

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：大鵬國小

授課年級：3年忠班、4年忠班

任教學科：綜合活動

授課日期：107年12月06日

單元名稱：我的成長

教學者：郭貞瑩

實施節數：共8節，每節40分鐘

備課成員：吳淑芳、唐永安、李岩勳、

劉瓊宜、謝雅萍、陳薇伊、

黃裕斌、陳桂蓮

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「我的成長」，幫助學生理解並展現自己在成長變化中擁有的長處，並能設計與執行一份屬於自己的改變行動，進而接納自己。

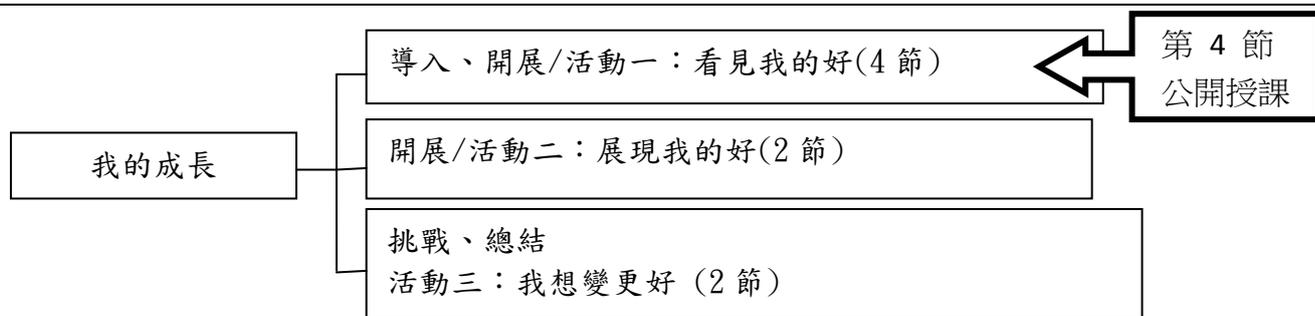
本單元活動主要在探索個人長處的展現與接納自我不足之處，對於興趣這部分則沒有設計在內。課程一開始，先引導學生透過課文、訪問以覺察自己成長的進步，再透過自己與他人的角度來認識自己具備的長處。接著，藉由展現長處來肯定自我，爾後從探索自我長處的過程中發現自我不足之處，並能針對不足之處試著擬定個人成長計畫去實踐，幫助自己改變現況。給予學生時間來實踐自己的成長改變計畫，再透過自評、互評等方式幫助學生進行反思與對自我的接納。

(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		
核心 素養	總綱 核心 素養	A1 身心素質與自我精進 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。
	領域 核心 素養	綜-E-A1 <u>認識個人特質</u> ，初探生涯發展， <u>覺察生命變化歷程</u> ， <u>激發潛能</u> ， <u>促進身心健全發展</u> 。
綜合 活動	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 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。
	學習 內容	Aa-II-1 自己能做的事 Aa-II-3 自我探索的想法與感受
教材來源		改編康軒版 綜合活動 3 上 單元二 我的成長

教學設備/資源	亮亮童樂繪-點亮生命教育協會 生命樹-國立臺灣師範大學出版中心 康軒版國語3上
單元目標	覺察自己的長處，在生活中適度展現，擬定與實踐自己的成長計畫，省思並接納自我。
學習目標	
<ol style="list-style-type: none"> 1. 分享自己已經會做的事，比較自己進步的情形。 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. 規劃並實踐自我成長計畫，省思與接納自己。 	
教材組職分析	
<p>學生分析</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 考量學生人數較少，進行三、四年級混齡教學。女生整體人數少，分成3組時，每組各安排一位女生，希望在討論時能兼顧到男、女生不同思維與意見的考量。 2. 多數學生個性活潑且願意發言，但小組進行討論時的內容深度較為不足；另外，可能混齡與分組經驗較少，也可以發現學生在小組合作與人際互動較為生澀。少數學生對於班級公約的遵守需常叮嚀與提醒。整體來說，常常需要教師給予多元策略的鼓勵(例如:個人鼓勵、小組加分)並從旁協助，學生較能彼此有效討論與合作。 	
<p>教材分析</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 改編康軒版三上綜合活動教材。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<u>個體有別於他人的基本特徵，是人格的組成元素</u>，但在此單元設計中，我們將範圍縮小聚焦於<u>學生的長處</u>。長處比較偏重於學生在<u>生活當中個人所擅長的且為具體表現</u>，不過，學生可能會將優點與長處混淆，優點可能包含長處，但也有可能是自己與生俱來的優勢(例如:聲音好聽、外表亮眼等等)，所以在本單元活動設計中，會不時協助學生釐清優點、長處之不同。 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」。透過解讀與分析康軒3上綜合活動文本教材，確認文本內容為引導學生覺察長處、展現長處、發現不足、擬定計畫、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；<u>自己能做的事</u>引導學生覺察自己成長變化，以及因為進步而擁有的長處，同時讓學生仔細觀察並具體說明長處展現的方式。<u>自我探索的想法與感受</u>則是讓學生探索自己不足之處，擬定計畫去改變，以及經過實踐之後的反思以分享自我的感受。 2. 透過本單元教學，一方面希望學生可以覺察自己的長處展現，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。另外，考量四年級學生即將升上高年級，藉由探索自己的不足，去擬定改變計畫並實踐，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、修正自己的不足，具備接納自我的正向態度。 	

