

臺南市113年度友善校園學生事務與輔導工作 品德教育具體作法範例徵選—教案設計

壹、單元（或主題）名稱：你我好關係

貳、教學年級：三年級

參、教學節數：四節

肆、設計理念：

剛升上中年級的學生，他們在這個階段對於人際互動仍不夠成熟、不擅長應對社交情境。希望透過經驗分享與活動體驗，幫助學生覺察不同的溝通方式對於溝通成效的影響。引導學生理解並使用合宜的語言與表達方式來增進人際互動，進而解決生活中的問題。教學中強調性別平等和人權教育，使學生能夠在互動中展現尊重與同理心，並將這些技能應用於日常生活中，促進他們的人際關係成長。

伍、教材架構：

你我好關係	【活動1：溝通小達人】 (一)溝通與情緒 (二)你說我聽再追問 (三)說出心感受
	【活動2：一起來溝通】 (一)來達成共識 (二)逃難行前會 (三)溝通總複習 (四)溝通與反思

陸、教學活動設計：

單元（主題）名稱	你我好關係		
能力指標	綜-E-B2 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。	教學目標	1.透過經驗分享與活動體驗，覺察表達與傾聽方式會影響溝通成效的良窳，進而找出合宜的表達方式來解決生活中的問題。 2.藉由經驗分享與活動體驗，找出合宜的溝通方式、專心聆聽、尊重他人想法，達成團體共識，並總結本單元的學習，將所學的溝通技巧落實生活實踐。 【重大議題】 人權教育 人E3 了解每個人需求的不同，並討

			論與遵守團體的規則。 性別平等教育 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。			
情境佈置	情緒卡、心型+三角形的海報	教學準備	• 教師準備：情緒卡(第一冊)、A4紙張(每生一張)、A3紙張(每組一張)、心型+三角形的海報、「逃離行前會」、「溝通事件紀錄表」、「溝通檢核表」評量單、大海報、A4紙張/每組3~4張。 • 學生準備：鉛筆、彩色筆。			
教學目標	教學活動流程		時間分配	教學資源	評量方式	
學生能專心聆聽，並表達想法及感受。	【活動1：溝通小達人】 一、引起動機 老師讓學生觀察圖片，並提問：「圖中的怪獸在說什麼？」、「如何知道別人在想什麼？」、「如何表達讓別人理解你的意思？」、「當意見不同時如何有效溝通？」、「你是否遇過類似情況？你當時如何處理？」學生分享自身經歷與想法。 二、發展活動 (一)溝通與情緒 1. 教師提問：「人與人相處時，為了互相理解，會使用不同的溝通方式。我們來看看圖片中的同學有哪些溝通經驗。(例如：因家人態度嚴厲而不敢表達、妹妹不尊重你、與同學遇到問題會協商解決)你有類似的經驗嗎？請分享。」 2. 教師展示情緒卡，讓學生分享經驗後選出相符合的情緒卡並說明理由。 3. 教師提問：「溝通時，對方說了什麼？態度如何？你有什麼感受？」、「你如何確認對方理解你的意思？」、「你怎麼確定自		10	圖卡	口語評量	
學生能用適合的情緒表達心中感受，學習使用正確的態度達到良好的溝通。			10	情緒卡、A4紙張	口語評量	

學生能覺察表達與傾聽方式會影響溝通成效的良窳。	己理解了對方？」、「什麼樣的溝通算是良好溝通？」 4. 教師請各小組在A4紙上記錄觀察到的情況，並在黑板上分類，區分為良好溝通和不良溝通。 5. 教師彙整各組答案後，與學生一同檢視。 6. 教師提問：「學會良好溝通會對你與他人的關係有何幫助？」、「哪些部分你做得很好？為什麼？」、「哪些部分需要加強？為什麼？」 7. 教師總結 (1) 良好溝通能增進彼此關係，也讓我們更了解對方的感受與想法。 (2) 溝通有許多技巧，透過練習可以讓我們與他人有更好的互動。 (二) 你說我聽再追問 1. 教師進行活動說明 (1) 教師在講臺上拿著一張 A4 紙，紙上畫有簡單的組合圖形（長方形、正方形、三角形、圓形等），面對全班描述圖形，學生根據描述在 A3 白紙上畫圖。 (2) 教師描述圖形時，學生不能提問。各組討論後，由組長畫出組合圖形。 (3) 各組完成畫圖後，教師重新發給各組一張 A3 紙，重複步驟，這次允許學生發問，每組可問三個問題。 (4) 活動後，教師將各組畫的前後兩張圖並列討論。 2. 教師提出問題，讓學生發表意見。 (1) 兩次畫的圖形差異多大？為什麼不一樣？	20	A4 紙張、學習單	實作評量
--------------------------------	---	-----------	------------------	-------------

