

臺南市公立白河區仙草實驗小學 114 學年度第一學期 四 年級 品格教育 課程計畫

學習主題名稱	SEL 社交情緒課程	實施年級 (班級組別)	四年級	教學節數	本學期共(16)節
設計理念	1.為了讓學生更能了解自我，進而設計相關課程。 2.讓學生能從課程中更懂得如何與他人相處並負責			KIST 文化	品格教育 SEL PBL 個人化學習
本教育階段 總綱核心素養	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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。				
課程目標	1. 讓學生能學會了解自我本身的情緒。 2. 學生懂得從他人的立場思考並對自己負起責任。				
設計教師	劉芝均、賴世哲			需要資源 與教材	平板、學習單、情緒卡、桌遊
配合融入之領域 或議題	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			SDGD 消除貧窮 消除飢餓 健康與福祉 教育品質 性別平等 淨水與衛生 可負擔能源 就業與經濟成長 工業、創新及基礎建設 減少不平等 永續城市 責任消費與生產 氣候行動 海洋生態陸地生態 和平與正義制度 全球夥伴	
表現任務	1. 學生能覺察生活中自我的情緒。 2. 學生可以透過生活上的自我覺察而延伸至品格的議題。 3. 觀看相關影片並小組發表分享方式進行討論並完成學習單。 4. 透過課堂上教師的提問及分組討論來協助學生完成當週目標。				
課程架構脈絡					

處處有溫暖
(4)



我不怕壓力
(4)



誠信正直
(4)



情緒大解密
(4)

教學期程 周次	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) (名詞)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
1-4 週	4	處處有溫暖	國 5-II-8 運用預測、推論、提問等策略，增進對文本的理解。 國 6-II-2 培養感受力、想像力等寫作基本能力。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	1. 藉由感恩的相關影片與情境引導 2. 分組進行問題討論感恩是什麼 3. 角色扮演情境劇 4. 歸納與結語	◆ 理解感恩是什麼 ◆ 懂得責感恩的心重要性 ◆ 身體力行隨時感恩 ◆ 感恩他人 ◆ 學會時時感恩帶給自己的喜悅	1. 欣賞關於「感恩」的影片 2. 影片欣賞後分享自己的看法與聆聽他人的想法 3. 書寫學習單，勇敢說出「我的感恩」 4. 製作感恩卡	● 討論發表 ● 完成學習單 ● 完成感恩卡片	PPT 新聞剪報 課外閱讀教材
5-8 週	4	我不怕壓力	國 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 綜 2b-III-1 參與各	1. 情境引導與提問 2. 播放「壓力檢測」影片，討論的情形符合	◆ 能認識因壓力而產生的焦慮情緒。 ◆ 能透過運動配合呼吸放	1. 教師進行提問 2. 針對影片，提問及發表，討論壓力對我們的影片及減輕	● 聆聽與分享 ● 認真欣賞影片，回答問題並進行討	〈和『壓力』好好相處〉學習單

			項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	幾題呢？ 3. 完成學習單 4. 延伸活動：變身橡皮筋人，吹走壓力！ 5. 歸納與結語	鬆身心，減輕焦慮感覺。	壓力的方法？ 3. 並完成學習單 4. 參與活動並反思回饋 5. 適當的壓力有助於追求進步，但過度的壓力則會影響我們的表現和健康。	論。 ● 完成學習單	
9-12 週	4	誠信正直	國 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。 綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	1. 藉由一個誠實故事引起討論動機 2. 舉例生活當中所遇到誠實的例子 3. 誠實的好處	◆ 了解誠實的重要性 ◆ 能於日常生活中確實做到誠實	1. 輪流唸完誠實的故事接著討論故事裡的國王為什麼要選他當國王 2. 分組討論舉例誠實的事件 3. 學習單	● 聆聽與分享 ● 完成學習單 ● 討論發表	誠實故事繪本
13-16 週	4	我的情緒大解密	國 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 綜 1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。	1. 觀賞電影：腦筋急轉彎 2. 藉由電影內容引起討論並分享 3. 引導學習覺察情緒內在變化，學習危機處理	◆ 探討身心變化引起的內在情緒管理 ◆ 了解情緒、增進溝通能力	1. 教師進行提問 2. 針對影片，進行提問及發表 3. 並完成學習單 4. 體驗情緒的破冰活動：「情緒遙控器」。 5. 參與活動並反思	● 聆聽與分享 ● 認真欣賞影片，回答問題並進行討論。 ● 完成學習單	電影: 腦筋急轉彎 學習單

