

高雄市立文山高級中學輔導室

110 學年度第 2 學期 課程或活動成果報告

課程或活動名稱	一日職場體驗				
類別	☒ 生涯發展教育	☐ 技藝教育	☐ 生命教育	☐ 教師知能	☐ 其他
	☐ 性別平等教育	☐ 高關懷	☒ 家庭親職教育	☐ 弱勢扶助	
辦理日期	110 學年度寒假		活動地點	各職場與各班教室	
協辦單位	各職場				
參與人數 (單位：人)	校內教師		校內學生		合計
	10		238		248
課程或活動目標	1. 結合家長及社區資源，提供學生生涯類群探索機會，增進學生對職業與工作世界之認識。 2. 藉由各職業人士提供榜樣與典範，培育學生具備良好工作態度與建立正確職業價值觀。				
執行情形 (活動內容)	1. 學生利用寒假期間參與家長職場或感興趣的鄰近社區職場，體驗一日工作內容。 2. 印發一日職場體驗活動學習單，學生完成體驗活動後填寫。 3. 下學期開學後繳交給輔導活動科教師批閱後，收存在「生涯檔案夾」。 4. 請輔導活動科教師推薦優良作品，獲推薦學生獎勵嘉獎二次。優良作品張貼於忠孝樓與仁愛樓穿堂公佈欄供全校學生欣賞。 5. 活動結束後，請導師協助引導學生完成填寫「生涯發展紀錄手冊」第 14-15 頁。				
心得與檢討建議	1. 利用寒假完成體驗活動，學生有充裕的時間可以進行。 2. 請導師協助宣導注意職場安全，可以以小組方式進行，但各自完成學習單。 3. 將優秀的學習單以海報方式呈現，日後可細分為各個職群的成果展覽。 4. 輔導活動科老師引導同學做整體活動的回顧，讓同學發表參加職場體驗的心得。 5. 老師批閱同學學習單，提供意見回饋，具有積極正向的鼓勵意義。				
承辦人	王怡文		處室主任	游秀敏	
備註	☐ 繼續辦理 ☒ 修正後辦理 ☐ 不續辦，原因：				

活動照片



說明：學生優秀作品表揚

檔 號：

保存年限：

簽 於 輔導室

日期：111年1月3日

主旨：敬陳110學年度國中部生涯發展教育活動「一日職場體驗活動」辦理事宜，請 鑒核。

說明：

一、活動依據：本校110學年度生涯發展教育實施計畫。

二、實施對象：國中部八年級全體學生。

三、活動時間：110學年度寒假期間。

四、實施計畫詳如附件。

五、實施方式：

(一)學生於寒假期間至社區職場體驗一日工作，完成活動學習單後由輔導活動科教師批閱。

(二)輔導活動科老師推薦優良學習單，獲獎學生獎勵嘉獎二次，並將作品張貼於忠孝樓穿堂。

(三)導師於活動結束後，協助學生完成填寫「生涯發展紀錄手冊」第15-16頁。

六、經費來源：110學年度國中生生涯發展教育實施計畫經費（L70218）。

擬辦：本活動經 校長核准後實施，修正時亦同。

校長 王明政

(輔導室王明政 謹啟)



會辦單位：學務處（生輔組）、八年級導師、輔導活動科盧妃玲師、輔導活動科徐偉文師

主旨：敬陳110學年度國中部生涯發展教育活動「一日職場體驗活動」辦理事宜，請 鑒核。

承辦單位	會辦單位	決行
教師兼任 輔導組長 王怡文	(如簽稿會核單) 導師簽章:	
教師兼任 輔導室主任 游秀敏	801 周麗敏	盧妃玲 1/4
	802 鄭月雲	

