

臺北市立忠孝國民中學 104 學年度

生涯發展教育實施計畫

【基本資料】

學校班級編制 1. 以 104 學年度班級數為基準。 2. 含自足式特教班：美術班、音樂班、體育班、舞蹈班、身障班。	年級	班級數	學生數		
	七年級	8 班	180 人		
	八年級	8 班	222 人		
	九年級	8 班	251 人		
	合計	24 班	653 人		
年度生涯發展教育經費	來源 學年度	地方政府補助 (含教育部)	學校 預算	自行籌措 (如無， 請填「0」)	合計
	上學年度	85,400 元	元	0 元	85,400 元
	本學年度	113,300 元	元	0 元	113,300 元
技藝教育開辦情形	抽離式技藝教育課程：0 班，0 人 技藝教育專班：0 人(無辦理者免填)				
學 聯 絡 人	姓名：林佳誼 職稱：資料組長 辦公室電話：(02)2552-4890#63 傳真：2552-1448 e-mail：affable0102@gmail.com 手機號碼：0987807941 學校地址：臺北市大同區西寧北路 32 號				

承辦人

承辦處室主任

校長

會辦各處室主任

教務處

學務處

總務處

會計室

壹、計畫名稱：探索三年、展翅高飛

貳、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)「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」（104.2.10 教育部國民及學前教育署臺教國署國字第 1030419180B 號令修正發布）
- (三)臺北市政府教育局 104 年 6 月北市教中字第 10435583100 號函。

參、辦理目的

- 一、透過教學及各式活動，協助學生覺察與探索自我能力、興趣、性向、專長與價值觀等。
- 二、協助學生認識職業世界並習得開展自我生涯的方法。
- 三、協助學生建立生涯檔案，做好生涯規劃，以適應社會環境的變遷。
- 四、針對技藝學習有興趣之學生開設技藝教育選修課程，協助其認識職業群類科，以利未來生涯發展。

肆、辦理單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺北市政府教育局
- 三、承辦單位：臺北市立忠孝國民中學

伍、辦理期程

104 學年度（104 年 8 月 1 日至 105 年 7 月 31 日）

陸、實施對象

104 學年度全體學生

柒、行政組織與運作

成立「生涯發展教育工作執行委員會」，並於學校課程發展委員會下設立「生涯發展教育議題課程小組」，審查「生涯發展教育議題」教學活動相關設計與規畫。

職稱	人員	工作項目
召集人	校長	督導生涯發展教育。
副召集人	教務主任	協助規畫生涯發展教育融入課程、彈性課程及技藝教育學程等事宜。
執行秘書	輔導主任	策劃生涯發展教育之實施。

行政組	學務主任 總務主任 人事主任 會計主任 資料組長	一、計畫執行進度控管。 二、行政業務。
教學組	教學組長	課程教學進度控管。
	各領域召集人	生涯發展教育融入各領域實施課程與教學。
活動組	輔導組長 資料組長 訓育組長 七年級導師代表 八年級導師代表 九年級導師代表	一、計畫執行進度控管。 二、活動策劃及執行。

捌、課程規劃

本校生涯發展教育透過課程發展委員會研擬符合學生需要、教師專長與社區特色之課程，協助學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇。執行方式包括融入各領域課程教學、彈性學習節數、規劃選修課程、教師自編教材及特色課程、運用相關活動等。另結合高中、高職、五專、畢業生、家長及社區等相關資源，包含：邀請畢業生校友、家長、社區及相關機構專業人士擔任各項選修課程、宣導活動、親職講座與父母成長班等講師、高中職及五專參訪與體驗活動、高職與五專免費交通車接送服務…等，共同合作推動生涯發展教育。

一、融入各領域課程教學：(審查後修正)

學習領域	任課教師	融入單元名稱	實施對象	實施時間	生涯發展教育分段能力指標
語文領域 (國文)	各班國文領域教師	七上第 1 課—夏夜 七上第 2 課—絕句選 七上第 4 課—做自己的貴人 七上第 5 課—心囚 七上第 6 課—超越空間的藩籬 七上第 7 課—兒時記趣 七上第 8 課—紙船印象 七上第 9 課—背影 七上第 10 課—謝天 七上第 11 課—論語選 七上第 12 課—音樂家與職籃巨星	七年級	上、下學期國文課	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。 2-3-3 了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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。
		八上第 1 課—田園之秋選 八上第 2 課—聲音鐘 八上第 3 課—世說新語選 八上第 4 課—賣油翁 八上第 5 課—古詩選	八年級	上、下學期國文課	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

