|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | | | 李珮如 | | | | |
| 實施年級教學對象 | 五、六年級 | 總節次 | | | 4節課 | | | | |
| 單元名稱 | 社交技巧 | | | | | | | | |
| 課程架構圖 | 第三、四節  衝突解決一把罩  第一、二節  角力賽  衝突解決與生活應用  認識衝突解決模式與結果  情境分析與思考選擇  認識並察覺同儕壓力  衝突解決  同儕壓力  節次  學習活動與重點  對應之學習目標  社交技巧 | | | | | | | | |
| 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：B2符號運用與溝通表達 | | | | 面向：A自主行動  項目：A2系統思考與解決問題 | | | |
| 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-A2  具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 | | | |
| 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-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。 | | | | 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 | | | |
| 學習內容 | Ba-III-1多元性別的人際互動與情感表達。  Ba-III-2同理心的增進與實踐。  Ba-III-3正向人際關係與衝突解決能力的建立。 | | | | Fa-III-1自我悅納與潛能探索  Fa-III-4正向態度的建立、情緒與壓力管理技巧 | | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | 人權教育(人權重要主題) | | | | | | | |
| 所融入之學習重點 | J22了解人身自由權並具有自我保護的知能 | | | | | | | |
| 與其他領域/科目的連結 | |  | | | | | | | |
| 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. 相關書籍及圖片 | | 教具   1. 拉繩(童軍繩) 2. 便利貼 3. 小白板 | | | | 教材包 | | |
| 學習目標 | | | | | | | | | |
| 1. 認識同儕壓力，並看見同儕壓力有正向與負向的影響。 2. 體驗同儕壓力對自己的影響，並討論如何對抗與求助。 3. 認識並學習衝突的三種主要模式與結果。 4. 將逃避、對抗、解決問題等技巧，應用於化解衝突。 5. 藉由情境演練，練習如何帶來雙贏的結果。 | | | | | | | | | |
| 單元主題介紹 | | | | | | | | | |
| 兒童必須學習如何與別人相處，才能成為有益於社會的一員。但是兒童身為社會上的一員所必需的技巧並非與生俱有，這些技巧必須透過學習而得。學生需要學習的社交技巧之一就是處理衝突，教導學生認識衝突模式和衝突結果，可在幾個方面得到幫助。學生若知道如何處理衝突，就比較容易從危險狀況中脫身；此外，兒童若能評估某個衝突的結果會是正面或負面的，他們將在選擇該如何應對時也更能更有依據。 | | | | | | | | | |
| 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 角力賽**  **教師藉由拉繩的拉扯讓學生感受同儕間的影響力，並透過便利貼讓學生察覺選擇的背後，自己的想法是否受到影響。**  【準備活動】  1.教師邀請學生數人、便利貼。    一、引起動機  ◎**教學活動一：角力賽**   1. 教師準備一拉繩，邀請兩位學生站兩邊進行拉扯，再邀請一位學生選邊拉，依次再邀請一位學生選擇相同的一邊。 2. 教師邀請學生時，可安排學生彼此為好友的狀態，學生在選擇時，較能凸顯其影響性。 3. 教師提問： 4. 當兩邊人數相等時，兩邊會發生什麼事？ 5. 當一邊人數越多時，你有什麼感受？ (教師訪問另一邊人數少的學生) 6. 教師再邀請一位學生並進行提問： 7. 你可以自由選擇，你會去哪邊？為什麼？ 8. 若是人數多的一方鼓譟著邀請你時，你會改變你的心意嗎？ 9. 什麼是「同儕壓力」呢？   **※教師先讓學生發表想法，但暫作保留，不做小結。** | | | | 10 | 實作評量：認真參與活動 | | | 拉繩(童軍繩) |  |
