

國立臺南大學附設實驗國民小學 115 學年度彈性學習六大主軸課程計畫

學習主題名稱	表達情緒 ☐ 第一單元 ☒ 第二單元 <u>情緒萬花筒下</u>		實施年級	一年級	教學節數	每學年 6 班 / 每班 6 節
彈性學習課程	統整性探究課程（ ☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題）					
設計理念	互動與關聯：認識基本情緒-能夠辨識與思考自己的內在情緒。 針對生活中喜怒哀懼的情緒，引導學生由一系列的情緒探索與學習歷程，在人事物和環境互動中，認識、覺察並學習適宜表達情緒。也透過體驗活動引發學生進行情緒之覺察、學習與友伴相處，能適當地處理情緒帶來的主觀感受，進而根據這些感受與思考做出正確決定與行動，養成健康的心理。					
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。					
課程目標	透過繪本內容的舉例和說明，學生能認識基本情緒—喜、怒、哀、懼的概念。藉由教師提問與共同討論，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。進而能辨別各類情緒產生的原因、理解選擇處理情緒的方式與後果的連結性。					
配合融入之領域 或議題(至少 2 個) 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			
總結性 表現任務 須說明引導基準：學 生要完成的細節說明	學生能 <u>選擇</u> 代表「害怕」與「難過」情緒的色筆顏色與表情圖來輔助 <u>說明與歸納</u> 情緒產生時的臉部表情、肢體動作和行為表現，並且能依據教師提供之事件情境 <u>區別</u> 自己會產生的情緒類型、 <u>解釋</u> 情緒產生的原因、 <u>選擇</u> 情緒處理的方式。					
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)						
我好害怕 (2) 認識個人特質 發展生命潛能。 → 我好難過 (2) 具備理解他人感受 並與團隊成員合作之素養 → 南瓜掌心雷 (2) 透過體驗與實踐 處理日常生活問題。						

教學節次	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	學習目標	學習活動	學習評量	自選自編教材 或學習單
第 1~2 節	2	我好害怕	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 探索生活中的事、物，並體會彼此之間會相互影響。 健 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	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。 健 Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	1. 透過繪本及體驗活動，覺察與理解基本情緒——害怕的概念。 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、肢體動作和為表現。 3. 透過教師提問與學習單，學生能思辨害怕情緒產生的原因、處理情緒的方式及後果。 4. 藉由學習單，練習紓解情緒的具體方法。	一、引起動機 (一)觀察情緒： 1. 請學生猜測小熊的情緒。 2. 請學生說一說為什麼覺得小熊是在害怕。(老師板書記錄) (二)教師詢問全班，曾經和主角一樣有過“害怕”感覺的舉手。 二、發展活動 (一)教師以繪本封面引導學生預測故事內容： 1. 教師呈現繪本封面(遮住名稱)。 2. 請學生猜測小熊的情緒。 3. 請學生說一說為什麼覺得小熊是在害怕。(老師板書記錄) (二)教師進行繪本故事講述「我好害怕」： 1. P1~P5 小熊害怕的事件原因。 2. P6 小熊害怕的感覺 3. P7 小熊害怕的時候想說和做的事 4. 請學生說說自己害怕時候的想說和想做的事。 (三)老師小結：感到害怕的時候的想說和想做的事…不一定有幫助，害怕的感覺不一定會消失 (三)繼續講述繪本故事《我好害怕》P8~20 (四)請學生說說自己害怕的時候可以做的事 三、綜合活動	1. 學生能依據教師提問與繪本內容正確回答出情緒詞彙與情緒產生的可能原因。 2. 學生能安靜且認真聆聽他人想法。 3. 在代表「害怕」的情緒表情學習單上著色並書寫產生情緒的原因及適當的情緒因應方法。	繪本 PPT 學習單

