

臺北市立弘道國民中學 114 學年度第 1 學期九年級輔導活動科教學進度 114 年 09 月印

週次	星 期							預 定 教 學 進 度				備 註	
	一	二	三	四	五	六	日	章節	教 學 內 容	起迄頁	融入議題		
備課週	八 25	26	27	28	29	30	31						
一	九 1	2	3	4	5	6	7		課程介紹			• 9/1 開學	
二	8	9	10	11	12	13	14		壓力掃描儀			• 9/9-10 九年級複習考（一） • 9/8-9/12 期初教學研究會 • 9/12 學校日	
三	15	16	17	18	19	20	21		壓力管理術			• 9/15 九年級晚自習開始暨七、八 及九年級第八節開始 • 9/20 補考	
四	22	23	24	25	26	27	28		畢業旅行			• 9/23-9/25 九年級校外教學	
五	29	30	十 1	2	3	4	5		114-2 技藝教育課程宣導			• 9/29 教師節補假	
六	6	7	8	9	10	11	12		生涯大航道（一）			• 10/6 中秋節 • 10/9 七八年級國文科抽背 • 10/10 國慶日放假	
七	13	14	15	16	17	18	19		生涯大航道（二）			• 10/15-10/16 第一次定期考查	
八	20	21	22	23	24	25	26		生涯大航道（三）			• 10/24 光復節補假	
九	27	28	29	30	31	十一 1	2		生涯價值選擇			• 10/30-10/31 九年級練習卷 • 10/31 校內國語文競賽	
十	3	4	5	6	7	8	9		興趣測驗施測				
十一	10	11	12	13	14	15	16		興趣測驗解釋			• 11/14 校內本土語文競賽	
十二	17	18	19	20	21	22	23		我的生涯地圖			• 11/18-11/19 八年級隔宿露營	
十三	24	25	26	27	28	29	30		珍愛生命（一）			• 11/27 七八年級國文抽背	
十四	十二 1	2	3	4	5	6	7		珍愛生命（二）			• 12/2、12/3 第二次定期考查	
十五	8	9	10	11	12	13	14		群科藏寶圖			• 12/9 作業抽查(英.數.歷.公)	
十六	15	16	17	18	19	20	21		模擬志願選填說明			• 12/16 作業抽查(國.自.地.健.作文)	
十七	22	23	24	25	26	27	28		第一次模擬志願選填（暫訂）			• 12/23-24 九年級複習考（二） • 12/25 行憲紀念日	
十八	29	30	31	一 1	2	3	4		高中職調查報告（一）			• 12/29 班會:健體領域紙筆測驗 • 12/29-1/2 期末教學研究會 • 1/1 元旦放假	
十九	5	6	7	8	9	10	11		高中職調查報告（二）			• 1/5 班會:藝術領域紙筆測驗・ • 1/8 期末教研會 • 1/8 七八年級國文抽背	
廿	12	13	14	15	16	11	12		高中職調查報告（三）			• 1/16 第三次定期考查	
廿一	19	20	21	22	23	24	25		生涯儀表板與生涯檔案			• 1/19 第三次定期考查 • 1/20 休業式 • 1/21-1/23 補行上課 • 1/24 寒假開始	

課程基本資料	科目名稱	輔導活動
	授課教師	姚瑞瑜
課程目標	1. 探索九年級的生活，協助學生調適合宜的心態與行動面對。 2. 協助學生覺察自己的壓力狀態，並學習運用合適的紓壓方法。 3. 協助學生思考個人生涯興趣、生涯價值與能力強項處，擬定生涯發展目標。 4. 增進學生對高校生活與學校的認識，認識多元入學管道，學習蒐集運用資源，並整合升學資訊，為升學作準備。	
成績評量方式	1. 平時評量 60%：輔導活動課學習單、課堂參與度、課堂表現 2. 定期評量 40%：高中職調查報告	
家長配合事項	1. 請提醒孩子務必帶齊上課用品、督促孩子按時繳交作業。 2. 請多關懷、適時傾聽孩子在校生活及學習狀況，給予其支持。 3. 與孩子一同討論升學方向，了解孩子興趣，並適時提供孩子諮詢及支持，給予志願試填建議。	