803 傅淑列

學務主任

804 陳美蓉

805 吳麗珊

徐偉文

806 鄭琿玲

807 陳政婷

高雄前山
文山高級中學
校長 王明興

808 蘇昱廷

華國教官兼任
輔導組長 **鄭雅菁**

1/4

教師兼任
學務主任 **柯麗玲**

110學年度

高雄市立文山高級中學 110 學年度生涯發展教育

百工職人錄——一日職場體驗活動實施計畫

一、依據：本校 110 學年度生涯發展教育實施計畫。

二、目的：協助學生認識工作世界的內涵，讓學生了解不同工作的性質、條件、時間、前程展望等。

三、辦理單位：

（一）主辦單位：輔導室。

（二）協辦單位：八年級各班導師及輔導活動科教師。

四、辦理日期：111 年 1 月 21 日至 3 月 18 日。

五、實施對象：國中部八年級全體學生。

六、實施方式

（一）職場體驗：

1. 學生利用寒假期間參與家長職場或具興趣的鄰近社區職場，體驗該職業一日工作內容。

2. 學生完成體驗活動後填寫「一日職場體驗 GO 學習單」。

3. 下學期開學後，請導師引導學生完成填寫「生涯發展紀錄手冊」第 14-15 頁。

4. 輔導活動科教師批閱「一日職場體驗 GO 學習單」，收存個人「生涯檔案」中。

（二）課程討論：輔導活動課時，分享個人體驗經驗與對職場的認識。

（三）成果分享：學生佳作張貼於忠孝樓與仁愛樓穿堂，分享百工職人錄。

（四）獎勵表揚：獲推薦佳作學生敘嘉獎二次獎勵

七、經費來源：110 學年度生涯發展教育經費。

八、本計畫經陳 校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人

教師兼任
輔導組長 王怡文

輔導主任

教師兼任
輔導室主任 游秀敏

校長

高雄市立
文山高級中學 校長 王明

一日職場體驗 GO

班級 200 年 1 班

姓名 吳均

●注意事項：

1. 請選擇體驗的職場(可選擇家長職場或鄰近社區職場)，利用寒假期間進行職場體驗並採訪職場達人，藉以對該項職業有更完整的了解。
2. 徵求該職場的同意，說明來意及需填寫完成的體驗內容。
3. 請自備紙、筆、拍照工具。
4. 請注意服裝儀容(請勿穿拖鞋)及生活禮節。

體驗日期: 1/28

職場名稱: 廣欽實業有限公司

職場地址: 高雄市鳥松區中正路144巷55號

達人姓名: 紀雅婷

工作所需相關資格(學歷、證照):

專科以上

薪資福利: 7年以上約30000(或更多)

工作時間: 8:00~17:00

達人從事這個職業的原因:

有興趣, 從小在此方面表現優秀

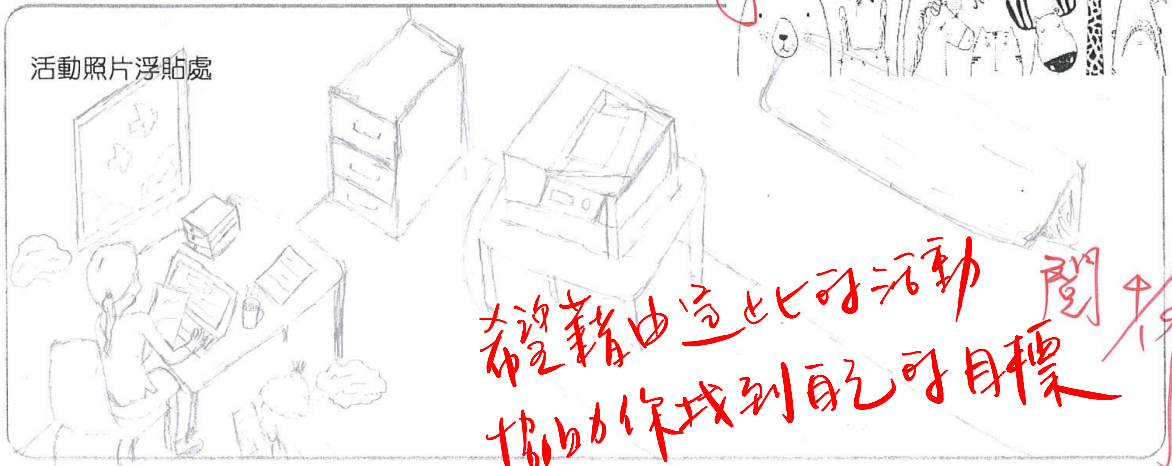
工作內容: (簡述今日體驗內容)

在旁邊輔助工作, 報表傳送等

我對這個職業的想法/職場體驗心得:

須要查核、簽證、規劃、管理、諮詢及報表的統計, 有問題的財務分析資料得及時找上層加以更改, 一定的期間還需準備說明、帳目, 計算薪資發放為主要公務, 基本上整天都要核對數份的數據, 較為枯燥乏味, 長期下來會計的日常生活很可能變得比其他人更加嚴謹, 以養成在處理報表時的精準度, 稅務上微小的失誤都可能使公司面臨極大的損失。

活動照片浮貼處



希望藉由這此的活動
協助你找到自己的目標

一日職場體驗GO

班級 2-1 班

體驗日

111/2/6

職場名稱：鳳梨田

職場地址：高雄市大樹區

達人姓名：史月嬌 女士

●注意事項：

1. 請選擇體驗的職場(可選擇家長職場或鄰近社區職場)，利用寒假期間進行職場體驗並採訪職場達人，藉以對該項職業有更完整的了解。
2. 徵求該職場的同意，說明來意及需填寫完成的體驗內容。
3. 請自備紙、筆、拍照工具。
4. 請注意服裝儀容(請勿穿拖鞋)及生活禮節。

