

學習主題名稱 (中系統)	EQ 武功祕笈-EQ 學園&我是 EQ 高手	實施年級 (班級組別)	四年級	教學節數	本學期共(18)節
彈性學習課程	統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 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	欣賞與表現自己的長處，了解自己在各種情境中可能的反應，能表達自我以及與人溝通，進而能了解自己的情緒溫度類別。				
配合融入之領域或議題 有勾選的務必出現在學習表現	<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 須說明引導基準：學生要完成的細節說明	認識自我概念「生理我、情緒我、社會我、智慧我」。 1.能學習站在他人角度解讀事物 2.能知道如何面對他人嘲弄欺負的保護反應 3.能實作表情 VS 情緒間的關聯 4.能理解情緒事件 ABC 的關聯				
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
四上	2	EQ 學園-人際俱樂部	<ul style="list-style-type: none"> 國2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 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。 	站在他人觀點的能力	1 學習從他人的角度思考，並同理他人的情緒和想法 2 表達對他人情緒的接納和了解	1. 溫故知新。 2. EQ 故事屋。 3. 其實我懂你的心。 4. 同理心大考驗 5. EQ 武功秘笈-換位思考 6. 回顧課程	1. 能依據圖片故事說出自己的感受及想法。 2. 能說出一則自己曾設身處地為別人設想的故事。 3. 能正確完成「其實我懂你的心」的活動測驗。 4. 能體會別人的心意並說出一句令人舒服的話。 5. 能正確完成「同理心大考驗」的活動測驗。 6. 能正確說出 EQ 武功秘笈「換位思考」活動測驗題的兩種同理心答案。	EQ 學園 單元五 人際俱樂部
	2	EQ 學園-人際放大鏡	<ul style="list-style-type: none"> 國1-II-4 根據話語情境，分辨內容是否切題理解主要內容和情感，並與對方互動。 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。 	解讀他人行為意圖的能力	1 學習從情境線索推論他人的行為是故意的還是不小心的，並認識造	1. 溫故知新。 2. 我戴有色眼鏡嗎？ 3. 人際 EQ 大考驗。 4. 走出人際迷宮 5. EQ 武功秘笈-人際雷達 BBB 6. 回顧課程	1. 能正確完成「我戴有色眼鏡嗎？」的活動測驗。 2. 能正確完成「人際 EQ 大考驗」的活動測驗。 3. 能說出當別人做出讓自己不舒服的行為時，要觀察情境或對方哪些線索。	EQ 學園 單元六 人際放大鏡

C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

					<p>成歸因偏差的原因</p> <p>2 了解個人空間的概念，並學習彼此尊重，保持適當的人際距離</p>		<p>4. 能說出自己對「走出人際迷宮」故事的感受。</p> <p>5. 能說出過度主觀或錯誤推論的缺點。</p> <p>6. 能說出自己在 EQ 武功秘笈「人際雷達 BBB」實作活動後的感受。</p>	
2	EQ 學園-人際病毒特搜隊	<ul style="list-style-type: none"> 國1-II-4 根據話語情境，分辨內容是否切題理解主要內容和情感，並與對方互動。 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。 	嘲弄和欺負的行為	<p>1 能區分善意的開玩笑和惡意的嘲弄</p> <p>2 區分什麼行為是傷害他人的行為，並學習向欺負說：NO</p>	<p>1. 溫故知新。</p> <p>2. 開玩笑還是惡作劇。</p> <p>3. 人際病毒 X 光機。</p> <p>4. 人際病毒隔離室</p> <p>5. EQ 武功秘笈-正義少年防身術</p> <p>6. 回顧課程</p>	<p>1. 能辨別「開玩笑」及「惡作劇」的特徵與線索。</p> <p>2. 能說出「語言欺負」、「肢體欺負」、「關係欺負」、「網路欺負」的定義並舉例說明。</p> <p>3. 能寫出自己曾經被人欺負的親身經歷或看過別人被欺負的例子。</p> <p>4. 能運用 EQ 武功秘笈「正義少年防身術」說出「我是正義少年，我不做欺負別人的事」。</p> <p>5. 能做出拒絕欺負的動作。</p>	EQ 學園 單元七 人際病毒特搜隊	
2	EQ 學園-做個人際小達人	<ul style="list-style-type: none"> 社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 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。 	如何面對嘲弄和欺負	<p>1 能在人際關係中建立自信心</p> <p>2 學習如何面對別人的嘲弄，並做出適當的反應</p>	<p>1. 溫故知新。</p> <p>2. 自信超人。</p> <p>3. EQ 故事屋。</p> <p>4. 人際防護罩</p> <p>5. EQ 武功秘笈-人際小達人行動宣言</p> <p>6. 回顧課程</p>	<p>1. 能做出自信的動作和表情。</p> <p>2. 聽完「EQ 故事屋」能說出自己的感受或分享類似的經驗。</p> <p>3. 能背誦「人際防護罩」的五個絕招。</p> <p>4. 能正確完成「人際防護罩」的情境測驗。</p> <p>5. 能說出「人際小達人行動宣言」</p>	EQ 學園 單元八 做個人際小達人	
1	課程總整理	<ul style="list-style-type: none"> 國2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 綜 2d-II-2 分享自己 	課程總回顧	能對課程進行統整回顧及分享學習心得	<p>1. 分享本學期課程手冊所筆記的重點</p> <p>2. 分組分享自己的學習心得</p> <p>3. 上台對全班發表小組學習心得</p>	<p>1. 能說出本學期課程的重點。</p> <p>2. 能分享自己的學習心得。</p> <p>1. 能專注聆聽他人想法。</p>	EQ 學園 單元五~ 單元八	

