



102年有效教學發表1030424

臺北市立龍門國民中學
李倍締 教師



關於包高中

首先我們來
談談包高中



關於包高中

包高中無非就是
想要創造一個



關於包高中

感動時刻



關於包高中

**希望學生
感受眾人的祝福**



關於包高中

**然後充滿能量
迎向美好的基測**



關於包高中

或者是
悲慘的基測



關於包高中

於是各校都辦了
包高中



關於包高中

但...



關於包高中

學生的表情
通常是



關於包高中





關於包高中





關於包高中





關於包高中

當然最後一個表情通常是嘲笑台上表演的學弟妹



關於包高中

至於主辦單位
或導師就會



關於包高中





關於包高中





關於包高中

可是久了以後
也就



關於包高中

算了



關於包高中

反正就是個
活動



關於包高中

**可是包高中
真的只能這樣嗎**



關於包高中

因此我們先從
學生下手



關於包高中

讓學生看了一段

一段關於
願望與祝福的廣告





關於包高中

优酷

10



關於包高中

當然影片的引導
很重要



關於包高中

接著帶領學生製
作天燈與熱縮片



關於包高中



天燈



給自己的
祝福或願望

別人給祝福

家長會給的祝福

一、課程細緻，成功營造教學氣氛

觀課教師（楊）：用心於轉折處，將天燈與學生的關係聯繫起來，藉由先想問題（個人相關），再看影片（什麼是真正的願望），再回到學生個人身上，慢慢鋪陳，讓學生暖身，也可以逐步越想越深。其實先問學生兩個問題，看過廣告後再來看看自己真正的需求，有種前後測的感覺，可以讓學生經由比較有更深刻的感受，也可以增加學生願意重視這份手工藝。

902 班許生：「真正的願望就是睡覺前躺在床上常常會想到的那些」，廣告中的這句話也感動了我，欲望無窮，但真的有個願望可以實現的話是什麼呢？或許只有在夜深人靜時才能清楚的浮現。這個廣告影片，是為了要鋪陳，讓大家進入情境認真地思考自己真正的願望是甚麼。



每一個人精心完成的天燈，集結成串，班長送至導師處邀請導師給予全班祝福；各班導師也寫下一段送給班上同學的話，製作成包高中影片在包高中當天播放。



關於包高中

安定學生情緒與壓力

觀課教師（陳）：有同學表示很期待收到其他人的祝福，我看到大家充滿笑容，對於穩定學生心情與創造正向能量，有很好的效果！

908 吳生：完成了自己的天燈，果然有種希望感，做這個真好：）

911 王生：看到同學寫給自己的祝福，感到很感動，也覺得有朋友跟自己一起衝刺真好。



關於包高中

已有學校就讀的
學生忽然間發現

三、

正視自我能量與為他人付出

916 孫生：因為自己已經有學校念了，在班上總感覺自己跟大家格格不入，但是在製作熱縮片(御守)送給同學的時候，我發現他們都很喜歡我給的祝福，忽然覺得自己也可以為大家做些甚麼，所以我就自己多買了兩張熱縮片，幾乎全班我都送了。

不再與班上 格格不入



關於包高中

第二

找導師製作影片





關於包高中

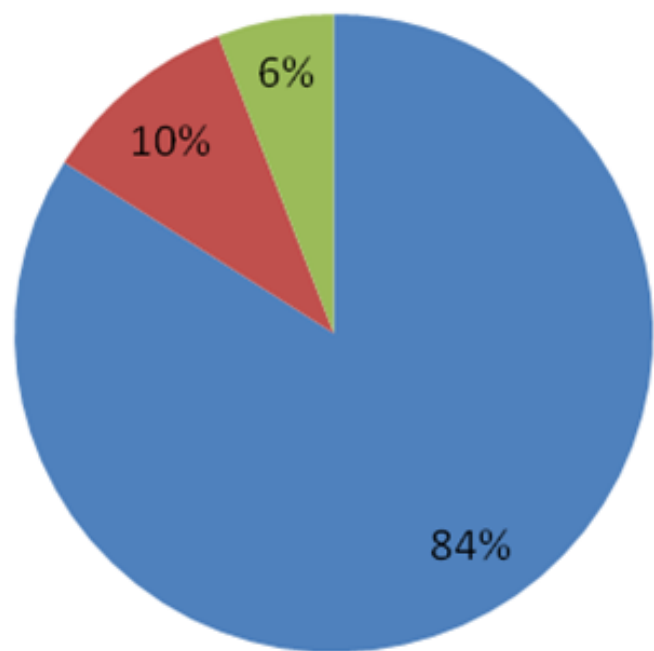
安定學生情緒與壓力

916 蔡生：我最感動的是包高中播放的影片，尤其是那麼多老師一起拍攝的那一段，大家都很喜欢，自己本來因為面臨基測心情很不穩定，看完之後心
突然就很安詳很安定，謝謝老師。



關於包高中

九年級 538 人，有效樣本總數 475 人



1 透過心靈祈福課程 有效紓壓 達 84%

2 覺得對於紓壓感到還好 達 10%

3 覺得課程對於紓壓沒有影響 達 6%



關於包高中

四、不著痕跡修復師生之間的關係

觀課教師（楊）：協助學生如何和老師表達感謝，老師的用心，令人感動！我還不會想到讓學生好好傳達感謝有多麼重要，我認為是經驗還不夠，還不能看到學校文化的需求在哪裡，師生間有可能會有摩擦，不愉快的事情是有可能存在的，而師生間或是學生間有存在著關係的修復問題，先從含有初級預防的課程著手，可以大範圍地提供療育效果，我很欣賞課程的背後有這麼濃厚的輔導味道。



