

新北市112學年度綜合活動領域 土城、樹林分區輔導暨課堂教學研究

新北市國教輔導團

永平國小	唐永安校長
埔墘國小	劉能賢校長
自強國小	師麗碧主任
同榮國小	董家寧主任
深坑國小	劉瓊宜老師
廣福國小	郭貞瑩老師
有木國小	蔣玉琳組長



場次時間 112.12.14



從容 多元



活動流程



時間	流程
08:30~09:00	報到、閱讀資料(會議室)
09:00~10:15	開場、Check in、教學者說課 說明觀課、論課注意事項及觀課分組
10:15~10:25	休息
10:30~11:10	觀課 地點：3年11班
11:10~11:20	休息與準備論課(會議室)
11:20~12:00	議課(再現、論課、回饋)
12:00~13:20	午餐與休息
13:20~15:40	素養導向課例探討(會議室)
15:40~16:00	綜合座談

A central white speech bubble with a black outline and a drop shadow contains the text "Check in". It is surrounded by various hand-drawn items in a light blue color: an open book with diagrams, a steaming cup, a closed book, a backpack, musical notes, a set square, a notebook with a star, a heart, a magnifying glass, a pencil, glasses, a ruler, a calculator, a globe, a star, a paper airplane, and a small cube with an arrow. At the bottom right, there is a mathematical equation $x - y = ?$.

Check in



公開教學

藉由多雙善意的眼睛



教學者

更能理解學生學習
進而調整引導方向

觀課者

看見理念落實的可能
鼓舞逐步落實的信心

參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





說課

觀課

再現

論課

回饋

今日早上流程

◆說課

◆觀課

◆再現

◆論課

◆回饋

議課

參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





說課

觀課

再現

論課

回饋

說課

- 說目標
- 說教材
- 說學生
- 說教學
- 說評量
- 說觀課焦點



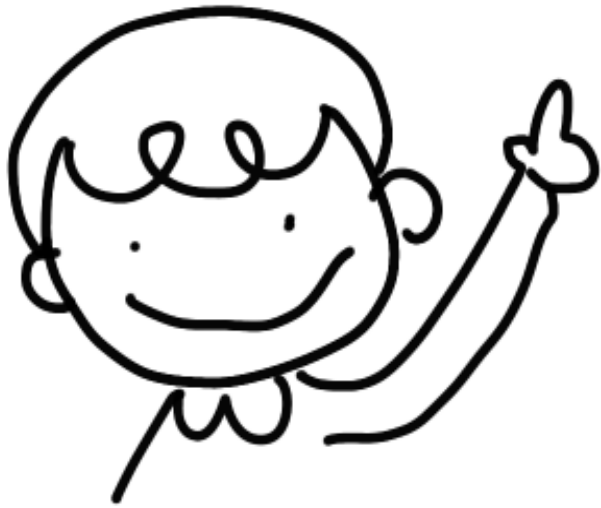
掌聲歡迎
師麗碧 主任



參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





說 課：我是情緒小達人



說教材

設計理念

本次課程的教學對象為國小三年級的學生。升上三年級，學生在新班級當中與新老師、新同儕共處，日常生活、學習領域也會遇到許多不同的挑戰。所以需要引導學生覺察並辨識自己或他人面對不同事件的情緒感受，並能學習如何合宜表達自己的情緒反應，進一步找到適合自己的情緒調適策略，紓解不舒服的情緒；在未來面對更多壓力或困難時，才能有效的處理事情，也能減少人際互動的衝突。

