C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

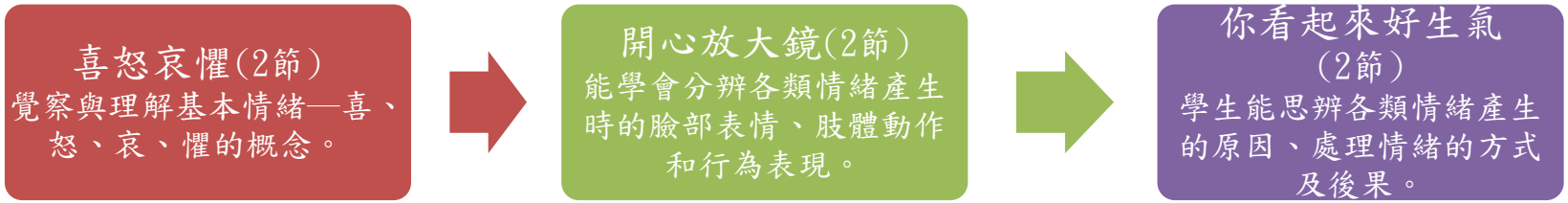
國立臺南大學附設實驗國民小學 111 學年度彈性學習六大主軸：情緒教育課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	■第一單元 □第二單元 ___情緒萬花筒(上)(與中系統規畫表一致)	實施年級	一	教學節數	每學年 6 班次 / 每班 6 節
彈性學習課程四類規範	1. ■統整性探究課程（■主題□專題□議題）				
設計理念	1.互動與關聯：讓學生在人事物和環境互動中，覺察、認識並學習適宜表達情緒，以幫助學生保持心理健康。 2.差異與多元：針對生活中喜怒哀懼的情緒，教學活動設計，以認知和體驗兩種方式並行，從認知上教導學生情緒管理的知識與方法；透過體驗活動引發學生進行情緒之覺察、學習與友伴相處、增進適應團體生活的能力、增進解決衝突與合作技巧。 3.模式：引導學生由一系列的認識情緒的探索歷程，養成良好的心理健康的習慣，協助學生發展良好的社會行為的態度和方法。				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養	生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究~~，體會與感受學習的樂趣，~~並能主動發現問題及解決問題，持續學習。 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、~~愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，~~ ~~同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。~~ 健體-E-A1 具備良好~~身體活動與~~健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質~~，發展運動與保健的潛能~~。				
課程目標	1. 透過繪本及體驗活動，覺察與理解基本情緒—喜、怒、哀、懼的概念。 2. 透過教師提問與分組討論，學生能學會分辨各類情緒產生時的臉部表情、肢體動作和行為表現。 3. 透過教師提問與學習單，學生能思辨各類情緒產生的原因、處理情緒的方式及後果。 4. 藉由表達性媒材（呼吸、畫畫）的操作，練習紓解情緒的具體方法。				
配合融入之領域或議題(需跨) 有勾選的務必出現在學習表現	□國語文 □英語文 □英語文融入參考指引 □本土語 □數學 □社會 □自然科學 □藝術 □綜合活動 ■健康與體育■生活課程 □科技 □科技融入參考指引	□性別平等教育 □人權教育 □環境教育 □海洋教育 □品德教育 □生命教育 □法治教育 □科技教育 □資訊教育 □能源教育 □安全教育 □防災教育 □閱讀素養 □多元文化教育 □生涯規劃教育 □家庭教育 □原住民教育 □戶外教育 □國際教育			
表現任務 須說明引導基準：學生要完成的細節說明	1.經由老師的引導，學生能與外界連結，以口語表達自己的感受。 2.體會生活禮儀與團體規範的意義，能以尊重他人的方式表達自己的想法。				

Created by free version of DocuFreezer

	3. 能認識並欣賞自己，說出自己的特質。

課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)



教學節次	節數	單元與活動名稱	學習表現需跨	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材或學習單
第一~二節	2	生活中的各種情緒—總論	生 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 生 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。	生 A-I-2 事物變化現象的觀察。 生 D-I-1 自我與他人關係的認識。	1. 能探索並分享自己的觀察-喜、怒、哀、懼情緒的變化。 2. 能分辨各種情緒產生時的臉部表情、肢體動作和行為表現。	以教師製作的教學 ppt，進行講述與討論 1.教師請同學分享生活中的情緒的樣貌介紹情緒與面部表情。 2.介紹生活中的喜、怒、哀、懼等情緒，以及情緒與面部表情、肢體動作、行為的聯結。 3.討論與學習如何應對自己和別人的情緒事件。 4.完成學習單：連一連喜怒哀懼四個表情和表情圖卡。	口頭評量 紙本評量（完成學習單）	教師編製「喜怒哀懼」學習單
第三~四節	2	認識情緒－喜	生 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會	生 D-I-1 自我與他人關係的認識。	1. 探索並覺察生活中的人、事、物之間的關	以教師製作的教學 ppt，進行講述與討論 1.以情緒卡具體呈現快樂情緒的細微變化。	口頭評量 紙本評量（完成學習單）	教師編製學習單「開心放大鏡」

			相互影響。 生 6-I-1 覺察自己可 能 對生 活 中 的人、事、物產生影響，學習調整情緒與行為。 健 4a －I－2 養成 健康的生活習慣。	生 D-I-2 情緒調整的學習。 健 Da －I－1 日 常生活中的基本衛生習慣	係。 2. 覺察與理解喜的情緒。 3. 能覺察並適當表達喜的情緒，保持心理健康。	2.用「我的感覺 你的感覺」一書的生活中的快樂事件，增加學生對「喜」的情緒的理解。 3.並對應「我的感覺 你的感覺」一書的生活中的傷心難過事件，讓學生知道傷心難過的情緒不會一直存在，有方法可以回復平靜與快樂。 4.完成學習單「開心放大鏡」。 5. 邀請學生想像自己是學習單中快樂的人，並分享學習單中人物為何有開心的表情。 6. 師生討論：如何給別人快樂也給自己製造快樂，闡述助人最快樂的精神。		
第五~六節	2	認識情緒－怒	生 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。 生 6-I-1 覺察自己可能對生活中的人、事、物產生影響，學習調整情緒與行為。 健 4a －I－2 養成健康的生	生 D-I-1 自我與他人關係的認識。 生 D-I-2 情緒調整的學習。 健 Da －I－1 日常生活中的基本衛生習慣 。	1. 探索並覺察生活中的人、事、物之間的關係。 2. 覺察與理解怒的情緒。 3. 能覺察並處理怒的情緒，保持心理 健康。	以教師製作的教學 ppt，進行講述與討論 1.以生活事件-小旭生氣引起動機。 2.老師進行繪本導讀—我好生氣。 3.老師說明並讓學生練習七種紓解情緒的方法。 4.完成學習單「生氣」的表情。 5.老師總結：每一個人都可能會因為不同事件或原因生氣。但需要以適合的方法表達，我們學會用好方法了。	口頭評量 紙本評量（完成學習單）	教師編製學習單「辨識生氣表情」

			活習慣。					

Created by free version of DocuFreezer