

教育部普通高級中學課程生涯規劃學科中心
104 年度全國教師專業成長研習：生涯知能探索工作坊
實施計畫

壹、依據

- 一、依據 教育部104年2月25日臺教國署高字第1040014268A號函。

貳、目的

- 一、配合教育部的規劃，提昇生涯規劃實務經驗，強化專業生涯規劃教師對學生生涯發展階段之認知與輔導能力。
- 二、學科中心教學資源研發暨推廣小組成員針對生涯規劃相關議題研發成果經驗分享與交流。
- 三、經由講授分享及運用生涯規劃理論與技術，提升教師輔導品質，開拓教師輔導特色。

參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：普通高級中學課程生涯規劃學科中心(高雄市立中正高級中學)
- 三、協辦單位：高雄市立高雄女中、國立臺中家商、新北市立板橋高中

肆、辦理內容

- 一、參加對象：全國公私立高中職生涯規劃學科教師暨輔導教師，中、南區場次各 100 人；北區場次 150 人。
- 二、工作坊辦理時間、地點與人數：

場次	時間	地點	人數
南區	104 年 10 月 30 日 (星期五)	高雄市立高雄女中體育館 2 樓第一會議室	100 人
中區	104 年 10 月 30 日 (星期五)	國立臺中家商第二會議室	100 人
北區	104 年 10 月 23 日 (星期五)	新北市立板橋高級中學行政三樓會議室	150 人

三、研習縣市分區表

區域	縣市別
南區	嘉義縣市、臺南市、高雄市、屏東縣、臺東縣、澎湖縣
中區	臺中縣市、彰化縣、南投縣、苗栗縣、雲林縣
北區	臺北市、新北市、基隆市、宜蘭縣、花蓮縣、金門縣、連江縣、桃園縣、新竹縣市

- 四、工作坊教材：由講師提供資料，生涯規劃學科中心彙整編印研習手冊。

伍、工作坊課程表

一、南區：104 年 10 月 30 日(五)高雄市立高雄女中，體育館 2 樓第一會議室舉行。

日期	時間	活動內容	主持(講)人
10/30	12:30~13:00	[工作坊]研習報到	工作人員
	13:00~13:50	工作坊:教案分享-生涯行動與時間管理(一)	北門農工 謝秋雯主任
	13:50~14:00	中場休息	工作人員
	14:00~14:50	工作坊:教案分享-生涯行動與時間管理(二)	高雄女中 巫冠儀主任
	14:50~15:00	中場休息	工作人員
	15:00~15:50	工作坊:「原來青春可以這樣過」 影片分享(一)	中山高中 劉方主任
	15:50~16:00	中場休息	工作人員
	16:00~16:50	工作坊:「原來青春可以這樣過」 影片分享(二)	佳冬高農 宜新國老師
	16:50~17:00	中場休息	工作人員
	17:00~17:50	工作坊:「原來青春可以這樣過」 影片分享(三)	屏東高中 周宴朱老師
	17:50~18:00	意見回饋與討論	教育部長官、校長
	18:00~	賦歸	

二、中區：104 年 10 月 30 日(五)國立臺中家商，第二會議室舉行。

日期	時間	活動內容	主持(講)人
10/30	12:30~13:00	[工作坊]研習報到	工作人員
	13:00~15:00	工作坊：生涯之錨	嘉義大學 楊育儀教授
	15:00~15:10	中場休息	工作人員
	15:10~16:40	工作坊：Ted 演講短片融入生涯規劃教學與主題應用(分組於三場地同步進行)	A 組講師(第一會議室)： 鄭淑君主任、蘇桂慧主任 B 組講師(閱覽室)： 廖映婷老師、賴宜均主任 C 組講師(第二會議室)： 周柏伶主任、廖佳慧老師
	16:40~17:00	意見回饋與討論	教育部長官、校長
	17:00~	賦歸	

三、北區：104 年 10 月 23 日(五)臺北市立板橋高中，行政大樓 3 樓會議室舉行。

日期	時間	活動內容	主持(講)人
10/23	12:30~13:00	[工作坊]研習報到	工作人員
	13:00~14:30	工作坊：社會企業組織介紹與分享	輔仁大學 吳宗昇教授
	14:30~14:40	中場休息	工作人員
	14:40~16:10	工作坊：社會企業融入生涯規劃主題分享	北區研發推廣小組成員
	16:10~16:30	意見回饋與討論	教育部長官、校長
	16:30~	賦歸	

