



# 教育部跨領域美感教育卓越領航計畫

## 跨領域美感課程模組 2.0 創課方案

2020.09.15

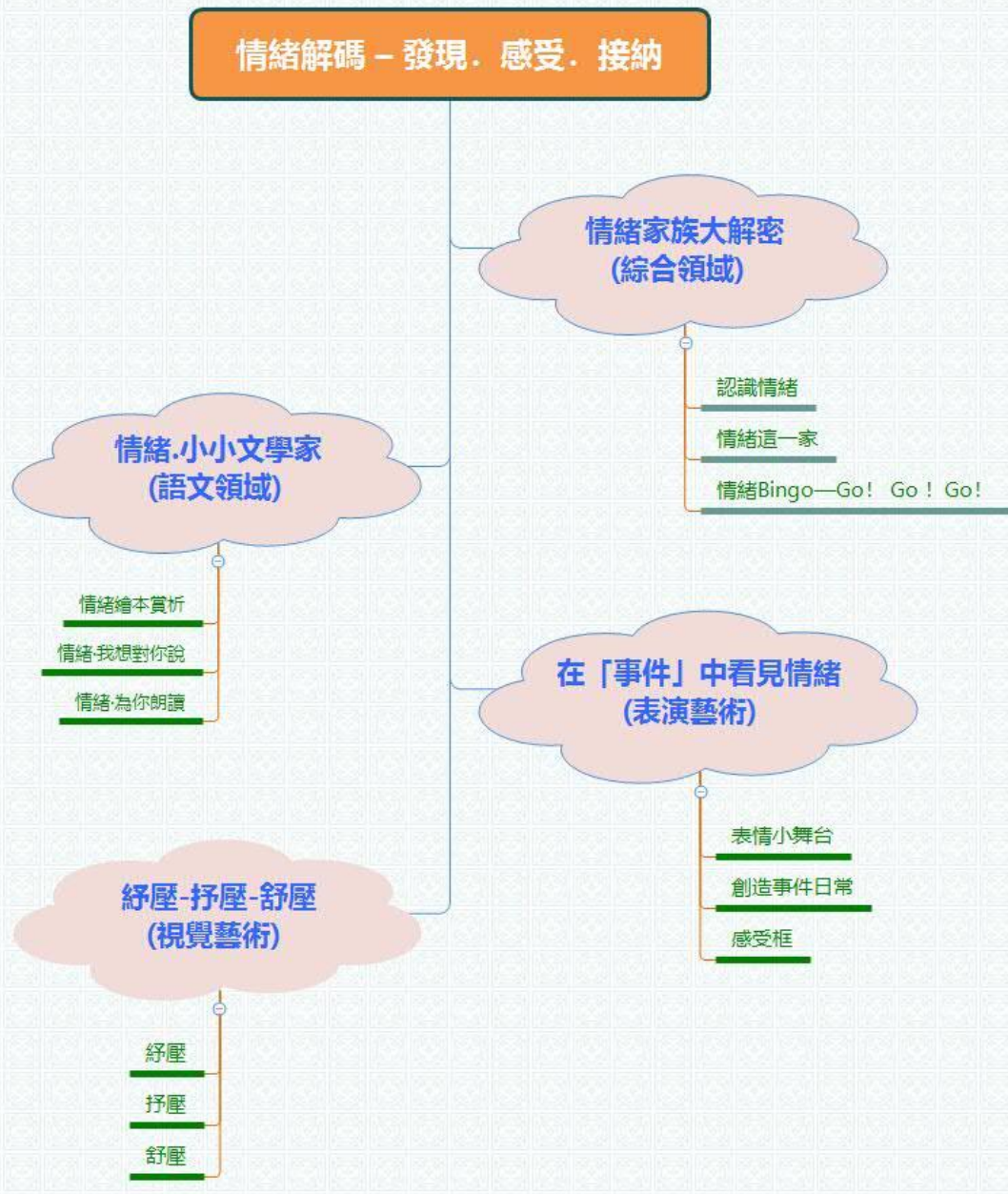
109 學年度 第一學期 計畫 成果

學校全銜	臺南市南區省躬國民小學
課程方案名稱	情緒解碼 - 發現·感受·接納
團隊成員／ 跨領域科別 (得複選)	<p>藝術科目：</p> <p><input type="checkbox"/> 視覺藝術/美術：(教師姓名)</p> <p><input type="checkbox"/> 音樂：(教師姓名)</p> <p><input type="checkbox"/> 表演藝術：(教師姓名)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 其他：表演藝術+美術(吳佳憶)</p> <p>非藝術科目：<u>國語(杜佳燕)、國語(林玲仙)、國語(郭珏妤)、綜合(黃詩詩)</u></p> <p>其他：_____</p> <p>*若為多領域、多科目請詳實填寫，填寫方式：科別(教師姓名)</p> <p>總人數：5</p>
實施對象 (得複選)	<p><input checked="" type="checkbox"/> 普通班</p> <p><input type="checkbox"/> 藝才班：(例：美術班)</p> <p><input type="checkbox"/> 資優班：(例：數理資優)</p> <p><input type="checkbox"/> 體育班</p> <p><input type="checkbox"/> 資源班：(例：學習障礙等特殊需求)</p> <p><input type="checkbox"/> 特殊教育學校：(例：聽覺障礙)</p> <p><input type="checkbox"/> 其他：</p> <p>實施年級別：五年級</p> <p>參與班級數：共 3 班</p> <p>參與總人數：74 人</p> <p>課程屬性：</p> <p><input type="checkbox"/> 必修課程 <input type="checkbox"/> 選修課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他：校訂課程</p>
