

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

五年級的孩子正處於自我意識快速發展的階段，他們開始在意他人的看法、比較自我與他人，並嘗試建立自我價值。因此，本課程以「悅己納人」為核心精神，引導學生從欣賞他人開始，回望自己的優點，進而在互動中調整自我表現，最後學會接納並真誠表達對他人的讚美。

透過多元活動設計，學生不僅能提升自我認同感，也能培養人際互動的正向態度與技巧，為未來的團隊合作與社交互動打下基礎。

二、主題說明

領域科目	綜合		設計者	林貞伶	
課程主題	悅己納人		總節數	五節	
教材來源	☒ 教科書（ ☒ 康軒 ☐ 翰林 ☐ 南一 ☐ 其他） ☐ 改編教科書（ ☐ 康軒 ☐ 翰林 ☐ 南一 ☐ 其他） ☐ 自編（說明：）				
學習階段	☐ 第一學習階段（國小一、二年級） ☐ 第二學習階段（國小三、四年級） ☒ 第三學習階段（國小五、六年級） ☐ 第四學習階段（國中七、八、九年級）			實施年級	五年級
學生學習狀況分析	學生最常見的挑戰是「缺乏自我優點的語言表達」與「真誠讚美的具體化技巧不足」。因此，教師應在每個階段提供足夠的語彙、句型示範與反思機會，並營造一個允許嘗試、不怕犯錯的安全學習氛圍。隨著練習的累積，學生將逐步從「看見他人 → 看見自己 → 表達欣賞」的歷程中，發展出更穩固的自我價值感與人際互動力。				
設計依據					
學習重點	學習表現	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。			
	學習內容	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。			
學習目標	認知	對應「理解概念」：例如什麼是特質、為什麼要欣賞與讚美。			
	技能	對應「可操作行為」：學生實際能觀察、表達、調整與讚美。			
	態度	對應「內在價值傾向」：培養學生欣賞、接納與真誠互動的心態。			
素養	總綱	自主行動、溝通互動、社會參與			
	領綱	自我發展、人際關係、生活調適			
議題融入	實質內涵	人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。			
	融入單元				
與他領域／科目連結		（非必要項目）			
教學策略		以「由觀察他人 → 覺察自己 → 運用特質 → 真誠表達」為歷程設計策略。結合「討論、體驗、回饋」三種層次，讓學生從行動中學會調整與欣賞。創造正向、安全的班級氛圍，讓學生敢於表達讚美與接納差異。			
教學設備／資源					
參考資料					
教學架構	單元	節數	單元名稱	學習重點	
	3	5	我們都很棒	學習表現	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。
				學習內容	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞
				學習目標	
				1. 表達對他人的欣賞，從中覺察自己引以為傲的特質。 2. 在生活互動中發揮	

					及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。	自己的特質，調整對自己表現不滿意的部分。 3. 表現接納他人的態度與技巧，真誠的對他人表達欣賞與讚美。
--	--	--	--	--	-------------------------------	--

三、單元設計

教學單元活動設計			
單元名稱	悅己納人	時間	共 5 節，200 分鐘
學習目標	1. 表達對他人的欣賞，從中覺察自己引以為傲的特質。 2. 在生活互動中發揮自己的特質，調整對自己表現不滿意的部分。 3. 表現接納他人的態度與技巧，真誠的對他人表達欣賞與讚美。		
學習表現	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。		
學習內容	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。		
領綱素養	綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。		
核心素養呼應說明	具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。		
議題融入說明	【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。		
教學活動內容及實施方式		教學資源	教學評量
一、齊思考 40' (一)表達欣賞 1. 學生思考：我欣賞周遭哪些人的什麼表現？我會如何表現出對他們的欣賞之意呢？ 2. 教師引導學生覺察自己欣賞的人，思考自己欣賞對方的原因，例如：個性、能力、長處、魅力等等。建議做法如下：找一段自己能靜心思考的時間，寫下近期內感到欣賞或敬佩的三個人，可以是家人、同學、朋友、老師等等，寫下自己欣賞或敬佩對方的原因。 3. 教師提問：對於所欣賞的人、事，你會如何表現心意呢？ 4. 學生利用腦力激盪的方式，探索對他人表示欣賞的做法與態度，例如： (1)口語表達：向對方請教、當面稱讚他的優點、直接誠懇表達自己的感受等等。 (2)行動表達：請對方陪著一起練習、分享自己喜愛的事物、寫感謝卡、邀請對方一起參加活動等等。 5. 教師提醒學生，向對方表達欣賞時的注意事項，例如：真誠的態度、具體說明、把握時機、不用過於頻繁等等。			能說出 1-2 項自己引以為傲的特質(學習單、口頭分享) 能描述生活中應用特質的經驗並提出改進方向(任務反思紀錄) 能具體表達對他人的讚美(小卡內容、口頭表達)

