

十二年國民基本教育綜合活動教材與教學模組研發

學校名稱：廣福國小

授課年級：3 年 8 班

任教學科：綜合活動

授課日期：108 年 04 月 18 日

單元名稱：看看我自己

教 學 者：郭貞瑩

實施節數：共6節，每節 40 分鐘

備課成員：吳淑芳、唐永安、李岩勳、
劉瓊宜、江英瑞、溫大吉、
陳桂蓮、陳明秀、廖芝縈、
師麗碧、紀智耀

一、內容說明

(一) 設計理念：

我的成長不單單只是外在的變化，因為成長的變化，使我擁有哪些優點或長處？我又可以做出哪些改變，讓我自己更好？

學生從低年級升上中年級後，在生活上產生許多不一樣的改變，例如：學習的科目、才藝的培養、外在特徵的變化……等等；希望透過「看看我自己」的單元活動，幫助學生理解並展現自己所擁有的優點，並能設計與執行一份屬於自己的改變行動，進而接納自己。

本單元活動主要在探索個人優點以及如何在生活中具體展現，對於興趣這部分則沒有設計在內。課程一開始，先引導學生透過生活經驗、群文閱讀導入學習情境脈絡，進而能理解優點的定義，逐步回憶並舉出自己已經具備的優點項目，再透過他人的角度來探索其他自己具備的優點。

接著，藉由在生活中展現優點來肯定自我，從同儕分享彼此優點的過程中，發現自己想要變更好的地方，試著擬定個人成長計畫幫助自己改變現況，再經由實踐後的反思發現自己的改變，以接續第二單元的發現不一樣的我(接納自我)。

(二) 單元內容：

設計依據	97 課綱 1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己		
單元名稱	我的成長		
總綱核心素養面向	A.自主行動	總綱核心素養項目	A1 身心素質與自我精進
領域核心素養具體內涵	綜-E- A 1 <u>認識個人特質</u> ，初探生涯發展，覺察生命變化歷程， <u>激發潛能</u> ，促進身心健全發展。		
主題軸	1.自我與生涯發展	主題項目	a.自我探索與成長
學習重點	學習表現	1a-II-1 <u>展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</u>	
	學習內容	Aa-II-1 <u>自己能做的事</u> Aa-II-3 <u>自我探索的想法與感受</u>	

學習目標	1.分享自己已經具備的優點，並說明自己的感想。 2.覺察自己的長處，並了解他人對自己的看法。 3.參與學校或家庭活動，展現自己的長處。 4.擬定並實踐優點開發計畫，省思與接納自己。
教材來源	改編南一版綜合活動3下 單元一看看我自己
教學設備/資源	亮亮童樂繪-點亮生命教育協會 繪本:優點專賣店(大紅文化出版)、小奇的藍絲帶(親子天下)
單元目標	覺察自己的優點，在生活中適度展現，並分享自己的想法或感受。

教材組織分析

學生分析

1. 班級多數學生個性活潑且願意發言，但進行討論時的內容深度，因年級關係較為不足，因此教師仍持續規劃以學生為主體的互動學習策略。
2. 小組成員均有分配工作職責:組長(鼓勵小組合作、管理秩序)、副組長(協助組長)、器材長(計時、領取與保管學習素材)、記錄長(分配或記錄討論過程)；希望透過多元分工的方式，鼓勵學生對於自己的小組任務有責任感，並對學習產生更多熱情。