學生先備能力	<p>1. 知道「情緒」的定義</p> <p>2. 對於色彩與感受的連結有概念式的認知</p>
教學節數	<p>課程總節數：14 節</p> <p>(藝術課程 4 節 / 非藝術課程 6 節 / 跨域美感課程 4 節)</p>
教師專業社群 (得複選)	<p>成員人數：</p> <p>組成類型：<input type="checkbox"/> 同校同領域 <input checked="" type="checkbox"/> 同校跨領域 <input type="checkbox"/> 跨校同領域 <input type="checkbox"/> 跨校跨領域 <input type="checkbox"/> 其他：</p> <p>互動頻率：<input type="checkbox"/> 定期會議 <input type="checkbox"/> 不定期/任務導向式會議 <input checked="" type="checkbox"/> 隨時/網路群組 <input type="checkbox"/> 其他：</p> <p>備課內容：<input checked="" type="checkbox"/> 研習、工作坊增能 <input type="checkbox"/> 實地考察 <input type="checkbox"/> 課程建構 <input checked="" type="checkbox"/> 資源分享 <input checked="" type="checkbox"/> 提問與互助</p> <p><input type="checkbox"/> 其他：</p>

觀課內容：課後觀看錄影紀錄課中共位教師協作，請說明模式：（例：由○○○主教，○○○從旁協助...）其他：入班觀課

議課內容：課後檢視、討論與修正資源分享提問與互助其他：

跨領域美感  
課程架構圖



課程發展理念

從「彈性議題」和「綜合課程」出發，向學生介紹「喜、怒、哀、樂、嫉妒、沮喪、幸福、得意」等等情緒，透過情緒名詞釋義、肢體體驗來感受情緒與表情動作的連結，並介紹新媒材--「粉彩」來作為書寫情緒的管道，藉由對情緒感受的層次性體驗，從中學會覺察自己和他人的情緒，希望之後學生在面對自己和他人有相關情緒時，可以用正確的方式紓發、處理和對應。

