

# 臺南市後甲國中103學年度第一學期

## 生涯教育融入 綜合活動 科九年級教案設計

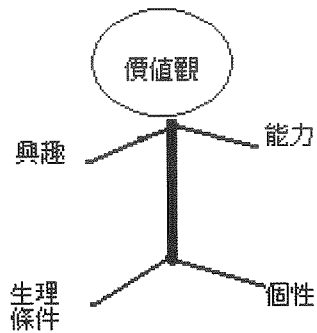
設計者：蔡嘉雯 師

壹、教學單元或名稱	那些年，我們一起 Hold 的夢想！		
貳、教學主題或教學重點	<p>一、將生涯教育與課文內容結合，讓學生了解生涯教育的重要性。</p> <p>二、以課程中「自我概念」為重心，引導學生思考生涯教育在生活中的應用。</p>		
參、設計理念	<p>1. 國中生正值生涯發展階段的能力試探期(13-17歲)，因此在學校、休閒活動及各種工作經驗中，進行自我探討、角色試探及職業探索。</p> <p>2. 此階段的任務為發展自我概念、對工作世界的正確態度、了解工作的意義，進而使職業偏好逐漸具體化。</p>		
肆、教學對象與人數	三年__班 (30人)	教學節數	二節 (90分鐘)
伍、教學目標	<p>1. 能藉由自我內省，探索個人之自我概念。</p> <p>2. 了解生涯發展的各階段任務及職業世界的內涵。</p> <p>3. 從自己的人格特質、興趣及能力找出未來適合發展的方向。</p> <p>4. 覺察影響生涯抉擇的其他因素。</p>		
陸、學習能力指標	<p>1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。</p> <p>1-4-2 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的發展方向。</p> <p>2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。</p>		
柒、教學策略或方法	<p>一、教師講解</p> <p>二、問答法</p> <p>三、個人發表</p> <p>四、小組討論</p>		
捌、教學準備	<p>一、學生分組</p> <p>二、教師準備活動資料 (歌曲、短片等)</p>		
玖、多元評量方式	<p>一、上台報告 (25%)</p> <p>二、學習單 (50%)</p> <p>三、發表個人看法 (25%)</p>		

<b>單元名稱</b>	那些年，我們一起 Hold 的夢想！		
<b>適用對象</b>	國三	<b>教學時數</b>	45 分*2 節
		<b>教案設計者</b>	蔡嘉雯
<b>能力指標</b>	1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-2 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的發展方向。 2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。		
<b>設計理念</b>	3. 國中生正值生涯發展階段的能力試探期(13-17 歲)，因此在學校、休閒活動及各種工作經驗中，進行自我探討、角色試探及職業探索。 4. 此階段的任務為發展自我概念、對工作世界的正確態度、了解工作的意義，進而使職業偏好逐漸具體化。		
<b>教學目標</b>	5. 能藉由自我內省，探索個人之自我概念。 6. 了解生涯發展的各階段任務及職業世界的內涵。 7. 從自己的人格特質、興趣及能力找出未來適合發展的方向。 8. 覺察影響生涯抉擇的其他因素。		
<b>教學方法</b>	教師講解、問答法、個人發表、小組討論。		
<b>教材來源</b>	網路資料(Run 短片)、劉若英「給 15 歲的自己」歌曲、自編		
<b>參考資料</b>	1. 康軒版國三綜合活動課本。 2. 邁向成熟-青少年的自我成長與生涯規劃(張老師文化，黃惠惠著) 3. 現在工作中-長大後，你想做什麼工作呢?(小魯文化事業，文：越智登代子，圖：秋山友子，翻譯：陳馨茹)		
<b>教學活動內容</b>		<b>教學時間</b>	<b>教學資源</b>
<b>第一節開始~~</b>			
<b>【引起動機】</b>			
1. 腦力激盪：請同學思考：看到「生涯」二字，會聯想到什麼？同學可能想到：自我、學習、興趣、生命、軌跡、死亡、結婚、生子、工作、職業…等等。教師鼓勵同學發言，目的在聚焦於今日課程。		5'	康軒版 --生涯 彩虹
2. 教師說明 Super 提出的生涯發展理論：生涯發展或是職業選擇與適應是繼續不斷的過程，個人的職業偏好、能力、生活、工作環境，以及自我觀念均隨著時間及經驗而改變。這個過程就是生命的階段，可分為成長(growth)、探索(exploration)、建立(establishment)、維續(maintenance)及衰退(decline)五階段。		5'	30 秒動 畫-Run
3. 教師播放 30 秒短片—Run，然後帶入的主題。			
<b>【發展活動】</b>			
1. 大家都知道生涯規劃很重要，請問同學們在進行生涯規劃時		3'	生涯型 活動。

要考慮哪些因素？

2. 請同學在 A4 空白紙上畫出以下一個火柴人：(也可請同學依自己喜好的方式呈現五大決定生涯型態的重要因素)