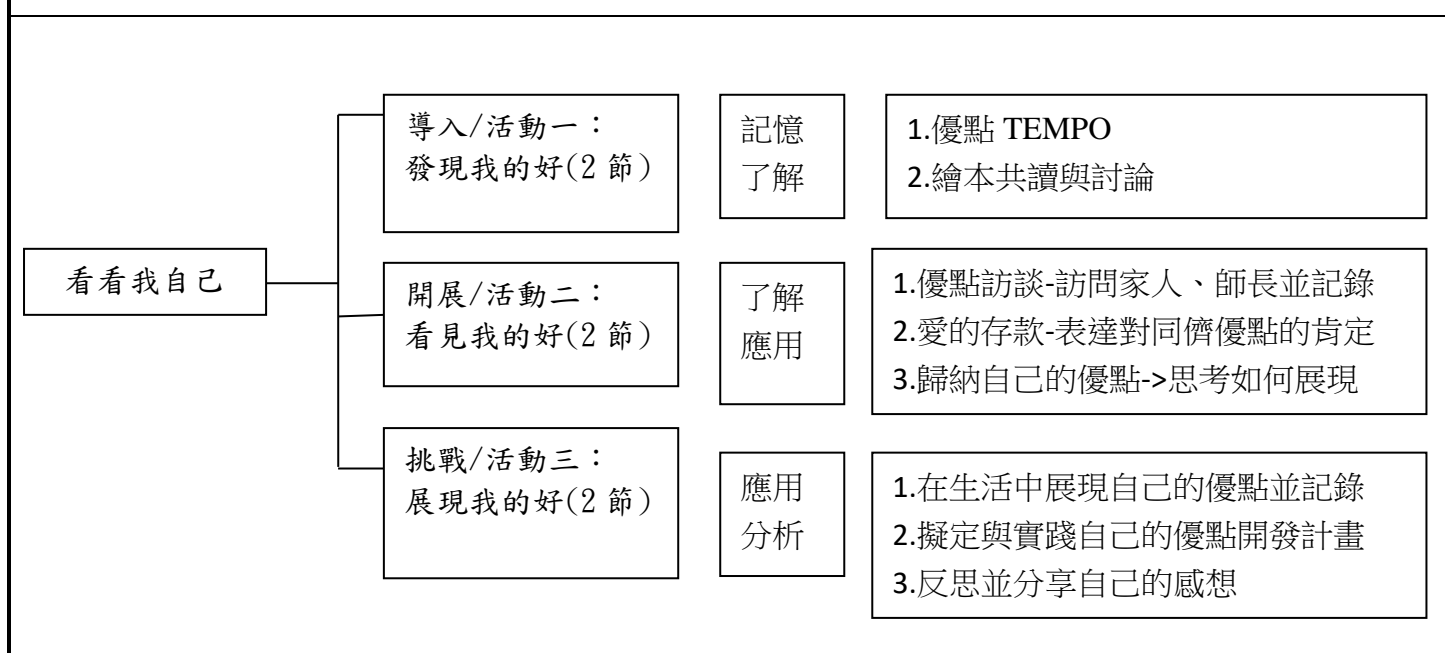
教材分析

1. 改編南一版三下綜合活動教材。該教材使用「97課綱:1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己」，轉化成新課綱則為符應「總綱 A1 身心素質與自我精進」、「領綱 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」。其中，領綱綜-E- A1 提到個人特質，特質的定義範圍很廣，我們常說特質是個體有別於他人的基本特徵，是人格的組成元素，但在此單元設計中，仔細分析教材文本資料，內容主要是引導學生發現自己的優點，而在97課綱或是108課綱的學習表現中，都提到長處，所謂長處，偏重於學生在生活當中個人所擅長，且多為學習而來，優點涵蓋的範圍較廣，包含了長處在內，而個人展現的優點或長處，則形成其人格特質之一。

2. 配合「97課綱:1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己」，選用新課綱主題軸為「1.自我與生涯發展」與主題項目「a.自我探索與成長」。透過解讀與分析南一3下綜合活動文本教材，確認文本內容為引導學生覺察優點、展現優點接納自我，故選擇對應之學習表現「1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受」，但因為97課綱中並未強調興趣這部分，所以在本活動中也沒有刻意呈現。學習內容則是以「Aa-II-1 自己能做的事」、「Aa-II-3 自我探索的想法與感受」為主；自己能做的事引導學生在探索自己優點後，能具體運用優點在生活中的方式，以及試著擬定並實踐自己想要改變的成長計畫。自我探索的想法與感受則是讓學生從探索自己的優點、展現優點、以及擬定與實踐成長計畫，分別進行反思與分享自己的感受。

