

# 111 學年度高一微型課程大綱

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |                                         |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------|
| 課程名稱            | 從遊戲中拼湊自己(學生人數上限 30 人)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |                                         |
| 學分總數            | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |                                         |
| 開設時段            | <input type="checkbox"/> 全學期 16 週 <input checked="" type="checkbox"/> 前八週 <input checked="" type="checkbox"/> 後八週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |                                         |
| 選修方式            | 跨班上課                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 任教老師       | 趙健棚                                     |
| 與十二年國教課綱對應之核心素養 | <input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題<br><input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達<br><input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養<br><input checked="" type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作<br><input checked="" type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解                                                                                                                                                                                 |            |                                         |
| 對應大學學群          | <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 工程 <input type="checkbox"/> 數理化 <input type="checkbox"/> 醫藥衛生 <input type="checkbox"/> 生命科學<br><input type="checkbox"/> 生物資源 <input type="checkbox"/> 地球與環境 <input type="checkbox"/> 建築與設計 <input type="checkbox"/> 藝術<br><input checked="" type="checkbox"/> 社會與心理 <input type="checkbox"/> 大眾傳播 <input type="checkbox"/> 外語 <input type="checkbox"/> 文史哲 <input type="checkbox"/> 教育<br><input type="checkbox"/> 法政 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 財經 <input type="checkbox"/> 遊憩與運動 <input type="checkbox"/> 其他學群 |            |                                         |
| 學習目標            | 1. 了解自己如何與人互動與學習與他人建立連結的能力。<br>2. 從生活中的互動，探索自身尚不為己知的認知、情緒與行為模式。<br>3. 接納自己的模樣，進而嘗試著溫柔對待自己。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |                                         |
| 教學大綱與進度         | 週次                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 單元／主題      | 內容綱要                                    |
|                 | 一                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 從了解課程中穩住自己 | 講師與成員自介、課程架構介紹、認識與你同桌的夥伴們、遊戲教學與體驗、分享與回饋 |
|                 | 二                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 建立團體關係     | 遊戲教學與體驗、分享與回饋                           |
|                 | 三                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 面對未來的模樣    | 遊戲教學與體驗、分享與回饋                           |
|                 | 四                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 他人評價對自己的影響 | 遊戲教學與體驗、分享與回饋                           |
|                 | 五                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 在人群中自己的模樣  | 遊戲教學與體驗、分享與回饋                           |
|                 | 六                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 協作中的觀察與調整  | 遊戲教學與體驗、分享與回饋                           |
|                 | 七                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 沒有任何感受是錯誤的 | 遊戲教學與體驗、分享與回饋                           |
|                 | 八                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 溫柔對待自己     | 遊戲教學與體驗、分享與回饋、結語                        |
| 評量方式            | 1. 課程參與度與出勤狀況(30%)<br>2. 發言次數與用心程度(20%)<br>3. 期末自我探索報告(1000 字以上)(50%)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |                                         |

|      |                                                                                                                                                                                                                   |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 資源配合 | <p>1. 參考影片：TEDxTaipei Youtube 影片<br/> <a href="#">(25) 沒有「負面能量」是好事嗎？需要重新認識的「情緒反應」 Acknowledge and Embrace Your Negative Emotions   陳永儀 May Chen   TEDxTaipei - YouTube</a></p> <p>2. 參考書目：桌遊課-原來我玩的不只是桌遊，是人生。</p> |
| 備註   | <p>1. 每堂課程遊戲體驗後，皆有沉靜回憶 5 分，不喜者勿選。</p> <p>2. 本課程課間無下課時間，但可自由前往廁所或裝水。</p> <p>3. 本課程嚴禁使用手機。</p> <p>[使用手機一次會扣課程參與度與出勤狀況分數 20 分，滿分為 100 分]</p>                                                                         |