

# 湖東國小公開課教案設計

領域/科目		彈性/資訊		設計者	黃麗娜
實施年級		三年級		總節數	8 節/8 節
單元名稱		情緒轉個彎			
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。		核心素養	綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。
	學習內容	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 Ad-II-2 正向思考的策略。			
議題融入	學習主題	生命教育及家庭教育			
	實質內涵	生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。 性別平等教育 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。			
與其他領域/科目的連結		無			
教材來源		南一版綜合活動第一冊〔三上〕第二單元			
教學設備/資源		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 電子書及播放設備。</li> <li>• 教師準備：A4 白紙。</li> </ul>			
學習目標					
1. 透過經驗分享與案例討論，覺察情緒會受到想法的影響，並找出與他人合宜的互動方式。 2. 透過分享自己的壓力經驗，省思自身情緒反應與調適方式，並用合宜的正向策略來面對問題。					
教學活動內容及實施方式				時間	備註與評量
一、引起動機~ 教師提問：「當你覺得壓力大，你曾經用畫圖來幫助自己放鬆？」、「畫出來後，有幫助自己獲得放鬆或休息嗎？」				5 分	確定每位學生都畫出圖案
二、發展過程~ 1. 教師請學童將內心過往負面的感受用圖案、顏色，表現在白紙上。				10 分	
2. 請同學將完成的作品展示給同學觀看，讓同學猜測展示者的內心感受。 3. 請展示者敘述作畫心情。				20 分	
三、綜合活動~ 活動後，教師提問引導學童思考：				5 分	
(1) 在畫圖的過程中，有遇到什麼困難嗎？ (2) 遇到困難時，你跟自己說什麼？你怎麼做？ (3) 後來怎麼解決問題的呢？ (4) 克服困難後的感覺如何？					