

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。

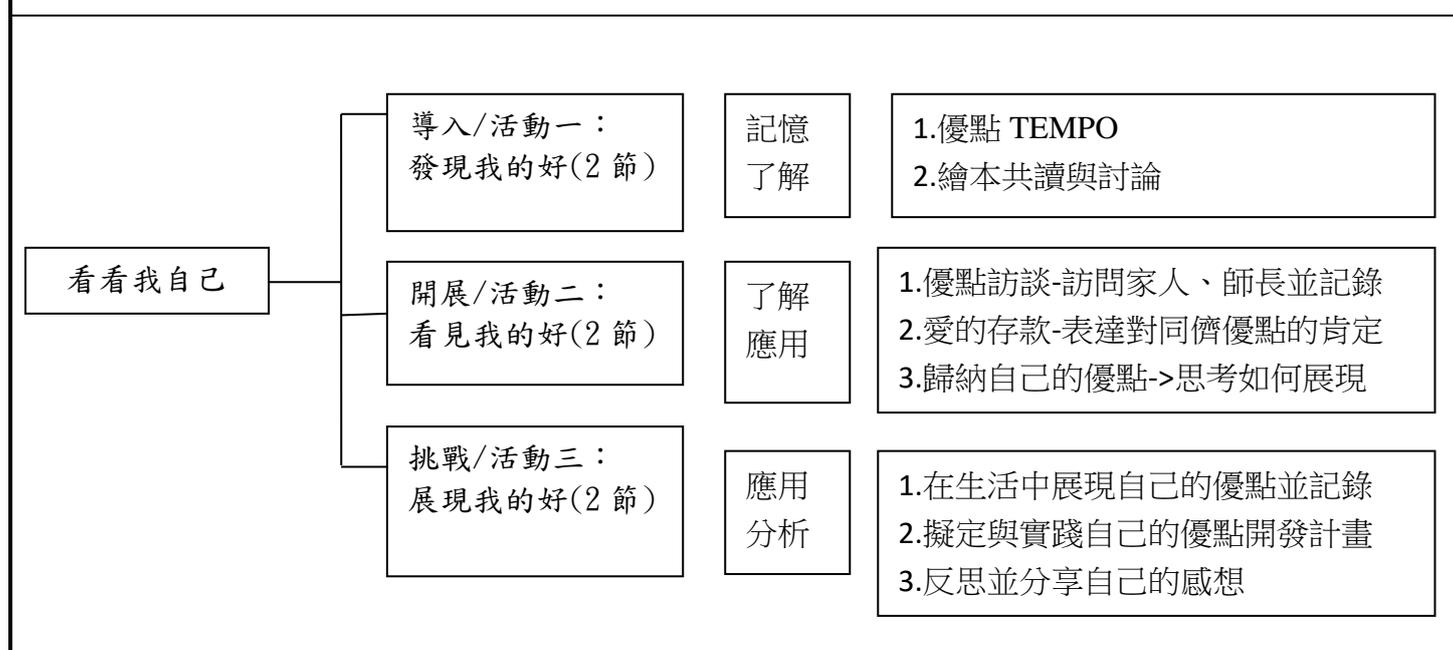
教材分析

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	<ol style="list-style-type: none"> 「優點 TEMPO」 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」。 	<p>實作評量：了解自己已經具備的優點。(D)</p>
【活動二】 看見我的好	<ol style="list-style-type: none"> 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。 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」。 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。 	<p>口語評量：表達自己具備的優點，並分享感受與想法。(C)</p> <p>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)</p>
【活動三】 展現我的好	<ol style="list-style-type: none"> 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。 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。 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。 反思自己的優點開發實踐情形，並在課堂中分享感想 	<p>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)</p> <p>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)</p>

(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。	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
		(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。)				

(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。	學習記錄二： 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
<p>【活動一】 看見我的好</p>	<p>第 1-2 節</p> <p>1. 暖身活動：「優點 TEMPO」</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>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</p> <p>(1)各組運用平板閱讀繪本故事</p> <p>(2)討論並記錄繪本中各角色的優點表現</p> <p>(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</p> <p>(4)討論二本繪本所要表達的故事核心</p> <p>(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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>第 3-4 節(公開課為第 3 節)</p> <p>1. 學生彼此分享學習記錄二 優點大搜索的訪談感想。</p> <p>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。</p>	<p>120 分</p> <p>120 分</p>	<p>白板 白板筆 板擦 繪本：優點專賣店、小奇的藍絲帶</p> <p>各組 2 台平板(內建繪本故事)</p> <p>學習記錄一「優點大發現」</p> <p>學習記錄二「優點大搜索」</p> <p>學習記錄一「優點大發現」 學習記錄二「優點大搜索」</p> <p>白板 白板筆 板擦</p>	<p>實作評量：了解自己已經具備的優點。(D)</p> <p>口語評量：表達自己具備的優點，並分享感受。(C)</p>

