

臺北市立弘道國民中學 114 學年度第 1 學期 9 年級輔導科教學計畫

課程基本資料	科目名稱	輔導科
◆教學目標 1. 思考自己的未來，澄清個人價值觀，並統整個人能力特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。 2. 認識壓力的特色、覺察自己身心狀態。藉由學習減壓技巧，學會照顧身心，並能以評估策略，來調節自己的情緒與壓力。		
◆課前：學生能事先準備上課用品。 ◆課中： 1. 學生能踴躍參與討論。 2. 學生願意參與分享。 3. 學生能確實完成作業。 ◆課後：學生能將課堂所學實際運用於日常生活中		
評量方式		
1. 課堂參與：依據學習態度與參與、秩序、發表、分享評定。 2. 定期評量：依據上課筆記、課本、作業內容評定。 3. 課堂及課後作業：輔導作業本及生涯檔案。		
成績計算		
(一)平時評量佔學期總成績的 60%：含出席率、課堂學習、生涯發展手冊、輔導作業本 (二)定期評量佔學期總成績的 40%：作業本回饋、線上生涯領航更新		
親師配合		
1. 邀請您一同關懷、鼓勵孩子在校狀況，協助學校生活適應。 2. 陪孩子一同成長，傾聽孩子的心聲，分享彼此的想法。 3. 若有需要與輔導老師溝通或聯繫，煩請致電輔導室。		