

彰化縣立陽明國民中學 109 學年度第一學期_三_年級_綜合_領域_輔導活動_教學計畫表

一、每週學習節數:1

二、本學期學習總目標:

探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。

三、教材來源：康軒版綜合活動課本、本校生涯教育學習檔案與自編教材

四、本學期課程內涵：

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第一週 8/31-9/4	蓄勢待發	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表 6.自省	
第二週 9/7-9/11	蓄勢待發	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表 6.自省	
第三週 9/14-9/18	生涯興趣量表測驗	生涯興趣量表測驗 配合學習單： 生涯興趣量表解測學習單	引導學生探索自己的生涯興趣	1	學習單	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第四週 9/21-9/25	蓄勢待發	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。 2.覺察自己的壓力狀態，並會運用合適的方法紓解壓力、調適身心。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.活動參與 4.口頭發表 5.文字發表 6.自省	
第五週 9/28-10/2	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	1	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
第六週 10/5-10/9	生涯檔案	生涯輔導紀錄手冊與生涯教育學習檔案內容補充建置	生涯紀錄手冊與生涯學習檔案內容補充建置	1	檔案評量	
第七週 10/12-10/16	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	1	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
第八週 10/19-10/23	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	1	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第九週 10/26-10/30	高校情報站	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.增進對高校生活的認識。 2.思考高校生活的重要主題。 3.增進對各類型高校生活的了解。 4.做好銜接高校生活的準備。	1	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
第十週 11/2-11/6	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告	
第十一週 11/9-11-13	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告	
第十二週 11/16-11/20	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告	
第十三週 11/23-11/27	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1.認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3.認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.小組分享 4.口頭報告	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第十四週 11/30-12/4	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1. 認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2. 探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3. 認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	1	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 小組分享 4. 口頭報告	
第十五週 12/7-12/11	開啟升學大門	2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1. 認識各類型學校的特色及內涵，蒐集運用資源，做為升學選校參考。 2. 探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。 3. 認識多元入學管道，整合各項升學資訊，為自己的升學做準備。	1	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 小組分享 4. 口頭報告	
第十六週 12/14-12/18	全面啟動	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1. 學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2. 針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	1	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 文字發表	
第十七週 12/12-12/25	全面啟動	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1. 學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2. 針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	1	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 文字發表	
第十八週 12/28~1/1	全面啟動	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1. 學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2. 針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	1	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 文字發表	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第十九週 1/4-1/8	第一次志願選填試探	第一次志願選填試探	1. 第一次志願選填試探。 2. 相關志願選填試探資料（浮貼在小藍本上），並進行相關課程。	1	學習單	
第二十週 1/11~1/15	全面啟動	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1. 學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2. 針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	1	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 文字發表	
第二十一週 1/18~1/22	全面啟動	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。 【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。	1. 學會以正向態度擬定目標與行動計畫。 2. 針對行動計畫執行後的成效，進行檢核與修正。	1	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 口頭發表 5. 文字發表	

彰化縣立陽明國民中學 109 學年度第二學期_三_年級_綜合_領域_輔導活動_教學計畫表

一、每週學習節數:1

二、本學期學習總目標:

省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭人事物表達感恩、祝福與惜別

三、教材來源：康軒版綜合活動課本、本校生涯教育學習檔案與自編教材

四、本學期課程內涵：

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第一週 2/15-2/19	抉擇時刻	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。 3.升學備忘錄實作，學習自我負責，掌握重要升學行事。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭報告 4.自省	
第二週 2/22-2/26	抉擇時刻	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。 3.升學備忘錄實作，學習自我負責，掌握重要升學行事。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭報告 4.自省	
第三週 3/1-3/5	生涯檔案	生涯輔導紀錄手冊與生涯教育學習檔案內容補充建置 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	生涯紀錄手冊與生涯學習檔案內容補充建置	1	檔案評量	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第四週 3/8~3/12	抉擇時刻	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。 3.升學備忘錄實作，學習自我負責，掌握重要升學行事。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭報告 4.自省	
第五週 3/15~3/19	抉擇時刻	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	1.了解生涯抉擇的因素，並覺察個人升學選校的考慮因素。 2.透過平衡單實作，對個人的生涯選擇進行評估。 3.升學備忘錄實作，學習自我負責，掌握重要升學行事。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭報告 4.自省	
第六週 3/22~3/26	生涯發展規劃書	生涯發展規劃書	1.參考一二年級的心理測驗與相關學習活動，完成生涯發展規劃書	1	學習單	
第七週 3/29~4/2	預見未來	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	1.思考自己在高校生活中要發展的能力。 2.了解未來將面對的世界及須具備的競爭力。 3.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	1	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第八週 4/5~4/9	志願選填試探	志願選填試探	輸出相關志願選填試探資料（浮貼在小藍本上），並進行相關課程	1	學習單	
第九週 4/12~4/16	預見未來	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	1.思考自己在高校生活中要發展的能力。 2.了解未來將面對的世界及須具備的競爭力。 3.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	1	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
第十週 4/19~4/23	預見未來	1-4-3 掌握資訊，自己界定學習目標、製定學習計畫並執行。 【生涯教育】 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。 3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係。	1.思考自己在高校生活中要發展的能力。 2.了解未來將面對的世界及須具備的競爭力。 3.能統整活動所得，自我承諾願意在現在為未來做準備。	1	1.小組評分 2.觀察學生 3.態度評定 4.口頭發表 5.內省	
第十一週 4/26~4/30	我們的故事	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。	1	1.觀察學生 2.態度評量 3.小組評分 4.小組分享 5.口頭發表 6.文字發表	
第十二週 5/3~5/7	我們的故事	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。	1	1.觀察學生 2.態度評量 3.小組評分 4.小組分享 5.口頭發表 6.文字發表	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第十三週 5/10~5/14	我們的故事	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。	1	1.觀察學生 2.態度評量 3.小組評分 4.小組分享 5.口頭發表 6.文字發表	
第十四週 5/17~5/21	我們的故事	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.整理國中生活中，班級的共同記憶與重要事件，探討其對班級與個人的意義與影響。 2.能適度表達自己對國中生活的感受。 3.省思自己在國中階段的成長及其對個人的意義。	1	1.觀察學生 2.態度評量 3.小組評分 4.小組分享 5.口頭發表 6.文字發表	
第十五週 5/24~5/28	傳愛·薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 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。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.文字發表	
第十六週 5/31~6/4	升學進路宣導	升學進路宣導 志願選填輔導	了解國中升學進路 志願選填輔導	1	學習單	

教學期程	單元名稱	能力指標 【重大議題融入能力指標】	教學目標	節數	評量方式	備註
第十七週 6/7~6/11	傳愛·薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 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。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.文字發表	
第十八週 6/14~6/18	傳愛·薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 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。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.文字發表	
第十九週 6/21~6/25	傳愛·薪傳	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。 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。 3-4-2 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。	1.省思「畢業」代表的意涵，學習以多元的方式，向周遭的人事物表達感恩、祝福與惜別。 2.整理個人國中生活的適應心得，並透過多元的方式傳承給學弟、學妹。 3.透過薪傳活動的交流與學習，培養利他互助的精神。	1	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.文字發表	國中畢業典禮