繪本學習單---我好生氣

暖暖國小資源班 年 班姓名：

**一、小朋友，哪些情況曾經讓你生氣呢? 請在（ ）中打勾。**

1.（ ）朋友不肯和我一起玩。

 2.（ ）被同學嘲笑。

3.（ ）老師誤會我。

4.（ ）媽媽早上叫我起床。

5.（ ）被爸爸、媽媽、老師罵。

6.（ ）最喜歡的玩具壞掉了。

7.（ ）和同學比賽輸了。

8.（ ）功課寫錯，要訂正，不能下課。

**二、聽完「我好生氣」繪本，你覺得生氣的時候，你可以做些什麼事情讓自己不生氣呢？請在（ ）中打勾。**

|  |  |
| --- | --- |
| **以 前** | **現 在 開 始** |
| 1. （ ）打人。 2. （ ）自己靜一靜。 3. （ ）大聲尖叫。 4. （ ）深呼吸，把生氣吞下去。 5. （ ）自己數1-100。   6.（ ）做自己喜歡的事情。  7.（ ）罵人。  8.（ ）哭一哭。  9.（ ）把事情好好說出來。  10.（ ）躲起來讓大家找不到。  11.其他: | 1.（ ）打人。  2.（ ）自己靜一靜。  3.（ ）大聲尖叫。  4.（ ）深呼吸，把生氣吞下去。  5.（ ）自己數1-100。  6.（ ）做自己喜歡的事情。  7.（ ）罵人。  8.（ ）哭一哭。  9.（ ）把事情好好說出來。  10.（ ）躲起來讓大家找不到。  11.其他: |

結語:我要學習適當的處理自己的生氣，才會有許多好朋友。

立約人:\_\_\_\_\_\_\_\_ 見證人:\_\_\_\_\_\_\_ 日期:\_\_\_年\_\_\_月\_\_\_日