關於包高中

四、不著痕跡修復師生之間的關係

觀課教師（陳）：課程是初級預防的第一關，如何在課程當中帶入輔導的元素，讓學生在不自覺的過程中就獲得幫助，我對這樣隱而不見，卻微微有作用的輔導工作好感動！老師那一邊，也在不自覺中被改變了，沒有人特別意

識到自己有錯、有委屈，但願意有所改變，這是一個很好的範例！

905 班長：大家的口號五花八門，超有創意的，其實這些口號包含大家對老師的心意與認識，大家會想到有些老師可以開玩笑，有些老師要嚴肅，其實我們班對老師的特性心裡是有底的。



關於包高中

第三 找教務處



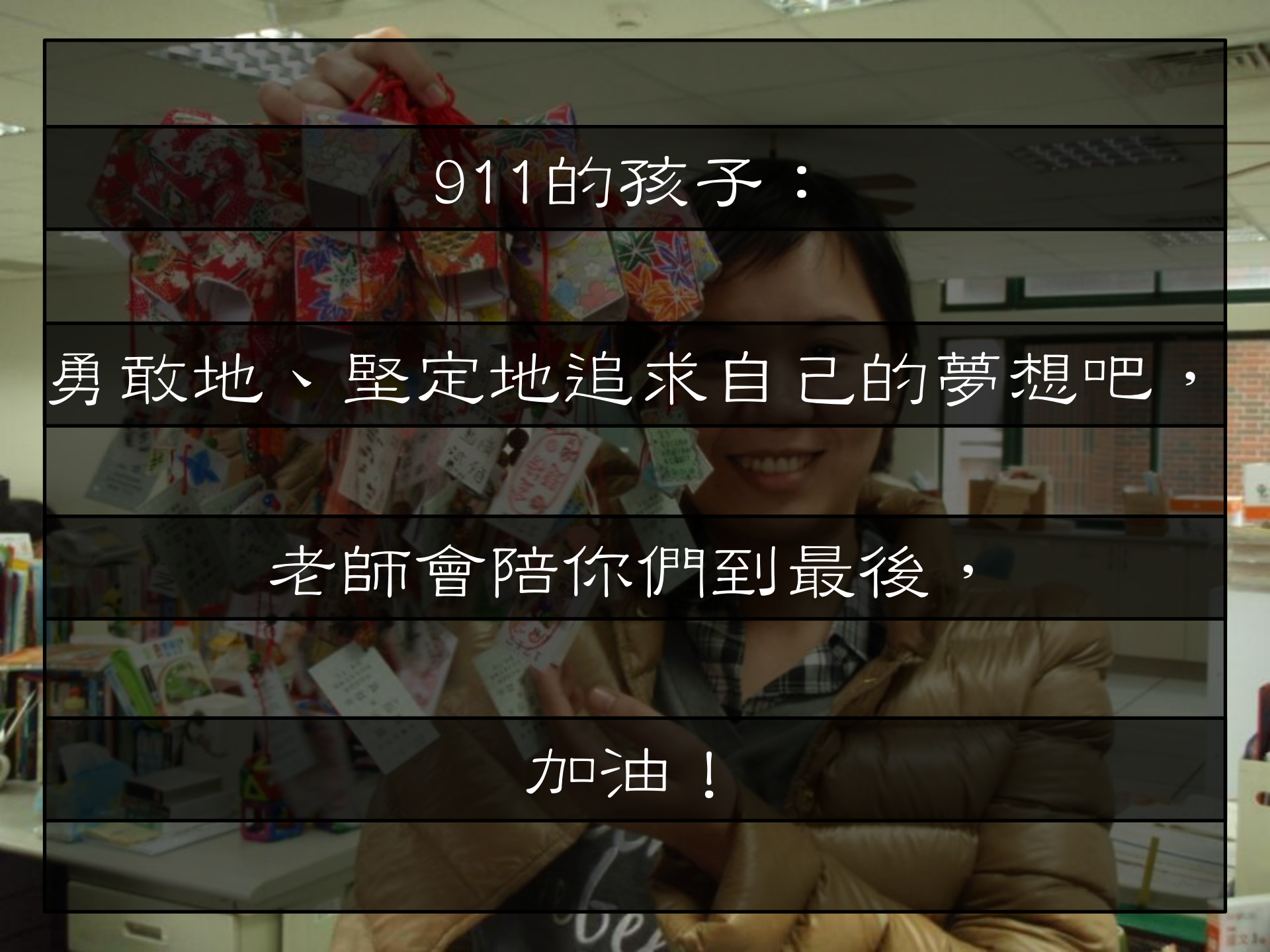
關於包高中

整合資源 與活動流程



關於包高中

1. 導師給學生 的一段話

A smiling woman with dark hair, wearing a brown puffer jacket over a plaid shirt, is holding a large bouquet of colorful, patterned gift bags and cards. The background is a blurred indoor setting, possibly a classroom or office, with shelves and books visible.

