

臺北市立北政國民中學 113 學年度彈性學習課程計畫

課程名稱	自我領導課程		課程類別	☐ 統整性主題/專題/議題探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☒ 其他類課程
實施年級	☒ 7 年級 ☐ 8 年級 ☐ 9 年級 ☒ 上學期 ☒ 下學期(若上下學期均開設者，請均註記)		節數	上學期 每週 2 節共 20 週 40 節 下學期 每週 2 節共 20 週 40 節
設計理念	1. 本課程的設計理念發想主要源自於學校對傳統班週會課的反省，包括班週會的推展是否以孩子的角度出發？規劃的專題講座是孩子有興趣的，還是只是政策規定要宣導？以及到底如何確保孩子的在課程中的學習成效？再加上本校依據新課綱，已確立校本素養指標，但其中關於自主學習、解決問題、公民行動等指標是 108 年課程評鑑時發現所欠缺的，於是期待透過班週會轉型，提出「自我領導」這門課，藉此培養孩子相關核心素養。 2. 另外，自我統整是青少年階段發展重要任務，青少年在這個階段，對於「我是誰」、「將來要做什麼」、「我是個有價值得人嗎」總有很多的困惑，「自我領導」課程希望透過有系統的主題課程設計，引導孩子探索自己的潛能以及建立自我價值，並規劃孩子自主學習和服務他人的學習機會，提升孩子身心素質，成為具正向且有影響力的青少年。			
核心素養 具體內涵	核心素養： J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養 校本指標： 1-1-1 能理解並展現自我特質及尊重他人。(A1) 3-1-1 學生能專心聆聽、理解他人立場。(C2) 3-2-1 能以多元方式表達、分析並解釋自我想法。(B1)			
學習重點	學習表現	1. 學生能透過班級事務進行分析、討論，並取得共識。 2. 學生能藉由相關人員分享，進而發展出自我想法與看法。 3. 學生能藉由引導發想出自己的自主學習內容。 4. 學生能利用簡報軟體製作出良好的簡報內容，展現優秀表達力。		
	學習內容	1. 班會事務討論方法及議事處理規則。 2. 學生探究力、合作力、表達力及學生良好責任態度。 3. 自主學習規劃之能力(包括設定目標、時間管理、執行與反思等)。 4. 簡報與口語表達之相關技能。		
課程目標	學生能藉由班會會議的實施專心聆聽並理解他人立場，接納多元意見進而達到充分溝通與了解。引入自主學習課程於專家學者、作家或具專業知能人士提供想法與建議，學生能從中理解並展現自我特質，並從學生間的分享尊重他人達到分析並解釋自我的想法。 自我領導課程架構分成 6 個單元主題： 1. 當責體驗：透過優生特質探討、校慶籌備、自我精進等單元，盡自己本分及學習 承擔班級的公眾事務。 2. 人際互動：針對同理心、溝通表達、任務達成等人際互動技巧，設計相關究單與體驗活動。 3. 議題探究：依據重大議題，安排大師開講，進而透過協同學習，深化對議題的理 解與瞭解不同的觀點。 4. 自主學習：單元設計包括從找尋夢想、到企劃書撰寫、到執行歷程之簡報發表等。 5. 服務學習：單元設計從問題意識(選定 3 個服務內容，包括減塑行動、老人服務、移除外來種植物)，進而提出行動規劃，到展開實際行動，到成果慶賀。 6. 情緒管理：情緒管理是重要的自我領導課題，單元設計含「我訊息」的情緒表達、換位思考、情緒抒發等。			

