

彰化高中 108 學年度第 2 學期 一年級 生涯規劃 科 教學計畫

一、教學目標		依循綜合領域生涯規劃課綱，促進學生「自我探索」、「環境探索」、「決策行動」三大方向之建立，覺察個人生涯規劃的重要性，主動建構個人生涯意義。				
二、評量方式		課堂參與、實作測驗、報告、學習單、				
三、成績計算		課堂參與 10%、實作測驗 15%、報告 25%、學習單 50%				
四、對學生的期望		透過蒐集資訊、發現問題、體驗活動、自主判斷、互動溝通、關懷服務等，回顧與展望個人成長歷程及環境的變化，思考生涯規劃的內涵，形成並建構個人的生涯意義與價值。				
五、教學進度						
每週節數	1	編定教師	夏 敏	使用書籍	智業·張明敏	年級 一年級 組別
週次	日期起訖	教學內容		學習講義(頁)	備註	
一	02/25~02/28	課程定向			2/26-2/27 模擬考 2/28 和平紀念日	
二	03/02~03/06	第一章 第一節：人生各階段的發展任務 第一章 第二節：青年生涯發展特徵與需求		第 1-9 頁	3/02 寒假作業考	
三	03/09~03/13	第一章 第三節：生涯轉折與應變能力		第 10-19 頁		
四	03/16~03/20	第二章 第一節：個人過去，現在與未來的成長脈絡 第二章 第二節：建構個人生涯規劃的意義與內涵		第 20-31 頁		
五	03/23~03/27	第三章 第一節：我的模樣 第三章 第二節：人格特質與興趣		第 32-39 頁		
六	03/30~04/03	第三章 第三節：個人價值觀與能力		第 40-49 頁	4/2-4/3 調整放假	
七	04/06~04/10	第三章 第四節：生涯態度與信念 第三章 第五節：生活角色與生活型態		第 50-58 頁	4/6-4/7 第一次期中考	
八	04/13~04/17	第三章 第六節：性別不設限，職涯任我行 第四章 第一節：瞭解高中生生涯進路		第 59-64 頁	4/14-4/15 模擬考 4/18 校慶	
九	04/20~04/24	第四章 第二節：探索個人特質與生涯進路 第四章 第三節：探索個人特質與大學學群		第 65-71 頁	4/20 補假	
十	04/27~05/01	第四章 第四節：大學學習內涵與生活		第 72-80 頁		
十一	05/04~05/08	第四章 第五節：大學生涯與職業選擇 第五章 第一節：職業生活與工作倫理		第 81-92 頁	5/4-5/5 模擬考	
十二	05/11~05/15	第五章 第二節：市場變動與超乎想像的未來		第 93-104 頁		
十三	05/18~05/22	第五章 第三節：終生學習彈性 應變生涯轉折 第六章 第一節：生涯扶擇歷程		第 105-112 頁		
十四	05/25~05/29	第六章 第二節：善用生涯評估工具規劃未來		第 113-120 頁	5/27-5/29 高一二期中考、高三期末考	
十五	06/01~06/05	第六章 第三節：生涯反思與變化因應		第 121-129 頁		
十六	06/08~06/12	第七章 第一節：自主學習的方法與策略 第七章 第二節：時間管理		第 130-139 頁	6/8 高三補考	
十七	06/15~06/19	第七章 第三節：壓力調適		第 140-144 頁	06/16 畢業典禮 6/20 補 6/26 上班課	

十八	06/22~06/26	第八章勇敢追夢，禦風飛翔-生涯行動與實踐	第 145-155 頁	6/25 端午節 6/26 調整放假
十九	06/29~07/03	總整理		
二十	07/06~07/10	期末考		7/10 高一二期末考
二十一	07/13~07/14			7/13-7/14 高一二期末考、 7/14 休業式

輔導夏敏
教師

109/3/4