		<p>八上第 6 課—余光中詩選</p> <p>八上第 9 課—愛蓮說</p> <p>八上第 10 課—麥帥為子祈禱文</p> <p>八上第 11 課—張釋之執法</p> <p>八上第 12 課—永遠的低姿態</p> <p>八下第 1 課—一棵開花的樹</p> <p>八下第 2 課—木蘭詩</p> <p>八下第 3 課—我所知道的康橋</p> <p>八下第 5 課—幽夢影選</p> <p>八下第 6 課—為學一首是子姪</p> <p>八下第 7 課—人生需求愈少，負擔愈輕</p> <p>八下第 8 課—捨者的大智慧</p> <p>八下第 9 課—陋室銘</p> <p>八下第 10 課—來到部落的文明</p> <p>八下第 11 課—空城計</p>		<p>的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。</p> <p>3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。</p> <p>3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。</p> <p>3-3-5 發展規劃生涯的能力。</p>
		<p>九上第 1 課—生於憂患死於安樂</p> <p>九上第 2 課—五月天—成功是失敗的累積</p> <p>九上第 3 課—詞選</p> <p>九上第 4 課—土</p> <p>九上第 5 課—大明湖</p> <p>九上第 8 課—青鳥就在身邊</p> <p>九上第 9 課—寄弟墨書</p> <p>九上第 10 課—楊柳作文</p> <p>九上第 11 課—習慣說</p> <p>九上第 12 課—繞一條比較選的路</p>	<p>九 年 級</p> <p>上、 下學 期國 文課</p>	<p>1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。</p> <p>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。</p> <p>3-3-5 發展規劃生涯的能力。</p>

		<p>九下第 1 課—鄒忌諷齊王納諫</p> <p>九下第 3 課—元曲選</p> <p>九下第 4 課—石澗</p> <p>九下第 5 課—座右銘</p> <p>九下第 6 課—求知若渴，永保 傻勁——賈伯斯的人生三堂課</p> <p>九下第 7 課—與宋元思書</p> <p>九下第 8 課—與荒野相遇</p> <p>九下第 9 課—大鼠</p> <p>九下第 10 課—射鵰英雄傳— 智鬥書生</p>			
語文 領域 (英 語)	各班 英語 領域 教師	<p>八上第 1 課—I Enjoyed My Summer Vacation</p> <p>八上第 2 課—My Parents Bought Me Two Tickets</p> <p>八上第 4 課—People Were Celebrating</p> <p>八上第 5 課—Don' t You Want to Open the Present Now?</p> <p>八上第 7 課—The Real Fun Will Begin</p> <p>八下第 2 課—It' s More Dangerous to Shop Online</p> <p>八下第 3 課—The World' s Tallest Building</p> <p>八下第 7 課—If We Believe in Ourselves, We Can Do Anything</p>	八 年 級	上、 下學 期英 語課	<p>1-3-1 探索自己的興趣、性 向、價值觀及 人格特質。</p> <p>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。</p>
語文 領域	各班 英語	<p>九上第 4 課—While He Was Leaving for the Pet Shop,</p>	九 年	上、 下學	1-3-1 探索自己的興趣、性

(英語)	領域 教師	He Heard a Strange Noise 九上第 4 課—Do You Know How Astronauts Live in Space 九下第 1 課—美濃紙傘 九下第 3 課—Halloween Eve 九下第 4 課—蝴蝶生態保育 九下第 5 課—青少年的煩惱	級	期英 語課	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。 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。
數學 領域	各班 數學 領域 教師	九下—應用問題(1) 九下—應用問題(2)	九 年 級	上、 下學 期數 學課	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。
自然 領域	各班 自然 領域 教師	生物七上—有性生殖 生物七上—孟德爾的遺傳法則 生物七上—人類的遺傳 生物七上—基因與遺傳	七 年 級	上、 下學 期自 然課	1-3-1 探索自己 的興趣、性 向、價值觀及 人格特質。
		理化八上—食品科學	八 年 級	上、 下學 期自 然課	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。 3-3-1 培養正確 工作態度及價 值觀。

社會 領域	各班 社會 領域 教師	公民七上第 1 章—自我的成長 公民七上第 5 章—學習新天地 歷史七下第 4 章—戰後臺灣的政治變遷 歷史七下第 5 章—戰後臺灣外交與兩岸關係 歷史七下第 6 章—戰後臺灣的經濟與社會	七年級	上、下學期社會課	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。
		歷史八上第 2 章—秦漢帝國 歷史八第課—胡漢融合的隋唐帝國 歷史八第課—多民族並立的宋元時期 歷史八第課—明代與盛清的發展 歷史八第課—國民政府的統一	八年級	上、下學期社會課	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。
		公民九上第二章—生產與企業形態 公民九上第三章—企業責任與綠色經濟 公民九上第三章—市場與貨幣 公民九上第五章—分工與貿易 公民九第六章—個人與家庭經濟 地理九下—全球關聯	九年級	上、下學期社會課	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。

