

# 國小綜合活動領域第一冊(3 上)單元二教案

<b>單元名稱</b>		單元二 情緒表達與溝通 活動1 情緒家族大團圓	<b>總節數</b>	共1節，40分鐘	
<b>設計依據</b>					
<b>學習重點</b>	<b>學習表現</b>	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。	<b>領域 核心素養</b>	綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團隊目標。	
	<b>學習內容</b>	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。			
<b>核心素養呼應說明</b>		具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。			
<b>學習目標</b>		1.能理解情緒的用語與差異。 2.能認出不同情緒所代表的臉部表情。 3.能幫情緒做分類。			
<b>教材來源</b>		康軒			
<b>教學設備/資源</b>		教室			
<b>教學活動</b>				<b>時間</b>	<b>教材教具</b>
一、情境引導 1. 教師問：「我們每個人每天都會有各種情緒，情緒有百百種，你們可知道有哪些呢？」 2. 教師播放影片：「當我們童在一起－我是情緒小偵探」，影片在9'07暫停，先讓學生猜出這九種臉部表情所代表的情緒語詞，接著，播放影片至9'45讓學生觀察影片中“驚訝”的臉部表情特徵。 二、主題活動 1. 認一認(畫一畫)情緒臉譜 (1) 老師拿出寫好情緒語詞的20張情緒詞卡，一一向學生詢問：「這個情緒代表甚麼意思？」 (PS:若學生說不出來，也可讓學生用表演/造句的方式呈現) (2) 教師在 A4空白紙上，一張寫一個情緒，留下空白處，讓學生可畫下情緒臉譜，並在紙張背後貼上磁鐵貼片。 2. 分一分情緒卡 (1) 老師請學生將畫好的情緒語詞卡，依同一類的情緒表現，分別貼在黑板上的八個空白處。				10分             25分	PPT、 情緒臉譜

<p>(PS:教師可讓上述八類的情緒語詞卡各一張先貼上，接著，再讓同學依序上台貼上，這樣比較容易判斷以進行分類)。</p> <p>(2) 貼好後，老師與學生共同討論各個情緒語詞卡是否有貼錯之處，也可讓學生在同一類的情緒中，分辨其差異與強度。</p> <p>3. 拿一拿情緒臉譜</p> <p>(1) 教師邀請學生上台用臉部表情+默劇，表演出任何一個情緒語詞，只要有人答對，上台演出的學生就可以拿走自己所表演的情緒語詞卡。 (PS：此活動可依剩餘時間進行，不一定每個情緒語詞皆要被拿走)。</p> <p>三、歸納與結語 每個人在不同時刻，都可能因為不同事件而有不同的情緒，若我們能察覺自己當下的情緒，不僅可以幫助別人理解我們，也可幫助我們自己將負向情緒轉換成正向情緒，這樣每天才容易過得開開心心喔！</p> <p>1. 當遇到生氣的事情時，如果沒有適度反應情緒，有時會帶給自己很大的麻煩，因此，學會如何將生氣指數壓低，並調整生氣的情緒是很重要。</p> <p>2. 教師引導學生按照下列方法，試試看：</p> <p>◎ 第一招&lt;停&gt;：要冷靜，不要採取行動，先評估對方是否有惡意，還是只是誤會一場。</p> <p>◎ 第二招&lt;想&gt;：思考這件事是自己處理比較好，還是請他人協助較好，想出沒有後遺症的方法。</p> <p>◎ 第三招&lt;做&gt;：為了讓自己的情緒變好，可向對方要求道歉，也可透過做自己喜歡的事來調整情緒喔！</p>	5 分	
<b>教學資源</b>		
<p>網站：芯福里情緒教育推廣協會——課程教案。</p> <p>影片：【當我們童在一起】我是情緒小偵探。</p>		
<b>關鍵字</b>		
<p>情緒 “mood” “心情好 in a good mood”，而“心情不好”就是“in a bad mood”、 感受 “feel” “feeling” <b>Feeling well / good</b> 感覺良好 <b>Not feeling well</b> 感覺不太好、 反應 reaction “驚訝的反應 surprised reaction” “強烈的反應 strong reaction”、 表情 expression “happy 快樂” “sad 傷心” “Smile 微笑” “angry 生氣”、 情緒表達 emotional expression “laugh 大笑” “cry 哭哭”</p>		

