

新北市明志國民中學 109 學年八年級第一學期校訂課程計畫 設計者：溫淑苓、王韻雯

一、課程類別：(請勾選並於所勾選類別後填寫課程名稱)

1. ☒ 統整性主題/專題/議題探究課程： 美好人生 2. ☒ 社團活動與技藝課程： 社團
3. ☐ 特殊需求領域課程： _____ 4. ☐ 其他類課程： _____

二、學習節數：每週(2)節，實施(21)週，共(42)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習目標
☒ A1身心素質與自我精進 ☒ A2系統思考與解決問題 ☒ A3規劃執行與創新應變 ☒ B1符號運用與溝通表達 ☒ B2科技資訊與媒體素養 ☒ B3藝術涵養與美感素養 ☒ C1道德實踐與公民意識 ☒ C2人際關係與團隊合作 ☒ C3多元文化與國際理解	1. 學習民主議事程序，熟悉會議召開的方式及程序，培育民主法治的觀念與風度。 2. 推展班級自治或班級團體輔導，及落實生活教育。 3. 了解自我與發展潛能，能尊重他人並學習團隊合作。 4. 資料檢索與統整的能力與應用。 5. 學習使用完整語彙表達自我意見，並勇於上台報告。 6. 透過擔任幹部，承擔班級責任，並能舉出同儕需改進事項。 7. 藉由班級自治活動的參與，體認個人在班上的存在性。 8. 透過多元的社團活動探索自我、發展人際關係，印證課堂所學，是生活教育實踐的具體表現，亦是參與社會的引導活動。

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 (8/30-9/5) 友善校園週	1. 養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷生命，而展現知善、樂善與行善的品德。	2. 對社會群體及個人責任的體會 3. 中學生如何參與班級與校園事務的決策過程 4. 公民投票的基本原則	單元名稱：「耶！我是國中新鮮人！」 活動內容： 1. 熟悉會議議程 2. 訂定生活公約，開創有禮新氣象！	2	1. 搭配《新生手冊》閱讀，熟悉國中校規。 2. 透過討論生活公約，訂定班級班規。	1.觀察記錄 2.口語表達 3.參與態度 4.合作能力	法治教育 科技 資訊 性別平等 人權教育	
第二週 (9/6-9/12) 交通安全週	1. 學生能用標準客語唸出自己的姓名 2. 學生能使用客語做基本問候 3. 學生能說出常用交	1. 問候語 2. 台灣地名 3. 交通工具 4. 日常用語 5. 交通號誌	單元一：客語勁好講 活動一：教師教導每位學生說出自己的姓名，並能在生活中簡單問候。 活動二：觀賞短片學問候語。 1. 恁久好無？ 2. 恁仔細。 3. 食飽旨？	2	1. 情境短片 https://www.youtube.com/watch?v=qQ1EfGG3B88 2. 客家桌遊 3. 交通工具字卡 4. 交通號誌圖片	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 口語發音	交通安全 多元文化 戶外教育	

	通工具的客家話 4. 學生能利用客語表達要前往的目的地 5. 學生能遵守交通號誌的規範		單元二：玩桌遊學客語 活動一：用客語練習台灣各地地名以及各類交通工具的詞彙。介紹台灣各地客家園區、客家村落，例如：北埔、湖口、新埔、內灣等。透過團體合作競賽，從桌遊中強化客語表達能力，激發學習興趣。 活動二：造句練習 1. 我要去……（目的地） 2. 我去…做……（從事）					
第三週 (9/13-9/19) 家庭教育週	1. 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言並孝順父母友愛兄弟姊妹	2. 人際交流的情感 3. 如何與父母應答 4. 我能做的事	單元名稱：「尊敬父母，友愛兄弟姊妹」 活動內容：觀賞完影片後發表心得，說說對老師及兄弟姊妹的印象，及如何能使家庭和睦相處呢？	2	1. 觀賞品德教育影片—孝順篇 2. 討論與分享心得	1. 觀察記錄 2. 口語表達 3. 參與態度	科技資訊 性別平等 人權教育 家庭教育	
第四週 (9/20-9/26) 防災教育週	1. 能說出禪繞畫的特色	1. 認識禪繞畫與其特色 2. 瞭解禪繞畫的好處	單元一：開始禪繞畫（Zentangle） 活動一：禪繞畫的起源 1. 禪繞畫的創始者	2	4. 〈禪繞初心〉介紹 https://www.youtube.com/watch?v=tULEQ66LujM	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 成果分享	生命教育： 禪繞畫如同人生，是一直向前進的，或許這	6. 能說出禪繞畫的特色 7. 能說出禪繞畫的創作原則

