

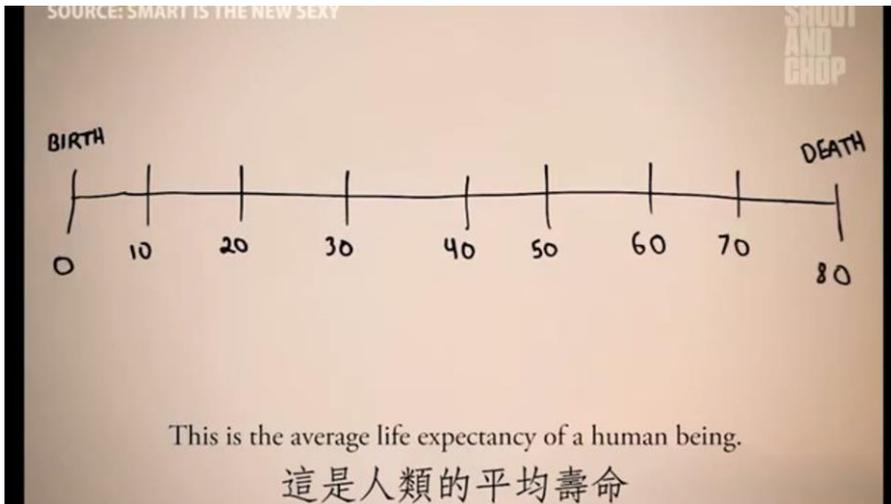
教學活動設計表 (雙語輔導)

活動名稱	時間管理: Time management	班級	106	人數	24
日期	2021/11/09	時間	一節課 45 分鐘	設計者	康佩如
教學目標	<p>認知目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認知人的一生看似漫長，實際能運用的時間短暫 2. 區別回家後所做的事，哪些是瑣事，哪些是比較重要緊急的事 3. 說明自己回家後，花多少時間，做哪些事。評斷哪些事可以延長所花的時間，哪些事應該縮短所花的時間 <p>技能目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 從引導影片的活動中，領會人生看似漫長，扣除睡眠時間，實則能運用的時間有限 5. 描述自己回家後所做的事，進行「瑣事實果」的遊戲，從遊戲中發現其他同學和自己回家後所做的事，有相似或相異之處，幫助自己覺察、定義何謂「瑣事」，何謂「重要的事」 6. 能夠區別「瑣事」和「重要的事」之間的差異，自己能夠選擇「瑣事」可以花費較少的時間，「重要的事」應該多花一點時間完成 <p>情意目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. 培養學生主動參與課堂活動的精神 8. 從教學活動中協助學生區分「瑣事」與「重要的事」，能夠選擇有效地運用時間 				
具體目標	<p>認知目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1-1. 從引導影片與活動，進行評價與思考 2-1. 從同學描述回家後做的事，進行區辨，對「瑣事」與「重要的事」有概略認知 3-1. 區分自己回家後所做的事，哪些是「瑣事」或「重要的事」，何者該縮短或延長時間 <p>技能目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 4-1. 從引導影片中，著手畫生命線的格子，進而發現人生時間有限，應該珍惜時間 5-1. 積極參與「瑣事實果」遊戲，從同學所描述的事項，覺察每人所做的事有相似或相異處 6-1. 區辨「瑣事」與「重要的事」，能夠選擇有效地運用時間，多花時間做重要的事 <p>情意目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 7-1. 主動參與課堂活動，實行老師指派的任務 8-1. 表現願意選擇善用時間的積極態度，珍惜時間 				
具體目標	活動過程與內容			教學資源	評量
	一、準備活動 教師收集教學資料、熟悉課程內容、準備所需教材			PPT 電腦	