能辨認情緒並體會他人的感受。	(2)第二次可以提問，你們問了幾個問題？提問後對畫圖有何影響？ 3. 教師提問 (1)當你不了解別人說的話，通常怎麼做？什麼做法對溝通更有幫助？ (2)你如何確認自己理解對方的意思？ (3)如果問完後仍不懂對方的意思，你會怎麼做？ (4)當你發現自己誤會了對方，你會怎麼做？ (5)良好溝通需要做到哪些事？ 4. 等學生發表後，教師歸納溝通要點。接著，讓學生兩人一組，設計簡易圖案，再進行一次遊戲，並請學生自我檢核。 (三)說出心感受 1. 教師讓學生觀察情境圖，並引導學生思考與分享： (1)安立和雨晞在哪裡？他們在說什麼？發生了什麼事？ (2)安立等不到雨晞時，他的想法與心情如何？ (3)雨晞在聽完安立的話後，感覺如何？可以怎麼做？ (4)雨晞能透過安立的話了解安立的想法和感受嗎？為什麼？ (5)安立希望如何解決這件事？ (對自己或他人的期待) (6)如果你是安立，會怎麼說？ 2. 學生發表看法與感受，教師適時給予歸納引導。 (1)清楚表達自己的想法與感受，讓別人了解自己。 (2)讓對方有機會說明與解釋，避免誤會。 (3)說話時態度溫和，眼睛看著	10 30	情境圖	口語評量 實作評量
-----------------------	---	---------------------	------------	-------------------------

能發現溝通找共識有多元的方式，並學習運用合宜的溝通態度。	對方，表現良好態度。 (4) 生氣時先冷靜，避免指責，重點在於解決問題。 (5)發現自己錯誤時，要勇於道歉並保證不再犯。 (6) 學生將討論出的解決方法，以戲劇方式演出。 三、總結活動 教師總結：「遇到問題時，要想想自己希望如何解決問題，並清楚告訴對方自己的想法與期待，才能真正達到溝通的目的。」 【活動2：一起來溝通】 一、引起動機 教師分享繪本「誰說的對」並提問：「你覺得哪隻動物說的是對的？為什麼？」、「當大家意見不一樣時，你會怎麼做？」學生自由發表其觀點。 二、發展活動 (一)來達成共識 1.教師提問：「生活中難免遇到意見不合的時刻，怎麼做才能讓雙方都能接受？」請學生分享自己與他人意見不同的事件及處理方式。 2.教師請學生分享自己試過的溝通方式，以及該經驗帶來的感受與想法。 3.教師將學生提到的溝通方式寫在黑板上，讓學生發現溝通找共識有多種方法。 4.教師提問： (1)你聽過哪些決議方式？哪些方式你比較能接受？為什麼？ (2)每個問題都適合用同一個方式解決嗎？ (3)哪些決議方式你比較不能接	20	繪本「誰說的對」	口語評量
-------------------------------------	--	-----------	-----------------	-------------

能表達自己的想法，並尊重不同的意見。	受？為什麼？ (4)溝通時，你會積極表達自己的意見嗎？ 5. 教師利用班級事務進行討論，讓學生累積溝通協調的機會。 (二)逃難行前會 1. 教師講述故事（改編自諾亞方舟）：連日大雨導致積水上升，很多地方被淹沒。你們擁有一艘船，決定去避難，但船只能載家人和兩種動物，面對這樣的情況，該如何決定？ 2. 教師提問： (1)故事中最讓你印象深刻的是什麼？為什麼？ (2)如果你是故事中的角色，你會選擇哪些動物？為什麼？ (3)面對不同的選擇，你會如何做出最終決定？ 3. 學生分組討論，並擬出各組的避難行動方案。 (1)學生在分組討論中，可選出組長，並針對各自的選擇進行表決。 (2)學生可利用圖表或表格列出各自的選擇與原因。 (3)各組代表發表，教師可引導學生針對其他組的選擇提出問題。 4. 教師歸納並說明良好溝通的重要性。 三、總結活動 教師總結： (1)「溝通」是為了解決問題，而非引起爭端。 (2)良好溝通需要聆聽、理解對方的觀點，並試著找到大家都能接受的解決方案。 (3)有時候需要退一步，為了達成共識，可以尋求大家都能接受的方式。	20	「逃難行前會」評量單	實作評量 口語評量
---------------------------	---	-----------	-------------------	----------------------