<p><b>跨領域課程類型</b> (得複選)</p>	<p>■應用藝術知能、策略、資源與活動等，輔助、活化其他非藝術學科之教學。</p> <p><input type="checkbox"/>聚斂其他學科與藝術領域交集的知識結構或美感共通性等，發展融整性課程。</p> <p><input type="checkbox"/>檢視藝術領域與社會文化、環境生態等的關係，發展包含不同學科的多元文化等議題課程。</p> <p>■以學校本位為課程主軸，發展包含不同學科之校本課程、特色課程、彈性課程、主題課程、社區課程等。</p> <p><input type="checkbox"/>以其他非學校課程之形式，如跨領域美感走讀等，進行以在地藝文活動、環境生態、媒材特色、國際參訪等為主軸之表現、鑑賞、實踐等活動式課程。</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>
<p><b>跨領域內涵</b> (得複選)</p>	<p>■體現藝術領域知識(能)</p> <p>■體現非藝術領域知識(能)</p> <p>■有機連結生活經驗</p> <p><input type="checkbox"/>遷移至新情境的探究與理解</p> <p>■重新思考過往所學的新觀點</p> <p><input type="checkbox"/>克服領域間障礙挑戰的新進路</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>
<p><b>美感元素與美感形式</b> (得複選)</p>	<p><b>美感元素構件</b></p> <p>■視覺藝術：■點■線■面<input type="checkbox"/>空間■構圖■質感■色彩<input type="checkbox"/>明暗</p> <p><input type="checkbox"/>音樂：<input type="checkbox"/>節奏<input type="checkbox"/>曲調<input type="checkbox"/>音色<input type="checkbox"/>力度<input type="checkbox"/>織度<input type="checkbox"/>曲式</p> <p>■表演藝術：■聲音■身體■情感<input type="checkbox"/>時間<input type="checkbox"/>空間<input type="checkbox"/>動力■即興■動作■主題</p> <p><b>美感原則構件</b></p> <p>■均衡 ■和諧 <input type="checkbox"/>對比 ■漸層 <input type="checkbox"/>比例 <input type="checkbox"/>韻律 <input type="checkbox"/>節奏 <input type="checkbox"/>反覆 <input type="checkbox"/>秩序 <input type="checkbox"/>統一</p> <p><input type="checkbox"/>單純 ■虛實 <input type="checkbox"/>特異</p>
<p><b>跨領域美感素養</b> (得複選)</p>	<p>■美學思辨與覺察省思：透過美學知識底蘊反身自省以發現自我之定位和認同</p> <p><input type="checkbox"/>設計思考與創意發想：培養具創造力且以具體計劃來解決問題的習慣</p> <p><input type="checkbox"/>藝術探究與生活實踐：培養對藝術活動的探查習慣並應用相關知能於日常生活中</p> <p>■符號識讀與脈絡應用：辨識與理解符號樣式及意涵並能適當運用</p> <p><input type="checkbox"/>數位媒體與網絡掌握：駕馭數位科技媒體並能理解與評價網路訊息</p> <p><input type="checkbox"/>藝術參與及社會行動：規劃藝術活動並以之表達對社會的參與</p> <p><input type="checkbox"/>跨域文化與多元詮釋：理解文化多樣性並能嘗試詮釋議題內涵</p>
<p><b>12年國教課程綱要</b> (連結) (得複選)</p>	<p><b>藝術領域核心素養</b></p> <p>■A1 身心素質與自我精進■B1 符號運用與溝通表達<input type="checkbox"/>C1 道德實踐與公民意識</p> <p><input type="checkbox"/>A2 系統思考與解決問題<input type="checkbox"/>B2 科技資訊與媒體素養<input type="checkbox"/>C2 人際關係與團隊合作</p> <p><input type="checkbox"/>A3 規劃執行與創新應變■B3 藝術涵養與美感素養<input type="checkbox"/>C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>非藝術領域核心素養</b> (請依跨領域科目自行增列)</p> <p>綜-E-B3 覺察生活美感的多樣性，培養生活環境中的美感體驗，增進生活的豐富性與創</p>

