

**113 至 115 年美感與設計課程創新計畫**

**112 學年度第二學期美感智能閱讀計畫**

**成果報告書**

---

主辦單位： 教育部 師資培育及藝術教育司

執行單位： 花蓮縣立新城國民中學

執行教師： 賴錦慧 教師

---

# 目錄

## 1、 美感智能閱讀概述

1. 基本資料
2. 課程概要與目標
3. 執行內容與反思

## 2、 同意書

1. 成果報告授權同意書
2. 著作權及肖像權使用授權書 ( 如有請附上 )



## 美感智能閱讀概述

### 一、基本資料

辦理學校	花蓮縣立新城國民中學
授課教師	賴錦慧
教師主授科目	綜合活動課(輔導、家政)
班級數	802 班
學生總數	( 21 名學生 )

### 二、課程概要與目標 ( 以下紅字部分為舉例說明 )

課程名稱	聆聽自己與他人的「聲音」		
報紙使用 期數及頁數	聆聽特刊，第 <u>p1,2,4,6,7,10</u> 頁	文章標題	<p>P1 封面照片</p> <p>P10 懂「聽」知識+關於一些你不知道的「耳道消息」--「聽」與「聆聽」差在哪</p> <p>P7 意識自己的練習--與生俱來的大腦演算法：自我覺察</p> <p>P7 一行禪師的「活在當下」生活練習--讓自己的心更專心</p> <p>P4 探索什麼是「同理」</p> <p>P2 溝通的魔法--「好好說話」是需要練習的</p> <p>P6 跟爸媽像朋友一樣相處，真的很難做到嗎？</p>

<b>課程融入 議題</b>	<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 無特定議題 <input checked="" type="checkbox"/> 其他__情緒教育_____
--------------------	---

<b>施作課堂</b> (如：國文)	綜合活 動(家政 與輔導)	<b>施作總節 數</b>	6	<b>教學對象</b>	<input type="checkbox"/> 國民小學__年級 <input checked="" type="checkbox"/> 國民中學_8_年級 <input type="checkbox"/> 高級中學__年級 <input type="checkbox"/> 職業學校__年級
-----------------------	---------------------	-------------------	---	-------------	--

### 1. 課程活動簡介 ( 300 字左右的整體課程介紹 )

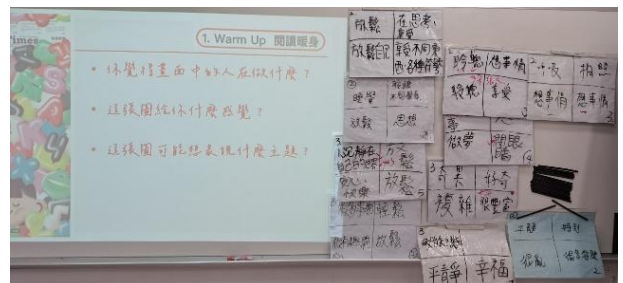
利用第十三期的 p1.封面圖片，色彩繽紛各種圖形，透過小組表達和全班匯集，老師聚焦到聆聽。以 P10「聽」與「聆聽」差在哪?讓學生區別聽與聆聽，如何從聽到聆聽。聆聽自己以 P7 意識自己的練習--與生俱來的大腦演算法：自我覺察和 P7 一行禪師的「活在當下」生活練習--讓自己的心更專心，學習聆聽自己的內在。閱讀 P4 探索什麼是「同理」，學習如何聆聽他人。閱讀 P2 溝通的魔法--「好好說話」是需要練習的，先練習和好朋友表達自己想要的生日禮物，再選擇一個想要練習溝通的事情和對象，依照表格來做練習好好說話。閱讀 P6 跟爸媽像朋友一樣相處，真的很難做到嗎？提出想和家長溝通的事件，試做出自己的溝通三明治。課程從聆聽自己、覺察自己、認識自己表達自己到聆聽他人、同理他人，進而透過設計練習溝通表達，以期能透過練習實踐在自己的日常生活中。在課程中深入體驗聆聽的真義與聆聽之美。