911的孩子：

勇敢地、堅定地追求自己的夢想吧，

老師會陪你們到最後，

加油！



關於包高中

冠軍章加冕儀式 器材人力

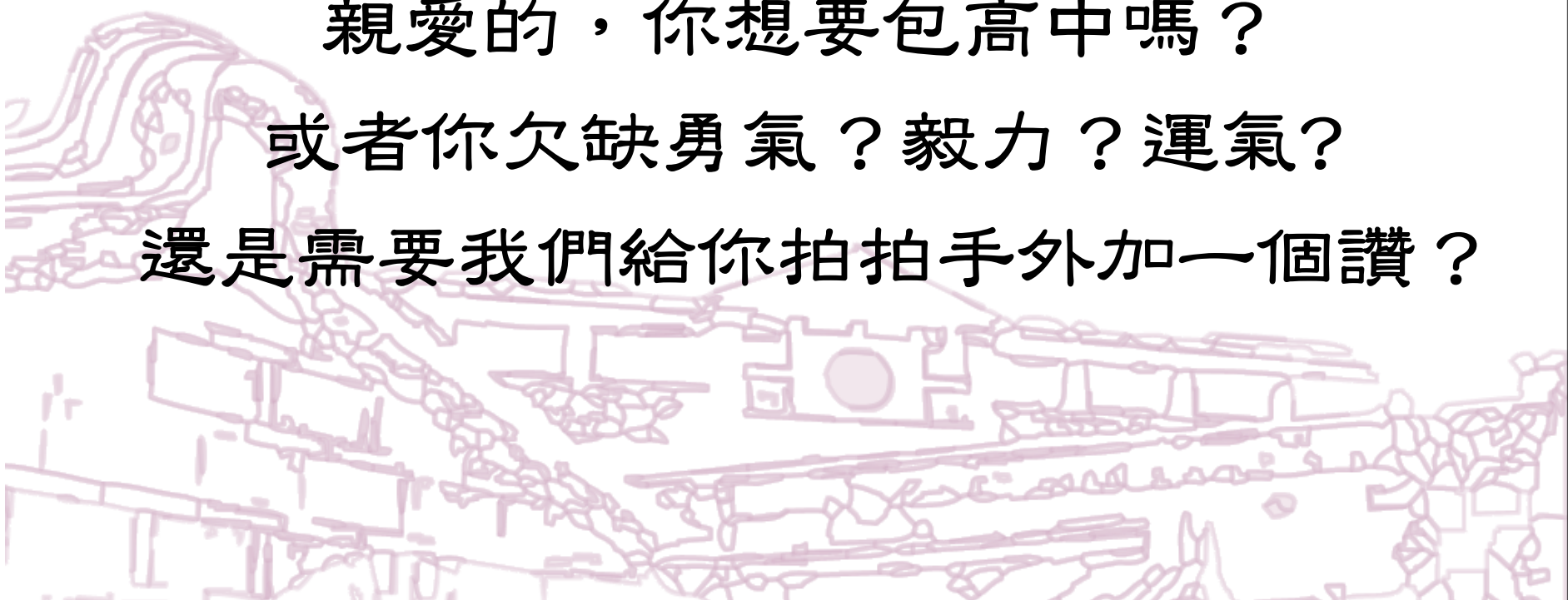
冠軍章 加冕儀式

親愛的，你想要金榜題名嗎？

親愛的，你想要包高中嗎？

或者你欠缺勇氣？毅力？運氣？

還是需要我們給你拍拍手外加一個讚？





待會散場的同時，在出口處會有主任、組長、老師、家長們手持冠軍加冕章，看你需要什麼～你就大方的走向他們吧。

可以蓋很多個喔





導師 行政 家長





關於包高中

第四 找家長會



佈置會場





五、 搭建親師生互動的舞台

912 戴生：我覺得這堂課跟家長會還有教務處活動的結合也很不錯，能拿到

