

新北市溪崑國民中學 **114** 學年度 **七** 年級第 **2** 學期 **部定** 課程計畫 設計者：**鄭惟仁** 老師

一、課程類別：

1.  國語文    2.  英語文    3.  健康與體育    4.  數學    5.  社會    6.  藝術    7.  自然科學    8.  科技    9.  綜合活動(輔導)
10.  閩南語文    11.  客家語文    12.  原住民族語文：\_\_\_\_ 族    13.  新住民語文：\_\_\_\_ 語    14.  臺灣手語

二、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

◎當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

三、學習節數：每週(1)節，實施(**21**)週，共(21)節。**七八年級 21 週、九年級 18 週**

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<p>依總綱核心素養項目及具體內涵勾選(以主要指標為主，勿過多)。</p> <p><input type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題</p> <p><input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變</p> <p><input type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達</p> <p><input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養</p> <p><input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養</p> <p><input type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作</p>	<p>綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。</p> <p>綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。</p>

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

★★★提醒老師：

1. 課程計畫內容若為自編請以紅色字呈現，若引用廠商部份則以黑色字呈現。

2. 若有實施跨領域，學習重點(學習表現及學習內容)也需要同時呈現，否則至少會被列入「修正後通過」。

3. 若有融入議題，一定要摘錄實質內涵，實質內涵放置於學習重點或融入議題欄位均可，但務必於「單元/主題名稱與活動內容」欄位需呈現相關議題之教學設計，否則至少會被列入「修正後通過」。

六、素養導向教學規劃：

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
呈現 週及 起訖 時間 例 如： 第一 週			例如： 單元一 活動一： (活動重點之詳略由各校自行斟酌決定)				例 如： 1. 觀 察 記 錄 2. 學 習 單	例 如： 性 別 平 等、 人 權、 環 境	<input type="checkbox"/> 實 施 跨 領 域 或 跨 科

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
02/23 ~02/2 7							3. 參與度 4. 合作能力	品德、 生命 生涯 規劃 等	目協同教學(需另申請授課鐘點費)甲協同科目：乙協同節數：

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
第 1 週 0211- 0214 (1/21~ 1/23)	1b- IV-1 培 養 主 動 積 極 的 學 習 態 度 , 掌 握 學 習 方 法 , 養 成 自 主 學 習 與 自 我 管 理 的 能 力。 2c- IV-2 有 效 蒐 集 、 分 析 開	輔 Ba- IV-1 學 習 意 義 的 探 究 與 終 身 學 習 態 度 的 培 養。 輔 Bb- IV-1 學 習 方 法 的 運 用 與 調 整。 輔 Bb- IV-2 學 習 資 源 探 索 與 資 整	<p><b>一、暖身與引起動機(5分鐘)</b>  <b>目標：</b>引發學生對「學習意義」的思考，並將焦點拉回自身的學習現況。  <b>教師提問(2 min)：</b>  「各位七年級的同學，經過了一個學期，大家常聽到爸媽或老師說要『好好讀書』，但你們有沒有想過，我們究竟為什麼要學習？」  開放 2-3 位學生自由發表（鼓勵不同聲音，不論是為了考試、未來工作或單純好玩皆可）。</p> <p><b>教師結語(3 min)：</b>  歸納學生的發言，並強調：「學習不只是為了考試，它能培養我們解決問題的能力。上了國中，科目變多、變難是正常的。這堂課我們要先來『體檢』自己的學習狀況，找出『卡關』的地方，然後一起想辦法攻略它！」</p> <p><b>二、活動一：學習情形大整理(8分鐘)</b>  <b>目標：</b>個人自我覺察，利用圖表分析自己的強弱項。  <b>說明與實作(8 min)：</b>  <b>教師引導：</b>請同學翻開課本第 98 頁（或發下學習單）。  <b>說明「分析圖」：</b>黑板上簡單畫出四象限（投入高/低 vs. 滿意度高/低）。  <b>學生實作：</b>請學生安靜思考 3 分鐘，回顧升上國中後的經驗，將各科目填入對應的位置。  例如：數學很努力但考不好（高投入、低滿意）；體育課很輕鬆也拿高分（低投入、高滿意）。</p> <p><b>教師巡視：</b>觀察學生填寫狀況，給予個別指導，確保學生理解如何分類。</p> <p><b>三、活動二：學習大哉問(17分鐘)</b>  <b>目標：</b>透過小組交流，發現「大家都有類似的困難」，並彙整問題。  <b>小組分享(5 min)：</b>  請各小組（約 4-6 人一組）輪流分享自己的分析圖。  <b>分享重點：</b>「我最有成就感的科目」與「我最感到挫折/無法投入的科目」。  <b>聚焦困難(7 min)：</b></p>	1	1. 空 白 海 報 紙 2. 彩 色 筆	整 理 學 習 方 法 ， 設 定 合 適 的 學 習 目 標 與 計 畫	1. 口 評 量	【生涯規畫教育】 J3 觀察自己的能力與興趣。 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	1/2 1- 1/2 3 補 行 上 課

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	發各項資源，做出合宜的決定與運用。	合用。輔Bc-IV-1主動探究問題、層次考的培養與新力的運用。	<p><b>任務：</b> 小組討論出 <b>2 個</b> 隊員們覺得「最難搞定」或「投入度最低」的科目（例如：大多數學不太好，或大家都討厭背英文單字）。</p> <p><b>記錄：</b> 討論這些科目「困難在哪裡？」（例：上課聽不懂、單字背不起來、公式不會用），並寫在海報紙上。</p> <p><b>發表與統整 (5 min)：</b></p> <p><b>快速發表：</b> 每組派代表起立，用 30 秒快速報告選出的科目與主要困難點。</p> <p><b>教師統整：</b> 老師將各組提到的困難科目寫在黑板上（如：數學、生物、英文...），歸納出班上目前的「主要痛點」。</p> <p><b>四、活動三：學習達人祕笈 (10 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b> 連結資源，指派下週任務，讓學生練習「尋求協助」。</p> <p><b>尋找達人 (5 min)：</b></p> <p><b>教師說明：</b> 「既然我們找出了這些困難的科目，我們需要攻略本！下週我們要製作『學習達人祕笈』。」</p> <p><b>推薦人選：</b> 針對黑板上列出的困難科目，請全班推薦班上或校內的「學習達人」（該科表現優異或有獨特方法的同學/老師）。</p> <p><b>分配任務：</b> 各小組認領一個科目/領域（若重複則由老師協調）。</p> <p><b>擬定計畫 (5 min)：</b></p> <p>小組討論下週前的任務分工：</p> <p>要訪問誰？（剛才推薦的達人）。</p> <p>要問什麼？（針對剛才海報上寫的困難點提問，例如：「你怎麼背單字的？」）。</p> <p>誰負責紀錄？</p> <p><b>五、回饋與統整 (5 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b> 總結課程核心價值，賦予學習正向意義。</p> <p><b>省思提問：</b></p> <p>教師提問：「今天的活動中，我們發現學習確實不容易。請大家思考課本第 100 頁的問題：『學習對我的幫助是什麼？』」</p> <p><b>總結 (Teacher's Monologue)：</b></p>						

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p>「學習是為了讓我們更有能力去選擇自己的未來。過程中遇到『大魔王』卡關是必然的，但我們不需要單打獨鬥。懂得『找方法』、『問達人』，這本身就是一種超能力。</p> <p><b>下次任務提醒：</b>請各組務必在下次上課前完成訪談，下週我們將一起揭開這些學習高手的祕密！</p>						
第 2 週 0215- 0221	無	無	【春節】	無	無	無	無	無	春節週放假
第 3 週 0222- 0228	1b- IV-1 培養 主動 積極 的學 習態 度， 掌握 學習 方法 ，成 自主	輔 Ba- IV-1 學習 意義 的探 究與 終身 學習 態的 培養。 輔 Bb- IV-1 學習	<p><b>一、引起動機 (3 分鐘)</b>  <b>目標：</b>喚起上週記憶，營造期待感。  <b>教師開場：</b>  「上週各小隊都化身為特派員，去訪問了我們班上或學校裡的『學習達人』。今天就是我們『武林大會』的日子，我們要來公開這些高手的祕密！」  <b>說明規則：</b>各組上台時，台下的同學不是發呆喔！請翻開課本第 102 頁「修練筆記欄」，你要當一個聰明的聽眾，把聽到的好方法記下來。</p> <p><b>二、活動一：傳授學習祕笈 (20 分鐘)</b>  <b>目標：</b>透過高強度的資訊分享，讓學生看見學習方法的多樣性。  <b>小組報告 (15 min)：</b>  <b>規則：</b>每組 2-3 分鐘（視組數調整，嚴格計時）。  <b>內容：</b>報告上週訪談的對象、針對的困難科目、以及達人提供的 1-2 個最關鍵的具體方法。</p>	1	1. 空白海報紙 2. 彩色筆	整理學習方法，設定適合的學習目標與執行計畫	1. 高層紙評量 2. 實作評量	【生涯教育】 涯 J3 觀察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己	23 開始上課 27-28 和平紀念日

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	學習與自我管理的能力。有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	方法運用與調整。 輔Bb-2c-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔Bc-IV-1 主動探究、高層次的培養與創新的	<p><b>教師角色：</b>擔任控時者。若學生講太久或聲音太小，適時協助聚焦（例如：「所以這位達人的絕招是用畫圖來背歷史，對嗎？」）。</p> <p><b>修練筆記(同時進行)：</b>            台下學生一邊聽，一邊在課本第 102 頁記錄重點。</p> <p><b>三、活動二：修練筆記欄與統整(7 分鐘)</b>  <b>目標：</b>將聽到的資訊「內化」，篩選出適合自己的方法。</p> <p><b>全班統整(3 min)：</b>            教師快速回顧剛才各組提到的亮點。  <b>板書範例：</b>英文（背字根字首、看美劇）、數學（算錯題本、每天五題）、社會（畫心智圖）。</p> <p><b>個人篩選(4 min)：</b>  <b>教師引導：</b>「達人的方法不一定適合每個人。現在請看著你的筆記，圈選出 1 個你覺得最酷、最想嘗試的方法，並把它詳細寫在課本第 102 頁的整理區，做為你接下來要修練的招式。」</p> <p><b>四、活動三：前進未來目標(10 分鐘)</b>  <b>目標：</b>將「方法」轉化為具體的「行動計畫」。</p> <p><b>說明擬定計畫五步驟(3 min)：</b>            配合課本第 103 頁，教師簡述五步驟（設定目標 → 分析現況 → 擬定策略 → 執行 → 檢核）。</p> <p><b>關鍵提示：</b>強調目標要<b>具體(Specific)</b>。  <b>NG 範例：</b>「我要英文變好。」  <b>OK 範例：</b>「我要在下次段考英文進步 10 分」或「我每天要背 5 個單字」。</p> <p><b>撰寫「我的學習計畫書」(7 min)：</b>            學生安靜撰寫課本第 104 頁。            教師巡視，檢查學生的目標是否太過空泛，並給予個別指導（例如協助學生將「想成功」轉化為「每天讀書 30 分鐘」）。</p> <p><b>五、回饋與統整(5 分鐘)</b></p>						的人格特質與價值觀。

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		運用。	<p><b>目標：</b>強調「態度」的重要性，並給予執行力的祝福。</p> <p><b>省思提問：</b> 「有了達人的祕笈，也寫了計畫書，成績就會自動變好嗎？還缺什麼？」 引導學生思考課本第104頁「分享與省思」：除了方法，還需要<b>堅持的態度、自律、不怕失敗。</b></p> <p><b>總結 (Teacher's Closing)：</b> 「方法就像地圖，計畫就像羅盤，但要走到終點，還是得靠各位的雙腳一步一步走。希望大家從今天回家開始，試著執行你剛剛寫下的計畫。不用求快，但求每天進步一點點！」</p>						
第4週 0301- 0307	1a- IV-2 展現 自己 的興 趣與 多元 能力 ，接 納自 我， 以促 進個 人成 長。	輔Ba- IV-2 自我 管理 與學 習效 能的 提升。 輔Bc- IV-2 多元 能力 的學 習展 現與 經驗	<p><b>一、暖身與連結 (5分鐘)</b> <b>目標：</b>檢核舊經驗，並將學習計畫連結到今天的「能力分析」。 <b>學習計畫追蹤 (2 min)：</b> <b>教師提問：</b>「上週大家已經寫下了『學習計畫書』，就像拿到了藏寶圖。這週有沒有人已經開始執行了呢？（例如每天背單字、整理筆記等）」 <b>預告檢核：</b>提醒學生：「計畫是可以隨時修正的，不用害怕失敗。老師預告一下，兩週後我們會進行『成果驗收』，請大家持續修練！」 <b>引起動機：戰力分析 (3 min)：</b> <b>譬喻引導：</b>「在遊戲中，每個角色都有不同的屬性，有的力量大（戰士）、有的智力高（法師）。學習也是一樣，如果法師一直點力量，練起來會很辛苦。今天我們要來做『身體檢查』，找出你的<b>優勢智能</b>，也就是你的『天賦裝備』，讓你用最擅長的方式來學習！」</p> <p><b>二、主題活動：認識多元智能 (30分鐘)</b> <b>目標：</b>透過逐題檢測與講解，讓學生全面認識八大智能並自我評估。 <b>活動說明 (2 min)：</b> 請學生翻開課本第108頁。</p>	1	1. 碼錶 2. 空白海報紙	運用 自我 的優 勢智 能與 適合 的學 習格 ，提 升學 習效 率	1. 口 語評 量	【生涯規畫教育】 J3 觀察自己的能力與興趣。 J4 了解自己的特質與	3-4 九年級第3次 複習考 5 寒假作業抽查

