

### 綠階/初階海洋教育者培訓課程教案設計

教案名稱	人際溝通成長團體	設計者名稱	教師一：黃雅萍	
			教師二：吳涵潔	
教學對象	<input type="checkbox"/> 幼教(幼兒年齡____) <input type="checkbox"/> 小學 <input checked="" type="checkbox"/> 中學(含高中職) <input type="checkbox"/> 一般民眾 <input type="checkbox"/> 其他_____		教學領域 (科目或名稱)	人際溝通成長團體、 特殊需求
教學資源	救生拋繩、救生圈、音樂 CD、CD Player、紅花卡		教學時數	90 分鐘
教學理念	<p>學生階段最重視的是與同儕的關係，在學校生活中也常有分組活動，但有一部份學生對於如何邀請他人與自己同組，或是對於他人的拒絕會感到憤怒，在人際的交往與相處需要協助或指導，才能順利地融入團體，甚至結交到與之相伴的朋友。另一方面，臺灣四面環海，氣候炎熱，水域活動是許多人的活動首選，但也因為相關知能的不足，導致溺斃的憾事發生。因此設計者將小團輔活動結合救生技能，使學生在學習人際交往之時，也能同時學到水域安全知能，預防溺水意外。</p>			
教學對象分析	<p>教學對象為人際困擾者，無論有無游泳能力都可以參加。</p> <p>部分教學對象不會開口主動邀請他人參與活動，或是態度不佳，導致分組活動總是落單。</p> <p>部分教學對象在活動過程中容易分心和玩過頭，影響全組成績或招致處罰。</p> <p>一個教學對象會在同儕婉拒其要求時生氣，並拒絕參與課程活動。</p>			
十二年國教課綱	海洋教育實質內涵		本教案 學習目標	1. 認知方面
	海 C2 能以海納百川之包容精神，建立良好之人際關係，參與社會服務團隊。			1-1 能了解何謂參與活動的正確態度。
	海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。			1-2 能知道遇到有人溺水，不可跳入水中救人。
領域學習重點				2. 技能方面
				2-1 能全程參與活動的進行。
				2-2 能說出如何安全進行水

	<p>學習表現：</p> <p>2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。</p> <p>特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。</p> <p>特社 1-IV-4 聽從他人的建議，嘗試解決被拒絕的困境。</p> <p>特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。</p> <p>特社 2-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的方式回應。</p> <p>特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。</p> <p>特社 3-IV-3 配合老師的指令，遵守不同學習情境和器材的使用規則與安全。</p> <p>學習內容：</p> <p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p> <p>特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。</p> <p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 B-IV-2 同理心的培養。</p> <p>特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。</p>		<p>域活動。</p> <p>3.情意方面</p> <p>3-1 能具備正向態度看待人際關係。</p> <p>3-2 能有安全戲水觀念。</p>	
對應 教學目標	<p>教學活動流程</p> <p>(數量可自行調整)</p>	時間	教學 資源	教學 評量
1-6	<p>活動一名稱：溝通無礙</p> <p>一、暖身活動:Leader 及 Co-leader 先自我介紹，說明團體目的及內容並讓每位團員進行自我介紹。 <u>指導語</u>:各位同學好，歡迎大家參與人際溝通成長團體，我是 OOO 老師；這是 OOO 老師負責協助我們進行活動，我們將在兩節的活動中陪伴大家。現在我要邀請大家簡單的自我介紹，並從老師的右手邊開始進行。</p> <p>二、準備活動：</p> <p>1.教師先預告待會要進行倆倆一組的分組活動，並展示活動道具（救生拋繩、救生圈）。</p> <p>2.教師簡略說明該活動結合救生技能與安全水域知識，希望每位團員能認真學習，將來能救人，以及預防溺水意外發生。</p> <p>3.教師說明將先教大家練習如何找到人分組，讓活動有個美好開端。</p> <p>三、發展活動：</p> <p>（一）伸出友誼的手</p> <p>1.兩位教師先示範數種不被接受的主動邀請分組狀況。</p> <p>(1)態度不佳：喂！你跟我一組！過來！</p>	<p>5,</p> <p>10'</p> <p>30'</p>	<p>救生拋繩、救生圈</p>	
1-3				

