

# 基隆市立中山高級中學111學年度第2學期教學計畫

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |    |      |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------|
| 班級      | 高三愛                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 科目 | 生涯規劃 |
| 教師      | 葛懿慧                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |    |      |
| 教學目標    | <p>本課程依據十二年國民基本教育課程綱要，培養學生具備「價值探索、經驗統整與實踐創新」的能力，達到深入分析與統整個人特質，發展職業興趣與休閒生活的知能，連結人生各階段發展任務，具備生涯轉折與調適的能力，並能完成下述三項目標</p> <p>一、促進自我與生涯發展</p> <p>二、實踐生活經營與創新</p> <p>三、落實社會與環境關懷</p>                                                                                                                                                                                                               |    |      |
| 本學期授課內容 | <p>1. 教材內容：教師自編講義、影音媒材、生涯桌遊圖卡。</p> <p>2. 學習重點：「自我探索」、「自主學習」、「環境探索」與「決策行動」。</p> <p>3. 課程主題：</p> <p>(1)生涯發展與自我覺察與統整。</p> <p>    ①了解個人生涯發展任務與歷程。</p> <p>    ②認識個人性格、能力與興趣、價值觀、信念與生涯之關聯。</p> <p>(2)教育發展與職業</p> <p>    ①個人特質與生涯進路探索。</p> <p>    ②體育專業生涯規劃及探詢。</p> <p>    ③大學生涯與職業選擇、工作發展分析。</p> <p>(3)生涯評估抉擇與生涯行動實踐</p> <p>    ①生涯反思與抉擇風格。</p> <p>    ②自我管理與生涯問題因應。</p> <p>    ③生涯願景及行動藍圖規畫。</p> |    |      |
| 教學方式    | <p>1. 講述法、小組討論法、個人發表。</p> <p>2. 訓練學生達到體驗學習、價值澄清、合作學習之目標及問題解決與創意思考之能力。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |    |      |
| 評量方式    | <p>1. 平時評量（60％）：</p> <p>    (1)上課態度：學習精神、課堂互動、發表。</p> <p>    (2)小組參與。</p> <p>    (3)課程體驗學習成果-學習單。</p> <p>2. 期末評量（40％）：紙筆測驗、個人報告(學習歷程自述及多元表現綜整心得產出成品)。</p>                                                                                                                                                                                                                                   |    |      |
| 對學生期望   | <p>1. 期望學生瞭解生涯規劃的意義、目的與內涵。</p> <p>2. 期望學生能透過生涯規劃課程，能訂定自己的生涯目標且落實生涯行動計畫。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |    |      |
| 家長配合事項  | <p>1. 陪同學生討論生涯規劃相關議題，並分享生涯經驗。</p> <p>2. 鼓勵學生體驗學習，以提升學生對於生涯議題之認識與覺察。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |    |      |