

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 type="checkbox"/> 7 年級 <input checked="" 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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。</p> <p>J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。</p> <p>校本指標：</p> <p>(一) 2-3-2(解決問題)學生能選擇適當或有效的策略並實際行動(A3)</p> <p>(二) 4-1-2(主動學習)能夠主動探索及擴展學習機會，以發展多元的興趣。(A1)</p> <p>(三) 4-2-1(道德思辨)能主動關心各式議題，並透過價值澄清，理解與接納多元的觀點。(C1)</p> <p>(四) 4-3-1(公民行動)能夠主動參與，展現關懷的行動力，做就對了!(C1)</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，並從學生間的分析尊重他人達到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	人際互動	班級事務討論	1. 藉由溝通表達與民主會議，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	自主學習	暑假自主學習發表(班級內)	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 3 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	能透過簡報與其他班級同學分享
	第 4 週	人際互動	班會課暨能力探討	主題：培養責任感的活動 1. 學生能瞭解責任對個人與群體的重要性。 2. 學生能瞭解何謂「負責任」。 3. 能知道自己應盡的責任。 4. 能實踐個人對其所屬之群體（如家庭、同儕團體和學校班級） 應善盡之責任和應完成之任務。	能在課程中進行班務討論與探討
	第 5 週	當責體驗	班會事務討論	1. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善	能在課程中進行班務討論與探討
	第 6 週	議題探究	交通安全宣導	1. 建立學生交通安全知能與減少交通意外發生 2. 透過交通安全宣導讓學生在戶外活動能提高警覺，減少意外發生	能在課程中進行上下學交通安全討論與探討
	第 7 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 8 週	人際互動	八年級隔宿露營	活動地點：小叮嚀科學園區 1. 透過隔宿露營體驗，讓學生能學習團隊合作與互相對話。並藉由自己搭帳與炊事學習自己動手與解決問題。更因此營造一種匱乏的經驗，讓學生體驗。 2. 進行多元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 9 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 10 週	情緒管理	家庭教育暨家暴防治宣導-自我定位與溝通技巧	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過講座，使學生了解如何進行家庭溝通，進而促進家庭互動，減少家庭衝突，達到防治之預防。 2. 透過講座，使學生了解家庭衝突的原因，進行反思，更透過講座進行反思並實踐於家庭中。 	能藉由議題書寫或分享學習引導單
第 11~12 週	人際互動	班會課暨能力探討	<p>主題：培養同理心的活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 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 2. 溝通表達與同理心是人際互動中重要的元素，利用不同的表達方式，將自己的想法或意願完整表達，與人互動上也可以減少猜忌、誤會。 	能在課程中進行班務討論與探討
第 13 週	服務學習	服務學習 I	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹服務學習內涵、課程如何進行與服務學習內容。 2. 分組選主題，請各班導師協助分組 減塑議題、生態議題 	學生針對有興趣的議題進行選擇，並於後續課程完成服務學習
第 14 週	當責體驗	自我時間管理與讀書策略精進	<ol style="list-style-type: none"> 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	班級事務討論/經典格言擂台賽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善 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	人際互動	班會課暨能力探討	<p>主題：展現感恩和回饋能力的活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能說出生活中接受到的善意和幫助(朋友/家人/社會) 2. 課中能學習感恩惜福的人文精神 3. 課後能做出實際的回饋行動 4. 能和同學討論表達感恩的方法並完成學習單 5. 能統整組內討論的意見並向全班發表 	能在課程中進行班務討論與探討
第 17 週	情緒管理	特教宣導活動	<p>主題：穿越黑暗的光</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能了解視障者的困難兩如何生活自理 2. 學生能了解導盲犬的工作及如何陪伴 3. 視障者如何突破困境與他的生命故事 	能藉由議題書寫或分享學習引導單
第 18 週	服務學習	服務學習 II	<ol style="list-style-type: none"> 1. 服務學習內容介紹說明與規劃服務方向 2. 分組減塑組、清除外來種組 3. 擬定服務計畫 	能藉由內容介紹了解服務學習
第 19 週	議題探究	法治教育宣導	<ol style="list-style-type: none"> 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 20 週	當責體驗	自我時間管理與讀書策略精進	<ol style="list-style-type: none"> 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
2
學
期

第 1 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 2 週	自主學習	寒假自主學習發表-班際	1. 學生藉由典範學習，將學習良好作品，在檢視自我的內容 2. 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 3 週	人際互動	班會課暨能力探討	主題：建立班級凝聚力的活動 1. 學生能了解團結的重要性與益處。 2. 學生能體會團結來自良好的分工合作。 3. 學生能認同自己的班級並激發學生願意為班級付出的想法。 4. 學生能思考自身角色對班上的意義。	能在課程中進行班務討論與探討
第 4 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 5 週	議題探究	優良學生選舉/交通安全宣導	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 3. 透過交通安全宣導讓學生在戶外活動能提高警覺，減少意外發生	能透過優良學生介紹，選出優良學生代表
第 6 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 7 週	當責體驗	班級事務討論/經典格言擂台賽	1. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善 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 8 週	服務學習	服務學習 III 回顧、確認計畫	1. 回顧、確認上學期訂定的計畫 2. 進行服務學習規劃與分工 3. 確認寒假期間的交辦作業	能藉由課程回顧檢視學習歷程
第 9 週	服務學習	服務學習 IV- 行動與執行	1. 服務學習行動與執行 2. 減塑組，結合木柵資源回收站慈濟服務團隊，學生分組，體驗塑膠細分類服務學習。 3. 清除外來種組，執行清除醉夢溪外來種，象草、小花蔓澤蘭、淨溪等服務學習。	能藉由服務學習課程從做中學，將所學服務於社區
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 V- 資料整理與簡報製作	1. 每個主題進行資料整理 2. 簡報製作(每個課程 15~20 分鐘)	藉由整理課程資料，釐清學生課程思緒
第 12 週	服務學習	服務學習 VI- 議題分享	1. 全體分享、同學回饋 2. 進行反思學習單撰寫	藉由經驗分享，並將內容寫於學習單上

第 13 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 14 週	當責體驗	班級事務討論/經典格言擂台賽	3. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善 4. 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 15 週	情緒管理	九年級學長姐入班宣導/班級事務討論	1. 透過九年級學長姐的分享，針對會考準備給學弟妹回饋，利用母雞帶小雞的方式，行程一種良性的循環。 2. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善	能在課程中進行班務討論與探討
第 16 週	議題探究	特殊教育宣導	1. 透過講師互動與交流，讓需要了解特殊教育的師生更認識特殊教育族群，讓我們愛與包容可以推及到更多人。	能藉由議題書寫或分享學習引導單
第 17 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 主題：關心社會拓展視野的活動 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 18 週	議題探究	班會事務討論/法治教育宣導	1. 依程序進行班會會議，提出班級問題加以改善 2. 透過專業人員引導，讓學生更了解法律的重要，以免以身試法 3. 透過對話與聆聽加深學習效果	能藉由議題書寫或分享學習引導單
第 19 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 20 週	人際互動	班會課暨能力探討	主題：自我認識與未來展望的活動 1. 了解自我生理特質與天賦之優缺點。 2. 探索自我情緒特質與表現。 3. 探索自己在團隊中的角色、了解合作的意義並肯定每個角色的貢獻。 4. 建立自我肯定的態度並能自尊、自愛。 5. 由了解自我後，設定追求之目標並有計畫的實踐	能在課程中進行班務討論與探討

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。

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			