

基隆市武崙國小議題融入教學課程及活動教材教案

學校名稱	武崙國小
教材教案 主題名稱	情緒觀測站【三上】
適用年級與組別	<input type="checkbox"/> 國小低年級組 <input checked="" type="checkbox"/> 國小中年級組 <input type="checkbox"/> 國小高年級組 <input type="checkbox"/> 國中組
品德教育主題	<input checked="" type="checkbox"/> 我懂你的心 <input type="checkbox"/> 溝通大贏家
主要概念及設計 理念	1. 藉由分享自己情緒經驗，進而辨識他人情緒反應，透由情境探討想法對情緒、行為的反應。 2. 學習傾聽的基本動作「聽話時注視說話者」的培養與練習，進而引導學生說出適當表達的技巧。

二、課程架構：

課程流程	實施時間	課程內容說明
活動一 (我懂你的心)	80 分鐘 (2 節)	1. 討論與覺察情緒會受到想法的影響。 2. 分享自身情緒反應與調適方式。 3. 用合宜正項策略找出與他人合宜的互動方式。
活動二 (溝通大贏家)	40 分鐘 (1 節)	1. 能做到說話及聽話時，眼睛注視對方。 2. 能清楚的說出自己的心情。 3. 練習清楚的對父母表達感謝

三、活動設計：

活動一：我懂你的心

活動名稱	我懂你的心	設計者	三年教師
教學時間	80 分鐘	適合人數	全班
配合現有教材	綜合		
核心素養	綜-E-A1 認識個人特質，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。		
學習重點	1d-II-1 覺察情緒變化，培養正向思考態度。 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。		
活動流程及內容設計		時間	活動設計說明

【引起動機】

情境敘述

放學後，安安跑回家，今天老師發下數學試卷，上面用紅筆寫著一個1兩個0，是一百分耶。安安拿著試卷衝進家大聲叫著：「媽媽！」沒想到安安的媽媽說：「安安你小聲些，這麼吵，弟弟剛才睡著你安靜不行嗎？」轉過身走進廚房做晚餐，安安放下書包跟著進廚房叫：「媽！」「拜託！安安，你沒看到我在忙嗎？你該去寫功課了！」媽媽不耐煩的說。

10

【發展活動】

1. 討論

- (1) 這種情況你遭遇過嗎？
- (2) 你的感受是什麼？
- (3) 自己可以做那些改變？

15

2. 歸納：好的傾聽應該怎麼做？『傾聽技巧』步驟及提示

步	驟	提	示
---	---	---	---

- 我看著對方 * 友善的看著對方的眼睛
- 表現出專心聽的樣子 * 身體自然向前傾
- 聽清楚對方說什麼 * 點點頭

3. 應用討論的結果，實際作一次。

【綜合活動】

遊戲一、「我的眼睛會說話」

說明：右眼代表 10 位數，左眼代表個位數。第一位同學眨眼表示號碼，依此傳下去，由最後一位同學回答數字。

5

- 流程：1. 示範。
2. 分組。
3. 抽數字牌。
4. 遊戲開始

老師帶領學生討論：

- 1. 眼睛的動作，可以表達些什麼？
- 2. 除了眨眼，眼睛還有什麼其他的表達動作？
- ……第一節結束……

10

【引起動機】

情境敘述

吃完晚餐，小美全家在客廳看電視，精彩的八點檔連續劇正吸引着大家的目光。媽媽說：「小美、小傑你們該去寫功課了！」

「好啦！等一下！」兩

5

人的目光仍停留在電視螢光幕上，口中答應著……。過了一會兒，媽媽說：「你們再不去寫功課，我要生氣了！」兩人才慢慢的站起來……。

【發展活動】

討論

- (1) 這種情況你遭遇過嗎？
- (2) 你的感受是什麼？
- (3) 自己可以做那些改變？

5

【綜合活動】

可用教師口述的方式進行，亦可用學生角色扮演的方式似遊戲般進行

以全體討論出的改變，實際再演一次。

可用教師口述的方式進行，亦可用學生角色扮演的方式似遊戲般進行

<p>遊戲：「溝通遊戲」</p> <p>(1) 第一階段：</p> <p>1. 每位同學發下一張紙</p> <p>2. 活動說明與示範：請不要看別人的話，聽老師講述，再紙上劃下你的想法。請畫兩個圓，畫兩個彎，再畫一個彎。讓學生拿起來展示發現雖然大家一樣聽老師陳述，但是畫出來卻不盡相同，因為每個人的理解不同。</p> <p>(2) 第二階段：</p> <p>A. 請東張西望，不要理對方所說的話，眼神盡量不要停留在對方身上。請利用兩分鐘時間，向對方說一件自己最近一個星期內，覺得高興的事。</p> <p>B. 請注意聆聽對方說話的內容，專心地看著對方，並偶而點點頭，也可以說說話。請利用兩分鐘時間，向對方說一件自己最近一個星期內，覺得不高興或難過的事。</p> <p>(3) 討論學習單一</p> <p>(4) 寫學習單一</p> <p>……第二節結束……</p>	<p>10</p> <p>10</p> <p>10</p>	<p>親身體驗說話時，聽者不同表情給予自己的感受。</p> <p>討論的目的：教師請學生專注於本身的感受。我在說話時對方不注意聽；換成對方說話的時候，自己有沒有專心聽呢？</p> <p>兩種角色的互換，體會感受，並且說出來，進而寫下來。</p>
<p>教學評量</p>	<p>1. 口語表達</p> <p>2. 學習單</p> <p>3. 實作</p>	
<p>指導要點及注意事項</p>	<p>三年級學生注意力集中的長度在前 20 分鐘因此以遊戲的方式延續學習的歷程</p>	
<p>備註</p>	<p>此年段學生正值具體運思期，可以根據具體經驗思維，以課堂上所學之技巧遷移至日常生活中應用。</p>	

