

嘉義縣柳林國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	一年級	年級課程 主題名稱	健康心理 情緒	課程 設計者	侯吟佳 李芷蕎 黃小君 王 雅慧 吳婷 林玉彬 吳金穗	總節數/學期 (上/下)	20 節 / 第二學期	
符合 彈性 課程 類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 *融入 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
學校 願景	樂學習 有自信 懂尊重 有活力		與學校願景呼 應之說明	藉由認識、覺察情緒，學習以合宜的方式表達情緒，成為自信、表情達意高手，在與他人互動時，能懂得尊重、以適當方式表達自己的想法與情緒，建立良好的人際關係，讓生活充滿活力。				
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並 認識 個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐 處理 日常生活問題。 E-B1 具備 「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際 溝通 。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力， 理解 並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。		課程 目標	1. 學生透過觀察認識情緒的種類與表達方式，並知道情緒帶給他人或自己的不同感受，並 認識 個人情緒特質。 2. 面對事物有不同的反應，能適當表達出自己的情緒，並了解正確的抒發方式，學習 處理 生活中問題。 3. 透過記錄學習單以呈現一天的情緒，並在分享討論後，覺察自己情緒的變化，學習上台分享表達情緒的種類，進而 具備 同理心與人 溝通 。 4. 透過觀察自己的情緒變化，認識情緒的種類及生成原因；並紀錄自己因為情緒而產生的行為，及與他人的互動， 理解 情緒透過行為表達可能影響自己與他人的關係。				
教學 進度	單元名 稱	連結領域(議 題)/ 學習表現	自訂 學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數

<p>第(1)週 - 第(4)週</p>	<p>情緒變變變</p>	<p>生 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。</p> <p>生 4-I-1 利用各種生活的媒介與素材進行表現與創作，喚起豐富的想像力。</p> <p>語 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容</p>	<p>各種情緒的種類</p> <p>情緒來臨時的 身體或臉孔反應</p>	<p>1. 探索並分享自己的情緒會因自己的心情或受到與同儕、教師間的相處而產生不同的情緒種類。</p> <p>2. 利用情緒卡及情緒臉孔紀錄單，進行遊戲與活動，表現自己的感受與想法。</p>	<p>1. 能正確說出對方的情緒</p> <p>2. 能說出同學生氣時情緒的改變給人的感覺。</p> <p>3. 能寫出或畫出老師的情緒變化</p>	<p>活動一、變臉!</p> <p>1. 經由京劇變臉秀引發孩子好奇心。</p> <p>2. 詢問你也會變臉嗎?什麼情況下會讓你變臉?3. 老師變出各種不同情緒的表情讓孩子猜一猜老師不同的臉部表情給人什麼情緒的感覺。</p> <p>4. 藉由討論後孩子了解各種情緒的產生會影響身體的反應與臉部變化。如：開心時是笑臉、生氣時是憤怒表情、傷心時是哭泣臉...等，並了解每日的情緒會有變化。</p> <p>5. 我是變臉高手 PART1, 全班分四組，老師發下情緒卡，小組中選一小組長代表出題，當抽出哪一個情緒卡，小組成員輪流做出情緒表情讓其他組員猜。</p> <p>活動二、我是噴火龍</p> <p>1. 共讀我變成一隻噴火龍繪本，</p> <p>2. 討論為什麼噴火龍會噴火?當噴火龍噴火時讓人產生什麼感覺?</p> <p>3. 如果你是噴火龍，你會怎麼表達自己的情緒?請你來演一演。</p> <p>活動三、情緒角色扮演</p> <p>1. 我是變臉高手 PART2-，發給每位學生一張記錄卡，畫下自己每日的感受表情，記錄下每日自己的心情。</p> <p>2. 分享自己的情緒臉譜。</p>	<p>情緒卡</p> <p>我是噴火龍繪本故事</p> <p>情緒臉譜紀錄單</p>	<p>4</p>
------------------------------	--------------	---	--	---	--	--	--	----------

