

| 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<br>24 | 25      | 26 | 27     | 28     | 29 | 30      |             | 課程準備週             |     |      |                                                                    |  |
| 一   | 31      | 九<br>1  | 2  | 3      | 4      | 5  | 6       |             | 相見歡+課程介紹          |     |      | • 8/31 開學                                                          |  |
| 二   | 7       | 8       | 9  | 10     | 11     | 12 | 13      |             | 夢響啟航：升學多線道        |     |      | • 9/8-9 九年級複習考（一）<br>• 9/7-9/11 期初教學研究會<br>• 9/11 學校日<br>• 9/12 補考 |  |
| 三   | 14      | 15      | 16 | 17     | 18     | 19 | 20      |             | 條條大路通羅馬           |     |      | • 9/16-9/18 九年級校外教學                                                |  |
| 四   | 21      | 22      | 23 | 24     | 25     | 26 | 27      |             | 升學初探：進路介紹         |     |      | • 9/25 中秋節                                                         |  |
| 五   | 28      | 29      | 30 | 十<br>1 | 2      | 3  | 4       |             | 行行出狀元 1           |     |      | • 9/28 教師節                                                         |  |
| 六   | 5       | 6       | 7  | 8      | 9      | 10 | 11      |             | 行行出狀元 2           |     |      | • 10/8 七八年級國文科抽背<br>• 10/9 國慶日補假 10/10 國慶日放假                       |  |
| 七   | 12      | 13      | 14 | 15     | 16     | 17 | 18      |             | 生涯抉擇平衡單           |     |      | • 10/13-10/14 第一次定期考查                                              |  |
| 八   | 19      | 20      | 21 | 22     | 23     | 24 | 25      |             | 就業初探：家庭性別職業樹      |     |      |                                                                    |  |
| 九   | 26      | 27      | 28 | 29     | 30     | 31 | 十一<br>1 |             | 職業興趣量表施測          |     |      | • 10/29-10/30 九年級練習卷                                               |  |
| 十   | 2       | 3       | 4  | 5      | 6      | 7  | 8       |             | 職業興趣量表解釋          |     |      | • 11/6 國語文競賽                                                       |  |
| 十一  | 9       | 10      | 11 | 12     | 13     | 14 | 15      |             | 『給未來自己的一封信』(一)    |     |      | • 11/13 校內本土語文競賽                                                   |  |
| 十二  | 16      | 17      | 18 | 19     | 20     | 21 | 22      |             | 『給未來自己的一封信』(二)    |     |      | • 11/19-11/20 八年級隔宿露營                                              |  |
| 十三  | 23      | 24      | 25 | 26     | 27     | 28 | 29      |             | 抗壓達人秀：情緒追追追       |     |      | • 11/26 七八年級國文抽背                                                   |  |
| 十四  | 30      | 十二<br>1 | 2  | 3      | 4      | 5  | 6       |             | 冒險氣球              |     |      | • 12/2、12/3 第二次定期考查                                                |  |
| 十五  | 7       | 8       | 9  | 10     | 11     | 12 | 13      |             | 陽光「心」配方           |     |      | • 12/8 作業抽查(英.數.歷.公)                                               |  |
| 十六  | 14      | 15      | 16 | 17     | 18     | 19 | 20      |             | 成功補給「讚」           |     |      | • 12/15 作業抽查(國.自.地.健.作文)                                           |  |
| 十七  | 21      | 22      | 23 | 24     | 25     | 26 | 27      |             | 生涯 maker: 高校特派員 1 |     |      | • 12/23-24 九年級複習考（二）<br>• 12/25 行憲紀念日                              |  |
| 十八  | 28      | 29      | 30 | 31     | 一<br>1 | 2  | 3       |             | 高校特派員 2           |     |      | • 12/28 班會: 健體領域紙筆測驗<br>• 12/28-12/31 期末教學研究會<br>• 1/1 元旦放假        |  |
| 十九  | 4       | 5       | 6  | 7      | 8      | 9  | 10      |             | 高校特派員 3           |     |      | • 1/4 班會: 藝術領域紙筆測驗<br>• 1/8 期末教研會<br>• 1/8 第八節課後輔導及九年級夜自習結束        |  |
| 廿   | 11      | 12      | 13 | 14     | 15     | 16 | 17      |             | 學期末回顧             |     |      | • 1/14 七八年級國文抽背                                                    |  |
| 廿一  | 18      | 19      | 20 | 21     | 22     | 23 | 24      |             | 第三次定期考查           |     |      | • 1/18-1/19 第三次定期考查<br>• 1/20 休業式<br>• 1/21 寒假開始                   |  |

# 臺北市立弘道國民中學 115 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 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|
| <b>◆教學目標</b><br>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。<br>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。    |      |     |
| <b>◆課前：</b> 學生能事先準備上課用品。<br><b>◆課中：</b><br>1. 學生能踴躍參與討論。<br>2. 學生願意參與分享。<br>3. 學生能確實完成作業。<br><b>◆課後：</b> 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。<br>2. 定期評量：依據上課筆記、課本、作業內容評定。<br>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<br>(二)定期評量佔學期總成績的 40%：作業本回饋、二代校務系更新、高校調查                                          |      |     |
| 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。<br>2. 陪孩子一同成長，傾聽孩子的心聲，分享彼此的想法。<br>3. 若有需要與輔導老師溝通或聯繫，煩請致電輔導室。                                  |      |     |