

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫
113 學年度第一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： 新北市淡海國民小學

執行教師： 蔡歆怡 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
2. 著作權及肖像權使用授權書

美感智能閱讀概述

一、基本資料

辦理學校	新北市淡海國小
授課教師	蔡歆怡
教師主授科目	國語、數學、綜合
班級數	28 班
學生總數	776 名學生

二、課程概要與目標

課程名稱	情緒探險隊：從地圖到金句的心靈旅程				
報紙使用 期數及頁數	第 10 期，第 2-3、6-7 頁		文章標題	基本情緒圖鑑、情緒探索地圖	
課程融入 議題	☐ 性別平等教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 生涯規劃教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 閱讀素養教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 科技教育 ☐ 能源教育 ☐ 家庭教育 ☐ 品德教育 ☒ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 資訊教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 無特定議題 ☐ 其他_____				
施作課堂 (如：國文)	綜合	施作總節數	4	教學對象	☒ 國民小學 六 年級 ☐ 國民中學 _____ 年級 ☐ 高級中學 _____ 年級 ☐ 職業學校 _____ 年級

1. 課程活動簡介

本課程以「探索情緒世界，學會表達感受」為核心，透過創意與互動活動，幫助學生認識情緒、管理情緒，並表達自己的心聲。課程設計分為四大階段：

(1) 第一階段：共讀《安妮新聞》

透過選讀《安妮新聞》，認識基本的情緒圖鑑，從六種基本情緒出發，覺察悄暑出現的羅輯和規則，引導學生從事件、生理反應、表情、行為表現回顧自己最近感受到的情緒，並學習以文字記錄內心感受，激發情緒共鳴與反思。欣賞安妮新聞的版面和畫風設計，嘗試延續課程的畫作風格。

(2)第二階段：探索情緒地圖

學生參與情緒辨識與探索活動，從 A 情緒辨識小練習、B 如何表達情緒、C 複雜的情緒、D 自我理解、E 心理 OK 蹦，了解不同情緒的特徵、觸發原因及影響，並創作一幅專屬於自己的「情緒地圖」，以視覺化方式呈現內心世界。

(3)第三階段：心情折線圖、心理 OK 蹦

學生將回顧一週的生活點滴，記錄每日情緒狀態，並以折線圖形式呈現心情的高低起伏，幫助學生直觀分析情緒變化，學會察覺與調節自己的心情。從折線圖中選取一項情緒設計 OK 蹦：先檢視內在情緒，再以外自主方式，嘗試自我療癒。

(4)第四階段：創作情緒金句

學生根據自身情緒經驗，創作一句具有啟發性或智慧性的「情緒金句」，將情緒金句寫於彩虹冰棒棍上，透過多元的顏色象徵包容與尊重，並與同學分享，讓每個人的感受成為彼此的學習養分。

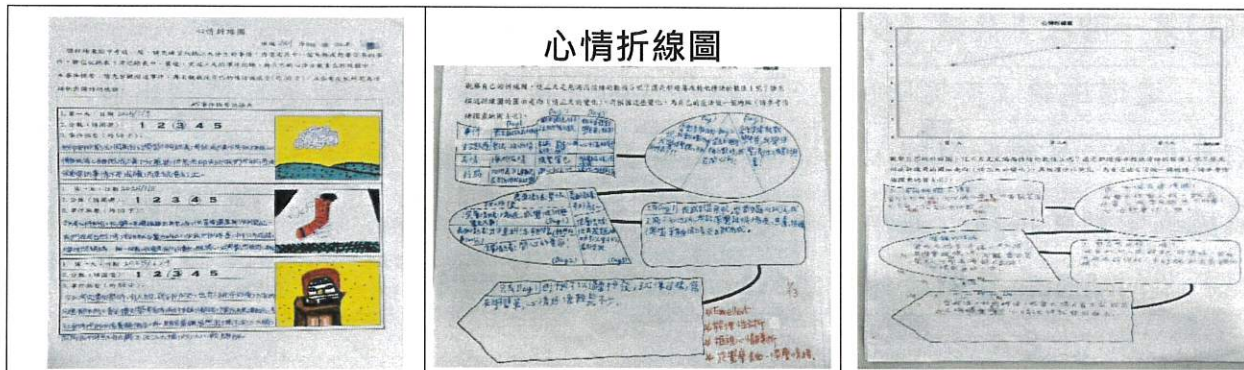
這堂課將透過閱讀、創作與分享，引導學生探索自己的情緒世界，培養健康的情緒管理能力，為心理成長奠定基石。