臺南市公立白河區仙草實驗小學 114 學年度第二學期 四 年級 品格教育 課程計畫

學習主題名稱	SEL 社交情緒課程	實施年級 (班級組別)	四年級	教學節數	本學期共(16)節
設計理念	1. 讓學生更能了解自我，進而設計相關課程。 2. 讓學生從課程中懂得如何與他人相處並負責。			KIST 文化	☐ 品格教育 ☒ SEL ☐ PBL ☐ 個人化學習
本教育階段 總綱核心素養	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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。				
課程目標	1.讓學生能學會了解自我本身的情緒。 2.學生懂得從他人的立場思考並對自己負起責任				
設計教師	劉芝均、賴世哲			需要資源 與教材	平板、學習單、情緒卡、桌遊
配合融入之領域 或議題	☒ 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			SDGD ☐ 消除貧窮 ☐ 消除飢餓 ☐ 健康與福祉 ☐ 教育品質 ☐ 性別平等 ☐ 淨水與衛生 ☐ 可負擔能源 ☐ 就業與經濟成長 ☐ 工業、創新及基礎建設 ☐ 減少不平等 ☐ 永續城市 ☐ 責任消費與生產 ☐ 氣候行動 ☐ 海洋生態 ☐ 陸地生態 ☐ 和平與正義制度 ☐ 全球夥伴	
表現任務	1. 學生能覺察生活中自我的情緒。 2. 學生可以透過生活上的自我覺察而延伸至品格的議題。 3. 觀看相關影片並小組發表分享方式進行討論並完成學習單。 4. 透過課堂上教師的提問及分組討論來協助學生完成當週目標。				
課程架構脈絡					

我很厲害，但
我不驕傲
(4)

我會聰明面對
嘲笑
(4)

我最勇敢
(2)

人際關係面面
觀
(6)

教學期程 周次	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) (名詞)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教 材或學習單
1-4 週	4	我很厲害， 但我不驕傲	國 5-II-8 運用預 測、推論、提問 等策略，增進對 文本的理解。 國 6-II-2 培養感 受力、想像力等 寫作基本能力。	1. 藉由繪本引導 學生省思 2. 分組進行問題 討論厲害的人 能夠做什麼 3. 角色扮演情境 劇 4. 歸納與結語	◆ 理解驕傲是 什麼 ◆ 厲害不等於 可以驕傲 ◆ 厲害也能幫 助他人 ◆ 從謙虛與互 助合作中學 會分辨自信 與自傲的不 同	1. 導讀相關的繪本與影 片 2. 導讀後分享自己的看 法與聆聽他人的想法 3. 讓學生親身扮演，實 際體會驕傲後的後果 有什麼 4. 書寫學習單，並大方 地對他人說「我很厲 害，但我不驕傲」	● 討論發表 ● 完成學習單	PPT 新聞剪報 課外閱讀教 材
5-8 週	4	我會聰明面 對嘲笑	國 2-II-4 樂於參 加討論，提供個 人的觀點和意 見。 綜 2b-III-1 參與各	1. 情境引導與提 問 2. 影片討論 3. 聰明五招角色	◆ 能認識面對 嘲笑後所產 生的各種情 緒。 ◆ 能用聰明及	1. 教師進行提問 2. 針對影片，提問及發 表：「當我們情緒好一 點之後，接著該如何 以溫和的方式表達我	● 聆聽與分享 ● 認真欣賞影 片，回答問 題並進行討	〈聰明五 招〉學習單

			項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	4. 扮演 歸納與結語	幽默的方式 面對別人的 嘲笑	們的 感受呢？」 3. 請學生兩兩一組，相互分享如何運用這五招 4. 聰明五招學習單	論。 ● 完成學習單	
9-10 週	2	我最勇敢	國 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。 綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	1. 勇敢故事裡的大意 2. 找出書中勇敢的行為 3. 舉例你日常生活中所遇到的真勇敢與假勇敢 4. 歸納與結語	◆ 能了解勇敢的意義 ◆ 能分辨什麼是勇敢	1. 讓學生舉手發表 2. 搶答書中勇敢的行為，並說出為什麼是勇敢 3. 舉例討論真勇敢與假勇敢寫一則我最勇敢的故事	● 搶答加分 ● 作文	繪本.
11-16 週	6	人際關係面面觀	國 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 綜 2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。 綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	1. 理解同理心在人際關係中之重要性 2. 學習體諒與尊重他人 3. 認識友誼的特徵 4. 探索霸凌行為背後的情緒	◆ 理解同理心在人際關係中之重要性 ◆ 學習體諒與尊重他人 ◆ 認識友誼的特徵 ◆ 探索霸凌行為背後的情緒	1. 透過問答與體驗活動澄清學生價值與觀念：透過不斷思考他人的觀點，會漸漸地開始學會理解他人。 2. 透過例子與學習單討論及分享聚焦良好友誼所需要的元素 3. 討論之所以做出霸凌行為，背後可能有什	● 聆聽與分享 ● 認真觀看簡報內容，回答問題並進行討論。 ● 完成學習單	簡報 學習單

			人。	5. 促進正向行為和良好的人際關係	緒 ◆ 促進正向行為和良好的人際關係	麼樣的理由？ 4. 完成這張霸凌情緒表格後，討論並分享同理心金字塔的意義 5. 透過角色扮演，討論並分享情緒智慧的特質以及者些特質和成功的關聯		
--	--	--	----	-------------------	----------------------------------	--	--	--