

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫  
114 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： 彰化縣埔心國民小學

執行教師：              張秀雯              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

## 美感智能閱讀概述

### 一、基本資料

|          |           |
|----------|-----------|
| 辦理學校     | 彰化縣埔心國民小學 |
| 授課教師     | 張秀雯       |
| 教師主授科目   | 社會科及閱讀    |
| 實際授課班級數  | 6 班       |
| 實際教授學生總數 | 132       |

### 二、課程概要與目標

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |       |      |                     |                                                                                                                                                                                           |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 課程名稱          | 情緒小偵探：認識自己，創作我的情緒圖鑑                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |       |      |                     |                                                                                                                                                                                           |
| 報紙使用<br>期數及頁數 | 第 5535 期，第 1-5 頁                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       | 文章標題 | 認識自己的情緒，心裡下雨怎麼辦？情緒卡 |                                                                                                                                                                                           |
| 課程融入<br>議題    | <div><div><input type="checkbox"/> 性別平等教育<br/><input checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育<br/><input type="checkbox"/> 能源教育<br/><input type="checkbox"/> 資訊教育<br/><input type="checkbox"/> 無特定議題</div><div><input type="checkbox"/> 原住民族教育<br/><input type="checkbox"/> 人權教育<br/><input type="checkbox"/> 家庭教育<br/><input type="checkbox"/> 安全教育<br/><input type="checkbox"/> 其他_____</div><div><input type="checkbox"/> 生涯規劃教育<br/><input type="checkbox"/> 環境教育<br/><input type="checkbox"/> 品德教育<br/><input type="checkbox"/> 防災教育</div><div><input type="checkbox"/> 多元文化教育<br/><input type="checkbox"/> 海洋教育<br/><input type="checkbox"/> 生命教育<br/><input type="checkbox"/> 戶外教育</div><div><input type="checkbox"/> 科技教育<br/><input type="checkbox"/> 法治教育<br/><input type="checkbox"/> 國際教育</div></div> |       |      |                     |                                                                                                                                                                                           |
| 施作課堂          | 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 施作總節數 | 18   | 教學對象                | <div><input checked="" type="checkbox"/> 國民小學 五 年級<br/><input type="checkbox"/> 國民中學 _____ 年級<br/><input type="checkbox"/> 高級中學 _____ 年級<br/><input type="checkbox"/> 職業學校 _____ 年級</div> |

#### 1. 課程活動簡介

情緒是每個人成長過程中都會遇到的重要課題。學會認識自己的情緒、了解情緒產生的原因，不僅能幫助自己照顧內心感受，也能與他人建立更良好的互動關係。本課程以「情緒小偵探」為主題，透過觀察、分享、討論與創作等活動，陪伴學生一步步探索自己的情緒世界。課程一開始，學生將透過安妮報紙的特刊我與你與他，認識快樂、悲傷、害怕、生氣、驚訝、厭惡等六大基本情緒，並觀察情緒出現時的表情、身體反應與行為表現。接著，藉由生活經驗分享，引導學生思考情緒從何而來，了解每一種情緒都有存在的意義，學習接納自己的感受，並嘗試用適當的方式表達情緒。最後，學生運用文字、圖畫及創意設計，製作屬於自己的「情緒圖鑑」，記錄不同情緒的樣貌、發生的情境，以及自己調適情緒的方法。透過本課程，希望學生能更了

解自己、覺察自己的情緒變化，學習尊重他人的感受，培養同理心與良好的表達能力，進而建立正向的情緒管理習慣，成為能夠認識自己、關心他人並勇於表達感受的孩子。

## 2. 課程目標

1. 能辨識快樂、悲傷、害怕、生氣、驚訝、厭惡等六大基本情緒，覺察自己與他人的情緒表現。
2. 能透過觀察與討論，了解情緒產生的原因及其對個人行為的影響。
3. 能認識情緒是自然且正常的反應，學習接納自己的情緒感受。
4. 能運用適當的語言表達自己的情緒與想法，增進溝通與表達能力。
5. 能學習簡單的情緒調適策略，培養自我管理與問題解決能力。
6. 能尊重他人的情緒與感受，培養同理心及良好的人際互動態度。
7. 能透過「情緒圖鑑」創作活動，整理與記錄個人的情緒經驗與學習成果。
8. 能將課程所學運用於日常生活中，建立正向情緒管理習慣，促進身心健康發展。