<p>1-1</p> <p>7-1</p> <p>2-1</p> <p>3-1</p> <p>4-1</p> <p>5-1</p> <p>6-1</p> <p>7-1</p> <p>8-1</p>	<p>二、發展活動 (8 minutes)</p> <p>【引起動機】</p> <p>觀看「生命線」的影片，如同影片中，扣除睡眠、目前年紀，人生餘命還剩多少時間呢？在學習單上作答</p> <p>Greeting the class. Do a quick review about last lesson. Then start today's topic. Tell students they are going to watch a video. Follow the video, deduct sleep time for your whole life and the current age. Then, how much time is left?</p> <p>畫完圖之後，請學生陳述：「人生還剩幾格呢？」</p> <p>When students finish drawing, the teacher asks them “how much time is left?” So, today's topic is “Time management.”</p> <p>【展開活動】 (32 minutes)</p> <p>(1) 瑣事賓果 Trifles Bingo</p> <p>1. 以賓果遊戲，讓大多數學生描述一件，自己回家後所做的事</p> <p>Bingo game: pick one student then another to tell the whole class what they did after school.</p> <p>2. 遊戲結束後，詢問學生是否發現：大家做的事有相似、也有相異之處。大家都會吃飯、洗澡、看電視，還有人會打電動、看書、寫功課。有些人完全不寫功課就睡覺，有些人還可以看書、寫功課、準備考試。接著，引導學生進入下一個活動。</p> <p>After the game, inquire students if they find any differences or similarities about what they've done after school. Some go to bed without finishing any homework, but some can do homework and even prepare for tomorrow's tests. Then, how much time do you spend on these things?</p> <p>(2) 你花多少時間做...How much time do you spend on...?</p> <p>1. 以 ppt 呈現 10 件學生回家後可能會做的事，如果學生有做這件事，請學生在學習單每欄位中(以時間長短區分)寫下這件事</p> <p>List ten things that students may do at home. Show the students each item on the slice. If they do, fill in the blanks on the worksheet.</p> <p>2. 了解每一件事所花的時間長短，接著請學生思考並選擇，哪一件事需要縮短時間，哪一件事可以延長時間，並找一位同學分享。</p> <p>Then, have students think about which thing should be spent more time on, and which thing should be shortened</p>	<p>學生能專心聽講、參與活動</p> <p>教師以口頭問答方式，評估學生的起點行為。</p> <p>學生能專心聽講。</p> <p>學生完成學習單</p> <p>教師以觀察了解學生的學習成效。</p>
--	--	---

	<p>the time? Then, have each student shares his/her ideas with one classmate. After one minute, the teacher picks some students to share their ideas with the whole class.</p> <p>三、綜合活動 (3 minutes) 老師組織學生的想法，並重述一次，對有趣、特殊的想法給予回饋 The teacher repeats students' ideas and gives feedback.</p> <p>四、結束活動 (2minutes) 謝謝學生今日的認真參與，請學生寫下今天上課學到什麼。 The teacher thanks students for their participation, and asks them to write down on the worksheet about what they have learned today.</p>		
--	--	--	--

活動歷程



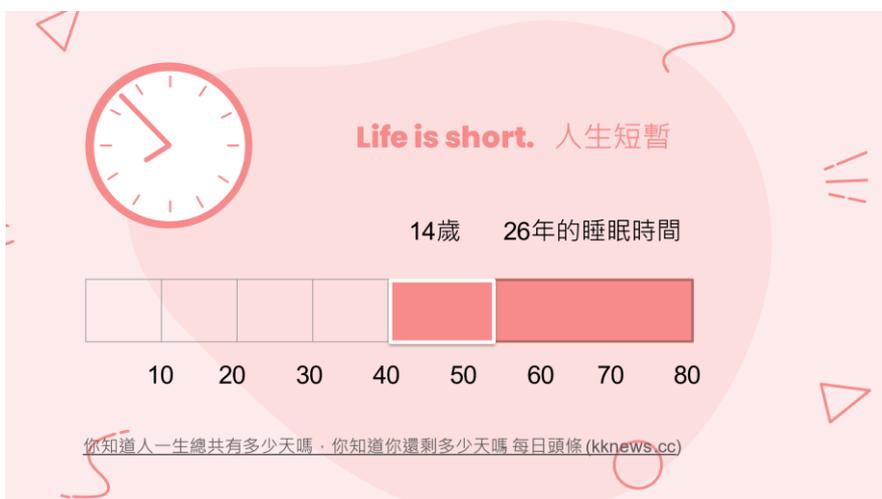
觀看「生命線」的影片，如同影片中，扣除睡眠、目前年紀，人生餘命還剩多少時間呢？

Tell students they are going to watch a video. Follow the video, deduct sleep time for your whole life and the current age. Then, how much time is left?