2. 透過本單元教學，希望學生可以覺察自己的優點，給予自己更多的肯定，有助學生之後在學習其他領域、或是生活表現上能產生正向激勵。肯定自我，對於學生在行為責任、自我挑戰、反思與接納等等，均是十分重要；透過此單元所設計的教學內涵，期待幫助學生學習遷移在各成長階段中，覺察與肯定自己的好、學習並積極發展自己的優勢，進而能具備接納自我的正向態度。

課程架構



二、教學流程與評量

活動名稱	活動流程	評量方法與目標
【活動一】 發現我的好	1. 「優點 TEMPO」 2. 繪本-「小奇的藍絲帶」、「優點專賣店」進行小組多文本閱讀，以建立文本情境:透過分析故事內容各角色的優點，與學生自己的生活經驗做連結，進而引導學生思考與定義什麼是優點，以及想一想自己已經具備哪些優點，並記錄在學習記錄一「優點大發現」。	實作評量：了解自己已經具備的優點。(D)
【活動二】 看見我的好	1. 透過訪談活動完成學習記錄二-「優點大搜索」:從家人與教師的訪談中，引導學生覺察自己的其他優點。 2. 結合「愛的存款」活動，發現同學的優點，能給予具體讚美肯定，進而歸納出自己具備的優點，並將歸納結果記錄在學習單一「看見我的好」。 3. 分享「看見我的好」學習單，並與同學進行討論，說明自己如何在生活中表現優點。	口語評量：表達自己具備的優點，並分享感受與想法。(C) 實作評量：寫出自己在生活中如何展現優點，並分享感受與想法。(B)
【活動三】 展現我的好	1. 以一週的時間進行觀察，並記錄生活中展現優點的過程於「展現我的好」學習單。 2. 在課堂中分享「展現我的好」學習單，說明自己展現優點後的感想，並進行省思。 3. 從同儕分享的優點當中，省思自己可以改變或開發的優點內容，擬定「優點開發計畫表」，並給予二週的時間進行實踐。 4. 反思自己的優點開發實踐情形，並在課堂中分享感想	實作評量：紀錄並分享自己在生活中具體展現優點的時機與想法。(B) 高層次紙筆評量：擬定並實踐自我成長計畫，省思與分享實施後的感想。(A)

(一) 評量標準與評分指引

內容標準		表現標準				
主題	次主題	A	B	C	D	E
自我與生涯發展	自我探索與成長	能主動展現自己能力、興趣與長處，並分享在生活中的應用。	能探索自己的能力、興趣或長處並表達自己的想法與感受。	能覺察自己的興趣並分享感受。	能參與探索自我的活動。	未達D級
本評量評分指引		能擬定並實踐自己的優點開發計畫，省思與分享實踐後的感想。 (本課程主要針對三年級學生實施，課程重點放在優點的探索與展現，至於能力與興趣則非本單元實施範圍。)	能從生活中展現優點，同時探索自己能進步的項目，並記錄過程與分享感想。	能覺察自己其他的優點，並表達自己的想法和感受。	能說出自己已經具備的優點。	未達D級

(二) 學習目標、學習紀錄與評量工具對照表

備註:學習紀錄為課堂參與歷程的資料

活動名稱	學習目標	學習紀錄	評量工具
【活動一】 發現我的好	分享自己已經具備的優點，並說明自己的感想	學習紀錄一： 優點大發現	
【活動二】 看見我的好	探索自己其他的優點，並表達想法與感受。	學習紀錄二： 優點大搜索	學習單一： 看見我的好
【活動三】 展現我的好	在生活中展現自己的優點，反思自己可以再改變的地方，並分享看法。		學習單二： 展現我的好 學習單三： 優點開發計畫表