## 肆、評量標準

主題	次主題	評量標準					學習表現
		A	B	C	D	E	
自我與生涯發展	自我探索與成長	能主動展現自己的能力、興趣與長處，並分享在生活中的應用。	能探索自己的能力、興趣或長處，並表達自己的想法與感受。	能覺察自己的興趣並分享感受。	能參與探索自我的活動。	未達D等級	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處並表達自己的想法和感受。
		能樂於扮演好自己的角色，並用真誠的態度與行動肯定他人。	能分析自己與他人特質的異同，並接納自己與他人。	能覺察自己與他人特質的異同。	能表達自己與他人的特質。	未達D等級	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。
	自主學習與管理	能應用合宜的學習方法，並落實於生活中。	能探索並選擇適合自己的學習方法。	能分享自己學習的方式，並認識各種學習方法。	能表達自己的學習狀況。	未達D等級	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。
		能評估與修正自己的學習計畫，持續養成自律與負責的態度。	能規劃與執行學習計畫，並分析其優缺點。	能了解學習計畫的意義。	能分享自己的學習經驗。	未達D等級	1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。
	生涯規畫與發展	能省思各行業對社會的貢獻，並以適當的行動表達尊重與感謝。	能探索與體驗各種工作的意義與甘苦。	能體會工作的重要。	能表達自己在家庭與學校工作的情形。	未達D等級	1c-II-1 覺察工作的意義與重要性。
		能運用創意想像未來可能的職業，並思考未來職業所應具備的能力。	能探索自己感興趣的職業與工作型態，澄清可能的刻板印象。	能蒐集與分享各種職業及工作型態的相關資訊。	能表達自己認識的職業類型。	未達D等級	1c-III-1 運用生涯資訊，初探自己的生涯發展。

主題	次主題	評量標準					學習表現
		A	B	C	D	E	
自我與生涯發展	尊重與珍惜生命	能省思生活中不同的問題，評估並調整正向思考策略。	能覺察情緒反應與調適方式，並學習正向思考策略。	能覺察並辨識適當的情緒表達方式。	能分享自己或他人情緒反應的經驗。	未達D等級	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。
		能實踐與分享關懷生命的行動，養成珍惜生命的態度。	能辨識各種生命的差異與相關性，學習尊重生命，並擬定關懷生命的行動。	能覺察各種生命的變化歷程，並知道生命的可貴。	能分享自己成長的重要變化。	未達D等級	1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。
生活經營與創新	人際互動與經營	能分析自己與他人溝通的方式、想法與感受，展現合宜的溝通方式，並逐步發展解決人際互動問題的策略。	能覺察自己與他人溝通的方式、想法與感受，學習並分析不同溝通方式的優缺點。	能覺察自己與他人互動時不同的溝通方式。	能分享自己與他人互動時的經驗。	未達D等級	2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。
		面對多元性別時，運用同理心技巧，進行合宜的互動和情感表達，建立正向人際關係。	能練習同理心的技巧，探討與不同性別互動及情感表達的方式。	能覺察與不同性別者互動與情感表達的方式。	能分享自己與不同性別者相處的經驗。	未達D等級	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。

主題	次主題	評量標準					學習表現
		A	B	C	D	E	
生活經營與創新	團體合作與領導	能在團隊活動中，運用合宜的方式主動關懷團隊成員，共同完成團隊任務。	能瞭解團隊合作的意義與目的，覺察團隊合作的情形，提出合宜的關懷方式。	能在活動中發現團隊合作的重要性。	能分享自己參與團隊活動時，與人合作的經驗。	未達D等級	2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。
		能在團體活動中主動做好自己份內的工作，重視榮譽感，展現負責的態度。	能在團體活動中覺察可能的問題，並學習尊重與守紀律的行為。	能探索在團體活動中尊重與守紀律的重要性。	能分享自己參與團體活動時，遵守規範的經驗。	未達D等級	2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。
		能在團體活動中扮演合宜的角色，運用團隊合作技巧，解決團隊運作的問題，達成共同目標。	能省思在團體中各角色的合宜行為，覺察團隊運作中可能的問題，並提出有效解決的策略。	能探索自己在團體中與他人協同合作時的角色與行為。	能分享自己參與團體活動時不同角色的經驗。	未達D等級	2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。
	資源運用與開發	能適切運用各類資源，處理日常生活問題以幫助自己或他人。	能蒐集並整理相關資源，提出運用適切資源的方法，處理個人日常生活問題。	能覺察個人日常生活問題，並蒐集處理問題所需的資源。	能分享個人運用資源處理日常生活問題的經驗。	未達D等級	2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。
		能選取與運用適切的資源，規劃並執行解決問題的策略，省思實踐的歷程。	能探索各類資源或媒體對日常生活的影響，分析運用相關資源解決問題的適切性。	能覺察並判讀各類資源或媒體在生活中的運用。	能提出各類資源或媒體對日常生活影響的例子。	未達D等級	2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。