	<p>意表現。</p> <p><b>綜-E-C2</b> 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。</p> <p><b>國-E-B1</b> 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。</p>
<b>跨領域美感課程構組（皆得複選）</b>	
<b>課程目標</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 展現跨領域美感素養與跨領域/科目學習內容的連結</li> <li><input type="checkbox"/> 展現跨領域/科目學習重點與跨領域美感素養之間的應用</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 展現跨領域美感素養對跨領域/科目學習效能的助益</li> <li><input type="checkbox"/> 展現對跨領域美感素養的探索動機、培養與應用</li> <li><input type="checkbox"/> 展現跨領域美感素養對創造、批判、思辨等能力的引發</li> <li><input type="checkbox"/> 其他：</li> </ul>
<b>教材內容</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 教材連結學生先備知識、藝術學科與非藝術學科</li> <li><input type="checkbox"/> 教材於生活中開展出學生創造、批判、思辨、應用等能力</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 教材之組成符合跨領域美感教育課程模組及編選原則</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 教材邀請外部人員參與協作</li> <li><input type="checkbox"/> 教材幫助學生建置其學習歷程檔案</li> <li><input type="checkbox"/> 其他：</li> </ul>
<b>教學活動</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 呈現所發展跨領域美感課程類型之特質</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之教學策略引導教學活動</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 設計符應跨領域/科目特質之跨領域美感課程教學活動</li> <li><input type="checkbox"/> 規劃啟發學生思辨藝術概念與美感經驗之教學活動</li> <li><input type="checkbox"/> 規劃激發跨領域美感經驗之延伸學習活動</li> <li><input type="checkbox"/> 其他：</li> </ul>
<b>教學策略</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之問題導向教學</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之虛擬實境情境教學</li> <li><input type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之網路資源體驗教學</li> <li><input type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之探究式教學</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之合作學習式教學</li> <li><input type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之專題討論式教學</li> <li><input type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之創意思考教學</li> <li><input type="checkbox"/> 應用融入跨領域美感素養之協同教學</li> <li><input type="checkbox"/> 其他：</li> </ul>

<p><b>教學資源</b></p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 使用校內外人力資源、在地文化、硬體設備、空間或博物館、公園等場所  <input type="checkbox"/> 連結至國際，具備國際視野之資源  <input checked="" type="checkbox"/> 使用各種形式的儀器、電子設備或程式軟體  <input checked="" type="checkbox"/> 以視覺、音樂、表演藝術作品輔助體現學科學習重點及其核心精神  <input type="checkbox"/> 過往實驗課程方案具延展及永續性，或校本課程經驗再應用  <input type="checkbox"/> 其他： </p>
<p><b>學習評量</b></p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 應用融入表現藝術活動之形成性評量  <input type="checkbox"/> 應用融入表現藝術活動之總結性評量  <input checked="" type="checkbox"/> 應用融入鑑賞藝術活動之形成性評量  <input type="checkbox"/> 應用融入鑑賞藝術活動之總結性評量  <input checked="" type="checkbox"/> 應用融入實踐藝術活動之形成性評量  <input checked="" type="checkbox"/> 應用融入實踐藝術活動之總結性評量  <input type="checkbox"/> 應用跨領域美感素養建置學習歷程檔案  <input type="checkbox"/> 發展跨領域美感課程之多元化評量策略  <input type="checkbox"/> 其他： </p>
<p><b>卓越亮點</b></p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> <b>校內外連結：</b>  <input checked="" type="checkbox"/> 連接兩位以上不同專業背景的教師進入教育現場  <input checked="" type="checkbox"/> 與各校本課程、校園特色產生關連  <input type="checkbox"/> 與社區、地方特色或文化資源產生連結  <input type="checkbox"/> 運用當地歷史文化、人文特色融入跨領域之課程方案  <input checked="" type="checkbox"/> 連結不同時間、地域，並進行跨領域美感之鑑賞與詮釋、思考與批判  <input type="checkbox"/> 其他： </p> <p> <input type="checkbox"/> <b>國際視野：</b>  <input type="checkbox"/> 透過課程資源、課程教材為媒介達到增進國際視野效果  <input type="checkbox"/> 透過國際師資共備、共教，或交換生合作學習達到增進國際視野效果  <input type="checkbox"/> 增進國家文化認同  <input type="checkbox"/> 增進國際競合力  <input type="checkbox"/> 全球在地化，融整國際情勢與全球新興議題  <input type="checkbox"/> 在地全球化，連結多元文化、跨域觀摩與交流  <input type="checkbox"/> 實際執行國際參訪  <input type="checkbox"/> 其他： </p>
<p align="center"><b>主題／單元規劃與教學流程說明</b>（以文字描述，依實際課程內容增加列數）</p>	
<p><b>課程目標</b></p>	<p> 1. 根據十二年國民基本教育藝術領域課程綱要，連結語文、綜合、彈性議題之學習重點，增加對生命及自我認識之覺察，引發學生探索動機並增進各領域教學內涵。  2. 激發學生從日常生活、人際溝通中，體察各種情緒的展現。  3. 透過即興戲劇的體驗，讓身體帶動內在對自我及他人的連結。  4. 認識新媒材--「粉彩」，從實作的過程中體會視覺、觸覺所引發內在心象畫面。 </p>
<p><b>共 3 節</b></p>	<p align="center"><b>主題／單元名稱：情緒家族大解密</b></p>