健康 與體 育領 域	各班 健體 領域 教師	健教七下—快樂青春行 健教七下—青春心事 健教七下—情緒與壓力調適 體育七下—就是愛運動 體育七下—跳躍音符～排球	七 年 級	上、 下學 期健 體課	1-3-1 探索自己的興趣、性 向、價值觀及 人格特質。
藝術 與人 文領 域	各班 藝文 領域 教師	視覺七上—設計與生活 表藝七上—信任與互動 表藝七上—故事創作 表藝七上—故事呈現 表藝七下—初探想像力 音樂七上—音樂.聽.音樂 音樂七下—音樂大師	七 年 級	上、 下學 期藝 文課	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。
		視藝八上—認識攝影 視藝八上—挑戰視覺的創意 表藝八上—玩！就是玩！ 表藝八下—今天想帶哪個面具？ 表藝八下—自我形象 表藝八下—劇本創作 表藝八上—廣告開麥拉 音樂八上—選定主題，試著創作廣告歌曲 音樂八上—光影交織的樂章 音樂八下—超級變變變 音樂八下—彩色音樂王國 音樂八下—聽故鄉在唱歌	八 年 級	上、 下學 期藝 文課	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。 3-3-1 培養正 確工作態度及 價值觀。
		視覺九上—典藏記憶 視覺九上—文字之美 表藝九上—想像力訓練 表藝九上—創造與想像 表藝九下—角色創造	九 年 級	上、 下學 期藝 文課	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

		<p>表藝九下—教室即劇場</p> <p>表藝九下—看見和平的身影</p> <p>音樂九上—綻放新聲-臺灣流行音樂的發展</p> <p>音樂九上—認識臺灣流行音樂各時期的經典歌曲</p> <p>音樂九下—台灣音樂之旅</p> <p>音樂九下—世界音樂之旅</p>			世界的類型及其內涵。
綜合活動領域	各班綜合領域教師	<p>輔導七上—那一年，我們相識在忠孝</p> <p>輔導七上—填寫生涯儀表板</p> <p>輔導七上—學習領航員</p> <p>輔導七上—忠孝國中大進擊</p> <p>輔導七上—自信之鑰</p> <p>輔導七上—自我新發現</p> <p>輔導七上—我的特質密碼</p> <p>輔導七上—生涯檔案製作</p> <p>輔導七上—特質快遞</p> <p>輔導七上—打開心窗</p> <p>輔導七上—學習態度施測</p> <p>輔導七上—成長的軌跡</p> <p>輔導七下—為什麼要學習</p> <p>輔導七上—聰明訂目標</p> <p>輔導七上—點時成金</p> <p>輔導七上—多元能力樣貌</p> <p>輔導七下—學習百寶箱</p> <p>輔導七下—語句完成測驗</p> <p>輔導七下—穿越時空之門</p> <p>輔導七下—領導與被領導</p> <p>輔導七下—有話好好說</p> <p>輔導七下—真好你懂我的心</p> <p>輔導七下—愛班大作戰</p>	七年級	上、下學期綜合課	<p>1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。</p> <p>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。</p> <p>3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。</p> <p>3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。</p>
		<p>輔導八上—情緒追追追</p> <p>輔導八上—冒險氣球</p> <p>輔導八上—心靈即時通:陽光「心」配方</p>	八年級	上、下學期綜	<p>2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。</p> <p>2-3-2 瞭解自己</p>

	<p>輔導八上—情緒處方籤 輔導八上—走過失落 輔導八上—生命旅程 輔導八上—生命的寶藏 輔導八下—職業大不同 輔導八下—看見趨勢，預見未來 輔導八下—職業 On Line 輔導八下—職業大人開講 輔導八下—興趣密碼 輔導八下—能力密碼 輔導八下—特質大拼盤 輔導八下—這就是我</p>		合課	<p>的興趣、性 向、價值觀及 人格特質所適 合發展的方向。</p>
	<p>輔導九上—三年級我懂 輔導九上—壓力大悶鍋 輔導九上—預約成功 輔導九上—成功補給讚 輔導九上—我的未來不是夢 輔導九上—康莊大道 輔導九上—生涯面面觀 輔導九上—升學資訊 Q&A 輔導九上—我的價值信念 輔導九上—成功補給「讚」 輔導九上—升學博覽會 輔導九上—升學進路說明 輔導九上—生涯決策風格 輔導九上—潛能大爆炸 輔導九上—升學路上你和我 輔導九上—預見未來—關鍵未來 自己掌握 輔導九下—時光剪影—班級回憶列車 輔導九下—傳愛·薪傳—畢業祝福 輔導九下—高校知多少 輔導九下—高校特派員</p>	九年級	上、下學期綜合課	<p>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料。 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。</p>