課程架構



學習表現評量

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、興趣或與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。	能參與探索我的活動	未達D級
單元評分規準		能實踐自我成長計畫，省思、分享實踐結果。	能在生活中展現自己的能力和長處，並分享自己的想法和感受。	能發現自己的長處，並說明如何展現在生活中。	能覺察並說明自己成長的進步。	未達D級

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	<p style="text-align: center;">第 1-3 節</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師透過三年級國語課文：「長大這件事」，喚起學生對成長變化之舊經驗。 學生思考與舉例說明自己過去與現在的改變，並記錄下來。(教師可以引導學生比較低年級與中年級的自己) 教師引導：冬天過去，春天來臨，花草樹木長出新的枝葉，有沒有發現樹木也跟我們一樣，一直在成長，過了一年又長了一歲，隨著時間的變化，你在改變，而生活的周圍也同樣會有改變。 請學生觀察生命樹圖卡並挑選一張，代表現在的自己，並說一說為什麼選擇這張圖卡。 請學生訪問同學、老師與家長，了解自己學習表現、或是才藝展現上的進步，並將它記錄在學習單一：我長大了。 學生拿出學習單彼此分享，教師透過學習單 	120分	國語教材(康軒 3上) 學習單一-我長大了 生命樹圖卡 	口頭評量：說明自己成長的改變 口頭評量：配合圖卡說明自己成長的變化，並與同學分享。 實作評量：訪問家長、教師

<p>【活動一】 看見 我的好</p>	<p>與學生討論個人所具備的長處有哪些(釐清優點與長處之區分)。</p> <p>7.教師發給學生每人一個白板，請學生思考自己具備的長處，記錄在白板上。</p> <p style="text-align: center;">第 4 節公開課</p> <p>1.教師引導學生再次討論與檢視自己所寫的長處，並與小組同學分享。</p> <p>2.我是大明星:教師選出 1 位學生代表，請每位同學仔細思考後，在便利貼上寫出他的長處。</p> <p>3.請同學將寫上長處的便利貼，大聲唸出來再貼在代表的學生身上，同時說明這些長處在哪些活動中展現。</p> <p>4.師生共同歸納與檢視「我是大明星」活動中蒐集到的長處(再次釐清優點與長處之區分)，並與該位代表同學之前所寫的長處進行比較。</p> <p>5.請學生依照教師分配的任務，邀請二位同學，請這 2 位同學在便利貼上寫下長處。(教師提醒學生拿到他人的便利貼時，請先確認主人是誰。)</p> <p>6.學生將收到的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長處，引導學生與自己先前所記錄的進行比較，並進行小組分享:</p> <p>(1)跟自己所寫的長處，有哪些一樣?</p> <p>(2) 跟自己所寫的長處，有哪些不一樣呢?</p> <p>(3)看到同學發現自己其他的長處時，有什麼感覺或想法呢?</p> <p>7.學生歸納整理自己的長處，完成學習單二:發現我的好</p> <p>(1)學習單二有一個畫好的手掌，分成 5 個手指和手心總共 6 個部分。</p> <p>(2)從剛剛自己的白板上，選出自己與他人覺得自己所具備的長處，其中，自己覺得最棒的寫在大拇指的位置，剩下的 5 個寫在其他的手指或手心的位置。</p> <p>(3)教師提醒學生，如果有超過 6 項長處，可</p>	<p style="text-align: center;">40</p>	<p>板擦</p> <p>便利貼 彩色筆</p> <p>白板 白板筆 板擦</p> <p>學習單二-發現我的好</p>	<p>瞭解自己進步的地方，發現自己的長處</p> <p>實作評量：寫出同學具體的長處</p> <p>口頭評量：分享自己與他人所寫長處之異同與想法</p> <p>實作評量：歸納自己的長處</p>
-----------------------------	---	---------------------------------------	---	--