3. 教師引導同學參考之前輔導室相關的測驗結果，在學習單五大因素寫下自己擁有的生理條件、個性、能力、興趣(至少三項)。

4. 有趣的價值觀測驗---太空移民計畫

◎ 教師說明:2012 年即將到來，假設地球就要毀滅，眼前有一台太空梭可以帶走 5 個人到新星球重生，請問你會帶走誰?將海報或投影片 10 位(寫下優先選擇的順序，寫在生涯型態學習單上)

◎ 海報內容--代表價值解答(也可以投影片方式呈現)

- (1) 科學家太太(不良於行)---憐憫
- (2) 醫術高明的醫師---助人
- (3) 緝兇制惡有功的警察---秩序與條理
- (4) 博學多聞的歷史學家---經驗傳承與傳統
- (5) 具有創意的男建築師---建設積極
- (6) 55 歲偉大發明家---創新研究
- (7) 18 歲未婚懷孕媽媽---生命
- (8) 13 歲天才國中生---盼望
- (9) 金像獎青春偶像---娛樂
- (10) 25 歲健美奧運選手---健康

◎ 價值是指一個人所重視、偏好、讚許或選擇的，它不僅僅是認知面的，還會藉由行動表現出來。每個人的生命價值不同而展出不同的人生，而在工作中或職業生涯抉

30'

態學習  
單(附  
件一)

海報  
投影片

能檢視自己重視的價值並分享自己選擇的原因。

性向和

<p>擇時，每個人所重視、想得到的也不相同，有人重視報酬高低，有人重視環境良否，才能是否發揮……，形成了每個人不一樣的工作價值觀。</p> <p>◎ 老師藉由這樣小小活動的進行，讓同學可以檢視自己最重視的價值為何。</p> <p>註： 國一上「我的多元面貌」課程---已探討過自我特質、個性。 國二下「多因素性向測驗」---協助同學了解自己的潛在能力。 國三上「職業興趣量表」測驗---找出我喜歡做的事。</p> <p><b>【綜合活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師結語：過去前輩常言「男怕入錯行，女怕嫁錯郎」，其實現今社會不論男女都很怕入錯行，能夠「擇己所愛，愛己所擇」才是最幸福的一件事，因此生涯規劃的目的就是為了協助同學能夠及早發現自己的工作性向。</li> <li>2. 收回生涯型態學習單。</li> <li>3. 課程預告：下節課，老師將與同學們進一步探討自己的志願，以及未來適合自己的行業或科系。 -----（第一節結束）-----</li> </ol> <p>第二節開始</p> <p><b>【引起動機】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 頭腦體操--成語與職業的聯想 例如：[為民喉舌]想到議員、立法委員，[妙筆生花]想到了作家。</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 成語一：山珍海味---飯店廚師</li> <li>(2) 成語二：懲惡除奸---警察或法官</li> <li>(3) 成語三：婀娜多姿---模特兒或舞者</li> <li>(4) 成語四：頭頭是道---律師或教師</li> <li>(5) 成語五：強顏歡笑---藝人或小丑</li> <li>(6) 成語六：蛛絲馬跡---法官或偵探</li> <li>(7) 成語七：懸壺濟世---醫生</li> </ol>	<p>興趣測驗結果</p> <p>2'</p> <p>成語 15個</p> <p>5'</p> <p>歌詞 (附件二)、</p>	<p>能夠參與活動，主動回答。</p> <p>學習單的</p>
---	--	---------------------------------

<p>(8) 成語八：箭步如飛---賽跑選手或運動員</p> <p>(9) 成語九：鎔銖必較---銀行作業員或會計師</p> <p>(10) 成語十：黃鶯出谷---歌星或廣播 DJ</p> <p>(11) 成語十一：頂上功夫---理髮師、造型師或特技人</p> <p>(12) 成語十二：馬不停蹄---快遞員或商人</p> <p>(13) 成語十三：愈挫愈勇---保險員或業務員</p> <p>(14) 成語十四：隨波逐流---船員、航海家或海軍軍官</p> <p>(15) 成語十五：雲遊四海---導遊或飛行員、空服員</p>		歌曲	內容充實
<p><b>【發展活動】</b></p> <p>1. 老師播放劉若英「給 15 歲的自己」歌曲，紅色字體的部份可以給學生填空用，這樣一來聽歌的時候更能專注於歌詞上喔!!</p> <p>2. 發還上週生涯型態學習單，請同學邊聽歌曲邊完成學習單上的第二題省思。(繼續播放歌曲)</p> <p>3. Show time :</p> <p>(1) 兩人一組--彼此分享學習單上的內容，檢視自己未來想從事的職業，需要具備哪些條件、興趣、個性、價值觀或生理條件。</p> <p>(2) 四人一組--擴大組員，繼續分享及回饋。</p> <p>(3) 組內推薦一位同學上台對全班報告。由老師帶領同學們進行更深入的探討並且適時予以引導，提供正確的資訊。</p>	<p>10'</p> <p>5'</p> <p>5'</p> <p>5'</p> <p>10'</p>	「現在工作中」繪本	同學專注 分享討論、 報告台風穩健、口條清晰。
<p>備案：</p> <p>也可以參考「現在工作中」繪本中提到的行業為題，由老師帶領同學們討論各行各業需要的職前訓練及工作內容。這是一本「工作入門書」，以圖鑑式的繪本方式帶同學們認識各行各業，讓同學們思考「喜歡做什麼工作、適合唸什麼科系」，畢竟生涯規劃永不嫌早。</p>			
<p><b>【回饋及統整】</b></p> <p>1. 教師歸納並結語：透過同學們的分享及討論，相信大家對於許多工作的內容及訓練都有進一步的認識，希望透過這個活</p>	5'		