		輔導九下—高校報報 輔導九下—火熱青春 輔導九下—關見未來自己掌握 輔導九下—班級回憶列車 輔導九下—薪火相傳			
--	--	---	--	--	--

二、彈性學習節數：

(一)規劃每週兩節多元學習活動及選修課程以增加學生對自我能力、興趣與特質的瞭解。

編號	課程名稱	課程內容	實施年級	生涯發展能力指標
1	烘焙	餅乾、蛋糕等西點製作	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-2-2、3-3-2、3-3-2
2	台語演說及辯論	台語演說辯論	七、八年級	1-3-1、2-3-2、3-3-2
3	籃球、羽球、桌球	各種球類基本動作與競賽	七、八年級	1-3-1、1-3-2
4	國術	國術拳法教學及練習	七、八年級	1-3-1、1-3-2
5	吉他、烏克蘭麗、直笛	樂器彈奏教學與練習	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
6	攝影	以數位相機練習風景及人物攝影	七、八年級	1-3-1、1-3-2
7	跆拳道、空手道	跆拳道及空手道練習與競賽	七、八年級	1-3-1、1-3-2
8	傳藝	傳統藝術及手工藝製作	七、八年級	1-3-1、1-3-2
9	啦啦舞	啦啦舞基本動作與團隊合作	七、八年級	1-3-1
10	舞龍舞獅	舞龍舞獅基本動作練習與表演訓練	七、八年級	1-3-1

11	弦樂	認識樂器、作曲家介紹、獨合奏、創作欣賞	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
12	國際交流	認識國際間文化的差異，達到多元尊重	七、八年級	1-3-1、2-3-2、3-3-2
13	書法	書法筆法練習與作品展示	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
14	歷史古蹟巡禮	認識學校附近古蹟及其歷史	七、八年級	1-3-1、1-3-2
15	戲劇	戲劇活動、舞台製作與表演	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
16	閱讀	各類圖書閱讀與心得分享	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
17	花心社	了解生物與花的種類與栽種技術	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
18	台語演說及辯論	台語聽說讀寫練習及辯論訓練	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
19	音樂欣賞	欣賞世界名曲及流行歌曲併心得分享	七、八年級	1-3-1、1-3-2、3-3-2
20	鄉土文化研習社	了解台灣鄉土文化與民俗風情以促進愛鄉的情感	七、八年級	1-3-1、1-3-2
21	自行車社	了解自行車構造與練習自行車騎乘技巧	七、八年級	1-3-1

(二)合作式技藝教育課程：九年級參加技藝教育課程學生於每週二下午至高職修

習電機電子、動力機械、設計、商業、家政與餐旅職群課程，協助學生能於生涯發展規劃中，透過實際體驗活動，了解不同職群學習主題與職場特質。

(三)為利學生生涯進路輔導，於八年級規劃辦理社區高職參訪以及五專技職體驗活動，於九年級配合高中職博覽會規畫辦理各高中職參訪活動，以協助學生能在生涯發展規劃過程中，透過實際體驗活動，了解不同職群學習主題及職

場特質。

三、策略聯盟：

- (一)與社區專業人力及學生家長合作辦理技職名人開講及職業入班分享等，提供學生職群探索與認識工作世界。
- (二)於九年級邀請高中、高職及五專各職群蒞校進行職群類科及學校介紹。
- (三)與職訓機構及社區產業資源合作，帶領學生至職場實地參觀與體驗，以利進行職涯探索與認識各行各業，以引導其進路選擇。

四、建置生涯檔案：

建置學生個人生涯檔案，協助學生系統性蒐集國中三年各項與生涯發展相關之紀錄與資訊，並將各課程領域生涯發展教育相關自編教材與生涯檔案結合，以統整生涯發展教育各項資料，以利學生進行自我生涯探索與規畫。

玖、實施進度

一、本校生涯發展教育實施主題及方式一覽表

(一) 行政規劃(審查後修正)

序號	辦理事項	主辦單位	協辦單位與人員	建議辦理期程
1	各領域融入生涯發展教育重大議題課程設計	課程發展委員會	各領域教師	103 學期期末
2	開「生涯發展教育議題課程小組」會議	課程發展委員會下設生涯發展教育課程議題小組	輔導室	103 學年度上下學期各一次

