

臺北市立大直高級中學 104 學年度第一學期教學活動計畫書

任教班級	901 902	任課老師 姓 名	林郁倫		
課程名稱	輔導活動	每周學習 節數	1	領域別	綜合領域
一、 學期學習目標	1. 探索自我發展的過程，了解自我與發展潛能。 2. 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的生涯發展方向。 3. 掌握升學資訊，自己界定學習目標並規劃、執行學習計畫。 4. 適當運用調適策略來處理壓力與情緒。 5. 認識特殊障礙 (智能不足)，珍惜自己與他人生命，並協助他人。				
二、 教材內容	翰林版綜合活動課本 自編教材、學習單 《他不笨他是我爸爸》DVD				
三、 作業內容	學習單 (8 張)、小組報告 (1 份，探索職業世界)				
四、 平時成績 評量方法	(一) 課堂表現(占 40%)：就學生之上課專注度、參與度與學習態度評量之。 (二) 作業評量(占 60%)：就學生各種學習單、作業繳交情況與表現評量之。				
五、學期成績計算	(一) 平時評量：佔 70% (二) 小組報告：佔 20% (三) 小組自評：占 10% (依小組合作時之表現與投入程度，由小組成員彼此匿名評分之平均評量之。)				
六、個人教學理念	1. 在接納關懷的環境中促進學生自我覺察、省思與改變的發生。 2. 引導國三學生對生涯興趣、能力、職業世界有更具體的認識， 並具有統整規劃的能力。				
七、擬請家長 協助事項	1. 請鼓勵孩子在課堂多舉手發言練習。 2. 請督促孩子養成準時完成作業的習慣。				
八、聯絡方式	25334017#158				

【教學進度表】

融入議題	1.品德教育	2.環境教育	3.法治教育	4.永續發展	5.海洋教育	6.人權教育	7.生命教育
	8.多元文化教育	9.性別平等教育	10.消費者保護教育		11.同志教育	12.家庭教育	
	13.家庭暴力及性侵性騷教育	14.新移民多元文化教育		15.生涯發展教育	16.其他(請說明)	道德教育....	

對應能力指標		查詢網址： http://www.hyes.tyc.edu.tw/nine/													
月份	週次	日	一	二	三	四	五	六	預定進度	本週學習目標	對應能力指標	資訊融入	議題融入	重要行事	
八月	一	30	31	1	2	3	4	5	彼此認識與課堂約定、課程大綱介紹、國九對自己的期許	1.與學生建立關係、彼此認識 2.了解學生學習需求、並提供課程大綱供學生做學習規劃	綜 1-1-1-1	/	/	31 開學、11:10 正式上課 31 國八發教科書 31 友善校園週 31-4 16:00 國中放學 1-15 縮短修業年限(含免修)申請 4 教科書退書申請截止 4 國中資優課程說明會	
	二	6	7	8	9	10	11	12	(模擬考)	/	/	/	/	7 國中輔導課開始 7-11 國七行為困擾量表 7-30 防溺宣導月 8-9 國九 1 st 模擬考 11 幹部訓練 11 國中資優課程開課	
九月	三	13	14	15	16	17	18	19	自我形象：找到內在的小巨人 1	1.了解錯誤(自卑)自我形象如何透過他人與環境形成。 2.鼓勵學生以新的眼光看待自己，重新建立健康自我形象。	綜 1-1-1-1 綜 1-2-1-2 綜 1-3-1-2 涯 1-2-1	/	6 7 9	14 外縣市畢業國七新生心臟病篩檢 15 國七尿液初篩 16-18 國九畢旅 16-10/8 班級共讀 I 18 國七智力測驗補測 18 校園防災預演 19 國高中學校日	
	四	20	21	22	23	24	25	26	自我形象：找到內在的小巨人 2	1.透過自我形象即席測驗對自身錯誤自我形象有覺察。 2.重新建立健康自我形象。	綜 1-1-1-1 綜 1-2-1-2 綜 1-3-1-2 涯 1-2-1	/	6 7 9	21 全國防災日-校園防災演練 23-24 國七新生健康檢查 25 擴大朝會暨服儀檢查	
	五	27	28	29	30	1	2	3	線上生涯儀表板(電腦教室)	1.電子生涯手冊之填寫，增進自我特質與興趣之覺察。	綜 2-4-3-3 涯 1-1-1 涯 1-4-1 涯 1-5-1 涯 3-5-1	○	15	27 中秋節 28 教師節(27 中秋節補假) 29 校內科展開始報名 1 國七尿液複篩 2 優良學生自我介紹、國九多元能力開發班始業式	