進入主題:今日課程的主題是「時間管理」，並發下學習單

Tell students about today's topic: Time management. Give each student a copy of worksheet.



引導思考: 扣除一生中所有的睡眠時間，以及現在的年紀，你還剩下多少時間？

Students work on the worksheet. Ask them how much time do they spend on sleeping the whole life? Students may make lots of guesses, then tell them the correct answer by showing on the slice. If they cut off sleep time and their current age, how much time is left? The activity helps students to realize “life is short.”

Trifles Bingo 瑣事實果

1. Write down 1-9. 寫數字1-9
2. 老師選一位同學，說一件「回家後你所做的事」
3. 選一個數字。
4. 選下一個人，最先連成2條線者贏



瑣事實果:

After the game, inquire students if they find any differences or similarities about what they've done after school. Some go to bed without finishing any homework, but some can do homework and even prepare for tomorrow's tests. Then, how much time do you spend on these things?

How much time do you spend on...

你花多少時間做...

- | | |
|--|----------------------------|
| doing homework
寫功課 | going to cram school
補習 |
| preparing for tests
準備小考 | taking a bath
洗澡 |
| exercising
運動 | doing housework
做家事 |
| using instagram/tiktok
(surf the NET)看ig/抖音(上網) | watching TV
看電視 |
| chatting with friends
和同學聊天 | playing games
打電動/玩手機 |

以 ppt 呈現 10 件學生回家後可能會做的事，如果學生有做這件事，請學生在學習單每欄位中(以時間長短區分)寫下這件事

List ten things that students may do at home. Show the students each item on the slide. If they do, fill in the blanks on the worksheet.

How much time do you spend on...

你花多少時間做...

1. Which item should you **shorten** the time? Why?
哪一件事你認為應該縮短花費的時間?
2. Which item do you want to **extend** the time?
哪一件事，你想要延長花費的時間?



了解每一件事所花的時間長短，接著請學生思考並選擇，哪一件事需要縮短時間，哪一件事可以延長時間，並找一位同學分享。

Then, have students think about which thing should be spent more time on, and which thing should be shortened the time? Then, have each student shares his/her ideas with one classmate. After one minute, the teacher picks some students to share their ideas with the whole class.

活動成果

班級 14 座號 [redacted] 姓名 [redacted] +1 +2 Points 92+3

時間管理 Time management

◎ 生命線

◎ 瑣事實果 Trifles Bingo

x	1	3
x	7	1 x
x	2	5 x

◎ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
運動 洗澡 做家务	寫功課 和同學聊天	上網	補習	準備小考 看電視 打電話

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
補習, 因為會壓縮到休息時間。

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼?
做家务, 因為父母工作一整天很累, 所以要幫忙分擔家務。Wow! 你好好貼心!

◎ 你今天學到什麼? What do you learn today?
善用時間, 重要的事要先做。Good!

How much time do you spend...? 這個活動，ppt 上是中英文並陳，但學生可選擇中文或英文回答，語文的使用不會影響成績，我有向學生說明過，老師評分的標準是內容

班級 1-6 座號 [redacted] 姓名 [redacted] +1 +1 +2 Points 92+14

時間管理 Time management

◎ 生命線

◎ 瑣事實果 Trifles Bingo

5	4	1
2	9	1
8	3	6

◎ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
exercising	doing homework doing housework	chatting with friends taking a bath	playing game	preparing for tests + task going to cram school

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
playing game. 傷眼睛。Right!

