

# 臺北市立中正國民中學 105 學年度生涯發展教育實施計畫

經 105.5.25 生涯發展教育委員會會議討論通過

## 壹、計畫名稱：我的中正時代

## 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、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」（104 年 2 月 10 日臺教國署國字第 1030419180B 號令修正發布）
- 四、臺北市政府教育局 105 年 6 月北市教中字第 10535352210 號函。

## 參、實施目的：

- 一、透過教學及活動，協助學生認識自己並適應環境，使其具有自我探索的能力，進而達成生涯試探及生涯規劃的目標。
- 二、透過職群試探之實際體驗活動，協助學生了解不同職群學習主題及職場特質。
- 三、引導學生建立生涯檔案，做好生涯規劃，以發揮生涯輔導的功效。
- 四、協助學生建立正確的工作價值觀和高尚的職業道德，進而達成自我發展的目的。

## 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：臺北市立中正國民中學

## 伍、辦理期程：105 學年度（105 年 8 月 1 日至 106 年 7 月 31 日）

## 陸、實施對象：105 學年度全體學生

## 柒、組織與職掌：設立「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。成員及職掌如下表

組別	負責人	工作項目	執掌
召集人	校長	督導	督導全校生涯發展教育之進行並負責主持會議
副召集人	教務主任	課程規劃	規劃生涯發展教育課程事宜
執行秘書	輔導主任	策劃及控管	規劃生涯發展教育活動事宜
行政組	學務主任	行政支援	各項行政業務之督導及配合支援

	總務主任		
	會計主任		
	人事主任		
教學組	教學組長	教學推動	1.生涯發展教育課程教學組負責人 2.協助組員進行生涯發展教育融入教學課程設計 3.彙整生涯發展教育融入教學課程各項成果 4.於課發會下設立「生涯發展教育議題課程小組」
	語文領域召集人	教學設計及進行教學	1.生涯發展教育融入各領域課程設計及教學 2.各領域召集人為生涯發展教育議題課程規劃小組當然組員
	數學領域召集人		
	社會領域召集人		
	健康與體育領域召集人		
	自然與科技領域召集人		
	綜合活動領域召集人		
藝術與人文領域召集人			
活動組	資料組長	活動辦理	1.生涯發展教育活動組負責人 2.計畫執行及控管、活動設計及辦理。 3.生涯試探、職業試探及技藝教育活動設計辦理 4.彙整生涯試探、研習活動及技藝教育活動成果
	輔導組長		協辦生涯發展教育活動並彙整相關成果資料
	訓育組長		
	輔導教師		
	特教組長		
		資源班生涯發展教育活動規劃、辦理及成果彙整	

## 捌、 課程規劃：

### 一、 組織：

1. 設立『生涯發展教育議題課程規劃小組』，隸屬於本校『課程發展委員會』，由本校教務主任擔任召集人，於學期上課前完成生涯發展教育之教學主題與教學活動課程設計。
2. 生涯發展教育議題課程規劃小組成員：教務主任、輔導主任、學務主任、教學組長、輔導組長、資料組長及七大領域八位總召集人。

### 二、 課程實施原則及要點：

1. 把握學校本位、全面實施、多元、行動、績效、分享及連貫原則。
2. 配合課程綱要彈性學習時數規劃全校或全年級之生涯教育活動課程或選修課程。
3. 可與友校成立校際生涯發展教育課程發展委員會，進行跨校聯合資源系統協同教學。
4. 實施協同教學，善用校內外資源以補強教師對生涯發展教育專業之不足。
5. 提昇教師專業自主，教師可自編教材、決定活動、依學生需求建置課程。
6. 建立教師教學檔案，落實教學評量，協助學生建置生涯檔案。
7. 提供合乎學生需要、社區特色及教師專長之課程，使學生能客觀評估自己與外在環境