十月	六	4	5	6	7	8	9	10	生涯探索：角色管理小天才	幫助學生對 Super 之生涯角色有初步概念，並省思自身的角色管理是否適當。	綜 1-3-6-1 綜 2-1-2-7 綜 2-3-3-3 涯 3-3-1	/	15	5 優良學生投票 5 國九晚自習開始 9 補假(10 國慶日) 10 國慶日
	七	11	12	13	14	15	16	17	生涯探索：生涯價值大拍賣	透過拍賣活動澄清自己的生涯價值觀，並與自己的生涯規劃做結合。	綜 2-4-3-3 涯 3-4-2	/	15	14-15 第 1 次期中考
	八	18	19	20	21	22	23	24	興趣測驗施測（電腦教室）	使用台師大之情境式生涯興趣測驗，幫助學生但所個人內興趣喜好程度之比較。	涯 1-4-1 涯 1-5-1	○	8 15	19-23 國七學習策略量表施測、國九興趣測驗施測 19-11/23 班級共讀 II 21 全校大隊接力預賽 22 光碟電池回收競賽 23 擴大朝會 23 田徑單項預賽 23 技職教育宣導講座
	九	25	26	27	28	29	30	31	興趣測驗解測（原班）	使用台師大之情境式生涯興趣測驗，幫助學生但所個人內興趣喜好程度之比較。	涯 1-4-1 涯 1-5-1	/	8 15	29 國七健身操比賽 30 國八啦啦隊比賽
十一月	十	1	2	3	4	5	6	7	生涯探索：職業世界 1（電腦教室）	1.學習職業與相關技能之資訊蒐集與統整，對職業世界有具體的認識。 2.合作學習。	涯 2-1-1 涯 2-2-1 涯 2-3-1 涯 3-4-1 涯 3-5-1	○	8 9 15	6 52 週年校慶預演 7 52 週年校慶暨園遊會、班際大隊接力決賽、田徑個人單項決賽
	十一	8	9	10	11	12	13	14	生涯探索：職業世界 2（報告）	1.學習職業與相關技能之資訊蒐集與統整，對職業世界有具體的認識。 2.合作學習。	涯 2-1-1 涯 2-2-1 涯 2-3-1 涯 3-4-1 涯 3-5-1	○	8 9 15	9 校慶補假 13 生命教育講座
	十二	15	16	17	18	19	20	21	關心自己也關心別人：他不笨他是我爸爸 1	透過電影欣賞更認識智能不足者的特質，並學習提供協助。	綜 1-3-1-2 綜 1-3-2-5 綜 3-4-2-5 人 1-2-2-5	/	7	20 擴大朝會暨服儀檢查

	十三	22	23	24	25	26	27	28	關心自己也關心別人：他不笨他是我爸爸 2	透過電影欣賞更認識智能不足者的特質，並學習提供協助。	綜 1-3-1-2 綜 1-3-2-5 綜 3-4-2-5 人 1-2-2-5	/	7	23-27 職群試探活動
	十四	29	30	1	2	3	4	5	/	/	/	/	/	1-2 第 2 次期中考
十二月	十五	6	7	8	9	10	11	12	關心自己也關心別人：他不笨他是我爸爸 3	透過電影欣賞更認識智能不足者的特質，並學習提供協助。	綜 1-3-1-2 綜 1-3-2-5 綜 3-4-2-5 人 1-2-2-5	/	7	7-11 國八法治教育週-律師入班 7-1/7 班級共讀 III 10 光碟電池回收競賽 11 健康講座
	十六	13	14	15	16	17	18	19	壓力管理：當挫折來敲門	1.覺察自身挫折情緒與反應。 2.培養解決生涯問題的自信與能力。	涯 3-5-2	/	7	18 人權法治品德交通安全暨反霸凌教育宣導
	十七	20	21	22	23	24	25	26	條條大路通羅馬-升學管道與進路	了解當年度升學管道之規定，並規劃適合自己的方向。	綜 2-4-3-3 涯 3-5-1	○	15	21-22 北極星閱讀認證收件 23 校內科展比賽評審 23-24 國九 2 nd 模擬考 25 擴大朝會
	十八	27	28	29	30	31	1	2	生涯探索：我的生命數線	統整本學期所學，對全面性生涯前景(含職業、家庭、休閒生活等)做規劃。	綜 1-3-6-1 綜 1-4-1-1 涯 3-5-1	/	15	28-31 作業抽查週 1 開國紀念日
105 元月	十九	3	4	5	6	7	8	9	生涯檔案整理	整理本學期之學習單、報告，完成封面設計及反思所學。	涯 1-5-1 涯 3-5-1	○	15	4-8 校內科展 4-8 資優課程成果展 5 週記抽查 7 國七八輔導課結束
	二十	10	11	12	13	14	15	16	期末成長回顧與心得回饋	教師與學生彼此回饋，了解學生之學習心得，以利課程設計更加精進、貼近學生需求。	綜 3-2-2-4	/	/	
	廿一	17	18	19	20	21	22	23	/	/	/	/	/	18 國九輔導課、晚自習結束 18-19 期末考 20 休業式 21 寒假開始 21-3 國九寒輔