※ 授課時間以每節 50 分鐘計算(研習時數 1 小時);連續二節為 90 分鐘計(研習時數 2 小時)。

陸、報名事項

一、報名時間：104 年 9 月 14 日至 104 年 10 月 9 日(星期五)止。

二、報名方式：一律透過網路報名，請至「全國教師在職進修資訊網」
<http://inservice.edu.tw/index2-2.aspx> 進行網路報名。

三、網路報名流程：進入「全國教師在職進修資訊網 <http://www2.inservice.edu.tw/>」，登入帳號→點選首頁右方「依學校研習課程進入資訊網」之下普通高級中學課程學科中心→點選「研習資訊分類索引」之下生涯規劃→點選「104 年度全國教師專業成長研習：生涯知能探索工作坊(北區/中區/南區)(課程代碼：北區 1828105；中區 1828101；南區

1828091)」→點選「線上報名專區」→填寫資料→點選「我要報名」即完成報名手續。。

四、聯絡人：生涯規劃學科中心助理陳靜瑩小姐、謝柄岫小姐，聯絡電話：(07)7490071、(07)7491992 轉 8512，e-mail：saitohajime@mail.cchs.kh.edu.tw

五、注意事項：

- (一) 上網登錄報名資料後，請務必於傳送前再次確認填報資料的正確性，以作為研習時數證明之依據。
- (二) 全程參與研習者始予核發研習證明時數 **4-5 小時(中北區 4 小時，南區 5 小時)**。
- (三) 本次研習不提供停車位，建議參與研習之教師多搭乘大眾交通工具前往。
- (四) 本研習活動免收相關費用並提供午餐，參與人員差旅費由原服務單位依規定支給。
- (五) 為響應環保，請參與人員自行攜帶環保杯筷與會。
- (六) 研習活動若有未盡事宜或更改事項，將公告於本中心網站 <http://163.32.60.67/index.aspx>

柒、研習成果推廣方式

本次工作坊成果將由學科中心透過網路公告及上傳方式，分享研習內容、成果與相關資訊，以供全國高中職教師教學參考使用。

高雄市立高雄女中交通路線圖

地址：801 高雄市前金區五福三路 122 號

電話：07-211-5418



※ **搭乘火車：**火車至高雄火車站後轉乘 100 號公車至漢神站下車，步行至高
雄女中(約 400 公尺)

※ **搭乘捷運：**

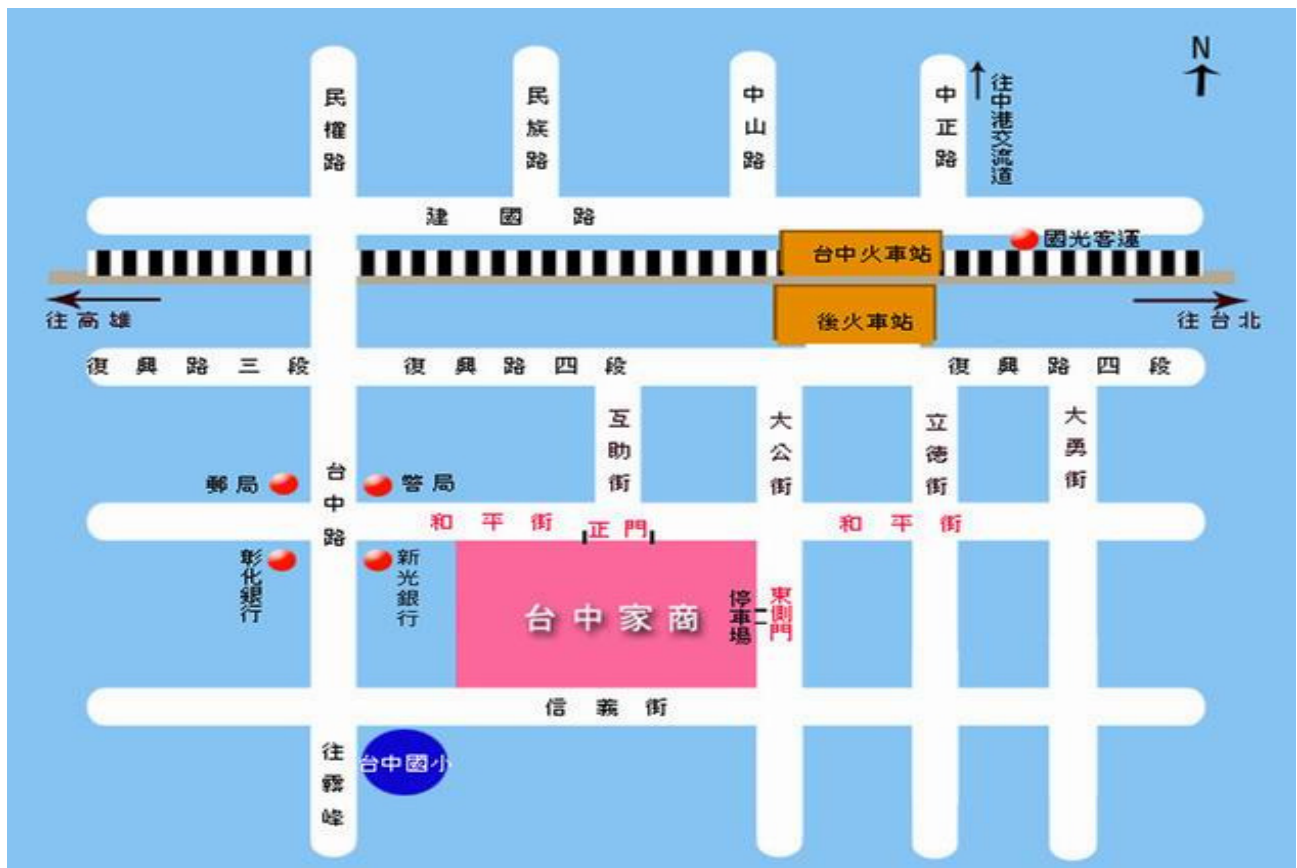
1. 捷運中央公園站走路約 15 分鐘可抵達高雄女中
2. 至公車中央公園站
 - a. 接駁車紅 20 至高雄女中站下車(紅 20 發車時刻表)
 - b. 100 號公車至漢神站下車，然後步行至高雄女中(約 400m)
3. 至公車城市光廊站(位於中山一路與五福三路交叉轉角處)
 - a. 50 號公車或 25 號公車至高雄女中站下車
 - b. 77 號公車至大立百貨站下車，然後步行至高雄女中(約 200 公尺)
 - c. 漢神百貨接駁車至漢神，然後步行至高雄女中(約 400 公尺)

