車的發展與動力原理，設計並製作越野車。 2.讓學生在認識汽車發展中，理解製造業地的工作內涵及探索個人興趣。)	2	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。	學生作品
	下	【生活科技】 能源與電	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.藉由目前能源使用及電力來源的課程，使學生能理解各種不同發電方式。 2.透過影片中的介紹，帶領學生認識各種電力工程中從業人員的工	2	涯 J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。	學習單

			作性質。)			
<b>【藝術領域】</b>						
國 七	上	<b>【視覺藝術】</b> 世界各地的角落：偶文化之旅	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.瞭解與欣賞世界各國的偶戲文化。 2.能利用構成原理，製作具有明顯個性的紙偶。)	5	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觀。	學習單 學生作品
	下	<b>【音樂】</b> 唱吧！我愛的大同	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.了解指揮的意義與基礎技能 2.樂曲的表現法 3.團體歌唱的特色與重點。)	6	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觀。 涯 J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。	照片
國 八	上	<b>【視覺藝術】</b> 創造廣告	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.認識廣告創意的特質，體驗廣告創意的手法。 2.嘗試製作推銷地方產業的平面廣告。)	5	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。	學生作品
	下	<b>【表演藝術】</b> 好戲開鑼現風華	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 生涯決定與行動計畫  (認識臺灣傳統戲曲的種類與內涵、臺灣歌仔戲及客家戲的發展及表演內涵，並實際體驗臺灣歌	5	涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	實作

			仔戲的行當、身段、劇本。)			
國九	上	【音樂】 離情依依—班級音樂會	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (1.認識音樂會製作的相關事宜與注意事項 2.透過團隊合作，規畫班級音樂會，並實際以音樂會形式演出。)	10	涯J3覺察自己的能力與興趣	學生成果展示(照片)
	下	【表演藝術】 力求創新的臺灣現代劇場	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 生涯決定與行動計畫  (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	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	照片
<b>【綜合領域】</b>						
國七	上	【童軍】 攜手前行	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J3 覺察自己的能力與興趣 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀 涯 J6 建立對於未來生涯的願景	1.口頭表達 2.分組活動及比賽
	下	【輔導活動】 生涯交響樂	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作	3	涯 J3 覺察自己的能力與興趣 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀 涯 J6 建立對於未來生涯的願景	1.口頭表達 2.角色扮演 3.分組活動

			(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，奠定生涯輔導的基礎觀念。			
國八	上	【輔導活動】 人際祕密	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	J3 覺察自己的能力與興趣 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀 J6 建立對於未來生涯的願景	1.實作評量 2.小組討論
	下	【家政】 飲食地球村	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J3 覺察自己的能力與興趣 涯 J4 瞭解自己的人格特質與價值觀 涯 J6 建立對於未來生涯的願景	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	生涯規劃與工作 生涯決定與行動計畫	2	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	1 口頭表達 2.分組活動及比賽

國九	下	【家政】 愛面一族	生涯規劃與工作 生涯決定與行動計畫  (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	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	1.分組活動 2.實作評量 3.學習單
	<b>【健體領域】</b>					
國七	上	活出青春的光彩	生涯規劃與工作 (1.藉由活動認識自我，培養自我悅納的態度。 2.學習以正向語言、態度與行動面對生活。)	2	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	學習單
	下	羽中作樂（羽球）	生涯規劃與工作 (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	涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 涯 J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。	1.實作及表現 2.觀察



國 八	上	彈跳之間—桌球	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 涯 J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。	1.實作及表現 2.觀察
	下	急救一瞬間-CPR+AED	生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 (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	涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 涯 J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。	1.實作及表現 2.觀察

國 九	上	叱吒風雲（籃球）	<p>生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作</p> <p>(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。)</p>	4	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	<p>1.實作及表現 2.觀察</p>
	下	職業安全與健康	<p>生涯教育與自我探索 生涯規劃與工作 生涯決定與行動計畫</p> <p>(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。)</p>	2	涯 J3 覺察自己的能力與興趣	學習單

