

單元 BF 2.4 「應變則變」

構念

建立目標和抉擇能力

對象

中二學生

單元目的

體驗及學習如何在邁向目標的過程中，面對及處理阻礙

教學目標

1. 明白在邁向目標時，有可能出現阻礙，應積極面對
2. 學會在遇上阻礙時，能適當地改變策略，繼續堅持目標

教學工具

導師參考資料：「出奇妙計製新骰」活動指引 附件 1

學生參考資料：「出奇妙計製新骰」 附件 2

自備工具：代幣（深化活動的工具） 附件 3

討論資料：「各有不同」討論指引 附件 4

成長拼圖 附件 5

自備工具：白畫紙

剪刀

膠水

尺

筆

教學方法

- 小組遊戲
- 全班討論

活動程序

30 分鐘

 主要活動
 次要活動

活動	步驟
<p>I. 引起動機</p> <p>3 分鐘</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生 2 人一組，其中一位組員參與熱身遊戲：單腳站立 1 分鐘。 2. 另一位組員，則監察同伴有沒有站立不穩或有倒下來的情况。如有，請他的組員坐下。 3. 最後，看看有多少學生仍然站著。 4. 先問學生：「此熱身遊戲的目標是甚麼？」 5. 問能夠站著的學生：「為甚麼你能繼續站著？」請學生作答。 6. 然後，再問那些坐下的學生：「站不穩的時候，有沒有想方法令自己仍然單腳站立？」請學生分享意見。 7. 從遊戲和學生的分享中，帶出本課重點：目標既立就應堅持，但若遇到困難或阻礙時，嘗試更改策略幫助自己達成目標。
<p>II. 小組遊戲</p> <p>「出奇妙計製新骰」</p> <p> </p> <p>16 分鐘</p> <p>教學工具</p> <p>附件 1 附件 2</p> <p>自備工具</p> <p>白畫紙 剪刀 膠水 尺 筆</p>	<p>目的：體驗遇到阻礙時應如何處理</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生分成 8 個小組。向學生解釋活動規則及有關事項（附件 1 及附件 2）。 2. 學生須在 10 分鐘內完成製作。然後各組展示作品及介紹製作方法，並舉行投票。 3. 點票後，宣佈各獎項得主。然後，請學生分享過程中的體驗。 4. 分享時，問學生： <ol style="list-style-type: none"> i. 當你知道欠缺了其中一件重要工具時，有甚麼反應？ ii. 那時，你採取了甚麼行動？ iii. 你為何要改變策略？ 5. 請學生反思在他們的日常生活中，有沒有類似情況？想一想當時的心情如何？採取了甚麼行動？

活動	步驟
<p>III. 全班討論 「各有不同」</p> <p></p> <p>4 分鐘</p> <p>教學工具 附件 4</p>	<p>目的：學會積極面對阻礙，及分辨改變目標有別於改變策略</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 問學生於上一課節 (BF2.3) 所學習的「堅持與忍耐」，與現在所學習的「改變策略」，當中的分別是甚麼？ 2. 派發討論指引（附件 4）給學生，與學生一起討論。 3. 先讓學生反省，然後交流在遊戲時或日常生活的經驗，並作恰當的建議，一起歸納總結。 4. 要讓學生理解「改變目標」及「改變策略」的分別： <ol style="list-style-type: none"> i. 改變目標是指已訂下想達到的事情或情況有變動 ii. 改變策略是改變達到一向堅持的目標的方法
<p>IV. 總結</p> <p>2 分鐘</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邁向目標的過程中，阻礙經常出現。 2. 遇到阻礙的時候，不應怨天尤人，要積極面對，並學會視乎實際情況，重新擬訂可行的策略。 3. 重新計劃不代表失敗或放棄，只是因應環境而作出實際對策。 4. 最重要是不要因為困難或阻礙而輕易改變或放棄目標。目標要努力堅持，並配合恰當和有效的方法去達到。 5. 重新計劃時，可找別人或師長等給意見。
<p>V. 自我反思</p> <p>5 分鐘</p> <p>教學工具 成長拼圖</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 導師於此節結束前派發「成長拼圖」，讓學生靜默片刻反思及填寫。 2. 最後，導師應對學生的合作表現加以鼓勵及讚賞。