並建立二者之聯結。

### 三、課程規劃：

#### 1. 生涯發展教育融入領域教學及能力指標分析表

學習領域	實施年級	融入單元名稱	可融入之生涯發展能力指標	實施時間	預計節數
綜合活動童軍科	七年級	小隊精神競賽	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	各領域及彈性課程	1
		環境台灣	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。		1
		節能減碳綠生活	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。		1
		與世界接軌	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。		1
		搭起友誼的橋樑	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。		1
	八年級	隔宿露營	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。		4
綜合活動家政科	七年級	大廚先修班	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。 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料	2	
		居家玩創意	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	
		愛的手工書	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。	5	
		美式鬆餅製作	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。	2	
	八年級	「益」飲而盡	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。 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料	2	
		針線情	3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	5	
		衣Q達人	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。 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料	2	

		小雪球製作	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。	各領域及彈性課程	2
綜合活動輔導活動科	七年級	我的秘密基地	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
		獨一無二的我	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。		2
		急診室的春天	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。		1
		智力測驗	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。		1
		生涯檔案	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。		3
	八年級	天賦的禮物	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。		4
		職業訪談&報告	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。 3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係。		3
		學制超級比一比	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。		2
		生涯檔案	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。		2
		升學進路	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。		1
		性向測驗及解釋	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
		生涯決定不敗模式	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。		2
	九年級	工作大未來	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。 3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係。		1
		富比世拍賣會	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	

		生涯興趣量表施測與解釋說明	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。	各領域及彈性課程	2
		Holland 生涯論	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。		2
		生涯規劃書	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。		2
		工作價值觀	3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。		1
		升學資料展	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料		1
國文	七年級	雅量	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料		1
		音樂家與職籃巨星	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料		1
	八年級	為學一首示子姪	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		1
	九年級	盡其在我	3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。		1
		勤論	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		1
		寄弟墨書	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	1	
英語	七年級	Who' s She?	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1	
		He is cute?	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1	
		Don' t touch the	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料	1	
		What Day is it?	3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	1	
		My Cat Can Catch a Ball.	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1	
		What Do You Do After School?	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	1	
		He Has Brown Eyes and Nice Hair	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1	
		Which Do You Like, Rice or Noodles?	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1	
		How Much Sugar Do You Need?	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料	1	
	八年級	I Want to Be a Chef.	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 3-3-5 發展生涯規畫的能力。	1	
		She Makes Me Sort Trash	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1	
	九年級	Do You Know How Astronauts Live in Space?	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	
	數學	七年級	二元一次聯立方程式	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1
八年級		三角形全等性質的簡易應用	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1	

生物	七年級	2-1 人類的遺傳	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。	各領域及彈性課程	2
		生物的分類	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。		3
		生態平衡	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 3-3-3 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。		2
理化	八年級	食品科技	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。		2
	九年級	生活中能源	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。		2
地科	九年級	岩石與礦物	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。		2
		日蝕與月蝕	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	2	
		溫室效應與全球暖化(全球變遷)	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	2	
生活科技	七年級	傳播科技概說、網路資料搜尋、圖文傳播	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	1	
		印刷原理及應用	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	2	
	八年級	木器製品設計、木器製作、設計概論	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 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。	1	
		如果我是設計師	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	1	

	九年級	工業識圖、電器說明圖判讀、室內設計圖判讀、工業製圖	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。	各領域及彈性課程	1
電腦	七年級	資訊素養與倫理	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。		3
		資訊產業的工作探索	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。 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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。		3
		專題研究	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。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。		3
社會 (公民)	七年級	成長的喜悅	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
		學習新天地	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
		人際的互動	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
		生命交響曲	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。		1
	八年級	國家的形成與發展	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。		1
		民主政治	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。		1
		政府的組成	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。		1
		地方事務	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。		1
		政黨政治	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。		1
		選舉與投票	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。	1	
		法律的基本觀念	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。	1	
	憲法的基本概念	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。	1		

社會 (地理)	九年級	人民的權利	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。	各 領 域 及 彈 性 課 程	1
		人民的義務	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。		1
		衝突的處理	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。		1
		少年的法律常識	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。		1
	九年級	經濟與生活	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。		1
		消費與儲蓄	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。		1
		生產與投資	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。		1
		交易與貿易 (比較利益)	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。		1
		個人與 家庭理財	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。		1
	七年級	地理位置與行政區	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。		1
		地形	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。		1
		海岸與島嶼	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。		1
		氣候	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。		1
		水文	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。		1
		土壤與生物	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。		1
		八年級	疆域與位置		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。
地形與氣候			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。	1	
民族與人口	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。		1		
傳統產業活動	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。		1		



