

## 〈情緒調色盤〉簡案

服務學校	新北市 永和區 永平國小	設計者	溫大吉
領域/科目、版本	綜合活動 康軒	實施年級	國小 四下
單元名稱	情緒調色盤	教學堂次	第一節課
教學資源	情緒卡 x21、椅子 x21、彩色筆、平板 x25、AnyCast 無線傳輸器、A5 紙		
學習重點	學習表現 1d-Ⅱ-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。 學習內容 Ad-Ⅱ-1 情緒的辨識與調適。 Ad-Ⅱ-2 正向思考的策略。		

### 教學計畫內容

	課程內容	時間	教學檢核	教學資源/教學成果
課前準備	<p><b>【課前準備】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 21 張椅子布置於教室中央成一圈，再將 21 張情緒卡一張張放上。</li> <li>* 將 AnyCast 無線傳輸器接至大屏。</li> <li>* 準備好平板，置放於前方。</li> <li>* 桌電上開好網路計時器、上課簡報。</li> </ul> <p><b>【課前-學生自學】</b> 認識 21 種情緒 學生於課前，自行上學習吧，看 21 張情緒有無不理解的，留言告訴老師。</p>		<p>◆ 引起學生舊經驗的連結，連結本單元學習重點。</p>	
課文欣賞	<p><b>【發展活動】</b></p> <p>一、情緒體驗站(心情車站)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師：<u>今天有這麼多老師前來觀課，你現在有什麼心情？(How do you feel?)</u></li> <li>2. 邀請 1-2 位舉手的學生，簡單分享。</li> <li>3. 教師：<u>歡迎大家來到心情車站，我們一起來看看每一站有什麼情緒。</u></li> <li>4. 邀請學生來中間，帶領全班繞一圈，看看每一站的情緒卡，是否理解它們的意思。</li> <li>5. 教師：<u>有哪一站的情緒是不理解的？(師生一起針對不懂意思的情緒進行解惑)</u></li> <li>6. 確定每種情緒都理解後，教師大屏秀出第一張圖並問：<u>這張圖是什</u></li> </ol>	20分		

麼事情？(考試)

7. 大屏秀出一張有 21 張情緒卡(站牌)的圖。教師：上週才剛考完期中考。每當大考快到時，你都會有什麼情緒？ 在心中選好一站後，起身移動到該情緒站。

8. 邀請 1-2 位學生分享此情緒及原因。(教師：看起來，蠻多人選擇的都是緊張)

9. 教師：當考完的那一刻，你又有什麼情緒呢？邀請 1-2 位學生分享此情緒及原因。

10. 這張圖又是什麼事情呢？(大屏秀出第二張圖-練習體育競賽)

11. 邀請 1-2 位學生分享此情緒及原因。(教師：看起來，大家選擇似乎不太一樣)

12. 教師：這張圖呢？(大屏秀出第三張圖-口罩解封了)請學生打開平板至學習吧觀看影片

【課中-教師導學】影片觀賞-防疫再鬆綁新聞

13. 教師邀請 1-2 位學生分享此情緒及原因。(教師：大家的選擇似乎更不相同了)

(學生分享時，鼓勵其說：I

feel\_\_\_\_\_ because\_\_\_\_\_.)

14. 教師小結：雖然事件相同，但因為各自有原因，使得每個人的情緒不一定相同。

## 二、情緒分享站

1. 請學生靠近老師原地坐下，提問：小朋友，回到你的生活中，你(或你有看過別人)最近一次有 00 的心情，是何時呢？發生了什麼事呢？ (When? What happened?)

2. 給學生約 30 秒思考，接著來到中間挑選牌卡，選完後回到自己座位。

(若相同情緒的卡片被選走，教師發一張空白紙卡且立即幫忙寫上)

20  
分

◆ 確認學生能以 I feel\_\_\_\_\_ because\_\_\_\_\_ 之句型來回答。

◆ 口頭評量：能分享自己或他人情緒反應的經驗。



3. 教師先邀請一位學生分享，接著進行組內分享：（以學習吧錄音，錄製好繳交，讓每位同學都能好好的將事件說清楚，才不會分享的過於簡化）

(1) 各組一號同學先說，計時 40 秒。

(2) 各組二號同學重述剛剛一號說了什麼，重點整理就好，計時 20 秒。

(3) 依序進行完每人分享與重述。

(4) 前面的 40 秒，若分享者講完，時間仍未到，大家可針對他說的內容進行對話，如：詢問剛才沒聽清楚的、分享你也很有同感的。

#### 【課中-組內共學】情緒分享站

4. 以剛才分享者的事情，問：你覺得要如何將你剛剛分享的事情，濃縮成一句話或一個標題？ 示範如何將事件濃縮成一句話或一個標題。

5. 請該名學生先拿「情緒事件簿」學習單(附件一)，寫上濃縮後的事件；接著請他拿平板拍照，以 AnyCast 投影至大屏，示範如何將濃縮後的情緒事件寫上學習單。

6. 示範完後，發下「情緒事件簿」學習單(附件一)，請學生先完成其中一題。

7. 過程中可請教同組同學；教師行間巡視，發現不錯的請他投影至大屏與全班分享。


8. 回家作業：其他題回家完成，下次我們繼續來分享。

(將 21 種情緒卡印成一張 A4，發給學生)

9. 師生總結：這節課，我們體驗了哪些情緒呢？你也分享了原來在平常生活發生的事件中，我們就會經歷到這些情緒。然而，你們知道：當情緒產生時，身體或行為會伴隨哪些反應(情緒表達方式)呢？ 下節課，我們一起來探討。

◆ 實作評量：能分享自己或他人情緒反應的經驗。



課 後 評 量	<p><b>【總結活動】</b></p> <p>1. 給學生一周時間，記錄兩則情緒事件，完成學習單後兩題。</p> <p>2. 一周後，教師利用課堂時間約20分鐘，帶領學生進行組內分享，用學習吧錄音功能將分享記錄下來，且順帶練習說英文句型 <i>When? What happened?</i></p> <p><b>【課後-組內共學】情緒事件簿</b></p>	20 分	<p>◆ 確認學生能透過學習吧錄音功能，將欲分享的事件記錄下來。</p>	
------------------	--	---------	--------------------------------------	--