

# 彰化縣立員林國民中學公開授課教學活動設計

(授課者填寫)

授課教師：郭芳庭 授課班級：809 授課科目：綜合活動(輔導活動)

授課單元：情緒的方向 教材來源：課本、網路 授課日期：111 年 9 月 19 日第 5 節

| 學習目標                                                                                 | 1. 能說出個人生活產生變化時的情緒感受與原因<br>2. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。 |    |                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----|--------------------|
| 學生先備經驗或教材分析                                                                          | 能覺察情緒，練習辨識情緒                                              |    |                    |
| 教學活動                                                                                 |                                                           | 時間 | 評量方法               |
| 活動二：我的思想與情緒                                                                          |                                                           | 5  | 口頭問答<br><br>課本問題回答 |
| 情緒的方向                                                                                |                                                           |    |                    |
| 一、活動說明                                                                               |                                                           | 30 |                    |
| 此活動是希望透過故事閱讀及片欣賞討論引導出想法可決定情緒的重點。                                                     |                                                           |    |                    |
| 讓學生看到同一件事大家的想法可能會不同，不同的想法就會有不同的情緒，                                                   |                                                           |    |                    |
| 提升願意調整想法、改變情緒的意願。                                                                    |                                                           |    |                    |
| 二、活動進行                                                                               |                                                           |    |                    |
| 1 教師引導學生同一事件對不同個人情緒產生不同影響。                                                           |                                                           |    |                    |
| 2 教師說明：「同樣一件事，卻有截然不同的情緒，可見想法的力量，請同學從之前記錄的情緒事件紀錄簿中找到一件情緒不好的事，抽絲剝繭出當時可能有的想法與情緒。想法越多越好。 |                                                           |    |                    |
| ※ 建議：可以是大家都有過的經驗，或者同組伙伴認為可以提出來討論的經驗。                                                 |                                                           |    |                    |
| 4 學生分享完畢後，教師可以詢問班上同學自己是否也會這樣想，簡單了                                                    |                                                           |    |                    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |    |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|
| <p>解一下每組事件對於班上同學的普遍想法。</p> <p>7 討論其他會影響情緒的因素。以影片欣賞提示及說明。</p> <p>8 教師詢問學生是否願意透過調整想法來轉變情緒。</p> <p>三、活動小省思與小結</p> <p>1 活動小省思</p> <p>教師提問：「我的『想法轉變，情緒跟著轉變』的經驗有哪些？」</p> <p>答：學生依實際情況回答。</p> <p>2 小結</p> <p>教師總結：「改變想法容易嗎？對習慣負面思考的人來說，真不是一件簡單的事情呢！所以，下一次上課我們就要來練習調整自己的想法，讓自己成為自己想法與情緒的主人。」</p> <p>交代回家作業。</p> | 10 |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|

# 彰化縣立員林國民中學公開授課觀課紀錄表

(觀課者填寫)

授課教師：郭芳庭老師 觀課班級：809 觀課科目：輔導活動

授課單元：情緒的方向 觀課者：許文鴻 觀課日期：111 年 9 月 19 日

| 觀察面向      | 觀察說明                              | 項目          |           | 值得推薦                                | 通過                                  | 未呈現                      | 觀課建議及回饋                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------|-----------------------------------|-------------|-----------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 學生學習工作專注度 | 在初進教室時快速掃瞄學生是否專注在工作上              | 專注於學習內容     |           | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1. 教學採用【引導】的方式，讓學生自己說出或寫出照顧自己的方法，這個策略很棒。<br>2. 老師很用心事先準備相關影片，加深學生對課程的印象，並提升對課程的喜愛。<br>3. 課程連貫性佳，例如上一節課上(辨識情緒)及(不要腦補)，此節課上(有話說出來)，讓課程內容完整呈現，讓學生容易吸收課程。<br>4. 上課時，老師所舉的例子，都很貼近國中生的生活經驗，讓人更能感同身受。<br>5. 老師音量大小及速率適中，台風穩健。<br>6. 每節課都有課後作業，作為下一堂課的引導，很棒的方法。 |
|           |                                   | 主動回應老師提問    |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 主動提問        |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 互相協助、對話與討論  |           | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 專注於個人或團體的練習 |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 課程決定點     | 觀察教師教學內容，檢核教師授課內容與目標是否符合學生能力指標    | 教學設計        | 課程準備      | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 呈現教材內容    | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 善用教科書     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 教學工具        | 教材教具      | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 教學資源      | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 教學策略      | 觀察教學的實務，教師所採用的教學方法策略及如何幫助學生達到學習目標 | 內容呈現        | 善用提問      | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 引導思考      | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 以問題誘發討論   | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 師生互動        | 停頓、等待     | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 給予適當回饋/應  | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 獎勵學生發言/表現 | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 語言表達        | 語調及音量     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   |             | 肢體語言      | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 教室佈置      | 教學環境佈置                            | 妥善佈置教學環境    |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 學生座位安排      |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 班級經營      | 學習安全或健康議題值得加以留意與強調                | 友善的學習氛圍     |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 熱烈的學習氣氛     |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 掌握教學時間      |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|           |                                   | 學生能遵守常規     |           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                                                                                                                                         |

## 反思與心得

- 由於是在第五節上課，有兩位同學尚被睡夢侵擾中，若老師先花些時間做些鋪陳，讓同學都可以進入課程情境中，不過，老師有趣的課程內容及引導，讓所有學生在課程中段之後都可以加入討論與參與，很不錯。
- 如果能夠讓學生再多些發表，參與學習，或許學生的收穫或對本次課程的熟悉度會更多，下次教學可嘗試看看。

# 彰化縣立員林國民中學公開授課教學省思紀錄

(授課者填寫)

授課教師：郭芳庭 觀課班級：809\_ 觀課科目：綜合活動(輔導活動)

授課單元：情緒的方向 觀課者：許文鴻 觀課日期：111 年 9 月\_19 日

## 公開授課同儕學習活動照片

(觀課者協助拍攝)



說明：補充情緒管理小短片  
(青少年常見的問題)

說明：說明講解情緒 ABC 內容

## 教學省思紀錄

1. 情緒管理是國中階段需要開始訓練的生活適應能力，從覺察開始的一系列探索及了解，再落實在生活中，逐一辨識情緒及了解自己，是生活輔導相當重要的單元。
2. 809 的學生真誠也善良，原生家庭所提供的相關教導相對偏弱，在學校也常見因情緒管理不佳所導致的衝突，在講解中融入教師平日所觀察的情境，以同理學生的方式說明，較能產生共鳴感。
3. 上課時間在第五節，加上要觀課所以有點緊張，沒有特別作暖場的動作，因為學生之前的反應相對較活潑，所以看到學生都有在專心聽講，就沒有針對學生太安靜的情況做處理，也沒有獎勵學生發言，這是這次觀課較不足的部分。
4. 學生同理心較不足，下一次上課可以再加強這個部分。