

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫  
112 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： 臺中市豐原區瑞穗國民小學

執行教師： 林欣慧 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	臺中市豐原區瑞穗國民小學
授課教師	林欣慧
教師主授科目	綜合活動
班級數	70 班
學生總數	6 名 ( 資源班 )

### 二、課程概要與目標

課程名稱	壞心情				
報紙使用 期數及頁數	第 <u>10</u> 期 · 第 <u>2-7</u> 頁	文章標題	基本情緒圖鑑		
課程融入 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 <input 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 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <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 <input type="checkbox"/> 無特定議題 <input type="checkbox"/> 其他_____				
施作課堂	綜合活 動	施作總節數	2	教學對象	國民小學 五年級

#### 1. 課程活動簡介

心理學家丹尼爾·高曼 Goleman(1995) 在 EQ 一書中指出，兒童時期的情緒智力發展、情緒經驗和情緒管理習慣，都會在腦神經形成恆久的神經連結，形成後的情緒基本架構就不容易改變。「情緒」影響著每個人的一生，也影響著每天無數的決定，平時我們就應該有意識的培養孩子情緒覺察與壓力調適的能力，『理解自己的情緒可以幫助自己更好地認識自己，了解自己的需求和限制。這種自我意識是情緒管理的基礎，可以幫助自己更好地處理

壓力、解決問題和做出明智的決策。』所以教師需要進行的第一個步驟，就是透過安妮新聞引導孩子覺察自己的情緒。覺察自己的情緒之後，才能去理解、控制、體驗、表達。

## 2. 課程目標

- (1) 學生能閱讀安妮新聞。
- (2) 學生能分享自己的情緒。
- (3) 學生能精讀安妮新聞中對情緒的描述。
- (4) 學生能嘗試描述事件跟情緒。
- (5) 學生能練習覺察理解自己的情緒，增強『調整情緒』的心理韌性。

## 三、執行內容與反思

### 1. 課程實施照片與成果



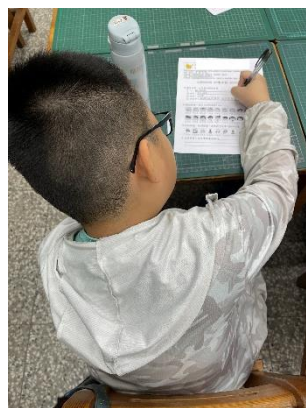
學生閱讀安妮新聞



學生討論心情元素週期表



學生運用安妮新聞製作情緒圖卡



安妮新聞第十期頁 2  
情緒覺察回憶錄

## 安妮新聞：看圖說情緒



### 2. 課堂流程說明

- (1)閱讀：閱讀安妮新聞第十期。
- (2)分享：你有覺察自己的情緒嗎?是什麼?請學生說明情境。
- (3)討論：精讀安妮新聞中對情緒的描述。
- (4)動手做：製作安妮新聞第 6.7 頁情緒圖卡
- (5)看圖說情緒：請學生選擇圖卡，並說明這張圖卡給你的情緒。
- (6)心情週期表：請學生練習覺察定學習理解自己的情緒，增強『調整情緒』的心理韌性。

### 3. 教學觀察與反思

- (1)情緒是抽象的，請學生嘗試用具體事件描述，需要練習。
- (2)正向情緒的事件描述對學生來說較容易。負面情緒的事件描述，較為困難。
- (3)學生有提到曾經遇到的困境以及情緒，大家一同討論應對的方法，很有趣的是，很多學生第一反應都是『跟老師說』，接著與同學討論如果情境中老師不再有沒有其他解決的辦法。透過這樣的練習，學生可以思考如何解決自己的問題及情緒困境。
- (4) 期待在學習過程中培養孩子解決衝突和自我肯定的能力。