說教材

自編、南一版三上綜合情緒觀測站
情緒調色盤(溫大吉)。
情緒魔法師(黃湘芸)。

領域 核心 素養

綜-E-A1

認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。

主題軸

1.自我生涯與發展

主題 項目

d.尊重與珍惜生命



說教材

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。



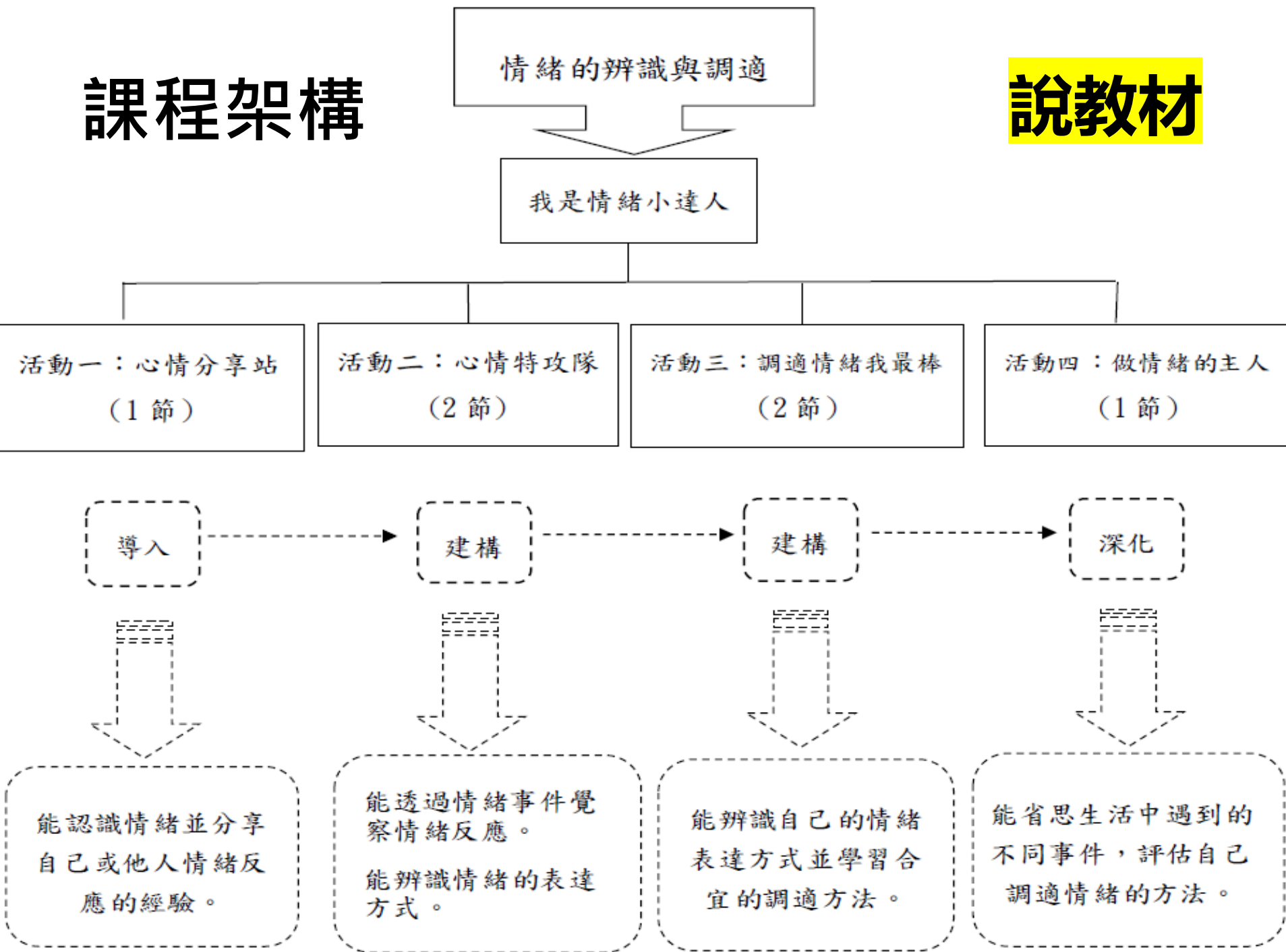
說教材

學習目標

- 1.能認識情緒並分享自己或他人情緒反應的經驗。
- 2.能透過情緒事件覺察情緒反應。
- 3.能辨識情緒的表達方式。
- 4.能辨識自己的情緒表達方式並學習合宜的調適方法。
- 5.能省思生活中遇到的不同事件，評估自己調適情緒的方法。

