

南 投 縣 主 題 式 教 學 設 計 教 案 格 式

一、課程設計原則與教學理念說明（素養教材編寫原則+**素養對應學習重點**）

二、主題說明

領域/科目		家庭教育	設計者	杜奕伶、吳苡榛	
實施年級		四年級	總節數	共 3 節，120 分鐘	
主題名稱		你懂我的心嗎？			
設計依據					
核心素養	總綱	E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術 等符號知能，能以同理心應用在 生活與人際溝通			
	領綱	國-E-B1 理解與運用國語文在日常生活中學習體察他人的感受，並給予適當的回應，以達成溝通及互動的目標。			
與其他領域/科目的連結		綜合 1d-II-1 覺察情緒的變化， 培養正向思考的態度。 綜合 Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 綜合 Ad-II-2 正向思考的策略。 綜合 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立 國語文 Bb-III-1 自我情感的表達。 國語文 Bb-III-2 人際交流的情感。			
議題融入	實質內涵	家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 家 E5 了解家庭中各種關係的互動(親子、手足、祖孫及其他親屬等)。			
	所融入之單元	閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。			
教材來源		繪本《好一個吵架天》			
教學設備/資源		電腦、投影機、繪本、學習單			
各單元與學習目標					
單元名稱		學習重點		學習目標	
單元一 單元名稱 你懂我的心嗎？		學習表現	3-II-1 覺察個人的正負向情緒，並適切的因應與調整。 3-III-1 了解不同文化的人際互動禮儀，並展現正向人際互動。		1. 認識情緒，並接受自己的情緒。 2. 能體察自己的正負向情緒，選擇適當的因應方式。 3. 能展現正向家庭溝通模式和技巧。
		學習內容	C-II-1 正負向情緒的認識與覺察。 C-II-2 正負向情緒的因應與調整 C-III-2 正向人際互動關係的建立。		
單元二 單元名稱		學習表現			
		學習內容			
單元三 單元名稱		學習表現			
		學習內容			
單元四 單元名稱		學習表現			
		學習內容			

教學單元設計

一、教學設計理念

(一) 家庭情緒是個整體：每個家庭成員都會受到家庭整體情緒影響，快樂的家庭人人快樂，消沉煩悶的家庭則使人煩惱。家庭成員情緒的總和構成了家庭情緒。反之，家庭情緒又對每個家庭成員的情緒造成影響。

(二) 家庭情緒影響健康：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。心理學家也提醒人們，保持良好而穩定的情緒，以增進自己身心健康。而影響人們健康的因素中，家庭情緒是極易被忽視而又相當重要的因素。所以保持良好而穩定的情緒，不僅增進自己身心健康，同時也增進家人身心健康。

(三) 學習面對表達情緒：人一定會有情緒，壓抑情緒反而帶來更不好的結果。學習體察自己的情緒，是情緒管理的第一步。體察情緒之後，適當表達自己的情緒，是一門藝術，需要用心體會、揣摩，更重要的是確實用在生活中。從小就學習面對並管理自己的情緒，學會表達紓解情緒是重要的。

(四) 當個情緒的好主人：情緒是我們的好朋友，每天都在我們身邊。教導孩子學習在家庭中讓積極、愉悅的情緒擴散，在破壞性情緒出現時，學習面對與克服它，才能建立良好的家人和同儕關係，使家人能自在愉快的相處。

二、教學單元設計

領域/科目	家庭教育		設計者	杜奕伶、吳苡榛	
實施年級	四年級		總節數	共 3 節，120 分鐘	
單元名稱	你懂我的心嗎？				
設計依據					
學習重點	學習表現	3-II-1 覺察個人的正負向情緒，並適切的因應與調整。 3-III-1 了解不同文化的人際互動禮儀，並展現正向人際互動。		核心素養	E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在 生活與人際溝通 國-E-B1 理解與運用國語文在日常生活學習體察他人的感受，並給予適當的回應，以達成溝通及互動的目標。
	學習內容	C-II-1 正負向情緒的認識與覺察。 C-II-2 正負向情緒的因應與調整 C-III-2 正向人際互動關係的建立。			
議題融入	學習主題	家人關係與互動			
	實質內涵	家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 家 E5 了解家庭中各種關係的互動(親子、手足、祖孫及其他親屬等)。			
與其他領域/科目的連結		閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。			
教材來源		「好一個吵架天」繪本			
教學設備/資源		電腦、投影機、繪本、學習單			
學生經驗分析		在家裡跟手足有爭吵的問題，但時間久了就可能會用肢體暴力處理，長輩則會請年齡較長的要讓弟弟妹妹，不斷重蹈覆轍，都沒有正向解決跟面對問題。			
學習目標					
1.認識情緒，並接受自己的情緒。 2.能體察自己的正負向情緒，選擇適當的因應方式。 3.能展現正向家庭溝通模式和技巧。					