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		統 整。 輔Ca- IV-2 自 我 生 涯 探 索 與 統 整。	<p><b>規則：</b>「等一下老師會唸出情境題目，這是一個『直覺測驗』。每一題我們花1分鐘思考與作答，請誠實面對自己。」</p> <p><b>智能大解密 (24 min)：</b></p> <p><b>進行方式：</b>教師依序引導8個題項（依課本內容）。</p> <p><b>循環流程 (每題約3分鐘)：</b></p> <p><b>讀題與作答：</b>學生閱讀並勾選符合程度。</p> <p><b>揭曉智能：</b></p> <p>教師公布該題對應的智能（例如：語文、邏輯數學、空間、肢體動覺、音樂、人際、內省、自然觀察）。</p> <p><b>3. 內涵講解：</b>教師簡短解釋該智能的定義，並舉例。 * 例：肢體動覺智能不只是運動員，外科醫生、工匠也需要很強的手眼協調。 * 例：內省智能強的人，很了解自己的情緒，適合寫日記或獨立思考。 * 教師提示：鼓勵學生觀察自己在哪幾個項目分數特別高，那就是你的「主戰力」。</p> <p><b>統計結果 (4 min)：</b></p> <p>請學生統計自己的得分，圈選出前三名的優勢智能。</p> <p><b>小組交流：</b>和旁邊的同學分享：「原來我是○○型的人，難怪我喜歡……」。</p> <p><b>三、回饋與統整 (10分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>引導學生接納差異，並思考如何運用優勢。</p> <p><b>分享與省思 (5 min)：</b></p> <p><b>教師提問 (參考課本第109頁)：</b></p> <p>「做完測驗，有沒有發現自己意想不到的潛力？」</p> <p>「有些智能很顯眼（如：很會打球、很會畫畫），但有些智能是不是比較容易被忽略？（如：很會聽人訴苦-人際、很會反省自己-內省）」</p> <p>開放2-3位同學自願分享。</p> <p><b>教師總結 (5 min)：</b></p> <p><b>觀念澄清：</b>「這個測驗不是要分出誰聰明、誰笨。每個人都是聰明的，只是聰明的地方不一樣。」</p> <p><b>重點歸納：</b></p>					價 值 觀。	

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>看見差異：</b>有些人的強項在「外顯」（看得到），有些在「內隱」（看不到），但都一樣重要。</p> <p><b>預告下週：</b>「今天我們找出了裝備（優勢智能），下週我們要學習怎麼『穿上裝備』——也就是如何利用你的優勢來幫助學習（例如：音樂智能強的人，可以把課文編成歌來背）。請大家回去思考一下，你的強項可以怎麼用在讀書上？」</p>						
第 5 週 0308- 0314	1a- IV-2 展現 自己 的興 趣與 多元 能力 ，接 納自 我， 以促 進人 成長。	輔 Ba- IV-2 自我 管理 與學 習效 能的 提升。 輔 Bc- IV-2 多元 能力的 學 習展 現與 統 整。 輔 Ca- IV-2	<p><b>一、引起動機 (3 分鐘)</b> <b>目標：</b>連結上週概念，設定本週「組隊任務」。 <b>教師開場：</b> 「上週我們像是新手剛進村莊，認識了 8-9 種不同的職業屬性（多元智能）。今天，我們要打開你的『角色面板』，實際測量你的各項數值！」 「測量完之後，我們馬上要進行一場實戰演練：為了我們班即將到來的活動，我們要根據每個人的專長來進行最強分工！」</p> <p><b>二、活動一：找出我的多元智能 (12 分鐘)</b> <b>目標：</b>自我評估，並將抽象概念視覺化（雷達圖）。 <b>檢核表填寫 (5 min)：</b> 請學生翻開課本第 110-111 頁「多元智能檢核表」。 <b>指導語：</b>「請回想從小到大的經驗，直覺作答。這不是考試，沒有標準答案，越誠實越能發現真正的自己。」 學生安靜勾選。 <b>繪製雷達圖 (7 min)：</b> <b>統計：</b>算出各類別的勾選數量。 <b>填寫與繪製：</b> 在第 111 頁寫下得分最高（最明顯）與次高（其次）的智能名稱。 引導學生在雷達圖上標出各項分數，並用尺連線。* <b>教師巡視：</b>協助學生理解圖表，並鼓勵：「看看你的圖形，是尖尖的『專才型』？還是圓圓的『全能型』？每一種都很棒！」</p>	1	1. 碼錶 2. 空白 海報 紙	運用 自我 的優 勢智 能與 適合 的學 習風 格， 提升 學習 效率	1. 口 語 評 量	【生 涯規 畫教 育】 J3 覺察 自己 的能 力與 興趣。 涯 J4 了解 自己 的格 質價 值觀。	9 第八 節開 始 9- 13 校內 語文 競賽 10- 12 國英 數補 行評 量

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		自我 生涯 探索 與統 整。	<p><b>三、活動二：使用我的多元智能 (20 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>體驗「適性發展」，將個人優勢貢獻於團體。</p> <p><b>設定任務 (3 min)：</b></p> <p><b>全班決議：</b>老師引導全班選定一個近期活動（例如：校慶園遊會、班際歌唱比賽、教室佈置或大掃除）。</p> <p><b>假設選定「校慶園遊會」，教師在黑板列出任務群組：</b></p> <p><b>宣傳組</b>（海報、叫賣）：適合視覺空間、語文、人際智能。</p> <p><b>財務與規劃組</b>（管錢、算成本）：適合邏輯數學智能。</p> <p><b>餐飲與物流組</b>（烹飪、搬運、場布）：適合肢體動覺、自然觀察智能。</p> <p><b>氣氛組</b>（選音樂、表演）：適合音樂、人際智能。</p> <p><b>智能分組討論 (10 min)：</b></p> <p><b>分組：</b>請學生依據剛才測出的「優勢智能」，移動座位到上述對應的任務組別（若優勢不明顯，可選自己感興趣的）。</p> <p><b>討論任務：</b>發下海報紙，各組討論：「運用我們的強項，我們可以怎麼把這個工作做得跟別人不一樣？」（例如：宣傳組用饒舌歌來叫賣）。</p> <p><b>紀錄：</b>寫下具體策略。</p> <p><b>發表與統整 (7 min)：</b></p> <p>各組派代表上台，用 <b>1 分鐘</b> 快速報告。</p> <p>教師給予回饋：「看到了嗎？當每個人都在對的位置上，我們的團隊戰力就爆表了！」</p> <p><b>四、回饋與統整 (10 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>學習遷移，將活動經驗轉化為學習策略，並預告檢核。</p> <p><b>分享與省思 (5 min)：</b></p> <p><b>轉化提問：</b>「剛才我們用優勢智能辦活動，那讀書呢？課本第 112 頁請大家想一想，如何把你的強項用在『學習』上？」</p> <p><b>舉例引導：</b></p> <p><b>視覺強的人：</b>多畫圖表、心智圖來背歷史。</p>						12 寒假 作業 補抽 查 14 英語 演說 及作 文競 賽 (漳 和)

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p>人際強的人：找人組讀書會，互相教導。</p> <p>音樂強的人：邊聽特定頻率音樂邊讀，或用歌詞背課文。</p> <p><b>總結 (Teacher's Closing)：</b> 「每個人都是天才，只是表現的方式不同。了解自己的『最強裝備』，以後遇到困難的科目，試著換個方法（用你的優勢）去攻略它。」</p> <p><b>重要預告 (2 min)：</b> 「還記得兩週前我們寫的**『我的學習計畫書』**嗎？」</p> <p><b>下週我們要進行驗收！</b> 請同學這週務必把計畫書找出來，確認自己有沒有在執行。有做的同學，下週會有滿滿的成就感喔！」</p>						
第 6 週 0315- 0321	1a- IV-2 展現 自己 的興 趣與 多元 能力 ，接 納自 我， 以促 進個 人成 長。	輔 Ba- IV-2 自我 管理 與學 習效 能的 提升。 輔 Bc- IV-2 多元 能力 的學 習展 現與 經驗	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b> <b>目標：</b>說明「風格」的重要性，並連結舊經驗。</p> <p><b>譬喻開場 (Teacher's Hook)：</b> 「各位同學，我們之前找到了你的『最強裝備』（多元智能），也學會了『必殺技』（達人祕笈）。但你有沒有發現，有些招式別人用很強，你用起來就很卡？」 「這就像玩遊戲或用手機，每個人習慣的介面設定不一樣。有人喜歡看攻略書（文字），有人喜歡看解說影片（聽/看），有人喜歡直接試玩（動手）。這就是『學習風格』。」</p> <p><b>今日任務：</b> 測出你的學習風格。 驗收這三週的修練成果（學習計畫檢核）。</p> <p><b>二、活動一：認識學習風格 (15 分鐘)</b> <b>目標：</b>透過測驗覺察個人資訊處理偏好，並學習對應策略。</p> <p><b>學習風格檢核 (5 min)：</b> 請學生翻開課本第 115 頁。</p> <p><b>指導語：</b>「請憑直覺勾選你在學習新事物時的習慣。這沒有好壞，只有適不適合。」</p>	1	1. 碼錶 2. 空白海報紙	運用 自我 的優 勢智 能與 適合 的學 習格 ，提 升學 習效 率	1. 高 層紙 筆 評量	【生涯 規畫 教育】 涯 J3 覺察 自己 的能 力與 興趣。 涯 J4 了解 自己 的人 格特 質	17- 19 社自 藝能 科補 行評 量

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		統整。 輔Ca- IV-2 自我 生涯 探索 與統 整。	<p>學生作答並計算得分，找出最高分的類別。</p> <p><b>風格大解密 (5 min)：</b> 教師配合課本第 117 頁「資訊補給站」或 PPT 講解三種風格：*</p> <p><b>小組快問快答(5min)</b> 請學生舉手確認自己的風格（視覺/聽覺/動覺）。</p> <p><b>思考：</b>「回想一下，你覺得最困難的那個科目，是不是因為老師的教學方式跟你的風格不一樣？」（例如：動覺型的學生遇到整堂都在講課的老師）。</p> <p><b>三、活動二：檢核學習計畫 (15 分鐘)</b> <b>目標：</b>誠實面對計畫執行狀況，並進行修正（PDCA 循環的 Check &amp; Act）。</p> <p><b>回顧時刻 (2 min)：</b> <b>教師說明：</b>「三週前（活動 2），我們每個人都寫下了『我的學習計畫書』。現在是面對真相的時候了！請翻開課本第 116 頁。」</p> <p><b>自我檢核 (5 min)：</b> <b>填寫檢核表：</b>學生誠實勾選執行狀況（完全做到、部分做到、完全沒做）。</p> <p><b>反思心得：</b>引導學生填寫第 116 頁下方： <b>成功組：</b>你用了什麼方法讓自己堅持下來？（例如：設鬧鐘、找朋友一起）。 <b>卡關組：</b>為什麼沒做到？（是目標太難？太忙？還是單純忘了？）。</p> <p><b>關鍵提問：</b>「如果現在讓你加入剛才測出的『優勢智能』和『學習風格』，你會怎麼修改這個計畫？」</p> <p><b>小組分享與診斷 (8 min)：</b> <b>小組交流：</b>每人輪流分享自己的執行結果。 <b>互助診斷：</b>隊員幫忙出主意。例如：「你也是視覺型的，下次背單字不要死背，試試看把它畫成圖？」</p> <p><b>四、回饋與統整 (10 分鐘)</b> <b>目標：</b>總結本單元（征服學習王國），展望未來三年的學習目標。</p> <p><b>全班分享 (4 min)：</b> 邀請 1-2 位計畫執行成功或是「發現計畫大失敗並找到原因」的同學分享。</p>					價值 觀。	

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p>教師正向回饋：「發現計畫失敗也是一種成功，因為你排除了無效的方法。」</p> <p><b>省思與展望 (3 min)：</b></p> <p>引導學生思考課本第 116 頁「分享與省思」： 「國中還有兩年半，你最想『點滿』哪項技能？（增進什麼智能？）或達成什麼目標？」</p> <p><b>單元總結 (Teacher's Closing)：</b></p> <p>總結口訣：「這幾週我們收集了三樣法寶： 別人的招式（達人祕笈）。 自己的天賦（多元智能）。 適合的介面（學習風格）。」</p> <p>最後勉勵：「學習沒有標準答案，只有不斷嘗試。希望大家帶著這些法寶，繼續在國中這場遊戲裡升級打怪。如果之後遇到困難，記得回來翻翻課本，或是找老師討論，調整你的戰術！」</p>						
第 7 週 0322- 0328	1b- IV-1 培養 主動 積極 的學 習態 度， 掌握 學習 方法 ，成	輔 Ba- IV-1 學習 意義 的探 究與 終身 學習 的培 養。 輔 Ba- IV-2	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>連結學生生活經驗，引出「興趣」與「學習」的關聯。</p> <p><b>自由時間大哉問 (3 min)：</b></p> <p><b>教師提問：</b>「各位同學，想像一下，如果今天完全沒有功課、沒有考試，爸媽也不管你，你有整整一天的自由時間，你『最想』專注做什麼事？」</p> <p><b>學生發表：</b>開放 3-5 位同學回答。（預期回答：打傳說、睡覺、看動漫、練球、做甜點...）。</p> <p><b>加分機制：</b>只要願意分享真實想法的都幫小隊加分。</p> <p><b>導入主題 (2 min)：</b></p> <p><b>教師轉場：</b>「大家想做的事情都充滿了熱情。今天我們要來介紹一位『超級玩家』，他小時候跟很多人一樣討厭唸書，但他後來把他喜歡的事變成了專業。我們今天要來拆解他的遊戲攻略！」</p> <p><b>二、活動一：學習玩家這樣學 (15 分鐘)</b></p>	1	1. 彩色 筆 2. 拼貼 素材 及工 具	掌握 自主 學習 的門 ，現 個人 終身 學習 的目 標	1. 口 語評 量	【生涯規畫教育】 J3 觀察自己的能力與興趣。 J4 了解	23 溪崑文學獎、視覺藝術展收件