3	擬訂本學年度生涯發展教育實施計畫	輔導室	生涯發展教育工作執行委員會	103.08
4	計畫送教育局審核	輔導室	各處室	103.08
5	成立「生涯發展教育工作執行委員會」並召開第一學期期初會議	輔導室	生涯發展教育工作執行委員會	103.09
6	召開第一學期「生涯發展教育工作執行委員會」期末會議	輔導室	生涯發展教育工作執行委員會	104.01
7	召開第二學期「生涯發展教育工作執行委員會」期初會議	輔導室	生涯發展教育工作執行委員會	104.02
8	召開第二學期「生涯發展教育工作執行委員會」期末會議	輔導室	各處室	104.06
9	辦理各項親師生生涯發展教育相關活動及宣導	輔導室	各處室	103 全學年度
10	建置及增補學生生涯檔案與學生輔導數位化系統	輔導室	輔導活動教師、導師、相關領域教師、家長	103 全學年度
11	配合教務處，協助學生辦理各項入學資料準備工作	教務處、輔導室	輔導活動教師、導師、家長	104.03-104.06
12	技藝教育課程	輔導室	教務處、學務處、導師	103 全學年度

13	召開技藝教育學生遴薦與輔導委員會(簡稱遴輔會)	輔導室	遴輔會	103.11 104.05
14	協助學生參加臺北市技藝教育競賽	輔導室	技藝教育課程教師	104.04
15	技藝教育說明會	輔導室		104.04
16	下學年度技藝教育課程學生選修意願調查	輔導室	導師	104.04
17	抽離式技藝教育課程申辦	輔導室	遴輔會	104.05
18	畢業生進路追蹤調查	輔導室	教務處、導師	104.06
19	生涯發展教育成果資料彙整及自評	輔導室	各處室	104.10

(二)各年級生涯發展教育相關措施

序號	辦理年級	重點	活動名稱	活動內容	辦理時間	備註
1	七年級	自我覺察與探索	新生智力測驗施測	本測驗作為編班及輔導之依據與參考。	104.7	每學年擬定各年級心理測驗實施計畫。
2	七年級	自我覺察與探索	新生始業輔導	透過各處室及導師簡介，讓新生認識及了解國中新生活。	104.8	
3	七年級	自我覺察與探索	國中生學習與讀書策略量表施測與解釋	1. 透過本測驗了解學生學習狀況，以作為後續輔導之參考。 2. 此測驗融入綜合領域課程內進行實作。	104.10	每學年擬定各年級心理測驗實施計畫。
4	七年級	生涯覺	技職教育宣	邀請臺北海洋技術學	104.12	

		察與試 探:認 識生涯 類群	導	院講師利用週會時間 宣導技職教育相關主 題。		
5	七年級	自我覺 察與探 索	自我探索與 認識	透過各項教學活動促 進學生自我探索與認 識。	上學期 輔導活 動課	
6	七年級	自我覺 察與探 索	個人部落格 建置	建置班級網頁及個人 部落格，有助學生整 理自我生涯檔案以促 進自我認識。	上學期 資訊教 育課	
7	七年級	自我覺 察與探 索、生 涯覺察 與試 探:認 識生涯 類群	職業入班宣 導	邀請社區專業人士及 家長進入班級進行職 業內容分享，以協助 學生了解職業世界。	105.5	
8	七年級	自我覺 察與探 索	語句完成測 驗	1. 透過本測驗了解學 生生活適應情況，以 作為後續輔導之參 考。 2. 此測驗融入綜合領 域課程內進行實作。	105.4	每學年擬 定各年級 心理測驗 實施計 畫。
9	七年級	自我覺 察與探 索	TA 團隊探 索營	透過體驗教育探索自 我內在潛能與特質。	105.7	
10	七年級	自我覺 察與探	學習輔導	透過各項教學活動協 助學生建立良好的學	下學期 輔導活	

		索		習與讀書策略。	動課	
11	七年級	自我覺察與探索	建置生涯檔案及校務二代系統學生資料	建置個人生涯檔案及校務二代系統學生資料，填入生活、學習、生涯…等相關紀錄，以建立個人完整的生涯發展資料，供將來生涯進路選擇與教師輔導之參考。	104.9 ~ 105.6	1. 七年級建置， 八、九年級充實。 2. 各班生涯檔案放置於教室公用櫃，每學期末由輔導室收回保管於輔導室，開學後再發還。 3. 每學期由輔導教師檢核。
12	八年級	自我覺察與探索、生涯覺察與試探: 認識生涯類群	數理探索營	為期四天的營隊，協助具有數理性向的學生深度探討相關知識及職群類別。	104.8	
13	八年級	自我覺察與探索	行為困擾量表-第四版	1. 透過本測驗了解學生行為困擾，以作為後續輔導參考。 2. 此測驗融入綜合領	104.10	每學年擬定各年級心理測驗實施計

