

教學者填寫(繳交書面及電子檔)

桃園市立會稽國中教師公開授課  
【十二年國教素養導向教學】教學活動設計單

|                                                                        |                                                                                        |                             |      |                                                    |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------|----------------------------------------------------|
| 領域/科目                                                                  | 健教課                                                                                    |                             | 教學者  | 黃丞家                                                |
| 實施年級                                                                   | 902                                                                                    |                             | 教學時間 | 45 分鐘                                              |
| 單元名稱                                                                   | 2-1 青春情誼                                                                               |                             |      |                                                    |
| 學校願景                                                                   | 自主學習、自信成長、適性發展、追求卓越                                                                    |                             |      |                                                    |
| 設計理念                                                                   | 藉由生活化情境引導學生反思人際互動，透過具體行動與表達方式（如「我訊息」技巧），建立良好的人際溝通行為與衝突解決能力，發展同理心與合作態度，強化其日常生活的人際健康。    |                             |      |                                                    |
| 學習重點                                                                   | 學習表現                                                                                   | 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 | 核心素養 | 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養 |
|                                                                        | 學習內容                                                                                   | Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  |      |                                                    |
| 議題融入                                                                   | 無                                                                                      |                             |      |                                                    |
| 教材來源                                                                   | 自編                                                                                     |                             |      |                                                    |
| 教學設備/資源                                                                | 電子白板、IPAD                                                                              |                             |      |                                                    |
| 學習目標                                                                   | 具備分析青春期中人際情境並運用適當策略解決問題的能力（1a-IV-1）<br>具備同理心表達情緒並與人溝通互動的能力，能在人際往來中體察他人並建立良好互動(Fa-IV-3) |                             |      |                                                    |
| 教學活動設計                                                                 |                                                                                        |                             |      |                                                    |
| 教學活動內容及實施方式                                                            |                                                                                        |                             | 時間   | 備註                                                 |
| 一、準備活動                                                                 |                                                                                        |                             | 5    | 影片／簡報劇情導入                                          |
| 1、播放或說明「怡君轉學」情境。引導學生思考：「你曾經想融入卻不知道怎麼做嗎？」                               |                                                                                        |                             |      |                                                    |
| 二、發展活動                                                                 |                                                                                        |                             | 15   | 小組討論、發表                                            |
| 1、閱讀課本情境討論「怡君該怎麼做？」<br>→ 學生分組回答：<br>1. 要融入大家可以怎麼做？<br>2. 有哪些特質會讓人想接近你？ |                                                                                        |                             |      |                                                    |



教學者填寫

桃園市立會稽國中教師公開授課  
授課教師自評表

|              |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                       |               |  |  |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--|--|
| 觀課教師         | 張明山                                                                                                                                                                                             | 觀課日期                                                                                                                                                  | 114 年 9 月 9 日 |  |  |
| 授課教師         | 黃丞家                                                                                                                                                                                             | 教學年/班                                                                                                                                                 | 902           |  |  |
| 教學領域<br>教學單元 | 2-1 青春情誼                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                       |               |  |  |
| 實際教學<br>內容簡述 | 教學活動                                                                                                                                                                                            | 學生表現                                                                                                                                                  |               |  |  |
|              | <p>情境導入：播放或講述怡君的情境故事，引起學生共鳴</p> <p>小組討論：探討如何改善人際互動與吸引好人緣的特質</p> <p>技巧講解：說明「我訊息」步驟，搭配情境範例解析</p> <p>分組演練：「我訊息」實際應用在日常生活衝突情境</p> <p>課堂統整：師生共同回顧人際經營的要點與冷靜溝通的重要性</p>                                | <p>大多數學生能積極參與討論，並提出自身在人際互動上的經驗</p> <p>學生能掌握「我訊息」的基本架構，能在角色扮演中完整表達自己的情緒與原因</p> <p>部分學生在一開始表達仍較含糊，但經過提示與模仿範例後逐漸提升</p> <p>演練過程中學生展現高度參與感與情緒共鳴，課堂氣氛活躍</p> |               |  |  |
| 學習目標<br>達成情形 | <p>學生能列舉 2 - 3 項促進人際關係的正向特質與行為</p> <p>多數學生能完成至少一題「我訊息」練習題，並能說出其結構</p> <p>在角色扮演中，學生能展現同理他人的態度，並嘗試冷靜表達自我想法</p>                                                                                    |                                                                                                                                                       |               |  |  |
| 自我省思         | <p>導入部分學生反應良好，但少數學生仍處於旁觀狀態，日後可增加「快速配對」活動提升專注度</p> <p>「我訊息」步驟部分建議加入「錯誤句子改寫」小活動，幫助學生進一步理解差異</p> <p>小組演練時需要更多空間協助教師巡視與回饋，每組時間稍嫌緊湊，下次可分批進行</p> <p>學生整體投入度佳，顯示情境教學對七年級學生的吸引力高，未來可以嘗試更多元化的角色與任務設計</p> |                                                                                                                                                       |               |  |  |
| 同儕回饋<br>後心得  | 詳如觀課表                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                       |               |  |  |