C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

			運用創意解決生活問題的經驗與觀察。			7. 集點章統整獎勵		
四下	2	我是EQ高手-感覺情緒知多少	<ul style="list-style-type: none"> 國2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 綜1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。 	EQ的五大內涵	<ul style="list-style-type: none"> 了解EQ的重要性及其內涵 認識感覺並學會區分生理和心理的感覺 了解情緒及其向度 探討情緒表達的適切性 	<ol style="list-style-type: none"> 概覽課程。 與成功有約。 學習手冊使用說明。 EQ是什麼？。 感覺知多少？。 情緒總動員。 與情緒共舞。 EQ武功秘笈—身心放鬆術。 回顧課程。 	<ol style="list-style-type: none"> 能回答成功的公式由IQ及EQ各多少比例組成 能正確說出EQ五大能力 能辨別生理與心理的感覺 能至少寫出3個情緒詞彙 在情緒座標圖中，能將八種情緒詞彙，依據不同的情緒向度正確填入。 根據情緒辭典能圈出3個自己的正負向情緒 能說出碰到情境時，自己四種不同的情緒反應 能正確說出自己碰到情緒火山時較適當的反應方式 能選出本單元對自己最有幫助的三個EQ觀念 能確實紀錄一週來高EQ行動是進步或退步或沒變 	我是EQ高手單元一 感覺情緒知多少
	2	我是EQ高手-情緒三部曲	<ul style="list-style-type: none"> 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。 綜1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。 	表情、生理與情緒的關聯	<ul style="list-style-type: none"> 體會認知因素對情緒感受的影響體會認知因素對情緒強度的影響 了解生理狀態對情緒的影響 了解表情與肢體習慣對情緒的影響 	<ol style="list-style-type: none"> 溫故知新。 心情故事。 怎麼想，怎麼感覺 十點鐘媽媽。 表情，情緒。 EQ劇場—塞翁失馬。 EQ武功秘笈—包子臉與獅子臉。 回顧課程。 	<ol style="list-style-type: none"> 在心情故事中能正確寫出各角色的情緒想法 在0~10分的數線中，能表達自己有多生氣及知道原來如此後的情緒分數 會分辨樂觀與悲觀的不同 能寫出自己傷心的事情及找到快樂的方法 能寫出自己的「十點鐘」現象 能正確說出哪種表情是代表哪種情緒 能選出本單元對自己最有幫助的三個EQ觀念 確實紀錄一週來高EQ行動是進步或退步或沒變 	我是EQ高手單元二 情緒三部曲
	2	我是EQ高手-公說公有理 婆說婆有理	<ul style="list-style-type: none"> 國2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 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。 	主觀與客觀的差異	<ul style="list-style-type: none"> 覺察人類知覺的重要性 體驗過度推論的缺點 了解過度主觀定義與缺點 學習尊重個別差異 	<ol style="list-style-type: none"> 溫故知新。 瞎子摸象 誰說的對 事實還是推論？。 EQ劇場—圓桌武士。 主觀與客觀。 EQ武功秘笈— 	<ol style="list-style-type: none"> 能積極專注參與驚奇箱活動 能說出瞎子摸象故事 能說明在「誰說得對」活動，自己的看法 能完成「我在推論嗎」的測驗題，並了解自己的錯誤 能寫出自己的主觀事件及如何克服的過程 能選出本單元對自己最有幫助的三個EQ觀念 確實紀錄一週來高EQ行動是進步或退步 	我是EQ高手單元三 公說公有理 婆說婆有理

C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

						<p>情緒紅綠燈。</p> <p>8. 分享與結論。</p>	或沒變	
2	我是EQ高手-做個EQ高手	<ul style="list-style-type: none"> 社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 綜1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。 	情緒ABC的內涵	<ul style="list-style-type: none"> 了解生活中常見的非理性想法 學習如何和非理性想法唱反調 建立理性的思考習慣 強化情緒管理能力 	<ol style="list-style-type: none"> 溫故知新。 情緒ABC 情緒溫度計 非理性的世界。 和非理性想法唱反調。 EQ劇場—李爾王。 回顧課程。 誓言：做個EQ高手。 	<ol style="list-style-type: none"> 能分別情緒ABC的含意 能了解自己的情緒溫度類別 能正確區分理性想法及非理性想法 能說出和非性想法唱反調的步驟 能選出本單元對自己最有幫助的三個EQ觀念 確實紀錄一週來高EQ行動是進步或退步或沒變 能唸出自己的EQ高手宣言 能將所學的觀念方法應用在生活中，並紀錄在日記或週記中 	我是EQ高手 單元四 做個EQ高手	
1	課程總整理	<ul style="list-style-type: none"> 國2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 綜 2d-II-2 分享自己運用創意解決生活問題的經驗與觀察。 	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"> 分享本學期課程手冊所筆記的重點 分組分享自己的學習心得 上台對全班發表小組學習心得 集點章統整獎勵 	<ol style="list-style-type: none"> 能說出本學期課程的重點。 能分享自己的學習心得。 <ol style="list-style-type: none"> 能專注聆聽他人想法。 	我是EQ高手 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