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
自主學習與我管理的能力。	自我管理與學習效能的提升。	生涯進路的規劃與資源運用。	<p><b>目標：</b>分析案例的生命歷程，理解「學習」是一個波動的過程（有高潮有低谷）。</p> <p><b>閱讀與分析 (5 min)：</b></p> <p><b>閱讀任務：</b>請各組閱讀課本第 120 頁「資訊補給站」（阿滴的故事）。</p> <p><b>示範引導：</b>教師在黑板畫出「心情折線圖」座標（縱軸：心情正負向；橫軸：時間）。</p> <p><b>舉例：</b>「像阿滴國小去新加坡留學，語言不通很痛苦，這時候他的心情指數就在『谷底』（畫哭臉），我們標記：『新加坡留學受挫』。」</p> <p><b>小組任務：</b>請小隊討論並完成課本第 118-119 頁的「玩家學習歷程圖」，找出阿滴在不同階段（國小、國中、大學...）的遭遇與心情變化。</p> <p><b>歷程搶答賽 (8 min)：</b></p> <p><b>規則：</b>老師依序喊出「國小階段」、「中學階段」、「大學階段」、「創業階段」。</p> <p><b>搶答：</b>各組搶答該階段發生了什麼事？心情如何？（例如：大學時發現自己熱愛剪輯影片，很有成就感→正向/笑臉）。</p> <p><b>計分：</b>答對的小隊加分。</p> <p><b>教師小結 (2 min)：</b></p> <p>「從這張圖我們可以看到，沒有人是天生的學霸。阿滴曾經討厭英文，但後來因為『剪輯影片』這個興趣，重新連結了英文教學。<b>學習的路不是直線，而是彎彎曲曲的探險。</b>」</p> <p><b>三、活動二：玩家的學習寶物 (17 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>深入文本，歸納出具體的成功要素（能力/興趣/創意）。</p> <p><b>尋寶任務說明 (2 min)：</b></p> <p><b>教師說明：</b>「阿滴之所以能破關，是因為他身上帶了很強的『裝備』。請大家再次掃描課本第 120 頁的文章，我們要找出他身上的三種寶物：」</p> <p><b>優勢能力：</b>他擅長什麼？</p> <p><b>學習興趣：</b>他喜歡什麼？</p> <p><b>創意解決問題：</b>遇到困難他怎麼做？</p>					自己的人格特質與價值觀。	截止

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>小組分析與討論 (5 min) :</b> 各小隊閱讀並填寫課本第 118 頁下方的表格。</p> <p><b>寶物大拍賣 (競賽) (8 min) :</b> <b>進行方式：</b>老師主持，開放各隊搶答分享找到的寶物。 <b>預期答案參考：</b> <b>優勢能力：</b>英文能力好、口語表達強、擅長剪輯軟體。 <b>學習興趣：</b>喜歡拍影片、喜歡分享、喜歡多媒體。 <b>創意解決問題：</b>發現大家不愛看傳統教學，就改用有趣的生活情境拍片；把英文結合興趣（影片製作）。 <b>獎勵：</b>每講出一個具體的點，該小隊就加 1 分。統計哪一隊找到最多寶物為優勝。</p> <p><b>教師歸納 (2 min) :</b> 「這些寶物（優勢、興趣、創意）讓阿滴從『被動讀書』變成『主動學習』。這也是為什麼他可以成為大學習家。」</p> <p><b>四、回饋與統整 (8 分鐘)</b> <b>目標：</b>將焦點轉回學生自身，鼓勵探索與行動。</p> <p><b>分享與省思 (5 min) :</b> <b>教師提問：</b>「看完了阿滴的故事，請大家看課本第 118 頁的省思問題：你有沒有哪些學習寶物（興趣或專長），是你以後想運用在學習上的？」 <b>自由分享：</b>邀請 2-3 位同學回答（例如：我喜歡畫畫，以後筆記可以用畫的；我喜歡玩 Minecraft，可以學程式設計）。</p> <p><b>總結 (Teacher's Closing) (3 min) :</b> <b>重點回顧：</b>「今天我們發現，學習不只是坐在教室裡聽課。像阿滴一樣，把『喜歡的事』和『學習』結合在一起，就是最強的魔法。」 <b>未來展望：</b>「現在的學習（包含你正在玩的社團、你的興趣），都會累積成未來的你。希望大家也能在生活中找到自己的寶物，當一個快樂的『學習玩家』！」</p>						

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
第 8 週 0329- 0404	1b- IV-1 培 養 主 動 積 極 的 學 習 態 度 , 掌 握 學 習 方 法 , 養 成 自 學 與 自 理 的 能 力。	輔 Ba- IV-1 學 習 意 義 的 探 究 與 終 身 學 習 態 度 的 培 養。 輔 Ba- IV-2 自 我 管 理 與 學 習 效 能 的 提 升。 輔 Cc- IV-1 生 涯 進 路 的 規 畫 與 資 源	<p><b>一、暖身與引起動機(5分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>連結生命經驗，讓學生意識到「放棄」或「中斷」是普遍經驗。</p> <p><b>提問引導(3 min)：</b></p> <p><b>教師開場：</b>「上週我們看了阿滴的故事，他把興趣變成了專業。但現實生活中，我們是不是常有這種經驗：小時候好想學吉他，結果手指太痛就放棄了？或是想學滑板，結果沒場地就懶得去了？」</p> <p><b>互動提問：</b>「請想一想，你曾經很喜歡某件事，但因為某些原因『卡關』或『棄坑』的經驗？是什麼事？」</p> <p><b>搶答加分：</b>邀請 3-5 位同學分享（例如：學鋼琴、練球、畫漫畫...），並給予小隊加分。</p> <p><b>教師轉場(2 min)：</b></p> <p>「這些還沒完成的夢想，就像被『封印』起來了一樣。如果不去管它，我們可能就會在忙碌的國中生活中慢慢忘記自己的熱情。今天我們要來做一場『記憶修復』，把這些經驗畫出來，找出封印我們的兇手是誰！」</p> <p><b>二、活動一：畫說學習來時路(25分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>將抽象的記憶轉化為具體的視覺圖像，釐清學習中斷的關鍵點。</p> <p><b>示範說明(5 min)：</b></p> <p><b>參考範例：</b>請看課本第 121 頁（或投影），回顧阿滴的例子。</p> <p><b>第一格（起點）：</b>對英文沒興趣，被丟到國外（動機/背景）。</p> <p><b>第二格（過程）：</b>遇到困難，語言不通想哭（挫折）。</p> <p><b>第三格（轉折）：</b>大學發現喜歡剪片，開始結合英文（契機）。</p> <p><b>第四格（現況）：</b>成為百萬 YouTuber（結果）。</p> <p><b>任務說明：</b>「現在請拿出一張白紙，我們要畫出你的『學習四格漫畫』。畫不好沒關係，火柴人也可以，重點是劇情！」</p> <p><b>漫畫架構建議：</b></p> <p><b>熱血的開始：</b>我為什麼開始學？（覺得帥、好玩？）</p> <p><b>快樂的時光：</b>過程中我最享受的部分。</p>	1	1. 彩 色 筆 2. 拼 貼 素 材 及 工 具	掌 握 自 主 學 習 的 門 展 個 人 身 終 學 的 目 標	1. 口 語 評 量 2. 實 作 評 量	【生 涯 規 畫 教 育】 涯 J3 察 自 己 的 能 力 興 趣。 涯 J4 了 解 自 己 的 格 質 價 值 觀。	31- 1 第 1 次 定 期 評 量 3-6 兒 童 節、 清 明 節

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		運用。 家Ca-IV-1 個人與家庭的活金錢及時間管理。	<p><b>大魔王出現（絆腳石）：</b>發生了什麼事讓我不想學了？（被罵？太累？沒錢？沒時間？）</p> <p><b>目前的狀態：</b>放棄了？還是偶爾玩一下？</p> <p><b>個人創作 (12 min)：</b> 學生安靜作畫。教師巡視，鼓勵不知如何下筆的學生：「只要畫出那個『阻礙』是什麼就好。」</p> <p><b>小組分享 (8 min)：</b> <b>隊內互享：</b>4-6 人一組，輪流展示自己的漫畫，並講述自己的故事。 <b>回饋任務：</b>聽完隊友的故事後，請隊員給予一句鼓勵（例如：「好可惜喔，你其實畫得不錯耶！」或「原來大家都是因為沒時間而放棄」）。</p> <p><b>三、活動二：找出學習絆腳石 (10 分鐘)</b> <b>目標：</b>歸納阻礙因素，為之後的「解決問題」做鋪墊。</p> <p><b>全班大搜查 (5 min)：</b> <b>教師主持：</b>「剛才聽了這麼多故事，我們來抓出兇手！請問阻礙你們繼續學習的『絆腳石』通常有哪些？」 <b>板書歸納：</b>邀請各組回答，老師將關鍵字寫在黑板上。 <b>預期答案分類：</b> <b>環境因素：</b>爸媽反對、沒錢補習、沒有場地、課業太忙。 <b>個人因素：</b>三分鐘熱度、怕累、覺得自己沒天分、沈迷手機。 <b>人際因素：</b>老師太兇、同學嘲笑。</p> <p><b>解除封印的宣示 (5 min)：</b> <b>教師引導：</b>「黑板上這些（懶惰、沒時間、怕被笑）就是封印我們能力的符咒。我們要解開封印，就必須先承認它們的存在。」 <b>思考伏筆：</b>「請大家看著黑板上的絆腳石，選出一個你覺得最想踢開的石頭。下一堂課，我們將集思廣益，找出『解除封印』的祕法，讓你的熱愛重新復活！」</p> <p><b>四、回饋與統整 (5 分鐘)</b> <b>目標：</b>正向結尾，賦予活動意義。</p>						

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>總結 (Teacher's Closing) :</b>  「今天我們透過畫畫，重新看見了那個曾經很熱血的自己。  <b>學習不是一條直線：</b>中間遇到絆腳石停下來是很正常的。重要的是，我們能不能辨識出這些石頭，然後想辦法繞過它、搬開它，或是把它變成墊腳石。  <b>任務預告：</b>針對今天找到的『絆腳石』，請同學回去想想看有沒有什麼破解的方法？下週我們一起來解封！」</p>						
第 9 週 0405- 0411	1b- IV-1 培養 主動 積極 的學 習態 度， 掌握 學習 方 法， 養成 自主 學習 與自 理的 能 力。	輔 Ba- IV-1 學習 意義 的探 究與 終身 學習 態 度 的 培 養。 輔 Ba- IV-2 自我 管理 與學 習效 能的 提 升。	<p><b>一、暖身與連結 (3 分鐘)</b>  <b>目標：</b>連結上週繪製的漫畫，聚焦今日任務。  <b>教師開場：</b>  「上週我們畫出了自己的『學習來時路』，大家有沒有發現，不管是一開始多熱血的學習，中間總會遇到一些大石頭擋路？這些就是『絆腳石』。」  「今天我們不僅要把它們找出來，還要用全班的腦袋一起把它們炸開！」</p> <p><b>二、活動一：找出學習絆腳石 (12 分鐘)</b>  <b>目標：</b>自我覺察並彙整共同問題，透過競賽激發參與度。  <b>個人與小組整理 (5 min) :</b>  <b>個人作業：</b>請學生翻開課本第 122 頁，參考上週的漫畫，安靜填寫「我的學習絆腳石」表格（包含問題與可能原因）。  <b>小組彙整：</b>隊內快速分享，並圈選出大家最常遇到的那些問題（例如：太懶、手機太好玩、看不懂）。  <b>黑板接力賽 (7 min) :</b>  <b>規則說明：</b>  黑板劃分為各組區域。  老師喊「開始」後，各組派人輪流跑上台，寫下一個「自主學習的困難」。  寫完跑回隊伍交棒（擊掌）給下一位。  <b>計分：</b>時間內（約 3 分鐘）寫下最多「不重複」問題的小組獲勝。  <b>進行活動：</b>學生接力書寫。</p>	1	1. 彩色筆 2. 拼貼素材及工具	掌握 自主 學習 的竅 門， 展 現 個 人 終 身 學 習 的 目 標	1. 口 語 評 量 實 評 2. 作 量	【生 涯 規 畫 教 育】 J3 涯 覺 自 己 的 能 力 興 趣。 涯 J4 了 解 自 己 的 格 質 價 值 觀。	7 英 語 繪 本 創 作 競 賽 初 賽 (雙 溪) 11 校 慶 (暫 訂)