				域課程內進行實作。		畫。
14	八年級	生涯覺察與試探:認識生涯類群	社區高職參訪(南港高工、稻江護家、泰北高中)(參訪學校暫定)	學生參訪高職校園及各類科教室，並進行各職群實作體驗活動，有助於學生進行生涯試探。	104.10	
15	八年級	生涯覺察與試探:認識生涯類群	適性化職涯性向測驗	1. 透過本測驗了解學生性向，以作為後續輔導參考。 2. 此測驗融入綜合領域課程內進行實作。	105.4	每學年擬定各年級心理測驗實施計畫。
16	八年級	生涯覺察與試探:認識生涯類群	職業參訪	透過半天至一天的職場實地參訪，協助學生更深入了解職業內涵。	105.4	
17	八年級	生涯覺察與試探:認識生涯類群	五專參訪(臺北海洋技術學院)	學生參訪五專校園及各科教室，並進行各科實作體驗活動，有助於學生進行生涯試探。	105.5	
18	八年級	自我覺察與探索、生涯覺察與試探:認識生涯類群	生涯小團體	招募對生涯發展議題有興趣或生涯未定向的學生共 8-12 位，進行八次的團體輔導方案。	105.4 ~ 105.6	
19	八年級	生涯覺	職業世界初	透過各項教學活動協	下學期	

		察與試 探:認 識生涯 類群	探	助學生認識各種職 業。	輔導活 動課	
20	八年級	生涯覺 察與試 探:認 識生涯 類群	社區產業實 查	學生走出校園，至學 校附近社區進行實地 參訪，可了解地理環 境、歷史沿革及目前 的產業發展。	下學期 社會領 域課程	
21	八年級	自我覺 察與探 索、 生涯覺 察與試 探:認 識生涯 類群	充實生涯檔 案及校務二 代系統學生 資料	持續充實個人生涯檔 案及校務二代系統學 生資料，將生活、學 習、生涯…等相關紀 錄皆放入，以建立個 人完整的生涯發展資 料，供將來生涯進路 輔導之參考。	104.9 ~ 105.6	1. 七年級 建置， 八、九年 級充實。 2. 各班生 涯檔案放 置於教室 公用櫃， 每學期末 由輔導室 收回保管 於輔導 室，開學 後再發 還。 3. 每學期 由輔導教 師檢核。
22	九年級	生涯探 索與進 路選擇	情境式職涯 興趣測驗	1. 透過本測驗了解學 生興趣，以作為後續 輔導參考。 2. 此測驗融入綜合領	104.10	每學年擬 定各年級 心理測驗 實施計

				域課程內進行實作。		畫。
23	九年級	生涯探索與進路選擇	適性入學宣導	邀請校外教育專業人士蒞校進行適性入學宣導	105.2 ~ 105.6	
24	九年級	生涯探索與進路選擇	高中職蒞校宣導	邀請各高中職及五專蒞校進行各職群宣導與體驗活動。	105.5	
25	九年級	生涯探索與進路選擇	五專參訪 (臺北海洋技術學院)	學生參訪五專校園及各科教室，並進行各科實作體驗活動，有助於學生進行生涯試探。	105.5	
26	九年級	自我覺察與探索	壓力管理	透過各項教學活動協助學生管理及釋放九年級的升學及其他壓力。	上下學期輔導活動課	
27	九年級	生涯探索與進路選擇	生涯輔導	透過各項教學活動協助學生進行生涯探索與進路選擇。	上下學期輔導活動課	
28	九年級	生涯探索與進路選擇	技藝教育課程	參加技藝教育學程學生於每週二下午至高職修習電機電子、動力機械、設計、商業、家政與餐旅職群等課程，透過實際體驗活動，了解不同職群學習主題與職場特質。	104.9 ~ 105.1 105.3 ~ 105.6	
29	九年級	生涯探索與進路選擇	充實生涯檔案及校務二代系統學生	持續充實個人生涯檔案及校務二代系統學生資料，將生活、學	104.9 ~ 105.6	1. 七年級建置， 八、九年