工作所需相關資格(學歷、證照)：

不需

薪資福利：不固定(視收成情況而定)

工作時間：約早上 6:30~9:00、
下午 4:00~6:00

達人從事這個職業的原因：

繼承家業

工作內容：(簡述今日體驗內容)

拔雜草

我對這個職業的想法/職場體驗心得：

每個角落都有不同的面向
從最基礎的深入認識更了解

由於還未到採收期，這次只有幫忙拔雜草而已，雖然如此，但要將一株株堅韌挺拔的雜草逐一連根拔起，還是費了我不少力氣。可想而知，當到了採收期時，最辛苦的莫過於需彎下腰來一顆一顆摘採鳳梨，而且每次下田要摘採時都要穿著厚實衣褲，才能避免被割傷刺傷。另外，這還是一種「與天爭時，靠天吃飯」的工作，好天氣便可以歡喜採收，一遇到狂風暴雨就會有損失，其中辛勞可想而知，也讓我對這個職業感到深深的敬佩。

活動照片浮貼處

閱

4/20

書寫認真獲老師堆薦



一日職場體驗 GO

班級

體驗日

2022.2.3

職場名稱：蕃茄採收工

職場地址：高雄市杉林區

達人姓名：潘月鶯

●注意事項：

1. 請選擇體驗的職場(可選擇家長職場或鄰近社區職場)，利用寒假期間進行職場體驗並採訪職場達人，藉以對該項職業有更完整的了解。
2. 徵求該職場的同意，說明來意及需填寫完成的體驗內容。
3. 請自備紙、筆、拍照工具。
4. 請注意服裝儀容(請勿穿拖鞋)及生活禮節。

工作所需相關資格(學歷、證照)：

不要超過75歲

薪資福利：

一天1300元

工作時間：

一天8小時

達人從事這個職業的原因：

想要賺錢

工作內容：(簡述今日體驗內容)

蕃茄的採收

我對這個職業的想法/職場體驗心得：

經過這次體驗後，我才知道，每一顆飽滿而完美的蕃茄，都是農夫用汗水和時間辛苦地培養和採收而成的，這就像一句成語：「誰知盤中餐，粒粒皆辛苦。」有不屈不饒的蕃茄農夫，才有我們嘴裡那甜甜的蕃茄。

各行各業都有辛苦的一面，
我們以後也要努力學習，
才能像農夫一樣，
為社會做出貢獻。

閱 4/8



一日職場體驗GO

班級

體驗日期: 2022/1/27

職場名稱: 栗子工廠

職場地址: 高雄市大寮區中庄里立德路656之1號

達人姓名: 徐鴻圖

●注意事項:

1. 請選擇體驗的職場(可選擇家長職場或鄰近社區職場), 利用寒假期間進行職場體驗並採訪職場達人, 藉以對該項職業有更完整的了解。
2. 徵求該職場的同意, 說明來意及需填寫完成的體驗內容。
3. 請自備紙、筆、拍照工具。
4. 請注意服裝儀容(請勿穿拖鞋)及生活禮節。

工作所需相關資格(學歷、證照):

無

薪資福利:

做多少算多少

工作時間:

AM 8:00 ~ PM 5:00

達人從事這個職業的原因:

可直接收現金

工作內容:(簡述今日體驗內容)

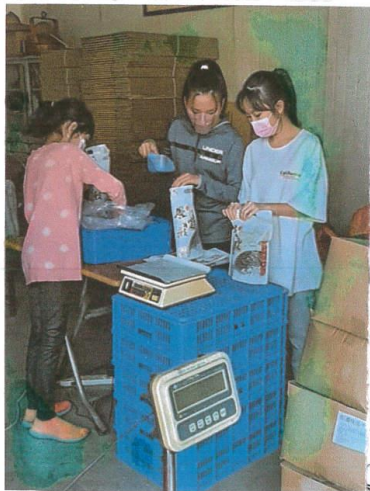
包瓜子, 收栗子, 包裝栗子

我對這個職業的想法/職場體驗心得:

我這體驗的工作是栗子員工, 體驗完一天之後我才知道原來我們吃得那些熱騰騰的栗子, 是這樣包裝, 然後買出來, 也因這體驗讓我知道我所吃的栗子都是十分珍貴的。

從體驗中学习到許多不同的東西
也有收穫

活



書寫完體驗心得後, 請將活動老師批閱發回學習單後, 請放置於個人生涯檔案中。