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	輔 Cc- IV-1 生 涯 進 路 的 規 畫 與 資 源 運 用。 家 Ca- IV-1 個 人 與 家 庭 生 活 的 金 錢 及 時 間 管 理。		<p><b>教師總結：</b>快速瀏覽黑板上的關鍵字。「哇！看來『手機』、『想睡覺』、『沒時間』是大家的頭號公敵。雖然困難很多，但我們並不孤單，現在我們來解決它！」</p> <p><b>三、活動二：解除學習的封印 (20 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>運用「世界咖啡館」概念，讓各組互相貢獻解方。</p> <p><b>設定議題 (3 min)：</b></p> <p><b>任務：</b>請各小組從剛才討論的內容中，選出 <b>1 個</b>「最想解決」、「最痛苦」的題目，寫在海報紙的正中央。</p> <p><b>範例題目：</b>「如何克制自己不玩手機？」或「如何利用零碎時間背單字？」</p> <p><b>跑檯救援行動 (12 min)：</b></p> <p><b>說明：</b>「現在我們要進行『救援行動』。這張海報留在桌上，但人要移動。」</p> <p><b>Round 1 (本組)：</b>先在自己的海報上寫下 1-2 個初步解法。</p> <p><b>Round 2 (換組)：</b>全組起立，順時針移動到下一組的桌子。閱讀別人的題目，用彩色筆幫他們寫下建議或解決方法。(計時 3 分鐘)</p> <p><b>Round 3 (再換組)：</b>再次順時針移動。閱讀題目跟上面已有的建議，再補充新的方法。(計時 3 分鐘)</p> <p><b>歸隊：</b>回到自己原本的座位，看看別組幫你們寫了什麼好點子。</p> <p><b>精華分享 (5 min)：</b></p> <p>各組閱讀海報上的所有建議，選出 <b>1 個</b>「覺得最有效」或「最有創意」的絕招。各組派代表起立，大聲分享：「我們的問題是.....我們覺得最棒的解法是.....」。</p> <p><b>四、回饋與統整 (10 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>內化解決方案，強調持之以恆的態度。</p> <p><b>省思與紀錄 (5 min)：</b></p> <p><b>教師引導：</b>「聽了這麼多方法，請回到課本第 123 頁。選一個你覺得對現在的你最有幫助的方法，寫在『分享與省思』欄位中，當作你解除封印的咒語。」</p> <p>學生安靜書寫。</p> <p><b>總結 (Teacher's Closing) (5 min)：</b></p> <p><b>歸納重點：</b></p>						

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>方法總比困難多：</b>當你一個人想破頭時，別忘了問問同學，三個臭皮匠勝過一個諸葛亮。</p> <p><b>自我管理：</b>所有的解法（鎖手機、設鬧鐘、找同伴）核心都在於「自我管理」。</p> <p><b>結語：</b>「自主學習就像一場馬拉松，絆腳石一定會有，但只要你懂得把它踢開，或者把它墊在腳下讓自己爬得更高，你就能學會任何你想學的事。請大家帶著今天的祕笈，繼續去征服你們的學習王國吧！」</p>						
第 10 週 0412- 0418	1b- IV-1 培養 主動 積極 的學 習態 度， 掌握 學習 方法 ，成 自主 學習 與自 我的 管理 能力。	輔 Ba- IV-1 學習 意義 的探 究與 終身 學習 態度的 培養。 輔 Ba- IV-2 自我 管理 與學 習效 能的 提升。	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b>  <b>目標：</b>以「旅行打包」為隱喻，連結上週進度與今日主題。  <b>回顧與轉場 (2 min)：</b>  <b>教師開場：</b>「上週我們像是拆彈專家，把阻礙學習的『絆腳石』都搬開了。現在路通了，我們要準備出發去旅行！」  <b>譬喻：</b>「去旅行前最重要的就是『打包行李』和『決定目的地』。如果要去爬山，裝備跟去海邊一定不一樣。學習也是一場長途旅行，我們要來檢查你的背包裡有哪些裝備。」</p> <p><b>二、活動一：整裝出發 (10 分鐘)</b>  <b>目標：</b>盤點學習資源，特別強調數位工具的運用。  <b>裝備大盤點 (4 min)：</b>  請學生翻開課本第 124 頁「我的學習裝備檢視表」。  <b>教師引導：</b>「請勾選你目前擁有的『裝備』。這些裝備可能不只是文具，還包含了：  <b>硬體：</b>手機、平板、圖書館借書證...  <b>軟體/資源：</b>知道怎麼查 Google、會用均一教育平台、會用 YouTube 找教學...  <b>人際：</b>有可以請教的學長姐、老師、同學...」</p> <p><b>小組交流與補給 (4 min)：</b>  <b>比較：</b>小隊內互相看一看，誰的裝備最齊全？  <b>分享：</b>「有沒有哪個裝備是你覺得超好用，但隊友沒勾選的？」</p>	1	1. 彩色筆 2. 拼貼素材及工具	掌握自主學習的竅門，展現個人終學的目標	1. 高層紙筆評量	【生涯規畫教育】 J3 觀察自己的能力與興趣。 J4 了解自己的特質與價值。	13 校慶補假 14 英語歌曲演唱競賽 (三和) 16 第 1 次作業

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		輔Cc-IV-1 生涯 進路 的規 畫與 資源 運用。 家Ca-IV-1 個人 與家 庭生 活的 金錢 及時 間管 理。	<p><b>教師總結 (2 min) :</b></p> <p><b>重點提示 :</b> 特別強調**「數位自主學習資源」** (如 : Cool English、均一、Pagamo、VoiceTube 等)。</p> <p>「現在是網路時代,如果你懂得用網路找資源,你就比別人多了一個 24 小時的家教。缺少的裝備,記得利用課餘時間慢慢補齊!」</p> <p><b>三、活動二:我學習我驕傲——人生必學清單 (20 分鐘)</b></p> <p><b>目標 :</b> 擴展視野,撰寫「人生圓夢清單」,激發對未來的熱情。</p> <p><b>清單發想 (2 min) :</b></p> <p><b>教師引導 :</b> 「裝備齊全了,接下來要決定『去哪裡』。請翻開第 125 頁『人生必學清單』。這不是考試範圍,而是你這輩子想學會的事。」</p> <p><b>舉例啟發 :</b></p> <p><b>技能類 :</b> 學會開飛機、學會潛水、學會做甜點。</p> <p><b>語言類 :</b> 學會日文去自助旅行。</p> <p><b>生活類 :</b> 學會換燈泡、學會投資理財。</p> <p><b>夢想類 :</b> 學會寫程式開發一個 App。</p> <p><b>撰寫任務 (8 min) :</b></p> <p>請學生安靜思考,寫下 <b>至少 10 件</b> 想要學習的能力或圓夢任務。</p> <p><b>提示 :</b> 「越具體越好,不要只寫『變聰明』,要寫『學會下圍棋』。」</p> <p><b>夢想拍賣會 (Sharing) (10 min) :</b></p> <p><b>小隊分享 :</b> 隊員輪流分享自己清單中覺得**「最酷」或「最特別」**的一項。</p> <p><b>全班推薦 :</b> 老師邀請各組報告:「你們這組有沒有聽到什麼超特別的夢想?」</p> <p><b>互相激勵 :</b> 聽到別人的好點子,覺得自己也想學的,可以立刻補抄在自己的清單上。</p> <p><b>四、回饋與統整:我的學習藍圖 (10 分鐘)</b></p> <p><b>目標 :</b> 總結單元精神,將學習與幸福人生連結。</p> <p><b>省思與調整 (5 min) :</b></p>						抽查

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>教師提問：</b>「看著這 10 項清單，請問：如果這些你都學會了，你覺得你會是一個幸福的人嗎？」</p> <p>引導學生閱讀第 125 頁或思考：為了完成這些夢想，我現在（國中階段）可以先做什麼準備？（這就是你的初步學習藍圖）。</p> <p><b>總結 (Teacher's Closing) (5 min)：</b></p> <p><b>歸納：</b></p> <p><b>學習 = 圓夢的手段：</b>學習不是為了考試，是為了讓你更自由，有能力去做你想做的事（比如想去日本玩，學日文就是手段）。</p> <p><b>持續更新：</b>這份清單會隨著你的年紀改變，隨時都可以新增或刪除。</p> <p><b>結語：</b>「恭喜各位完成了『征服學習王國』的單元。從找方法、找天賦、除障礙到今天的畫藍圖，希望大家記得：你是自己人生的玩家，學習是你最強的武器。祝大家在未來的學習旅程中，玩得開心、學得驕傲！」</p>						
第 11 週 0419- 0425	1b- IV-1 培養 主動 積極 的學 習態 度， 掌握 學習 方法， 養成 自主	輔 Ba- IV-1 學習 意義 的探 究與 終身 學習 態度的 培養。 輔 Ba- IV-2 自我	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>連結舊經驗，以「旅行」隱喻開啟主題。</p> <p><b>回顧 (2 min)：</b></p> <p><b>教師開場：</b>「各位同學，上週我們已經搬開了阻礙學習的『絆腳石』，現在路通了！我們即將展開一場長達一輩子的『學習旅行』。」</p> <p><b>提問：</b>「去旅行前最重要的兩件事是什麼？第一是『整理行李』（確認裝備），第二是『決定要去哪裡』（規劃路線）。今天我們就要來完成這兩件事。」</p> <p><b>連結 (3 min)：</b></p> <p>說明今天的任務：我們要先檢查背包裡的學習工具，然後畫出屬於你自己的學習地圖。</p> <p><b>二、活動一：整裝出發 (8 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>快速盤點資源，強調「數位工具」的重要性。</p> <p><b>裝備檢核 (3 min)：</b></p> <p>請學生翻開課本第 124 頁「我的學習裝備檢視表」。</p>	1	1. 彩色筆 2. 拼貼素材及工具	掌握自主學習的竅門，展現個人終身的學習目標	1. 高層次筆 層紙筆 評量	【生涯教育】 J3 察自己的力與興趣。 涯 J4 了解自己	23 第 1 次作業補抽 查 21-22 九年級第 4 次複

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	學習與自我管理的能力。	管理與學習效能的提升。 輔C-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 家Ca-IV-1 個人家庭的活金錢及時間管理。	<p><b>教師引導：</b>「請快速勾選你擁有的裝備。除了課本、文具，別忘了還有『隱形裝備』，比如：會用 Google 查資料、知道均一教育平台、有可以請教的學長姐等。」</p> <p><b>小組交流 (3 min)：</b> 小組內互相分享：「你有什麼好用的學習網站或 APP 是我不知道的？」</p> <p><b>小結 (2 min)：</b> <b>教師強調：</b>「現在是網路時代，善用網路上的免費資源（如線上課程、教學影片），就像多了一個隨身家教，能讓你的旅行更輕鬆。」</p> <p><b>三、活動二：我學習我驕傲 (10 分鐘)</b> <b>目標：</b>打開想像力，列出人生願望清單。 <b>清單發想 (5 min)：</b> 請翻開課本第 125 頁「人生必學清單」。 <b>說明：</b>「這不是考試範圍，而是你這輩子『最想學會』的事。它可以是技能（學會潛水）、語言（學韓文）、生活（學會煮滿漢全席）或夢想（學會寫程式做遊戲）。請寫下至少 10 項。」 <b>快閃分享 (5 min)：</b> 邀請 2-3 位自願同學分享清單中最特別的一項。 <b>激勵：</b>「聽到別人的好點子，如果你也心動了，也可以把它加入你的清單喔！」</p> <p><b>四、活動三：我的學習藍圖 (15 分鐘)</b> <b>目標：</b>統整前述活動，將夢想具體化為分階段的計畫。 <b>範例說明 (3 min)：</b> <b>教師配合課本第 126 頁範例（雅雅的故事）講解：</b> 「大家看雅雅的藍圖，她喜歡畫畫，所以她在國中參加比賽，高中學電腦繪圖，大學去交換學生看展覽，最後工作結合興趣。這就是一張完整的地圖。」 <b>實作繪製 (8 min)：</b> <b>任務：</b>請同學參考剛才的「人生必學清單」，將想學的事情分配到「國中」、「高中」、「大學」、「工作」、「休閒」等不同階段。</p>					的人格特質與價值觀。	習考

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>指導語：</b>「不用擔心以後會不會變，我們現在是先做『預演』。試著想想看，為了完成清單上的夢想，你國中這三年可以先做什麼準備？」</p> <p><b>小組回饋 (4 min)：</b> 畫完後，在小組內秀出你的藍圖，隊友給予一個讚美或建議。</p> <p><b>五、回饋與統整 (7 分鐘)</b> <b>目標：</b>賦予行動力，總結單元精神。</p> <p><b>省思 (3 min)：</b> <b>教師提問：</b>「看著這張藍圖，有哪一件事情是你『這個週末』就可以開始做的？」 引導學生思考課本第 126 頁的分享與省思。</p> <p><b>總結 (Teacher's Closing) (4 min)：</b> <b>歸納：</b>「學習不只是為了分數，而是為了讓你過上你想要的生活。這張藍圖是你未來的藏寶圖。」 <b>結語：</b>「恭喜大家完成了『征服學習王國』系列課程！從找方法、認識天賦、移除障礙到今天的畫藍圖，希望大家記得：<b>你是自己人生的玩家，只要持續學習，你就能去到任何你想去的地方。</b>」</p>						
第 12 週 0426- 0502	2a- IV-1 體認 人際 關係 的重 要性 ， 學 習 人 際 溝 通	輔 Db- IV-1 生活 議題 的 問 題 解 決 、 危 機 應 與 克 服 困	<p><b>一、引起動機 (5 分鐘)</b> <b>目標：</b>連結生活經驗，點出「行為」影響「關係」。</p> <p><b>教師開場 (2 min)：</b> 教師說明：「各位同學，我們在學校每天都和同學相處。好的個性、行為和態度，就像是友誼的加溫器；但相反的，有些行為可能會變成破壞關係的殺手。」</p> <p><b>暖身思考 (3 min)：</b> 教師提問：「請大家想一想，在平日與同學相處時，有沒有哪個瞬間讓你覺得『這個人真棒』？或是『這個人怎麼這樣』？今天我們就來解密這些人際互動的關鍵。」</p> <p><b>二、主要活動：人際 Good Job (30 分鐘)</b> <b>目標：</b>透過小組討論與歸納，具體化抽象的「人際行為」。</p> <p><b>第一階段：腦力激盪 (15 min)</b></p>	1	1. 問題解決步驟說明簡報	了解正向行為對人際關係的影響，並對交友	1. 實作量 2. 口評語量	【品德教育】 J1 溝通與和諧關係。	30 九年級課輔及學扶結束

