

領域/科目		綜合		設計者	黃瓊瑱	
實施年級		三上		教學時間	1節(共7節，本次為第1節)	
主題名稱		單元二 情緒表達與溝通				
單元名稱		情緒小管家				
設計依據						
學習重點	學習表現	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度		總綱與領綱之核心素養	綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團隊目標。	
	學習內容	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。				
融入議題與其實質內涵		無				
與其他領域/科目的連結		無				
教材來源		• 康軒版綜合三上單元二				
教學設備/資源		情緒卡、表情圖片、播放設備。				
學習目標						
1. 認識並觀察生活中曾展現過的情緒。 2. 從觀察中，覺察同一情緒在不同人身上表現出的行為與反應可能不同。 3. 覺察自我的生理、心理反應，並學習情緒的調適。						
教學活動設計						
教學活動內容及實施方式					時間	評量方式

【教學活動：情緒小管家】 (一) 重點 1.指導學生能主動表達情緒。 2.透過表情、生理的反應與行為動作來辨識情緒 3.能透過討論分享，觀察自己的情緒。 (二) 準備活動 1.教師先準備好教學用PPT，於活動中使用。 2.活動前準備好表情圖片和情緒卡，於活動中使用。 3.準備一個情緒遊戲，靜態活動後讓學生互動。 (三) 發展活動 (一)情緒小管家 1.教師介紹情緒：在生活中，我們會和很多人互動、相處，過程中會產生許多不同的感受，這些感受就是情緒。 2.教師說明：情緒不單純的只區分為「好」或「不好」兩種，因為面對的事情不同， (1)好的情緒可以細分成開心、感動、驚喜等情緒； (2)不好的情緒可以細分為生氣、難過、擔憂等。 3.教師準備數張表情圖片，讓學生從情緒卡中找出相對應的情緒詞語，並說明原因。 4.教師提問：你最近一次印象深刻的情緒表現是什麼？ 5.教師以情緒卡輔助，幫助學生找出對應的情緒。 6.學生選出一張最能代表當下情緒的情緒卡，並鼓勵學生上臺分享事件原委與當下的情緒。 7.遊戲-情緒大進擊~剪刀石頭布:猜贏的說一種情緒並比出動作，對方如果做出相同的動作就淘汰。 (二)統整與反思： 1.了解自己的情緒，可以察覺自己的感受與情緒變化，能更促進自我了解呵！ 2.情緒的產生除了自發的之外，也常會受到他人影響，在和他人互動的過程中，情緒會隨之改變。	5 5 10 5 5 5 5	能說出情緒給人的感受。 能正確分辨情緒。 能說出自己的情緒。 能參與討論和發表，並能專心聆聽別人的言論。 能主動參與遊戲。
參考資料	康軒綜合課本 芯福里情緒教育推廣協會－芯福 EQ 課。	