社會 (歷史)	九年級	現代經濟發展	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。	各 領 域 及 彈 性 課 程	1
		經濟發展與環境保育	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。		1
		多采多姿的世界景觀	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。		1
		藍色與綠色交之的水世界	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。		1
		季風亞洲的稻作世界	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。		1
		堅強生命力下的乾燥世界	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。		1
	七年級	高地與極地的極端世界	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。		1
		史前台灣與原住民文化	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。		1
		海洋台灣	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。		1
		移民新故鄉	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。		1
	八年級	開港與建省	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。		1
		古代國家的起源	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。		1
		封建社會的興衰	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。		1
		秦漢大一統帝國	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。		1
		宋遼元金的競爭與融合	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。		1
		明清盛世的危機	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。		1
		西力衝擊下的晚清變局	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。		1
		外患加劇與救國運動	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。		1
九年級	民初的內憂外患	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。	1		
	大河文明	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。	1		
	地中海文明	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	1		

		歐洲新視野	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。	各領域及彈性課程	1
		革命的時代	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。		1
健康與體育	七年級	健康人生 開步走	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
		我的青春檔案	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
		正確用藥	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。		2
		傳染病防治	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。		2
		吃出健康 與活力	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。		1
		青春飲食指南	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力 3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料		1
		居家安全	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力		1
		健康照護	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力		1
		活出自我 亮起來	2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。		1
	八年級	休閒活動	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。		1
		心理平衡木	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。		1
		價值追追追	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。		1
		疾病防治	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。		1
		健康行動	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。		1
	九年級	體控在我—規律運動	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。		1
		與壓力同行	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		1
		慢性病防治	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		2
		健康校園	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。		1
		運動新價值	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。	1	
		青春心事	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。	1	
健康的下一代		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。	1		
健康體適能		3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1		

藝術與人文		魁活健康操	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	各領域及彈性課程	1
		規律的運動 籃球	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
		排球	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
		運動安全	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
		救生妙方— 水上活動	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。		1
	八年級	運動的 生理變化	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。		1
		認識運動比賽	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。		1
		球類運動 大拼盤	1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。		1
	八年級	挑戰視覺的創意	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。		4
	九年級	成年禮-典藏記憶	3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。		3
			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。		
		發現身邊的雕塑	2-2-1 培養良好的人際互動能力。		3
3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。					
性別觀點		3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	3		
畫風·寫景·優游		2-2-1 培養良好的人際互動能力。	3		
		3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。			
心靈的殿堂		3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	3		
讓天賦點亮生命		3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。	3		
	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。				
綻放新聲	3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。	3			
當音符遇上光與影	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料。	3			
	3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。				
尋找音樂新世界	2-2-1 培養良好的人際互動能力。	3			
	3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。				
流行·脈動	3-3-2 學習如何尋找並運用工作世界的資料。	3			
敬拜禮讚齊頌揚	3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。	3			

	世界民謠唱遊趣	2-2-1 培養良好的人際互動能力。 3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。		3
	青春驪歌·夢想展 翅	3-2-1 培養規劃及運用時間的能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。 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。		3

## 2. 相關活動

活動名稱	活動內容	對象	時間	地點
實施心理測驗及解釋	國民中學智力測驗更新版	七年級學生	105.10~ 106.6	校內
	行為困擾量表			
	社交測量系統			
	國中生學習與讀書策略量表	八年級學生		
	國中新編多元性向測驗			
	生涯興趣量表			
七年級校外教學	生態環境參觀及大地遊戲	七年級學生	學年中	校外
學習中心校外教學	產業參訪及手做活動	學習中心學生	學年中	校外
產業初探活動	產業博物館或工廠的參訪活動	七、八、九 年級學生	學年中	校外
建置生涯檔案	建置學生生涯檔案(成長歷程、 心理測驗、特殊表現、父母期待、 同儕反應、自我評估、生涯規劃)	七、八、九 年級學生	每月	校內
辦理職業試探活動	職業類科簡介	八年級學生	105.12.1	校內
	社區高職參訪			校外
	家長蒞校分享職涯經驗	八年級學生	105.10	各班教室
	多元能力開發教育	八、九年級學生	學年中	校內 合作高職
學生生涯之路	升學資料展	九年級學生	105 學年 度下學期	五樓會議室
	升學座談會			五樓會議室
	個人生涯適性輔導			各班教室
	升學學校參觀體驗活動			各高中、職
合作式技藝教育課程	各種職業群組的試探教育	九年級學生	學年中	合作高職

