

三年級 綜合活動 領域 教學課程設計

主題/單元名稱		第五主題 超前部署 第 2 單元 升學馬拉松	設計者	
實施年級		三年級	節數	4 節課(180 分鐘)
總綱核心素養		A.自主行動 A2 系統思考與解決問題		
領域 學習 重點	核心素養	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	議題	生涯規畫教育
	學習表現	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。		涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 涯 J13 培養生涯規畫及執行的能力。
	學習內容	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。		實質內涵
學習目標		<ul style="list-style-type: none"> ·覺察並表達個人成為會考考生的預想與期待。 ·檢視自己的學習狀態並探究自己與他人的差異，進而蒐集相關資訊。 ·蒐集並分析學習策略，運用適合自己的學習策略，提升學習效率。 ·針對學習策略執行狀況進行檢討與調整，培養自主學習與自我管理的能力。 		

教學資源	<p>教師：</p> <p>蒐集各行業的「開箱照」約 6~8 張。</p> <p>瀏覽與「學習策略」、「讀書方法」、「考試技巧」、「有效學習」等相關的文章與網路資訊。</p> <p>學生：</p> <p>按分隊位置上課。</p>
-------------	--

■學習活動設計

活動 1 考生瘋開箱

第五節 考前 200 天開箱照、考前 7 天開箱照 (配合課本第 104、105 頁)

活動流程	教學內容及方式
引起動機 (5 分鐘)	<p>教師說明：面對國中教育會考，這場決定日後學校科系的重要考試，現在的你正用怎樣的心情與態度準備「會考」這場馬拉松賽？考前 200 天，你是哪一種類型的考生？老神在在型，還是焦慮緊張型？現在的你是否已準備好開始起跑？</p> <p>※教師可透過 1~10 分代表緊張程度的數線，讓學生透過舉手或站位置的方式，了解班上同學面對會考的心理狀態。</p>
考前 200 天 開箱照 (25 分鐘)	<p>1.教師說明：一起瘋開箱，同學們曾看過開箱照嗎？透過開箱照呈現的畫面內容，可以幫助我們了解專業的日常。如果此刻有機會讓你拍一張國三考生的開箱照上傳網路，你覺得畫面中有哪些內容會贏得最多人認同按讚，最能代表考生的日常？</p> <p>※A.教師可於課前準備幾張各行業的開箱照圖片，於課堂的一開始透過瀏覽畫面幫助學生迅速掌握「開箱照」的精神。</p> <p>B.學生可能回答：考不完的試、各科講義、念書念到很晚、黑眼圈、師長碎念、壓力等。</p> <p>C.鼓勵學生多元思考，可從具體 / 抽象、人 / 事 / 物等各角度激盪想法。</p> <p>2.教師說明課本第 104 頁活動方式：</p> <p>(1)想想剛才同學的分享，如果現在把主角換成自己，「我的 200 天考前開箱照」會是一幅怎樣的風景？以書寫文字或畫圖方式完成開箱照。</p> <p>(2)小隊內成員彼此分享考前 200 天開箱照，挑選 2~3 樣最具特色與代表性的開箱照內容，書寫或畫圖到黑板上，與全班分享。</p> <p>(3)全班腦力激盪，一起創作屬於本班的「考前 200 天開箱照」。</p>

	<p>※教師鼓勵學生透過多元與創意構思去呈現本班考前 200 天開箱照，可結合黑板上呈現的內容，於黑板上呈現班級開箱照；也可透過班上實體的課桌椅與教室內物品，呈現出班級開箱照；或是各小隊認領一個主題，例如：師長態度、考試作業、身心狀態、生活作息等，透過各小隊通力合作，呈現班級開箱照。</p> <p>3.學生進行活動。</p>
<p>考前 7 天 開箱照 (10 分鐘)</p>	<p>1.教師說明：還記得會考倒數計時器的活動嗎？請同學再次閉上眼睛專注想像，時間一天一天過去，轉眼之間來到考前 7 天，這時候的自己已經準備充分、信心滿滿準備好應戰了！仔細看看準備充分的自己，如果此刻也拍張「開箱照」上傳，畫面中會出現哪些內容代表自己已經準備好迎戰會考？是考古題已經通通練習完畢？還是各科錯題筆記本都已經整理完成？或是心情已經從緊張焦慮轉為期待會考快點到來？仔細想想，3 分鐘後張開眼睛，將腦海中出現的畫面透過文字或繪畫的方式，完成自己期待的「考前 7 天開箱照」。</p> <p>※教師重點在透過引導語幫助學生順利進入考前 7 天已經準備就緒的畫面。活動重點在於讓學生「預見自己的成功」並停留感受一段時間，期待能以此為動力，幫助學生堅持讀書這件事並思考可以如何努力，讓自己考前 7 天達到這個狀態。</p> <p>2.學生進行活動。</p>
<p>回饋與統整 (5 分鐘)</p>	<p>1.教師引導學生思考課本第 105 頁「分享與省思」內容：現在的我可以做哪些努力，幫助自己達成心中期待的「考前 7 天開箱照」？</p> <p>※學生可能回答：今日事今日畢，每天都努力完成該有的複習進度；開始念書就對了，不要想說時間還有很多；每天都練練考古題；專心聽課，不會的就用下課時間馬上問老師或同學等。</p> <p>2.教師歸納與統整，可掌握下列方向進行整理：</p> <p>(1)針對學生活動中的表現。</p> <p>(2)針對活動目標呈現的重點：考場如戰場，身為國三生，我們都希望自己能從容應戰。從這一刻起就開始備戰，相信一定會讓此刻預見的「考前 7 天準備就緒的開箱照」在會考前一週成真！</p>