主題	次主題	評量標準					學習表現
		A	B	C	D	E	
生活經營與創新	生活美感與創新	能在生活中展現美感，尊重並欣賞他人對美感的不同看法。	能體察生活中美感的殊異性與獨特性。	能感知生活中人、事、物美感的普遍性。	能表達生活中美的人、事、物。	未達D等級	2d-II-1 體察並感知生活中美感的普遍性與多樣性。
		能實踐並省思解決生活問題的創意策略，且對他人的做法表達正向回饋。	能發展解決生活問題的創意策略。	能覺察生活中以創意解決問題的不同作法。	能表達生活中解決問題的經驗。	未達D等級	2d-II-2 分享自己運用創意解決生活問題的經驗與觀察。
		能執行具美感與創意的策略以解決生活問題，豐富生活內涵。	能運用美感與創意，選擇解決生活問題的策略，並規劃執行的方法。	能檢視並發現生活情境中與美感或創意有關的問題。	能分享以美感或創意解決生活問題的經驗。	未達D等級	2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。
		能欣賞生活中的美感與創意，以正向態度提供建設性的回饋。	能同理與尊重他人在生活中展現的美感與創意。	能體察生活中美感與創意的多樣性表現。	能分享生活中他人美感與創意的表現。	未達D等級	2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。
社會與環境關懷	危機辨識與處理	能發現生活中的危險情境，擬訂並演練有效的因應策略，省思執行結果。	能探索生活中的潛藏危機，演練避免危險的方法。	能知道生活周遭危機情境的辨識方法。	能表達生活中可能存在的危險情境。	未達D等級	3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。

主題	次主題	評量標準					學習表現
		A	B	C	D	E	
社會與環境關懷	危機辨識與處理	能透過演練，評估運用各項資源或策略化解危機的有效性。	能了解人為或自然環境潛藏危機的原因，提出並演練運用各項資源降低或避免危險的策略。	能辨識人為或自然環境中潛藏的危機，並知道蒐集資源化解危機的方法。	能表達人為或自然環境中潛藏的危機。	未達D等級	3a-III-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。
	社會關懷與服務	能執行學校或社區服務行動，並能省思服務學習的感受與心得。	能了解服務對象的需求，規劃適切的學校或社區服務行動。	能知道服務對象的需求，學習服務的相關知能。	能分享服務或被服務的經驗。	未達D等級	3b-II-1 參與學校或社區服務學習，並分享心得。
		能持續參與服務活動，省思服務學習的意義，展現關懷社會的行為。	能依據服務學習的歷程，規劃並執行服務活動。	能關懷周遭人、事、物，發現更多需要服務的對象。	能分享參與服務活動的經驗與意義。	未達D等級	3b-III-1 持續參與服務活動，省思服務學習的意義，展現感恩、利他的情懷。
	文化理解與尊重	能透過參與文化活動，省思文化與生活的關係，表達對自己文化的認同與肯定。	能透過參與文化活動，體會文化與自己生活的關係。	能參與文化活動，並表達個人的想法與感受。	能分享參與文化活動的經驗。	未達D等級	3c-II-1 參與文化活動，體會文化與生活的關係，並認同與肯定自己的文化。
		能探究不同族群的優勢與困境，尊重與欣賞多元文化並關懷不同的族群。	能分析不同族群文化的差異，學習相處時合宜的態度和禮儀。	能覺察自己與其他族群文化的差異。	能分享與不同族群相處的經驗與感受。	未達D等級	3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞多元文化。
	環境保育與永續	能省思並落實對環境友善的行動。	能探索生活中環境問題可能的原因，執行對環境友善的行動。	能覺察生活中的環境問題，並知道對環境友善的方法。	能表達生活中可能存在的環境問題。	未達D等級	3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。
		能實踐與評估對環境友善的行動，展現珍惜生態資源與環境的情懷。	能探索人類對環境與生態資源的影響，規劃環境保護行動。	能參與對環境友善的行動，覺察生態資源與環境的關係。	能分享參與環境友善行動的經驗。	未達D等級	3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。