寒暑假職業輔導研習營	各種職業群組研習營	七、八、九年級學生	寒暑假	合作高職
生涯週會演講	邀請專家、名人蒞校演講	七、八、九年級學生	學年中	校內
多元入學宣導	多元入學方案介紹及宣導講座	九年級	學年中	校內
辦理生涯輔導知能研習	邀請專家學者蒞校演講	家長及教師	學年中	校內

### 3. 運用彈性課程實施

實施項目	實施內容	辦理對象	辦理時間	預計次數	主辦人
生涯小團體	生涯探索覺察活動與生涯發展、職業相關機構的參觀。	八年級	上學期	12	輔導組
多元入學宣導	多元入學管道說明。	九年級	學年中	5	資料組
家長職業座談	邀請各班家長進行職業心得分享。	八年級	上學期	1	資料組

## 玖、實施進度

### 一、生涯發展教育內容

實施年段	實施課程	重點	教學活動內容	實施時間	實施方式及策略
七年級	語文領域 彈性學習 數學領域 自然與生活科技 領域 藝術與人文領域 社會領域 健體領域	自我覺察與探索  生涯覺察與試探:產業初探	1. 新生始業輔導 2. 建置生涯檔案及生涯領航儀板 3. 國民中學智力測驗更新版 4. 行為困擾量表 5. 社交測量系統 6. 生涯發展教育影片欣賞 7. 學習輔導 8. 認識自我 9. 校外教學	105.08~106.07 依各領域課程計畫進度及學校行事曆規劃實施	一、實施方式： 1. 融入各領域教學 2. 彈性學習時數 3. 規劃選修課程 4. 運用相關活動 二、實施策略： 1. 生涯檔案、生涯領航儀板 2. 主題探索 3. 班級輔導 4. 小團體輔導 5. 成長營 6. 實地參訪 7. 現場實作 8. 分站活動 9. 現身說法 10. 媒體應用(影片欣賞、刊物) 11. 角色扮演 12. 表演 13. 親師合作 14. 生涯博覽會 15. 社會資源應用 16. 分組討論 17. 分組競賽 18. 分享 19. 訪問晤談 20. 自由聯想 21. 腦力激盪 22. 專題演講及座談 23. 職業試探 24. 心理測驗
	彈性課程	自我覺察與探索 生涯覺察與試探:產業初探	1. 資訊教育課程 2. 英聽初階 3. 閱讀素養 4. 邏輯思考 5. 社團活動		
	主題活動	自我覺察與探索  生涯覺察與試探:產業初探	1. 家長職業座談 2. 社區服務學習 3. 技職教育宣導 4. 英語歌唱比賽 5. 班際拔河比賽 6. 班際游泳比賽 7. 社團成果展 8. 校慶園遊會 9. 校慶運動會 10. 十二年國教宣導 11. 英語演講比賽 12. 語文競賽 13. 國家地理知識大競賽 14. 奧林匹亞數理競賽初選 15. 科學展覽競賽 16. 網路查資料比賽 17. 中正文學獎 18. 晨讀書箱 19. 好書交享閱 20. 班級書庫比賽 21. 中正小學堂 22. 正確用藥成果展 23. 優良學生選舉 24. 教室布置 25. 包高中活動		

