

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫  
113 學年度第二學期美感智能閱讀計畫

# 成果報告書

**主辦單位：** 教育部 師資培育及藝術教育司

執行單位： 花蓮縣立南平中學

執行教師： 徐詩惠 教師

# 目錄

## 一、 美感智能閱讀概述

1. 基本資料
2. 課程概要與目標
3. 執行內容與反思

## 二、 同意書

1. 成果報告授權同意書

美感智能閱讀概述

## 一、基本資料

|        |          |
|--------|----------|
| 辦理學校   | 花蓮縣立南平中學 |
| 授課教師   | 徐詩惠      |
| 教師主授科目 | 國文、閱讀    |
| 班級數    | 3 班      |
| 學生總數   | 13 名     |

## 二、課程概要與目標

|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |       |      |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                       |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 課程名稱           | 好好照顧自己                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |      |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                       |
| 報紙使用<br>期數及頁數  | 第 <u>10</u> 期，第 <u>2、3、</u><br><u>4、5、6、7、8、11</u> 頁                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       | 文章標題 | 基本情緒圖鑑 P.2、<br>情緒探索地圖 P.3、<br>憂鬱症迷思、名冊與處方籤 P.4<br>做身體的指揮官—跑步的正向心理與心流體驗 P.5<br>看圖說情緒 P.6-7<br>要睡得好，作夢也重要 P.8<br>深信你存在的價值，請照顧自己 P.11 |                                                                                                                                                                       |
| 課程融入<br>議題     | <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育<br><input checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 科技教育<br><input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育<br><input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 無特定議題 <input type="checkbox"/> 其他_____ |       |      |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                       |
| 施作課堂<br>(如：國文) | 國文                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 施作總節數 | 6    | 教學對象                                                                                                                               | <input type="checkbox"/> 國民小學_____年級<br><input type="checkbox"/> 國民中學_____年級<br><input checked="" type="checkbox"/> 高級中學一~三年級<br><input type="checkbox"/> 職業學校_____年級 |

### 1. 課程活動簡介 ( 300 字左右的整體課程介紹 )

乍暖還寒之際，正是憂鬱症的好發期，情緒不穩定時常會影響學習。透過安妮新聞第 10 期腦筋急轉彎，希望藉由著對情緒的認識，來喚醒孩子們對情緒的感知與關注，並學習抒發及適時的調整，不僅學會如何照顧自己，更在閱讀的過程中學會表達自身的情緒，而這樣的自我覺察是生命中學習照顧自己很重要的一課。

## 2. 課程目標 ( 條列式 )

### ◆ 第一單元：概覽報紙，找出主題

- 1.能透過文章的概覽，為此份報紙訂定標題

### ◆ 第二單元：看圖說情緒，認識情緒儀表

- 1.能透過情緒儀表說出各類情緒
- 2.能清楚表達自身的情緒，並說明想法

### ◆ 第三單元：覺察情緒

- 1.能透過閱讀擷取文章重點，找出覺察情緒的四項重點
- 2.能理解文章中的四項重點並進行詮釋
- 3.能透過個人事件的闡述，發現並覺察自己的情緒與記錄自己的情緒