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼?
運動, 因為每次家人都只限30分。Right!

◎ 你今天學到什麼? What do you learn today?
把握時間, 不要讓重要的事乾乾淨淨。Good!

這個學生用英文書寫，或許已經學過這些單字片語。這個孩子的亮點是，她發現和其他項目比較，自己花兩個小時玩遊戲太久了，可見把每件事所花的時間列出來，可以幫助孩子察覺自己花多少時間做「瑣事」或「重要的事」

班級 106 座號 [redacted] 姓名 [redacted] 11/12 Points 92+15

時間管理 Time management

① 生命線

② 瑣事賓果 Trifles Bingo

9	6	2
5	1	3
8	4	7

③ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
exercising	preparing for tests	doing housework	doing homework going to cram school	chatting with friend iq/strtok taking a bath watching TV playing game

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
Going to cram school, because I don't like to go to cram school. Got it! Then you'll have to study hard to get good grades that way.

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼? *you may have the chance of not going there*
Exercising, because I want to run faster. Good! Do it!

④ 你今天學到什麼? What do you learn today?
重要的事情要先做。 Great!

這是英文能力比較好的學生，願意挑戰使用英文回答問題。學生所完成的學習單，我會掃描留存，在下次上課時和全班分享，說明這張學習單書寫用心之處。

班級 106 座號 [redacted] 姓名 [redacted] 12 Points 91+2

時間管理 Time management

① 生命線

② 瑣事賓果 Trifles Bingo

X 1	X 8	9
X 6	2	X 7
X 4	X 5	3

③ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
寫功課 運動 做家务	洗澡	看抖音	玩手机	準備考試 和同學聊天 補習 看電視

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
抖音, 不要看太久, 偶爾看一下就好。 Good!

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼?
運動, 對身體有好處。 夏好! Do it!

④ 你今天學到什麼? What do you learn today?
善用時間, 把重要的事情先做好。 Good!

這位學生回答的有趣之處是，他覺得花費一個半小時看抖音太久，想縮短時間，但他卻沒有想到要縮短使用手機時間(2個小時)，這是可以老師可以提出來，再繼續詢問學生想法，做價值澄清之處。這是輔導課有趣之處，可以幫助學生瞭解自己，也可以讓老師多瞭解學生想法。

學生學習成效

◎ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
洗澡	寫功課 和同學聊天	準備小考	運動 上網 補習 玩機	做家事 看電視

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
上網 玩手機
因為會讓我無法認真寫完功課 真的!

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼?
寫功課 因為我要把功課寫好
好有心, 很棒! Do it!

◎ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
寫功課 準備小考 洗澡 做家事		補習 上網		運動 和同學聊天 玩電動

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
上網時間, 應該在 1小時內

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼?
準備小考, 讓自己考試時寫的答案更有把握

◎學習單中，這一題和最後 **What do you learn today?** 是看出學生學習成效的重點。學生察覺上網、玩手機時間過長，導致無法完成功課，進而選擇改變，是這堂課的教學目標。雖然無法確知學生是否採取行動，但「能覺知」已經是很好的起始點。

◎這位學生的亮點，也在覺察自己上網時間太久，願意選擇縮短為一個小時。
◎相對的，準備小考時間太短，應該增加時間。藉由表格，列出活動所花費的時間，可以讓學生區辨：不重要的事可以縮短時間，重要的事應該增加時間。

◎ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
doing homework taking a bath	preparing for tests watching TV	using sikatok going to cern school	chatting with friends playing games	exercising doing housework

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
playing games, 因為會讓視力減弱 Good!

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼?
exercising, 因為不運動會胖。真的!

◎ 你花多少時間做... How much time do you spend on...?

