

# 新北市天主教恆毅高級中學 110 學年度 生涯規劃教育實施計畫

## 一、依據

- (一) 教育部十二年國民教育基本綱要議題十九項議題（生涯規劃教育）。
- (二) 普通高級中學選修科目「生涯規劃」課程綱要。

## 二、目的

- (一) 協助學生了解自己，培養積極樂觀的態度及良好的品德、價值觀。
- (二) 協助學生認識工作世界，增進生涯發展基本能力。
- (三) 提升學生生涯發展規劃能力，培養獨立思考能力，擴展規劃生涯發展信心。

## 三、辦理單位

- (一) 主辦單位：教務處、學務處、輔導處、圖書館。
- (二) 協辦單位：總務處、各領域教師、各班導師。

## 四、辦理時程：110 年 8 月 1 日至 111 年 7 月 31 日

## 五、實施原則

- (一) 依據教育部十二年國民教育基本綱要議題十九項議題生涯規劃教育實質內涵及普通高級中學選修科目「生涯規劃」課程綱要學習內容，整合各處室及各領域教師專長，參酌學校特色及社區資源，善用相關領域課程及彈性學習時數，規劃全校或全年級之活動。
- (二) 依各年級生涯規劃教育重要內涵，架構生涯規劃教育活動：
  1. 七年級：以自我覺察與探索、生涯覺察與試探為主。
  2. 八年級：以生涯覺察與試探為主。
  3. 九年級：以生涯探索與進路選擇為主。
  4. 高中一年級：以成長歷程、個人特質探索與生活角色為主。
  5. 高中二年級：以大學學群、職業選擇、自我行銷表達為主。
  6. 高中三年級：以生涯資訊評估、生涯決策與生涯實踐為主。

## 六、教學主題與活動：

年級	核心內涵	教學主題與活動	備註
七年級	自我覺察與探索	一、輔導活動課程主題：自我圓舞曲 1. 我的特質 2. 我的成功心像 3. 我的成長小書 二、生涯主題活動：	

年級	核心內涵	教學主題與活動	備註
		1. 新生生活輔導 2. 新生基本資料表 (A 表) 與「國中學生生涯發展紀錄手冊」建置 3. 生涯檔案建置 4. 心理測驗-國民中學智力測驗更新版施測 5. 輔導股長訓練 6. 班會活動-生涯議題融入 7. 讀書會-自我探索與學習主題 8. 社區服務學習 9. 專題演講及座談 (1)學生：職業分享講座、職業達人開講 (2)教師及家長：生涯規劃教育專題演講	
八年級	生涯覺察與試探	一、輔導活動課程主題：生涯探照燈 1. 我的 STYLE 2. 打造未來之星 3. 追夢高手 二、生涯主題活動： 1. 基本資料表 (A 表) 更新與「國中學生生涯發展紀錄手冊」填寫 2. 生涯檔案建置 3. 心理測驗-國中新編多元性向測驗 4. 輔導股長訓練 5. 參訪活動-科技大學參訪及課程體驗活動 6. 班會活動-生涯議題融入 7. 讀書會-生涯覺察與試探主題 8. 社區服務學習 9. 親師合作-職業訪談 10. 專題演講及座談 (1)學生：職業分享講座、職業達人開講 (2)教師及家長：生涯發展教育專題演講	
九年級	生涯探索與進路選擇	一、輔導活動課程主題：夢想啟航 1. 生涯領航 2. 家人伴我行 3. 生涯金三角 4. 我的生涯藍圖 二、生涯主題活動： 1. 基本資料表 (A 表) 更新與「國中學生生涯發	

年級	核心內涵	教學主題與活動	備註
		展紀錄手冊」填寫 2. 心理測驗-情境式職涯興趣測驗 3. 生涯檔案建置-升學資訊 4. 第一志願學校調查採訪 5. 班會活動-生涯議題融入 6. 讀書會-生涯決策主題 7. 專題演講及座談 (1)學生：高職類科介紹、綜合高中介紹、國三畢業生適性入學宣導 (2)教師及家長：國三畢業生適性入學宣導、生涯規劃教育專題演講	
高一	成長歷程 個人特質探索 生活角色	一、生涯規劃課程主題。 二、生涯主題活動： 1. 新生始業輔導 2. 新生基本資料表（A表）填寫 3. 學習歷程檔案建置 4. 心理測驗-大學入學考試中心興趣量表 5. 心理測驗-新編多元性向測驗 6. 班會活動-生涯議題融入 7. 讀書會-個人特質探索與生活角色主題 8. 專題演講及座談 (1)學生：十八學群講座、職涯分享、職業介紹	
高二	大學學群 大學生活 職業選擇	一、校定必修-與幸福有約主題。 二、生涯主題活動： 1. 學生基本資料表（A表）更新 2. 學習歷程檔案建置 3. 心理測驗-師大工作價值組合測驗施測 4. 班會活動-生涯議題融入 5. 讀書會-學群與職業探索主題 6. 參訪活動-大學校園參訪 7. 大學學院與科技大學宣導介紹活動 8. 一分鐘自我介紹文字+影片 9. 專題演講及座談 (1)學生：十八學群講座、職涯分享、職業介紹	

年級	核心內涵	教學主題與活動	備註
高三	生涯資訊評估 生涯決策 生涯實踐	<p>一、升學輔導課程主題：繁星推薦、個人申請。</p> <p>二、生涯主題活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生基本資料表（A表）更新</li> <li>2. 學習歷程檔案建置。</li> <li>3. 心理測驗-大學入學考試中心學系探索量表</li> <li>4. 班會活動-生涯議題融入</li> <li>5. 讀書會-生涯資訊與決策主題</li> <li>6. 申請備審資料指導及模擬面試</li> <li>7. 大學學院與科技大學入班宣導介紹活動</li> <li>8. 專題演講及座談</li> </ol> <p>(1)學生：A-升學講座-學測準備與科系職業連結 B-特殊選才講座 C-大學甄選準備（繁星推薦與個人申請） D-考試科目準備技巧 E-個人申請面試準備 F-大學志願選填</p> <p>(2)家長：大學多元入學管道宣導、繁星推薦說明會。</p>	

七、實施內容：依各項活動實施計畫執行。

八、預期成效：

（一）協助學生認識自我，培養積極樂觀的生活態度及良好的品德、價值觀。

（二）協助學生認識工作世界，增進生涯規劃能力。

（三）訓練學生獨立思考判斷，進行生涯決策適性發展。

九、經費來源：教育部補助款、教育局補助款、學校預算經費及家長會補助等。

十、本計畫經學校生涯發展教育工作執行委員會討論，陳校長核可後實施，修正時亦同。