總結性評量 〔表現任務〕	引導學生完成各項議題學習單（如講座學習單、自主學習計畫、讀書計畫規劃表、進場表演活動單），並擬定服務學習行動方案，撰寫服務學習內容計畫、服務方向及分工學習單，製作簡報成果發表，建立學生個人生涯學習檔案成果。				
學習進度 週次/節數	單元/子題		單元內容與學習活動		形成性評量(檢核點)/總結性評量
第 1 學 期	第 1 週	當責體驗	班會事務討論	1. 藉由民主會議，訂定班級規則 2. 依程序進行班會會議	能在課程中進行班務討論與探討
	第 2 週	議題探究	衛生教育宣導	1. 傳染病防治-流感知多少 2. 環境及衛生教育宣導 3. 學習將校園打掃乾淨	能藉由議題書寫或分享學習引導單
	第 3 週	人際互動	班會課暨能力探討	主題：建立班級凝聚力活動 利用影片與簡報進行引導，藉由學習單的提問進行聚焦並反思	能在課程中進行班務討論與探討
	第 4 週	自主學習	暑假自主學習發表-班際	1. 學生藉由典範學習，將學習良好作品，在檢視自己的內容 2. 學生透過年級分享建立自信心	能透過簡報與班級同學分享
	第 5 週	議題探究	交通安全教育宣導	1. 建立學生交通安全知能與減少交通意外發生	能藉由議題書寫或分享學習引導單
	第 6 週	當責體驗	校慶預演/班會事務討論	1. 透過校慶預演，讓學生了解活動程序，並建立學生於典禮中的禮節與尊重 2. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善	能透過預演，遵守典禮注意規則
	第 7 週	議題探究	健康促進宣導	主題：營養界的機密大紕漏 1. 學習熱量運算與運動營養 2. 增肌減脂秘紀大公開 3. 認識五大營養素	能藉由議題書寫與分享學習引導單
	第 8 週	當責體驗	校慶預演/班會事務討論	1. 透過校慶預演，讓學生了解活動程序，並建立學生於典禮中的禮節與尊重 2. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善	能透過預演，了解校慶流程
	第 9 週	人際互動	校外教學	活動地點：衛理福音園 1. 透過低空探索，讓學生能學習團隊合作與互相對話 2. 進行體驗課程讓學生進行思考與解決問題能力	能透過課程，學習團隊合作
	第 10 週	自主學習	生涯發展講座-	主題：找尋夢想的故事 1. 引導學生找尋自我夢想 2. 嘗試寫下自己收穫	能藉由講座書寫或分享學習引導單
	第 11 週	當責體驗	自我時間管理與讀書策略精進	1. 學生進行自我時間安排 2. 將自我學習內容進行分配 3. 了解自我學習狀況	能自我安排學習時間

	第 12 週	自主學習	大師開講-與作家有約	主題：做工的人(林立青) 1. 培養學生閱讀興趣 2. 發展學生文學賞析與創作 3. 誘發學生反思自我，培養自主學習能力	能藉由講座書寫或分享學習引導單
	第 13 週	人際互動	班會課暨能力探討	主題：培養責任感的活動 利用影片與簡報進行引導，藉由學習單的提問進行聚焦並反思	能在課程中進行班務討論與探討
	第 14 週	自主學習	寒假自主學習引導	1. 經由先前的專題講座（生涯發展講座、大師開講）開啟並引導學生於寒假期間，做一份屬於自己的自主學習報告。 2. 老師利用引導單讓學生針對寒假自主學習內容進行書寫，並將時程排出來。	能從引導中發想出自我的寒假學習
	第 15-16 週	人際互動	班會課暨能力探討	主題：培養同理心的活動 利用影片與簡報進行引導，藉由學習單的提問進行聚焦並反思	能在課程中進行班務討論與探討
	第 17 週	自主學習	運動與生活	1. 透過運動與生活結合，讓學生能樂於生活。 2. 並藉由運動達到每週 150 分鐘的運動量	能藉由講座書寫或分享學習引導單
	第 18 週	議題探究	春暉法治教育宣導	1. 透過宣導讓學生了解毒品的嚴重性 2. 讓學生了解生活中的毒品暗藏玄機	能藉由議題書寫或分享學習引導單
	第 19-20 週	人際互動	班會課暨能力探討	主題：展現感恩和回饋能力的活動 利用影片與簡報進行引導，藉由學習單的提問進行聚焦並反思	能在課程中進行班務討論與探討
第 2 學期	第 1 週	人際互動	班會事務討論	1. 藉由民主會議，訂定班級規則 2. 依程序進行班會會議	能在課程中進行班務討論與探討
	第 2 週	議題探究	食育教育宣導	1. 透過食育達到定量打菜 2. 減少廚餘量 3. 推廣禁用一次性餐具 4. 達到健康體位	能藉由議題書寫或分享學習引導單
	第 3 週	自主學習	寒假自主學習發表-班級	1. 學生透過整合將寒假自主學習內容製作成簡報或影片 2. 學生先於班上進行口頭報告，並將良好作品一同於下週與同年級分享	能透過簡報與班級同學分享
	第 4 週	自主學習	寒假自主學習發表-班際	3. 學生藉由典範學習，將學習良好作品，在檢視自己的內容 4. 學生透過年級分享建立自信心	能透過簡報與其他班級同學分享
	第 5 週	當責體驗	優良學生介紹/班會事務討論	1. 藉由優良學生介紹建立學習楷模 2. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善	能透過優良學生介紹，選出優良學生代表
	第 6 週	當責體驗	優良學生選舉/ HPV 議苗接種宣導	1. 藉由優良學生投票建立民主公民素養 2. 建立學生交通安全知能與減少交通意外發生	能遵守選舉規則並選出優良學生