◎備註：高雄女中校內停車位有限，建議參與研習之教師多搭乘大眾交通工具。

國立臺中家商交通位置圖

地址：401 台中市東區和平街 50 號

電話：04-2222-3307



※ 搭乘台鐵：臺中火車站「後站」出口步行約 5~8 分鐘即可到達。

※ 搭乘公車：有停靠臺鐵台中站「前站、後站或第三市場」都可步行到達。

※ 自行開車：

1. **經大雅交流道(臺中大雅)**：大雅交流道(臺中大雅)出口下交流道-->沿中清路直行接大雅路-->大雅路直行至五權路右轉-->五權路直行至民權路左轉-->民權路直行過復興路接台中路-->臺中路直行至和平街左轉即可到達。
2. **臺中交流道(臺中)**：臺中交流道(臺中)出口下交流道-->沿中港路直行右轉五權路-->五權路直行至民權路左轉-->民權路直行過復興路接台中路-->臺中路直行至和平街左轉即可到達。
3. **南屯交流道**：南屯交流道出口下交流道-->沿五權西路二段直行至五權路右轉-->五權路直行至民權路左轉-->民權路直行過復興路接臺中路-->臺中路直行至和平街左轉即可到達。
4. **北上：中投公路交流道(臺中大里) 出口下交流道**→沿中投公路直行到底接五權南路→五權南路直行至忠明南路右轉→忠明南路直行至明德街左轉→明德街直行接臺中路→臺中路直行至和平街左轉即可到達。
5. **南下：由國道 3 號接國道四號再接到國道 1 號**→接下來可以選擇上方國道 1 號到本校的任一種方式即可到達。

◎備註：臺中家商校內停車位有限，建議參與研習之教師多搭乘大眾交通工具。

新北市立板橋高中交通位置圖

學校地址：220 新北市板橋區文化路一段 25 號

學校電話：02-29602500

※ 1. 鐵路：板橋火車站，往文化路方向步行約 10 分鐘。

※ 2. 捷運：板南線至板橋捷運站 1 號出口，出站沿文化路向南步行約 3~8 分鐘。

※ 3. 公車：附近公車站有「北門街」、「追風廣場」、「綜合運動場」、「捷運板橋站」及「捷運府中站」，步行約 3~8 分鐘。相關公車有一 88、99、264、307、310、656、701、702、703、805〔五股—土城〕、806〔蘆洲—板橋〕、810〔土城—迴龍〕、812、840、841、843、910、920、1202〔淡海—板橋〕、1206〔公西—板橋〕、9103〔大溪—台北〕、藍 33、藍 37、藍 38。



◎備註：板橋高中校內停車位有限，建議參與研習之教師多搭乘大眾交通工具。