追分成功的車票上面還是基測的日期，大家應該覺得很特別（至少我自己就

覺得很特別），也增加家長與學校、學生的互動。課程與學校活動結合也讓

這個課程更具「實用性」，是指大家知道自己做了這些天燈以後可以在活動

中被看到，並且天燈也被賦予很大的意義，而學校的活動也因為有了我們（學

生）的作品讓大家（學生）在參與時更有感覺。



家長將每一位學生的天燈高掛會場之中



導師拿著班上每一位同學的天燈給予祝福



關於包高中

最後 進行包高中活動

臺北市101學年度

99包高中

臺北市龍門國民中學

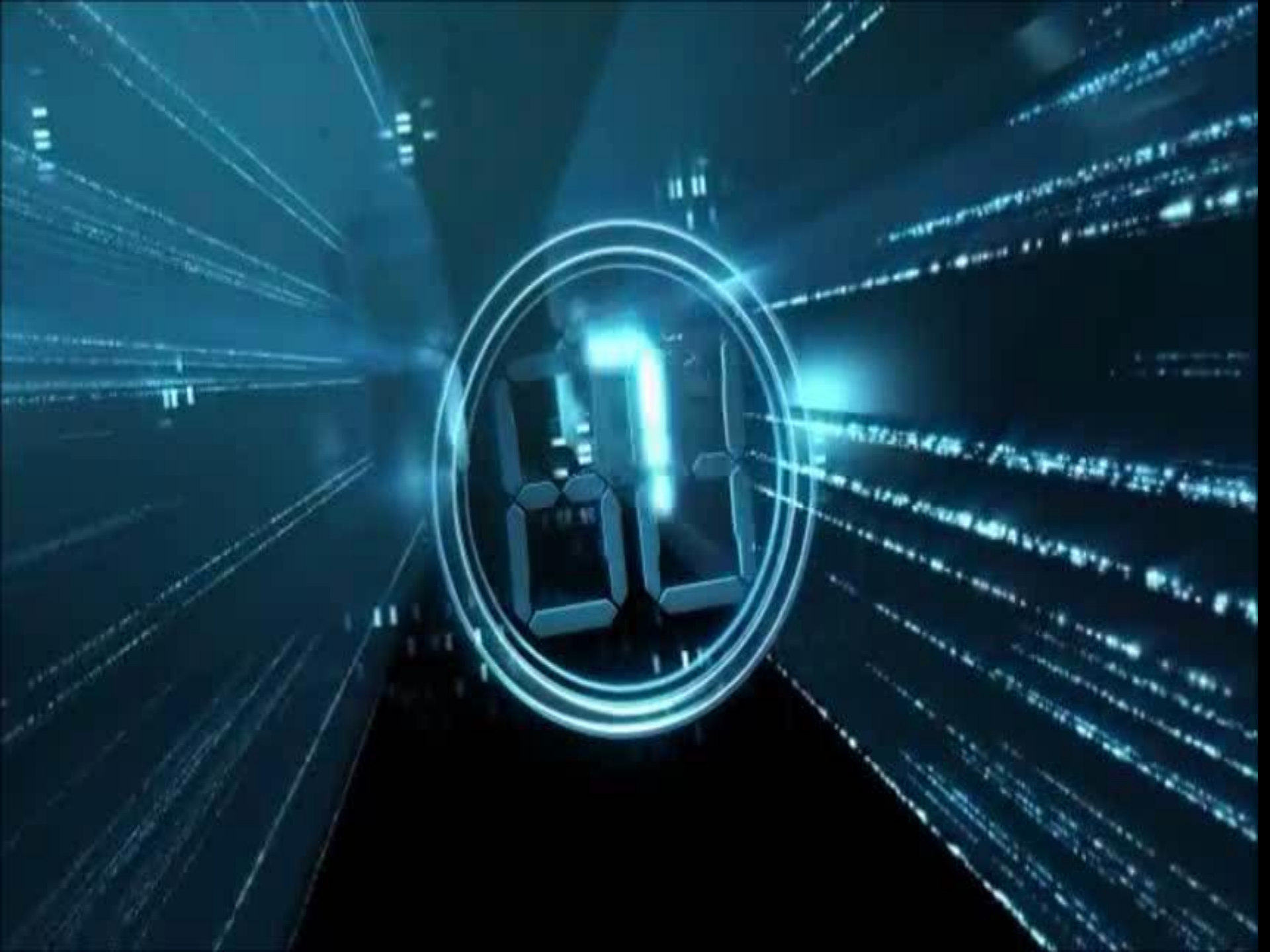


據說今天的影片很



