|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PILOT 生活技能訓練 國小版教案設計 | | | | | | | | |
| 領域 | 綜合活動領域/健康與體育領域 | 設計者 | | 陳彥冲 | | | | |
| 實施年級教學對象 | 五、六年級 | 總節次 | | 2節課 | | | | |
| 單元名稱 | 溝通技巧 | | | | | | | |
| 課程架構圖 | 練習傾聽對方的話，並且運用基本的溝通技巧  體悟有效溝通的重要性  練習傾聽  認識溝通  第二節  請聽我說  第一節  比手畫腳  節次  學習活動與重點  對應之學習目標  溝通技巧 | | | | | | | |
| 設計依據 | | | | | | | | |
| 領域 | | 綜合活動領域 | | | | 健康與體育領域 | | |
| 核心素養 | 總綱核心素養 | 面向：B溝通互動  項目：B1符號運用與溝通表達 | | | | 面向：B溝通互動  項目：B1符號運用與溝通表達 | | |
| 領域核心素養具體內涵 | 綜-E-B1  覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。。 | | | | 健體-E-B1  具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 | | |
| 主題 | 主題軸 | 2.生活經營與創新 | | | | F.身心健康與疾病預防 | | |
| 主題項目 | a.人際互動與經營 | | | | a.健康心理 | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。  2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理  心增進人際關係。 | | | | 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。  3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。 | | |
| 學習內容 | Ba- II -1自我表達的適切性。  Ba- II -3 人際溝通的態度與技巧。  Ba- III -3正向人際關係與衝突解決能力的建立。 | | | | Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧 。  Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略 。 | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | 性別平等教育 | | | | | | |
| 所融入之學習重點 | 性E6了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。 | | | | | | |
| 與其他領域/科目的連結 | | 無 | | | | | | |
| 教材來源 | | 改編自國小版LST生活技能訓練翻譯版+自編 | | | | | | |
| 教學設備/資源 | 器材、教學簡報、書籍   1. 學生手冊 2. 教學簡報 3. 投影設備 | 教具   1. 題條 2. 比手畫腳題目卡 3. 小白板(或紙張) 4. 分組卡 | | | 教材包 | | | |
| 學習目標 | | | | | | | | |
| 1. 能透過體驗活動省思自己與他人的人際溝通方式。 2. 能學習到正向的溝通方式，並在體驗活動中應用。 3. 能練習與應用「被動傾聽」、「積極傾聽」的技巧。 | | | | | | | | |
| 單元主題介紹 | | | | | | | | |
| 兒童學習如何與人良好溝通後，可在幾個方面得到幫助。當他們與別人溝通情感時如果覺得舒服自在，則較容易能講出自己的問題，而比較不會訴諸酒精、香菸或藥物來「治療」自己。此外，有時候兒童之所以屈從於壓力而使用這些物質，只是因為他不知該講什麼話。當兒童的處境使他被迫去做自己不想做的事時，溝通技巧將有助於賦予他拒絕的力量。單元課程內容將會介紹溝通的重要。讓學生學習傾聽的重要性，進一步認識溝通的概念，並且有機會練習積極傾聽和被動傾聽以及語言及非語言的一致性，讓兒童在人際交流中能夠更好的與對方對話。 | | | | | | | | |