活動二：溝通大贏家

活動名稱		溝通大贏家		
教學時間	40 分鐘	適合人數	28 人	
配合現有教材	綜合活動【情緒觀測站】單元；社會課程【我的家庭】單元			
核心素養	綜-E-A1 認識個人特質，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。 社-E-B1 透過語言、文字及圖像等，理解並解釋人類生活相關資訊，促進與他人溝通。			
學習重點	Ad-II-2 正向思考的策略。 3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 3d-II-2 評估與選擇可能的做法，嘗試解決問題。			
活動流程及內容設計		時間	教學策略或教學資源	
【引起動機】情境故事 隔壁的 <u>李大明</u> 哥哥上成功嶺，接受新兵訓練。懇親日那天 <u>李爸爸</u> 和 <u>李媽媽</u> 帶了他最愛吃的炸雞給他。但是他吃了一口就賴在地上，大聲哭叫著說：「這不是肯德基……這不是肯德基……。」		5	1. 請小朋友分組扮演故事中的角色： <u>大明</u> 、 <u>李爸爸</u> 、 <u>李媽媽</u> 。	
【發展活動】 (一) 教師帶領學生共同討論： 1. <u>大明</u> 哥哥的舉動，曾經發生在你的身上嗎？ 2. 若是你給你的不是你要的，要如何表示出自己的不喜歡？ 3. 你要的沒給你，如何說出心中的話？ 4. 你看到別人哭哭啼啼的說話，有什麼感覺？		5	1. 肯德基是一種炸雞的品牌，小朋友覺得比其他品牌的炸雞好吃，因此吃到別種，就會有情緒上激動的表現。 2. 以主角「 <u>李大明</u> 」的舉動為題進行討論。 (教師可以用類似的題材作為變通)	
(二) 教師歸納：說出自己感受的方法(句型) * (使你不舒服的事) _____ * (說出你的感覺) _____ * (不好的影響) _____ * (做一些改變) _____		5	句型 示例 * 你做的_____ (使你不舒服的事) * 讓我覺得_____ (說出你的感覺) * 他造成了_____ (不好的影響) * 我希望_____ (做一些改變)	
(三) 教師與學生一起討論不同的情節，由學生用陳述句型回答： 1. 當你吃不到不喜歡吃的食物時。 2. 同樂會時，抽到自己不喜歡的禮物。 3. 有人不經過你同意拿走你的東西。 4. 媽媽買給我的衣服，我不喜歡。		10	師生共同討論 「這不是肯德基」的 <u>李大明</u> ，他不要用哭的方式表達自己不喜歡的事情，改成這樣說：「爸媽你們帶來的炸雞，我覺得不好吃，吃後讓我胃很難過，我希望你們下次可以帶 <u>肯德基</u> 的炸雞給我吃。」 利用搶答遊戲讓學生熟練表達的句型 「這不是肯德基」的 <u>李大明</u> ，他不要用哭的方式表達自己不喜歡的事情，改用句型：「爸媽你們帶來的炸雞，我覺得不好吃，吃後讓我胃很難過，我希望你們下次可以帶 <u>肯德基</u> 的炸雞給我吃。」	
(三) 說明學習單二 第 三 節 結 束.....		5		
教學評量	1. 口語表達。 2. 學習單。			
指導要點及注意事項	學生的手都比較嫩，可能較難分辨 老師可以給予學生一些時間讓學生先去了解每個同學或老師手上的特徵。			
備註				

學習單一

姓名：_____ 家長簽名：_____

1. 遊戲中，我是說話的人：

狀況(A)對方注意聽我說話，我的感覺是_____

(B)對方東張西望，我對他說話，他都沒反應，我的感覺是

2. 遊戲中，我是聽別人說話的人：

狀況(A)我很注意聽對方說話，結果是_____

(B)我心不在焉地聽對方說話，結果是 _____

3. 我平常說話沒人聽：() 是， () 不是。【勾選】

4. 我不專心聽別人說話：() 是， () 不是。【勾選】

5. 我覺得聽人說話時看著對方：() 1 比較好，() 2 不好 【勾選】

『傾聽技巧』步驟及提示

步 驟 提 示

我看著對方

* 友善的看著對方的眼睛

表現出專心聽的樣子

* 身體自然向前傾

聽清楚對方說什麼

* 點點頭

一、句型示例

「這不是肯德基」的李大明，改用句型

* 爸媽你們帶來的炸雞 (使我不舒服的事)

* 我覺得不好吃 (說出我的感覺)

* 吃後讓我胃很難過 (不好的影響)

* 我希望你們下次可以帶「肯德基」炸雞給我 (做一些改變)

二、遇到下列情況時，我應該怎麼說？(情境練習)

1 晚餐時，看到自己不喜歡吃的食物。

2 媽媽買給我的衣服，我不喜歡。

3 家人沒經過我的同意，翻閱我的記事本(日記)。

三、語句練習(清楚說出自己的感受、合宜的情緒表達)

* (使我不舒服的事) _____

* (說出我的感覺) _____

* (不好的影響) _____ T _____

* (做一些改變) _____