

臺北市立北政國民中學 112 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 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input checked="" type="checkbox"/> 7 年級 <input type="checkbox"/> 8 年級 <input type="checkbox"/> 9 年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 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 | <p>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。</p> <p>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。</p> | | | |
| 核心素養 具體內涵 | <p>核心素養：</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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</p> <p>校本指標：</p> <p>1-1-1 能理解並展現自我特質及尊重他人。(A1)</p> <p>3-1-1 學生能專心聆聽、理解他人立場。(C2)</p> <p>3-2-1 能以多元方式表達、分析並解釋自我想法。(B1)</p> | | | |
| 學習重點 | 學習表現 | <ol style="list-style-type: none"> 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 | <ol style="list-style-type: none"> 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 | <p>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，並從學生間的分析並解釋自我的想法。</p> <p>自我領導課程架構分成 6 個單元主題：</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 疫苗接種宣導 | 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 | 能藉由閱讀議題擬定服務方案 |
| 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. 透過畢業典禮預演，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 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 | <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> | | | | |
| 評量規劃 | 口頭報告、心得分享、實作評量、同儕評量 | | | | |
| 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 | | | | | |