教學活動	教材內容	教學策略	教學資源	學習評量
<p>一、導入活動</p> <p><b>【認識情緒】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師說明情緒定義，展示三種情緒臉譜</li> <li>2. 猜猜展示的臉譜是屬於哪種情緒</li> <li>3. 發表生活中還有哪些情緒</li> </ol> <p>二、開展活動</p> <p><b>【情緒這一家】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過 ppt 作情境引導，了解情緒的產生經過：事件→想法→情緒</li> <li>2. 透過分享生活經驗，班級討論，覺察情緒是每個人隨時隨地都會產生的，情緒本身並無對錯之分；相同事件因不同想法，會產生不同情緒</li> <li>3. 藉由情緒臉譜，認識情緒的種類</li> </ol> <p>三、綜合活動</p> <p><b>【情緒 Bingo—GO！GO！GO！】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自選將 16 種情緒填入賓果格子中</li> <li>2. 抽籤選中的同學可選一種情緒(以表演的方式表現出來，讓大家猜猜看)</li> <li>3. 先連線 2 條者獲勝</li> </ol>	<p>情緒家族大解碼 ppt</p> <p>情緒家族大解碼 ppt</p> <p>情緒臉譜 ppt</p>	<p>聆聽、發表</p> <p>聆聽、分享、討論</p> <p>表演、發表</p>	<p>電腦、資訊網路</p>	<p>口頭發表</p> <p>口頭發表</p> <p>口頭發表、表演(情緒表情或動作)</p>
共 3 節	主題／單元名稱： <u>情緒·小小文學家</u>			
教學活動	教材內容	教學策略	教學資源	學習評量
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 導入活動</li> </ol> <p><b>【情緒繪本賞析】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 透過情緒繪本「彩色怪獸」導讀，賞析如何以文字敘述描寫出情緒給人的感覺</li> <li>3. 開展活動</li> </ol> <p><b>【情緒·我想對你說】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. 顯示 20 種情緒臉譜於教學螢幕中，複習臉譜所對照的情緒名詞</li> <li>5. 從中挑選正向與負向情緒各一種，並書寫於「情緒·我想對你說」的學習單上</li> <li>6. 書寫方式：運用轉化法的方式，寫四個句子來描述所選之情緒</li> <li>7. 綜合活動</li> </ol>	<p>彩色怪獸繪本</p> <p>情緒臉譜 ppt</p> <p>「情緒·我想對你說」的學習單</p>	<p>聆聽、討論</p> <p>創作、完成情緒學習單</p>	<p>繪本、電腦、資訊網路</p>	<p>口頭發表</p> <p>完成「情緒·我想對你說」的學習單</p>