(二)統整與反思：教師提問，為什麼想選擇這個方式表達自己的欣賞呢？你選擇的方法能充分表達你讚賞與認同的心意嗎？為什麼？

二、齊思考 40'

(一)欣賞他人有感

1. 學生思考：從表現欣賞他人的活動中，我有哪些感受與收穫呢？
2. 學生輪流分享從欣賞他人的活動中，自己態度上和行為上的改變。例如：
 - (1)以前只要有人的想法和我不同，我會想辦法說服他，但現在我可以……
 - (2)自從我試著理解對方的想法後，我發現……
 - (3)看到同學考試成績進步，除了心存羨慕，我也轉換心情，把羨慕變成努力的動力……
 - (4)以前只要有人表現得比我好，我就會生悶氣，但後來發現別人表現好的原因是比我付出更多的努力，現在我……
 - (5)我學到欣賞別人會讓自己想變得更好……

3. 教師引導學生回想上一堂課自己所欣賞的人和事並思考。

(二)我喜歡自己

1. 學生思考：欣賞他人之後想一想，我喜歡自己的哪些部分？哪些是我引以為傲的特質呢？
2. 學生輪流分享自己的優點與長處，例如：
 - (1)我的嗅覺很靈敏，能夠比媽媽更快聞出食物是否新鮮……
 - (2)我有守時、守信的好習慣，從不遲到或失約……
 - (3)我很喜歡做菜，還會做點心，和爺爺一起烤好吃的餅乾……
 - (4)我的節奏感很強，能夠配合音樂自在的舞動身體……
 - (5)我的好奇心強，遇到不明白的事都會盡力弄清楚，所以……

(三)統整與反思

1. 教師提問：你喜歡自己的部分，和你所欣賞的同學有共同點嗎？共同點是什麼呢？
2. 教師提醒：大家可以藉由參與生活中的活動，欣賞自己與他人的特色和優點呵！

三、勤實踐 40'

(一)特質展現

1. 學生思考：在日常生活的互動中，哪些做法可以讓我展現

自己的特質，並將特質發揮得更好呢？

2. 教師利用活動的進行引導學生展現自己的特質。

3. 以課本第62~63頁的園遊會擺攤準備和話劇預演表演為例，讓學生先評估自己的特質，再選擇能勝任的任務，例如：

(1)我的聲音宏亮，很適合招呼客人。

(2)我細心謹慎，倒飲料都不會灑出來。

(3)我們可以一起維持攤位的清潔……

(4)我的味覺很敏銳……

(5)我擅長畫畫，可以負責海報設計……

(6)我雖然行動不方便，但是計算能力很好，可以負責收錢、找零……

(7)我的肢體語言很豐富，最適合上臺表演了！

(8)表演時，豐富的想像力讓我……

(9)我的手很巧，可以負責製作表演用的道具……

(10)我的力氣很大，可以幫忙搬道具……

(二)活動真有趣

1. 教師發下每人一張「活動真有趣」學習單，並讓學生分組討論，思考可讓每個人展現特質的活動主題。

2. 討論後，學生進行分工與實踐。

3. 教師提醒學生大方給予其他人正面的回饋，並觀察學生是否投入活動中，盡力完成自己的任務。

4. 教師引導學生反思，你對自己的表現滿意嗎？如果可以的話，還想扮演什麼角色？

(三)統整與反思

1. 教師提問：你還有哪些特質，適合在日常生活中發揮呢？

2. 教師提醒：在活動過程中，每個人都應扮演好自己的角色，為自己的選擇負責。

四、展創意、勤實踐 40'

