

臺北市民族實中 113 學年度上學期 12 學季教學進度計畫表

課程名稱	輔導活動			授課教師	吳思璇
授課班別	901	教材版本	南一版	每週授課節數	1
課程屬性	<input checked="" type="checkbox"/> 學科系統： <input type="checkbox"/> 議題系統： (1)生態課程 <input type="checkbox"/> 莫內小農場 7-3/9-1 <input type="checkbox"/> 愛樹特派員 7-1/8-1 <input type="checkbox"/> 蟾蜍好鄰居 7-4/8-3 <input type="checkbox"/> 城南走讀趣 8-2/9-4 <input type="checkbox"/> 綠色生活家 7-2/8-4 <input type="checkbox"/> 環境守門員 9-2/9-3 (2)家族課程 <input type="checkbox"/> 綠色科技 <input type="checkbox"/> 生態永續 <input type="checkbox"/> 薪傳人文 <input type="checkbox"/> 循環經濟 (3)自主選修課程 <input type="checkbox"/> 其他課程：_____				
	知能範圍： <input type="checkbox"/> 1 國文 <input type="checkbox"/> 2 英語 <input type="checkbox"/> 3 數學 <input type="checkbox"/> 4 社會 <input type="checkbox"/> 5 自然 <input type="checkbox"/> 6 科技 <input type="checkbox"/> 7 藝術 <input type="checkbox"/> 8 健體 <input checked="" type="checkbox"/> 9 綜合(可複選) <input type="checkbox"/> 非領域分類 補充說明：_____				
核心素養	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。				
教學目標	(一)認識技職學群的特色，引導檢視自我特質之相應情況。 (二)探索工作世界與未來發展，增進對自己的瞭解，進而立定努力的方向。 (三)釐清對自我的認識，蒐及家人對自己的想法，表達自己對生涯的想法。 (四)運用合宜策略或資源，調解自己的情緒與壓力，促進心理健康。				
授課進度表及課程內容大綱					
週次	日期	授課內容 (Subject/Topics)			備註
一	8/23	課程簡介與評量標準			8/23 第 1 學季開學日
二	8/26-8/30	我的志願 2.0-給自己的一封信			
三	9/2-9/6	我的志願 2.0-生涯領航員			
四	9/9-9/13	我的志願 2.0-職業搜查線			9/9 九年級晚讀、九年級第 8 節開始
五	9/16-9/20	我的志願 2.0-未來生活家			9/17(二) 中秋節放假 1 日
六	9/23-9/27	興趣測驗			
七	9/30-10/4	我的志願 2.0-未來無可取代			
八	10/7-10/11	我的志願 2.0-未來履歷			10/10(四) 國慶放假 1 日
九	10/14-10/18	夢想領航-認識荷倫六碼 1			
十	10/21-10/25	夢想領航-認識荷倫六碼 2			10/24-25 成就評量

秋假	10/28-11/1	備課週	秋假
一	11/4-11/8	夢想領航-生涯金三角 1	11/4 第 2 學季開學日
二	11/11-11/15	夢想領航-生涯金三角 2	
三	11/18-11/22	夢想領航-未來偵查員 1	
四	11/25-11/29	夢想領航-未來偵查員 2	25-29 113 上公開觀課週
五	12/2-12/6	夢想領航-資訊一把罩	
六	12/9-12/13	夢想領航-高校探險隊 1	
七	12/16-12/20	夢想領航-高校探險隊 2	
八	12/23-12/27	夢想領航-高校達人	
九	12/30-1/3	抗壓達人秀-生活檢測站	1/1(三)元旦放假 1 日
十	1/6-1/10	抗壓達人秀-心靈深呼吸	
十一	1/13-1/17	抗壓達人秀-減壓妙點子	1/17 成就評量
十二	1/20	本周課程已結束	1/20 休業式

教學資源需求 平板、學習單、閱讀文本、大屏、投影機與分組教室

評量規劃	■ 平時評量：60% (作業/隨堂測驗/學習單)		
	勾選	項目	說明
		學習單	50 積極完成課堂學習單，包含文字工整撰寫、語意通暢…等
		學習態度	30 參與課堂討論，優質發問，協助課堂成員完成學習任務
	其他	20 1. 完成二代校務行政系統生涯資料/生涯檔案 2. 議題文章閱讀	
■ 定期評量 40%：生涯發展教育_我的志願 2.0(20%)及夢想領航(20%)			