

臺北市 木柵 國民中學

107 學年度第 1 學期 九年級 綜合活動 領域 輔導 課程計畫

教科書版本：康軒 版

編撰教師：綜合活動領域九年級任課教師

**本學期學習目標**

- (一)探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。
- (二)能考量個人情況，擬定出合乎自己需求的時間規劃。
- (三)能規劃自己的生涯計劃，並能了解自己內在條件與外在助力、阻力。

**本學期各單元內涵**

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	能力指標	重大議題	節數	評量方法	備註
第一週	08/27   09/02	課程介紹	認識本學期課程內容與學習目標。	2-4-6	生涯發展教育	1	學習態度	
第二週	09/03   09/09	蓄勢待發-自我檢視	1. 探索自我及認識自己目前的狀態。 2. 了解在國中生涯最後一年的規劃，學會以合宜心態與行動面對九年級的生活。	1-4-1 2-4-6	生涯發展教育 生命教育	3	學習態度 口頭發表 活動參與 課程觀察 學生省思	
第三週	09/10   09/16							
第四週	09/17   09/23							
第五週	09/24   09/30							
第六週	10/01   10/07	高校情報站-高中職大不同	1. 透過資料的蒐集與討論，認識各種學制與科系的特色及內涵，增進對未來生活的理解及升學選校的參考。 2. 增進蒐集、判斷、運用資料的能力。	1-4-3	生涯發展教育 資訊教育	4	學習態度 口頭發表 活動參與 小組討論 學生省思	
第七週	10/08   10/14							
第八週	10/15   10/21							
第九週	10/22   10/28							
第十週	10/29   11/04	開啟升學大門-夢想旅途啟程	1. 探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 2. 認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	2-4-7	生涯發展教育 性別平等教育 資訊教育	3	觀察學生 態度評定 小組分享 口頭報告	

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	能力指標	重大議題	節數	評量方法	備註
第十一週	11/05   11/11							
第十二週	11/12   11/18							
第十三週	11/19   11/25	興趣測驗	透過測驗認識自己的職業與興趣組型，思考適合自己的生涯方向為何。	2-4-7 1-4-2	生涯發展教育	3	學習態度 口頭發表 學習單	
第十四週	11/26   12/02							
第十五週	12/03   12/09							
第十六週	12/10   12/16	旅途好夥伴	檢視自己的人際關係與支持系統，了解自己可運用的資源有哪些。 培養團體合作能力。	2-4-7 1-4-2	生命教育 社會教育	2	學習態度 口頭發表 小組評量	
第十七週	12/17   12/23	全面啟動-學習計畫與時間管理	1. 學會以擬定目標與行動計畫，針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。 2. 探討自己目前的生活型態，認識時間管理的重要性並知道該如何進行時間規劃。	1-4-3 2-4-1 2-4-4	家政教育 生命教育 生涯發展教育	3	學習態度 口頭發表 小組活動 學習單	
第十八週	12/24   12/30							
第十九週	12/31   01/06							
第二十週	01/07   01/13	我的故事 第三次段考 結業式	1. 了解自我概念與生涯的關連。 2. 將相關資訊彙整，建立生涯檔案與生涯儀表板。 3. 協助學生有系統的整理個人學習與成長紀錄。	1-4-1 2-4-1	性別教育 生涯教育	2	課堂觀察 口頭發表 文字發表 實作評量 檔案評量	
第二十一週	01/14   01/20							

臺北市 木柵 國民中學

107 學年度第 2 學期 九年級 綜合活動 領域 輔導 課程計畫

教科書版本：康軒 版

編撰教師：綜合活動領域九年級任課教師

**本學期學習目標**

- (一)能將國中以來對自我探索的資料加以整理並檢視。
- (二)能將自己面對夢想的態度以各種方式表達出來。
- (三)透過多種正面積極的思考上來協助同學去調適或面對壓力。
- (四)能將所學到有關調適壓力的方式加以實踐，試著去感受這項方式所能帶來的助益。
- (五)能從實現生涯夢想者的身上得到正面啟發並對未來職業世界有所認識。
- (六)對於自己的生涯夢想，能付諸行動去實現。

**本學期各單元內涵**

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	能力指標	重大議題	節數	評量方法	備註
第一週	02/11   02/17	課程介紹	認識本學期課程內容與學習目標。	2-4-6	生涯發展教育	1	學習態度 口頭發表	
第二週	02/18   02/24	抉擇時刻-生涯 規劃書	1. 了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2. 透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。 3. 製作升學資料夾，掌握重要升學行事。	2-4-6 2-4-7	生涯發展教育 性別平等教育 資訊教育	4	學習態度 口頭發表 實作評量 學習單 學生省思	
第三週	02/25   03/03							
第四週	03/04   03/10							
第五週	03/11   03/17							
第六週	03/18   03/24							
第七週	03/25   03/31							
第八週	04/01   04/07							
第九週	04/08   04/14	我們的故事-休 止符	認識過去經驗對自己的意義與影響，省思其成長意義	1-4-1 3-4-2	生涯發展教育 性別平等教育 家政教育	3	學生態度 口頭發表 實作評量 學生省思	
第十週	04/15   04/21							
第十一週	04/22   04/28							
第十二週	04/29   05/05	壓力調適	學習適當的壓力調適方法。	1-4-1	生涯發展教育	2	學習態度 分組活動	

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	能力指標	重大議題	節數	評量方法	備註
第十三週	05/06   05/14							
第十四週	05/13   05/19	考前小叮嚀	提醒考前及考試時注意事項。	2-4-3	生涯發展教育	1	態度檢核 口頭發表	
第十五週	05/20   05/26	傳愛·薪傳	回顧國中生活，學習表達感謝、祝福與惜別。	1-4-5 3-4-2	生涯發展教育 家政教育	3	課堂觀察 學生態度 口頭發表 學生省思	
第十六週	05/27   06/02							
第十七週	06/03   06/09							
第十八週	06/10   06/16	給一年後的自己	能夠省思自己目前的生命起伏，並學習把握當下，給予未來的自己提醒。	1-4-1	生涯發展教育 生命教育	1	學習態度 口頭發表 學生省思	