實施年段	實施課程	重點	教學活動內容	實施時間	實施方式及策略
八年級	綜合活動領域 彈性課程學習 藝術與人文領域 語文領域 社會領域	生涯覺察與試探： 認識生涯類群	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社區服務</li> <li>2. 生涯宣導講座</li> <li>3. 週會宣導</li> <li>4. 學習輔導</li> <li>5. 建置生涯檔案及生涯領航儀表板</li> <li>6. 隔宿露營</li> <li>7. 新編多元性向測驗</li> <li>8. 學習與讀書策略量表</li> <li>9. 生涯發展教育影片欣賞</li> </ol>	105.08~106.07 依各領域課程計畫進度及學校行事曆規劃實施	<p>一、 實施方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 融入各領域教學</li> <li>2. 彈性學習時數</li> <li>3. 規劃選修課程</li> <li>4. 運用相關活動</li> </ol> <p>二、 實施策略：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 生涯檔案、生涯領航儀表板</li> <li>2. 生涯發展教育互動式遊戲</li> <li>3. 主題探索</li> <li>4. 班級輔導</li> <li>5. 小團體輔導</li> <li>6. 實地參訪</li> <li>7. 現場實作</li> <li>8. 現身說法</li> <li>9. 媒體應用(影片欣賞、刊物)</li> <li>10. 角色扮演</li> <li>11. 表演</li> <li>12. 親師合作</li> <li>13. 生涯博覽會</li> <li>14. 社會資源應用</li> <li>15. 分組討論</li> <li>16. 分組競賽</li> <li>17. 分享</li> <li>18. 訪問晤談</li> <li>19. 自由聯想</li> <li>20. 腦力激盪</li> <li>21. 專題演講及座談</li> <li>22. 職業試探</li> <li>23. 心理測驗</li> </ol>
	彈性課程	生涯覺察與試探： 認識生涯類群	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 英聽中階</li> <li>2. 科學素養</li> <li>3. 公民素養</li> <li>4. 史地素養</li> <li>5. 社團活動</li> </ol>		
	主題活動	生涯覺察與試探： 認識生涯類群	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社區服務學習</li> <li>2. 校慶園遊會</li> <li>3. 職群宣導</li> <li>4. 社區職校參訪</li> <li>5. 隔宿露營</li> <li>6. 班際排球比賽</li> <li>7. 班際三對三籃球比賽</li> <li>8. 校慶運動會</li> <li>9. 社團成果展</li> <li>10. 英語演講比賽</li> <li>11. 語文競賽</li> <li>12. 教室布置</li> <li>13. 優良學生選舉</li> <li>14. 國家地理知識大競賽</li> <li>15. 奧林匹亞數理競賽初選</li> <li>16. 科學展覽競賽</li> <li>17. 網路查資料比賽</li> <li>18. 中正文學獎</li> <li>19. 晨讀書箱</li> <li>20. 好書交享閱</li> <li>21. 班級書庫比賽</li> <li>22. 包高中活動</li> </ol>		

實施年段	實施課程	重點	教學活動內容	實施時間	實施方式及策略
九年級	綜合活動領域 語文領域 社會領域	生涯探索與進路選擇	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 合作式技藝教育課程</li> <li>2. 生涯資訊蒐集</li> <li>3. 生涯規劃與抉擇</li> <li>4. 彩繪亮麗人生</li> <li>5. 生涯進路面面觀</li> <li>6. 產業與特色</li> <li>7. 校外教學:畢業旅行</li> <li>8. 學習輔導</li> <li>9. 建置生涯檔案</li> <li>10. 生涯興趣量表</li> </ol>	105.08~ 106.07 依各領域課程計畫進度及學校行事曆規劃實施	<p>一、 實施方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 融入各領域教學</li> <li>2. 彈性學習時數</li> <li>3. 規劃選修課程</li> <li>4. 運用相關活動</li> </ol> <p>二、 實施策略：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 生涯檔案、生涯領航儀表板</li> <li>2. 生涯發展教育互動式遊戲</li> <li>3. 主題探索</li> <li>4. 班級輔導</li> <li>5. 小團體輔導</li> <li>6. 實地參訪</li> <li>7. 現場實作</li> <li>8. 現身說法</li> <li>9. 媒體應用(影片欣賞、刊物)</li> <li>10. 角色扮演</li> <li>11. 表演</li> <li>12. 親師合作</li> <li>13. 生涯博覽會</li> <li>14. 社會資源應用</li> <li>15. 分組討論</li> <li>16. 分組競賽</li> <li>17. 分享</li> <li>18. 訪問晤談</li> <li>19. 自由聯想</li> <li>20. 腦力激盪</li> <li>21. 專題演講及座談</li> <li>22. 職業試探</li> <li>24. 心理測驗</li> </ol>
	彈性課程	生涯覺察與試探: 認識生涯類群	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邏輯思考</li> <li>2. 科學素養</li> <li>3. 縱橫古今</li> <li>4. 英聽進階</li> </ol>		
	主題活動	生涯探索與進路選擇	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 高中職博覽會</li> <li>2. 參訪社區高中職及體驗營</li> <li>3. 升學輔導講座</li> <li>4. 技藝教育成果展</li> <li>5. 班際籃球比賽</li> <li>6. 校慶園遊會</li> <li>7. 祈福活動</li> <li>8. 包高中活動</li> <li>9. 多元進路宣導</li> <li>10. 生涯講座</li> <li>11. 技藝競賽</li> <li>12. 教室布置</li> <li>13. 國家地理知識大競賽</li> <li>14. 奧林匹亞數理競賽初選</li> <li>15. 科學展覽競賽</li> <li>16. 網路查資料比賽</li> <li>17. 晨讀書箱</li> <li>18. 好書交享閱</li> <li>19. 班級書庫比賽</li> <li>20. 免試後適性課程</li> </ol>		