| 教學活動設計 | | | | | | | | |
| 教學活動內容及實施方式 | | | 時間 | 學習評量 | | | 教具 | 備註 |
| **第一節 比手畫腳**  **利用比手畫腳的活動，體認到溝通並非只有口語上的方式，肢體也是一種溝通方式，同時讓學習者知道溝通中語言與非語言的一致性是很重要的。**  【準備活動】   1. 教師將學生分成六組（以內），一組4-6人。 2. 準備溝通定義及分類題條、計時工具、題目卡。 3. 引起動機 4. 教師隨機點選一名同學至臺前，請該生照著自己的指令行動：(老師可自行發揮)    1. 先口說，如： 5. 請蹲下後把手舉高 6. 眼睛先看左邊再看右邊 7. 雙手比出小愛心    1. 純動作(逐次提高難度)，如： 8. 指板擦再比自己(原意：拿板擦給老師) 9. 指窗戶再揮手((原意：外面太吵了請關窗) 10. 任指兩位同學(原意：這兩位請上台) 11. 摀住鼻子(原意：口罩戴起來) 12. 當學生執行有困難時，問問其他學生：老師和這位同學之間，出了什麼問題？   **預設答案**：他不理解老師的意思。   1. 教師提問：從過程中，會發現我們兩人發生什麼樣的阻礙？   **預設答案**：溝通不良   1. 定義溝通 2. 什麼是溝通呢？ (學生舉手發表) 3. 教師將溝通的定義與目的揭示在黑板上   **定義**：溝通是向人說話、聽人說話、接收訊息，並讓講話的對象了解我們想表達的意思。  **目的**：分享想法、感受或資訊   1. 教師說明：溝通的種類有兩種： 2. 語言溝通：透過口說或文字等語言表達。 3. 非語言溝通：以肢體表情及手勢等方式表達。 4. **教師提問**：怎麼樣才是有效溝通呢?   **※教學小提示**：  在訊息接受者與訊息傳達者對於訊息的理解是一致時，才能達到有效溝通。   1. **教師總結**：   溝通是認識他人的方式，非語言溝通可能會傳達誤解，但在實際生活中卻又有高達65%~80%溝通方式，透過非語言模式完成。因此，只有在接受者與傳達者對於訊息理解是一致時，才能達到有效溝通。 | | | 5  8 | 口語評量：能參與活動並具體說出自己的觀察  口語評量：能依教師提問做出適切的回應 | | | 定義及分類題條 |  |
| 【發展活動】  ◎ **教學活動：比手畫腳**   1. 引導語   雖然生活中我們常用到非語言溝通，但卻很少留意自己如何進行的，因此，我們要來進行一場體驗遊戲──比手畫腳。   1. 活動說明： 2. 教師依組數準備題目(寫在紙卡上)。   **題目句式**：誰 在 某地 做某事  誰 覺得 情緒  誰 不想 做某事  **例題**： 老師 在 船上 釣魚  爺爺 覺得 難過  老師 不想 釣魚   1. 各組派一人上臺，其餘組員背對講臺。 2. 教師揭示題目給表演者及其他組同學。 3. 遊戲開始：表演者在講臺上，**不可以**用口語、手語或唇語，只能用肢體語言將演示給同組組員猜。   **※1分鐘內答對，該組得2分。(計分於黑板)**   1. 倘若時間內未答出正解，可由表演者、老師指定或抽籤方式，派他組一名同學上臺支援表演。   **※1分鐘內答對，該組及支援組各得1分。**   1. 倘仍未答出，可由表演者改由口說（不可說出題目中的字），30秒內答對，該組得1分。 2. 每組1次機會，結束後總計分數。 | | | 20 | 實作評量：能遵守活動規則並積極參與活動 | | | 比手畫腳題目卡 |  |
| 【綜合活動】   1. 給予獲勝組別及認真參與的自己一個掌聲。 2. 教師提問： 3. 活動中，最令你印象深刻的是哪個片段？ 4. 你認為成功的組別，能成功傳達訊息的關鍵是什麼？   **提示**：動作比較精準   1. 面對自己或同學不能傳達正確訊息時，你看到他們有什麼反應？你當時心裡有什麼想法或感受？ 2. 從這個遊戲中，你對如何傳遞正確的訊息，有什麼樣的發現？   **提示**：只靠動作不容易完整傳遞訊息、每個人對動作的解讀不同也容易造成理解錯誤   1. **教師總結**：   當人與人在互動相處時，造成彼此關係緊張或誤會衝突的主因，常是因為溝通不良。但要做好溝通不容易，所以要好好學習如何有效表達及傾聽理解。 | | | 7 | 口語評量：能依教師提問做出適切的回應 | | |  |  |