課程架構

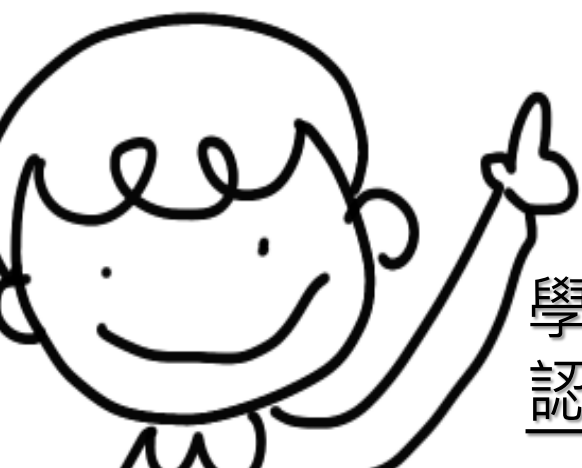
說教材



評量標準與評分指引

說評量

評量標準						
主題	次主題	A	B	C	D	E
生活經營與創新	人際互動與經營	能省思生活不同的問題，評估並調整正向思考策略。	能覺察情緒調適學習正向思考策略。	能覺察並當表達的方式。	能分享自己或他人情緒反應的經驗。	未達D級
本評量評分指引		能省思生活不同的問題，評估自己調適情緒的方法並適時調整。	能學習合宜調適的情緒方法。	能覺察並辨識自己的情緒表達方式。	能分享自己或他人情緒反應的經驗。	未達D級



活動一：心情分享站

談教學

學習目標1：

認識情緒並分享自己或他人情緒反應的經驗





談教學

想一想，在日常生活中，你什麼時候會感受到這些情緒？

- (1)請在小組內先決定誰第一先分享、誰第二。
- (2)每人分享30秒，時間到就換下一位同學分享。
- (3)請先從「快樂」的事件分享。
- (4)兩兩分享後，老師會邀請2-3位同學跟全班分享。
- (5)接著，再換「傷心」，進行上述相同步驟。

(其他情緒依序依照相同步驟進行分享)

快樂

傷心

生氣

害怕

平靜



談教學

除了這五種情緒，我們現在要增加另外一些情緒。

請看一看老師黑板上新增加的：

委屈

後悔

得意

緊張

討厭



小英在數學考試的時候，覺得很簡單，所以沒有仔細檢查，最後拿到考卷時，發現原本會的題目答錯好幾題，結果數學成績沒有考好

你覺得小英看到成績的情緒反應是...