## 二、行政業務進度

工作項目	辦理日期	相關行政會議	參與對象	主持單位
實施計畫之擬定	105.05	生涯發展教育委員期末會議	生涯發展教育議題課程小組人員	輔導室
課程規劃及工作分配	105.05	生涯發展教育委員期末會議	生涯發展教育議題課程小組人員	教務處
研擬主題學習活動	105.09	領召會議 各領域會議	各學習領域教師	教務處
選定單元、編寫教案	105.09	各領域會議	各學習領域教師	教務處
規劃活動及非正式課程	105.08-09	各處室會議	所有計畫參與人員	學務處 輔導室
進行生涯發展教育教學及活動	105.09~106.07	各處室會議 行政會報	全體教師	教務處 學務處 輔導室
學生生涯檔案製作	105.10~106.06	輔導室處室會議	七、八、九年級學生	輔導室
實施成效檢討	106.06	生涯發展教育委員期末會議	全體參與人員	校長主持
成果撰寫	106.7	各處室會議	教學組、活動組 各領域召集人	教務處 輔導室

### 拾、經費：

#### 一、經費來源：

- 1.擬定本校生涯發展教育實施計畫，陳教育局審查通過後，函報教育部國民及學前教育署申請補助。
- 2.本校預算經費及自籌經費。

二、經費概算：申請經費共需新台幣 261,400 元整。

### 拾壹、預期成效及檢核機制

#### 一、質的成效

1. 統整校內外資源，落實行政組織運作，協助學生適性發展，規劃未來。
2. 生涯發展融入課程，協助學生自我覺察，生涯覺察，生涯探索與進路選擇。
3. 妥善運用測驗、生涯檔案、生涯領航儀表板，提供家長、學生進路選擇之服務。

#### 二、量的成效

序	實施時間	活動名稱	辦理對象	預計參與人次
1	學年中	生涯發展教育親師宣導	教師、家長	600
2	學年中	建立學生生涯檔案	全年級	2205
3	學年中	辦理學生生涯 e 化專案	全年級	2205
4	學年中	升學輔導講座	九年級	750
5	學年中	高中職適性學習 社區教育資源均質化深度試探	八、九年級	30
6	學年中	技職教育宣導	八年級	750
7	學年中	升學進路諮詢、宣導、輔導	全年級、教師、家長	2500
8	學年中	親職講座	家長、教師	600
9	105.10	家長職業入班座談	八年級	750
10	105.9~ 106.5	技藝教育課程	九年級	100
11	105.10~ 106.6	實施及分析各項心理測驗	全年級	2250
12	105.11	升學宣導講座	九年級	750
13	105.12	社區高職參訪	八年級	750
14	106.1 106.7	台北市政府教育局 職業輔導知能研習營	全年級	300
15	106.3	升學資料展	九年級	750
16	106.3	升學座談會	九年級學生、家長	300

#### 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，陳校長核可，送教育局核定後實施，修正時亦同。