						(一)老師總結 1. 每一個人都可能會因為不同事件或原因害怕。 2. 害怕很不舒服，聰明小孩有好辦法。 (二)實際練習~口頭發表 1. 害怕事件記錄。 2. 我可以怎麼反應會更好。 (三)教師引導學習單完成「你看起來好害怕」學習單。 1. 請選出一個讓你感覺害怕的顏色。(詢問學生原由) 2. 請把看起來像「害怕」的表情塗上顏色。 3. 圈出一個害怕的表情，並說一說他可能在害怕什麼。 4. 請寫出一件他可以做的事來處理他的害怕。 (四)影片欣賞：小公主好害怕 https://www.youtube.com/watch?v=3gYOMLVTQ14		
第 3~4 節	2	我好難過	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	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。	1. 透過繪本及體驗活動，覺察與理解基本情緒—難過的概念。 2. 透過教師提問與分組討論，學生能學會分辨難過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	一、引起動機 觀察情緒： (1)教師呈現繪本封面(遮住名稱)。老師提問:你看，這裡有一隻土撥鼠，請你說說看這隻土撥鼠看起來感覺如何? (2)請學生猜測土撥鼠的情緒。教師詢問全班，曾經和主角一樣有過“難過”感覺的舉手。 二、發展活動	1. 學生能依據教師提問與繪本內容正確回答出情緒詞彙與情緒產生的可能原因。 2. 學生能安靜且認真聆聽他人想法。 3. 在代表「難過」的情緒表情學習單上著	繪本 PPT 學習單

調整情緒與行為。

健 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。

健 Fa- I -3
情緒體驗與分辨的方法。

思辨難過情緒產生的原因、處理情緒的方式及後果。

4. 藉由學習單，練習紓解情緒的具體方法。

1. 講述繪本故事「我好難過」
(1)P1~P12 土撥鼠覺得好難過的事件原因

- * 別人不讓我玩
- * 說話沒有人要聽
- * 別人難過的時候
- * 想念某人
- * 發生壞事
- * 不能擁有…
- * 失去特別的東西
- * 別人對我發脾氣
- * 受傷的時候

(2)請學生說說自己和土撥鼠產生難過感覺類似事件或原因。

(3)請學生說說自己其他難過的原因。

(4)教師小結：每一個人都可能會因為不同事件或原因難過。

(5)P13 害怕的感覺~

請學生說說自己難過時候的感覺像什麼

(6)請學生說說自己難過時候的想說和想做的事。

(7)講述繪本 P14~22 土撥鼠難過的時候想說和做的事

繪本結束~

三、綜合活動

1. 老師總結

每一個人都可能會因為不同事件或原因難過。

難過很不舒服，聰明小孩有好辦法。

實際練習~表達媒材使用練習口頭發

色並書寫產生情緒的原因及適當的情緒因應方法。

						表 (1)難過事件記錄 (2)我可以怎麼反應會更好 2. 學習單 學習單指導語 (1)請選出一個讓你感覺害怕的顏色。(詢問學生原由) (2)請你把看起來像「難過」的表情塗上顏色 (3)圈出一個難過的表情，並說一說他可能在難過什麼 (4)請寫出一件他可以做的事來處理他的難過 3. 影片欣賞：妹妹的帽子 https://www.youtube.com/watch?v=6NUa2ZCh0Fc		
第 5~6 節	2	南瓜掌心雷	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 2a-I-1	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 Fa-I-3 情緒體驗與分辨的	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。 3. 藉由學習單練習紓解情緒的具體方法。	一、引起動機：今日要說一個神奇經驗的故事，同時要求學生專注聆聽，並引導學生將桌面清空。 二、發展活動—老師說繪本故事《南瓜掌心雷》 (一)教師在說故事「南瓜掌心雷」時，以書中事件連結學生自己實際家庭和學校生活中的各種情緒，引起學生分享與討論自己的經驗（特別是分享成功經驗）。 1. 睡過頭的時候。 2. 忘了帶數學作業的時候。 3. 與高年級大哥哥有衝突的時候。 4. 不小心打破金太太花盆的時候。 5. 怕狗咬的時候。 6. 和別人打架的時候。	1. 學生能依據教師提問與繪本內容正確回答出情緒詞彙與情緒產生的可能原因。 2. 學生能安靜且認真聆聽他人想法。 3. 學生能依據不同的情境辨識自身可能情緒，並於相對應之情緒臉譜上著色， 4. 能書寫產生情緒的原因及適當的情緒因應方法。	繪本 PPT 學習單

發覺影響健康的生活態度與行為。

方法。

7. 交到好朋友的時候。

三、 綜合活動：

(一)老師出情境題將書中五個事件分別以 ppt 呈現：爬不起床，沒交作業，打架，弄壞東西，交到好朋友。請同學進行討論並發表，有哪些合宜的方式來處理。

(二)教師引導學生完成幸福好學堂手冊。

(三)教師出情境題將書中五個事件以學習單呈現：爬不起床，沒教作業，打架，弄壞東西，交到好朋友。請學生畫出情緒表情並寫出處理方式。

(四)教師結語：每天的生活中，都有一些事件會觸動負面的情緒，我們需學會面對這些事件並以合宜的方式處理這些事件，讓我們自己和周遭的人有更好的相處之道。