學習活動設計				
活動名稱	活動流程	時間	教學資源	評量方法
【活動一】 看見 我的好	第 1-2 節 1. 暖身活動：「優點 TEMPO」 (1)各組學生彼此討論與說明自己所知道的優點，並寫在白板上。 (2)教師引導各組學生一邊掌握節奏，一邊輪流念出：「一想到優點，我就想到....」，提醒學生仔細聆聽，要按照節奏念出內容，並且不能夠與其他組重複相同的優點項目。 (3)透過暖身活動，教師引導學生回憶自己的優點有哪些，並對優點的定義進行初步的澄清。 2. 小組多文本閱讀： 教師以繪本-「小奇的藍絲帶」、「優點專賣店」進行小組多文本閱讀，建立文本情境 (1)各組運用平板閱讀繪本故事 (2)討論並記錄繪本中各角色的優點表現 (3)討論並記錄繪本的主角發生了什麼事、情緒變化與原因，以及如何解決問題 (4)討論二本繪本所要表達的故事核心 (5)透過分析故事內容，與學生自己的生活經驗做連結，進而引導學生思考與定義什麼是優點，同時想一想自己已經具備哪些優點。 6. 學生完成學習記錄一優點大發現，教師引導學生透過學習單分享個人所具備的優點。 7. 教師發下學習記錄二優點大搜索說明訪談內容與記錄方式，讓學生進行家長、教師訪談活動。	120 分	白板 白板筆 板擦 繪本：優點專賣店、小奇的藍絲帶 各組 2 台平板(內建繪本故事) 學習記錄一「優點大發現」 學習記錄二「優點大搜索」	實作評量：了解自己已經具備的優點。(D)
	第 3-4 節(公開課為第 3 節) 1. 學生彼此分享學習記錄二 優點大搜索的訪談感想。 2. 教師引導學生將學習記錄一、學習記錄二的個人優點，整理在小白板上。	120 分	學習記錄一「優點大發現」 學習記錄二「優點大搜索」 白板 白板筆 板擦	口語評量：表達自己具備的優點，並分享感受。(C)

	<p>3. 「愛的存款」活動</p> <p>(1)教師先選出 1 或 2 位學生代表進行示範。</p> <p>(2)教師與代表同學先各想出彼此的一個優點，以及針對該優點可以具體稱讚的事情。</p> <p>(3)由教師先稱讚代表學生一個優點以及具體表現，再換代表學生稱讚教師的優點與具體表現。</p> <p>(4)過程進行中二人的雙眼需要彼此注視，結束之後給予雙方一個擁抱或握手，並說謝謝。</p> <p>4. 教師分配同學進行愛的存款活動：</p> <p>(1)請學生先仔細思考，在便利貼上寫出對方的優點與具體事項。</p> <p>(2)聽到老師說活動開始，同學帶著寫好的便利貼，走到配對的同學位置，並依照教師之前示範的順序，輪流給予對方愛的存款。</p> <p>(3)學生分享進行「愛的存款」活動中，自己的感受。</p> <p>5. 學生將收到的優點便利貼依序整理在白板上，仔細觀察同學們在便利貼上所描寫的優點。</p> <p>6. 教師引導學生與自己先前所記錄的優點進行比較：</p> <p>(1)跟自己所寫的優點，有哪些一樣？</p> <p>(2)跟自己所寫的優點，有哪些不一樣？</p> <p>(3)如果有同學發現自己其他的優點時，自己有什麼感覺或想法呢？</p> <p>7. 學生歸納整理自己的優點，完成學習單一： 發現我的好</p> <p>(1)在學習單一 發現我的好，有一個畫好的手掌。請在 5 根手指的部分，寫上自己的優點，如果優點超過 5 項，也可以在手指上先畫出一節節的指節後，再把優點寫上去。</p> <p>(2)想一想在日常生活中自己會如何運用這些優點，在每一項優點旁邊註明自己會在哪些日常生活情境中表現出來。</p>		<p>愛的存款流程海報 便利貼</p> <p>學習單一「發現我的好」</p>	<p>口語評量：表達自己具備的優點，並分享感受。(C)</p> <p>實作評量：寫出自己在生活中如何展現優點。(B)</p>
--	---	--	--	--