後悔

得意

委屈

討厭

緊張

請從這些情緒中，
找出一個最適合的並說明原因

談教學

活動二：心情特攻隊 (一)我是情緒偵探

公開課

學習目標2： 能透過情緒事件覺察情緒反應

1.依據學生學習單一所寫的情緒事件內容，先挑選出3位學生所寫的，並將此3個情境製作成簡報。

2.試著覺察看看：
該事件所「對應的情緒」，可能是什麼？
請同學移動到相對情緒的字卡。

3.看看大家站的位置，你發現了什麼：
每個人對於相同的事件，可能會有不同的情緒反應。

情緒武功
祕笈


姓名：_____
座號：_____

討厭 傷心 委屈 生氣
快樂 平靜
得意 後悔 害怕 緊張

請把你或家人或同學有用情緒球表達的情緒和發生的事情記錄下來，讓你自己成為情緒高手吧！

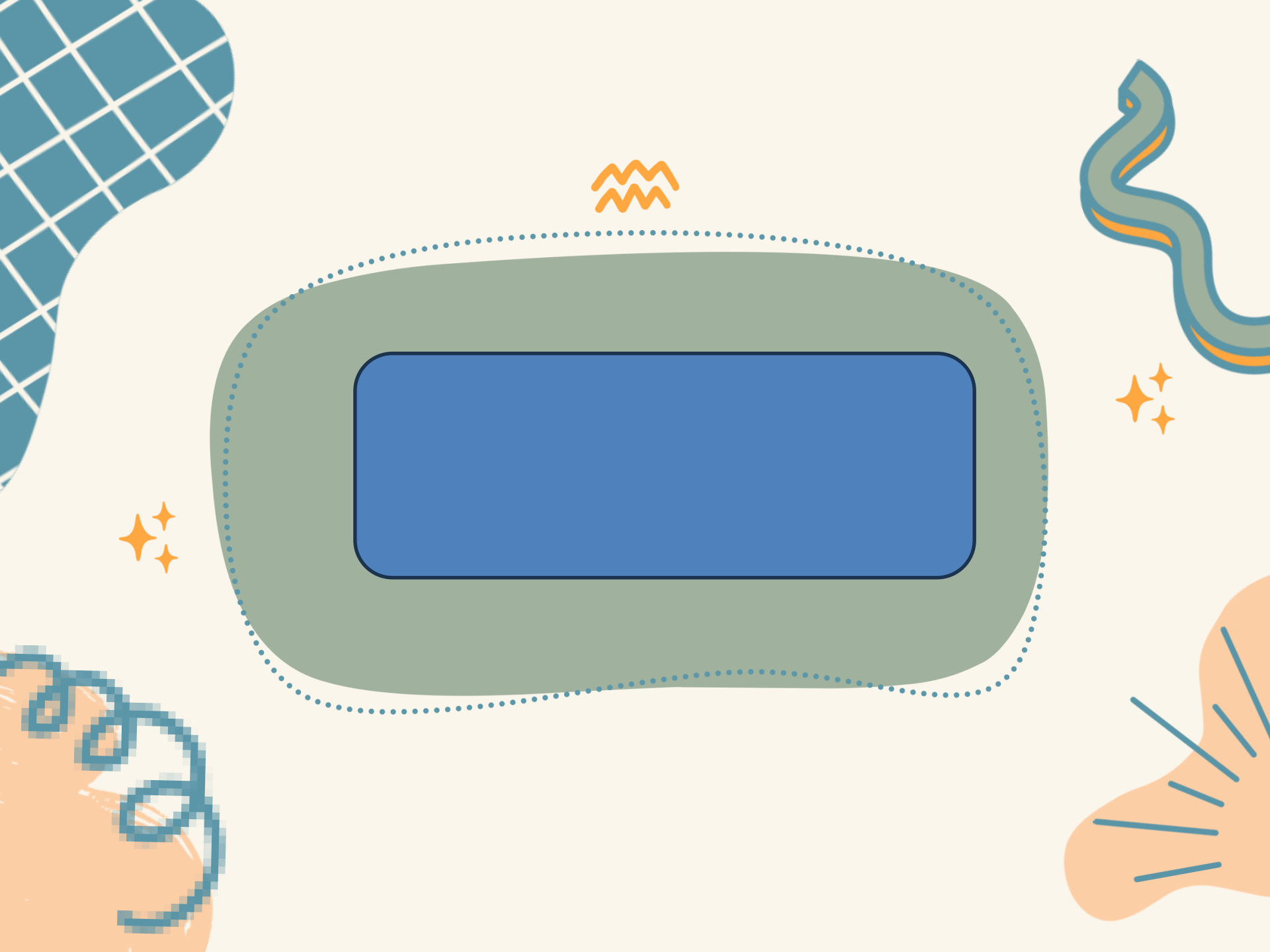
事情的經過	當時的情緒

😊 😐 😞 😡 😱



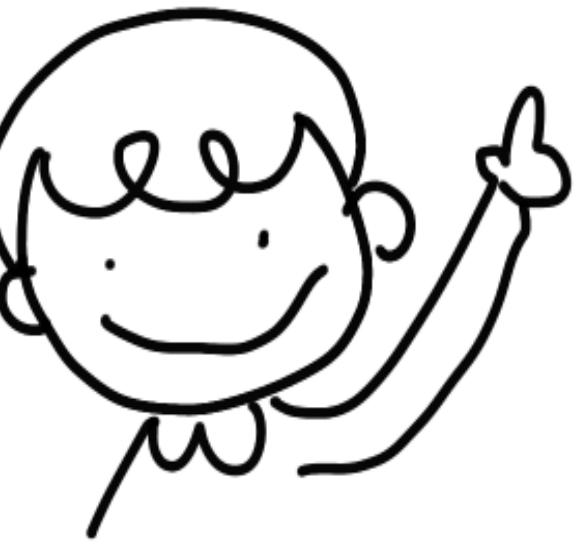
運動會大隊接力
得到第二名





得意





談教學

活動二：心情特攻隊 (二)情緒猜一猜

- 1.邀請各小隊第一位同學抽籤，抽出小隊專屬的情緒字卡並小組討論：依照情緒字卡，表演出動作來代表此情緒。
- 2.依序請各小隊上台，小隊表演時請其他小隊猜一猜他們表演的是哪一個情緒？
- 3.師生小結：當我們碰到事情時會有情緒，同時也可能會有表情或動作、聲音或其他方式等一起發生。