1. 投影片顯示的事項，你花費多少時間做這件事呢？

30 minutes	an hour	one and a half hours	2 hours	others
看電視	寫功課 運動 做家事		和同學聊天 看片/錄音	準備小考 打電動/玩遊戲 補習 洗澡

2. Which item should you shorten the time? Why? 哪一件事你認為應該縮短時間? 為什麼?
打電動玩遊戲, 因為沒時間寫功課。
有意識到這件事很好。

3. Which item do you want to extend the time? Why? 哪一件事你想要延長時間? 為什麼?
運動, 因為想打久一點的球。

◎雙語輔導的另一個學習目標，是讓學生習慣英語文的使用。這位學生願意使用英文書寫學習單，是很棒的嘗試，也可做為示範，鼓勵其他學生嘗試使用英文書寫學習單。

◎這位學生的亮點，也是覺察自己沒有善用時間，雖然不知道是否採取行動，但希望藉著認知，開啟行動之路。

◎ 你今天學到什麼? What do you learn today?
時間的重要性, 人的一生活很短, 要多用時間來做有意義的事。 Great!

◎ 你今天學到什麼? What do you learn today?
人要善用時間做自己最喜歡的事, 再做其他的事。 Good! Do it!
Great!

◎本單元的學習目標之一，就是希望學生學習到：時間的重要性、時間短暫；事有分瑣事、或重要的事，應善用時間先做重要的事。這位學生的心得，的確掌握到這個單元的學習重點。「有意義的事」，在不同年齡，會有不同定義，以學生而言，就是完成學業要求，能夠生活自理，作息有規律，這是很棒的價值觀形塑表現，我相信學生在這堂課，應該有收穫。

◎這位學生的心得，也表現出，他認知到人要善用時間，先做重要的事，切合本單元的教學目標。每一份學習單最後，我會列出這個問題：**What do you learn today?** 目的是確認學生的學習成效，是否與教學目標一致。學生的價值觀是正確的，也希望能進一步採取行動，善用時間。

教學省思

「時間管理」對國中生而言，是很重要的議題。我們學生在學業成就表現上，普遍不佳，能夠確實完成功課已經是很好的表現，如果學生能夠確實讀書，追求更好的學業成就，則是為數不多的優質學生。在國一上學期，讓學生接觸「時間管理」這個議題，是非常重要的。

本單元的學習目標，就是希望學生學習到：時間的重要性、時間短暫；事有分瑣事、或重要的事，應善用時間先做重要的事。再延伸到下一個單元的 N 字法則，教導學生如何依事情的輕重緩急，妥善規劃有限的時間。和輔導老師共備時，同事有提到，可以用方格紙的方式，一格代表一年，讓學生撕去一生的睡眠時間、自己的年齡，可以覺察自己剩下的格子，也就是時間還有多少。恰巧我在網路上，找到類似的影片，十年一格，剩下的格子數，讓學生對時間有限更有感，我覺得這是引起動機很棒的方式。其次，雙語的目標在於適切地融入英文，但不能偏離輔導主題，幾經思索，我選擇在 *How much time do you spend on...?* 這個活動融入英文，ppt 上還是中文英文同時呈現，但在書寫學習單的過程中，有學生問我：「是否可以寫英文」，讓我感動。第一堂課我已經向學生說明，語言只是媒介，不是評分的標準，想法、內容才是老師評分的依據。隨著兩個月過去，學生願意使用英文書寫學習單，我覺得這是很好的嘗試，讓學生習慣使用英文，需要時間醞釀，只要能夠緩步接近這個目標，時間的累積會看出成效。

我覺得自己比較弱勢之處，依舊在於每個小活動結束時的統整、回饋。總是覺得自己當下無法精準地澄清學生的想法。比如說，有學生認為看抖音 1.5 小時太長，但他使用手機是 2 小時，他卻並不覺得使用手機時間應該縮短。這個問題我是改學習單時才發現，學生在分享的時候我並沒有注意到，我覺得這是自己可以再多培養觀察力、敏銳度之處，也是需要多給自己一點時間。

每一次的雙語課都不容易，需要花費無數時間思索教學內容、製作教材，看到學生認真書寫的學習單，對老師而言，就是最好的回饋。