## 三、執行內容與反思

### 1. 課程實施照片與成果



## 2. 課堂流程說明

《情緒小偵探：認識自己，創作我的情緒圖鑑》課堂流程說明

第一節：我是情緒小偵探 - 辨識情緒

一、暖身活動（5 分鐘）

教師展示不同表情圖片或情緒表情卡。

學生猜猜看人物可能有什麼情緒，分享判斷的理由。

二、發展活動（25 分鐘）

透過安妮新聞特刊一第 2 版的圖片，引導學生認識快樂、悲傷、害怕、生氣、驚訝、厭惡等六大情緒，討論不同情緒出現時可能有哪些表情、動作及身體反應。

進行「情緒猜猜樂」遊戲，透過肢體與表情演出情緒，讓同學猜測。

三、統整活動（10 分鐘）

分享今天認識的情緒種類。

完成「我的情緒小卡」，記錄自己最常出現的情緒。

第二節：認識我的情緒 - 情緒從哪裡來？

一、暖身活動（5 分鐘）

回顧上一節課認識的情緒種類。

分享最近一次感受到強烈情緒的經驗。

二、發展活動（25 分鐘）

教師引導學生思考：

什麼事情會讓我快樂？

什麼事情會讓我悲傷？

什麼事情會讓我害怕？

透過情境討論與小組分享，了解情緒產生的原因。

認識每一種情緒都有其存在的價值與意義。

三、統整活動（10 分鐘）

完成「情緒事件紀錄表」。學生分享自己面對情緒時常用的方法。

### 第三節：我的情緒圖鑑 - 創作與分享

#### 一、暖身活動（5 分鐘）

回顧前兩節課所學內容。欣賞情緒圖鑑範例作品。

#### 二、發展活動（25 分鐘）

學生設計專屬的「情緒圖鑑」。

內容包含：

情緒名稱

情緒表情

發生情境

身體感受

調適方法

透過文字、圖畫及色彩自由創作。

#### 三、統整活動（10 分鐘）

學生上台分享自己的情緒圖鑑。

教師總結：情緒沒有好壞，每一種情緒都值得被理解與尊重。

鼓勵學生在生活中持續練習覺察、表達與管理自己的情緒。

#### ◎課程總結

透過「辨識情緒→認識情緒→創作情緒圖鑑」的學習歷程，引導學生從覺察自我開始，逐步學習理解情緒、表達情緒及調適情緒，培養自我覺察、自我管理及同理他人的能力，落實社會情緒學習（SEL）精神，建立正向健康的人際關係與生活態度。

### 3. 教學觀察與反思

在這次課程中，學生透過情境圖片、故事討論及情緒圖鑑創作等活動，逐步學習辨識與認識自己的情緒。從課堂互動中發現，大部分學生能清楚說出快樂、害怕、生氣等常見情緒，但對於悲傷、厭惡、驚訝等較複雜的情緒，仍容易混淆或無法準確表達。部分學生在分享自己的情緒經驗時較為保守，不太願意在全班面前說出自己的感受，需要透過小組討論或教師引導，才會慢慢打開話匣子。在教學過程中，我發現學生對於與自己生活經驗相關的話題特別有感，例如與同學發生衝突、考試成績不理想、被家長責備等情境，都能引起學生熱烈討論。透過同學彼此分享，也讓學生了解原來每個人都會有不同的情緒反應，進而學習尊重與理解他人的感受。在情緒圖鑑創作活動中，學生展現出豐富的創意與想像力。有些學生能夠清楚記錄自己產生情緒的原因及調適方式，但也有部分學生仍停留在描述情緒本身，較少進一步思考如何面對與處理情緒。未來在課程設計上，可以增加更多情緒調適策略的討論與練習，例如深呼吸、轉移注意力、尋求協助或正向表達等方法，幫助學生將認知轉化為實際行動。整體而言，學生對於情緒教育課程具有高度興趣，也願意透過分享與創作認識自己。未來希望能將情緒教育持續融入班級經營及日常教學中，例如結合晨間談話、心情分享或班級討論活動，讓學生有更多機會練習表達情緒、理解情緒及管理情緒，逐步培養正向的人際互動能力與良好的情緒素養。