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
技巧，以正向的態度經營人際關係。3a-IV-1 覺察人為自然的環境的危險情境，評估並用最處策略，以護	境的方法。輔Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	<p><b>說明規則：</b>將全班分為若干小組（每組4-6人）。發下兩種顏色的便利貼（例如：黃色代表開心/加分，藍色代表不开心/扣分）。</p> <p><b>小組討論 (10 min)：</b></p> <p><b>任務一（黃色便利貼）：</b>當和朋友在一起時，對方做了什麼事、說了什麼話，會讓你感到開心、溫暖或覺得他很棒？（例如：主動幫忙、借我筆、聽我說話...）</p> <p><b>任務二（藍色便利貼）：</b>相反的，哪些行為會讓你感到不开心、困擾或是想遠離他？（例如：愛插嘴、開過頭的玩笑、不守信用...）</p> <p><b>教師巡視：</b>鼓勵學生寫出具體的生活例子，不要只寫抽象形容詞（如：善良）。</p> <p><b>分類整理 (5 min)：</b></p> <p>請各組將寫好的便利貼貼在海報紙上，將相似的行為歸類在一起（例如：都跟「禮貌」有關的貼一起）。</p> <p><b>第二階段：人際魅力估估樂 (15 min)</b></p> <p><b>全班發表 (10 min)：</b></p> <p>邀請各組上台分享他們整理出的「人際 Good Job（加分行為）」前三名，以及「人際 NG（扣分行為）」前三名。</p> <p><b>魅力估估 (5 min)：</b></p> <p>教師引導全班觀察：「大家有沒有發現，哪幾個行為是每一組都提到的？」</p> <p>教師在黑板上統整出班上公認的「超級人氣王特質」與「人際地雷區」。</p> <p><b>三、回饋與統整 (10分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>引導學生自我檢核，將課堂討論帶回日常生活。</p> <p><b>自我省思 (5 min)：</b></p> <p>教師提問：「看著黑板上這些行為，請大家在心裡默默幫自己打個分數。加分區的行為，我有做到哪些？地雷區的行為，我不小心踩到了嗎？」</p> <p><b>教師結語 (5 min)：</b></p> <p>教師歸納：「人際關係其實就像一面鏡子。我們都喜歡受歡迎的人，但更重要的是，我們要先成為那個『讓人感到舒服』的人。」</p>	2.	常見交友困境及其問題解決策略	境討論應之道		品J7 同理 分享 與元 接納。 品J8 理性 溝通 與問 題解 決。 品J9 行一 自反 省。	1 勞動 節	

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	己 或 他 人。		人際互動訣竅：多一點觀察，多一點同理心。希望大家從今天開始，能試著在生活中多增加一個『Good Job』的行為，減少一個讓人困擾的舉動，為你們的友誼加溫！」						
第 13 週 0503- 0509	2a- IV-1 體認 人際 關係 的重 要性 ， 習 人際 溝通 技巧 ， 以 正 向 態 度 經 營 人際 關係。 3a- IV-1 覺察	輔Db- IV-1 生活 議題 的問 題解 決、 危機 因應 與克 服困 境的 方法。 輔Dc- IV-1 同理 心、 人際 溝通 、 突 突 理	<p><b>一、暖身與定義基準 (8 分鐘)</b>  <b>目標：</b>建立全班共同的評分標準（天花板與地板）。  <b>引起動機 (3 min)：</b>  <b>教師開場：</b>「人際關係很像是一種『空氣』，空氣好的時候讓人舒服，空氣差的時候讓人窒息。今天我們要來當『人際空氣檢測員』，幫各種行為打分數。」  <b>設定 1 分與 10 分 (5 min)：</b>  <b>教師繪製量尺：</b>在黑板最左邊寫上 <b>1 (令人最不喜歡/最反感)</b>，最右邊寫上 <b>10 (令人最喜歡/最受歡迎)</b>。  <b>全班討論：</b>  <b>定義 1 分：</b>「大家覺得在同學相處中，什麼行為是最糟糕、最讓人無法忍受的？」(例：肢體霸凌、偷東西、惡意造謠)。→ 寫在黑板「1」的下方。  <b>定義 10 分：</b>「那什麼行為是超級完美、像天使一樣的？」(例：這輩子都挺你、在他面前可以完全放鬆、無條件的幫助)。→ 寫在黑板「10」的下方。  <b>教師小結：</b>「好，現在我們有了地板(1)和天花板(10)，中間的 2~9 分就交給各組來填滿。」</p> <p><b>二、主要活動：人際魅力估估樂 (25 分鐘)</b>  <b>目標：</b>透過小組討論與競賽，具體化人際行為的細微差異。  <b>抽牌與討論 (8 min)：</b>  <b>抽籤：</b>各小隊派代表出來抽一張數字牌（2~9，保密不可外洩）。  <b>任務：</b>小組討論出一個**「剛好符合這個分數」**的具體行為。  <b>提示：</b>如果抽到 <b>5 分</b>，可能是不好也不壞的行為（如：擦肩而過點個頭）；抽到 <b>2 分</b> 是很討厭但還不到犯罪（如：借衛生紙不還）；抽到 <b>9 分</b> 是非常貼心（如：生病時幫忙做筆記）。</p>	1	1. 問題解決步驟說明簡報 2. 常見交友困境及其問題解	了解正向行為對人際關係的影響，並對交友困境因之	1. 口語評量 2. 實作評量	【品德教育】J1 溝通和關係。J7 同理心與元納。J8 理性溝通與題決。	7-8 九年級第 2 次定期評量 8 溪崑文學獎暨視覺藝術展頒獎典禮

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	人為自然環境的危險情境，評並用佳策略，以護己或他人。	能力的培養與正向經營人際關係。	<p><b>書寫：</b>將該行為清楚寫在卡紙上（字體要大），不可寫上數字。</p> <p><b>張貼與預測 (5 min)：</b> 請各組將寫好的行為卡紙，隨機張貼在黑板中央（不按照順序）。</p> <p><b>小隊討論：</b>請各組觀察別組貼的卡紙，討論那張卡紙可能是幾分？（每組發下一張小白板或紙條紀錄猜測結果）。</p> <p><b>揭曉與競賽 (12 min)：</b> <b>教師主持：</b>依序指著黑板上的行為卡，詢問各組：「你們覺得這張行為是幾分？」 <b>公佈答案：</b>出題小組公佈正確數字，並說明原因（為什麼我們覺得這動作值 8 分？）。</p> <p><b>計分方式：</b>猜測數字與實際數字完全相同得 3 分，誤差 <math>\pm 1</math> 得 1 分。 <b>教師引導：</b>若某組出題覺得是 8 分，但全班都猜 4 分，教師需介入引導：「為什麼落差這麼大？是因為語氣？還是看交情？」這就是最好的討論點。</p> <p><b>三、回饋與統整 (12 分鐘)</b> <b>目標：</b>反思評分落差，並將正向行為應用於生活。</p> <p><b>分享與省思 (7 min)：</b> <b>排序大風吹：</b>教師邀請學生上台，依照剛剛揭曉的分數，將黑板上的卡紙依照 1~10 順序重新排列。</p> <p><b>關鍵提問：</b> 「有沒有哪個行為，你覺得應該更高分，但同學卻給低分？為什麼？」 「有沒有發現，有些行為在男生眼中和女生眼中的分數不一樣？」 「**『過度熱情』**算幾分？」(引導思考過猶不及)。</p> <p><b>教師歸納與結語 (5 min)：</b> <b>價值觀的差異：</b>「透過剛剛的遊戲，我們發現每個人心中的那把尺不太一樣。我覺得是開玩笑(以為是 5 分)，對方可能覺得受傷(覺得是 2 分)。這就是人際衝突的原因。」 <b>提升人際魅力：</b>「人際關係不是要討好所有人拿 10 分，而是要避免踩到 1~3 分的地雷，並試著多做 6~9 分的友善舉動。」</p>		決策略			品 J9 知行合一 與我反省。	

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			今日任務：「請同學這週選一個黑板上7分以上的行為，對一位同學做做看，觀察對方的反應。」						
第 14 週 0510- 0516	2a- IV-1 體認 人際 關係 的重 要性 ， 學 習 人 際 溝 通 技 巧 ， 以 正 向 的 態 度 經 營 人 際 關 係。 3a- IV-1 覺察	輔Db- IV-1 生活 議題 的 問 題 解 決 危 機 應 克 服 困 境 的 方 法。 輔Dc- IV-1 同 理 心 、 人 際 溝 通 、 突 突 理	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b>  <b>目標：</b>引導學生换位思考，覺察「期待」與「現況」的落差。  <b>情境提問 (3 min)：</b>  <b>教師開場：</b>「各位同學，上堂課我們討論了什麼是『好的人際行為』。今天我們要回到自己身上。請大家閉上眼睛想一想：          當你心情不好的時候，你希望朋友怎麼對你？（是安靜陪你？還是講笑話逗你？）          反過來想，當朋友心情不好時，你通常都怎麼做？你的做法，真的是對方想要的嗎？」  <b>點出主題 (2 min)：</b>  <b>教師引導：</b>「有時候我們覺得自己很幽默、很熱心，但在對方眼裡可能變成了『白目』或『雞婆』。今天我們要來透過『人氣王行動指南』，檢查我們的人際雷達有沒有開對頻道！」</p> <p><b>二、主要活動：人氣王行動指南 (20 分鐘)</b>  <b>目標：</b>透過課本活動與案例，釐清「你好，我也好」的雙贏互動概念。  <b>自我檢視 (5 min)：</b>          請學生翻開課本第 131 頁。  <b>教師說明：</b>「請根據課本上的檢核表或情境，誠實勾選或寫下你平日與同學相處的習慣。這不是考試，不用給別人看，對自己誠實最重要。」          學生安靜作答。  <b>概念解析：你好，我也好 (10 min)：</b> *  <b>教師繪製象限圖：</b>在黑板畫出十字象限，解釋四種人際狀態。  <b>你好，我也好 (I'm OK, You're OK)：</b> 雙贏。例如：互相鼓勵、適度的幽默。  <b>你好，我不好 (I'm not OK, You're OK)：</b> 討好。例如：委屈自己答應別人的無理要求。</p>	1	1. 問題解決步驟說明簡報 2. 常見交友困境及其問題解	了解正向行為對人際關係的影響，並對交友困境因之	1. 口語評量 2. 評量實評	【品德教育】J1 溝通合作與人關係。J7 同理分享與元納。J8 理性溝通與題決。	14-15 七八年級第 2 次定期評量 15 第 7 節 9 年級停課查看考場 16-17

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	人為或自然的環境危險情境，評估並用最佳策略，以保護自己或他人。	能力的培養與正向經營人際關係。	<p><b>你不好，我好 (I'm OK, You're not OK)：</b> 自大/攻擊。例如：嘲笑別人來顯示自己很厲害。</p> <p><b>你不好，我不好 (I'm not OK, You're not OK)：</b> 雙輸。例如：冷戰、互相傷害。</p> <p><b>案例深究（關鍵重點）：</b></p> <p><b>教師提問：</b>「班上最常發生的就是『開玩笑』。大家覺得開玩笑是哪一種？」</p> <p><b>教師歸納（配合教案素材）：</b>「這要看結果。」</p> <p><b>適度的玩笑：</b>大家都笑得很開心，感覺幽默→『你好，我也好』。</p> <p><b>過度的玩笑/霸凌：</b>拿身材、謠言攻擊，你覺得好笑，對方覺得受傷→『你好，我不好』（踩著別人的痛苦讓自己開心）。這不是幽默，這是刻薄。」</p> <p><b>小組討論 (5 min)：</b></p> <p>請各組舉出一個班級中常見的「你好，我也好」的具體例子（如：借筆給同學並說謝謝、主動幫忙值日生）。</p> <p><b>三、回饋與統整：行動計畫 (15 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>將反思轉化為具體的改善行動。</p> <p><b>省思時刻 (5 min)：</b></p> <p><b>教師引言：</b>「了解了四種狀態後，我們回來看看自己。有沒有哪些時候，我們不小心變成了『你不好，我好』的人？或者我們總是『討好』別人讓自己受委屈？」</p> <p><b>引導學生填寫課本第 131 頁「分享與省思」：</b></p> <p>我平日的行為符合我的期待嗎？</p> <p>這些互動怎麼影響我的人際關係？</p> <p><b>擬定具體做法 (5 min)：</b></p> <p><b>任務：</b>請學生在課本或便條紙上寫下 <b>3 個</b>「改善人氣指數的具體做法」。</p> <p><b>教師示範具體化：</b></p> <p>(X) 我要對人好一點。</p> <p>(O) 每天早上進教室主動跟旁邊同學說早安。</p> <p>(X) 我不要再亂開玩笑。</p> <p>(O) 下次想笑別人身材時，我會忍住不說，改稱讚他的優點。</p>		決策 策略			品 J9 知行 合一 與自 反省。	教育 會考