活動 2 入門指南

第六節 (配合課本第 106、107 頁)

活動流程	教學內容及方式
------	---------

<p>引起動機 (5 分鐘)</p>	<p>教師說明：你曾觀察或想過，明明回家都一樣在念書，但為什麼同學之間成績會有不同？一直以來，你是否滿意自己的學習狀態？努力讀書是否讓你獲得相對應的成績表現？</p> <p>※學生可能回答：有的同學天生就比較聰明，他們讀書比較有方法；不滿意自己的學習狀態，但也不知道該如何改善。</p>
<p>入門指南 (30 分鐘)</p>	<p>1.教師說明：書不是低著頭一直念、一頁一頁翻過就好，偶爾要停下來檢視自己的學習狀態。覺察是改變的開始，想要翻轉學習效率就從認清自己的學習狀態開始！</p> <p>2.教師說明課本第 106、107 頁活動方式：</p> <p>(1)將課本第 106 頁的象限圖畫在黑板上：水平軸代表學習投入程度(兩端分別為投入程度高與低)；垂直軸代表學科成績滿意度(兩端分別為滿意度高和低)。</p> <p>※學科成績滿意度或學習投入程度，此處泛指所有學科的整體表現或整體學習投入程度。</p> <p>(教師另可彈性視班級需求與課程設計，針對單一學科及學習態度進行活動。)</p> <p>(2)確認學生理解四個象限分別代表的意義。</p> <p>※第一象限：學習投入程度高，學科成績滿意度高；第二象限：學習投入程度低，學科成績滿意度高；第三象限：學習投入程度低，學科成績滿意度低；第四象限：學習投入程度高，學科成績滿意度低。</p> <p>(3)引導學生評估自己此刻的學習狀態：讓學生思考 1~2 分鐘，想想目前對課業的用心投入程度與整體的成績表現，在黑板分析圖相對應的位置上寫下自己的座號。</p> <p>※A.為避免混亂，教師可依小隊別序讓學生到黑板的分析圖上書寫自己的座號。面對班上同學質疑當事人書寫位置與真實狀態不符時，教師宜順勢引導學生學習尊重同學的主觀認定。</p> <p>B.書寫座號的部分，教師可視班級氛圍，調整為自製「座號磁鐵」或「便利貼書寫姓名」，以上黏貼的方式增加學生對課程活動的投入程度。</p> <p>(4)針對已完成的班級學習狀態分析圖，分享自己的觀察發現。</p> <p>※學生可能回答：第一、二象限都很少同學；大家的座號都填寫在分析圖上中心點附近的位置；我們班多數人都對自己成績不滿意。</p> <p>(5)小隊內腦力激盪，思考落點在四個不同象限的同學分別會出現的想法、心情與可能原</p>

	<p>因。</p> <p>※A.視班級氣氛和動力，小隊腦力激盪的樣態也可調整為個人舉手分享，或是找 1~2 位好友討論後，在課本上寫下討論內容等方式。</p> <p>B.教師在小隊完成作答後，可邀請落點在四個象限的學生，分享自己在此位置的想法、心情與原因。在該象限的學生分享完後，順勢於全班提問「有什麼方法可以讓這象限的學生學習投入程度 / 對自己的學科成績滿意度提高？」引導至活動 3 的學習目標——學習如何更有效率學習。</p> <p>3.學生進行活動。</p>
<p>回饋與統整 (10 分鐘)</p>	<p>1.教師引導學生思考課本第 107 頁「分享與省思」內容：我滿意自己現在的位置嗎？滿意的原因是什麼？如果不滿意，可以做哪些努力調整自己的位置？</p> <p>※學生可能回答：還算滿意，我上課都會專心聽講，有不懂的地方也會去問老師；覺得不滿意，但不知道可以如何改變；不是很滿意，會試著上課專心聽、多練習試題，有不懂的地方就去問同學等。</p> <p>2.教師歸納與統整，可掌握下列方向進行整理：</p> <p>(1)針對學生活動中的表現。</p> <p>(2)針對活動目標呈現的重點：身為國三生，在被考卷、課業、補習淹沒的同時，也要記得適時「停、看、想」，「停」下來檢視自己的學習狀態，「看」看同學們如何念書，「想」想自己可以如何調整學習態度或方法，才能翻轉學習效率，往自己滿意的坐標前進！</p>