教學建議

<p>1. 引起動機</p>	<ul style="list-style-type: none"> 當導師問：「為甚麼你能繼續站著？」時，學生可能回答是因為他不疲倦、腳力好等。導師可先讚賞他們身體健康，然後再引導他們明白，可以仍然站著的原因是他們有努力堅持目標的毅力。 遊戲小結時，可建議一些可行的策略而堅持站立，例如：找身旁的同學扶著自己，或與一起單腳站立同學互相攙扶。 注意女學生穿裙子會較不方便，可因應情況請男學生參與遊戲，女學生負責監察。
<p>2. 「出奇妙計製新骰」</p>	<ul style="list-style-type: none"> 視乎學生的能力、合作精神及默契，可讓學生自行分工，即誰負責動手製造作品，誰負責搜集物資等。否則，導師宜作安排，以免浪費時間。 這項活動目的不是製作精美作品，而是要學生動腦筋思考策略。因此，應提點學生，避免過分集中在作品的精美程度。 視乎情況可考慮準備禮物給得獎小組，若導師預計時間緊迫，可稍後才點算選票及宣佈結果，甚至由導師自行決定優勝組別。 導師可根據學生的程度深化此活動（可參考附件1）。 若導師容許學生用代幣向其他組別購買工具，應多提醒學生，不應用太多時間向別組購買，以免不能完成作品。
<p>3. 「各有不同」</p>	<ul style="list-style-type: none"> 視乎教授 BF2.3 課節及此課節相隔多久，導師或需簡略重溫 BF2.3 課節的重點才讓學生討論，因這部分的討論，要求學生懂得分辨兩課節的內容重點。 就學生的能力而作出相應的回應，若學生能力較佳，導師可從他們的討論結果歸納要點。
<p>4. 總結</p>	<ul style="list-style-type: none"> 此課重點是讓學生學會遇到阻礙時，目標不變，但達致目標的方法可改變。若有學生問如何才知道自己所設定的目標改變時，導師可帶出以下觀點：改變目標不可輕率，先要試驗多次不同的方法，證明那些方法是不可達致目標，才可改變目標。因此，鼓勵學生設立目標要合乎自己的能力且是實際可行的。

延伸活動建議

活動	內容	建議
<p>競技遊戲</p>	<p>目的：學習遇上阻礙時，能適當地改變策略</p> <p>學校可在體育堂和運動會中舉行競技遊戲。遊戲當中，每組需要達成一個目標。在過程中，參加者會少了一樣能幫助達成目標的東西，讓參加者學習適當地改變策略，以達到目標。</p>	

附件

1

導師參考資料： 「出奇妙計製新骰」活動指引

目的

體驗在邁向目標的過程中，如遇上困難或阻礙，應恰當地改變策略或實行方法，以達到目標。

活動步驟

1. 每組須要用提供的卡紙造一粒骰；即一粒普通立方體，有一至六數目的骰子。
2. 請每組計劃製作過程及列出所需的工具，學生可先訂立目標及製作步驟。
3. 視乎時間，可請個別小組講出步驟，或請學生寫在紙上。
4. 其後，告訴學生將提供的基本工具包括：剪刀、閘尺、膠水及筆；每組只獲其中三種。
5. 每組學生可以用任何物品代替所欠缺的工具，但不可使用同一種工具。例如：若某組學生欠缺剪刀，縱使他們帶備剪刀也不可使用，要想出其他方法代替剪刀撕開紙張（目的是讓學生明白在過程中有阻礙，應改變策略用別的方法）。
6. 學生須在十分鐘內完成活動。