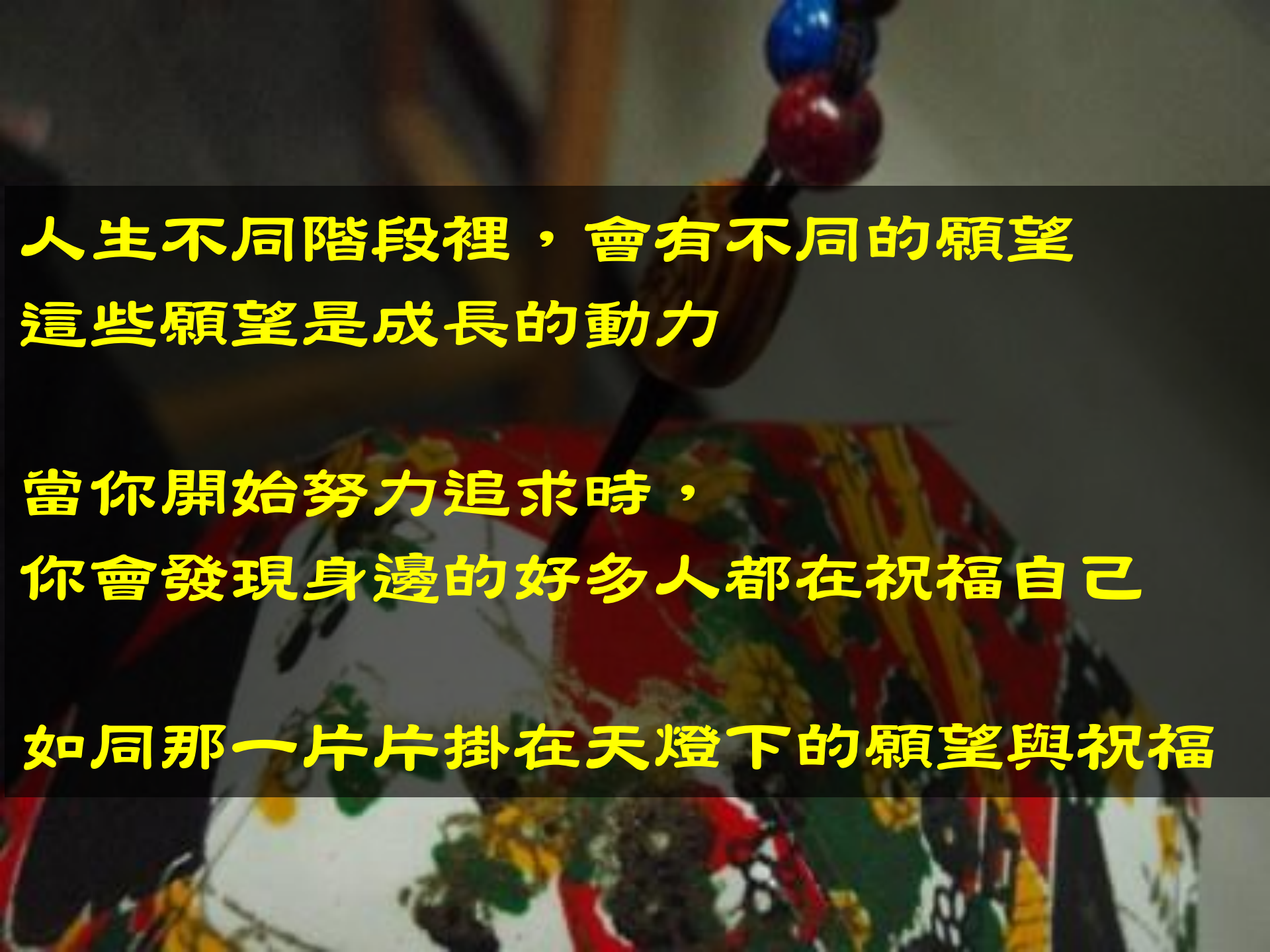






一段關於 願望與祝福的廣告





人生不同階段裡，會有不同的願望
這些願望是成長的動力

當你開始努力追求時，
你會發現身邊的好多人都在祝福自己
如同那一片片掛在天燈下的願望與祝福



天燈

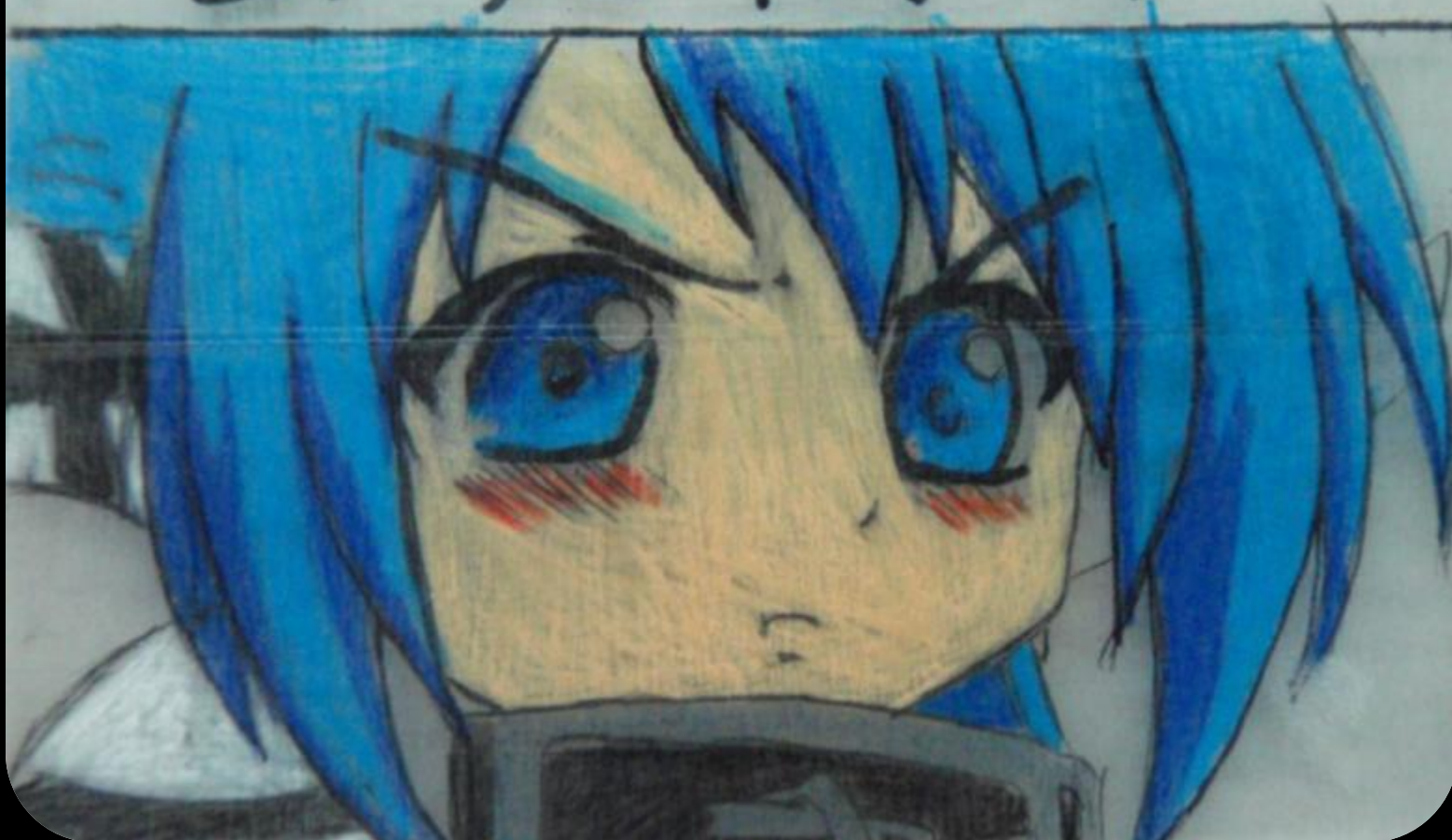


給自己的
祝福或願望

別人給祝福

家長會給的祝福

師大附中 ~







北一女

莫忘初衷
★昂首飛翔

和平高中
跆拳道手
TKD 國手

區道分車站
成功車站
A道分車站

3元





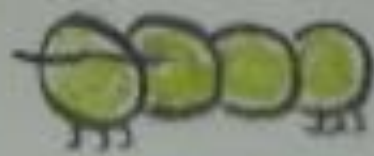




我要讀書

健康

成長!



