

基隆市明德國中 111 學年度學校辦理校長及教師公開授課
共同備課紀錄表

教學時間：2022/10/4 第四節 教班級：706 教學領域：彈性課程生命百川 教學單元：人生九百格

一、教材內容：

假設一定可以活到 75 歲，一年 12 月，人生其實只有 900 個月，以一張 A4 紙畫一個 30 X 30 的表格，每過一個月你需要在小格子內塗色，你全部的人生就會在這張白紙上。求學、工作、退休，繪出你未來人生的規畫藍圖。

1. 今年你幾歲又幾個月，試著畫畫看已塗滿的格子數有多少？剩下空白格還有多少？

2. 未來你想念到什麼學歷，接著試算你的求學時光：

1-6 歲（第 72 格）幼稚園，7-12 歲國小（第 144 格），13-15 歲國中（第 180 格），16-18 歲高中（第 216 格），19-22 歲大學（第 264 格），23-25 歲研究所（第 300 格），26-30 歲博士班（第 360 格）。舉例：淳純老師念研究所到 25 歲，畫 300 格，正好 10 列。

3. 你想幾歲退休，請由下往上畫。舉例：政府目前規定是 65 歲，請畫第 781-900 格。

二、教學目標：

生命教育旨在教導學生如何善度生活、面對挑戰、體會人生的意義與價值及追求理想，並學會包容、接納、真誠與欣賞別人；進而建立積極、樂觀、進取的人生態度。期許學生擁有自尊、尊人、感恩惜福的情操外；亦懂得關懷和尊重自己與他人的生命，最終達致良善共好及和諧進步的社會。

三、學生經驗：

透過教師逐步敘明，學生規劃未來歲月對於學業、工作、婚姻、健康的規劃，想像自己在生命長河裡每一個選擇會帶來的變化與挑戰。

四、教學活動：

1. 教師使用 PPT 解說活動目的。

2. 學生於學習單上繪製個人專屬的 900 格時間分配。

3. 教師分析各種選擇環環相扣及如何影響現在與未來自身所處世界。

五、教學評量方式：

1. 課堂完成學習單

2. 能分享自己 900 格之規劃原因

六、觀察的工具和觀察焦點：

(1) 編排課程 PPT 和學習單，運用相關資料引導學生自發性的感受。

(2) 不預設立場，課程著重於啟發而非由教師灌輸知識。能學生完成和審視自己的 900 格，引導學生之家人和長輩所剩時間比學生少，進而更能珍愛家人、珍重自身與善用光陰。

七、回饋會談時間和地點：

1. 回饋會談時間：2022/10/12 第四節

2. 明德國中圖書館

教學者：王淳純 觀察者：吳易蓮 觀察前會談時間：2022/09/28 第四節

授課教師簽名：

王淳純

觀課教師簽名：

吳易蓮

基隆市明德國中 111 學年度學校辦理校長及教師公開授課

觀課紀錄表

教學班級	7 年 6 班	觀察時間	111 年 10 月 4 日 第四節
教學領域	彈性課程-生命百川	教學單元	人生 900 格
教學者	王淳純	觀察者	吳易蓮

層面	檢核項目	檢核重點	優良	普通	可改進	未呈現
教師教學	1. 清楚呈現教材內容	1-1 有組織條理呈現教材內容	√			
		1-2 清楚講解重要概念、原則或技能	√			
		1-3 提供學生適當的實作或練習	√			
		1-4 設計引發學生思考與討論的教學情境	√			
		1-5 適時歸納學習重點	√			
	2. 運用有效教學技巧	2-1 引起並維持學生學習動機	√			
		2-2 善於變化教學活動或教學方法	√			
		2-3 教學活動融入學習策略的指導	√			
		2-4 教學活動轉換與銜接能順暢進行	√			
		2-5 有效掌握時間分配和教學節奏		√		
	2-6 使用有助於學生學習的教學媒材	√				
	3. 應用良好溝通技巧	3-1 口語清晰、音量適中	√			
		3-2 運用肢體語言，增進師生互動	√			
		3-3 教室走動或眼神能關照多數學生	√			
4. 運用學習評量評估學習成效	4-1 教學過程中，適時檢視學生學習情形	√				
	4-2 學生學習成果達成預期學習目標	√				
班級經營	5. 維持良好的班級秩序以促進學習	5-1 維持良好的班級秩序	√			
		5-2 適時增強學生的良好表現	√			
		5-3 妥善處理學生不當行為或偶發狀況	√			
	6. 營造積極的班級氣氛	6-1 引導學生專注於學習	√			
		6-2 布置或安排有助學生學習的環境	√			
		6-3 展現熱忱的教學態度	√			

授課教師簽名：

王淳純

觀課教師簽名：

吳易蓮

基隆市明德國中 110 學年度學校辦理校長及教師公開授課
教學自我省思檢核表

授課教師姓名：__王淳純__ 教學班級：_706_ 教學領域：_彈性課程-生命百川_
教學單元名稱：__人生 900 格__

序號	檢核項目	優良	普通	可改進	未呈現
1	清楚呈現教材內容	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	運用有效教學技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	應用良好溝通技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	運用學習評量評估學習成效	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	維持良好的班級秩序以促進學習	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	營造積極的班級氣氛	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	其他：	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

◎教學省思：

一、希望藉由這個簡短的小活動(實際操作過一次)，讓學生們「有感」；每一階段不同顏色，每種顏色一定要塗滿，如此，學習單才能呈現強烈色彩張力，更震撼人心，讓執行者更有感。

