


星心學苑品格教育教學活動設計

核心主題	負責	單元名稱	壞心情	課程時間	80 分鐘	
單元目標	一、了解壞心情對自己及他人的影響 二、學會逆向思考，壞心情不再來。					
課程內容				進行時間	教學資源	
活 動 流 程	教材簡介	<p>《壞心情》簡介：</p>  <p>一隻獾在醒來時，覺得心情很不好，在想了想之下，決定讓大家都知道他的壞心情，於是甩了門出去，開始他一天的散步。</p> <p>面對朋友們-浣熊、鹿、老鼠、狐狸、野兔、松鼠等熱情的招呼，獾一率惡言相向，態度粗暴，讓大家都感染到他的壞心情。</p> <p>在惹惱所有朋友之後，獾藉由工作恢復了好情緒，卻讓他人陷入了壞心情，並嚐到別人粗暴態度的回應。明白自己行徑的不當，獾決定做一件事，希望可以消除大家的怒氣，讓壞心情變好……。</p> <p>文/莫里茲·培茲 圖/艾美莉·賈可斯基 譯/沙永玲</p>				
	引起動機	<p>第一堂課</p> <p>◎畫心情話心情：(可擇一進行)</p> <p>讓小朋友畫下此刻的心情，並加以簡單描述。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 於黑板或紙張上作畫。(畫) 2. 用實物來表達抽象的心情。(畫) 3. 運用兩個字的形容詞來說明心情。例如：生氣、開心、煩悶、難過、喜悅……。(話) 			10 分鐘	

發展活動	<p>一、繪本導讀：</p> <p>1 以繪本說故事方式進行。</p> <p>2. 以 PPT 放映。</p> <p>二、內容提問：</p> <p>1. 睡醒後的獾，覺得如何？ 答：心情很壞。</p> <p>2. 吃完早餐的獾，決定做什麼事？ 答：讓每個人都知道他的壞心情。</p> <p>3. 獾如何回應對他打招呼的朋友？ 答：口氣不佳、態度粗暴。(好什麼好，不干你的事)</p> <p>4. 獾的壞心情如何消失了？ 答：在花園工作時，憑空不見了。</p> <p>5. 朋友們如何對待發過脾氣的獾？ 答：浣熊說：離我遠一點。 狐狸大叫：滾蛋。 松鼠朝他丟了一顆堅果。 老鼠和野兔對他大聲咆哮。</p> <p>6. 為什麼大家都對獾的態度不好？ 答：因為獾對每個人都不客氣，惹火了朋友。</p> <p>7. 獾對於大家的不友善感到如何？ 答：難過。</p> <p>8. 反省後的獾，決定做什麼事？ 答：舉辦派對，向大家道歉。</p> <p>9. 朋友們如何回應獾的道歉？ 答：以微笑接受，並一起歌舞同樂。</p> <p>10. 你會怎樣處理自己的壞心情？結果如何？ 答：依個人作答。</p> <p>11. 你會怎樣面對他人的壞心情？結果如何？ 答：依個人作答。</p> <p>結語：壞心情不僅讓自己難受，更容易傷害到周遭的人。妥善處理自己不佳的情緒，並能避免影響他人，是一種負責任的態度與絕佳表現。</p> <p>第二堂課</p>	<p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p>	<p>繪本 PPT</p>
	<p>延伸活動：</p> <p>一、繪本回顧：</p> <p>1. 利用故事接龍，回顧繪本內容。</p> <p>2. https://www.youtube.com/watch?v=AUi8_xtXlq4 幾米的逆向思考 (轉換心情)</p>	<p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>網路 影片</p>

		<p>二、延伸遊戲—心情逆轉勝：</p> <p>1. 教學準備：</p> <p>(1) A4 紙張，可參考附件。</p> <p>(2) 請小朋友準備一枝筆。</p> <p>2. 進行遊戲「心情逆轉勝」。觀察同學對其他同學的壞心情是否有轉換心情的建議方式。</p> <p>3. 遊戲方式：</p> <p>(1) 發下 A4 紙張(可參閱附件)，請每位同學寫下一項自己最容易產生壞心情的情況，完成後將紙張放置桌上。</p> <p>(2) 視教室空間，將桌椅排成方形或圓形。</p> <p>(3) 利用大富翁玩法，從起點開始(安排一個空位當做起點)，每人以擲骰子方式前進，到達某人的位子時，必須寫下為其轉換壞心情的想法或方式。</p> <p>(4) 請小朋友陸續擲骰子前進，最後必須擲出剛好到達起點桌子的點數，才算過關，否則要繼續重新向前進。重覆到過的位子，可以不必再次作答。</p> <p>說明：a. 如最後剩三格回到起點，必須擲出剛好三點，若擲出三點以上則繼續前進。</p> <p>b. 若有同學無法擲出剛好回到起點的點數，請老師予以鼓勵或設定最多繞三、四圈即可，以避免有漏掉未獲得他人想法的單子。</p> <p>c. 若擲到自己的位子為「機會」，可再擲一次骰子。</p> <p>※過關者，可獲點心一份或其他獎勵；快速通關者，可鼓勵其再闖關一次。</p> <p>※逆向思考：功課多-表示自己能力強 有不喜歡的食物-不會餓肚子 被人告狀-表示有人關心你 學習不佳-表示有進步的空間</p> <p>※若有多餘時間，可將遊戲後的心情紙張，做繪圖裝飾。</p> <p>結語：快樂的獲得，在於心之所想；改變想法，轉換心情，快樂無所不在。</p>	25 分鐘	A4 紙張 (如附件) 、 骰子一顆
--	--	--	-------	-----------------------------



我是 _____

每當我 _____

_____ 心情就不好！

同學的建議

我覺得，你可以 _____

_____ 讓心情變好喔！

我覺得，你可以 _____

_____ 讓心情變好喔！

我覺得，你可以 _____

_____ 讓心情變好喔！

我覺得，你可以 _____

_____ 讓心情變好喔！

我覺得，你可以 _____

_____ 讓心情變好喔！

我覺得，你可以 _____

_____ 讓心情變好喔！