活動 3 配速達標

第七節 翻轉學習效率、「練」出好習慣 (配合課本第 108~112 頁)

活動流程	教學內容及方式
<p>引起動機 (5 分鐘)</p>	<p>教師說明：學習是有方法的，在清楚自己的學習狀態後，讓我們一起腦力激盪，想想該如何改善自己讀書的效能，並思考怎樣的心態與善用哪些學習策略可以幫助我翻轉學習效率，練出學習好習慣！</p> <p>※學生可能回答：心態上要願意改變、希望自己成績會更好、願意去試試看、相信自己可以做到。</p>
<p>翻轉學習效率 (25 分鐘)</p>	<p>1.教師說明：同學還記得上一堂課同學的分享嗎？很多人表示成績還不錯，是因為上課有認真聽、有不會的地方會去問人，或是有做筆記。今天讓我們一起集思廣益、溫故知新，找</p>

	<p>找這些在學習路上會讓我們事半功倍的讀書方法和學習策略！</p> <p>※課程設計重點為鼓勵學生善用學習策略，提升學習效率。教師宜把握此原則，再次強調上一堂課交流分享的內容中，讓學生更有動力想嘗試學習策略來幫助學習。</p> <p>2.教師說明課本 108 頁活動方式：</p> <p>(1)小隊內集思廣益，在小白板寫下知道或曾運用過的學習策略，愈多愈好。</p> <p>※例如：諧音法、圖像記憶法、首字記憶法、心智圖、學習內容改編歌詞 / 唱歌、整理筆記、顏色標示、畫重點、訂正錯誤等。</p> <p>(2)各隊依序分享學習策略，一次分享一個答案。得分方式：</p> <p>①普遍性：分享的答案若各隊都已寫，每隊皆可獲得 1 分</p> <p>②獨特性：分享的答案若沒有任何小隊想到或至多一隊已寫，分享和已寫此答案的小隊可得 3 分。</p> <p>※活動方式也可採用遊戲化競賽的方式進行，增加趣味性。例如：木木老師設計的「同異攻防戰」，各組輪流進攻，進攻組可選擇「攻同」或「攻異」，「攻同」必須班上每一組都寫到相同答案；「攻異」則是全班至多只能有 1 組和進攻組寫相同答案。舉例如下：</p> <p>輪到進攻的組別就組內書寫的學習策略擇一進攻，如「圖像思考，攻同」，此時班上其他組別如果都有書寫到「圖像思考」學習策略時，進攻組和其他各組都可得 1 分；如果是「圖像思考，攻異」，則全班必須都沒有或最多只能有 1 組寫和進攻組相同的答案，攻異成功，進攻組獨得 3 分或有書寫到此答案的唯一組別各得 3 分。競賽過程中不符合上述情形一律 0 分。</p> <p>(3)統計各隊得分，再檢視各隊腦力激盪「學習策略」的成果。</p> <p>(4)小隊內分享與討論，將覺得有用或目前多數隊員還常用的學習策略書寫到黑板上與全班分享。</p> <p>3.學生進行活動。</p>
<p>「練」出好習慣 (10 分鐘)</p>	<p>1.教師說明：檢視自己的學習現況，瀏覽黑板上同學公認有助於學習的方法與策略，以及課本第 110~112 頁資訊補給站內容，請大家從中挑選 3~5 個適合自己、對於改善學習現況有幫助的學習策略，透過一週的實作練習，檢視這些方法與策略是否對學習有幫助。</p> <p>2.教師說明課本第 109 頁表格內容的填寫方式並舉例。</p>