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>小組互享與承諾 (5 min) :</b> 兩兩一組，互相分享自己的一個行動目標，並請對方當見證人。</p> <p><b>四、結語 (5 分鐘)</b> <b>目標：</b>總結核心價值，鼓勵實踐。 <b>教師總結 (Teacher's Closing) :</b> 「真正的『人氣王』，不是因為他最吵、最會講笑話，而是因為跟他在一起的時候，大家覺得很舒服、很被尊重。 人際關係的核心就是我們今天說的**『你好，我也好』**。希望大家從今天開始，試著當一個讓自己舒服，也讓別人溫暖的人。」</p>						
第 15 週 0517- 0523	2a- IV-1 體認 人際 關係 的重 要性， 學習 人際 溝通 技巧， 以正 向態 度經	輔 Db- IV-1 生活 議題 的問 題解 決、 危機 因應 與克 服困 境方 法。 輔 Dc- IV-1 同理	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b> <b>目標：</b>點出人際關係中的「差異」與「困境」。 <b>教師開場 (2 min) :</b> 「各位同學，上週我們討論了怎麼當個人氣王。但現實生活中，我們不可能跟每個人都超合得來。有時候你會發現，班上好像自然而然分成了好幾群人，甚至有時候會不小心跟好朋友吵架。」 <b>引導思考 (3 min) :</b> <b>提問：</b>「大家有沒有這種感覺？跟某些人很有話聊，跟某些人卻像是在兩個世界？這些『差異』如果不小心處理，就會變成『人際困境』。今天我們要來練習兩招：第一招是『打破高牆』，第二招是『修復關係』。」</p> <p><b>二、活動一：圈內圈外 (15 分鐘)</b> <b>目標：</b>探討「小圈圈」現象，引發同理心（換位思考）。 <b>情境漫畫閱讀 (3 min) :</b> 請同學翻開課本第 132、133 頁。 <b>任務：</b>閱讀漫畫情境（通常描繪小團體講悄悄話、某人被冷落等場景）。請大家仔細看角色的表情。 <b>換位思考討論 (7 min) :</b></p>	1	1. 問題解決步驟說明簡報 2. 常見交友困	了解正向行為對人際關係的影響，並對交友困境之	1. 口語評量 2. 評量實評	【品德教育】J1 溝通與和諧 J7 人際關係 J7 同理心 J7 多元文化理解與接納	18-22 七年級詩詞吟唱走位 19 九年級補行評量

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
人際關係。3a-IV-1 覺察人為或然環境的危險情境，評估並用最佳策略，保護自己或他人。	心、人際溝通、衝突管理能力的培養與向營人際關係。	<p><b>教師提問（引導全班或分組討論）：</b></p> <p><b>情境 A（圈內人）：</b>「如果你是那個正在講悄悄話、跟好朋友聊得很開心的人，你的感受是什麼？（覺得安全、有歸屬感、開心？）」</p> <p><b>情境 B（圈外人）：</b>「如果你是那個站在旁邊插不上話，甚至覺得大家在看你的人，你的感受是什麼？（尷尬、孤單、生氣、胡思亂想？）」</p> <p><b>小組分享：</b>請各組派一位代表簡單分享這兩種截然不同的感受。</p> <p><b>反思與應用 (5 min)：</b></p> <p><b>教師澄清：</b>「有自己的好朋友圈是很正常的，這讓我們有安全感。但如果這個圈圈變成了『銅牆鐵壁』，讓圈外的人受傷，那就變成了排擠。」</p> <p><b>省思提問（課本 p.133）：</b>「在班上或生活中有類似經驗嗎？如果下次看到有人『落單』在圈外，我們可以怎麼做？（例：主動打招呼、分組時邀請他）。」</p> <p><b>三、活動二：一切「友」我 (20 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>學習結構化的「衝突解決模式」。</p> <p><b>案例導入 (3 min)：</b></p> <p><b>閱讀案例：</b>請看課本第 134 頁「阿正與小華」的故事（例如：誤會、爽約或言語衝突）。</p> <p><b>調查：</b>「如果是你遇到這種事，你會怎麼辦？（冷戰？大吵一架？找老師？）」邀請幾位同學發表直覺反應。</p> <p><b>介紹「問題解決五步驟」 (7 min)：</b></p> <p>教師在黑板寫下 SOP，並帶領全班用阿正與小華的例子走一遍：</p> <p><b>澄清問題：</b>到底發生什麼事？（例：阿正答應借筆記卻沒帶，小華覺得不受尊重）。</p> <p><b>釐清感受：</b></p> <p>我自己（小華）：生氣、失望。</p> <p>對方（阿正）：可能很抱歉、或是覺得沒什麼大不了（心虛）。</p> <p><b>提出方法 (Brainstorming)：</b></p> <p>A. 大罵他一頓。</p>		境及其問題解決策略		品 J8 理性溝通與問題解決。品 J9 知行合一與自省。	21 數學金頭腦		

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p>B. 冷戰不理他。 C. 寫紙條跟他說我很在意信用。 D. 請他在聯絡簿記下來，明天補帶。</p> <p><b>預測後果：</b> A → 吵架，絕交。 B → 關係變淡，問題沒解決。 C/D → 對方知道嚴重性，有機會補救。</p> <p><b>最佳決定：</b> 選擇 C 或 D。</p> <p><b>小組實戰演練 (10 min)：</b> <b>任務：</b> 請各組針對阿正與小華的困境，討論出你們這組認為的「最佳決定」是什麼？為什麼？ <b>分析利弊：</b> 教師邀請 2-3 組分享，並分析不同策略的利弊（例如：冷戰雖然避免衝突，但會累積內傷）。</p> <p><b>四、回饋與統整 (5 分鐘)</b> <b>目標：</b> 總結正向人際態度。</p> <p><b>總結 (Teacher's Closing)：</b> 「人際關係就像跳雙人舞，有時候會踩到腳（衝突），有時候會跟不上拍子（圈內圈外）。</p> <p><b>關於圈子：</b> 試著把你的圈圈開一個口，讓新朋友進來，你會發現世界更大。 <b>關於衝突：</b> 下次跟朋友吵架時，深呼吸，試試看剛剛那五個步驟。先想感受，再想後果，最後做決定。」</p> <p><b>回家作業/行動：</b> 「這週試著跟一位平常很少講話的同學聊兩句，或是運用解決策略去修復一段冷淡的關係。」</p>						

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
第 16 週 0524- 0530	2a- IV-1 體認 人際 關係 的重 要性 ， 學 習 人 際 溝 通 技 巧 ， 以 正 的 態 度 經 營 人 際 關 係。  3a- IV-1 覺 察 人 為 或 自 然 環 境	輔Db- IV-1 生 活 議 題 的 問 題 解 決 、 機 應 克 服 困 境 的 方 法。  輔Dc- IV-1 同 理 心 、 人 際 溝 通 、 突 突 管 理 能 力 的 培 養 與 正	<p><b>一、暖身與引起動機(5分鐘)</b>  <b>目標：</b>複習舊經驗，建立「諮詢師」的角色設定。  <b>複習五步驟(2 min)：</b>  <b>***教師提問：</b>**「還記得上週我們學到的『解決衝突絕招』嗎？誰能記得那五個步驟？」  <b>***快速回顧：</b>**澄清問題 → 釐清感受 → 提出方法 → 預測後果 → 最佳決定。  <b>諮詢室開張(3 min)：</b>  <b>教師說明：</b>「學會了招式就要會用。今天我們班化身為『頂級交友諮詢室』。等一下會有很多『苦主』來求救(課本案例)，我們要幫他們開藥方！」</p> <p><b>二、活動一：交友困境大搜查(10分鐘)</b>  <b>目標：</b>連結自身經驗，培養旁觀者的同理心。  <b>經驗連結(5 min)：</b>  請翻開課本第135頁。  <b>全班交流：</b>教師邀請學生瀏覽課本上的困境(例如：朋友借錢不還、背後說壞話、一直黏著我不放...)。  <b>提問：</b>「除了課本寫的，大家覺得國中生最常遇到的『交友地雷』還有哪些？(例如：已讀不回、分組沒人找)。」「  <b>换位思考(5 min)：</b>  <b>關鍵提問：</b>「當你看到班上有人陷入這種困境(例如被冷落、很尷尬)，身為旁觀者的你：  <b>感受如何？(覺得他很可憐？還是覺得不管我的事？)</b>  <b>會怎麼做？(假裝沒看到？還是私下關心？)</b>  <b>你的行動會有什麼影響？(可能救了他一命？或是被捲進去？)」</b>  <b>教師小結：</b>「有時候，我們的一句關心，就能讓深陷困境的人有力氣去解決問題。」</p> <p><b>三、活動二：實戰演練——諮詢師出動(20分鐘)</b>  <b>目標：</b>運用策略解決問題，並探討策略的限制(霸凌議題)。</p>	1	1. 問題解決步驟說明簡報 2. 常見交友困境及其問題解決策略	了解正向行為對人際關係的影響，並對交友困境論應之道	1. 口語評量 2. 實評量	【品德教育】J1溝通合作和關係。J7同理心與元納。J8理性溝通與題解決。J9知行合一	26-28 七年級詩詞吟唱總彩排 29 詩詞吟唱比賽

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
危險 情境， 評估並 運用最 佳處 理策略， 以保 護自 己或 他人。	經 營 人 際 關 係。	<p><b>分組解題 (10 min)：</b>  <b>任務分配：</b> 各小隊選定一個課本第 135 頁的情境（或自訂一個困境）。  <b>討論架構：</b> 請各組依照「問題解決五步驟」討論出對策。  <b>重點提示：</b> 步驟三的「提出方法」要多想幾個（如：直球對決、找老師、冷處理），並在步驟四「預測後果」時誠實評估利弊。  <b>成果發表 (6 min)：</b>            邀請 2-3 組上台報告：「我們的個案是...我們建議的最佳解法是...因為...」。  <b>關鍵轉折：這招有用嗎？ (4 min)：</b>  <b>教師提問 (課本 p.136)：</b> 「剛剛大家提了很多好方法。但是，有沒有哪種情況，是你不管怎麼溝通、怎麼退讓，問題都無法解決，甚至越來越嚴重？」  <b>導入霸凌議題 (課本 p.137)：</b>  <b>教師說明：</b> 「一般的吵架（衝突）是雙方權力平等的，可以溝通解決。但如果是**『霸凌』**（長期、惡意、權力不對等），靠自己『忍耐』或『溝通』往往沒用。」  <b>求助原則：</b> 強調當遇到霸凌（無論是肢體、言語或關係霸凌），**「找大人（師長/家長）協助」**不是打小報告，而是必要的保護措施。  <b>四、回饋與統整 (10 分鐘)</b>  <b>目標：</b> 內化學習成果，設定未來行動。  <b>省思時刻 (5 min)：</b>  <b>教師引導：</b> 「請思考課本第 136 頁的問題：今天學到的這套 SOP，跟你以前憑直覺處理問題（如：直接翻臉、生悶氣）有什麼不同？」            學生自由分享或書寫。  <b>總結 (Teacher's Closing) (5 min)：</b>  <b>歸納重點：</b>  <b>面對一般困境：</b> 冷靜運用五步驟，把「情緒」和「問題」分開處理。  <b>面對霸凌困境：</b> 辨識危險，勇敢求助。  <b>結語：</b> 「交友就像打怪，遇到小怪（誤會）自己打，遇到大魔王（霸凌）要記得烙人（找老師家長）。希望大家都能成為有智慧的交友玩家！」</p>					我反省。		

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
第 17 週 0531- 0606	2a- IV-1 體認 人際 關係 的重 要性 ， 學 習 人 際 溝 通 技 巧 ， 以 正 向 的 態 度 經 營 人 際 關 係。 3a- IV-1 覺 察 人 為 或 自 然 環 境	輔Db- IV-1 生 活 議 題 的 問 題 解 決 、 機 應 與 克 服 困 境 的 方 法。 輔Dc- IV-1 同 理 心 、 人 際 溝 通 、 突 擊 管 理 力 的 培 養 與 正	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>連結學生經驗，強調網路交友的雙面刃特性。</p> <p><b>情境導入 (2 min)：</b></p> <p><b>教師提問：</b>「各位同學，你們之中有多少人曾在遊戲中、IG 上或交友軟體跟『沒見過面的人』聊過天？(請舉手或點頭示意)。」「</p> <p><b>教師說明：</b>「網路讓世界變小了，我們很容易認識新朋友，但隔著螢幕，對方是真心還是假意？是驚喜還是驚嚇？如果沒處理好，可能會變成難解的困境。」</p> <p><b>課程預告 (3 min)：</b></p> <p>「今天這堂課，我們不只要看熱鬧，還要學門道。我們要來當『網路鑑識官』，破解網路交友的陷阱，並學會保護自己。」</p> <p><b>二、活動一：非思不可 (Face-book) (15 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>透過案例分析，探討網路互動的特性(匿名性、多變性)。</p> <p><b>案例大搜查 (5 min)：</b></p> <p>請學生閱讀課本第 138 頁的案例(包含正向：如找到志同道合的興趣夥伴；與負向：如照騙、個資外洩、詐騙)。</p> <p><b>小組討論：</b></p> <p><b>正向案例：</b>主角獲得了什麼快樂？(歸屬感、自信?)</p> <p><b>負向案例：</b>主角忽略了什麼？(輕信照片、給出地址?)</p> <p><b>冰山理論解析 (5 min)：</b></p> <p><b>教師引導：</b>「網路交友就像一座冰山。我們在螢幕上看到的(文字、照片)只是水面上的一角，水面下隱藏的(真實個性、性別、動機)往往看不見。」</p> <p><b>提問 (p.138 下方)：</b>「你覺得在網路上認識的人，跟現實生活中有什麼最大的不同？(看不到表情、可以偽裝、回訊息可以想很久...)。」</p> <p><b>經驗分享 (5 min)：</b></p> <p>開放 2-3 位同學(或小組代表)分享自己或聽過的網路交友故事(提醒保護隱私，不用講真名)。</p> <p><b>三、活動二：交友顯微鏡 (20 分鐘)</b></p>	1	1. 問題解決步驟說明簡報 2. 常見交友困境及其問題解決策略	了解正向行為對實際關係的影響，並對交友困境應之道	1. 實作評量 2. 層次評量	【品德教育】J1 溝通與和諧人際關係。J7 同分與元納。J8 理性溝通與題解決。J9 知行合一	4 第 2 次作業抽查 2-4 七八年級學習扶助篩選測驗