| **第二節 請聽我說**  **運用基本的溝通技巧，讓孩子練習傾聽及與人對話。**  【準備活動】   1. 準備傾聽類型題條、教學簡報、聆聽類型分工牌。 2. 課前可利用小日記、聯絡簿等方式，讓學生預先準備課程分享內容「最近想分享的事」（全長1分鐘） 3. 引起動機 4. 將全班分為兩人一組，AB兩人輪流1分鐘發言時間，與對方分享今天有關早餐的點滴，例如吃了什麼？味道及感受如何……？ 5. 分享者手持一支筆，當作麥克風，1分鐘分享完畢後，筆(麥克風)再放下。 6. 第一輪請A分享，B要認真聽A分享的內容，當有疑問、好奇、有趣等感受時，B也可以回應或接話。 7. A分享畢，教師指派幾位各組的A發言：你認為他剛剛在聽話時，有認真的聽你說嗎？你從哪些地方看出他的（不）認真？   **提示**：認真🡪眼睛看著對方、對內容感到興趣、聽不清楚會問……  **提示**：不認真🡪東張西望、一直插嘴、玩自己的東西……   1. 第二輪請B手持筆(麥克風)分享，A要運用剛剛討論的結果認真聽B分享的內容，並適時回應或接話。 2. B分享畢，教師指派幾位各組的B發言：你認為他剛剛在聽話時，有認真的聽你說嗎？哪些表現做得不錯？ 3. 教師統整：   認真傾聽對方發言是溝通的基本條件，要做到「傾聽」有以下兩種類型（揭示題條），並說明對應的傾聽行為：  **被動傾聽**：不講話，以表情、聲音或肢體讓對方看出你正在傾聽。  **積極傾聽**：用言語直接回應，適時表示接受、理解、 尊重、同理和鼓勵。  ※教學小提示──傾聽行為： （可搭配教學簡報）  **＊被動傾聽**：   * 注視說話者雙眼 * 身體稍微傾向和你交談的人 * 以點頭或搖頭回應對方 * 以適切的臉部表情回應 * 簡單的以「嗯嗯」、「是啊」等單詞回應。   **＊積極傾聽**：   * 注視說話者雙眼 * 身體稍微傾向和你交談的人 * 用類似「是喔，原來是這樣」、「我懂，你真的很……」之類的**短句回應**，或**重述**對方意思：「你的意思是……」、「你是說……」，表示自己掌握對方所說重點。 * **鼓勵對方講出更多資訊**：「請告訴我……」「你提到很刺激，可以多說一點嗎？」 * 以語言**鼓勵對方表達感受感覺**：「我猜你一定覺得很……」 、「所以這讓你很……吧？」 * 除非對方開口徵詢意見，否則請**不要對談論內容發表評論。**例如：「我覺得你這樣做不太好。」 | | | 10 | 口語評量：能依教師提問做出適切的回應 | | | 傾聽類型題條  教學簡報 |  |
| 【發展活動】  **◎ 教學活動：請聽我說**   1. 活動說明： 2. 將小組重整為4人一組（不足者3人一組）。 3. 請學生先想一想自己最喜歡的某個節目、遊戲、活動、旅遊經驗等，喜歡的原因與經驗，或是某段印象最深刻的回憶等。 4. 每人抽取一張聆聽類型分工牌（發表者、消極聆聽者、積極聆聽者、未專心聆聽者） 5. 在一分鐘內，發表者訴說經驗與回憶，其餘三人依照被動傾聽、積極傾聽及未專心聆聽的方式回應。 6. 時間到，由老師依序唱名三種身份，發表者依此指出對應的人選。指認完畢，由另外三人揭示底牌，記下自己是否辨認正確。教師可邀請完全正確者分享自己辨別成功的關鍵。 7. 「發言者」牌順時鐘方向傳給下一位，另外三張牌洗牌後亂序發給其餘組員。 8. 依說明(4)至(6)的次序，共進行四輪。 | | | 20 | 實作評量：能遵守活動規則並積極參與活動 | | | 聆聽類型分工牌 | \*可依狀況請學生將事前準備內容備作參考 |
| 【綜合活動】   1. 教師依序提出討論題目，邀請學生回答。 2. 討論題目： 3. 當你負責發表時，面對聽眾不同類型的反應，你的感覺是什麼？ 4. 發表時，你的目光會停留在哪位夥伴？為什麼？ 5. 當你負責被動傾聽與積極傾聽時，你的感覺是什麼？你覺得最困難的是什麼？ 6. 在傾聽練習的過程當中，你還發現什麼？ 7. 你在生活中，較常運用哪種傾聽模式？希望別人採用哪種模式聽你說話？ 8. **教師總結**：   有人想講話時，我們可以用積極傾聽或被動傾聽這兩種方式，要掌握聆聽的重要技巧，給予說話者尊重及良好的感受。  當人們可以善用傾聽，便能把溝通做得更好，生活周遭就可以少去許多不必要的紛爭，也更能達到思考及情感的交流。   1. **課後練習**：運用「練習傾聽」學習單，未來一週於日常生活中練習並記錄。 | | | 7  3 | 口語評量：能依教師提問做出適切的回應 | | | 練習傾聽學習單 |  |