

黎明高中生涯發展教育融入國文學習領域 教學活動設計

單元名稱 (教學主題)		音樂家與職籃巨星			
適用年級		七年級	教學時間	150 分鐘/3 節	
設計理念		1. 結合課文與時事名人案例，透過資料的收集與討論，讓學生能了解生涯規劃內涵，更進一步能身體力行。 2. 了解勤能補拙的觀念，勉勵自己在對的方向努力			
能力 指 標	學習 領域	5-4-3-1 能了解並詮釋作者所欲傳達的訊息 5-4-3-4 能欣賞作品的內涵及文章結構			
	生涯發 展議題	2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀			
學 習 目 標	學習領 域單元	1. 明瞭課文案例 2. 培養認識自己與磨練自己的心志			
	生涯發 展議題	能透過活動去思考自己的生涯目標，並勇敢、堅毅有恆的去追尋			
教學方法		講述法、發表法、問題解決法、學習單、角色扮演			
學習資源		國中康軒版第 1 冊第 10 課			
學習目標	教學活動流程		教具	時間	評量
第一堂課 從運動員的 人生經驗，讓 學生思考自 身擁有的人 格特質及 立志生涯相 關規劃	一、引導活動（引起動機） 1. 教師播放「郭婞淳」廣告與 TED 演講 說片段。		教學 DVD 筆記 型電 腦 學習 單	8 分鐘 30 分鐘 12 分鐘	口頭 發表 學習單 口頭 發表
	2. 教師以提問方式講解重點。 ● 郭婞淳的舉重人生，有甚麼轉折？什麼際遇讓 他選定方向？與確定自己的路？ 3. 學生揣摩「如果當時是我……」，以運動員經 歷的人生轉折點，要學生表達自己的選擇可能				
	二、教學活動 1. 講解作者 2. 講解題解 3. 課文講解(相關單字) 4. 統整學習目標				
三、綜合活動 1. 發學習單，請學生完成與整理文章中，知名運 動員的成名事蹟和比賽內容。 2. 以 PPT 呈現運動員的名言，讓學生了解運動員的 苦練經歷。檢視自己的學習歷程。 ~課程結束~					

學習目標	教學活動流程	教具	時間	評量
第二堂課 能從比較知名的案例中得到自我探索的提升	一、引導活動（引起動機） 1. 介紹新書刻意練習，分享莫札特刻意練習的人生經驗。 2. 介紹蔡依林自稱「地才」與他的音樂之路 二、教學活動 1. 播放「音樂家與職籃巨星——魯賓斯坦」生平 2. 課文講解(相關單字、修辭) 3. 課文提問 ● 魯賓斯坦認為自己的成功關鍵為何？ 3. 統整課文 4. 教學勉勵 三、綜合活動 1. 交代作業，註釋與習作練習。 2. 發放課外閱讀學習單【鈴木一朗專文】 ~課程結束~	課外書 筆記型電腦 學習單	8 分鐘 30 分鐘 12 分鐘	
學習目標	教學活動流程	教具	時間	評量
第三堂課 能從比較知名的案例中得到自我探索的提升	一、引導活動（引起動機） 1. 教師播放鈴木一朗【我的夢想】廣告。 2. 教師再以提問方式講解重點。 鈴木一朗甚麼時候開始立志打棒球？ 苦練的紀錄是？ 二、教學活動 1. 講解麥克喬丹生平 2. 講解課文中喬丹運動員生涯的養成 3. 課文講解(相關單字、修辭) 4. 情意統整與分析 (1)兩人的成功從何而來？ (2)發表自己的生涯可能與相關磨練可能？ 5. 統整課文 三、綜合活動 1. 交代作業，註釋與習作練習。 2. 讓學生以 PPT 呈現喬丹運動員的名言，了解運動員的苦練經歷和心志。 3. 學習單練習 ~課程結束~	教學 DVD 筆記型電腦	8 分鐘 30 分鐘 12 分鐘	

● 音樂家與職籃巨星 學習單

1. 你是否有過成為運動員的夢想?

- 如果有，請問是哪一類?有甚麼樣的原因?
- 如果沒有，那你有想成為哪個領域專業人士的夢想嗎?

2. 郭婞淳的人生轉折為何?歷經了哪些磨練?

3. 請寫下影片中台灣之光，舉重運動員-郭婞淳的名言、佳句

4. 新書介紹之【刻意練習】中提到，比天賦更關鍵的是找到對的方法和設立對的目標做練習。你認為你有這樣的經驗嗎?比如才藝、學科、運動……等

5. 細讀鈴木一朗的專文，並摘錄重要佳句

6. 鈴木一朗為了棒球生涯，他做過甚麼刻意練習呢?

7. 請想像 2 個以上目前你傾向的職業，舉出你所知道，該工作可能需要的天賦、能力、條件?

8. 請選擇上列一項將你預設的職業，提出有數據的練習設定。

● 音樂家與職籃巨星 學習單

1. 你是否有過成為運動員的夢想?

- 如果有，請問是哪一類?有甚麼樣的原因?
- 如果沒有，那你有想成為哪個領域專業人士的夢想嗎?

有，棒球，因為小時候爸爸常和我一起打籃球



2. 郭婞淳的人生轉折為何?歷經了哪些磨練?

①田徑轉舉重 ②韻帶受傷喪失國際比賽資格

3. 請寫下影片中台灣之光，舉重運動員-郭婞淳的名言、佳句

人生的目的不是贏得每一場賽跑，而是當比賽時途中幫助

4. 新書介紹之【刻意練習】中提到，比天賦更關鍵的是找到對的方法和設立對的目標做練習。你認為你有這樣的經驗嗎?比如才藝、學科、運動……等

有的，她為了英文考高分，寫了許多的單字。

5. 細讀鈴木一朗的專文，並摘錄重要佳句

我發現嚴格待我的人已經越來越少了，所以我更嚴以待己

對許多人一起完成。



6. 鈴木一朗為了棒球生涯，他做過甚麼刻意練習呢?

每天打球，努力認真練足8小時才休息

7. 請想像2個以上目前你傾向的職業，舉出你所知道，該工作可能需要的天賦、能力、條件?

電競選手: 天賦: 手腦協調 條件: 外在環境各種的硬體完善, 得到家人的支持。
 自信: 腦袋靈活
 能力: 思考戰術
 律師: 天賦: 思考 條件: 家人的支持
 能力: 判斷 聰明的頭腦



8. 請選擇上列一項將你預設的職業，提出有數據的練習設定。

電競選手 每天練習 3~5 hr
 思考討論戰術 3hr

心中有理想的職業 就要付出相當的努力 去追求，才是負責任的人生呀

95