	7.教師請學生彼此分享自己在手掌上所寫的優點以及表現情形，並分享自己的感想。			
【活動二】 展現 我的好	<p style="text-align: center;">第 5-6 節</p> <p>1.教師說明學習單二-展現我的好，請學生記錄在生活中展現優點的具體情形，並可以先透過學習單一發現我的好記錄，與小組討論並思考、規劃自己可以如何在生活中展現。</p> <p>2.經過一周實際觀察紀錄之後，師生共同討論與分享：</p> <p>(1)在生活中展現優點，我覺得？</p> <p>(2)展現優點的過程中，對我產生的影響是？</p> <p>(3)自己還希望增加哪些優點？為什麼？</p> <p>3.學生透過學習單二-展現我的好分享，找出自己想要增加的優點項目，與小組同學一起討論，並擬定自己的目標以及規畫具體成長行動，記錄在學習單三-優點開發計畫。</p> <p>4.經過二周的具體實踐，並透過自評與他評回饋進行反思，分享自己學習單三優點開發計畫實踐後的感想。</p>	120 分	學習單一「發現我的好」 學習單二-「展現我的好」 學習單三-「優點開發計畫」	實作評量：紀錄並分享自己在生活中展現優點的時機。(B) 高層次紙筆評量：擬定並實踐自我成長計劃，省思與分享實施後的感想。(A)

我的姓名：()

優點大發現

優點專賣店	小奇的藍絲帶
故事角色--優點表現-具體例子	故事角色--優點表現--具體例子
1.我喜歡（ ）這本書裡的角色---（ ）， 因為 （ ）	
2.從這二本書的內容，我的發現...	
3.我有哪些優點和故事角色類似，或是我特別喜歡故事中提到的哪些優點，請寫下來：	

想一想，在學校、家裡等..生活中，自己還有哪些優點，請寫下來:

學習記錄二

優點大搜索

我的姓名：()

小朋友，現在我們要像偵探一樣，搜索自己的優點喔!!請你訪問家人、老師，讓他們將你在生活中的好表現告訴你喔!

們將你在生活中的好表現告訴你喔！

我訪問的對象	訪問後的內容
例如： 郭貞瑩老師	1. 作文寫得很棒！ 2. 上課很專心。

經過訪談之後，我的發現....

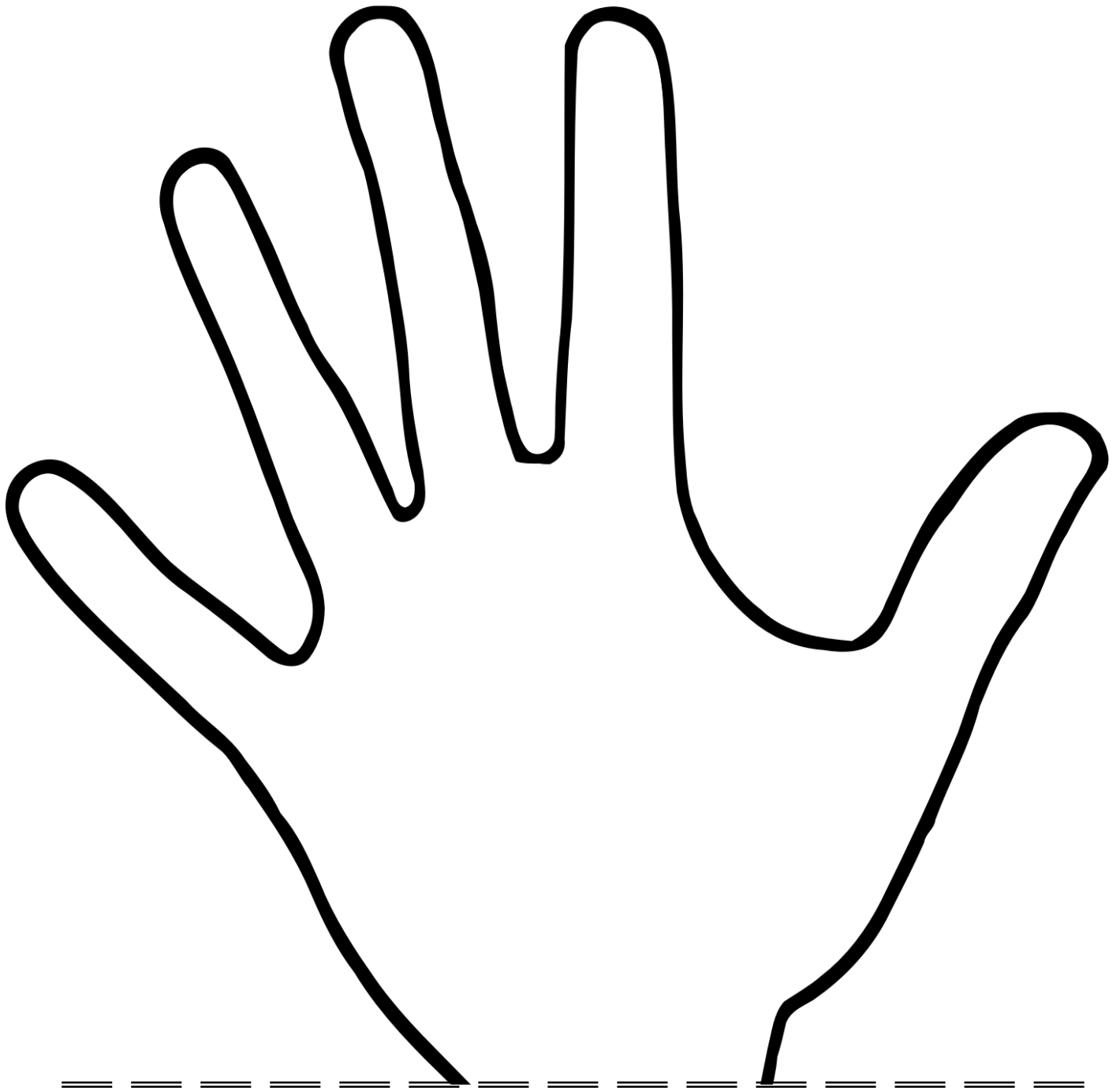
聽到家人或老師對我的稱讚，
我的感受是()，
因為()