	<p>※A.例如：學習現況分析——同類型的題目一錯再錯，我想試著回家訂正考卷時，運用「錯題筆記法」把容易混淆的觀念釐清；學習現況分析——讀書很沒效率，常常一個章節就看很久，我想試著在念社會科時，採用一又四分之三 T 讀書法幫助自己提升讀書效率。</p> <p>B.為幫助學生確實執行，教師可透過小老師每天早自習口頭提醒或書寫聯絡簿的方式，提醒同學在複習課堂所學或是準備各科考試，都順勢練習使用學習策略。</p>
<p>回饋與統整 (5 分鐘)</p>	<p>1.教師引導學生思考課本第 109 頁「分享與省思」內容：我最常使用的學習策略有哪些？這些學習策略對我在學習上有哪些幫助？</p> <p>※學生可能回答：先前最常用的學習策略是「螢光筆畫重點」、「畫心智圖」，因為我覺得透過螢光筆標示重點，可以讓我念書比較有效率，只要熟背重點就好；透過畫心智圖，可以讓我對學習內容有整體概念，也可以用圖像幫助記憶。</p> <p>2.教師歸納與統整，可掌握下列方向進行整理：</p> <p>(1)針對學生活動中的表現。</p> <p>(2)針對活動目標呈現的重點：心動不如馬上行動，學習方法百百種，找出適合自己的學習策略並加以執行，相信「認真努力」與「目標成績」一定會開始呈現正比！</p> <p>※課程設計構想部分來自參與「木木老師邊教邊學」研習和臉書資訊。</p>

活動 4 升學馬拉松，開跑！

第八節 使命必達、Run for the Future (配合課本第 113、114 頁)

活動流程	教學內容及方式
<p>引起動機 (4 分鐘)</p>	<p>教師說明：「馬拉松運動」是一項超長距離的耐力項目，跑馬拉松前，需要做好狀態評估，有完整的訓練計畫。升學馬拉松也是如此，參與「會考馬拉松賽」的我們，將透過這堂課盤點自己的狀態與身上裝備，設定目標與訓練計畫，讓自己不但能贏在起跑點，更能一路堅持，直到跑到屬於自己的精采終點！</p>
<p>使命必達 (20 分鐘)</p>	<p>1.教師說明：這一週以來，同學運用哪些學習策略在哪些科目上？在運用學習策略幫助學習的過程中，是卡卡不好用，還是覺得學習變得有效率了？</p> <p>※教師邀請學生分享，透過師生對話，將重點引導至有無運用學習策略的差異性，以及如何調整心態與運用方式，讓學習策略展現效能！</p> <p>2.教師說明課本第 113 頁活動方式：</p> <p>(1)參考課本第 109 頁「學習策略一週實作紀錄」及自己實作過程中的觀察發現，完成「學</p>

	<p>習策略～停・看・想」內容。</p> <p>(2)小隊內成員依序分享自己的「學習策略～停・看・想」內容。</p> <p>(3)邀請各小隊與全班分享 1~2 個小隊內公認最佳的學習策略運用方式及發現與想法。</p> <p>※教師再次肯定並鼓勵學生善用學習策略，提升自己的學習效能。</p> <p>3.學生進行活動。</p>
<p>Run for the Future (14 分鐘)</p>	<p>1.教師說明：經過第 1 單元「打一手國三好牌」及第 2 單元「升學馬拉松」的系列活動後，我們現在要統整並應用所學，將課本第 114 頁代表自己的「閃亮跑者」裝備完畢。期待每位同學都能在國三升學馬拉松裡，跑出屬於自己的精采！</p> <p>2.教師說明活動方式：</p> <p>(1)完成「閃亮跑者」周圍填寫欄位。</p> <p>※如果學生反應對於目標，如分數或學校還不確定，可告知內容隨時都可彈性調整，寫下此刻暫訂的目標即可。</p> <p>(2)為已著裝完成的自己(閃亮跑者)命名，鼓勵自己鳴槍起步，堅持到底。</p> <p>※學生可能回答：衝衝衝、跑者無敵、堅持就對、相信、Just do it 等。</p> <p>(3)進行小隊內分享，並邀請有意願的同學對全班分享。</p> <p>3.學生進行活動。</p>
<p>回饋與統整 (4 分鐘)</p>	<p>• 教師歸納與統整，可掌握下列方向進行整理：</p> <p>(1)針對學生活動中的表現。</p> <p>(2)針對活動目標呈現的重點：樂活國三生，國三生活或許壓力大，但轉念想卻也是激發潛能的大好時機！學習聰明運用周邊資源以促進心理健康，善用學習策略翻轉學習效能，在升學馬拉松的賽程裡，朝自己的目標勇敢前行，成為更好的自己！</p>
<p>學習自動好 (3 分鐘)</p>	<p>教師請學生翻開課本第 115 頁的學習自動好，帶領學生進行本主題學習成效的自我檢核並圈選，以了解學生學習狀況。</p>