<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：</p> <p>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>
--	--	--

	<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。</p>			
<p>【活動二】 展現 我的好</p>	<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>	<p>120 分</p>	<p>學習單一「發現我的好」</p> <p>學習單二-「展現我的好」</p> <p>學習單三-「優點開發計畫」</p>	<p>實作評量：紀錄並分享自己在生活中展現優點的時機。(B)</p> <p>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)</p>

學習記錄二

優點大搜索

我的姓名：()

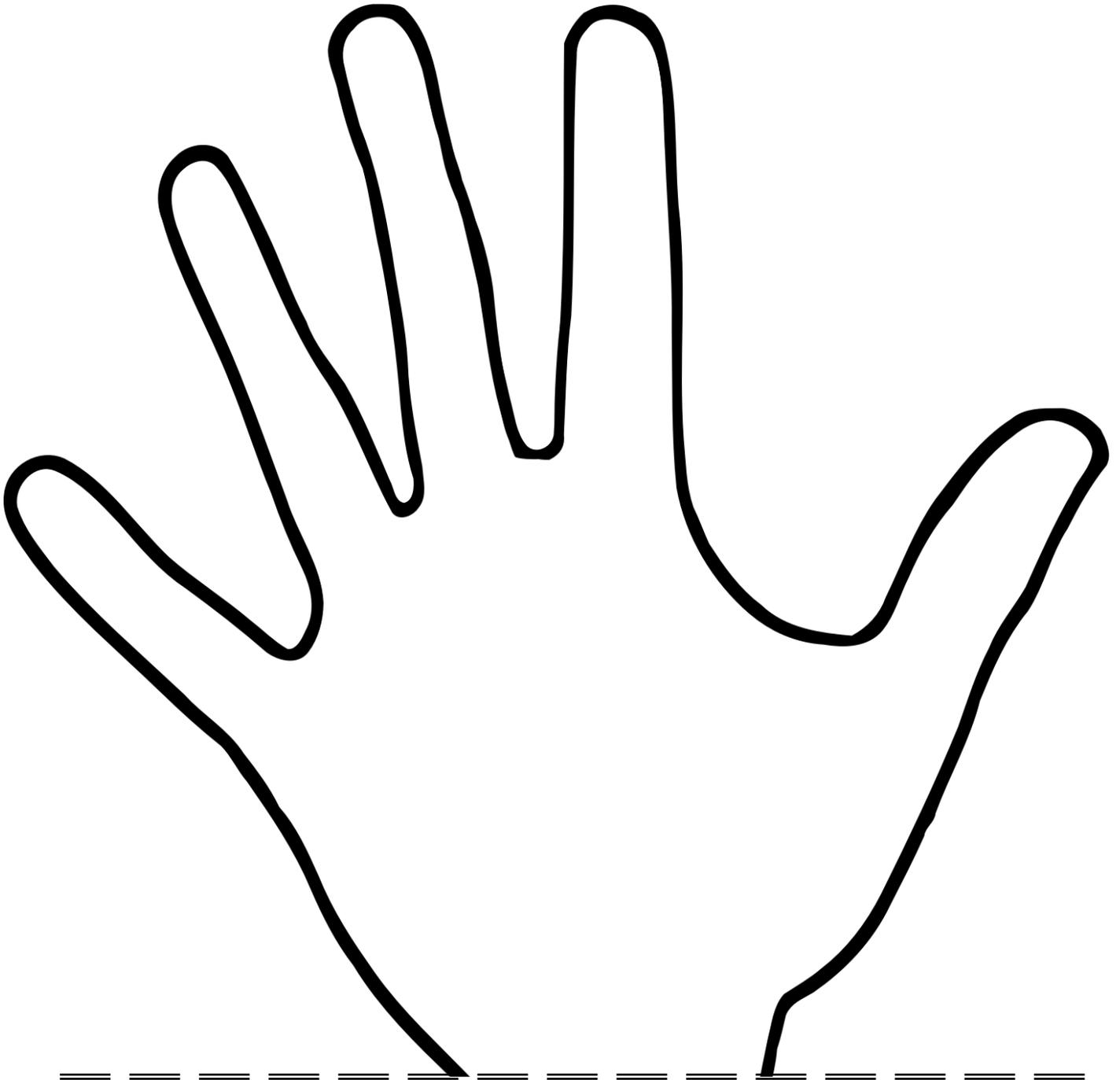
小朋友，現在我們要像偵探一樣，搜索自己的優點喔!!請你訪問家人、老師，讓他們將你在生活中的好表現告訴你喔!

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()

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)
例如 04月22日	學校	我的數學計算能力很好	下課的時候，我教同學數學作業。

- (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:

學習單三

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：
第 1 週 月 日 ~ 月 日		
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
第 2 週 月 日 ~ 月 日		
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：