2. 課程目標

- (1)培養學生認識與表達情緒的能力。
- (2)提升學生的情緒管理技巧，促進心理健康。
- (3)透過創作活動，激發學生的自我探索與表達能力。

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果

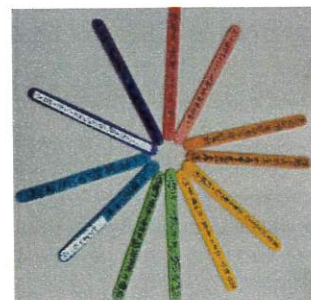


情緒 OK 蹦-接住自己，為自己療傷



情緒金句—

給自己、給別人
注入生活正能量



2. 課堂流程說明

第一階段：

1. 共讀安妮新聞
2. 欣賞版面和畫風

第二階段：

1. 探索情緒地圖
2. 完成情緒地圖

第三階段：

1. 心情折線圖
2. 心理OK蹦

第四階段：

創作情緒金句

3. 教學觀察與反思

(1)教學情境一：學生對於情緒議題討論熱烈

①創設安全開放的討論環境

確保學生在討論時感到舒適和安全，這樣他們才願意開口分享。可以設置小組討論或輪流發言的方式，讓每位學生都有機會表達自己，避免有學生感到被忽視或壓力過大。

②引導學生思考情緒的多樣性

透過設計有趣的情境模擬或角色扮演，幫助學生深入思考情緒的不同面向，並討論在不同情境下如何調節情緒。例如，模擬在學校或家庭中遇到挑戰時，情緒會如何反應，並討論應對策略。

③分享個人經歷與情緒故事

鼓勵學生分享自己曾經遇到的情緒挑戰和如何面對，這不僅能促進彼此的理解，還能讓學生感受到共鳴。教師也可以適當地分享自己應對情緒的經驗，作為榜樣。

④ 問題討論與引導式提問

設計開放式問題，讓學生能夠深入思考情緒的來源和影響。例如：「當你感到生氣時，有哪些方法可以讓你冷靜下來？」這類問題可以引導學生從不同角度來探索情緒，並分享他們的應對技巧。

⑤ 創意活動延伸討論

例如，讓學生製作「情緒日記」或「情緒地圖」，並在課堂上分享，這樣不僅能讓學生有機會表達自我，還能激發他們在討論中的創意和批判性思維。

⑥ 表揚積極參與的學生

對於積極參與討論的學生，給予讚賞和鼓勵，這樣可以激勵其他學生更加投入討論，營造正向的學習氛圍。

(2) 教學情境二：情緒表達困難的學生

引入情緒詞彙表和「情緒地圖」活動，幫助學生學習具體描述感受，並在小組討論中互相學習表達的方式。

(3) 教學情境三：心情折線圖與金句創作的挑戰

當部分學生在創作過程中感到無從下手，提供範例與指導，並鼓勵學生從簡單的感受記錄開始，逐步提升創作能力。

(4) 未來的教學規劃：

① 深化課程內容：增加更多情緒相關的故事與案例，讓學生更全面地學習辨識和管理情緒。

② 融入角色扮演或模擬情境：幫助學生在真實場景中應用情緒調節技巧。

③ 跨學科結合：與藝術、語文課結合，透過繪畫、寫作等形式，加強學生對情緒的理解與表達。在健康教育中加入心理學基礎知識，讓學生更具系統性地學習情緒管理。

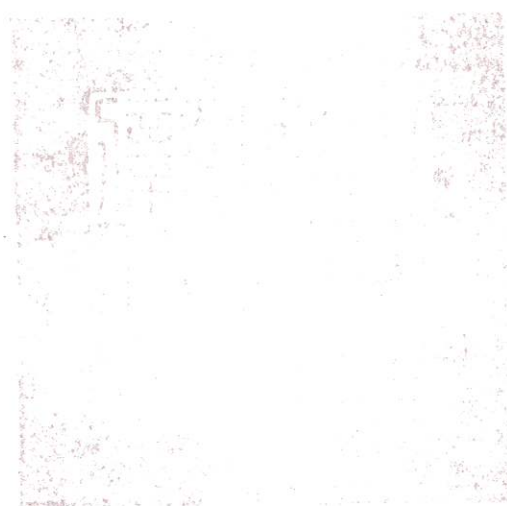
⑤ 家校合作：設計「情緒金句展示牆」，邀請家長參與分享和交流，促進家庭情緒教育的同步進行。

(5)教學者的感動：看見學生從最初對情緒的陌生，到逐漸能用自己的語言說出「我覺得很開心」「我今天有點失落」，這種成長令人深深感動。在金句分享環節，學生真誠地表達自己的內心，如「難過不是失敗，而是讓我更勇敢」，讓人倍感欣慰。

(6)學生的回饋

- ①「我以前從來沒想過畫一張地圖可以認識自己，這堂課好有趣！」
- ②「我學會了用心情折線圖記錄自己的感受，這樣我可以發現自己哪天情緒特別低，然後告訴自己沒關係。」
- ③「情緒金句讓我覺得自己的感受也可以是智慧，我還跟家人分享了我的創作。」

透過學生的回饋，讓人更加堅信情緒教育的重要性，未來將繼續優化課程，陪伴學生成長！



中華書局