談教學

活動二：心情特攻隊 (三)心情的臉譜

1.發下「心情臉譜」學習單。

2.用簡報說明學習單如何書寫。

同學們對情緒的表達是不是有些認識了呢？接下來老師要給同學們一個任務：Q寶在自強公園探險迷路了，請同學依序:開心、生氣、緊張、得意、難過幫他找出適合的出路。請大家想一想：要如何走，才能幫這些情緒走出適合的路？



公開課
結束



談教學

學習目標3：能辨識情緒的表達方式

[illegible]

活動三：調適情緒我最棒

學習目標4：
能辨識自己的情緒表達方式並學習合宜的調適方法。



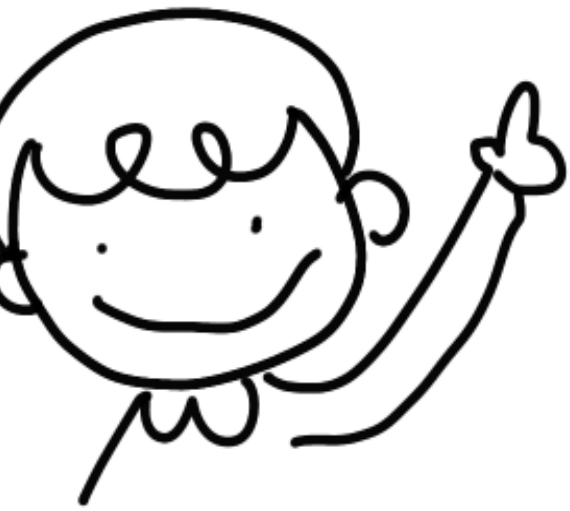
1. 分享繪本故事-生氣爆炸時，怎麼辦？
2. 提問並討論：遇到事情時，可以怎麼做適當的情緒調適？
3. 教師的「情緒選擇輪」示範後帶領學生做「情緒選擇輪」。
4. 完成選擇輪，於下次分享並討論合宜的調適方法。

活動四：做情緒的主人



學習目標5：
能省思生活中遇到的不同事件，評估自己調適情緒的方法。

1. 小組分享「情緒辨與變」學習單：
事件、情緒、調適方法、效果如何(原因)。
2. 分享「情緒調適分享」的做法。
3. 回顧自己實踐，將最想調整的方法及原因寫上學習單。



說學生

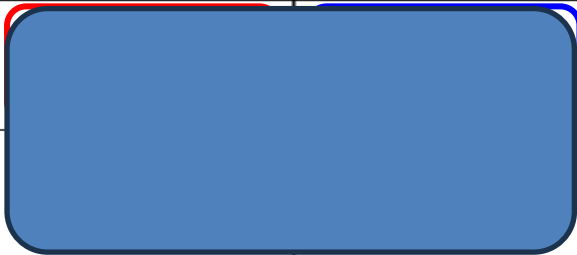
- 一、學生男生9人、女生17人。
- 二、剛升上三年級，對於小組討論的模式較不熟悉，發表上顯得比較生疏要透過引導與鼓勵。