觀課者填寫

桃園市立會稽國中教師公開授課  
觀課紀錄表

|      |          |      |     |      |     |
|------|----------|------|-----|------|-----|
| 觀課科目 | 健康教育     | 授課教師 | 黃丞家 | 觀課班級 | 902 |
| 單元名稱 | 2-1 青春情誼 |      |     | 觀課日期 | 9/9 |

|             |                                                                                                                               |                                                                                     |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. 學生上課狀況   | (1)學生投入課堂學習的程度如何?                                                                                                             | 學生對於課堂所提的人際互動情境反應熱烈，特別是在分享自身經驗或角色扮演環節，參與度明顯提升。大多數學生能專注聆聽教師講解，並在練習中主動發言，展現高度學習動機。    |
|             | (2)學生有干擾課堂的行為嗎?情形如何?                                                                                                          | 課堂秩序良好，僅少數學生在小組討論初期較為沉默或注意力分散，但經由同儕邀請與教師提醒後，能逐步融入討論，無明顯干擾行為發生。                      |
| 2. 學生分組討論情形 | (1)小組間互動情形如何?(熱絡狀況、參與程度)                                                                                                      | 多數小組成員間互動自然，願意主動分享意見與表達個人看法。部分組別討論氣氛特別熱絡，能舉例生活經驗進行延伸。                               |
|             | (2)小組討論是否聚焦本次課堂?                                                                                                              | 整體而言，各小組皆能圍繞「我訊息表達」與「人際關係改善策略」進行討論，少部分學生需要教師提示才能回到主題核心。                             |
|             | (3)小組討論內容深度?                                                                                                                  | 內容以貼近生活經驗為主，學生能以自身在學校的人際經歷為例進行探討，並嘗試表達出「我訊息」的三段式架構。雖非每組都深入反思情緒來源，但已展現初步同理心與解決衝突的意識。 |
| 3. 知識學習的情形  | (1)學生在課堂中對哪一部份感到興趣?                                                                                                           | 角色扮演活動與「我訊息實戰練習」最能引起學生興趣，學生樂於以幽默情境互動，並觀察他人表現進行反饋。                                   |
|             | (2)學生在學習中有沒有困難之處?                                                                                                             | 部分學生初期難以區分「我訊息」與責備式溝通的差別，在練習時容易回到「你怎麼…」的說法，須多次引導與範例模仿。                              |
|             | (3)真正有效的學習發生在什麼情境?                                                                                                            | 當學生能代入實際生活經驗（如與朋友吵架、小組衝突等）並練習改用「我訊息」重新表達時，最能促進概念內化與技巧應用。分組互評、互相糾正也有助學習深化。           |
| 4. 綜合建議     | 本堂課主題貼近學生生活，情境設計與活動安排具吸引力，能有效引導學生進行情緒辨識與人際溝通練習。建議可於後續課程安排持續練習更多不同衝突情境，並加入學生真實案例分享，提升學習遷移力與共感深度。此外，也可逐步導入衝突協商的技巧，強化學生多元人際應對能力。 |                                                                                     |

觀課人員：

授課者統籌填寫

桃園市立會稽國中教師公開授課

議課紀錄表

- 一、 單元名稱：2-1 青春情誼
- 二、 上課時間：114 年 9 月 9 日，第 1 節
- 三、 任課班級：902
- 四、 授課老師：黃丞家 老師
- 五、 觀課人員：張明山 老師
- 六、 議課時間：114 年 9 月 11 日，第 1 節

| 教學者自我回饋                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1、 優點方面</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 本次課程設計貼近學生生活經驗，透過情境故事與角色扮演，有效引起學生學習動機。</li></ul> <p>2、 可改進之處</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 課堂時間略顯緊湊，部分小組在角色扮演或練習時無法完整表達，未能逐組深入回饋。</li></ul> <p>3、 所遭遇之困境</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 部分學生在小組中仍較被動，缺乏主動練習的動機，需靠教師介入帶動。</li></ul> |
| 觀課人員回饋                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>一、教學者優點</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 用生活化情境搭配實作練習，讓學生能在真實語境中學會表達與傾聽，符合素養導向教學精神。</li><li>● 教學節奏流暢，活動安排有層次，從認識到應用，環環相扣。</li></ul>                                                                                                                                                                    |
| <p>二、學生學習狀況說明及待釐清問題(可包含回應教學者說課時所欲被觀察之重點)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 學生對「我訊息」練習展現高度興趣與參與，能舉出生活中相關例子。</li><li>● 少數學生仍會將「我訊息」混淆為指責型語句，建議未來可強化語句辨識練習與同儕互評回饋。</li></ul>                                                                                                                                  |
| <p>三、在觀課過程中的收穫</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 認識到「情緒表達」與「我訊息」教學可成為人際關係與心理健康教育的有效介入點。</li><li>● 實際觀察學生如何應用表達架構，有助於後續自己課程設計中更具體掌握「溝通技能」的教學方式。</li></ul>                                                                                                                                                   |
| <p>四、針對教學者所遭遇困境之回應</p> <p>建議在小組互動中設定「角色任務」（如記錄者、發言者、鼓勵者），鼓勵被動生參與。</p>                                                                                                                                                                                                                                                |

議課人員：

## 授課者統籌填寫

### 桃園市立會稽國中教師公開授課 教師同儕學習活動照片

- 一、 單元名稱： 2-1 青春情誼  
上課時間： 114 年 9 月 9 日，第 1 節
- 二、 任課班級： 902
- 三、 授課老師： 黃丞家                      老師
- 四、 觀課人員： 張明山                      老師
- 五、 議課時間： 114 年 9 月 9 日，第 4 節



說明：備課



說明：備課



說明：授課情形



說明：授課情形



說明：議課



說明：議課

