

彰化縣國民中小學「素養導向教學與評量」設計案例表件

一、課程設計原則與教學理念說明（請簡要敘明）

藉由這個單元的學習，期待孩子能夠運用合宜的方法管理時間，將管理知識與技能應用在自己的生活中，以順利適應國中生活、積極發揮所長，並且提升個人與家庭生活品質。

二、教學活動設計

（一）單元

| | | | | | |
|-------------|--|--|------|-----------------------------|--|
| 領域科目 | 家政 | | 設計者 | 蔡郁詩 | |
| 單元名稱 | 元氣新生活—管理好手—時間與我 | | 總節數 | 共 <u>4</u> 節， <u>180</u> 分鐘 | |
| 教材來源 | <input checked="" type="checkbox"/> 教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input checked="" type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 改編教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 自編（說明：） | | | | |
| 學習階段 | <input type="checkbox"/> 第一學習階段（國小一、二年級） <input type="checkbox"/> 第二學習階段（國小三、四年級） <input type="checkbox"/> 第三學習階段（國小五、六年級） <input checked="" type="checkbox"/> 第四學習階段（國中七、八、九年級） | | 實施年級 | 七年級 | |
| 學生學習經驗分析 | 步入青春期的孩子，身心都面臨劇烈的成長與轉變，同時要面對國中、國小大不同的學習型態，需要一些新的學習方法、思考模式與行動策略。 | | | | |
| 設計依據 | | | | | |
| 學科價值定位 | | A2 系統思考與解決問題 | | | |
| 領域核心素養 | | 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。 | | | |
| 單元課程學習重點 | 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。 | | | |
| | 學習內容 | 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 | | | |
| 單元課程目標 | | 1. 說明個人在生活中處理時間資源的情形，並找出時間管理的基本概念。 2. 學習應用工作清單與提升專注力的方法來處理日常工作。 | | | |
| 核心素養呼應說明 | | 合宜的方法管理時間，將管理知識與技能應用在自己的生活中，以順利適應國中生活、積極發揮所長，並且提升個人與家庭生活品質。 | | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | （非必要項目） | | | |
| | 融入單元 | （非必要項目） | | | |
| 與他領域／科目連結 | | （非必要項目） | | | |
| 教學設備／資源 | | 智慧教室智能電子白板設備、拼圖卡、便利貼 | | | |
| 參考資料 | | | | | |

(二) 規劃節次 (請自行設定節次, 可自行調整格式)

| 節次規劃說明 | | | |
|---------------|------|--------|------------------------------|
| 選定節次 (請打勾) | 單元節次 | | 教學活動安排簡要說明 |
| ✓ | 1 | 第 1 節課 | 透過拼圖活動與便利貼事務的分類, 來了解時間的運用規劃。 |
| | 2 | 第 2 節課 | 介紹各類時間運用方法與技巧 |
| | 3 | 第 3 節課 | 找到適切自己的時間規劃系統、愛的小書製作 |
| | 4 | 第 4 節課 | 以愛的小書完整架構國中生活點滴 |

(三) 各節教案 (授課節次請撰寫詳案, 其餘各節可簡案呈現)

| 教學活動規劃說明 | | | |
|---|---|-------|--------------|
| 選定節次 | 1 | 授課時間 | 45 |
| 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。 | | |
| 學習內容 | 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 | | |
| 學習目標 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明個人在生活中處理時間資源的情形, 並找出時間管理的基本概念。 2. 學習應用工作清單與提升專注力的方法來處理日常工作。 | | |
| 情境脈絡 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 情境帶入, 分析問題所在 2. 拼圖活動帶入時間管理觀念 3. 便利貼事務分類與歸納 4. 回顧與省思 | | |
| 教學活動內容及實施方式 | | 時間 | 學習檢核/備註 |
| <p>【準備活動】</p> <p>一、課堂準備</p> <p>(一) 教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 依照綜合表現成就做異質性分組 2. 拼圖製作、護貝 3. 智能電子白板 4. 教學 PPT 製作 5. 筆電 6. 4 色便利貼 <p>(二) 學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 攜帶課本、筆 2. 依組別入座 (共 5 組) <p>二、引起動機</p> <p>以課本情境, 帶入時間管理議題, 分析情境中時間運用不當之因素, 並探討自身在時間管理上是否有類似的狀況, 以及如何改善時間的不當應用。</p> <p>【發展活動】</p> <p>一、拼出時間力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從拼圖過程中, 去發現、歸納時間管理的基本要領： <ol style="list-style-type: none"> A. 拿到拼圖後, 就直接開始拼的同學, 在時間管理上, | | 5 分鐘 | 口語評量 |
| | | 15 分鐘 | 團隊合作 團隊默契 |

| | | |
|--|--------------------------|-------------------------|
| <p>屬於沒規畫型，容易耗費時間，效率不彰。</p> <p>B. 拼圖片數是一樣的，將輪廓比喻成每天固定的活動，其他部分就像生活中可運用的時間，我們可以決定如何運用、如何安排。</p> <p>C. 會依圖案色彩或主題分類再完成拼圖的同學，就如同依據事件輕重緩急分類再依序完成。</p> <p>2. 從小組的合作裡，同學可以互相學習組員積極、快速與技巧性的一面。</p> <p>二、工作清單這樣做</p> <p>1. 透過拼圖可以找到安排時間的邏輯性，而使用相同概念來處理每天要完成的事情，就是管理時間中非常實用的「工作清單」。</p> <p>A. 條列任務：思考今天必須或預計要完成的任務，一張便利貼只寫上一項任務。</p> <p>B. 分類清單：根據任務大小及性質將便利貼分類，看看哪些任務必須利用「完整時段」完成？哪些任務可以利用「零碎時間」完成？並請小組貼至黑板上，全班一同檢核。</p> <p>2. 便利貼讓組員輪流上台貼置，每個人都能參與活動之中，一同思考事件在時間上的歸納。</p> <p>【總結活動】</p> <p>1. 帶領學生回顧課程。</p> <p>2. 請學生分享在課程中學到的概念。</p> <p>3. 提醒學生預先攜帶彩繪用具、剪刀，以利小書之製作。</p> | <p>20 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> | <p>團隊合作</p> <p>口語評量</p> |
| 學習任務說明 | | |
| <p>1. 學習時間管理與事物歸納的同時，也考驗著小組的凝聚力與行動力。</p> <p>2. 確認國中生活目標，運用所學擬定具體計畫，練習有效執行生活重要事務。</p> | | |

三、教學回饋（待教學實踐後完成）

教學照片（至少四張）



引起動機



活動一、拼出時間力



活動二、工作清單這樣做



總結活動

教學心得與省思

（實際依教案內容進行教學實踐後所為之省思紀錄，可含成效分析、教學省思與修正建議等）

1. 學生從自我檢視過程或同儕回饋，了解自己平時處理時間的狀態。
2. 操作活動二時，教師應預先界定「完整時間」與「瑣碎時間」的標準，以減少學生辨別不清甚至是鑽漏洞的可能性。
3. 時間管理課程應搭配學生個人生活經驗，以利學生找出適合自己的時間管理模式。
4. 有些學生會認為「瑣碎時間」屬於休閒時間，而忘了它是一個可以善加利用的好時機。
5. 活動過程中，有些比較安靜的學生容易被忽略，故小組團結凝聚力需慢慢培養。