			資料	習、生涯…等相關紀錄皆放入，以建立個人完整的生涯發展資料，供將來生涯進路輔導之參考。		級充實。 2. 各班生涯檔案放置於教室公用櫃，每學期末由輔導室收回保管於輔導室，開學後再發還。 3. 每學期由輔導教師檢核。
30	九年級	生涯探索與進路選擇	高中職參訪	積極鼓勵學生主動報名參加各高中職舉辦的參訪體驗活動。	上下學期適時辦理	
31	七年級 八年級	自我覺察與探索	多元學習課程	規劃每週兩節多元學習活動及選修課程以增加學生對自我能力、興趣與特質的了解。	104.9 ~ 105.6 多元課程	
32	七年級 八年級	自我覺察與探索	科學展覽製作	學生自由報名參加校內的科學展覽競賽。於校內成績優良者，則代表學校參加校際競賽。	上學期 數學及 自然領域課	
33	全體學生	生涯覺察與試探:認	技職名人開講	利用週會時間邀請各行各業專業人士或具有特殊經歷之名人蒞	105.1	

		識生涯類群、生涯探索與進路選擇		校分享生命經驗及故事。		
34	全體學生	自我覺察與探索	各領域教學	將生涯發展教育融入八大領域教學	104.9 ~ 105.6 各領域課程	
35	全體學生	生涯覺察與試探:認識生涯類群、生涯探索與進路選擇	寒暑假職業輔導研習營	學生自由報名參加高職於寒暑假舉辦的各職群體驗營隊。	每學期寒暑假	

二、教師研習

編號	活動名稱	辦理時程	場次	實施對象	實施地點
1	生涯檔案建置與應用研習	104.9~105.1	1	教師	校內
2	臺北市校務二代系統研習	104.9~105.6	2	教師	校內
3	技專校院體驗研習(高職)	104.10	1	八年級導師、輔導老師	合作高職
4	技專校院體驗研習(五專)	105.5	1	教師	臺北海洋技術學院
5	技職教育宣導研習	104.9~105.6	1	教師	校內
6	適性入學宣導	105.3~105.6	2	教師	校內

7	生涯發展教育融入教學心得分享	104.9~105.6 領域教學研究會	各領域各 1次	教師	校內
8	生涯發展教育教案分享	105.2~105.5	1	輔導教師	校內

三、家長宣導：

編號	活動名稱	辦理時程	場次	實施對象	實施地點
1	臺北市校務二代系統研習	學校日	1	家長	校內
2	技職教育宣導	104.12	1	家長	校內
3	父母成長班	104.9~105.6	每週 5堂	家長	校內
4	親職講座相關理念宣導	每月最後一週週五	每學 期3 次	家長	校內
5	適性入學宣導	105.3~105.6	2	家長	校內

拾、經費

項目	單位	單價	數量	小計	說明
1	鐘點費	1,600	1	1,600	外聘講師(針對全校性或全年級學生活動講座)
2	鐘點費	800			內聘講師(針對全校性或全年級學生活動講座)
3	鐘點費	400	44	17,600	外聘講師至班級進行生涯發展教育講座
4	鐘點費	360			內聘講師至班級進行生涯發展教育講座
5	市區交通車租用費	6000	5	30,000	社區高中職參訪交通車
6	場地佈置費	2000	1	2,000	
7	教材及資料印製費	50	100	5,000	教材、講義、補充資料及成果檢討報告印製，以全校學生數為編列上

						限。
8	活動材料費	份	150	222	33,300	商科材料費 100 元 工科材料費 150 元 家科材料費 250 元
9	學生生涯檔案(含資料夾及內頁印製)	人	100	188	18,800	核實報支(以全校學生數為編列上限)
10	雜支				5,000	1. 活動總經費 5%以內 2. 文具、郵電、獎品及其他非本案之必要活動不得編列門票費用
總計					113,300	

拾壹、預期成效及檢核機制

一、質的成效

- (一)協助學生探索自我，認識環境，以達適性發展的目的。
- (二)協助學生覺察自我興趣、性向、特質與能力，了解職業環境及建立職業觀念，以利進行生涯進路選擇。
- (三)妥適運用各項心理測驗及建置生涯檔案夾，提供學生進路選擇諮詢服務。
- (四)統整校內外資源，共同有效進行適性輔導，協助學生自我實現。
- (五)熟悉多元升學管道，進行多元生涯進路選擇，以達適性輔導功效。

二、量的成效：預計辦理

活動項目	辦理場次	每場人數	對象	總計人次
班級輔導	整學年	653	全校學生	653
技職教育宣導	1	180	七年級學生	180
職業入班宣導	8	22	七年級學生	180
生涯小團體	1	12	八年級學生	12
社區高職參訪	1	222	八年級學生	222
五專參訪	1	50	八年級學生	50
職業參訪	2	40	八年級學生	80
高中職蒞校宣導	10	25	九年級學生	251