	2. 能說出禪繞畫的創作原則 3. 能進入冥想的狀態並放鬆身心 4. 能設計出自己的特色簽名 5. 能畫出三種基本圖樣	3. 熟悉作畫工具 4. 練習冥想與放鬆 5. 熟悉禪繞畫的步驟 6. 練習三種基本圖樣：雜訊、烈酒、新月	芮克·羅伯茲的冥想經歷與瑪莉亞·湯瑪斯的藝術背景兩者結合的產物。兩人共創出一系列的步驟，使人們能利用重複的圖樣來畫出美麗的圖像，同時達到放鬆的狀態，他們稱此為「冥想的藝術形式」。 2. 禪繞畫的好處 集中心力、激發創意、改善情緒、舒緩壓力、手眼協調、增加自信。 3. 禪繞畫的基本工具 紙磚、代針筆、鉛筆 4. 禪繞畫的正確心態 不必事先打草稿，不要預設目標，只要隨興勾勒會有意外收穫。讓直覺掌控畫筆，禪繞畫沒有對錯，每一筆都是契機，只要堅持畫完它。 活動二：基礎與強化 1. 五分鐘靜心冥想 2. 教師說明禪繞畫步驟：放鬆、呼吸、欣賞紙張、感激、畫邊界、畫暗線、畫圖樣、畫陰	5. 〈柔軟的水滴〉冥想練習音樂 https://www.youtube.com/watch?v=BA3FWOJ71Os 6. Beckah Krahula 《大家一起來學禪繞畫》		線條起初你並不滿意，但過一陣子你回頭再看過，會發現自己其實滿喜歡的。每幅作品都會經歷畫得不好看的時刻，關鍵在於要堅持畫完。因此，不要太早對自己生命作評價，每個人的生都是獨一無二的畫作。	8. 能進入冥想的狀態並放鬆身心 9. 能設計出自己的特色簽名 10. 能畫出三種基本圖樣
--	---	---	---	--	--	---	--

			影、署名、思索、遠近 觀賞 3. 學生設計個人獨特簽名 (播放放鬆音樂)，熟悉使用代針筆。 4. 練習三種圖樣：雜訊、烈酒、新月 5. 展示學生作品 6. 欣賞他人作品並分享自己創作的理念					
第五週 (9/27-10/3) 吾愛吾師週	1. 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言	2. 人際交流的情感 3. 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？	單元名稱:敬師月活動 活動內容: 透過公開集會活動，由音樂團隊代表獻唱為全校老師慶祝教師節。	2	全校性集會+慶祝教師節活動	1.合作能力 2.口語表達 3.參與態度	人權教育 生命教育 品德教育	
第六週 (10/4-10/10) 品德教育週	1. 能說出禪繞畫11個步驟 2. 能利用鉛筆繪製陰影 3. 能控制線條間距營造空間感 4. 能享受冥想的時刻	1. 熟悉禪繞畫的步驟 2. 透過筆觸來完成明暗對比 3. 體驗冥想的放鬆時刻 4. 練習三種基本圖樣：騎士橋、游行	單元二：濃淡兩相宜（色調運用） 活動一：大師 show 1. 帶領同學回顧上週禪繞畫的 11 步驟 2. 色調介紹：禪繞畫透過黑、白、灰三色來達到明暗對比，越邊緣處越深色，可塑造出空間的深度。	2	1. 〈無私的愛〉冥想練習音樂 https://www.youtube.com/watch?v=BA3FWOJ71Os 2. Beckah Krahula 《大家一起來學禪繞畫》	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 成果分享		

