健康與體育領域一上第三單元教案

<table>
<tr><td colspan="2">領域/科目</td><td>健康與體育</td><td>授課者</td><td>蘇姿月</td></tr>
<tr><td colspan="2">實施年級</td><td>一上</td><td>教學時間</td><td>40分鐘</td></tr>
<tr><td colspan="2">主題名稱</td><td colspan="3">我能分辨心情</td></tr>
<tr><td colspan="5">設計依據</td></tr>
<tr><td rowspan="2">學習重點</td><td>學習表現</td><td>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。</td><td rowspan="2">總綱與領綱之核心素養</td><td rowspan="2">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。</td></tr>
<tr><td>學習內容</td><td>Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。
Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。
Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。</td></tr>
<tr><td colspan="2">融入議題與其實質內涵</td><td colspan="3">●性別平等教育: 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。
●閱讀素養教育: 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。</td></tr>
<tr><td colspan="2">教材來源</td><td colspan="3">●南一版健康與體育第一冊〔一上〕主題壹第三單元</td></tr>
<tr><td colspan="2">教學設備/資源</td><td colspan="3">●電子書及播放設備、素養評量單。
●教師準備：圖卡（心情圖卡、情緒臉譜卡）。
●學童準備：彩色筆。</td></tr>
<tr><td colspan="5">學習目標</td></tr>
<tr><td colspan="5">1.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。
2.從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。
3.能用言語或表情表達自己的感受，讓其他人知道。
4.能表達自己的感受，在情緒發洩後也能緩和感受或改善狀況。</td></tr>
<tr><td colspan="5">教學活動設計</td></tr>
<tr><td colspan="3">教學活動內容及實施方式</td><td>時間</td><td>評量方式</td></tr>
<tr><td colspan="3">【活動：我能分辨心情】
一、重點：知道遇到不同的事情會產生各種情緒，並能分辨自己與他人的心情。
二、活動
㈠教師提問：請從課本圖片，猜猜照片中孩子的感受。
1.為什麼這樣猜？
2.因為他的表情和動作……？
㈡教師抽一張情緒臉譜卡，學童猜猜看是哪種情緒。
㈢學童上臺抽一張情緒字卡，並畫在黑板上，其他學童猜情緒，並提出說明。
㈣教師抽情緒字卡，請所有學童在紙上畫臉譜。
㈤教師提問
1.請大家回憶第一天上學的狀況，想想那天的心情是什麼？並畫下來。
2.和隔壁的同學分享第一天上學時自己的感受，看一看有什麼不一樣。
㈥教師抽幾個學童，拿著自己畫的情緒臉譜上臺分享。
㈦教師將全班學童第一天上學的情緒臉譜貼在布告欄上，亦可試著讓學童自己來張貼，增加樂趣。</td><td>40</td><td>能參與活動

能參與討論、發表</td></tr>
</table>

㈧將自己每天的心情臉譜記錄在聯絡簿上，可以加上簡短的事件說明。 **～本節課結束～**		
參考資料	●教育部學生輔導資訊網	