(三)學校生涯檔案架構及內容

學生於生涯檔案抽查時，輔導室檢核內容與項目如下

生涯檔案個人檢核表

年級	類別	檔案項目內容	自我檢核 (打勾)	教師檢核 輔導室檢核
七年級	自我探索	自我介紹__小檔案		
	學習成長 歷程	各科優良學習單或作品照片		
	生涯探索	我的特質密碼人格特質剖析 -周哈里窗		
		我的多元智慧		
	特殊表現	獎狀、證書、活動或檢定		
	生涯資訊	二代校務行政系統建置		
八年級 上學期	自我探索	我的學習類型(視聽覺)		
	學習成長 歷程	各科優良學習單或作品照片		
	特殊表現	獎狀、證書、活動或檢定		
	生涯資訊	二代校務行政系統建置		
八年級 下學期	心理測驗	性向測驗		
	學習成長 歷程	各科優良學習單或作品照片		
	生涯探索	高中高職之比較		
	特殊表現	獎狀、證書、活動或檢定		
	生涯資訊	二代校務行政系統建置		
九年級	職業資訊 搜查	我的升學路(學制介紹)		
	心理測驗	生涯興趣量表		
	學習成長 歷程	各科優良學習單或作品照片		
	生涯探索	高職十五群科表		
	自我生涯 決定	做決定的方法— 決定平衡單 (生涯規劃書)		
	特殊表現	獎狀、證書、活動或檢定		
	生涯資訊	二代校務行政系統建置		

九、活動實施與進度（暫定）：

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	110.08		
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	110.08		
召開生涯發展教育工作執行委員會	輔導室	各處室	110.10.25 110.12.27 111.03.29 111.06.07		
召開「生涯發展教育議題課程小組」會議	教務處	輔導室	110.09 111.03		
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	110.10- 111.06	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
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	110.11.13	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	111.03.05	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	111.06.18	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	110. 10.01	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	110.08.25		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	110.10.22		自我覺察 與探索
生涯定向活動— 職業達人講座	輔導室	學務處	(1)110.11.19 (2) 110.5.28		生涯覺察
職群試探活動— 職群介紹活動	輔導室	輔導科教師	111.03		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	111.01 111.07		生涯探索
實施心理測驗— 適性化職涯性向測驗	輔導室	輔導科教師	111.03	國八學生	生涯覺察
生涯定向活動— 職業達人講座	輔導室	學務處	(1)110.12.10 (2)111.04.23		生涯覺察
職群試探活動— 職群介紹週講座	輔導室	輔導科教師	111.03.15- 111.03.18		生涯覺察 與試探
試探活動— 參訪社區技術型高中	輔導室	教務處 學務處	110.10.13		生涯覺察 與試探
職群試探課程— 參加職業輔導研習營	輔導室	學務處	110.01 111.07		生涯覺察 與試探
職群試探課程— 社區高中體驗學習活動	輔導室	學務處	110.10- 111.06		生涯覺察 與試探
實施心理測驗— 情境式職涯興趣測驗	輔導室	輔導科教師	110.11	國九學生	生涯探索 與進路選擇

職群試探課程— <b>技藝教育課程</b>	輔導室	教務處 學務處	全學年		生涯覺察 與試探
進路選擇活動— <b>直升學長姐學習經驗 座談</b>	輔導室	教務處	110.10.29		進路選擇
職群試探課程— <b>社區高中體驗學習活動</b>	輔導室	學務處	110.10- 111.06		生涯探索
產業參訪活動— <b>國九戶外教育</b>	學務處	輔導室	110.10.20- 10.22		生涯覺察 與試探 (附件 4)
進路選擇活動— <b>國中畢業生適性入學 管道宣導</b>	輔導室	教務處 輔導科教師	全學年		進路選擇
進路選擇活動— <b>五專入學宣導</b>	輔導室	教務處	111.03		進路選擇
職群試探活動— <b>職群介紹週講座</b>	輔導室	輔導科教師 輔導老師	111.03.15- 111.03.18		進路選擇
職群試探課程— <b>參訪社區技術型高中</b>	輔導室	教務處	111.05		生涯探索
進路選擇活動— <b>免試入學選填志願 諮詢、輔導</b>	輔導室	教務處 輔導科教師 輔導老師 導師	全學年		進路選擇

因應疫情，故會滾動式修正。

- 十、 經費需求：依課程規劃實際需要合理編列，由臺北市政府教育局審查通過後，函報教育部國民及學前教育署申請補助，辦理經費共需新台幣 104,000 元整。(經費之計算為全校班級數(21)×3,000 元+國八辦理社區技術型高級中等學校專業群科參訪活動班級數(7)×3,000 元+20,000 元=104,000 元整)。

十一、 預期成效及檢核機制：

(一) 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。

⊕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。

⊕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。

⊕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、各領域研究會議至少 12 場次，預計 110 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) 國八學生全員參訪並參與社區技術型高中、五專之職群體驗活動至少 2 次，預計 400 人參與。

(5) 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。

(6) 國九學生能實地參訪（訪談）技術型高中學校至少 1 所，預計 200 人參加。

(7) 國九學生能實地產業參訪至少 1 場所，預計 200 人參加。

(8) 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 618 人參加。



## （二）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:

- （一）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。
- （二）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。
- （三）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。