

領域/科目	國民小學彈性課程	設計者	潘宇藏
實施班級	五年甲班	教學節次	共 1 節，共 40 分鐘
單元名稱	情緒變色龍		

#### 設計依據

學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</li> <li>● 2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。</li> </ul>	核心素養	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 綜-E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</li> <li>● 綜-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜 1 的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。</li> </ul>
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。</li> <li>● Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。</li> <li>● Ba-III-2 同理心的增進與實踐。</li> <li>● Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。</li> </ul>		

議題融入	實質內涵	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</li> <li>● 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。</li> </ul>
	所融入之學習重點	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 覺察不同情感所呈現的肢體語言差異，並思考面對不同情緒問題時，能用什麼態度、方法解決。</li> </ul>

與其他領域/科目的連結	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 綜合領域</li> </ul>
-------------	--

教學設備/資源	簡報、電子書、賓果紙
---------	------------

#### 學習目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生能明白每個人都會經歷正向情緒與負向情緒。</li> <li>● 學生能了解情緒沒有對錯之分。</li> <li>● 學生能了解情感展現方式有適當與不適當之分。</li> </ul>
---

#### 教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	教學資源	學習評量
<p>課程開始</p> <p>課前準備：在上課之前請全班將桌面清空，同時發下本節課的活動單給學生。</p> <p>一、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 進入課程主題前，教師講解課程規範。</li> <li>2. 靜心練習：讓學生坐在位子上，閉上眼睛，手放膝蓋，安靜並將注意力放在呼吸的吸吐之間，計時 2 分鐘。</li> <li>3. 邀請學生分享於靜心練習前後，情緒的轉變。</li> </ol>	5 分鐘	簡報。	觀察靜心時的感受，並提出分享。

<p>二、發展活動： 在靜心練習後，進行今日的課程主題：情緒變色龍。</p>			
<p>1. 教師播放彩色怪獸繪本影片，請學生猜猜除了影片中所介紹的兩種情緒顏色快樂(黃色)、傷心(藍色)外，還有幾種情緒顏色？</p>	5 分鐘	電子繪本影片。	能分享其他的情緒及該情緒所配對的顏色。
<p>2. 教師運用投影片放入各種情緒臉譜，讓學生猜猜每一種臉譜所代表的情緒為何？以及會出現什麼樣的肢體語言？</p>	5 分鐘	簡報。	學生能發表臉譜所代表的是哪種情緒，及該情緒會呈現哪種肢體語言。
<p>3. 教師運用口頭提問，詢問學生認為剛剛投影片看到的臉譜中，哪些是正向情緒和負向情緒？</p>	5 分鐘	簡報。	能了解正向情緒和負向情緒的概念。
<p>4. 利用二分法請學生分類正向、負向情緒。並說明情緒並無好壞之分。</p>	5 分鐘	簡報。	能分類正向、負向情緒。
<p>5. 教師運用提問詢問學生，面對負向情緒一直累積時，可以尋求哪些管道來幫助自己呢？例如：信任的大人、朋友或是學校的老師。</p>	5 分鐘	簡報。	可以說出面對負向情緒時的解決方法。
<p>三、綜合活動： 請學生拿出課前教師發的活動單，開始進行情緒賓果遊戲，並運用肢體語言和全班分享對應的情緒表現。</p>	10 分鐘	簡報、賓果紙。	能運用肢體語言表現不同情緒的肢體狀態。
<p>1. 活動單上有 36 個格子，請學生將 1~36 填入空格中，學生可自行決定將數字填在哪一格。</p>			
<p>2. 教師運用電子書抽籤系統抽號碼，選中者，全班將該位學生的座號於賓果紙上劃記，該學生至電子書上選出一種情緒，並用肢體語言表現該情緒會出現的肢體反應。若抽到的號碼沒有對應之學生，直接在紙上劃記數字即可。</p>			
<p>3. 依此遊戲方式，直至班級中有人於賓果紙上連成一條線者為賓果王，並獲得神秘小禮物一份。</p>			