能利用合宜的情緒表達想法。	(三)溝通總複習 一、引起動機： 教師請學生回顧之前的活動經驗，並提問：「你覺得溝通的最重要目的是什麼？」、「你認為如何溝通才能讓大家都滿意？」 學生分享自身感受與看法。 二、發展活動： (一) 自我檢視： 1. 教師讓學生在「溝通事件紀錄表」寫出自己最常遇到的溝通困難，以及處理方式。學生可以與同學討論。 2. 學生分享自己在溝通上的困難點及成功經驗，教師適時給予回饋與建議。 (二) 問題解決模擬： 1. 教師設計情境，讓學生分組進行角色扮演，模擬解決溝通中的問題。 2. 教師觀察各組的表現，並給予建議與鼓勵。 三、總結活動： 1. 教師總結：「溝通的目的在於理解他人，並解決問題。學會傾聽與表達，才能讓彼此更了解，也能避免不必要的誤會。」 2. 教師請學生寫下自己在未來溝通中希望改善的地方，以及如何達成。	20	「溝通事件紀錄表」評量單	口語評量
能反思平時的溝通是否合宜，並適時修正。	(四)溝通與反思 一、引起動機： 教師提問：「你覺得哪些溝通技巧最有效？為什麼？」 學生分組討論，並分享看法。 二、發展活動： (一) 溝通技巧的實踐： 1. 教師請學生選擇一項最想改進的溝通技巧，並在接下來的一週內練	20	自我修正學習單	實作評量 口語評量

	習。 2. 學生記錄自己在練習中的進展，並與同學交流心得。 三、總結活動： 1. 教師請學生分享練習經驗，並回顧過去的活動內容，檢視自己的進步。 2. 教師總結：「溝通是一項需要持續學習與練習的技能，希望大家能將學到的技巧運用在日常生活中，讓自己與他人都有更好的溝通體驗。」			
--	--	--	--	--

柒、學習評量：

1. 學生能藉由經驗分享與活動體驗，覺察表達與傾聽方式會影響溝通成效的良窳，進而找出合宜的表達方式來解決生活中的問題。
2. 學生藉由經驗分享與活動體驗，找出合宜的溝通方式、專心聆聽、尊重他人想法，達成團體共識，並總結本單元的學習，將所學的溝通技巧落實生活實踐。

捌、試教評估：

1. 學生參與度：學生對於溝通技巧的活動表現出高度興趣，主動參與討論與互動。大部分學生能夠掌握基本的溝通技巧，如傾聽、回應與表達意見。
2. 活動設計適切性：教學活動的設計與學生的年齡和認知發展階段相符，學生能夠理解活動的目的並順利完成各項任務。情境模擬活動有效地讓學生體會到不同的溝通方式對於人際關係的影響。
3. 教學目標達成度：經過多次實踐，大部分學生能夠在小組活動中運用學到的溝通技巧，並能在課堂結束後反思自己在溝通中的表現，達到教學目標。

玖、省思與建議：

1. 多樣化教學方法：未來可以加入更多元的教學方法，如角色扮演、影片觀賞或遊戲等，來豐富學生的學習經驗，進一步提升其學習興趣和參與度。
2. 課後延伸活動：為了加強學生對溝通技巧的理解和應用，可以在課後安排一些延伸活動，如家庭作業或親子溝通練習，讓學生能將所學運用於實際生活中。
3. 個別差異關注：在教學過程中發現部分學生在溝通技巧的掌握上有較大的差異，未來在設計活動時能更多考慮到學生的個別差異，提供更具體的指導或支持，讓每位學生都能有明顯的進步。

拾、附件：

素養評量單

溝通檢核表

配合課本第 9 頁

三年級 班 號

姓名

和夥伴兩人一組聽同學的指令畫圖，再挑戰一次。

檢核項目	有做到	再加油
1. 能專心聆聽		
2. 不懂會問清楚		
3. 說話有禮貌		
4. 完成畫圖任務		

需要再加油的部分，如何改善？

107

素養評量單

溝通檢核表

配合課本第 9 頁

和夥伴兩人一組聽同學的指令畫圖，再挑戰一次。

檢核項目	有做到	再加油
1. 能專心聆聽	✓	
2. 不懂會問清楚	✓	
3. 說話有禮貌	✓	
4. 完成畫圖任務	✓	

需要再加油的部分，如何改善？

別人在說話的時候要注意聽。

107

拾壹、參考資料：

- 奧朗·傑·舒佛 (2020)。正念溝通。究竟出版社。
- 約翰·凱淵；艾克·拉薩 (2019)。面對衝突不害怕：四大妙招教你如何有效溝通。光啟文化。
- 王宇珊文；卡思特提斯圖 (2017)。誰說得對。格林出版社。
- 曼紐爾·J·史密斯 (2015)。我說不，沒有對不起誰：用「拒絕」，強勢取得人生主導權。寶瓶文化。
- Teri Kwal Gamble, Michael W. Gamble (2015)。人際溝通與技巧。雙葉書廊。
- 沉零 (2010)。一看就懂！卡耐基的人際溝通術。漢皇國際文化有限公司。
- 溝通達人工作室 (2007)。圖解卡內基人際溝通。商周出版社。