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
危險 情境， 評估 並運 用最 佳理 策略， 保護 自己 或他 人。	經 營 人 際 關 係。	<p><b>目標：</b> 理性分析優缺點，並內化安全守則（STOP）。</p> <p><b>第一階段：優缺點 PK 賽 (8 min)</b></p> <p><b>規則說明：</b> 全班分為兩大組（或各小隊競賽）。</p> <p><b>題目：</b>「現實交友 vs. 網路交友」。</p> <p><b>任務：</b> 各組輪流提出一個<b>不重複</b>的優點或缺點。</p> <p><b>範例：</b></p> <p><b>網路優點：</b> 跨越距離、不用面對面比較不尷尬、隨時可聊。</p> <p><b>網路缺點：</b> 容易被騙、感受不到溫度、文字容易誤會。</p> <p><b>現實優點：</b> 比較真實、可以一起做活動。</p> <p><b>計分：</b> 講出一個合理點加 1 分。</p> <p><b>圖表統整：</b></p> <p>教師在黑板利用文氏圖（Venn Diagram）快速歸納兩者的交集與差異。</p> <p><b>關鍵提問：</b>「分析完後，你會選擇完全放棄網路交友嗎？還是你會怎麼做？」(引導出：不用放棄，但要更小心)。</p> <p><b>第二階段：安全守則與自我檢核 (12 min)</b></p> <p><b>介紹 STOP 口訣 (4 min)：</b></p> <p>配合課本第 141 頁資訊補給站，教師講解 <b>STOP</b> 安全守則：</p> <p><b>S (Secret) 保密：</b> 不透露姓名、電話、住址、學校、照片。</p> <p><b>T (Tell) 告知：</b> 若要見面或遇到怪事，一定要告訴家長或老師。</p> <p><b>O (Open) 公開：</b> 網友見面一定要在公開、明亮、人多的地方。</p> <p><b>P (Person) 陪伴：</b> 見面時絕不單獨前往，要找朋友或大人陪同。</p> <p><b>自我檢核 (5 min)：</b></p> <p>請學生翻開課本第 139 頁「網路交友不 NG 檢核表」。</p> <p><b>實作：</b> 請學生根據 STOP 原則，勾選自己覺得最重要的項目，並檢視自己目前的上網習慣。</p> <p><b>改善計畫：</b> 找出一個自己最容易犯的錯（例如：容易把生活照設成公開、會告訴網友就讀學校），並寫下改善做法。</p>					我反省。		

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>小組互簽 (3 min) :</b> 請隔壁同學互相檢查對方的改善計畫，並簽名見證，擔任彼此的「網路安全守門員」。</p> <p><b>四、回饋與統整 (5 分鐘)</b> <b>目標：</b>總結課程，賦予網路交友正向意義。 <b>教師總結 (Teacher's Closing) :</b> 「網路交友不是洪水猛獸，它是一種工具。工具本身沒有好壞，端看你怎麼使用。 記得今天的 <b>STOP</b> 口訣：<b>保密、告知、公開、陪伴。</b> 真正的朋友，不會因為你不給個資就生氣，也不會強迫你做不想做的事。」 <b>回家作業：</b> 「回家後，檢查一下自己社群軟體 (IG/FB/TikTok) 的隱私設定，是不是把太多秘密告訴全世界了？」</p>						
第 18 週 0607- 0613	2a- IV-1 體認 人際 關係 的重 要性 ，學 習人 際溝 通技 巧， 以正	輔 Db- IV-1 生活 議題 的問 題解 、機 因應 與克 服困 境方 法。	<p><b>一、暖身與連結 (3 分鐘)</b> <b>目標：</b>連結上週的「STOP」原則，將場景拉進具體的「危機情境」。 <b>回顧 (1 min) :</b> <b>教師提問：</b>「上週我們學了網路交友的紅綠燈『STOP』原則 (保密、告知、公開、陪伴)。但如果我們已經很小心了，還是遇到對方怪怪的，甚至讓人感到害怕，這時候該怎麼辦？」 <b>引起動機 (2 min) :</b> <b>教師說明：</b>「網路上有一種危險，是對方利用你的信任，或是利用恐懼來控制你。今天我們要進入『深水區』，用我們學過的『問題解決步驟』來破解這些最棘手的網路陷阱。」</p> <p><b>二、活動一：網路困境解碼戰 (20 分鐘)</b> <b>目標：</b>運用理性思考 (問題解決策略) 拆解情緒勒索與網路危機。 <b>情境討論 (8 min) :</b> 請翻開課本第 140 頁。</p>	1	1. 問題解決步驟說明簡報 2. 常見	了解正向行為對人際關係的影響，並對交友困境	1. 實作評量 2. 高層次筆評量	【品德教育】J1 溝通與和諧關係。J7 同理心與	5-12 畢業典禮 11 第 2 次作業補抽 查 12 第 8

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
向的態度經營人際關係。3a-IV-1 覺察人為自然環境的危險情境，評估並用最佳策略，保護自己或他人。	輔Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與向營人際關係。	<p><b>分組任務：</b>各小隊選擇一個情境（或由老師指定），運用**「問題解決五步驟」**進行討論。</p> <p><b>常見情境建議（若課本情境不夠，可補充）：</b></p> <p><b>情境A：</b>網友說「如果你喜歡我，就傳一張裸露上半身的照片給我看，反正我們會刪掉。」</p> <p><b>情境B：</b>網友威脅「如果你不跟我出來見面，我就把你之前的聊天紀錄和醜照貼到班群。」</p> <p><b>討論重點：</b></p> <p><b>澄清問題：</b>發生什麼事？對方的目的是什麼？</p> <p><b>釐清感受：</b>我現在感覺如何？（害怕、丟臉、困惑？）</p> <p><b>提出方法：</b>封鎖？答應他？告訴老師？報警？</p> <p><b>預測後果：</b>如果答應他，會不會有下一次？如果封鎖，他會不會真的外流？</p> <p><b>最佳決定：</b>綜合評估後最安全的做法。</p> <p><b>小組發表與回饋 (12 min)：</b> 各組派代表上台報告討論結果。</p> <p><b>教師關鍵回饋（針對上述情境）：</b></p> <p><b>針對情境A（索取私密照）：</b>強調「身體自主權」。愛你的人不會強迫你做不想做的事。一旦照片傳出去，就永遠收不回來。</p> <p><b>針對情境B（威脅恐嚇）：</b>強調「不要受威脅」。答應第一次勒索，就會有無限次。對方通常只是虛張聲勢，或是利用你的恐懼。</p> <p><b>三、活動二：危機總動員——遇到騷擾怎麼辦？(15分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>建立標準化的危機處理 SOP（蒐證、求助）。</p> <p><b>議題導入 (3 min)：</b></p> <p><b>教師嚴肅說明：</b>「剛剛討論的情境中，有些已經構成了**『網路性騷擾』甚至『性勒索』**。如果不幸真的發生了（例如收到騷擾訊息，或照片被散布），請大家記得課本第 141 頁的資訊補給站。」</p> <p><b>應變原則 SOP (7 min)：</b></p>		交友困境及其問題解決策略	應之道		元接納。J8 理性溝通與問題解決。J9 知行合一自反與我省。	節結束	

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p>教師板書或投影關鍵步驟（不刪、截圖、求助）：</p> <p><b>不刪除：</b>第一時間不要急著刪除對話紀錄或帳號，這些都是法律上的證據。</p> <p><b>要截圖：</b>將對方的帳號 ID、大頭貼、網址、對話內容（包含時間點）完整截圖保存。</p> <p><b>要封鎖/檢舉：</b>截圖後，利用平台的檢舉功能並封鎖對方，阻斷騷擾。</p> <p><b>要求助：</b>這是最重要的！</p> <p><b>找大人：</b>家長、導師、輔導老師。</p> <p><b>專業機構：</b>iWIN 網路內容防護機構（協助下架私密照）、113 保護專線。</p> <p><b>全班共識 (5 min)：</b></p> <p><b>關鍵提問：</b>「很多人遇到這種事不敢講，是因為怕被爸媽罵，或是覺得丟臉。如果你是他的好朋友，你會怎麼跟他說？」</p> <p><b>引導正向支持：</b>「錯的永遠是傷害人的一方（加害者），不是被害人。求助是勇敢的表現，不是軟弱。」</p> <p><b>四、回饋與統整 (7 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>自我省思與賦能。</p> <p><b>分享與省思 (3 min)：</b></p> <p>引導學生思考課本第 140 頁：</p> <p>「回想自己（或聽過的）網路交友困境，如果時光倒流，你會怎麼做？」</p> <p>「若再次遇到，你現在手上有哪些『武器』（解決方法）了？」</p> <p><b>教師總結 (Teacher's Closing) (4 min)：</b></p> <p><b>重點歸納：</b></p> <p><b>預防勝於治療：</b>遵守 STOP 原則。</p> <p><b>遇到危機不驚慌：</b>記得「不刪、截圖、求助」。</p> <p><b>結語：</b>「網路世界很精彩，但也充滿挑戰。希望大家都能成為聰明的網路使用者，保護自己，也成為朋友在網路上最堅強的後盾。如果有解決不了的問題，輔導室的大門永遠為你們打開。」</p>						

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
第 19 週 0614- 0620	2b- IV-2 體 會 參 與 團 體 活 動 的 歷 程 , 發 揮 個 人 正 向 影 響 , 並 提 升 團 體 效 能。	輔 Dc- IV-1 同 理 心 、 人 際 溝 通 、 衝 突 管 理 能 力 的 培 養 與 正 向 營 營 人 際 關 係。 輔 Dc- IV-2 團 體 溝 通 、 互 動 工 作 能 的	<p><b>一、暖身與引起動機(5分鐘)</b>  <b>目標：</b>說明團隊運作的要素，激發參與動機。  <b>教師開場(2 min)：</b>  「各位同學，我們常常聽到『團結力量大』，但在現實生活中，一群人聚在一起如果不合作，可能只會是一盤散沙。」  「一個好的團隊，不需要每個人都當隊長，也不需要每個人都很厲害，但需要每個人都『在狀況內』。今天我們就透過一個簡單的挑戰，來看看我們班是不是傳說中的『神團隊』！」  <b>活動預告(3 min)：</b>  說明今天的任務：我們要挑戰地心引力，讓球在空中飛越久越好。這考驗的不只是技術，更是默契。</p> <p><b>二、活動一：空中應援團(20分鐘)</b>  <b>目標：</b>透過共同目標的挑戰，觀察團隊動力與策略形成。  <b>規則說明與目標設定(3 min)：</b>  <b>規則：</b>全班（或分兩大組，視空間而定）圍成一個大圈。球拋起後，必須用手拍打讓球不落地。<b>不能持球</b>，只能拍打。  <b>設定目標：</b>教師詢問全班：「你們覺得第一次挑戰，我們全班可以合作讓球連續拍打幾下不落地？50下？100下？」(引導全班達成一個共識數字)。  <b>第一回合挑戰(5 min)：</b>  開始進行挑戰（約2-3次機會）。  <b>教師觀察重點：</b>誰在指揮？誰在發呆？球落地時大家的反應是責怪還是鼓勵？場面是否混亂？  紀錄最高次數。  <b>中場暫停：策略討論(4 min)：</b>  <b>教師提問：</b>「剛剛我們有沒有達到目標？為什麼球會掉下來？是大家擠在一起？還是沒人喊聲？」</p>	1	1. 一 ~ 兩 顆 海 灘 球 2. 海 報 紙 、 小 卡 數 張 、 繪 圖 工 具 、 剪 貼 用	透 過 活 動 培 養 愛 情 懷 , 並 表 達 對 學 欣 的 賞 感 謝。	1. 實 作 評 量	【品 德 教 育】 J1 溝 通 作 和 與 人 諧 關 際 係。 品 J7 同 理 分 享 與 多 元 接 納。 品 J8 理 性 溝 通 與 問 題 解 決。 品 J9 知 行 一 自	18 地 理 知 識 競 賽 19 端 午 節

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		提 升。	<p><b>小組/全班討論：</b>請同學提出讓球維持更久的策略（例如：喊名字接球、劃分防守區域、輕輕拍不要用力殺球）。</p> <p><b>第二回合挑戰 (5 min)：</b> 應用剛才的策略，再次進行挑戰（約 2-3 次機會）。 紀錄最高次數，並給予達標的歡呼鼓勵。</p> <p><b>成敗歸因 (3 min)：</b> 教師引導：「第二次跟第一次有什麼不同？是什麼關鍵因素讓我們進步了（或退步了）？」（例如：有了策略、大家比較專注、有人願意補位）。</p> <p><b>三、活動二：班級應援團 (15 分鐘)</b> <b>目標：</b>將活動經驗連結至班級經營，進行深層反思。</p> <p><b>拍球過程全都錄 (5 min)：</b> 請學生回到座位，翻開課本第 143 頁。 <b>沉澱與書寫：</b>回想剛剛的活動，寫下： 大家的投入程度如何？默契如何？ 當球落地失敗時，你的情緒是什麼？（可惜？生氣？無所謂？）別人的反應又是什麼？</p> <p><b>簡單分享：</b>邀請 1-2 位同學分享觀察到的正向改變。</p> <p><b>班級現況全都錄 (7 min)：</b> <b>聯想與遷移：</b>教師引導：「剛剛的拍球就像我們班的縮影。想一想，從開學到現在，我們班一起經歷過哪些活動（校慶、大掃除、隔宿露營、考試）？」</p> <p><b>填寫表格：</b> <b>值得驕傲之處：</b>（例如：運動會大隊接力很團結、打掃很乾淨）。 <b>需加把勁之處：</b>（例如：午休很吵、交作業缺交、小團體排擠）。</p> <p><b>小組交流：</b>4-6 人一組，分享彼此寫下的內容。</p> <p><b>全班發表 (3 min)：</b> 各組派代表分享一個「班級最需要加把勁」的地方，讓全班意識到改進的方向。</p> <p><b>四、回饋與統整 (5 分鐘)</b></p>		文 具			我反 省。	