2-3	<p>(2)自以為是：沒有人跟你一組喔？你來跟我一組！（第一句話會讓對方感到沒面子。）</p> <p>(3)未經詢問：我要跟你一組！</p> <p>2.教師提問，還有沒有其他令人不舒服的邀請方式，若無，邀請團員繞圈分享互動的感受。</p> <p>3.教師示範能被接受的邀請方式。</p> <p>4.邀請團員分享其他也能被接受的方式，並鼓勵團員分享互動的感受。</p>			能說出活動的心情與想法。
1-1	5.兩位教師示範讓人感到不舒服的拒絕方式。			
3-1	(1)我不要，你很煩！			
	(2)走開！			
	(3)不要！跟你一組都會輸！			
3-2	<p>6.邀請團員分享感受，並請團員討論其他比較好的拒絕方式。</p> <p>7.教師示範何謂婉拒，並請學員練習看看。</p> <p>8.活動小結:有人被拒絕可能會覺得難過，但就算被拒絕也不能發脾氣，應該趕快去找下一個對象，不然就錯過好玩的活動了。還是很生氣的人可以來找老師協助。</p>			能主動邀請成員同組。 被成員拒絕能調適情緒。
	<p>(二)一繩在手，生機就有</p> <p>1.教師先介紹救生拋繩以及用途。</p> <p>2.兩位教師示範救生拋繩的用法。（提醒由下往上拋才拋得遠。）另一位教師則示範溺水者抓住拋繩後，應背對拋繩，由施救者拉回岸上。</p> <p>3.教師示範萬一需要重拋，如何收回救生拋繩。</p> <p>4.教師示範亂收拋繩造成的後果。</p> <p>5.教師再示範一次如何收繩，以及將繩子放入袋中。</p>	救生拋繩		
1-2	(三)分組活動			
	1.教師提示邀請他人加入分組活動要注意禮貌，即可讓學生自行分組。			
2-1	2.找到組員的人即可向教師領取救生拋繩練習。			能正確使用救生拋繩。
	找不到組員的人可由教師適當介入。			
2-2	3.活動進行中，教師可鼓勵學生慢慢拉開距離，並告訴學生，救生員考試的拋繩距離為十公尺。			
	4.教師可視情況請學生重新更換組員（學生也可和教師一組，學習適應新夥伴）和新夥伴再次練習邀約和救生拋繩拋接。			
	5.活動結束，請學生將救生拋繩整理好收回袋內。（教師宜在旁確認學生是否確實收好。）			
	下課十分鐘。	5'		
	第二節			
	一、引起動機：			
	1.教師詢問團員，分組活動是否感到順利許多？			
	2.教師預告待會再重新分組一次，大家盡量找不同的夥伴做練習，如果還是很想找原來的夥伴也可以。（部分學員較被動，教師宜主動介入、鼓	10'	救生圈	
1-4				

1-5	<p>勵他們嘗試和新夥伴做練習。)</p> <p>二、準備活動：</p> <p>1.教師拿出救生圈，預告待會的活動會使用到救生圈。</p> <p>2.教師請團員猜一猜，為什麼今天的團體活動會以救生為主題。（教師在此處宣導如何進行安全水域活動，以及說明為何不可直接跳入水中救溺水者。）</p> <p>3.教師拿出救生圈，詢問團員可以在何處見到救生圈（合格且安全的水域）。並教導團員，進行水上活動前，除了救生衣，也應該事先確認場地附近是否有救生圈，以及救生圈的位置，如果能在有救生員的水域遊憩更佳。</p> <p>4.教師再複習一次適當的邀請活動方式，叮嚀團員遵守有禮貌，才能順利找到合作夥伴。</p> <p>三、發展活動：</p> <p>（一）拋出生機</p> <p>1.教師拿出救生圈，詢問團員是否知道救生圈的用途。</p> <p>2.教師詢問團員，遇到有人溺水，是否能直接拋出救生圈。</p> <p>3.教師拿出救生拋繩，在救生圈上打一個水手結（教師可告訴團員，不會綁沒關係，至少打一個不會掉的死結也可以）。並告訴團員，綁上繩索的救生圈，萬一沒有拋給溺水者，仍然可以拉回。（教師應示範有綁救生拋繩和沒綁救生拋繩的差別。）</p> <p>4.兩位教師示範使用救生圈救溺水者的拋法。要提醒團員注意，救生圈不是夜市套圈圈，不可往溺水者頭部或身上投擲，否則會使溺水者因重擊而昏迷。</p> <p>5.教師示範若拋投失敗的收回法(同收回救生拋繩。)</p> <p>（二）分組活動</p> <p>1.教師提示邀請他人加入分組活動要注意禮貌，即可讓學生自行分組。（部分學員較被動，教師宜主動介入、鼓勵他們嘗試和新夥伴做練習。）</p> <p>2.找到組員的人即可向教師領取救生拋繩和救生圈練習。找不到組員的人可由教師適當介入。</p> <p>3.活動進行中，教師可鼓勵學生慢慢拉開距離，並告訴學生，救生員考試的拋繩距離為十公尺。</p> <p>4.活動結束，請學生將救生拋繩解開，整理好收回袋內。（教師宜在旁確認學生是否確實收好。）</p> <p>（三）團體討論</p> <p>1. 你喜歡拋繩還是拋救生圈？為什麼？</p>	25'	救生圈	能說出如何安全進行水域活動。
2-6				能說出遇到有人溺水的解決方法
3-4				能正確使用救生圈
2-4				能挑選紅花卡
2-5				分享自己的感想
3-1				
3-2				
3-3				
3-5			5'	音樂 CD、 CDPlayer

	<p>2. 當你接到拋繩時有甚麼感覺?跟接到救生圈有哪些相同或不同的感受?</p> <p>3. 你喜歡哪個邀請方式?為什麼?</p> <p>(四)紅花卡</p> <p>1. 規則說明:每個成員挑選今日課程的感想,選擇 1-3 張紅花卡。</p> <p>指導語:今天我們練習邀請和伙伴組隊,了解在進行水域活動時,如何自救和救援,請大家挑選。1-3 張擺放在中間的紅花卡,主題是「今天印象深刻的是」,之後,我們會到大團體進行分享。</p> <p>四、總結</p> <p>1. 領導者作結語,肯定成員做的很棒的地方。</p> <p>2. 強調人際互動的重要性及如何進行合宜的互動。</p> <p>3. 說明水域活動的風險以及如何自保及救援。</p>		、紅花卡	
--	---	--	------	--

★表格若不敷使用,請自行增刪。

★後續將寄送審查建議,請參考建議後修正後回傳,完成綠階/初階海洋教育者資格。