

臺北市立內湖高工 114 學年度第 1 學期 生涯規劃科 教學活動預定進度表

課程名稱		生涯規劃		教學目標	協助學生瞭解個人生涯發展與規劃的關連性，以個人現階段自我認識為基礎（特質、興趣、能力和工作價值），考量相關外在因素影響（家庭、職場和升學管道），於目前學制階段中做出暫時的生涯決定（整合、決策和行動）。									
每週時數	教材	課本、ppt、學習單、自我評量					出版社	三民	班級	一年級	教師	惠子健		
議題代號	1 人權暨道德法治教育 6 家庭教育 11 防災教育		2 生命教育 7 家暴防治與性侵、性騷防治教育 12 勞動權益、勞動法制		3 全國法規資料庫 8 環境教育		4 多元文化 9 職業安全衛生		5 性別平等 10 愛滋病、性教育					
月份	週次	日	一	二	三	四	五	六	預定進度	○作業 ◎小考	※資訊 融入	議題 融入	重要紀事	
8月	預備	24	25	26	27	28	29	30						
	一	31	1 <small>開學</small>	2	3	4	5 <small>迎會</small>	6	準備週				27~28日 備課日暨校務會議 8/28~9/5日 第1次教學研究會 9月1日 開學、註冊、正式上課、發放教科書 9月1日 暑假作業測驗	
9月	二	7	8	9	10	11	12 <small>迎會</small>	13	單元 1 成長歷程與生涯發展 1-1		※		1~5日 期初科務會議(實) 5日 期初導師會議	
	三	14	15	16	17	18	19 <small>迎會</small>	20	單元 1 成長歷程與生涯發展 1-2				17~18日 重修班第1階段選課 20日 學校日暨家長成長研習(輔)	
10月	四	21	22	23	24	25	26 <small>迎會</small>	27	單元 1 成長歷程與生涯發展 1-3				23~24日 重修班第2階段選課 22日 課輔班開始上課	
	五	28	29	30 <small>迎會</small>	1	2	3 <small>迎會</small>	4	單元 1 成長歷程與生涯發展 1-4	○			29日 補假(教師節)1天	
11月	六	5	6	7	8	9	10 <small>迎會</small>	11	單元 2 自我覺察與整合 2-1			6	10日 國慶日放假1天	
	七	12	13	14	15	16	17	18	第一次期中考				14~15日 第一次期中考 16~22日 第二次教學研究會	
12月	八	19	20	21	22	23	24 <small>迎會</small>	25	單元 2 自我覺察與整合 2-2		※	2		
	九	26	27	28	29	30	31 <small>迎會</small>	1	單元 2 自我覺察與整合 2-3					
1月	十	2	3	4 <small>迎會</small>	5	6	7 <small>迎會</small>	8	單元 2 自我覺察與整合 2-4				3日 夜間重修班正式開始上課	
	十一	9	10	11	12	13	14	15	單元 2 自我覺察與整合 2-5	○			14日 期中導師會議	
1月	十二	16	17	18	19	20	21 <small>迎會</small>	22	單元 3 生活挑戰與調適 3-1		※			
	十三	23	24	25	26	27 <small>迎會</small>	28	29	第二次期中考				25~27日 第二次期中考 28日 卡拉OK初賽	
1月	十四	30	1	2 <small>迎會</small>	3	4	5 <small>迎會</small>	6	單元 3 生活挑戰與調適 3-2				1~5日 第二次作業抽查	
	十五	7	8	9	10	11	12 <small>迎會</small>	13	單元 3 生活挑戰與調適 3-3					
1月	十六	14	15	16	17	18	19 <small>迎會</small>	20	單元 3 生活挑戰與調適 3-4	○				
	十七	21	22	23	24	25 <small>迎會</small>	26	27	單元 4 自我調節與態度培養 4-1 4-2		※		25日 行憲紀念日放假1天	
1月	十八	28	29	30	31	1 <small>迎會</small>	2 <small>迎會</small>	3	單元 4 自我調節與態度培養 4-3 4-4				1日 元旦放假1天	
	十九	4	5	6	7	8	9 <small>迎會</small>	10	期末總檢討	○			9日 期末導師會議	
1月	二十	11	12	13	14	15 <small>迎會</small>	16	17	期末考				15~19日 期末考	
	廿一	18	19	20	21	22	23 <small>迎會</small>	24	休業式 ★21-23日 補上 2/11-13 課				20日 休業式、期末校務會議 ★21-23日 補上 2/11-13 課	
1月	廿二	25	26	27	28	29	30	31	寒假開始				26日 寒假開始 2/22日 寒假結束	
	廿三	1.上課帶課本、習作。 2.上課能用心參與討論、勇於發言。 3.上課不打瞌睡、不玩手機、電玩。 4.不影響上課秩序。					評量方法	1.平時成績40% 包括學習態度、自我評量作業、上課表現評量 2.2次期中考各15% 3.期末考30%			親師配合	1.督促如期完成作業並叮嚀遵守上課秩序。 2.鼓勵孩子多閱讀課外讀物及關心社會重要議題，瞭解升學就業市場趨勢，以增進對未來生涯準備及抉擇的能力。 3.鼓勵孩子勇於發表自己的想法，協助規劃目標並適時給予引導及支持。 4.鼓勵孩子勇於發表自己的想法並適時給予引導。		