毎

To: 佩珂: 很高興在國中的最
後一年, 能跟妳變成最好的
朋友, 當我孤單時, 妳願意
讓我加入妳跟郁晴她們
雖然有時跟妳們聊不

起來, 但是跟妳們在
一起, 會忘記所有煩惱, 所以很
開心!! 快畢業了, 希望我們可

以一起考上理想高
中!! 妳松山,

張孝賢 書瑜

99/4/08

To
李晴

謝妳當我孤單
一個人時, 陪在我身
邊, 跟妳在一起

真的很开心, 雖然
後來有點悶不愉快, 但
也很開心同班三年,

快畢業了, 希望我們
可以一起考上理想的高
中!! 妳松山我華藝二
不要忘記妳!!

書瑜上

99/4/08



當你一心想完成一件事

全世界

會聯合起來幫你完成

如果**自己**從來沒有努力
那麼對於**結果**

是沒有理由去反對的



維辰甘巴爹心



903的孩子們：

和你們相處這兩年的時間

看著你們漸漸成長、進步，讓我與有榮焉

經過長久的努力準備

接下來就要面對你們人生中第一個大挑戰

你知道嗎？這是一件只有你能完成的事

實實在在為自己做一件事

過程中或許遭遇挫折、磨難，苦多於樂

但，堅持下去吧！因為只有抵達終點

你才能享受最甘美的果實

而終點已近在眼前！903！衝刺吧！

不要膽怯、不要猶豫

人生之鑰已握在你的手中

勇敢去開啟更寬廣、精彩的未來吧！

珮瑜老師









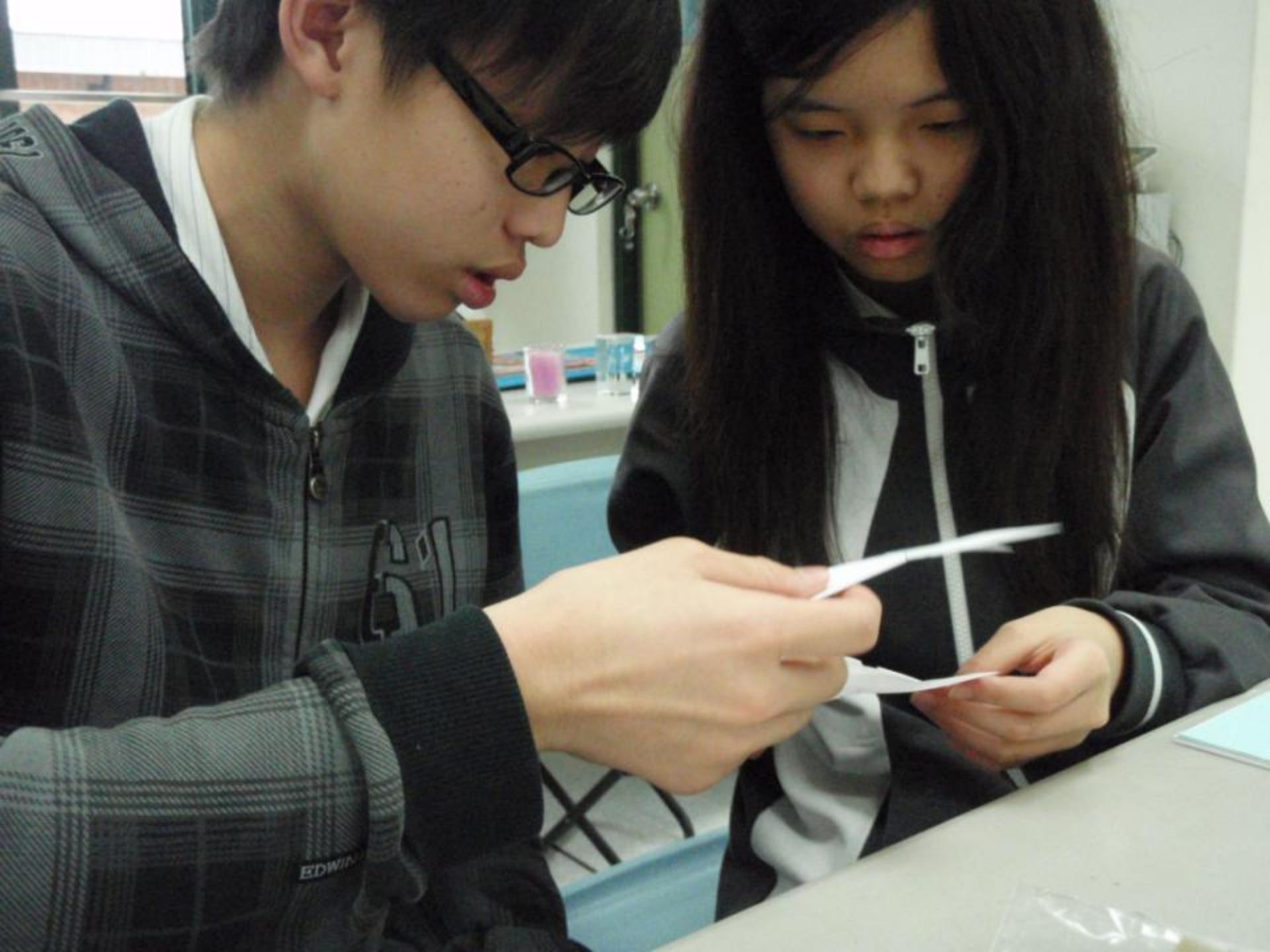