<p>第(5)週 - 第(7)週</p>	<p>情緒日記</p>	<p>生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。</p> <p>生 7-I-1 以對方能理解的語彙或合宜的方式，表達對人、事、物的觀察與意見。</p> <p>語 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容</p>	<p>情緒的種類</p> <p>情緒感受用語</p>	<p>認識與分類各種情緒的種類</p> <p>能聆聽他人對情緒的述描與顏色對應的情緒用語</p>	<p>1. 能學習繪本內的角色扮演以利情緒反應的呈現。</p> <p>2. 記錄自己一天的情緒。</p> <p>記錄自己最生氣的情緒有什麼反應。</p> <p>寫出或畫出讓自己最生氣的事情有什麼樣的動作。</p> <p>3. 當最生氣的反應出現以後，自己該如何處理與解決這樣的情緒。</p> <p>4. 將情緒簡易畫出與敘述出來，並且能分享自己的方法。</p>	<p>活動一、情緒日記</p> <p>1. 共讀菲菲生氣了繪本:透過菲菲生氣了繪本，跟學生討論: 你看見她生氣時用什麼方式表現出來呢?</p> <p>2. 菲菲生氣像爆發的火山，你會聯想到什麼顏色呢?請在空白圖畫紙塗上顏色。</p> <p>3. 當你生氣的時候可以出示顏色卡來表達你的反應。請記錄你的一天中出示幾次生氣卡。</p> <p>4. 除了生氣卡，你的一天中還會出現什麼顏色的情緒卡呢?</p> <p>活動二、我的情緒彩虹</p> <p>1. 請學生分享自己的情緒顏色，說出在什麼情形下自己的情緒如何?</p> <p>2. 將自己一日的情緒顏色卡拼貼在圖畫紙上，寫下當時的情形。</p> <p>3. 觀察自己一日的顏色變化。</p>	<p>情緒日記學習單</p> <p>情緒顏色卡</p>	<p>3</p>

<p>第(8)週 - 第(10)週</p>	<p>情緒拼圖</p>	<p>生 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>語 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容</p>	<p>各種情緒及身體的反應</p> <p>情緒與表情的關聯</p>	<p>理解人有不同的情緒肢體表現方式</p> <p>願意參與情緒構圖活動，發現臉步神情與情緒的關係</p>	<p>能參與分組討論</p>	<p>活動一：情緒總動員</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 給予學生情境，分組討論大家會有什麼反應？寫在學習單上。 有一天媽媽買了妳喜歡的點心，當妳完成功課時，發現點心被弟弟妹妹吃完了，一個都沒留給妳，這時妳會有什麼感覺？臉上會有什麼表情？身體會有什麼反應？這些感覺、表情及身體變化的總合就叫做情緒。 2. 完成情緒座標：人是情緒性的動物，我們每天都會經歷很多不同的情緒，無論是正面的情緒如高興、驚喜，或負面的情緒如傷心、生氣，身體都會產生變化，請將知道的所有情緒寫在情緒座標上。 3. 活動二情緒拼圖配對 <ol style="list-style-type: none"> (1) 觀看情緒表情的照片，打散後，重新完成情緒拼圖。 (2) 討論拼圖中的人物情緒，及圖片中的面孔表情有什麼特色？如：嘴角上揚、眼縫變窄表示開心；嘴巴張大是驚嚇；眉毛向下壓、嘴巴繃緊加上雙手握拳，看起來就是生氣的樣子。 (3) 你演我猜：請學生來表演情緒，讓其他同學猜猜看。 		<p>3</p>
-------------------------------	-------------	--	-----------------------------------	---	----------------	---	--	----------