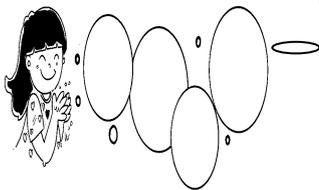
	<p>以再跟老師拿一張來寫。</p> <p>(4)教師請學生分享自己覺得最棒的長處，以及原因。</p> <p>8.請學生彼此分享在這一節課的收穫，並鼓勵學生可以多展現自己的長處在生活中。</p>			
<p>【活動二】 展現我的好</p>	<p>第 5-6 節</p> <p>1.請學生拿出學習單二-發現我的好，並想一想在學校或家裡的時候，會如何展現、運用這些長處，請學生寫在手指或手心旁邊。</p> <p>2.和小組夥伴分享自己的這些長處如何實踐在生活當中，並討論還有其他可以展現的地方。</p> <p>3.教師說明學習單三-展現我的好。請學生記錄在生活中，實際展現長處的情形。</p> <p>4.經過一周實際觀察紀錄之後，師生共同討論與省思： (1)有哪些長處自己表現很好？ (2)有哪些長處是自己可以表現得更好？說明如何更進步的方式。 (3)有哪些長處是自己想要增加的？為什麼？</p> <p>5.教師總結：每個人擁有的長處或許不一樣，但是，我們可以好好展現長處運用在生活中，如果發現自己有要加強的地方，也可以仔細想一想如何去改變它。</p>	80分	<p>學習單二-發現我的好</p> <p>學習單三-展現我的好</p>	<p>實作評量：能寫出自己在生活中如何展現長處</p> <p>實作評量： 1. 記錄自己在生活中展現長處的時機。 2. 省思並寫下自己可以再加強的部分。</p>
<p>【活動三】 我想變更好</p>	<p>第 7-8 節</p> <p>1.教師請學生透過學習單三-展現我的好，再想一想在生活中還有哪些自己需要加強的地方，將他記錄在白板上。</p> <p>2.和小組夥伴彼此分享、討論自己需要加強的地方。教師引導學生透過討論，進一步思考自己目前最想要改變的一項。</p> <p>3.學生擬定「我的成長改變計劃」，寫下最想要加強的部分，並與小組同學討論，擬定自己的目標以及規畫具體成長行動。</p> <p>4.經過一個月的具體實踐之後，學生透過自評與他評回饋進行省思，教師邀請學生分享自己實踐後的結果。</p> <p>5.教師總結：每個人都有長處與需要加強的地方。長處可以繼續保持或提升，但是，要加強的地方，我們也要試著努力改變，並接納自己不足的部分，這樣才算真正的長大，也能讓自己變得棒。</p>	80分 (第 8 節為實踐1個月後，再進行檢核與分享)	<p>白板 白板筆 板擦</p> <p>學習單四-我的成長改變計畫</p>	<p>口頭評量：分享自己想要改變的部分</p> <p>高層次紙筆評量：依照自己想要加強的部分，擬定成長計畫，實踐並檢核。</p>

我的姓名:()

