

一、本領域輔導科每週學習節數（1）節，本學期共（21）節。

二、本學期學習目標：（以條列式文字敘述）

（一）探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。

（二）認識壓力，進而擁有管理、面對壓力之能力。

三、本學期課程架構：（各校自行視需要決定是否呈現）

四、本學期課程內涵：

教學期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	融入議題
第一週 8/30	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。	【活動】建立學生輔導基本資料 1. 填寫學生輔導資料表（A 表）及國中學生生涯輔導紀錄手冊 2. 課程介紹：教師說明這學期課程內容、評量標準。	1	配合學校行事，使用 1. 學生輔導資料表（A 表） 2. 國中學生生涯輔導紀錄手冊	觀察學生 態度檢核	生涯發展教育 1-3-1 探索自我的興趣、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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。

第二週 9/2-9/6	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-2 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。	【生涯金三角】 1. 介紹生涯金三角。 2. 帶領學生思考自己在規畫未來時，可能需考量的因素。	1	自編教材	態度評定 口頭發表 資料蒐集整理	生涯發展教育 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。 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。
第三週 9/9-9/13	1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	【給會考前的自己的一封信】 1. 同理學生面對會考的壓力，鼓勵學生寫下鼓勵自己的一封信 2. 老師代為保管，於會考前收到該節課寫給自己的一封信	1	自編教材	態度評定 實作評量	
第四週 9/16-9/20	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【條條大路通羅馬(一)】 1. 多元進路介紹與討論。 (高中、高職、五專、綜合高中) 2. 相關 Q&A。	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 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。

第五週 9/23-9/27	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【條條大路通羅馬(二)】 1. 多元進路介紹與討論。 (軍校、實用技能班、建教合作班) 2. 相關 Q&A。	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 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。
第六週 9/30-10/4	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【會考免試入學辦法說明】	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 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。
第七週 10/7-10/11	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【特色招生、藝才班甄選辦法說明】	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 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。

第八週 10/14-10/18	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	*第一次定期評量 【認識高職職群（一）】 1. 教師說明高職的職群：機械群、電機電子群、動力機械群、化工群。 2. 透過相關影片欣賞，讓學生更能理解該職群的「專業科目」及「實習課程」。	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 2-2-3 認識不同類型工作內容。 2-2-5 培養對不同類型工作的態度。 2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。
第九週 10/21-10/25	1-4-2 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【國中新編多元性向測驗施測(一)】	1	中國行為科學社出版之國中新編多元性向測驗	態度評定	生涯發展教育 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。

第十週 10/28-11/1	1-4-2 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【國中新編多元性向測驗(二)】	1	中國行為科學社出版之國中新編多元性向測驗	態度評定	生涯發展教育 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。
第十一週 11/4-11/8	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【認識高職職群(二)】 1. 教師說明高職的職群：土木與建築群、設計群、海事群、水產群、餐旅群。 2. 透過相關影片欣賞，讓學生更能理解該職群的「專業科目」及「實習課程」。	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 2-2-3 認識不同類型工作內容。 2-2-5 培養對不同類型工作的態度。 2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。

第十二週 11/11-11/15	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【認識高職職群（三）】 1. 教師說明高職的職群：家政群、商管群、藝術群、農業群、食品群。 2. 透過相關影片欣賞，讓學生更能理解該職群的「專業科目」及「實習課程」。	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 2-2-3 認識不同類型工作內容。 2-2-5 培養對不同類型工作的態度。 2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。
第十三週 11/18-11/22	1-4-2 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【國中新編多元性向測驗結果說明】 1. 教師說明學生性向測驗的結果。 2. 相關 Q&A。	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理	生涯發展教育 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。

第十四週 11/25-11/29	1-4-2 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	*第二次定期評量 *九年級畢旅 11/27-11/29 【模擬志願選填（一）】 1. 透過學生對多元進路及入學方式的了解，協助學生思考自己的生涯方向 2. 協助學生搭配模擬考成績、性向測驗、興趣測驗結果填寫適合自己的志願	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理 實作評量	生涯發展教育 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。
第十五週 12/2-12/6	1-4-2 展現自己的興趣與專長並探索自己可能的發展方向。 1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。	【模擬志願選填（二）】 1. 透過學生對多元進路及入學方式的了解，協助學生思考自己的生涯方向 2. 協助學生搭配模擬考成績、性向測驗、興趣測驗結果填寫適合自己的志願	1	自編教材	態度評定 資料蒐集整理 實作評量	生涯發展教育 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。

第十六週 12/9-12/13	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事物。	【夢想實踐家】 1. 學生分享生活周遭的生涯目標實現者 2. 思考這些生涯目標實現者所擁有的特質。 3. 透過短片，結合上節歸納之實現者特質，訂定自我理想目標，並學習實現者面對逆境與自我裝備的精神。	1	翰林版第五冊 主題一我的人生、我的選擇 單元一生涯夢想家	態度評定 口頭發表	生涯發展教育 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。
第十七週 12/16-12/20	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	【「國中學生生涯輔導紀錄手冊」檢查與核章。】	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 書面完成度	生涯發展教育 1-3-1 探索自我的興趣、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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。

第十八週 12/23-12/27	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	【與壓力共舞(一)】 1. 認識壓力的來源及其對身體、情緒等的影響。 2. 覺察自己的壓力狀態。	1	自編教材	態度評定 實作評量	
第十九週 12/30-1/3	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。	【與壓力共舞(二)】 1. 認識各種紓解壓力的方法。 2. 學會使用腹式呼吸法紓解壓力。	1	自編教材	態度評定 實作評量	
第二十週 1/6-1/10	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。	【課程總回顧】 1. 回顧本學期課程檢視自己的學習成果 2. 介紹下學期課程內容、進度、評量方式。	1	自編教材	態度評定 口頭發表	
第二十一週 1/13-1/17		*【第三次定期評量】 課程調性週				
第二十二週		1/20 休業式				

五、補充說明（例如：說明本學期未能規劃之課程銜接內容，提醒下學期課程規劃需注意事項……）