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p><b>目標：</b> 確認個人角色價值，凝聚團隊共識。</p> <p><b>分享與省思 (2 min)：</b></p> <p><b>教師提問：</b> 「在剛剛的活動或平常的班級裡，你扮演什麼角色？是發號施令的『領導者』？配合度高的『跟隨者』？還是默默補位的『觀察者』？這些角色對團隊有什麼影響？」</p> <p><b>教師總結 (Teacher's Closing) (3 min)：</b></p> <p><b>歸納：</b> 「就像拍球一樣，球會落地往往不是因為一個人沒拍好，而是沒人去補救。一個班級要讓人驕傲，不需要每個人都是超人，但需要每個人都願意『多做一點點』。」</p> <p><b>結語：</b> 「我們都是班上的一份子，無論你是什麼角色，你的投入都決定了這個班級的氣氛。希望大家把今天拍球時那種『不想讓球落地』的拼勁，用在經營我們班級的榮譽上！」</p>						
第 20 週 0621- 0627	2b- IV-2 體會 參與 團體 活動 的歷 程， 發揮 個人 正向 影響， 並提	輔 Dc- IV-1 同理 心、 人際 溝通、 衝突 管理 力的 培養 與營	<p><b>一、暖身與引起動機 (5 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b> 連結上週經驗，設定「班級進化」的遊戲情境。</p> <p><b>回顧榮耀 (2 min)：</b></p> <p><b>教師開場：</b> 「各位同學，上週我們透過拍球活動，發現我們班其實很有潛力！還記得大家列出的『班級優點』嗎？（快速唸出幾個上週提到的優點，如：很活潑、體育很好、打掃很乾淨）。這些是我們的『基本戰力』。」</p> <p><b>進化宣言 (3 min)：</b></p> <p><b>教師轉場：</b> 「但是，要讓班級『進化』，我們不能只看優點，還要修補我們的弱點。還記得上週大家寫下的『需加把勁』的地方嗎？今天我們要來把這些弱點變成『任務』，只要解開任務，我們班就會升級！」</p> <p><b>二、活動一：愛班任務大進擊 (15 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b> 透過民主程序聚焦問題，並轉化為具體任務。</p> <p><b>任務票選 (7 min)：</b></p>	1	1. 一 ~ 兩 顆 海 灘 球 2. 海 報 紙、 小	透 過 活 動 培 養 愛 班 情 懷， 並 達 同 學 欣 或 的 賞 感 謝。	1. 實 作 評 量	【品 德教 育】 J1 溝 通 作 和 人 關 係。 J7 理 享 多	22 七 年 級 小 隊 旗 設 計 與 製 作 競 賽 止

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
	升團 體效 能。	人際 關係。 輔Dc- IV-2 團體 溝通、 互動 與工 作效 能的 提升。	<p><b>板書列出：</b>老師將上週各組提到「需加把勁」的項目寫在黑板上（例如：午休吵鬧、早自習遲到、作業缺交、對科任老師沒禮貌、髒話多）。</p> <p><b>進行投票：</b>「現在請大家當評審，每人有2票，請選出你覺得『最急迫』需要改變的項目。」（可採舉手投票或一人貼兩張貼紙的方式）。</p> <p><b>確認任務：</b>選出票數最高的<b>3項</b>，填入課本第144頁「班級進化任務清單」。</p> <p><b>意義賦予 (3 min)：</b></p> <p><b>全班討論：</b>針對這三項任務，討論「為什麼改進這個很重要？」</p> <p><i>例：改善午休吵鬧 → 下午上課精神會變好，老師心情好就不會罵人，大家日子比較好過。</i></p> <p>學生紀錄於課本第144頁。</p> <p><b>個人行動發想 (5 min)：</b></p> <p><b>教師引導：</b>「任務訂出來了，那你要做什麼？請不要寫『我會改進』這種空話，要寫具體行動。」</p> <p><b>舉例：</b></p> <p><i>任務：減少遲到。</i></p> <p><i>具體行動：我要在晚上11點前睡覺，並設3個鬧鐘。</i></p> <p><i>任務：作業準時交。</i></p> <p><i>具體行動：我要在聯絡簿上用紅筆圈出作業，下課先寫一部分。</i></p> <p><b>三、活動二：欣欣向榮 (20分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>許下承諾，並透過視覺化創作建立團隊願景。</p> <p><b>製作承諾卡 (5 min)：</b></p> <p><b>發下素材：</b>發給每人一張便利貼或造型小卡（可設計成樹葉、磚塊或星星的形狀）。</p> <p><b>書寫內容：</b>請在卡片上寫下：</p> <p><b>姓名</b></p> <p><b>針對的三項任務</b></p> <p><b>個人的具體行動 (1-3項)</b></p>		卡數張、繪圖工具、剪貼用文具			元接 納。 品J8 理性 溝通 與問 題解 決。 品J9 知行 合一 與反 我省。	26 藝能 科期 末評 量

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p>提示：也可以畫上簡單的裝飾，代表你的個人風格。</p> <p><b>討論願景圖像 (3 min)：</b></p> <p><b>教師引導：</b>「現在每個人手上的卡片都是一塊拼圖。我們要把它拼成一張『班級願景圖』。大家覺得我們班適合什麼圖像？」</p> <p><b>快速決議：</b>提供選項讓全班快選，或依據卡片形狀決定：</p> <p><b>大樹：</b>象徵成長（卡片是樹葉）。</p> <p><b>火箭：</b>象徵衝刺（卡片是燃料/零件）。</p> <p><b>城堡：</b>象徵堅固團結（卡片是磚塊）。</p> <p><b>拼貼儀式 (12 min)：</b></p> <p><b>全班動員：</b>老師在海報紙上畫出主架構（如樹幹）。</p> <p><b>分組黏貼：</b>各小隊輪流上台，將自己的承諾卡貼在海報上。</p> <p><b>教師旁白：</b>在學生黏貼時，老師可以給予鼓勵：「看著這棵樹長滿了葉子，就像我們班因為大家的承諾而變得更有生氣。」</p> <p><b>完成展示：</b>將完成的海報張貼在黑板中央或教室佈告欄。</p> <p><b>四、回饋與統整 (5 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>強化執行力，預告檢核。</p> <p><b>分享與省思 (2 min)：</b></p> <p><b>教師提問：</b>「看著這張大家一起完成的圖，你有什麼感覺？你覺得如果大家都做到了卡片上的事，一個月後我們班會變成怎樣？」</p> <p>引導思考課本第 145 頁內容。</p> <p><b>教師總結 (Teacher's Closing) (3 min)：</b></p> <p><b>歸納：</b>「這張海報不是貼好看的，它是我們對彼此的『契約』。愛班不是喊口號，而是你每天早起的那一分鐘、是你忍住不講髒話的那一瞬間。」</p> <p><b>行動預告：</b>「從今天開始為期一週，我們要執行這些承諾。下週上課時，我們要來檢視這張海報上的承諾，有多少人真的做到了！請大家加油！」</p>						

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
第 21 週 0628- 0630	2b- IV-2 體 會 參 與 團 體 活 動 的 歷 程 , 發 揮 個 人 正 向 影 響 並 提 升 團 體 效 能。	輔 Dc- IV-1 同 理 心、 人 際 溝 通、 衝 突 管 理 能 力 的 培 養 與 正 向 營 營 人 際 關 係。 輔 Dc- IV-2 團 體 溝 通、 互 動 與 工 作 能 的	<p><b>一、暖身與引起動機(5分鐘)</b>  <b>目標：</b>喚起記憶，營造正向的回顧氛圍。  <b>海報回歸(2 min)：</b>  <b>教師展示：</b>將上週大家合力完成的「班級願景海報」張貼在黑板中央。  <b>教師開場：</b>「各位同學，看著這張海報，還記得上週我們對這棵樹（或城堡/火箭）許下了什麼承諾嗎？經過了一週，不知道大家是『說到做到』的行動派，還是『說說而已』的嘴砲派呢？」  <b>自我肯定(3 min)：</b>  <b>教師引導：</b>「改變習慣本來就很難，不管你做到多少，只要你心裡有記得這件事，就值得給自己一個掌聲。請大家先給自己一個熱烈的掌聲！」</p> <p><b>二、活動一：給自己一個讚(10分鐘)</b>  <b>目標：</b>誠實面對自己的執行狀況，培養自我監控能力。  <b>自我檢核(5 min)：</b>  請翻開課本第 146 頁。  <b>塗滿讚(量化評估)：</b>  <b>教師說明：</b>「請回顧你上週寫的承諾（例如：不遲到、交作業）。滿分是 5 個讚。  <b>全做到：</b>塗滿 5 個。  <b>大部分做到：</b>塗滿 4 個。  <b>有做但常忘記：</b>塗滿 3 個。  <b>只做了一兩次：</b>塗滿 2 個。  <b>完全忘記：</b>塗滿 1 個（誠實面對也很勇敢）。」  學生進行塗色。  <b>修正策略(5 min)：</b>  <b>檢討改進：</b>引導學生在第 146 頁寫下自我檢討。  <b>教師提問引導：</b>「如果你沒拿到 5 個讚，是為什麼？是目標太難？還是誘惑太多？請寫下下週你可以怎麼調整？（例如：鬧鐘多設兩個、請同學提醒我）。」</p> <p><b>三、活動二：給「你」一個讚(20分鐘)</b></p>	1	1. 一 ~ 兩 顆 海 灘 球 2. 海 報 紙、 小 卡 數 張、 繪 圖 工 具、 剪 貼 用	透 過 活 動 培 養 愛 班 情 懷， 並 表 達 對 同 學 的 欣 賞 或 感 謝。	1. 口 語 評 量 2. 實 作 評 量 3. 高 次 筆 評 量	【品 德 教 育】 J1 溝 通 和 人 際 關 係。 J7 同 理 分 享 多 元 接 納。 J8 性 溝 通 與 題 解 決。 J9 知 行 一 自	29- 30 第 3 次 定 期 評 量

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
		提 升。	<p><b>目標：</b>練習具體讚美他人，透過正向回饋增強班級凝聚力。</p> <p><b>觀察與書寫 (8 min)：</b></p> <p><b>教師引言：</b>「這週除了看自己，你有沒有發現班上某些人真的變了？或者有些人一直默默在付出？我們要來當『按讚大隊』。」</p> <p><b>發下素材：</b>每人發 2-3 張便利貼（或按讚小卡）。</p> <p><b>任務說明：</b>請寫下你要感謝或讚賞的對象。</p> <p><b>格式：</b></p> <p>To：(對象姓名)</p> <p>讚美事由：(具體行為，例如：這週掃地都很認真、我看你有準時交作業、謝謝你幫我抬便當...)</p> <p>From：(你的姓名)</p> <p><b>提示：</b>鼓勵寫給不同小隊或平常較少互動的同學。</p> <p><b>按讚儀式 (8 min)：</b></p> <p><b>進行方式：</b>分組輪流上台。</p> <p><b>黏貼行動：</b>請學生找到海報上那位同學原本貼的「承諾卡」，將你的「按讚卡」貼在旁邊（或疊在上面）。</p> <p><b>視覺化：</b>隨著大家貼上去，海報會變得更豐富，象徵大家的努力被看見了。</p> <p><b>公開表揚 (4 min)：</b></p> <p><b>教師抽樣：</b>從海報上隨機以此摘取 3-5 張按讚卡唸出來。</p> <p><b>教師回饋：</b>「哇！原來某某同學默默做了這麼多事被發現了！這就是我們班最美的風景。」</p> <p><b>四、回饋與統整 (10 分鐘)</b></p> <p><b>目標：</b>總結單元核心，內化團隊合作精神。</p> <p><b>分享與省思 (5 min)：</b></p> <p><b>教師提問(參考課本 p.146)：</b></p> <p>「當你看到別人幫你按讚時，你的感覺是什麼？（更有動力？很開心？）」</p> <p>「在執行愛班行動時，你發揮了哪些能力？（自律？負責？熱心？）」</p>		文 具			我反 省。	

教學 期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學 資源	學習 策略	評量 方式	融入 議題	備註
	學習 表現	學習 內容							
			<p>邀請幾位獲得最多讚或進步最多的同學分享心得。</p> <p><b>教師總結 (Teacher's Closing) (5 min) :</b></p> <p><b>串聯回顧：</b>「我們從第一堂課的『拍球不落地』，學到了合作需要默契；到第二堂課的『找出班級任務』，學到了共同目標；今天，我們透過『按讚』，學到了互相支持。」</p> <p><b>核心概念：</b>「愛班不是口號，而是行動。當每個人都願意把自己負責好，並且不吝嗇給隊友掌聲，我們班就會像這張海報一樣欣欣向榮。這就是團隊的力量！」</p> <p><b>最後期許：</b>「這張海報會繼續貼在教室，提醒我們持續努力。希望下學期，我們能收集到更多的讚！」</p>						

本課程是否有校外人士協助教學：**(本表格請勿刪除。)**

否，全學年都沒有(以下免填)。

有，部分班級，實施的班級為：\_\_\_\_\_。

有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。