<p><b>【情緒·為你朗讀】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師解說基本朗讀技巧</li> <li>2. 分組練習運用基本朗讀技巧朗讀學習單之內容</li> <li>3. 採自願及抽籤方式上臺朗讀所寫之作品---「情緒·我想對你說」之學習單內容</li> <li>4. 班級欣賞與回饋</li> </ol>	<p>「情緒·我想對你說」的學習單</p>	<p>聆聽、發表 分享</p>		<p>發表評量 (朗讀作品)</p>	
<p>共 4 節</p>	<p>主題／單元名稱： 在「事件」中看見情緒</p>				
<p>教學活動</p>		<p>教材內容</p>	<p>教學策略</p>	<p>教學資源</p>	<p>學習評量</p>
<p>一、 導入活動</p> <p><b>【表情小舞台】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 臉部暖身--「包子與獅子」，舒活臉部肌肉</li> <li>2. 請學生手拿一塊布遮住自己的臉，教師隨機說出喜怒哀樂語詞，放下布，做出相關情緒表情</li> </ol> <p>二、 開展活動</p> <p><b>【創造事件日常】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 根據「情緒九宮格」裡的情緒語詞，分組討論跟此情緒所聯想到的事件會是什麼?(一組創作 3 件，5 組總共 15 件)</li> <li>2. 分組上台分享討論結果，教師隨機引導同一事件，相對於不同人，所引發的情緒感受會是相同或不同?</li> </ol> <p>三、 綜合活動</p> <p><b>【感受框】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 兩兩一組，教師隨機抽出 15 張事件裡的一張，2 人分飾事件裡的互動者與感受者即興演出；下一題則角色互換</li> <li>2. 每一題在各組操作過一次後，教師隨機挑選一組，在示範一次，並用感受框凸顯感受者當下的情緒表情</li> <li>3. 彼此觀摩並試著從旁觀著的角度進行分享</li> </ol>		<p>情緒九宮格</p>	<p>表演</p> <p>討論 分享</p> <p>即興創作 分組互動 欣賞 分享</p>		<p>口頭發表 分組創作</p> <p>分組創作 形成性評量</p>
<p>共 4 節</p>	<p>主題／單元名稱： 紓壓-抒壓-舒壓</p>				
<p>教學活動</p>		<p>教材內容</p>	<p>教學策略</p>	<p>教學資源</p>	<p>學習評量</p>
<p>一、 導入活動</p> <p><b>【紓壓】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識粉彩，介紹技法</li> <li>2. 梳理每項工具材料的特性、工用與效果</li> </ol>		<p>工具材料介紹</p>	<p>聆聽</p>	<p>親自示範</p>	<p>專注聆聽</p>