高中職參訪	5~10	20	九年級學生	100~200
五專參訪	1	30	九年級學生	30
技藝教育課程	17	52	九年級學生	884
適性入學宣導	1	251	九年級學生	251
技職名人開講	1	653	全校學生	653
生涯檔案檢核	1	653	全校學生	653
生涯檔案建置與應用研習	1	65	教師	65
臺北市校務二代系統研習	2	65	教師	130
技專校院體驗研習(高職)	1	15	教師	15
技專校院體驗研習(五專)	1	10	教師	10
技職教育宣導研習	1	65	教師	65
適性入學宣導	2	65	教師	130
生涯發展教育融入教學心得分享	各領域1次	65	教師	65
生涯發展教育教案分享	綜合活動領域	5	綜合活動領域教師	5
臺北市校務二代系統宣導	1	250	全校家長	250
技職教育宣導	1	50	全校家長	50
父母成長班	5	15	志工家長	75
親職講座相關理念宣導	6	45	全校家長	270
適性入學宣導	2	90	全校家長	180

三、計畫實施成效檢核

(一)辦理國中生涯發展教育工作依「行政措施與組織運作」檢核

實施項目	執行程度		備註
	已執行	未執行	
成立生涯發展教育工作執行委員會			
擬訂年度生涯發展教育實施計畫			(包含課程融入、學生活動、教師研習進修之規劃、親職講座等)
召開第一學期「生涯發展教育工作執行委員會」期初會議			

課發會「生涯發展教育議題課程小組」 討論生涯發展教育課程融入與實施			
依行政程序簽核實施計畫、會議紀錄等			
實施計畫送縣(市)教育局(處)審核			
依核定計畫與經費概算表,實施課程及 活動並核實支應經費			
召開第一學期「生涯發展教育工作執行 委員會」期末會議			
召開第二學期「生涯發展教育工作執行 委員會」期初會議			
召開第二學期「生涯發展教育工作執行 委員會」期末會議			
完成生涯發展教育輔導訪視表自評			
成果彙編與檢討			

(二)各領域教師於學年結束後,採用「生涯發展教育融入課程教學教師自我檢核(評鑑)表」實施檢核

實施項目	執行程度(請勾選)			辦理現況說明	檢討與未來修正建議
	已執行 且具成 效	已執且 未具成 效	未執行		
課程發展委員會訂定各年級 生涯課程主題架構					
召開教學 研究會, 根據生涯 課程主題 架構及能 力指標, 融入各領 域教學活 動	語文領域(國文)				
	語文領域(英語)				
	數學領域				
	自然領域				
	社會領域				
	健康與體育領域				
	藝術與人文領域				
依據課程 計畫撰寫 教案或延	綜合活動領域				
	語文領域(國文)				
	語文領域(英語)				
	數學領域				

伸活動， 並確實教 學。	自然領域					
	社會領域					
	健康與體育領域					
	藝術與人文領域					
	綜合活動領域					

(三)辦理國中生涯發展教育工作「活動執行成果」檢核

1. 七年級

實施項目	執行程度(請勾選)			辦理現況 說明	檢討與未來 修正建議
	已執行且 具成效	已執且未 具成效	未執行		
班級輔導					
校務二代系統學 生資料建置					
生涯檔案建置					
心理測驗					
職業入班宣導					
技職名人開講					
寒暑假職業輔導 研習營					
多元學習課程					
技職教育宣導					

2. 八年級

活動項目	執行程度(請勾選)			辦理現況 說明	檢討與未來 修正建議
	已執行且 具成效	已執且未 具成效	未執行		
班級輔導					
校務二代系統學					

生資料建置					
充實生涯檔案					
心理測驗					
多元學習課程					
技職名人開講					
寒暑假職業輔導 研習營					
生涯小團體					
社區高職參訪					
五專參訪					
職業參訪					

3. 九年級

活動項目	執行程度(請勾選)			辦理現況 說明	檢討與未來 修正建議
	已執行且 具成效	已執且未 具成效	未執行		
班級輔導					
校務二代系統學 生資料建置					
充實生涯檔案					
心理測驗					
高中職蒞校宣導					
技職名人開講					
適性入學宣導					
寒暑假職業輔導 研習營					

高中職參訪					
五專參訪					
技藝教育課程					

拾貳、獎勵

依公立高級中等以下學校教師成績考核辦法、各縣（市）政府獎勵規定核實予以獎勵。

拾參、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，送教育局核定後實施。