活動步驟的深化

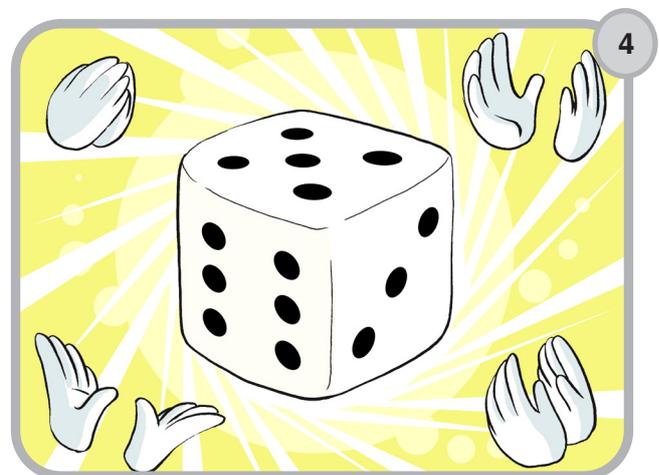
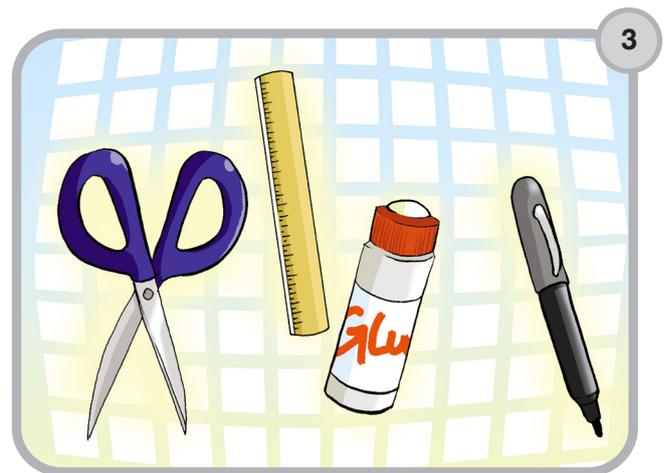
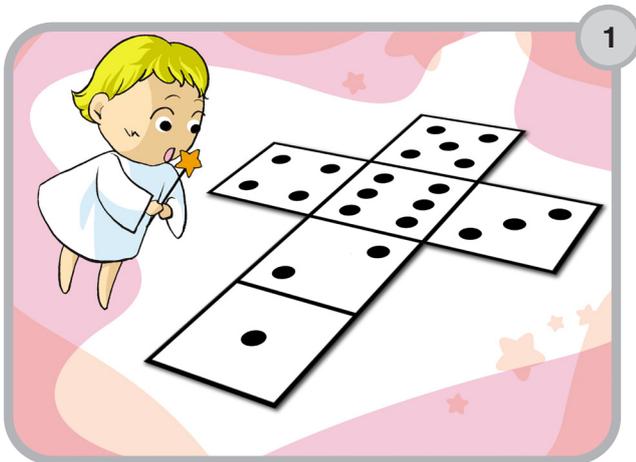
1. 如環境和時間許可，可讓學生用代幣（附件 3）向其他組別「購買」所需工具。
2. 買賣雙方自行訂出價錢；賣方亦可拒絕出售。如售出了，之後便需要再購買，價錢可能較先前昂貴。
3. 學生在買賣時，需要考慮如何分配及利用資源。
4. 讓學生明白不應只顧自己的需要，還應留意周圍環境，我們需要別人的幫助，同時也有能力幫助別人。要達至理想的雙贏局面，所訂出的價錢要合理，不要太自私，以自己的利益為先。

作品欣賞及選舉

1. 學生完成作品後須展示給同學欣賞。
2. 派發投票表格給各組學生，請他們選出兩個獎項的得主：最具創意獎，及最佳合作獎。
3. 如讓學生向其他組別「購買」所需工具，導師可頒另一獎項：最多剩餘代幣獎得主。

附件 2 學生參考資料：「出奇妙計製新骰」

- 1 每組須要造一粒骰；即一粒普通立方體，有一至六數目的骰子
- 2 基本工具包括：剪刀、間尺、膠水及筆；只獲其中三種
- 3 可以用任何物品代替所欠缺的另一種工具，但不可使用同樣工具（即沒有筆，便不可用筆代替）
- 4 十分鐘內完成活動



附件

3

自備工具：代幣（深化活動的工具）

代 幣
Token

代 幣
Token

代 幣
Token

附件 4 討論資料：「各有不同」討論指引

1. 遇到障礙的時候，你的心情如何？
2. 面對障礙時應採取甚麼行動？你選擇堅持還是放棄？
3. 若是堅持，你會怎樣做？目標如何？策略如何？
4. 「改變目標」和「改變策略」有甚麼不同？
5. 你認為何時應該改變目標？何時應該改變策略？
6. 哪裡尋找資源或協助？



附件 5 成長拼圖

姓名：

班別：

日期：

堂課：

家課：

1. 邁向目標過程時，如遇到阻礙，我們應如何面對？

1. 重新設定計劃時，你認為改變目標和改變策略有分別嗎？

2. 若需要重新計劃你的目標，是否代表你失敗？

2. 請舉出一項改變目標的例子。

3. 承上題，為甚麼？

3. 請舉出一項改變策略的例子。