<p>二、開展活動</p> <p><b>【抒壓】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 先進行紙張四邊紙膠帶的黏貼，留下白框</li> <li>2. 每個學生可以當下的情境進行創作，創作過程去感受媒材的特性、觸感與色感，抒發當下的直覺感受</li> <li>3. 善用消字版所提供的圖像，自由組合構成畫面</li> </ol> <p>三、綜合活動</p> <p><b>【舒壓】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 將全班同學的粉彩作品與幾張情緒與卡陳列地上，教師引導學生觀看、感受與內心連結</li> <li>2. 鼓勵學生試著閱讀同學的哪一件作品有讓自己的內在感受產生共鳴，上台進行分享，並請觀眾聆聽完後給予發表者回饋與支持</li> <li>3. 完成「紓壓粉彩學習單」</li> </ol>		<p>討論 分享</p>		<p>實作評量</p> <p>上台分享</p> <p>總結性評量</p>
<p><b>教師教學 省思與建議</b></p>	<p>◎佳悫： 情緒主題在現代這個極度高壓的社會裡，似乎是大人小孩的共通議題，而小孩的情緒往往被忽略，從表演肢體中帶著孩子去感受情緒的抽象概念，也藉活動任務的賦予讓他們開展、釋放，學習「再一次」的精神。看見孩子在「紓壓粉彩」中透露了自己內心所投射的念頭、感受，對相同的材料、工具，卻有著迥異的體會，著實有趣；新的課程與媒材體驗，相信能帶給孩子面對挫折時能有不同的選擇。</p> <p>◎佳燕： 情緒是與生俱來、自然而然的表現，但在教育現場卻發現現在有越來越多的孩子情緒控管不佳，不自覺地使用暴力語言，因此常常與同學或家人之間發生衝突。這次剛好有此機會，可藉由此課程引導孩子能正確的感受、判斷自己情緒的變化，進一步經由自我的調整，讓情緒得以紓解，慢慢推及尊重他人的情緒表達，提高個人EQ 的能力，使得人際關係能更和諧。</p> <p>◎玲仙： 情緒就像影子一樣，每天與我們形影不離，讓我們隨時隨地都會發生喜怒哀樂等情緒的變化起伏，如果持續存在負面情緒，就會對人的身心健康、日常生活、人際關係等帶來負面的影響。所以希望藉由非暴力溝通的課程，讓學生學會在生活中，無論遇到什麼事情，都能試著採用正確的方式來解決情緒的不適，和別人達成有效的溝通，快樂的過好每一天。</p> <p>◎珏妤： 打從出生那一刻人們對情緒需求的表達方式即是以哭來表示，然而我們在成長的過程中並非所有事情都是與生俱來，而是必須透過學習而來。當然！這門有關情緒的課程也不例外，然而透過非暴力溝通課程可以讓學生重新檢視自己，了解自己的情緒，覺察自己的情緒，引導孩子練習使用非暴力語言溝通技巧，進而學會尊重同儕間的特殊性以及更能理解他人的情緒感受，並且促進人際關係之間的和睦相處來說，這一門課不僅對學生而言，對老師來講，真的是一堂很值得投入學習又難得的機會。</p>			



<p><b>學生／家長 意見與回饋</b></p>	<p>◎501 縉翎：情緒管理非常重要，所以學校這一學期有舉辦一些有關認識情緒的活動，比方說，老師之前有給我們看一個關於情緒的報告；還有美勞課的舒壓粉彩，另外也有微笑角劇團來學校帶領我們做一些活動，這一系列的活動上我受益良多，相信透過這些活動，我們可以更進一步的認識情緒，對未來我們人際關係方面有很大的幫助。</p> <p>◎502 冠穎：老師在綜合課教的情緒管理，可以幫助我們來了解自己獨一無二的情緒，了解自己的情緒可以讓我們修正在當事情發生時當時的情緒，還有假設碰到那些不好的情緒時可以去控制住負面的情緒像是生氣，我覺得情緒管理可以讓我們更加控制自己的情緒。</p> <p>◎503 柏陞：我覺得這堂課讓我認識了許多情緒，還有了解我自己的情緒，也讓我知道情緒不只有喜、怒、哀、樂而已。這堂課讓我覺得很豐富、精彩，讓我知道原來情緒是多麼有趣，還讓我有這麼好玩的情緒課。這會不會讓我寫作能力更好。</p> <p>◎503 安怡：這次的情緒課程我的心得是開心，因為能讓我又多了解一些自己的情緒，也讓我的腦海中不只有喜、怒、哀、樂這四種情緒，還有一些我比較不認識的情緒，例如：驚嚇、平靜...等。這次的美勞課，也有用到關於情緒的課程，我覺得很有趣，希望下次還有像這種關於情緒的課程！</p> <p>◎502 雯靜：我覺得每個人的情緒不同，而且，情緒有分成很多種，例如：開心、生氣、平靜、害羞等等，都是很多人有的情緒。像我的情緒有時候會是平靜，因為我想要讓我自己學著放輕鬆，所以不要讓情緒來控制我們的生活，但我覺得上了情緒課，讓我知道怎麼緩和自己的情緒和別人的情緒。我上完這堂課，學習到了很多有關情緒的知識。</p>
<p><b>推廣與 宣傳效益</b></p>	<p>1.鼓勵老師、學生在面對挫折與壓力時，讓覺察情緒、感受情緒並表達情緒成為日常的 SOP 流程。在一系列的課程進行後，學生能將其所學運用於日常生活中，也能進而向家人推廣，增進家庭情感交流。</p> <p>2.各班能在班級角備置一套粉彩工具，藉由粉彩媒材的易入手性、體感性與和諧性，讓粉彩成為生活中紓解壓力與緊張的緩和劑。</p>
<p><b>課程實施 影像紀錄</b></p>	<p>(照片至少 10 張加說明，每張 1920*1080 像素以上，並另提供原始 jpg 檔)</p>