## 2. 課程目標 ( 條列式 )

- (1)透過報紙美感圖片的訊息閱讀與交換，體驗每個人的訊息接收與表達的異同。
- (2)透過報紙內容、網站連結小測驗，老師設計不同提問、呼吸練習、咀嚼葡萄乾等不同活動，練習用不同方式覺察自己，聆聽自己的內在，在過程中培養美感素養。
- (3)藉由報紙文章與影片，學習同理與聆聽他人的方式，透過老師設計提問，練習與家人溝通表達。期盼能在生活中聆聽彼此。感受好好說話、好好聆聽、好好溝通之美。

## 三、執行內容與反思

### 1. 課程實施照片與成果 ( 請提供 5-8 張，如有學生學習回饋可附上。 )









安妮新聞聆聽特刊--輔導課作業 802班 輔導輔導 2024.6

一、暖身活動在這張圖片中，你看到了什麼？(老師計時，直覺看到就請盡量寫出不同的答案)

A	S	青蛙	香菸	小女孩
C	火車	加飛	樹葉	遊客再球
小兔子				

- 1 請依老師指令，輪流唸出不同的答案，相同做記號，沒有就跳過，在別人唸出的答案中，你覺得特別的
- 2 你覺得畫面中的人在做什么？
- 3 這張圖給你什麼感覺？
- 4 這張圖可能想表現什麼主題？

- 一、聆聽環境
1. 請你仔細聽周圍的聲音，請分別簡單紀錄你可以聽到幾種聲音?(30秒)
2. 閉上眼睛，請你仔細聽周圍的聲音，請分辨你可以聽到幾種聲音?(30秒)
3. 睜開眼睛和閉上眼睛，聽到聲音有不同嗎?差異是什麼?

- 三、聆聽自己
1. 如果要有一種聲音代表你?那會是什麼聲音?
- 2、3. 小組交流之後，你有什麼感受與發現?
4. 閱讀 p.10 文章後，請寫出聽與聆聽的差異是?
5. 剛才小組彼此發出聲音的交流是聽?還是聆聽?為什麼?
6. 重新思考，你原本發出的聲音，你想在發出的聲音裡讓別人聽到的是你的什麼?讓人感受到你有什麼特色或特質?
7. 你會如何讓別人聽見你的這個特色或特質?
8. 聆聽自己，要用耳朵嗎?還是可以用其他感官?

四、意識自己的練習--自我覺察

1. 閱讀 p.7 文章，A 內省者 B 覺察者 C 尋覓者 D 討好者 你認為自己的自我覺察是屬於 C 類型，你喜歡自己目前的類型嗎? 不喜歡，你希望自己是 B 類型? 為什麼? 可以清楚林的目標。
2. 看完日常的自我覺察練習二步驟，問問自己可以試試看的困難或阻礙是什麼? 固定進行時間。
3. 讓自己的心更專心=呼吸=放鬆=好好走路=正念分明明眼(認真地有意識地感受、品味)，慢慢咀嚼葡萄乾 30 下，過程中你的自我覺察有哪些? 每次咀嚼到 5 下，感覺很慢太慢了。
4. 你的個性最像哪座台灣的山呢? 原來我是 崑崙山，我看到我的特質有 1) 堅毅 2) 有擔當
- 3) 真誠 4) 富有正義感 5) 有包容心
5. 這個測驗讓我感到 用心，更認識自己，有些特質感覺就是自己。



- 四、同理心
- 1 你有同理心嗎? 你想要別人有同理心嗎?
- 2 閱讀完文章之後，同理心需要的三個要素
- 3 看完影片，你的感受與發現是
- 4 請用一句話說明你理解的同理心
- 5 你什麼時候會希望有人對你發覺同理心?

- 五、愛的語言友情篇
- 1 你的生日到了，你期待你的好朋友們送你什麼禮物(各種形式)你會感到最開心?
- 2 做完愛之語測驗之後，我發現我最能感受到愛的語言是(請寫出圖形分數最高前三)
- 3 所以，未來如果我希望收到我最想要的禮物，我可以如何表達?(請具體寫出內容)

七、好好說話是需要練習的

- 1 請你想一個你覺得想要跟對方好好練習表達的事情和內容來練習
- 2 當我看到/我聽到(事)
- 3 我感到
- 4 因為
- 5 所以我希望
- 6 組合後的句子
- 7 我打算什麼時候做?
- 8 最後我希望得到的

八、跟爸媽(家長)像朋友一樣相處，真的很難做到嗎?