	5. 能畫出三種圖樣	生物、牛毛草	3. 禪繞畫範例講解：將色調明亮、輕快的圖樣（流動）置放在密集且繁複的深色圖樣（游行生物）中間，可看出明亮圖的輕盈感，並讓周圍看來不會過於黯淡。 活動二：小試身手 1. 五分鐘靜心冥想 2. 練習三種圖樣：騎士橋、游行生物、牛毛草。線條間距大可營造開闊與輕盈感，若希望看起來緊密、顏色深，則將線條畫近即可。 3. 展示學生作品 4. 欣賞他人作品並分享自己創作的理念					
第七週 (10/11-10/17) 性平教育週	1. 養成專心聆聽的習慣，尊重自己及尊重對方	2. 人際交流的情感 3. 了解身體界線	單元名稱：「尊重自己及同學」 活動內容：觀賞完影片後發表心得，說出如何做？	2	1. 影片欣賞—身體界線 2. 討論與分享心得	1. 觀察記錄 2. 口語表達 3. 參與態度	法治教育 資訊 性別平等 人權教育	

第八週 (10/18-10/24) 藝術人文週	1. 展現自我，舞出生命	2. 學會自信的表現 3. 學會編排及練習	單元名稱:「台上 1 分鐘、台下 10 年功」 活動內容:觀賞完影片後發表心得，說出如何做?	2	1. 影片欣賞—身體界線 2. 討論與分享心得	1.觀察記錄 2.口語表達 3.參與態度	資訊 性別平等 藝術教育	
第九週 (10/25-10/31) 舞文弄墨週	1. 透過學習，能做到上台不怯場，展現自信。	2. 學會自信的表現 3. 訓練台風 4. 訓練口語表達清晰	單元名稱:「如何成為傑出演說家」 活動內容:透過分組練習，讓每位學學皆有練習的機會	2	1.討論與分享心得	1.口語表達 2.參與態度	性別平等 人權教育 藝術教育	
第十週 (11/1-11/7) 才華洋溢週	1. 能繪製圖樣將暗線空間填滿 2. 能畫出陰影在不同的圖樣上 3. 能放鬆身心在作畫時刻 4. 能畫出三種圖樣	1. 學習禪繞畫的重疊技法 2. 學習增加立體感的陰影畫法 3. 練習三種圖樣：商陸根、節日情調、立體公路	單元三：一山還有一山高（重疊技法） 活動一：大師 show 1. 重疊的範例講解：在暗線內填滿重複的圖形會產生圖樣後縮的效果。繪製時要想像這個圖樣沒有東西能穿過，也就是畫第二次的时候要避開第一次的圖，重複畫直至填滿暗線內空間。 2. 示範增強畫面效果：利用光環、露珠、圓孔、圓化、陰影、閃爍的畫法來讓作品更突出，但	2	1. 〈春天的森林〉冥想練習音樂 https://www.youtube.com/watch?v=P-vLspksaVU 2. Beckah Krahula 《大家一起來學禪繞畫》	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 成果分享		

