

表一

彰興國中教師公開授課教學活動設計暨共同備課紀錄表

公開授課 年 班		三年十七班	公開授課 教 師	胡素琴老師	
公開授課 科 目		輔導活動	公開授課 日 期	110.9.09	公開授課 時 間 Am11:10-11:55
授課單元 名 稱		會考倒數計時器	第?節 / 總節數		1/4
學習 重點	學習 表現	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。		核心 素養	A. 自主行動：A2 系統思考 與解決問題
	學習 目標	輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。			
學習目標		覺察壓力的來源及其對身心的影響。			
教學活動流程				時間	評量方式
一、導入活動				5 分鐘	
1. 複習並回憶上週課程內容 2. 國中第三年即將邁入會考衝刺期，補不完的習與考不完的試幾乎是國三生的日常。在你們想像中，離會考愈來愈近的國三學生可能會經歷哪些壓力？					
二、開展活動				10 分鐘	同學互評 自我評量
倒數 200 天 1. 教師說明：對多數師長來說，「贏得會考好成績」是國三生活最重要的終極目標；對同學們來說「會考」應該是國三過關斬將的生活中，最強大的關主與魔王。等等我們就要請關主現身，讓同學感受一下「魔王」的威力！ 2. 教師於電腦輸入關鍵字「國中會考——全民倒數計時器」，點開網頁讓學生看見畫面上距離國中會考剩下的天數及秒數，正一分一秒減少的畫面。 3. 教師開始倒數計時距離會考的天數，並請學生閉上眼睛，專注感受與想像「魔王」一步一步逼近的威力。 4. 倒數結束，請學生瀏覽課本第 91 頁的考生心情留言後，在「我的心情留言」處書寫自己此刻面對會考的想法與心情。					
「檢」壓實驗室				15 分鐘	
1. 透過壓力指數檢核測驗了解自身生理上的壓力狀況。 2. 教師說明：「壓力」到底是什麼？明明是抽象又看不見的					

<p>東西，但居然會讓我們身心產生變化？接下來透過「檢」壓實驗室的活动，讓我們檢測壓力在自己身上的重量，感受一下自己面對壓力的「耐受力」！</p> <p>壓力現形</p> <p>1.從國中會考倒數計時器的心情留言板内容及「『檢』壓實驗室」活动中，我們發現班上同學認為國三生會陸續面對哪些壓力？這些壓力又如何生理、想法與心情現形？</p> <p>2.請學生在課本第 93 頁作答。</p>	10 分鐘	
<p>三、綜合活動</p> <p>課本第 93 頁「分享與省思」內容：國三的我已經感受到壓力分別在身體與心理現形，目前生活中有哪件事情給我的壓力最大？壓力導致的身心變化中，哪個徵狀讓我覺得很不舒服？</p> <p>省思及回饋</p> <p>1.綜合同學的回饋，和自己的看法寫下省思及回饋。</p> <p>2.身為國三生，壓力無法避免，但我們其實有方法可以提升自己的「抗壓力」、減緩壓力對身心產生的不適感。覺察是改變的開始，在清楚國三會面對的壓力及自己身心面對壓力容易出現的徵狀後，下一堂課就讓我們開始學習如何提升自己的抗壓力！</p>	5 分鐘	

◆ 共備教師姓名：

1	彭薰竹老師	2	
3		4	

表二

彰興國中教師公開授課觀摩紀錄表

公開授課 年 班	9 年 17 班	公開授課 教 師	胡素琴		
公開授課 科 目	輔導活動	公開授課 日 期	2021/09/10	公開授課 時 間	11:10- 11:55
授課單元 名 稱	會考倒數計時器				
觀課教師	彭薰竹				

一、公開授課內容

簡述學習活動流程	學習目標及期望大家協助觀察之重點
學習活動流程： 1. 導入活動 2. 開展活動 倒數 200 天、「檢」壓實驗室、 壓力現形 3. 綜合活動 省思及回饋	學習目標： 覺察壓力的來源及其對身心的影響 觀察重點： 1. 學生在「檢」壓實驗室的參與情形 2. 壓力指數檢核測驗的參與情形

二、觀課記錄-學生學習

重要教學活動	師生互動情形	學生學習樣態描述/記錄
*口頭複習前一堂課的內容。 *提點情境，讓同學閉上眼感受壓力魔王。 *判斷壓力所產生情緒與想法的差異。 *依不同事件所產生的壓力，放入不同大小的書本至書包，掛在身上體驗壓力的感受。 *體驗完後，老師說明因重量變形的肢體動作，延伸出每個人對壓力的感受不同且，會產生不同的行為變形。 *使用多媒體，搭配教材表格，檢視面對壓力自己身心各樣的狀態。	*體驗活動，請同學閉眼思考感受。 *利用事例，讓學生判別壓力中想法和情緒的不同。 *統整每個人對不同事情所感受的壓力是不同的。 *利用多媒體，帶領全班書寫表格，檢視壓力對自身身心靈的影響。	*練習書寫壓力下的行為與心情。 *依據自己面對事情所感受的壓力大小，放入不同的書本。 *理解教師對題目的說明，勾選出最符合自己身心靈狀態的選項。