想一想，升上中年級之後，我有哪些進步呢？

小朋友，你長大了，你的父母、老師、同學知道你的改變嗎？請你訪問他們，並且說明是誰告訴你的喔！

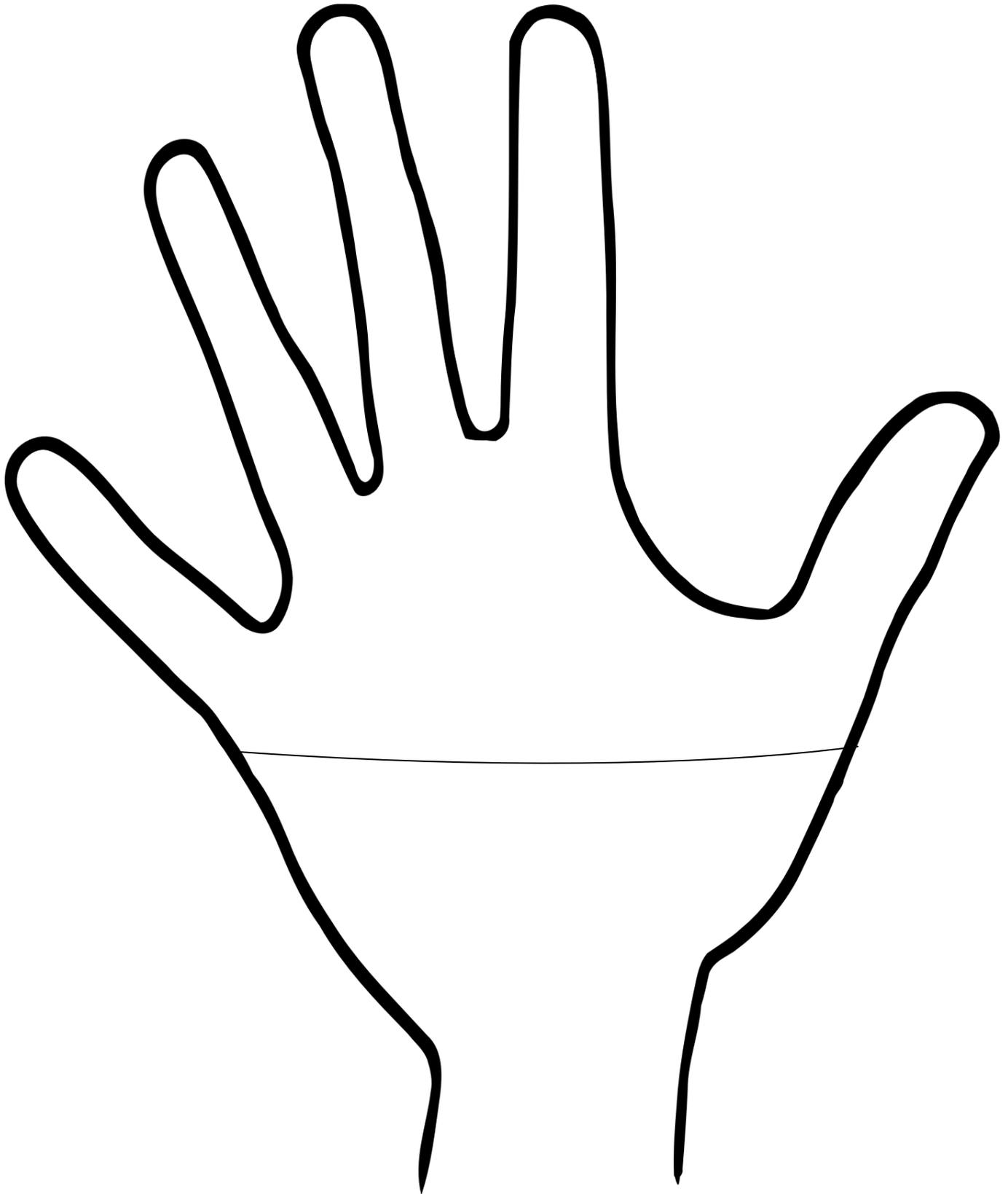
我訪問的對象	訪問後的內容
例如: 郭貞瑩老師	作文的字體很整齊，而且文章內容越寫越多。



聽了這多人給我的肯定，我的發現...

我的姓名：()

小朋友，請你分別在 5 根手指與手心的部分，寫上你的長處。其中的大拇指，要請你寫上自己覺得最棒的一項長處喔！



展現我的好

我是_____，

我想要展現自己_____。

我們擁有很多長處，可是常常會忘記在生活中努力表現，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	我的好表現	符合哪些長處
例如 12月10日	學校	今天下課的時候，我教同學數學作業。	我的數學計算能力很好

想一想，我還有哪些長處沒有展現？

我希望自己可以再增加那些長處呢？

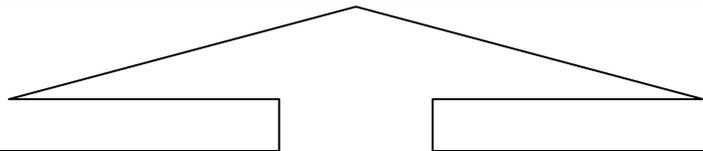
我想要加強的地方	我想要加強的原因	我的成長目標
例如 跑步不夠快	速度太慢，很難參加跑步比賽	讓自己的跑步速度變快，高年級時有機會參加比賽

()的成長行動

計畫執行日期： 月 日~ 月 日

小叮嚀：看一看自己的成長目標，來訂定自己的行動，要記得提醒自己認真執行喔！

我的成長行動	自我檢核(1-5 顆星)	同學、家長或老師給我的回饋(1-5 顆星)
	我要給自己()顆星星， 因為	()給我()顆星星， 因為
	我要給自己()顆星星， 因為	()給我()顆星星， 因為
	我要給自己()顆星星， 因為	()給我()顆星星， 因為



1. 這次的自我成長行動計畫，有沒有達到我的目標?

有

沒有，如果沒有達到，可能是因為....()

2. 經過這次的成長行動計畫，我發現.....