

國立苗栗高商 113 學年度

校長及教師公開授課活動紀錄表

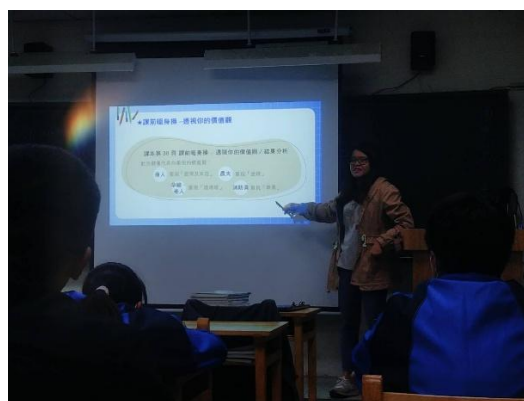
一、課程基本資料：

| | | | |
|------|----------------------------------|------|-----------------|
| 授課教師 | 范瓊尹 | 所屬科別 | 輔導科 |
| 授課班級 | 資 201 | 授課地點 | 資 201 教室 |
| 授課日期 | 113 年 11 月 19 日 第 5 節(2045~2135) | | |
| 授課科目 | 生涯規劃 | 教學單元 | 2-3 透視你的生涯價值及信念 |
| 記錄教師 | 范瓊尹 | 觀課人員 | 張禹鴻 |

二、活動照片：



使用賴倍元先生的故事引起動機



搭配課本有趣心理測驗進行課程



講解課本內容



實際進行生涯價值觀測驗

三、觀課紀錄

1. 具有生命力度的開場：

教師在課前播放賴培元先生的生命故事，以影片連結課程內容扣合授課主題。

2. 我在正向？還是負向？

教師除了解說生涯信念的影響外，說明六種常見的麻煩生涯信念，並能夠利用課堂問答，引導學生思考如何減少麻煩生涯信念阻礙的方法，使觀課的我也獲益良多！

3. 有趣的課後活動：教師在課程結束前，安排相關活動，讓學生更了解的生涯信念與信念。

四、課後自評

2-3 的課程重點在於讓學生探索自己的生涯價值觀，一開始進行課本上提供的心理測驗作為引起動機，再搭配賴培元先生的生命故事，帶領學生思考個人價值觀對生涯的影響。

接著，進入主要課程，讓學生進行正式的生涯價值觀測驗，完成後搭配課本內容詳細說明 Super 提出的生涯價值觀與生涯信念。透過問答、實作等方式讓學生了解麻煩生涯信念對生涯的阻礙。

整體課程氛圍熱絡，學生對於自我探索的區塊的了解逐漸明朗，接下來的課程將進入情緒與壓力的調適與控管。

1.請老師們填寫完後，務必存以 **PDF 檔**傳給教學組 mlvs513@mlvs.mlc.edu.tw 存查。

2.本表格為制式表單，請老師自行將學年度填上。