

我的心情日記

一、設計理念

- (一) 藉由認識情緒，培養學生認識自己，以適當的方法表達自己的情緒和感受。
- (二) 藉由認識情緒與健康的關係，培養學生管理情緒，進而有健康的生活。
- (三) 藉由學習理解情緒，培養學生對他人的尊重與包容。

二、教學設計

實施年級	三年級	設計者	後庄團隊
跨領域/科目	英文、健體	總節數	21
核心素養			
● B1 符號運用與溝通表達		英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用所學、字詞及句型進行簡易日常溝通。	
● C2 人際關係與團隊合作		健體-E-C2 具備同理他人感受，在健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	
學習重點	學習表現	2-II-3 能說出課堂中所學的字詞。 2-II-6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2c-II-2 表現增進團隊合作，友善的互動行為。	
	學習內容	B-II-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	

概念架構	導引問題
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 我們與情緒的關係有哪些？ 2. 情緒與身體的關係有哪些？ 3. 當我分享情緒時，別人如何理解及包容我？ 4. 我要如何理解及包容他人的情緒？ 5. 情緒對人際關係的影響有哪些？

學習目標

1. 了解我們與情緒的關係。
2. 了解情緒與身體的關係。
3. 了解他人如何理解及包容我們的情緒。
4. 了解如何理解及包容他人的情緒。
5. 了解情緒對人際關係的影響。

融入之議題	實質內涵	家庭教育 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人同儕適切互動。
	所融入之單元	●透過「為別人著想」學習單元，學習同理他人，與人適切互動。
學習資源	一、參考繪本： 1. 書名：The Feelings Book，ISBN：9780316043465，作者：Parr, Todd 2. 書名：My inside weather，ISBN：9780763621803，作者：Lara Berge 3. 書名：I'm stronger than anger, ISBN：9781454919469, 作者：Cole, Elizabeth 二、其他：單槍、電腦、ptt、學習單	

學習單元活動設計

學習活動流程	時間	備註
<p>單元一：情緒王國</p> <p>活動一：表情變變變</p> <p>一、準備活動：5 分鐘</p> <p>(一)教師與學生討論各種表情</p> <p>二、發展活動：30 分鐘</p> <p>(一)教師以 The feelings book 介紹各種表情。</p> <p>(二)與學生討論什麼情境下會有這些表情</p> <p>三、綜合活動：5 分鐘</p> <p>(一)完成故事轉盤。</p> <p>第 1-5 節結束</p>	<p>第 1-5 週： 表情變變變</p>	<p>The feelings book</p>
<p>活動二：身體情緒地圖</p> <p>一、準備活動：5 分鐘</p> <p>(一) 教師與學生討論生活中的情緒。</p> <p>二、發展活動：30 分鐘</p> <p>(一) 教師以 My inside weather 介紹情緒及身體的關係。</p> <p>(二) 與學生討論情緒及身體的關係。</p> <p>三、綜合活動：5 分鐘</p> <p>(一)學生完成學習單</p> <p>第 6-10 節結束</p>	<p>第 6-10 週：身體情 緒地圖。</p>	<p>My inside weather</p>
<p>單元二：情緒小主人</p> <p>活動一：別被負面情緒絆倒</p> <p>一、準備活動：5 分鐘</p> <p>(一) 教師與學生討論負面情緒有哪些？</p> <p>二、發展活動：30 分鐘</p> <p>(一) 教師以 I' m stronger than anger 介紹如何控管自己的情緒。</p> <p>(二)學生分享自我控管情緒的經驗。</p> <p>三、綜合活動：5 分鐘</p> <p>(一)角色扮演</p> <p>第 11-15 節結束</p>	<p>第 11-15 週：別被負 面情緒絆倒</p>	<p>I'm stronger than anger</p>
<p>活動二：為別人著想</p> <p>一、準備活動：5 分鐘</p> <p>(一) 教師與學生討論什麼是同理心？</p> <p>二、發展活動：30 分鐘</p>	<p>第 16-21 週：為別人 著想</p>	

<p>(一) 教師以 You, Me and Empathy 介紹如何同理他人及增進人際關係。</p> <p>(二) 學生分享自己同理他人的經驗。</p> <p>三、綜合活動：5 分鐘</p> <p>(一) 讀者劇場</p> <p>第 16-21 節結束</p>		<p>You, Me and Empathy</p>
---	--	----------------------------

附錄(一)教學重點、學習紀錄與評量方式對照表

單元名稱	學習目標	表現任務	評量方式	學習紀錄/評量工具
情緒王國	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解我們與情緒的關係。 2. 了解情緒與身體的關係。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出生活中的各種情緒。 2. 能說出情緒與身體的關係。 	實作評量、檔案評量、學生互評	口頭報告、讀者劇場、學習單
情緒小主人	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解如何適當的表達自己的情緒。 2. 了解如何同理他人的情緒。 3. 了解情緒對人際關係的影響。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能適當表達自己的情緒。 2. 能說出如何理解與包容他人的情緒。 3. 能說出在團體中如何表達自己的情緒並與人溝通。 	實作評量、檔案評量、學生互評	口頭報告、角色扮演、學習單

附錄(二) 評量標準與評分指引

學習目標		以完整的句子，口語表達自己的情緒				
學習表現		2-II-6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子				
評量標準						
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
一天的生活		句子能詳細表達出情緒、感覺及身體動作。	句子能詳細表達出情緒及感覺。	句子能概略表達出情緒及感覺。	句子無法表達出情緒及感覺。	未達D級
評分指引		95-100	90-94	80-89	未滿80	未達D級
評量工具		口頭報告、學習單				

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。