領域/科目	綜合活動領域	設計者	綜合活動領域輔導團
實施年級	高年級	總節數	共 1 節，40 分鐘
單元名稱	我的強項能力		
設計依據			
學習重點	學習表現	1C-III-1 運用生涯資訊，初探自己的生涯發展。	核心素養 總綱A1 身心素質與自我精進 綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展， 覺察生命變化歷程，激發潛能， 促進身心健全發展。
	學習內容	Ac-III-1職業與能力。	
議題融入	學習主題	生涯規劃教育:生涯教育與自我探索	
	實質內涵	涯 E6 覺察個人的優勢能力。	
與其他領域/科目的連結			
教材來源		自編	
教學設備/資源		強項能力卡	
學習目標			
一、在卡片分類活動中，思辨、盤整個人特質，並進行自我覺察。 二、探索自身的優勢能力，進一步將之運用於未來生涯發展歷程。			
教學活動設計			
教學活動內容及實施方式			時間
<p>一、體驗活動：</p> <p>(一)每位學生拿到一組強項能力卡，共有74張卡片，每張卡片上有一種能力的描述句。</p> <p>(二)請每位學生依照自己想法將74張卡片分成兩堆，一堆為「這是我有的能力」，一堆為「這是我沒有的能力」。</p> <p>(三)從「這是我有的能力」那堆，挑出「我最想用的」十張。</p> <p>(四)從十張中，再挑出三張。</p> <p>(五)在這三張上面標註記號。</p> <p>(六)分享挑卡時的內在歷程： 下列問題先兩兩分享後，再由老師請同學回答（分享自己的或聽到的都可以）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 剛剛選卡的過程有沒有發現什麼，或是注意到什麼？ 2. 過程中有沒有發現什麼能力卡片是你從前沒想過，或是沒注意到的？ 3. 過程中有沒有哪一張卡已經被你拿掉，可是又被你拿了回來？ 4. 挑一張有感覺的、覺得最不容易才擁有的、感覺最複雜的，或現在想講的，說說這個能力怎麼來的。 <p>(七)進行分類，將同樣插畫的放一起，看看哪一類圖案的最多，哪一類最少（甚至沒有)?自己和別人各類的多寡有何不同?</p> <p>(八)對照能力分類表，看自己的強項能力是什麼?</p>			13
			15
			7
			口語評量

<p>二、統整活動：引導學生思考</p> <p>利用學習單，幫助學生自行統整以下的四個項度</p> <p>【事實】 這個能力，在你生活中有多常出現(出現的頻率有多高)? 這個能力，是怎樣幫助你在生活中過得更好?</p> <p>【感覺】 最喜歡哪個能力出現的時候，有什麼感覺?</p> <p>【發現】 最喜歡的能力一出現的時候，哪些能力會跟著出現? 最喜歡或崇拜的人是誰?她有哪些能力是你有的，那些能力是你沒有的?</p> <p>【未來】 如果加上什麼樣的能力，可以讓你面對現在有的困擾會更輕鬆。</p>	5	
<p>參考資料：強項能力卡使用指導手冊</p>		
<p>附錄：</p>		