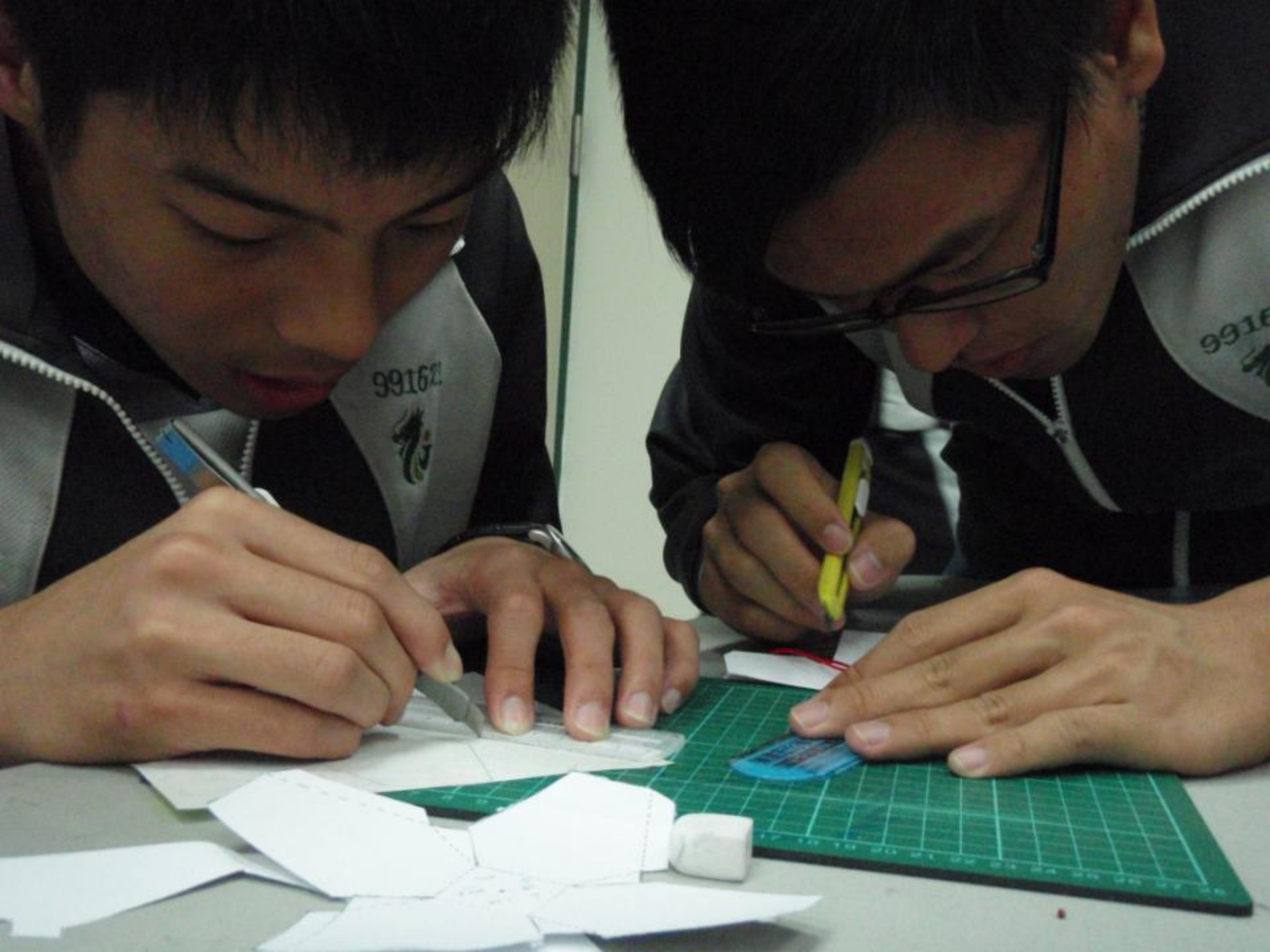


















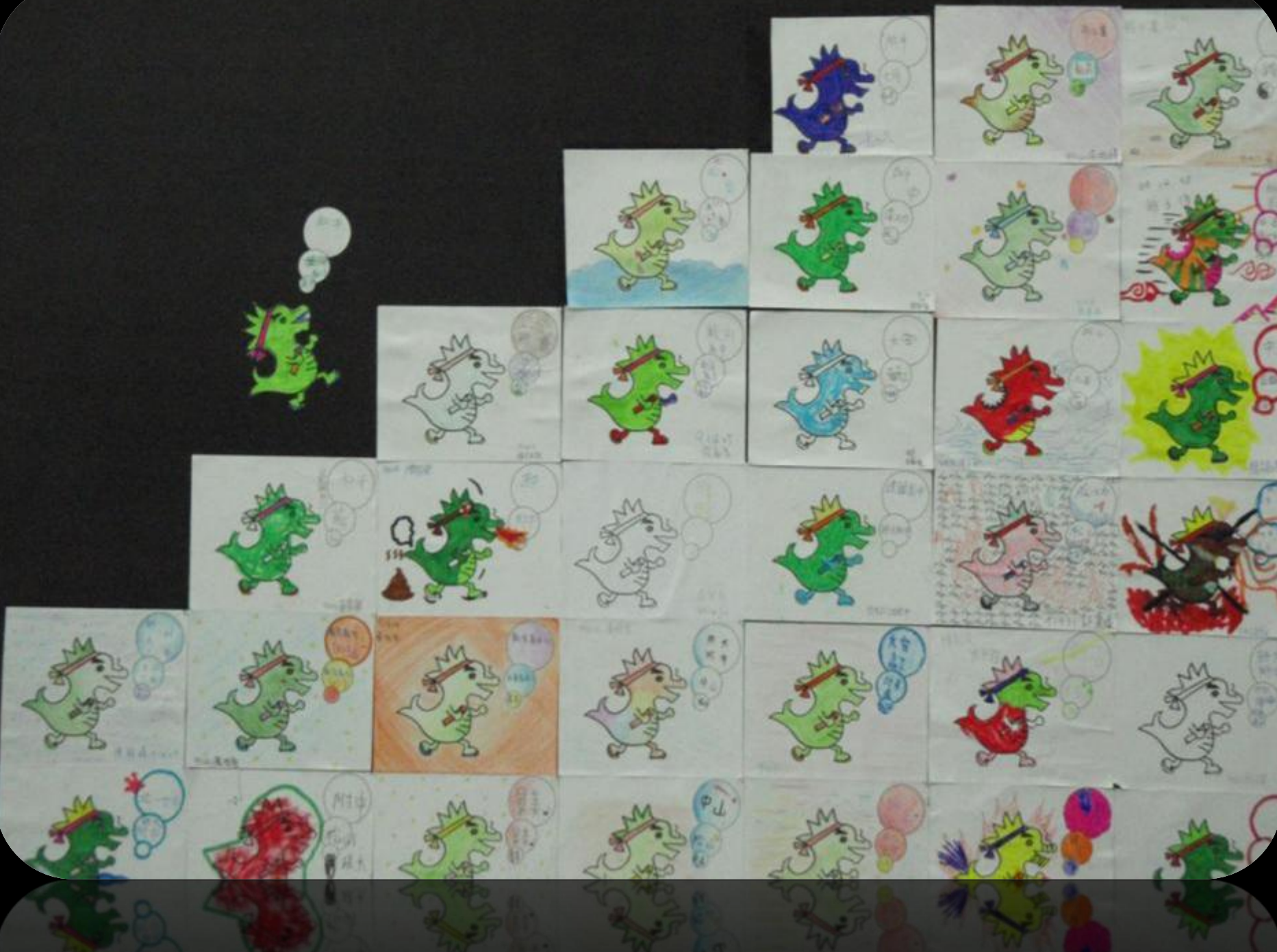












老師們還想對你們說

2013.5.23 九年級 包高中



最後

還想讓你知道的是
一件事情有沒有意義
在於你如何面對他

當你付出了
才有可能感動
今日的包高中
不只是一種祝福
更是一群人的
共祝共願以及共同付出



這群人很用心寫下給你們的話
(雖然平時已經被嫌話多)



綜合活動師長群設計 心靈祈福課程

尤其是教學組最辛苦



教務處的師長進行
活動策畫及處理行政所有雜項

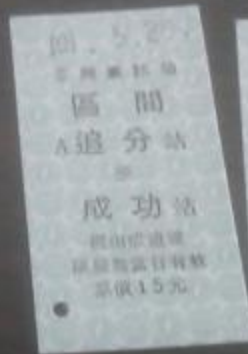
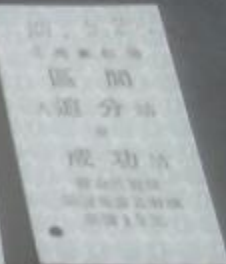
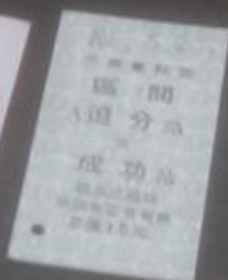


還有校長
在主管會報
追蹤活動走向
及提供各項資源

不只這些



追分成功的車票





粽 糕 包

充滿吉祥的點心
是家長會爸爸媽媽們
滿滿的心意

也是他們





用心將一個個天燈高掛

最重要的是
你也分享了祝福給別人

更用心寫下自己的
願望

我們真的希望

你能帶著滿滿的祝福

與樂觀積極的心態

迎向基測

也迎向未來的人生

陳佳華、黃心怡、鄭介平、
本片製作珍李璿婉婷、陳英杰、
教師楊家齊、王蘇厚、張天姿、
