

## 臺北市立忠孝國民中學 100 學年度第 2 學期

## 九年級 輔導活動 教學計畫暨教學進度表

教師姓名：方一齋

教材來源：自編 &amp; 康軒版

任教班級：901~908

學習目標		1. 回溯國中生活，探討各項資訊，做出個人生涯抉擇。 2. 考慮各項工作，訂定計畫，完成生涯目標。 3. 學習有效抒解個人壓力的方法。		節數	每週 1 節
週次	日期	教學單元（主題）	作業評量方式	重要議題	備註
一		秘密—吸引力法則		生命	
二		探索自我—各類測驗統合與應用		生命、生涯	
三		職業試探		生命、生涯	
四		職業試探/生涯幻遊		生命、生涯	
五		條條大路通羅馬--多元進路宣導		生涯	
六		走自己的路--多元進路宣導		生涯	
七		各類學校資料簡介		生涯	
八		各類學校資料簡介		生涯	
九		SWOTS 平衡單		生命、資訊	
十		尋夢計畫		生命、資訊	
十一		壓力哪裏來		生命	
十二		解壓有其道		生命	
十三		應考調適秘技		生命	
十四		個別進路諮商		生涯	
十五		個別進路諮商		生涯	
十六		個別進路諮商		生命	
十七		祝福滿行囊		生命	
十八		九年級畢業了!			
十九		九年級畢業了!			
二十		九年級畢業了!			
評量方式		作業 30%，口頭報告 20%，上課表現 30%，態度 20%。			
請家長配合事項		愛是關懷、了解、尊重與包容，用愛心和耐心陪伴、傾聽孩子的憂和喜。 注意他們的身心調適，給予生活上的支援與心靈上的支持。 陪同他們一起探索未來的人生道路，做好生涯的抉擇。			