1. 閱讀 step1 後，知己知彼，你的(人媽媽)是  民主型  權威型  忽視型  白威權型
2. 我想跟我的(媽媽)試試的溝通三明治是關於 事件-- 自我專心讀書，成績進步 你不鼓勵我，即一直要我進步
- 3-1 三明治第一層【肯定吐司】 媽媽，我知道你關心我的考試，不會一直要我進步，認真聽
- 3-2 三明治第二層【精華餡料】 可是我，我的壓力我覺得很大，讓我很不舒服，甚至感到厭
- 3-2 三明治第三層【收尾吐司】 如果在我考試前，讓你可以鼓勵我，我覺得會更有信心，面
4. 你做完了的溝通吐司，你的滿意有( )分，因為-- 把我的心所想的都寫了下來
- 這次你閱讀「安妮新聞」，請給這份美感報紙幾個感受(或形容詞、印象)-- 營養豐富、了解自己、學習表達、如何管理自己、學習溝通
- 請說說你這次四堂輔導課的學習與收穫-- 了解如何溝通、表達、聆聽自己、自我覺察、如何管理自己

## 2. 課堂流程說明

(1)以 p1.封面圖片，色彩繽紛各種圖形，透過小組表達和全班匯集，老師聚焦到聆聽。

(2)請學生聆聽環境的聲音，睜眼和閉眼的差別。

(3)如果以一種聲音代表自己，會用什麼聲音?如何形容?彼此交流。

(4)以 P10「聽」與「聆聽」差在哪?讓學生區別聽與聆聽，如何從聽到聆聽。

(5)自己原本選的聲音，是期待別人聽見你的什麼特質或特色?

(6)聆聽自己，閱讀 P7 意識自己的練習--與生俱來的大腦演算法：自我覺察

(7)學習聆聽自己的內在。自己是哪一種類型。思考日常自我覺察練習哪一步對自己比較困難?

(8) 閱讀 P7 一行禪師的「活在當下」生活練習--讓自己的心更專心，老師引導學生呼吸覺察、覺察自己的身體溫度鬆軟姿勢、咀嚼葡萄乾等活動練習。

(9)平板操作山模山樣，你的個性最像哪座台灣的山呢?從網站的訊息覺察自己的有哪些特質?  
請相同珊的同學成組，交流彼此的看見。

(10)閱讀 P4 探索什麼是「同理」，以及觀看影片，表達自己對於同理的理解和迷思。也表達自己何時需要他人的同理。

(11)網站愛之語友情，回答題目認識自己的愛的語言前三名，所以自己的愛之語先練習和好朋友表達自己想要的生日禮物。

(12)學習如何聆聽他人。閱讀 P2 溝通的魔法--「好好說話」是需要練習的，再選擇一個想要練習溝通的事情和對象，依照表格來做練習好好說話。完成後四人成組互相分享與回饋。

(13)閱讀 P6 跟爸媽像朋友一樣相處，真的很難做到嗎？提出想和家長溝通的事件，試做出自己的溝通三明治。完成後並找到一位同學互相分享。

(14)這次你閱讀「安妮新聞」，請給這份美感報紙幾個感受(或形容詞、印象)。統整對於安妮新聞美感的印象。

(15)請說說你這次六堂輔導與家政課的學習與收穫。

### 3. 教學觀察與反思 ( 遇到的問題與對策、未來的教學規劃等等，可作為課程推廣之參考。 )

(1)P1 封面照片很吸睛，透過有效提問、引導，可以擴大看見。是互動性很高的活動。

(2)文章的內容豐富，都每個部分都需要設計與學生生活有關連的提問，並在每個部分之間做脈絡的思考與連結。

(3)為了引發學生的興趣加入兩個線上測驗和一個影片，轉換文字之外其他的資源，增加學生投入的興趣。

(4)教學過程的機制交替使用，讓學生透過個人思考、小組交流、小白板表達可以擴大看見。

(5)透過學習活動的作業單設計與課程簡報的製作，讓教學與學習可以更緊密和有效連結，提高學習的效益。

(6)原本課程設計是四節課，但此內容增加網站小測驗和影片，小組討論與分享時間也較多，因此最後用了六節課。這樣比較符合自己的課程目標與期待。運作流暢學生也很有學習與收穫。