

運用 ColleGo! 於校內跨處室合作經驗分享

高雄市立高雄女中輔導主任 / 薛凱方

▼附件一：高一導師可能會運用到的 14 份行動表單

表單編號	表單類別	表單名稱
N7	認識大學	走訪了解大學
N8		了解校系與職業
N9		我的學類任務
N10	高中學習	找到我想上的課
N11		認識我的彈性學習課程
N12		檢查我的彈性學習課程
N13		我的自主學習構想
N15		課程對應大學學群與學類
N17		本學期課程的學習成果
N18		課程檢討與方向
N19		整理這學年的社團活動與表現
N22		整理這學年的課外活動表現
N24		思考下學年的活動規劃

運用 ColleGo! 於校內跨處室合作經驗分享

高雄市立高雄女中輔導主任 / 薛凱方

▼附件二：108 學年度高一週記 / 週會可運用的生涯表單一覽表

編號	類別	表單名稱	表單內容	適用時機
N3	生涯探索	探索我的能力	自評對高中學習科目的學習狀態，並可藉此練習查詢科目與學群學類間的關係。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：高一上期中讓學生填寫
N7	認識大學	走訪了解大學	藉此鼓勵同學參加大學營隊或參訪大學校園。	<ul style="list-style-type: none"> 高一寒假作業、暑假作業
N8		了解校系與職業	協助同學檢視校系/職業參與活動，作為規劃或紀錄及省思之學習單。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：高一下學期初、期中
N9		我的學類任務	藉由 ColleGo! 學類中的任務，透過實作或體驗了解自己是否適合該學類，也可作為學生規劃自主學習的任務目標選擇。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：高一上學期約 10 月 自主學習：學期初自主學習時間
N13	高中學習	我的自主學習構想	協助學生思考自己自主學習的狀態、目標設定及自主學習任務與自己興趣、能力間的關係。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：高一上學期約 9 月底 自主學習：學期初自主學習時間
N17		本學期課程的學習成果	協助學生檢視這學期滿意的學習成果，並加以紀錄與反思，作為上傳學習成果前的自我省思與評估。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：每學期期末最後一次主題 班週會活動：紀錄→反思→分享
N18		課程檢討與方向	本學期課程參與的自我投入評估、及省思收穫及下學期的調整方向與策略。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：每學期期末最後一次主題 班週會活動：紀錄→反思→分享
N19		整理這學年的社團活動與表現	參與社團的紀錄與省思，並連結學群學類的關係。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：高一下學期期末主題
N22		整理這學年的課外活動表現	協助學生了解高一上學期的課外時間運用狀況，並思考下學期課外活動的規劃。	<ul style="list-style-type: none"> 週記：每學期期末最後一次主題
N24		思考下學年的活動規劃		<ul style="list-style-type: none"> 班週會活動：紀錄→反思→分享

運用 ColleGo! 於校內跨處室合作經驗分享

高雄市立高雄女中輔導主任 / 薛凱方

▼附件三：108 學年度高一上學期週記 ColleGo!可運用之生涯表單一覽表

編號	日期	主題名稱 (運用表單)	表單內容	適用時機
1	9/9	主題：上高中有感	<ul style="list-style-type: none"> 可引導學生描繪上高中的心情或對高中的自我期待及目標。 	高一上學期期初首回週記
2	9/30	主題：我的自主學習任務 ★運用行動表單： N13 我的自主學習構想 N9 我的學類任務	<ul style="list-style-type: none"> 協助學生思考自己自主學習的狀態、目標設定及自主學習任務與自己興趣、能力間的關係。 藉由 ColleGo!學類中的任務，透過實作或體驗了解自己是否適合該學類，也可作為學生規劃自主學習的任務目標選擇。 	可運用於週記或自主學習。
3	10/21	主題：誰偷走了我的時間	<ul style="list-style-type: none"> 一次段考後，學生應可感受到國中與高中在學習及生活節奏上的差異，並體認到時間管理的重要，可藉此讓學生自我評估時間的使用狀況，並思考改善的方法。 	★推薦資源：高級中等學校導師生涯輔導操作手冊。(有時間管理問卷檢測及建議)。 ★推薦 APP <ul style="list-style-type: none"> 手機管理： Forest / 專注森林 時間管理：Colornote / Time tree 效率管理：番茄土豆
4	11/18	主題：校慶日誌	<ul style="list-style-type: none"> 校慶園遊會是高一上高中後第一次經歷的校園活動，可讓學生藉由週記紀錄印象深刻的事件，並反思自己在校慶的角色及投入及學習。 	校慶過後
5	12/9	主題：學習 VS 生涯 ★運用行動表單： N3 探索我的能力	<ul style="list-style-type: none"> 讓學生自評對高中學習科目的學習狀態，並可藉此練習查詢科目與學群學類間的關係。 	學生上高中第二次段考後使用
6	12/23	主題：沉澱與展望 ★運用行動表單： N22+N24 整理這學期的課外活動表現+思考下學年的活動規劃	<ul style="list-style-type: none"> 協助學生了解高一上學期的課外時間運用狀況，並思考下學期課外活動的規劃。 	週記：高一上學期期末主題班週會活動：紀錄→反思→分享