<p>第 (11) - (13) 週</p>	<p>情緒你我他</p>	<p>生 6-I-1 覺察自己可能對生活中的人、事、物產生影響，學習調整情緒與行為。</p> <p>生 7-I-3 覺知他人的感受，體會他人的立場及學習體諒他人，並尊重和自己不同觀點的意見。</p>	<p>他人的情緒行為與感受。</p> <p>理解和回應他人的情緒的方法</p>	<p>1. 能夠覺察識別他人情緒並與生活中的情境聯繫起來。</p> <p>2. 體會他人的情緒能正向的表達關心。</p>	<p>1. 能判斷故事中人物的情緒表達。</p> <p>2. 能有條理說明面對他人情緒的回應方式。</p> <p>3. 能運用適當的語言或肢體對他人情緒的表達想法。</p> <p>4. 能理解和以正向方式表達情緒。</p> <p>5. 能理解和表現同理心</p>	<p>活動一 情緒觀察家</p> <p>1. 教師給予故事情境，模擬故事中任一角色的情緒，由學生推測角色的情緒以及觀察他人對角色抒發情緒的感受。</p> <p>2. 老師提問，學生發表 《當遇到他人對你生氣或大哭大鬧時，自己要怎麼應對呢？》</p> <p>活動二 情緒表達藝術家</p> <p>1. 角色扮演。應用學生在第一週繪出的臉譜圖來面具創作，以正向方式表演故事的情節。</p> <p>2. 學生練習如何用語言和肢體來表達不同的情緒。</p> <p>活動三 針對同理心</p> <p>1. 教師製作簡易輪盤，上面寫不同的情緒。</p> <p>2. 學生輪流轉動輪盤，指針指向哪個情緒，就要講一個與這種情緒相關的經歷。其他學生說出該如何調解情緒。</p> <p>3 教師總結並教導情緒的調解方法。</p>	<p>故事繪本</p> <p>「情緒對對碰」學習單</p> <p>臉譜學習單</p> <p>厚紙板</p> <p>繪本 PPT</p>	<p>3</p>
--	--------------	---	---	--	---	---	---	----------

<p style="text-align: center;">第 (14) 週 - 第 (16) 週</p>	<p style="text-align: center;">情緒紅綠燈</p>	<p>生 1-I-2 覺察 每個人均有其獨 特性與長處，進 而欣 賞自己的 優點、喜歡自 己。</p> <p>語 1-I-3 能理 解話語、詩歌、 故事的訊息，有 適切的表情跟肢 體語言。</p> <p>生 3-I-1 願意 參與各種學習 活 動，表現 好奇與求知 探究之心。</p>	<p>負向情緒 和正向情 緒的特徵</p> <p>不同情緒 的表達方 式予人感 受</p> <p>情緒對人 際關係影 響</p>	<p>覺察情緒有正 負向之不同特 徵</p> <p>理解不同情緒 的表達方式及 感受</p> <p>願意體驗情緒 活動後,理解情 緒帶給他人的 感受及人際關 係影響</p>	<p>1. 能適當表達各種情 緒的特徵</p> <p>2. 能透過圖卡辨認情緒</p> <p>3. 能說出情緒的應對方 式</p>	<p>活動一:情緒紅綠燈</p> <p>1. 老師利用紅色和綠色的卡紙，製作 情緒紅綠燈。將紅色卡片上面寫上 「停止，我需要幫助！」，表示情緒 不佳時，需要停下來冷靜下來。將綠 色卡片上面寫上「我感覺良好！」， 表示情緒穩定時，感覺良好並可以繼 續活動。</p> <p>2 老師展示不同的情緒圖片，請學生 辨認並描述每種情緒。請學生選擇紅 綠燈卡片中的一張，根據所展示的情 緒表達他們自己的感受。例如，如果 一個學生看到生氣的表情，他可能會 拿起紅色的卡片。</p> <p>活動二: 情緒扮演</p> <p>1. 由老師扮演情緒情境，接著讓學生 演出在不同情緒下的應對方式。例 如，假設兩個學生在玩耍時發生爭 執，由老師扮演生氣的一方，並由學 生演出該如何應對。</p> <p>2. 師生討論找出解決方法，老師可以 引導學生討論情緒的來源以及適當的 應對方式。</p> <p>3. 活動結束後，與學生討論他對不 同情緒的感受以及如何處理它們的想 法。強調情緒管理的重要性，並鼓勵 學生在遇到困難情況時尋求幫助。</p>	<p>教學 PPT 圖卡</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
--	--	--	--	--	---	---	----------------------	--------------------------------------