老師透過投影片說明情緒圖卡



學生聆聽老師說明後寫學習單



學生們分組進行情緒辭典的分類及討論



請學生上台完情緒賓果的分組活動



透過肢體律動來分解情緒，表演情緒

在非暴力溝通的課程中，學生樂在其中



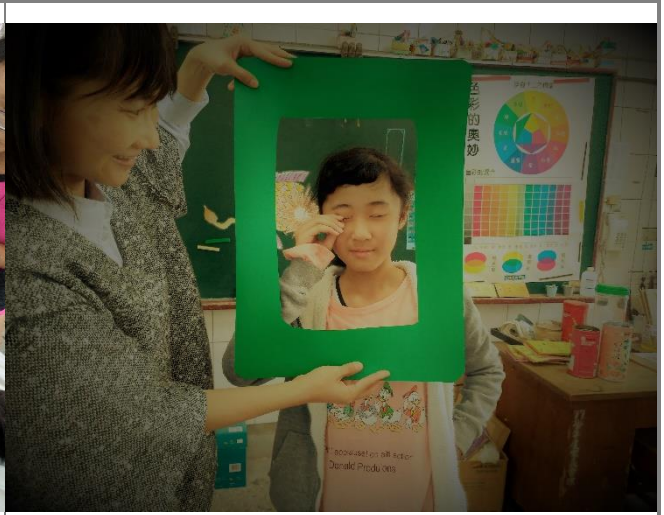
教師介紹新媒材的相關工具材料，並進行技法示範



分組討論透過情緒九宮格裡的情緒語詞所可能發生的日常事件，並上台分享



學生針對情緒九宮格進行討論,創造與情緒相關的事件情境



學生透過感受框表現出就抽到的事件內容進而引發的情緒感受



學生進行紓壓粉彩的創作

紓壓粉彩 班級：502 姓名：王品涵  
 一.在紓壓粉彩這堂課中，你最喜歡的材料或工具是什麼？請寫出二種。 +50  
 1.粉彩筆 2.紙膠帶  
 二.如果這二種材料或工具像你的一種情緒感受，你覺得是什麼？並用一句話形容它。  
 1.粉彩筆 像 安心 因為 不像粉蠟筆很粗且而粉彩筆是用刮  
 2.紙膠帶 像 充實 因為 摸起來黏黏得讓人感覺很充實。  
 三.請為自己的作品取一個超有感的名字。  
 奔跑的歡樂兔兔味。  
 請用 30 個字分享自己的作品或創作時的當下感受。  
 我的作品裡有一大片綠色的草地，兔兔們玩得很開心，當我在創造這張畫時我感受到這張畫讓我有滿足感，因為看到兔兔們玩得很開心，我就很有滿足感。

紓壓粉彩學習單

其他對於  
計畫之建議