			陰影要適量，免得看起來一團灰反而平淡。 活動二：小試身手 1. 五分鐘靜心冥想 2. 練習三種圖樣：商陸根、節日情調、立體公路（協助學生加上陰影增加立體感、重量感和造型感）。 3. 展示學生作品 4. 欣賞他人作品並分享自己創作的理念					
第十一週 (11/8-11/14) 國際語言週	1. 認識不同國家語言及文化	2. 尊重各國文化差異 3. 認識各國語言種類	單元名稱：「語言的分類」 影片欣賞-「西班牙語系」認識西班牙文化	2	1. 影片欣賞—身體界線 2. 討論與分享心得	1. 觀察記錄 2. 口語表達 3. 參與態度	多元文化 國際教育 科技	
第十二週 (11/15-11/21) 生命教育週	1. 能繪製圖樣將暗線空間填滿 2. 能畫出亮點在不同的圖樣上 3. 能聆聽音樂進入冥想狀態	1. 學習禪繞畫的閃爍技法 2. 學習增加造型感的亮點畫法 3. 練習兩種圖樣：等容線、春天	單元四：閃閃惹人愛（閃爍技法） 活動一：大師 show 1. 閃爍範例講解：繪製圖樣時，刻意讓筆畫中斷，留下一小截空隙，再往後延續這一筆。此作法能增加作品明亮度，讓觀者停留在這個亮點。	2	1. 〈秋天的午後〉冥想練習音樂 https://www.youtube.com/watch?v=Vsj2ieehKjQ&list=RDP-vLspksaVU&index=2 2. Beckah Krahula 《大家一起來學禪繞畫》	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 成果分享		

	4. 能畫出兩種圖樣		活動二：小試身手 1. 五分鐘靜心冥想 2. 練習兩種圖樣：等容線、春天。 3. 叮嚀：以春天為例，閃爍應出現在線圈相同的位置，但不必每個線圈都有閃爍，因為過度使用效果就會減低，且須注意有閃爍的地方就不會有陰影。 4. 展示學生作品 5. 欣賞他人作品並分享自己創作的理念					
第十三週 (11/22-11/28) 明志創客週	1. 利用發想、設計做出獨一無二的作品	2. 學會團隊合作 3. 設計的理念 4. 作品產出	單元名稱：「動手做 do what I can do」 教師講述製作理念及方法 活動內容：利用手邊工具完成作品產出	2	1. 討論與分享心得	1. 參與態度 2. 作品完成度	多元文化 環境教育	
第十四週 (11/29-12/5) 環境教育週	1. 能融合前四次上課內容繪製獨特作品 2. 能畫出一筆畫圖樣不中斷	1. 學習禪繞畫的一筆畫圖樣 2. 學習放慢速度勾勒線條	單元五：一筆呀呀（一筆畫圖樣） 活動一：大師 show 1. 一筆畫圖樣介紹：某些禪繞畫的圖樣可以從頭到尾不停筆來完成，此類圖樣有助於放鬆身	2	1. 〈森林狂想曲〉冥想練習音樂 https://www.youtube.com/watch?v=s8BbaqG66JQ&list=RDP-vLspksaVU&index=8	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 成果分享		

	3. 能聆聽音樂進入冥想狀態 4. 能畫出三種圖樣	3. 練習三種圖樣：驚奇、慕卡、流動	心，學習起來也簡單好記，頗受歡迎。 活動二：小試身手 1. 五分鐘靜心冥想 2. 練習三種圖樣：驚奇、慕卡、流動。 3. 叮嚀：驚奇是由彎彎曲曲、不會交錯的線條構成，表現起來較為濃密適合做為背景；慕卡繪製時要一筆到底，勿必放慢速度；流動由重複多次的一筆畫圖樣構成。後面兩者都適合作為前景的部分，可結合之前的各種圖樣來完成創作。 4. 展示學生作品 5. 欣賞他人作品並分享自己創作的理念		2. Beekah Krahula 《大家一起來學禪繞畫》			
第十五週 (12/6-12/12) 科學教育週	1. 能源科學動手做	同儕之間互相觀摩學習	單元名稱：能源新訊息 單元內容：比較 108 年各種發電方式的公告成本 節能省錢小妙方-燈具的選擇	2	1.討論與分享心得	1.觀察記錄 2.口語表達 3.參與態度 4.合作能力	環境教育 科技科學教育	