三、觀課記錄-教師教學

評量項目	評量等級					具體意見
	完全 做到	大多 做到	尚可	很少 做到	沒有 做到	
教學 態度 1. 教學態度親切負責，具有熱誠 2. 事先做好教學準備（含學生課前準備） 3. 能用和善而適切的語氣引導學生	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

教學 設計	1. 能擬定具體明確的教學目標 2. 能依據目標設計教學活動 3. 能合理且有效地分配教學時間 4. 教學設計適合學生的能力與需要	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
教學 技巧	1. 能有效地運用教學資源 2. 能引起學生的學習動機 3. 能活用各種教學法協助學生學習 4. 能適應學生的個別差異 5. 善用發問技巧並給予適切回饋 6. 隨時對學生的良好表現加以讚美 7. 清楚有效的溝通與表達 8. 能建立有助於學習的教室常規 9. 課程最後會歸納學習重點	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
教學 評量	1. 能妥善安排與指導各類型的作業 2. 善用適切的評量方法與技巧了解學生是否已達成教學目標	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
<p>☞我的學習</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生在動態活動，反應熱烈，可以透過此活動看出這個年齡的學生大多不太在意他人感受，或者即是在意也不會表現出來，但對 3C 網路，反應特別大，可看出網路是這時代學子主要的學習媒介。 教材設計規劃的很貼近國三學生的生活，教師搭配多媒體與口頭說明，幫助學生快速理解題意，並按自身狀況答題。 美中不足之處是，音響太小聲，坐在距離大電視最遠角落的學生，會無法聽清楚聲音，但搭配老師的說明，能讓學生大致掌握任務進度。 			

觀課原則：

1. 教師公開課堂是為了構築教師間相學習的關係，不是為了評價、比較或建議。
2. 對授課者願意打開教室，提供其課堂經驗，要心存感謝！
3. 觀察者可近距離接觸學生，以便觀察學習樣態，但請避免出聲、交談、指正、參與或詢問等會影響學生學習之作為。
4. 觀課者之位子不宜阻隔師生間或學生間對話的視線交會。
5. 觀課的目的不在於觀摩「優秀的課堂」或「完美的教學」，而是以授課者提供的課堂經驗為基礎，進行研討與學習。
6. 觀課的核心思維：我今天從課堂中學到什麼？
7. 請聚焦於「學習」（學生的學習、觀課者的學習），根據「課堂事實」進行觀課記錄。

公開授課 年 班	三年十七班	公開授課 教 師	胡素琴老師		
公開授課 科 目	輔導活動	公開授課 日 期	110.9.09	公開授課 時 間	am11:10-11:55
議課日期	110年9月13日(星期一)		議課地點	一專專任辦公室前座位	
議課教師	彭薰竹老師				
議課討論 內 容	<p>一、教學者心得：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生對於的體驗式課程參與程度熱絡，但對於主題內容的提問及回答部分顯得比較被動。 2. 課程步驟及時間掌握熟練，惟進行壓力現形部分時學生書寫狀況不一，導致省思及回饋時間不足，無法在課程結束前進行本節課程完整的歸納及統整。 <p>二、觀課者心得及建議：</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 學生在動態活動，反應熱烈，可以透過此活動看出這個年齡的學生大多不太在意他人感受，或者即是在意也不會表現出來，但對3C網路，反應特別大，可看出網路是這時代學子主要的學習媒介。 5. 教材設計規劃的很貼近國三學生的生活，教師搭配多媒體與口頭說明，幫助學生快速理解題意，並按自身狀況答題。 6. 美中不足之處是，音響太小聲，坐在距離大電視最遠角落的學生，會無法聽清楚聲音，但搭配老師的說明，能讓學生大致掌握任務進度。 4. 建議歸納學習重點時間及內容時間可多增加 				
成果照片	公開授課照片		議課討論照片		
					
	說明：壓力指數檢核測驗		說明：討論動態課程流程及秩序掌控		

1. 議課的時間屬於所有人。以尊重的心對待課堂，尊重授課者、每一個學生，以及參與的每一個人。
2. 根據「課堂事實」進行省察性的相互學習。
3. 議課盡量用具體的語言描述(不含個人價值判斷)學生的學習，以及師生互動。最後闡述自己在這堂課中「學到什麼」。
4. 基於尊重課堂，每一位觀課者都要發言。不評價比較教學優劣或針對教學提出建言。以民主尊重的研討方式進行。