

彰化縣溪湖鎮湖東國民小學 一年級健康與體育領域教學活動設計

活動設計者：邱千芳

教學單元	我能分辨心情	教學班級	二年四班
教材來源	1. 國民小學健康與體育教師手冊，頁46-47。（南一出版） 2. 繪本《彩色怪獸》		
教學時間	四十分鐘		
單元發展	知道遇到不同的事情會產生各種情緒，並能分辨別人的心情。		
核心素養	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
學習目標	一、可以從觀察他人動作與表情猜測對方的情緒狀態，並察覺同一件事，每個人的感受可能不同。 二、觀察事件與他人動作及表情猜測對方的情緒狀態。 三、能用言語或表情表達自己的感受，讓其他人知道。 四、能和同儕一起玩、一起學習，喜歡共好的感受。		
學習內容	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。		
學習表現	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。		
議題融入	性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。		
評量要點	能從別人的表情或動作猜測他人的情緒，並能說出他人可能的心情。		

時間	內 容	提 要	備 註
	一、教學準備： (一)準備情緒繪本《彩色怪獸》安娜·耶拿絲／著 李家蘭／譯。 (二)準備《彩色怪獸》PPT。 (三)準備情緒臉譜卡四個：喜、怒、哀、懼。 (四)影片來源：文化部兒童文化館網站。 https://children.moc.gov.tw/book/219634		

10	<p>二、主要活動：</p> <p>(一) 原來如此，表情會說話</p> <p>1.教師抽一張情緒臉譜卡（喜、怒、哀、懼），學童猜猜看是哪種情緒。教師引導學童分別舉出數個情境，請學童說說看可能會有什麼感覺？例如：</p> <p>喜：收到期待很久的生日禮物時。 (高興、興奮、快樂、驚喜、開心、感動、歡喜等)</p> <p>怒：最心愛的玩具被別人弄壞了。 (生氣、激動、不高興、不快樂等)</p> <p>哀：心愛的寵物死了。 (悲哀、悲傷、傷心、擔心、難過、心疼等)</p> <p>懼：有一個不認識的陌生人，要帶你去沒去過的地方。 (可怕、恐懼、害怕、不知道該怎麼辦等)</p>	
5	<p>2.學童上臺抽一張情緒臉譜卡，並畫在黑板上，其他學童猜猜情緒，並提出說明。</p> <p>(二) 導讀繪本《彩色怪獸》</p>	請 2 個同學發表看法。
10	<p>1.欣賞《彩色怪獸》繪本的影片，再藉由《彩色怪獸》繪本的 P P T 分享引導學生說出並分辨各種情緒。</p> <p>《彩色怪獸》是直接呈現情緒管理最基礎也最重要的能力元素，情緒覺察與辨識，讓孩子在充滿詩意的文字與藝術氣息濃烈的畫面中，自然而然地認識基本情緒。</p>	準備《彩色怪獸》PPT
10	<p>2.教師提問：</p> <p>(1)情緒和顏色配對時間</p> <p>※小朋友故事聽到這裡，你知道什麼顏色代表什麼情緒嗎？</p> <p>(2)想像力時間...</p> <p>※如果你是彩色怪獸，你能幫彩色怪獸說說看他是怎麼了嗎？ (因為.....，所以我覺得.....)</p> <p>(3)發給每位小朋友一張彩色怪獸圖，讓小朋友畫看看今天的怪獸是什麼圖案。</p>	請同學上台進行情緒與顏色配對
5	<p>三、綜合活動：</p> <p>教師統整：</p> <p>教師回饋學童的表現，並結論情緒的型態有好的、正向的，也有不好的、負向的，說明每一個人都會經驗到各式各樣的情緒。同一事件，每個人的感覺不同，表達方式也不同。</p>	