二、這個活動簡單易操作，希望讓每個同學都可以輕鬆順利地執行在自己的課室中。

三、孩子們很認真地繪製學習單，但討論互動或因被陌生老師包圍觀察注視的壓力，氣氛並不熱烈，可能到討論時間的後幾分鐘才開始。

四、使用新聞圖片或學長姐故事說明，讓同學能理解正確觀念或知識。

五、以下再將教學流程書寫得更完整

一、破題，想一想班級經營是「誰」來經營？

(一) 引導思考何謂「班級經營」？

1. 理想的班級經營成員，可以有親、師、生三方。

2. 基本條件，應包含師、生兩方。

(二) 學生不但經營著班級(氛圍、凝聚力、榮譽感)，也經營著自己的人生(三年時光)，更重要的是，學生離開班級後的人生，這三年時光，學生也正在培養自己經營人生的能力。

二、思考視覺化、具體化的重要性

(一) 以生命教育為基礎，人生中的每一次抉擇都至關重要，環環相扣。抉擇前的正確思考是很重要的，如何讓思考可見？視覺化、具體化？及如何執行？

(二) 未來，會來。

1. 學生在生涯的規劃上，一定要自己思考、自己選擇，人生是掌握在自己手上的。

2. 兩部短片，提醒我們生命瞬眼即逝。思考具象，視覺化，可以讓生命有深刻的展現。

【短片 1】10 秒看完學生一日的生活 (.mp4 格式)

這就是學生大致的一天，周而復始，循環往復，直到讀書階段告終。

【短片 2】29 秒看完一生(.mp4 格式)

這就是我們人生大致的一生，「咻~」一下，人生就這樣結束了。

三、解說人生 900 格的設計理念、操作方法

1. 現代醫學進步，人類平均壽命已超過 80 歲，我們取保守數字 75 歲，讓大家想想，在這 75 歲的人生中，此刻正處於哪個階段？大致完成了甚麼？
2. 幾歲完成最高學歷？幾歲退休？人生花多少時間在工作？
3. 幾歲成家？幾歲成為父母親？
- 第一次談戀愛是幾歲？第一次發生親密關係(性行為)是幾歲？
4. 講師範例、學生成果分享(學習單作品照片)青少年階段，學生的難題
5. 網路新聞分享：巨嬰男怨爸媽(2021.07.22)
6. 美好人生的意義，現在最想做甚麼？
7. 剩多少時間陪伴家人(長輩)？

四、帶領現場學生操作人生 900 格

1. 請學生們算格子塗色。
2. 在老師引導下，以不同顏色的彩色筆(不同階段，使用不同顏色繪製)，由下往上畫。
3. 格子務必塗滿顏色。

五、總結及 QA

【備用影片】：人生 900 格(.mp4 格式)(1 分 40 秒)

一、引導思考方向

1. 檢視自我的人生，目前在人生百川上的格數是第幾格，到哪一階段？
- 班裡的格子中，希望和同學一起創造出甚麼？
2. 覺察自我，人生由自己決定，接下來的生涯規劃，你想幾歲退休？財富自由？
 3. 需要有哪些條件，才能支撐自己的生涯規劃？
 4. 需要有哪些能力或表現，才能展現自己生命的意義及價值？
 5. 承上，目前這個階段的自己，該如何準備(儲備能力及條件)？
 6. 自己的人生自己負責，在生涯的規劃上，一定要自己思考、自己選擇，人生是掌握在自己手上的。

授課教師簽名：

王淳純

觀課教師簽名：

吳嘉蓮

基隆市明德國中 110 學年度學校辦理校長及教師公開授課
議課紀錄表

教學時間：2022/10/4 第四節 教班級：706 教學領域：彈性課程生命百川 教學單元：人生九百格

教學者：王淳純 觀察者：吳易蓮 觀察後會談時間：2022/10/12 第四節

一、教學者教學優點與特色：

1. 首先上課老師會先為班上同學介紹入班觀課的老師，班上出現一個陌生人難免會出現一點躁動。所以老師運用了遊戲小活動來為同學們做一個複習，也為接下來的課程做一個前情提要，順便提升學生上課的注意力。
2. 老師教學方式很活潑，使上課氣氛呈現較輕鬆，上課適時運用 PPT 做補充，此外也會運用圖片或是自己畫學習單的加深學生印象。

二、教學者教學待調整或改變之處：

1. 若有害羞的同學沒有發表意見，老師宜製造機會從簡單的問題讓他學習表達。
2. 下次觀課時，教案上宜附座位表、任務分工表，幫助觀課老師進行觀課。
3. 老師課中會不斷以鼓勵學生的言詞為主，上課方式採較為活潑，比較能吸引學生注意(善用肢體語言加深學生印象)

三、對教學者之具體成長建議：

1. 可看出事前充分準備，課程有節奏性，可惜未能精準掌握時間。最後寫學習單的時間若不夠，可就此打住。
2. 學生進行操作期間，老師就關掉麥克風個別指導，減少影響。
3. 同學發表完意見時，教師可再總結意見並結論。教師可增加給予開放式的框架、方法，之提問，讓學習者在其中更能自在地發想。學生多多連結自己的體驗經驗。這樣的方式，可以讓學生更貼近自己的經驗。

授課教師簽名：

王淳純

觀課教師簽名：

吳易蓮