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
第一節 【引起動機】 「好一個吵架天」繪本 https://www.camdemy.com/media/6350 【發展活動】 ※教師引導討論好的溝通表達方式，會影響情緒。 -----第一節結束----- 第二節 【引起動機】 透過上一節課的「好一個吵架天」繪本，讓學生說出上次討論的溝通好方法。 【發展活動】 一、教師分享「幸福家庭示範作品1」 https://www.youtube.com/watch?v=M5ApmxNphnk 老師提問： 1. 請觀察影片中姊弟對話的方式和語氣。 2. 換個方式說話，結果有怎樣的改變？*老師正面肯定學生，引導學生思考，參與討論。 二、遊戲：「看見不見」 *流程： 1. 兩人一組(A、B)，當一方說話，另一方給予回應與 不回應兩種不同方式。 2. 第一階段：當 A 說一件自己最近覺得開心的事時，B 東張西望，不回應，眼神儘量不停留在對方身上。 3. 第二階段：當 A 說一件自己最近覺得開心的事時，B 專心的聽，偶爾點頭，也可以說話。 4. 角色互換，再循環第一、二階段。 *老師提問： 1. 在遊戲時，如果你是說話的人，對方不專心聽你說話，你的感覺如何呢？ 2. 在遊戲時，如果你是聽別人說話的人，聽不懂對方的話，你的感覺如何呢？ *老師正面肯定學生，引導學生思考，參與討論。 *老師綜合「傾聽技巧」 1. 看著對方(友善的看著對方的眼睛) 2. 表現專心的樣子(身體自然前傾) 3. 聽清楚對方說什麼(微笑、點點頭) 二、老師分享情境故事： 吃完晚餐，小美全家在客廳看電視，精彩的八點檔 連續劇正吸引大家的目光。媽媽說：「小美、小傑、你們該去寫功課了！」兩個人目光仍停留在電視螢光幕上，口中答應著……。過了一會兒，媽媽說：「你們再 不去寫功課，我要生氣了！」媽媽大吼著~兩人才慢慢 站起來……。 老師提問： 1. 你遇過這樣的情形嗎？ 2. 你的感受是？	25 15 10 20	口語評量：透過繪本欣賞的方式，學生能認說出故事大意，並能表達出自己的想法。 口語評量：能理解並說出書中的內容大意。 實作評量：能討論溝通表達的方式有哪些？ 口語評量：能專心聽老師講解與提問，並踴躍回答問題。 口語評量：由繪本介紹讓學生知道表達溝通的方式。 紙筆評量：能完成學習單。

3. 自己可以做哪些改變? *老師正面肯定學生, 引導學生思考, 參與討論。 【綜合活動】 四、 練習溝通的技巧：以情境題為例。 1. 你如何跟媽媽溝通, 在看電視和寫功課間達到媽媽 和你都能接受的方式。 *老師正面肯定學生, 引導學生思考, 參與討論。 -----第二節結束----- 第三節 【引起動機】 回顧上一節課的活動討論溝通的技巧。 【發展活動】 五、老師綜合： 溝通的好方式 1. 說清楚「使你不舒服的事」 2. 這件事給你的感覺是? 3. 會不會有什麼不好的影響? 4. 是不是能做一些改變? 六、練習說說看： 1. 說清楚「使你不舒服的事」：媽一直催促我們去寫功課, 不會不會有什麼不好的影響?能看喜歡看的影片 2. 這件事給你的感覺：我覺得很不開心。 3. 會不會有什麼不好的影響?寫功課時提不起勁。 4. 是不是能做一些改變?以後回家趕快寫功課, 就可以看自己喜歡看的電視影集。 【綜合活動】 完成學習單：《學習單》其實我想說的是…… -----第三節結束-----	10
--	--

註：本表單參考國教院研究計畫團隊原設計教案格式。

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
你懂我的心嗎？	能理解書中的內容大意並運用到日常生活中遇到問題時解決問題。	能回答出書中的內容大意並提出解決的方法。	口頭評量 紙筆評量	口語溝通 學習單
你懂我的心嗎？	學會如何表達和溝通。	能專心聆聽同學的發言並表達自己的想法。	實作評量 口頭評量	聽力與口語溝通

附錄(二) 評量標準與評分指引

學習目標		能理解書中的內容大意，學會遇到問題時如何解決問題及表達自己的想法。				
學習表現		3-II-1 覺察個人的正負向情緒，並適切的因應與調整。 3-III-1 了解不同文化的人際互動禮儀，並展現正向人際互動。				
評量標準						
主題		A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
爺爺 一定 有辦 法	表現 描述	1. 發表內容與問題有極佳的關聯。 2. 能明確說(寫)出文本中的重要訊息與觀點。	1. 發表內容與問題有良好的關聯。 2. 能部分說(寫)出文本中的重要訊息與觀點。	1. 發表內容與問題有部分的關聯。 2. 能說(寫)出少數文本中的重要訊息與觀點。	1. 發表內容與問題有較少的關聯。 2. 經他人協助能說(寫)出文本中的重要訊息與觀點。	未達 D級
評分 指引		能仔細地完成實作評量的學習單，並主動回答問題。	能完成實作評量的學習單，並可以回答老師提問的問題。	能完成實作評量的學習單。	在協助下，能完成實作評量的學習單。	未達 D級
評量 工具		實作評量、口頭評量、學習單				
分數 轉換		95-100	90-94	85-89	80-84	79 以下

學習單（我想說的是.....）

年 班 姓名：

我知道家人很關心我，但似乎不能了解我真正的想法，雖然我曾經表達，但總是詞不達意。
請練習使用良好溝通四步驟，說說你想說的話.....

一、 在功課方面，我想說的是.....

1. 讓你不舒服的事：
2. 你的感覺是：
3. 不好的影響：
4. 做一些改變：

二、 在課外活動方面，我想說的是.....

1. 讓你不舒服的事：
2. 你的感覺是：
3. 不好的影響：
4. 做一些改變：

三、 在()方面，我想說的是.....

1. 讓你不舒服的事：
2. 你的感覺是：
3. 不好的影響：
4. 做一些改變：

四、 父母親的回饋

