

「一人一目標」德育活動
課堂設計(小六)

培僑小學

生活及情意教育主題活動

一人一目標

學習對象：六年級

時間：40 分鐘

一. 教學目標

1. 學生明白定目標的重要；
2. 學生懂得為自己定下一個 SMART 及有意義的目標；

二. 教具

1. 草稿紙 240 張, 剪刀 8 把, 補貼 8 小塊
2. 工作紙(每位學生一張)
3. 學習重點(每位學生一張)

三. 教學大綱

1. 體驗遊戲：自由砌
2. 小組討論
3. 問答遊戲
4. 齊來定目標
5. 歌曲欣賞
6. 總結

四. 教學流程

內容及手法	時間	講解重點	物資										
<p>(活動一)體驗遊戲：自由砌</p> <p>1.四人一組 2.每組派發一疊硬卡 3.一塊 bluetac 4.學生自由玩 5.有需要老師可提供剪刀 6.時限 8 分鐘</p>	8	<p>提問環節： 1.聽到老師給你們自由玩，有什麼感受？為什麼？ 訪問有成果的學生： 1.砌了什麼？ 2.成功砌到東西的原因是？ 學生小結：帶出有目標和方向，便會有成果 訪問未有成果的學生： 1.遊戲中，有甚麼討論出現？ 2.讓你再玩一次而要求砌出物件，你會怎樣做？ 學生小結：帶出沒有目標和方向，便不會有成果 老師總結： 定下目標是非常重要的，像剛才遊戲的體驗，有目標才會有成果。 好的開始是成功的一半，而有目標是成功的開始。</p>	<p>草稿紙 240 張 剪刀 8 把 補貼 8 小塊</p>										
<p>(活動二)小組討論：</p> <p>1.四人一組 2.討論：怎樣才算是一個好的目標？ 3.聆聽同學的匯報後，老師總結何謂 SMART 及有意義的目標。</p>	10	<p>SMART 的目標</p> <table border="1" data-bbox="1099 986 1534 1334"> <tbody> <tr> <td data-bbox="1099 986 1312 1034">Specific</td> <td data-bbox="1312 986 1534 1034">明確的</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1099 1034 1312 1153">Measureable</td> <td data-bbox="1312 1034 1534 1153">可量度</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1099 1153 1312 1201">Achievable</td> <td data-bbox="1312 1153 1534 1201">有挑戰</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1099 1201 1312 1273">Reasonable</td> <td data-bbox="1312 1201 1534 1273">合理的</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1099 1273 1312 1334">Time bound</td> <td data-bbox="1312 1273 1534 1334">有時限</td> </tr> </tbody> </table>	Specific	明確的	Measureable	可量度	Achievable	有挑戰	Reasonable	合理的	Time bound	有時限	
Specific	明確的												
Measureable	可量度												
Achievable	有挑戰												
Reasonable	合理的												
Time bound	有時限												

<p>(活動三)齊來定目標：</p> <p>1.借圖中的一個胖子及瘦男孩，向全班作公開討論</p> <p>2.為圖中的人定下目標</p> <p>3.帶出目標是因人而異的</p> <p>為自己定目標：</p> <p>1.觀看校長及老師的目標 (由老師做起，起身教作用)</p> <p>2.為自己寫下目標（測試同學是否掌握所學） 註： 同學互評同學的目標是否符合 SMART 的目標</p> <p>4. 小結： 定下 SMART 目標能達到的機會大大提高，但實行目標時總會遇上困難，因此要配合堅毅的精神才能完成目標。</p>	10	<p>講解重點：</p> <table border="1" data-bbox="945 225 1576 970"> <thead> <tr> <th colspan="2">目標檢查表</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>定了的目標</td> <td>Xxxxxx</td> </tr> <tr> <td>檢討目標</td> <td> 明確的？ <input type="checkbox"/> 可量度？ <input type="checkbox"/> 有挑戰？ <input type="checkbox"/> 合理的？ <input type="checkbox"/> 有時限？ <input type="checkbox"/> </td> </tr> <tr> <td>將實行的方法跟目標一致嗎？</td> <td> 方法一：好處_____壞處_____ 方法二：好處_____壞處_____ </td> </tr> <tr> <td>實踐你的計劃有甚麼障礙？</td> <td> 時間：_____ 人物：_____ 物品：_____ 事情：_____ </td> </tr> <tr> <td>時限內能達標嗎？</td> <td> 成功 <input type="checkbox"/> 未成功 <input type="checkbox"/> </td> </tr> </tbody> </table>	目標檢查表		定了的目標	Xxxxxx	檢討目標	明確的？ <input type="checkbox"/> 可量度？ <input type="checkbox"/> 有挑戰？ <input type="checkbox"/> 合理的？ <input type="checkbox"/> 有時限？ <input type="checkbox"/>	將實行的方法跟目標一致嗎？	方法一：好處_____壞處_____ 方法二：好處_____壞處_____ 	實踐你的計劃有甚麼障礙？	時間：_____ 人物：_____ 物品：_____ 事情：_____	時限內能達標嗎？	成功 <input type="checkbox"/> 未成功 <input type="checkbox"/>	
目標檢查表															
定了的目標	Xxxxxx														
檢討目標	明確的？ <input type="checkbox"/> 可量度？ <input type="checkbox"/> 有挑戰？ <input type="checkbox"/> 合理的？ <input type="checkbox"/> 有時限？ <input type="checkbox"/>														
將實行的方法跟目標一致嗎？	方法一：好處_____壞處_____ 方法二：好處_____壞處_____ 														
實踐你的計劃有甚麼障礙？	時間：_____ 人物：_____ 物品：_____ 事情：_____														
時限內能達標嗎？	成功 <input type="checkbox"/> 未成功 <input type="checkbox"/>														
<p>(活動四)歌曲欣賞 及 完成小冊子：</p> <p>1.合唱《逆風飛翔》</p> <p>2.帶出要有堅毅的精神才能達成目標。</p> <p>3.回家完成一人一目標小冊子 (P1-9)</p>	5	<p>講解重點：</p> <p>2.實現目標時總會與上大大小小的困難</p> <p>3.不要怕失敗及受傷，古語有雲：失敗乃成功之母。</p> <p>3.逆境時要有盼望、辛苦時學習堅強，這就是堅毅的精神。</p>	小冊子												
<p>(活動五)總結</p>	2	<p>定目標能幫助自己邁向成功，但需要目標清晰及有效的執行方法，盼同學能找到自己的目標，並能以堅毅的精神向著目標前進。</p>													