<p>第 17 週 -第 20 週</p>	<p>情緒出入口</p>	<p>生 1-I-2 覺察 每個人均有其獨 特性與長處，進 而欣 賞自己的 優點、喜歡 自 己。</p> <p>生 1-I-3 省思自 我成長的歷程， 體會其意義並知 道自 己進步的 情形與努力 的 方向。</p> <p>生 6-I-4 關懷 生活中的人、 事、 物，願意 提供協助與 服 務。</p>	<p>自我情緒 與他人關 係</p> <p>調整情緒 的方法</p> <p>深呼吸等 抒緩情緒 方式</p>	<p>覺察自我緒 情與他人的 關係，以認 識自己。</p> <p>2. 關懷週遭 人事物的情 緒，提供協 助情緒調整 方法。</p> <p>3. 能省思自 己的情緒管 理學習調整 情緒的方法。</p>	<p>1. 應對生活情境，調 整合宜的情緒。</p> <p>2. 解決和克服負向情 緒理解。</p> <p>3. 管理情緒，時培養 個人的情商和社交技 能。</p>	<p>活動一：情緒放大鏡</p> <p>1. 運用繪本導讀和關注不當的情緒 反應，會引發自己和他人的衝突或不 愉快，學習主動的應對情境，調整成 適宜的情緒。</p> <p>2. 二人一組進行角色扮演，進行合 宜的情緒反應。</p> <p>活動二：情緒旋轉門</p> <p>1. 全班先進行分組， 每組抽一個生 活情境，再 從該情境中討論當下會 產生的情緒。</p> <p>2. 各組就抽到的情境，討論會產生 那些負向情緒， 當發生時要如何解 決和克服。</p> <p>活動三：情緒放輕鬆</p> <p>1. 教導學生一些放鬆和冷靜下來的 技巧，例如深呼吸、腹部呼吸 等。在課堂中定期安排這些活 動，讓學生學會在情緒激動時自 我調節。</p> <p>2. 理解和管理他們的情緒，同時培 養他們的情商和社交技能。</p>	<p>繪本 生活情境卡 小白板 白板筆</p>	<p>4</p>
<p>教材來源</p>	<p><input type="checkbox"/>選用教材 () <input checked="" type="checkbox"/>自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)</p>							
<p>本主題是否融入 資訊科技教學內 容</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/>有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)</p>							

特教需求學生課程調整

※身心障礙類學生：無 有智能障礙(1)人、語言障礙(3)人

※資賦優異學生：無 有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 可安排身障學生在較靠近老師的位子，一方面可及時照顧學生的學習需求，一方面也可即時了解該生的學習成效。
2. 師生共同討論與發表活動，建議可鼓勵身障生發表感想並適時提示，以增進同儕互動及自信心。
3. 智能障礙學生有較容易分心、理解能力較弱等問題，建議在進行教學時，老師能以放慢說話速度、提供示範或安排小天使的方式提供學習支持。
4. 語言障礙學生因語言發展較為遲緩，在進行討論活動時，老師可適時提供協助，充當翻譯或是鼓勵其慢慢說，以提升其參與度及參與的意願。
5. 評量可斟酌降低標準或提供協助。

例如：依學生能力及目標困難程度可分

(1)完成方式：完全自行完成(難度高)→依老師提示分步驟完成(難度降低)→老師或同學協助完成(難度最低)。

(2)評量方式：問答題(開放式難度高)→選擇題(給予選擇，難度降低)→是非題(難度最低)。

特教老師姓名：王莊民 李祥維

普教老師姓名：侯吟佳 李芷蕎 黃小君 王雅慧 吳婷 林玉彬 吳金穗