學習單一

看見我的好

我的姓名:()

1. 小朋友，請你在 5 根手指寫上你的優點，如果優點超過 5 項，你也可以在手指上先畫出一節節的指節後，再把優點寫上去喔！（如果寫不夠，也可以寫在手掌上）
2. 請記得在每一項優點旁邊註明自己會在哪些生活情境中表現出來。
3. 寫完之後，你也可以發揮創意，裝飾你的手喔！



1. 聽到同學對我的讚美，我覺得()，因為()。

2. 我覺得自己哪些優點可以表現得很棒？為什麼？

我是_____，

我想要展現自己_____。

我們擁有很多優點，可是常常會忘記在生活中表現出來，現在讓我們透過記錄，幫助自己在生活中展現自己最棒的一面！

記錄日期	地點	我的優點	表現記錄(請說明表現優點的過程)
<div>例如</div> <div>04 月 22 日</div>	學校	我的 <u>數學計算</u> 能力很好	下課的時候，我 <u>教同學數學作業</u> 。

(1) 在生活中展現自己的優點，我覺得：

(2) 展現優點的過程中，對我產生的影響是：

(3) 想一想，自己還希望能夠增加哪些優點？為什麼：

優點開發計畫表

我的姓名：()

說明：請先跟夥伴說一說你想要增加的優點，一起討論與規劃你的具體行動。

我的優點開發項目	我想要開發()這項優點，因為：	我想要開發()這項優點，因為：
<p style="text-align: center;">第 1 週</p> <p style="text-align: center;">月 日 ~ 月 日</p>		
我的具體行動		
自我檢核 (1-5 顆星)	我要給自己()顆星星， 因為	我要給自己()顆星星， 因為
同學、家長或老師給我的 回饋(1-5 顆星)	()給我()顆星星， 因為	()給我()顆星星， 因為
<p style="text-align: center;">第 2 週</p> <p style="text-align: center;">月 日 ~ 月 日</p>		
我的具體行動 (想一想：是否有要改變行動或是繼續維持)		
自我檢核 (1-5 顆星)	我要給自己()顆星星， 因為	我要給自己()顆星星， 因為
同學、家長或老師給我的 回饋(1-5 顆星)	()給我()顆星星， 因為	()給我()顆星星， 因為

1. 在這次的優點開發計畫中，有沒有達到我的目標？

☐有☐沒有。如果沒有完全達到，是因為()

2. 經過這次的執行計畫過程中，我的感想：