**「讓我們童在一起學情緒」教案表-第七講**

編者：IRIS CHEN陳奕臻

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 全力以赴不好勝 | 課程時間 | 40分 |
| 課程對象 | 五年級11歲同學 |
| 課程目的 | * 讓孩子學會堅持努力達成目標，但也要留意不要讓好勝心影響到人際關係及自己的壓力
 |
| 事前準備 | * 靜心音樂(上課前等全班到齊的同時播放)
* 投影片

20分鐘影片<https://www.youtube.com/watch?v=k75Mid3XeIM>學習單33頁 |
| 項目 | 流程說明 | 投影片頁數 | 負責 |
| 開場1分鐘 | 請問同學上次生活實踐情形, 有跟班導領到貼紙的請舉手邀請分享。 | p.2 | 晨光媽媽 |
| 省思3分鐘 | 請同學們針對投影片上五個問題作答，我們先不對答案，也不須和別人核對。待會就可以揭曉。 | p. 3 | 晨光媽媽 |
| 影片欣賞6分 | 在我們公布解答之前, 我們先來看看小恐龍本週發生什麼事？播放1’33”~7’24”  | p.4 | 晨光媽媽 |
| 省思3分 | 告訴全班同學，這是現場小朋友們腦力激盪寫出他們心目中認為會有輸贏的事，說說看你的想法 | p.5 | 晨光媽媽 |
| 影片欣賞2分 | 播放10”13”~ 12’08” 老師說對輸贏認知如果不對，就會讓自己有多餘的不愉快，因而造成自己在班上沒有朋友，上學壓力很大，不愛上學。 | p.6 | 晨光媽媽 |
| 省思2分 | 總結克服好勝心強的方法 | p.7 | 晨光媽媽 |
| 影片欣賞3分 | 來對自己的答案吧。播放13’08”～15’27” | p.8 | 晨光媽媽 |
| 省思2分 | 總結好勝心強的人的優點跟缺點 | p.9~10 | 晨光媽媽 |
| 影片欣賞6分 | 播放影片18’24” ~ 23’05” , 來看現小朋友們會怎麼做 | p.11 | 晨光媽媽 |
| 省思2分 | 復習影片重點：好勝心過強的處理方法 | p.12 | 晨光媽媽 |
| 生活實踐1分 | 提醒孩子們若有練習“全力以赴不好勝”技巧的孩子可以簡單描述在第七頁，下次上EQ課前交過來跟班導領取獎勵貼紙。 | p.13 | 孩子 |
| 省思10分 | 帶請孩子們完成學習單p 33 | p.14 | 班導 |
| 備註 |  |  |