| 【發展活動】  ◎ **教學活動二：事件便利貼**   1. 教師請學生想一想：什麼時候同儕對自己的影響讓你覺得很有壓力？ (學生將想法寫在便利貼上，貼在黑板上)   **例如**：希望我不要跟某人玩、希望我把某物借給他……   1. 請學生說一說這些事對自己有哪些影響？感受如何？ 2. 教師請學生觀察便利貼，你會怎麼分類呢？為什麼？(小組討論，口頭分享)   **※學生的分類可能依影響結果或事件種類，為的是讓學生覺知生活中的事件，但學生也可能不希望公開便利貼的內容，教師可視平時班級氣氛，改以教學投影片展示情境引導學生回想是否有類似之經驗，並進行討論。** | | | | 25 | 口頭評量：學習者能夠說出同儕的影響以及自我的感受  觀察評量：學習者是否能認真餐與討論 | | | 便利貼(或教學投影片) |  |
| 【綜合活動】  ◎ **教學活動三：教師說明定義與總結**   1. 教師將本節相關定義出示在黑板上。    1. **同儕**：我們身邊與我們同輩，年齡相近的朋友們、同學們。    2. **同儕壓力**：受到團體成員強大的團體影響力（可能強迫或影響），而促使你去/不去做某件事情。    3. **正向同儕影響力**：因為同儕影響而越來越追求進步、積極、有成就感。    4. **負向同儕影響力**：因為同儕影響而越來越放棄、退縮、放縱。 2. 教師總結：   每個人都希望且需要受到朋友的注意與認同，也希望被別人欣賞、接納、受肯定。交朋友是一件好事，但是也可能會產生無形的壓力，要我們去作自己覺得不舒服或違背自己意願的事情。我們必須瞭解：自己不需要因為朋友去做某些事，甚至當朋友不讓我們做自己想做的事情時，該去哪裡求助。 | | | | 5 | 課堂參與及回應 | | |  |  |
| **第二節 角力賽**  **藉由生活情境讓學生判斷與選擇，再透過問題討論讓學生理解拒絕別人時，可能遇到的同儕壓力和問題。接著引導學生運用思考的步驟，進行情境分析的活動和角色扮演，勇敢地拒絕他人不合理的要求。**  【準備活動】   1. 教師邀請學生數人。 2. 學習單\_同儕壓力情境   一、引起動機  ◎ **教學活動一：YES or NO？**  1. 教師先在黑板上畫一條水平線， 一邊寫上「yes」，另一邊寫上「no」。  No  Yes   1. 教師請每組輪流派一位學生到黑板前，教師唸出一個易讓學生陷入兩難的生活情境(如下)，被指派的各組學生必須判斷應該選擇「yes」或是「no」，選擇好後則站在該相對應的黑板前。   **情境**：你的父母不讓你在離家太遠的地方騎腳踏車，因為馬路上很危險。現在你和你的朋友正在騎腳踏車，你的朋友邀約你一起騎到離你家有點遠的河濱公園，你會答應嗎？為什麼？  **※教師鼓勵學生積極表達想法或做出選擇，但不做出評論或糾正學生。** | | | | 10 | 實作評量：認真投入活動 | | |  |  |
| 【發展活動】  **◎ 教學活動二：思考與抉擇**   1. 教師和學生討論上述情境的適切性，讓學生經由判斷，做出勇敢拒絕他人不合理要求的決定，可藉由下列提問引導：    1. 在上述問題情境中，你認為會很難選擇嗎？為什麼？    2. 如果這樣的行為會讓你產生危險，你應該如何選擇？為什麼？    3. 拒絕別人容易嗎？    4. 拒絕別人可能遇到哪些困難？    5. 你有沒有拒絕別人或被別人拒絕的經驗呢？說一說情形。(小組分享/全班分享)    6. 拒絕時有沒有什麼好方法？   ※教師可結合「溝通技巧」單元歸納學生提出之方法。   1. 教師引導學生運用思考的步驟進行情境分析。   **教師引導語**：當你想與別人結為好友時，可能會做某些努力，希望被朋友所接納的渴望會使你想要改變自己，可能是穿著、說話用語、想法，甚至會使你做些你原本不敢做或不願做的事情，有些事情可能會讓你感到不安、焦慮，因此我們可以運用思考進行分析，你可以這麼做：   1. 他們提出的要求對你有幫助嗎？ 2. 這麼做會有什麼後果？ 3. 他們是不是只有想到自己的好處？ 4. 教師提供每個小組一張，學習單\_同儕壓力情境，藉由演練，讓小組透過討論進行分析：怎麼做比較好。 | | | | 25 | 口頭評量：學生是否能使用適合的語言拒絕別人的要求  實作評量：能夠分析遇到同儕壓力如何適當表達自己的想法 | | | 學習單\_同儕壓力情境 |  |