(一)我可以更好

1. 學生思考：在日常的互動中，我對自己哪些部分的表現不滿意？原因是什麼？如果可以調整，我會採取哪些方法讓自己做得更好呢？

2. 教師引導學生省思，分享對自我了解的新發現，可以是技巧、表現、態度等方面。

3. 教師播放活動照片、影片，讓學生觀察並發現自己在活動進行中未注意到的部分。

4. 教師發下每人一張「認識我自己」學習單，引導學生思考對自己表現不太滿意的地方，探索不滿意的原因。

5. 教師提醒：除了上一堂課的活動之外，也可以由日常生活

或與同學的互動來思考，例如：同學都不找我一起玩、我對自己身材太高大覺得困擾等等。

6. 教師引導學生思考：如果不滿意的地方是可以調整的，你會採取哪些方式幫助自己呢？

7. 學生透過討論，整理出遇到的困難、探索原因、做法、結果和調整的方法，然後嘗試實踐。

(二)統整與反思

1. 教師提問：

(1)在活動中，你是否充分運用個人特質，和同學進行團隊合作？有什麼收穫呢？

(2)想一想，你的特質還可以展現在哪些地方呢？

2. 教師鼓勵學生，練習自我調整之後，繼續把握每次展現自我的機會多嘗試，持續強化自己的能力。

五、再省思 40'

(一)展現新發現

1. 學生思考：經過生活中的體驗與實踐，我在面對自己或他人展現各種特質時，有哪些想法上、態度上的改變呢？

2. 教師引導學生透過大家的發表和觀察，提出自己或同學令人產生想法或態度改變的表現，並分享自己的觀點。例如：

(1)以前我認為自己做事情最賣力，只要努力做事就好，沒想到……，原來……

(2)經過深入了解，我能體諒每個人都因有不同的特質而表現不同，我應該……

(3)有時候我們認為是缺點的特質，在不一樣的場合卻可以變成優點……

(4)嘉玲雖然有時說話的口氣不太好，但她可能只是求好心切，我願意試著……

(5)我本來就喜歡表演，受到同學的肯定後，讓我更加……

(6)經過練習，我試著從不同角度看待事情，不再那麼鑽牛角尖……

(二)應對祕笈

1. 學生思考：從欣賞、接納自己和他人的探索活動過程中，我學到哪些應對的技巧和態度？如何充分應用這些技巧和態度，在與人互動中展現欣賞與讚美的心意呢？

2. 教師引導學生思考可透過兩個方向：

(1)面對他人時，我可以……

(2)面對自己時，我可以……

3. 學生分享已嘗試或將來想要嘗試的各種方法。例如：

(1)我會把握機會，在不同場合面對不同對象或事件時，嘗試改變自己的心態，放開心胸享受參與的樂趣……

(2)我了解自己的特質，在適當的時候也可以有貢獻…… (3)從探索中，我學著接受目前還沒辦法改變的部分，而且我會試著將這些變成學習的動力…… (4)現在面對不同的人時，我會把握每個機會，讓對方知道我欣賞他的心意，給予正面的…… (5)我在和別人互動時，會仔細觀察對方並正面思考，學習時時欣賞…… 4.教師引導學生從分享的各種方法中找出共通處，再整理出對應的要點。 5.教師發下每人一張「謝謝我們的好」學習單，學生在學習單上記錄對自己和對他人的讚賞行動。 (三)統整與反思 1.教師鼓勵學生在生活中把握機會，持續實踐並養成真誠的感恩與讚美的態度和習慣。 2.教師提醒學生，在欣賞他人或自我悅納過程，可以參考自己整理的應對祕笈，做好準備再進行。 3.教師引導學生反思，在展現能力、特色等方面，你對自己還有哪些期待？請朝向目標努力嘗試吧！		
--	--	--