第十六週 (12/13-12/19) 明志禮讚週	1. 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言	2. 人際交流的情感 3. 學生們如何在校園生活中實踐公民德性？	單元名稱:「微笑、禮貌、好明志」--塑造有禮互重友善校園 活動內容: 1. 搜尋「禮貌」相關影片，探討生活周遭可奉行的有禮行為。 2. 票選班上禮貌小天使，說明其可讓人學習之處。	2	1. 觀賞禮貌相關影片 2. 討論與分享心得	1.觀察記錄 2.口語表達 3.參與態度 4.合作能力	法治教育 科技 資訊 品德教育 人權教育	
第十七週 (12/20-12/26) 民主法治週	1. 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言	整合成員特質並展現團隊合作成效	單元名稱:法治 討論內容:「當選！當選！高票當選」--策劃模範生競選相關事宜	2	分組討論並統整心得、上台發表。	1.觀察記錄 2.口語表達 3.參與態度 4.合作能力	法治教育 科技 資訊 品德教育 人權教育	
第十八週 (12/27-1/2) 生涯發展週	1. 能融合前四次上課內容繪製獨特作品 2. 能畫出一筆畫圖樣不中斷	4. 學習禪繞畫的一筆畫圖樣 5. 學習放慢速度勾勒線條 6. 練習三種圖樣：驚奇、慕卡、流動	單元五：一筆呀呀（一筆畫圖樣） 活動一：大師 show 2. 一筆畫圖樣介紹：某些禪繞畫的圖樣可以從頭到尾不停筆來完成，此類圖樣有助於放鬆身心，學習起來也簡單好記，頗受歡迎。 活動二：小試身手 6. 五分鐘靜心冥想	2	3. 〈森林狂想曲〉冥想練習音樂 https://www.youtube.com/watch?v=s8BbaqG66JQ&list=RDP-vLspksaVU&index=8 4. Beckah Krahula 《大家一起來學禪繞畫》	4. 觀察記錄 5. 參與態度 6. 成果分享	5. 能融合前四次上課內容繪製獨特作品 6. 能畫出一筆畫圖樣不中斷 7. 能聆聽音樂進入冥想狀態	

	3. 能聆聽音樂進入冥想狀態 4. 能畫出三種圖樣		7. 練習三種圖樣：驚奇、慕卡、流動。 8. 叮嚀：驚奇是由彎彎曲曲、不會交錯的線條構成，表現起來較為濃密適合做為背景；慕卡繪製時要一筆到底，勿必放慢速度；流動由重複多次的一筆畫圖樣構成。後面兩者都適合作為前景的部分，可結合之前的各種圖樣來完成創作。 9. 展示學生作品 10. 欣賞他人作品並分享自己創作的理念				8. 能畫出三種圖樣	
第十九週 (1/3-1/9) 健康促進週	1. 養成運動的好習慣	2. 校園跑跑列車活動 3. 了解身體	單元名稱:譜出健康生活 討論內容:「校園跑跑列車活動」如何進行?	2	實際參與、同儕互助	1. 觀察記錄 2. 參與態度		
第二十週 (1/10-1/16) 勤勉力學週	1. 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言	同儕之間互相觀摩學習	單元名稱:自律 討論內容:段考將至，如何做最有效的複習?	2	分組討論並統整心得、上台發表。	1.觀察記錄 2.口語表達 3.參與態度 4.合作能力	法治教育 品德教育	

第二十一週 (6/28-7/4) 除舊佈新週	1.養成保持環境整潔的好習慣。 2.愛護環境從自身做起。	1.從日常生活中培養打掃的習慣。 2.維持教室整潔。	單元：《居家清潔小常識》 討論內容： 1.家事由誰做，如何分工 2.如何有效率的打掃 3.期末掃除分組。	2	分組討論並統整心得、上台發表。	1.口語表達 2.參與態度 3.合作能力	★環境教育	
---------------------------------------	---	---------------------------------------	---	----------	------------------------	-------------------------------------	--------------	--