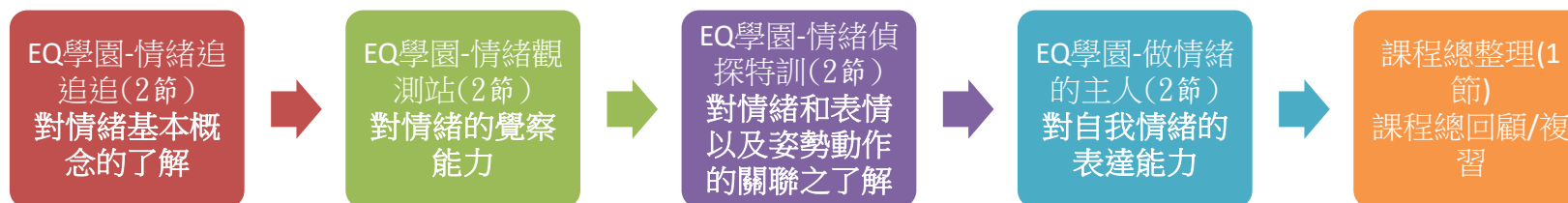


學習主題名稱 (中系統)	EQ 武功祕笈-EQ 學園	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共( 9 )節
彈性學習課程	統整性探究課程 (■主題□專題□議題)				
設計理念	模式：透過各種體驗活動，認識 EQ 教育，學習如何建立良好人際互動。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。				
課程目標	透過活動，學生能初步了解 EQ 的意涵及自我覺察，並能在生活中建立良好的想法、肯定自己與愛自己，進而培養同理心以及問題解決的模式。				
配合融入之領域 或議題 <small>有勾選的務必出現在 學習表現</small>	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
總結性 表現任務 <small>須說明引導基準：學 生要完成的細節說明</small>	了解 EQ 的五大內涵。 1. 能對情緒有基本概念的了解。 2. 能知道情緒 vs 表情 vs 動作之間的關聯 3. 能了解如何使用語詞表達自己的情緒				

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)



C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自選自編 教材 或學習單
三下	2	EQ 學園-情緒追追追	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 國2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</li> <li>• 社2b-II-1 體認人們對生活事物與環境有不同的感受，並加以尊重。</li> </ul>	<b>對情緒基本概念的了解</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 認識學齡階段常見的情緒類別</li> <li>2 了解情緒起源於各種事件情況</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 概覽課本。</li> <li>2. 如何使用學習手冊。</li> <li>3. 龜兔比一比。</li> <li>4. 情緒是什麼？</li> <li>5. 情緒搶答</li> <li>6. 十大情緒秘密檔案</li> <li>7. EQ 武功秘笈-數數呼吸法</li> <li>8. 課程回顧</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能在故事中說出正確的情緒語彙。</li> <li>2. 能根據圖片的情境說出在這種狀況下，會產生哪些情緒反應。</li> <li>3. 能至少說出 3 個常見的基本情緒。</li> <li>4. 能根據「十大情緒秘密檔案」的情境，說出自己的情緒語彙。</li> <li>5. 能說出情緒背後，可能的原因。</li> <li>6. 能正確做出 EQ 武功秘笈「數數呼吸法」的完整過程和動作</li> </ol>	EQ 學園 單元一 情緒追追追
	2	EQ 學園-情緒觀測站	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 社2b-II-1 體認人們對生活事物與環境有不同的感受，並加以尊重。</li> <li>• 綜1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。</li> </ul>	<b>對情緒的覺察能力</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 覺察自我的情緒狀態</li> <li>2 幫助孩子瞭解並尊重情緒感受的個別差異。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 溫故知新。</li> <li>2. 喜怒哀樂大會串。</li> <li>3. 倒楣的一天。</li> <li>4. 我的心情我知道</li> <li>5. EQ 武功秘笈-忍者定心術</li> <li>6. 回顧課程</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能依據圖片故事說出自己感受的情緒類別及理由。</li> <li>2. 能依據「喜怒哀樂大會串」活動題目說出自己實際的情緒感受。</li> <li>3. 能經由「倒楣的一天」討論題目辨別「遷怒」的情緒行為。</li> <li>4. 能經由 15 題的「我的心情我知道」情境題，說出自己真實的情緒感受。</li> <li>5. 能正確做出 EQ 武功秘笈「忍者定心術」的反應動作。</li> <li>6. 能說出「聽到」和「看到」別人叫自己的不同感受。</li> <li>7. 能說出自己專注一件事時的感受。</li> </ol>	EQ 學園 單元二 情緒觀測站
	2	EQ 學園-情緒偵探特訓	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 社2b-II-1 體認人們對生活事物與環境有不同的感受，並加以尊重。</li> <li>• 綜1d-II-1 覺察情緒的變化，培養</li> </ul>	<b>對情緒和表情以及姿勢動作的關聯之了解</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 敏銳覺察與情緒相關的表情與姿勢動作</li> <li>2 體驗這兩者對情緒的影響，以學習自我調整</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 溫故知新。</li> <li>2. 情緒大進擊。</li> <li>3. 情緒捉迷藏。</li> <li>4. 拼圖擂台賽</li> <li>5. EQ 武功秘笈-開心變臉術</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能在「情緒大進擊」活動中，辨別身體姿勢和情緒間的對應關係。</li> <li>2. 能辨別四種不同的情緒臉譜</li> <li>3. 能正確做出 EQ 武功秘笈「開心</li> </ol>	EQ 學園 單元三 情緒偵探特訓

C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

			正向思考的態度。			6. 回顧課程	變臉術」的表情動作。 4. 能說出用不同表情說同一句話時，有什麼不同的情緒感受。	
2	EQ 學園-做情緒的主人	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。</li> <li>• 綜2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。</li> </ul>	對自我情緒的表達能力	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 覺察自我常用的情緒調適模式</li> <li>2 增進情緒調適的多樣性與適應性</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 溫故知新。</li> <li>2. 情緒紅氣球。</li> <li>3. 情緒壓力調節器。</li> <li>4. 我有好方法</li> <li>5. EQ 武功秘笈-拋開生氣</li> <li>6. 回顧課程</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在「情緒紅氣球」活動後，能說出為什麼情緒紅氣球會爆炸的原因。</li> <li>2. 能說出調節情緒壓力的五個條件。</li> <li>3. 能正確完成「我有好方法」10個活動題並答對抒解情緒的方式。</li> <li>4. 能說出自己平時抒解情緒的方法。</li> <li>5. 能正確做出EQ武功秘笈「拋開生氣」的完整過程和動作。</li> <li>6. 能把EQ武功秘笈「拋開生氣」的完整過程和動作，教給家人並一起練習。</li> </ol>	EQ 學園 單元四 做情緒的主人	
1	課程總整理	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 國2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</li> <li>• 社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。</li> <li>• 綜 2d-II-2 分享自己運用創意解決生活問題的經驗與觀察。</li> </ul>	課程總回顧	能對課程進行統整回顧及分享學習心得	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分享本學期課程手冊所筆記的重點</li> <li>2. 分組分享自己的學習心得</li> <li>3. 上台對全班發表小組學習心得</li> <li>4. 集點章統整獎勵</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出本學期課程的重點。</li> <li>2. 能分享自己的學習心得。</li> <li>3. 能專注聆聽他人想法。</li> </ol>	EQ 學園 單元一~ 單元四	

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎參考說明檢附如後