王祝福影片策畫、李倍許、
王正仙、呂明昌、許淑枝。

教師祝福影片編輯：林俊廷、邱靖妤
課程照片提供：

教師祝福影片策畫：陳麗英、楊佳穎

教師祝福影片演出名單：

第一組：陳英杰、黃群翔、
陳英杰、王正仙、
陳英杰、王正仙、
黃伊晨、邱靖妤、陳英杰、





關於包高中

參與
帶來感動



關於包高中

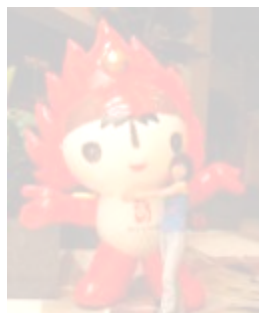
提升教師間的團隊凝聚力與營造校園溫馨氣氛

教務主任：我從沒看過包高中的活動可以讓全校教師主動到現場參與，感受到全體學生聚精會神甚至感動的神情……，所有在場的家長代表在活動結束紛紛前來致意……。



Introduction

自我背景介紹



個人經歷



93學年度	創男女童軍團
94學年度	龍門訓育組長
95學年度	龍門生教組長
96學年度	龍門衛生組長
97學年度	龍門衛生組長
98學年度	龍門衛生組長
99學年度	龍門衛生組協行(上) 龍門八年級導師(下)
100學年度	龍門九年級導師
101學年度	龍門綜合活動教師
102學年度	龍門衛生組協行



包高中活動

策劃過程

動機

學生
對包高中無感

行政、導師
覺得形式化

策略

在導師團體中發聲
串起各個單位的溝通
運用學生人力

目標設定

綜合活動
9年級課程設計
教學組
包高中活動
導師
天燈拍照
教師群
影片拍攝
家長會
場地布置及糕餅

意志調適

不怕被拒絕
一開始一定很累
可能會吃力不討好