第 7 週	服務學習	服務學習 I	主題：大師開講-服務學習意涵 1. 藉由荒野協會的經驗與學生進行提問分享 2. 讓學生了解服務學習的意義 3. 皆由班級討論，選出適合主題	能就由講座引發學生了解服務學習意涵
第 8 週	當責體驗	經典格言擂台賽	1. 學生藉由平日所學挑戰更高難度的數學試題 2. 將平日朗讀的經典格言內容，藉由年級競賽，深化學習	能藉由競賽結果檢視學習成果
第 9 週	服務學習	服務學習 II	主題：閱讀議題相關資料 1. 班級挑選主題後，閱讀相關議題文章，以便更了解服務方向 2. 討論相關內容，並擬定可行行動方案	能藉由閱讀意題擬定服務方案
第 10 週	議題探究	性別平等教育宣導	1. 使學生了解性平基本概念 2. 使學生了解性平相關法律 3. 使學生了解青少年時期的愛情與相關的身體、法律界線	能藉由議題書寫或分享學習引導單
第 11 週	服務學習	服務學習 III	主題：學習行動+紀錄學習狀況 1. 將行動方案進行確實實施，並記錄服務內容及分工情形 2. 體驗服務過程中的感覺，並加以省思做成紀錄。	能確實進行服務學習項目並作紀錄
第 12 週	人際互動	班級生涯講座(家長職業入班宣導)	1. 藉由不同家長職業類別，讓學生在職涯發展有更多的了解 2. 套過活動讓家長與學校更為緊密	能藉由議題書寫或分享學習引導單
第 13 週	服務學習	服務學習 IV	主題：反思+慶賀 1. 與班級同學進行分享，了解服務學習的意義 2. 一起慶賀服務學習的達成 3. 進行下次服務學習的討論	能藉由服務過程進行省思分享
第 14 週	當責體驗	自我時間管理與讀書策略精進	1. 學生進行自我時間安排 2. 將自我學習內容進行分配 3. 了解自我學習狀況	能自我安排學習時間
第 15 週	當責體驗	經典格言擂台賽	1. 學生藉由平日所學挑戰更高難度的數學試題 2. 將平日朗讀的經典格言內容，藉由年級競賽，深化學習	能藉由競賽結果檢視學習成果
第 16 週	議題探究	傳染病防治宣導	1. 增加學生對傳染病的了解 2. 提高學生對傳染病的警覺 3. 減少傳染病的傳染途徑	能藉由議題書寫或分享學習引導單
第 17 週	人際互動	暑假自主學習引導(班級內)	1. 經由輔導活動課開啟並引導學生於暑假期間，做一份屬於自己的自主學習報告。 2. 老師利用引導單讓學生針對暑假自主學習內容進行書寫，並將時程排出來。	能從引導中發想出自我的暑假學習
第 18 週	當責體驗	畢業典禮預演/班會事務討論	1. 透過畢典預演，讓學生了解活動程序，並建立學生於典禮中的禮節與尊重	能透過預演，遵守典禮注意規則

				2. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善											
	第 19 週	議題探究	租稅教育宣導	1. 透過租稅宣導讓學生了解國民應盡的義務 2. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善	能藉由議題書寫或分享學習引導單										
	第 20 週	當責體驗	自我時間管理與讀書策略精進	1. 學生進行自我時間安排 2. 將自我學習內容進行分配 3. 了解自我學習狀況	能自我安排學習時間										
議題融入 實質內涵	性別平等教育 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 性 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。 環境教育 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。 人權教育 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 人 J9 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 生命教育 生 J5 覺察生活中各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、 休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。														
評量規劃	<table><tr><td>項目</td><td>內容</td><td>配分比例</td></tr><tr><td rowspan="3">平時成績100%</td><td>各議題學習單</td><td>40%</td></tr><tr><td>學習態度</td><td>10%</td></tr><tr><td>簡報成果發表</td><td>50%</td></tr></table>					項目	內容	配分比例	平時成績100%	各議題學習單	40%	學習態度	10%	簡報成果發表	50%
項目	內容	配分比例													
平時成績100%	各議題學習單	40%													
	學習態度	10%													
	簡報成果發表	50%													
教學設施 設備需求	大屏、黑板、資訊講桌、投影機														
教材來源	教師團隊自編教材			師資來源	導師、校內行政人員、外聘講師										
備註															