黑板

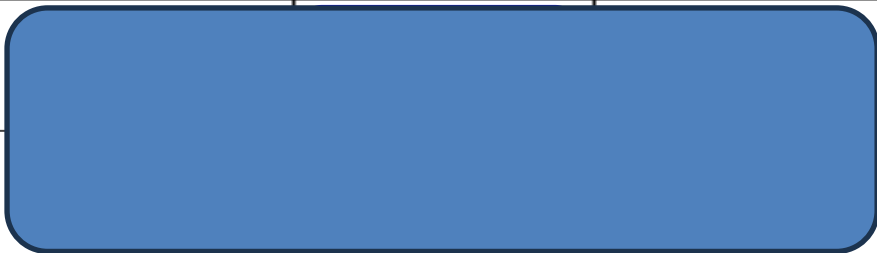
第六組



第五組



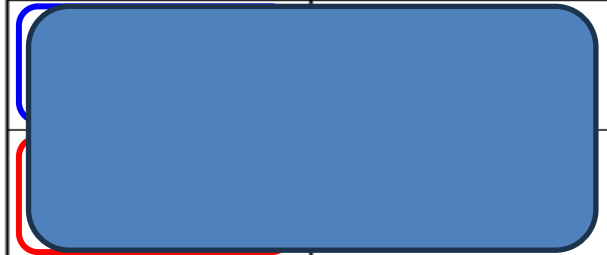
第四組



第一組

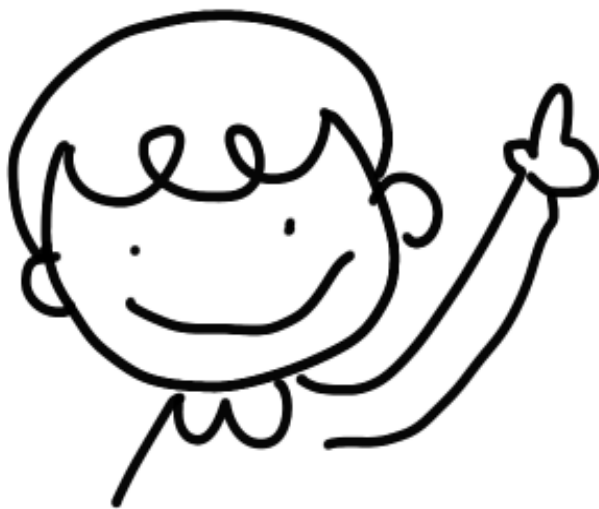


第二組



第三組





公開課

觀課焦點

能透過情緒事件**覺察**情緒反應。



阿碧主任希望大家觀課的焦點

能透過情緒事件**覺察**情緒反應。

參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





說課

觀課

再現

論課

回饋

觀課

- 確認目標
- 選定對象

分組
觀察

- 速記所見

參考資料：陳欣希教授研發團隊

第 3 節 311 教室

黑板

第六組

第一組

第五組

第二組

第四組

第三組



再現重點

- 按照順序
- 陳述**事實**
- 避免重複

說了什麼
做了什麼
不評價



參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





說課

觀課

再現

論課

回饋

「再現」(還原教學現場)

剛才那堂課，教師說了什麼？
學生做了什麼事？

陳述事實



我覺得．．很棒．．
有一點不是很了解．

不評價



參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





說課

觀課

再現

論課

回饋



論課

複習觀課焦點：

能透過情緒事件**覺察**情緒反應

分組討論，以海報呈現討論結果，
10分鐘後各組上台分享

參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





教學者分享

- ◆我覺得自己做的很棒的地方是.....
- ◆我覺得自己可以調整的地方是.....

參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





說課

觀課

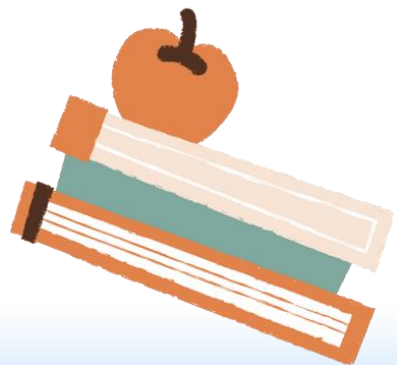
再現

論課

回饋

我的省思

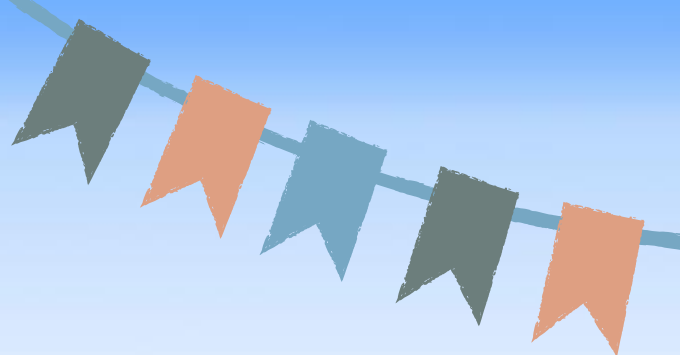
- 分享此次的收穫
- 比對自己的教學
- 思考未來的做法



參考資料：陳欣希教授研發團隊

體驗 省思 實踐 從容 多元





感謝大家用心參與早上的活動

12:00-13:20午餐與休息

13:20素養導向教學設計(會議室)



體驗 省思 實踐 從容 多元