### ◆ 第四單元：抒發與調適

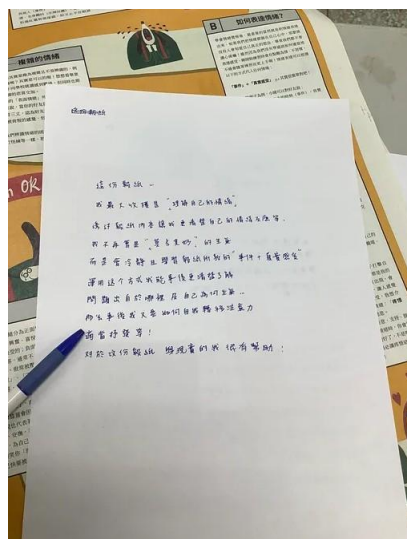
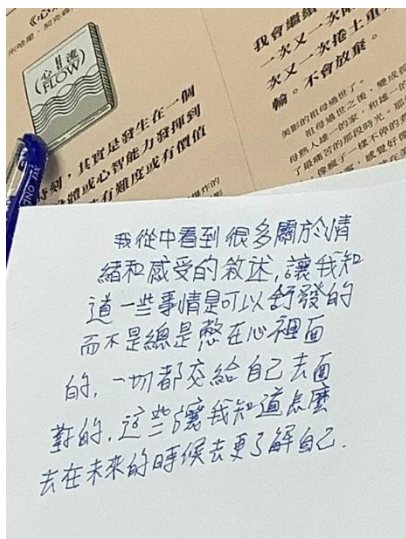
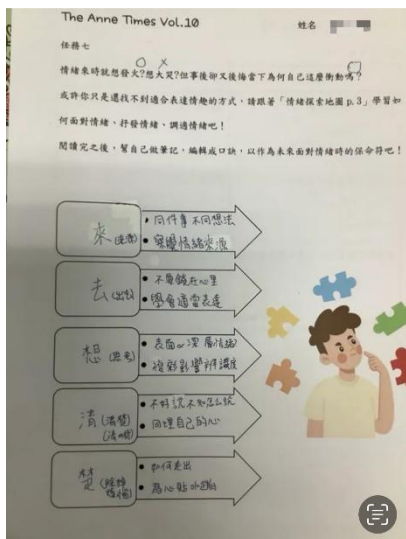
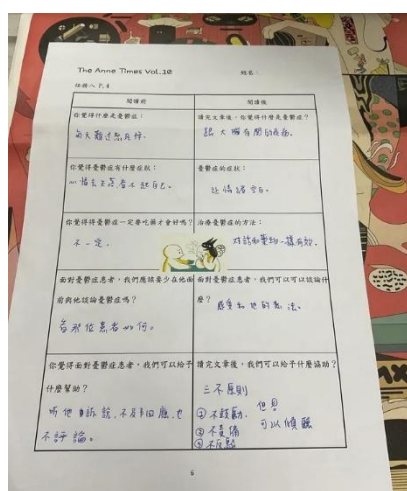
- 1.能透過閱讀學習面對、抒發與調適情緒的步驟，並訂定口訣

### ◆ 第五單元：認識憂鬱症

- 1.能認識憂鬱症患的行為及原因
- 2.能透過閱讀憂鬱症的文章認識自己憂鬱的情緒與同理憂鬱症患者

### 三、執行內容與反思

#### 1. 課程實施照片與成果 (請提供 5-8 張，如有學生學習回饋可附上。)



## 2. 課堂流程說明

- ◆ 第一單元：讓學生閱讀並且概覽報紙，找出主題，為此份報紙訂定標題
- ◆ 第二單元：讓學生閱讀各類情緒儀表，說出各類情緒的表情差異，並清楚表達各個情緒臉部差異及行為動作
- ◆ 第三單元：讓學生閱讀並且擷取文章重點，找出覺察情緒的四項重點，進而與個人事件進行詮釋，與紀錄
- ◆ 第四單元：讓學生閱讀報紙學習面對、抒發與調適情緒的步驟，並訂定口訣，當情緒來臨時念出口訣以便免情緒影響思緒及舉動
- ◆ 第五單元：讓學生閱讀，認識憂鬱症患者的行為及原因，並透過文章認識自己憂鬱的情緒與同理憂鬱症患者
- ◆ 第六單元：讓學生進行壓力檢測，回顧整份報紙的學習，及分享個人在面對情緒及壓力來臨時可解決的辦法與閱讀整份報紙後的感想。

## 3. 教學觀察與反思 ( 遇到的問題與對策、未來的教學規劃等等，可作為課程推廣之參考。 )

本學期教學搭配平板進行教學，讓學生透過自學的方式一邊閱讀、一邊完成學習單，並透過平板讓學生將作業上傳，及進行口頭報告和分享，讓每個人都有分享的時間即完成作業的時間。然而教室空間狹小，當每個人在進行錄影時很常會影響到其他同學，未來規畫準備耳機的方式，讓學生能降低錄影錄音的音量及對他人的影響。