動，讓同學們對各行各業有更深入的了解，對於自己日後要選擇什麼樣的科系多少有所幫助。

2. 國三是辛苦的一年，不論面對考試壓力或是選擇高中、高職、綜合高中、五專的茫然，都很容易讓人感到不安，老師希望透過這兩堂課的教學之後，讓同學們對於「生涯」更具體的概念，並能提前進行「職涯規劃」。「三百六十五行，行行出狀元」，鼓勵同學為自己的夢想，找出一條踏實的路，要從事什麼工作，需要就讀什麼科系，應具備有什麼樣的技術，要擁有什么樣的態度，然後按部就班，努力以赴。若還有疑惑不解之處，可以和輔導老師進一步討論。

(第二節結束)

一、

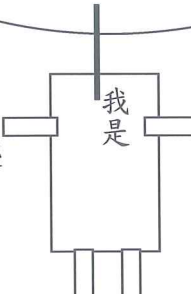
我要救出的五個人是：

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

我最在意的價值是…

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

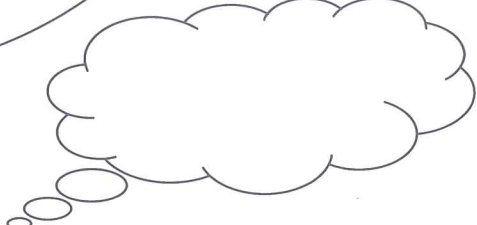
○



我是

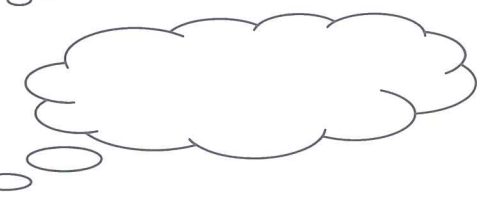
興趣

能力



生理條件

個性





## 聽完歌曲，現在想想自己

二、15歲的自己，我的夢想是

我想對15歲的自己說

為了實現夢想，現在我可以採取的行動

附件二

## 給15歲的自己

作詞：施人誠 作曲：Angela Aki

知道嗎 我總是惦記 十五歲不快樂的你  
我多想 把哭泣的你 摟進我懷裏  
不確定 自己的形狀 動不動就和世界碰撞  
那些傷 我終於為你 都一一撫平  
那一年最難的習題也不過短短的幾行筆記  
現在我卻總愛回憶 回憶當時不服輸的你  
天空 會不會雨停 會不會放晴  
會不會幸福在終點等著我和你  
會不會是我忘記 還能勇敢地去淋雨  
我們繼續走下去 繼續往前進  
繼續走向期待中的未知旅行  
感覺累了的時候 抱著我們的真心  
靜靜 好好地休息  
這些年 我還算可以 至少都對得起自己  
謝謝你 是你的單純 給了我指引  
遇見過 很多很多人 完成了一些些事情  
你一定 還無法想像 多精彩過癮  
誰說人生是公平的它才不管我們想要怎樣  
很感激 你那麼倔強 我才能變成今天這樣  
我們繼續走下去 繼續往前進  
看這條路肯讓我們走到哪裏

我們想去的地方 一定也有人很想去  
我們都不要放棄 都別說灰心  
永遠聽從刻在心中那些聲音  
感覺累了的時候 請你把我的手握緊  
沒有地圖 人生只能憑著手上的夢想 Oh~  
循著它的光 曲折轉彎找到有光的地方  
Lalala Lalala Lalala 那年的夢想  
Lalala Lalala Lalala 人要有夢想  
勇敢的夢想 瘋狂的夢想  
繼續走下去 繼續往前進  
路旁有花 心中有歌 天上有星  
我們要去的那裏 一定有最美麗的風景  
Oh~ 都不要放棄 都別說灰心  
不要辜負心裏那個乾淨的自己  
痛到想哭的時候 就讓淚水洗掉委屈  
我們要相信自己 永遠都相信  
來到這個世界不是沒有意義  
我們做過的事情 都會留在人心裏  
會被回憶而珍惜  
有一天 我將會老去 希望你會覺得滿意  
我沒有 對不起那個 十五歲的自己