| 【綜合活動】   1. 教師總結 2. 我們今天討論了同儕與同儕壓力，同儕壓力對我們產生許多影響，同時我們也知道抵抗同儕壓力，不是一件容易的事情。 3. 自己也可能給予別人同儕壓力，讓我們自己下定決心，成為能夠幫助他人的同儕，並且學習如何以同儕之力幫助朋友，成為彼此真正的益友。 4. 如果同儕壓力太大還是有很多人願意幫助你，當我們做決定時，需要傾聽自己的身心感受並且思考事件的影響性，可找人求助討論，可以幫助我們做出對自己最好的決定。 | | | | 5 | 課堂參與及回應 | | |  |  |
| **第三節 衝突解決一把罩**  **透過影片讓學生融入情境思考化解衝突的方法，讓學生認識解決衝突的三種模式與結果，運用stop-think-go，進行不同的衝突解決模式的練習。**  【準備活動】   1. 影片櫻桃小丸子第二季40話\_小志(如附件) 2. 學習單\_我的錦囊妙計 3. 引起動機   ◎**教學活動一：知識就是力量**   1. 教師播放影片並提問 2. 影片中，小丸子的同學小志發生什麼事？ 3. 如果你是小志的朋友，你會怎麼做呢？為什麼？ 4. 你知道什麼是「衝突化解」嗎？ 5. 老師將定義寫在黑板上。   ※**衝突化解**：決定如何處理爭論或歧見 | | | | 10 | 課堂參與及回應 | | |  |  |
| 【發展活動】  **◎ 教學活動二：錦囊妙計**   1. 複習舊經驗，提醒學生是否還記得做決定的3種步驟stop-think-go 2. 教師發下小組學習單\_我的錦囊妙計。    1. 教師說明衝突的解決方法的三種模式以及結果。    2. 請學生討論並在白板上寫出給小志的建議，協助小志處理衝突。 3. 小組發表，並全班逐一討論每一項建議屬於學習單中的哪種歸類(對抗、逃避、解決問題)？結果可能是什麼(雙贏、獨贏、雙輸）？ 4. 教師再以生活情境為例，請小組以不同的模式討論出適合的解決方法並說明原因。   ※例：  大隊接力比賽，因為掉棒失誤，使得原來領先的名次落後了，賽後，同學不斷指責，彼此爆發衝突。 | | | | 25 | 實作評量：能夠利用stop- think- go 進行衝突解決  口頭評量：能夠說出不同情況的歸類 | | | 白板  學習單\_我的錦囊妙計 |  |
| 【綜合活動】   1. 教師總結：   人們彼此意見不同時，會有幾種不同的行動方式，有些人意見不合時會彼此爭吵，有時候當事人氣憤難忍卻裝作沒事，把感覺都藏在心裡。處理衝突還有雙贏的選擇。 | | | | 5 | 課堂參與及回應 | | |  |  |
| **第四節 衝突解決一把罩**  **藉由角色扮演讓學生練習、思考在當下最為適當的處理方法，並應用至生活中。**  【準備活動】   1. 每組一張學習單\_解決衝突小達人 2. 引起動機 3. **教師引導語**：   在大多數情況下，解決問題是化解衝突的上策。但是如果情況並不安全，逃避可能是化解衝突的最佳技巧。但若是基本權利被侵犯，或許就必須採取對抗，理直氣和的抗議需要練習。最佳的方法是不必透過爭辯或打架就可以化解衝突。 | | | | 5 |  | | |  |  |
| 【發展活動】  **◎ 教學活動一：解決衝突一把罩**   1. 請各組從學習單中的兩種情境中，挑選其中一種來討論。該如何對抗？該如何逃避？該如何解決問題？ 2. 各組徵求自願者分配角色，上台示範並扮演情境中的衝突解決過程會是什麼樣子。 3. 全班討論此衝突解決過程是屬於哪種模式？(對抗、逃避、解決問題)而結果可能是什麼？（雙贏、獨贏、雙輸）何種是當下最佳的處理方法？ 4. 請各組在情境扮演後討論並在白板上紀錄：    1. 在演練衝突處理的過程中，有什麼發現與體會？    2. 自己面對衝突時常用的解決策略是什麼？目前想嘗試不同的衝突解決模式是什麼？ | | | | 10  20 | 觀察評量：是否有認真投入活東中 | | | 學習單\_解決衝突小達人  白板 |  |
| 【綜合活動】   1. 教師總結 2. 人們會養成不同的方法來處理衝突，有些人之所以用某種方法來應對，是因為他們從家長或朋友學來這樣的處理技巧；也有人用某些方法應對衝突，是因為他們認為這樣做可以讓他們覺得很厲害。 3. 我們可以培養彈性的化解衝突的習慣，習慣可以經由練習來養成。我們現在開始練習用解決問題的方式來處理衝突，不但對自己的人際關係有好處，也可以幫自己獲得雙贏的結果。 | | | | 5 | 課堂參與及回應 | | |  |  |