



教育部跨領域美感教育卓越領航計畫

合作學校創課方案(4.2 版)

114 學年度 第 2 學期

學校全銜	新北市淡水區淡海國民小學
申請類別	☐ 標竿學校 ☒ 種子學校
創課方案名稱	情緒感知實驗室——我的情緒怪獸
團隊成員	藝術類教師： ■視覺藝術/美術：<u>邱紫宜、張作亘、黃郁恬</u> ■音樂：<u>陳亭潔</u> ■表演藝術：<u>謝昱萱</u> 非藝術類教師：<u>詹志偉（資訊）、簡大仁（自然）、藝術社群夥伴們</u> 其他人員：<u>（輔導室）</u> 總人數：10
實施對象	■國小：<u>四、五</u>年級 ☐國中：<u> </u>年級 ☐高中/職：<u> </u>科<u> </u>年級 參與班級數：<u>普通班 4</u> 參與總人數：<u>100</u>
課程屬性 (可複選)	■必修課程 ☐選修課程 ☐校本課程 ☐雙語課程 ☐其他：
創課方案來源	■創新課程（為全新自創之跨領域方案） ☐精進課程（延續之前跨領域方案內容，但加以聚斂優化） ☐延伸課程（依據之前跨領域方案走向，但延伸擴充之） ☐其他：<u>如改編自其他美感教育計畫方案</u>
學生先備能力	1. 能辨識並說出開心、生氣、難過等基本情緒詞彙。 2. 能使用鉛筆進行簡單的草稿繪製，並有初步的形狀構圖觀念。 3. 已認識基本色相，並具備色彩與特定情感連結的初步生活經驗。 4. 能透過想像力將抽象概念（如：快、慢、重、輕）轉化為簡單的動作表現。 5. 理解光的特性，具備操作手電筒調整光源位置以改變影子大小的能力。

跨領域美感
課程架構圖



課程發展理念

淡海國小為新設學校，學生多自他校轉入，形成背景多元的「大融合」社會縮影。多元文化雖帶來交流契機，卻也常因價值觀差異與情緒識讀不足引發衝突。本計畫旨在引導學生掌握情緒詞彙與辨識能力，使其能以正向、合作的態度化解衝突，在差異中學會尊重與包容。基於此，本課程方案以「情緒感知實驗室」為名，引導學生以不同的藝術方法觀看及表現情緒的樣子，進而達到同理與自我理解的練習。

※請參閱跨領域美感課程模組核心內涵 4.2 版，勾選課程對應之跨領域美感素養(可複選)，並依課程設計相關程度排序。

跨領域
美感素養

跨領域美感素養	勾選欄	排序欄 (1 為相關程度最高，以此類推)
1.美學思辨與覺察省思	■	1
2.符號識讀與脈絡應用	■	2
3.藝術參與及社會行動	□	
4.設計思考與創意發想	■	5
5.數位媒體與網絡掌握	□	
6.文化跨域與多元詮釋	■	4
7.藝術探究與生活實踐	■	3
8.其他：(請自行填寫)	□	

跨領域
課程類型

※請參閱跨領域美感課程模組核心內涵 4.2 版，勾選課程對應之跨領域課程類型(可複選)，並依課程設計相關程度排序。

跨領域課程類型	勾選欄	排序欄 (1 為相關程度最高，以此類推)
1. 活化型課程	□	
2. 議題式課程	■	1

	3. 窗外式課程	☐				
	4. 交集性課程	☐				
	5. 學校本位課程	☐				
	6. 混成式課程	☐				
	7.其他：(請自行填寫)	☐				
跨領域內涵	■藝術科目：視覺藝術、表演藝術 ■非藝術科目：資訊、自然科學 ■融入之議題：情緒教育、多元文化 ☐ 其他：_____					
美感元素 與美感形式	美感元素 ■視覺藝術：■點 ■線 ■面 ☐ 空間 ■構圖 ■質感■色彩(含色相、明度與彩度) ☐ 音 樂： ☐ 節奏 ☐ 曲調 ☐ 音色 ☐ 力度 ☐ 織度 ☐ 曲式 ■表演藝術： ☐ 聲音 ■身體 ■情感 ☐ 時間 ■空間 ☐ 勁力 ■即興 ■動作 ☐ 主題 美感形式 ☐ 均衡 ■和諧 ■對比 ☐ 漸層 ■比例 ☐ 韻律 ☐ 變奏 ■反覆 ☐ 秩序 ☐ 統一 ☐ 單純 ■虛實 ☐ 特異					
本期發展重點 (其他議題請參照 課程模組 4.2 核心 內涵)	■聯合國永續發展目標 (SDGs)： ☐ A.消除貧窮 ☐ B.終結飢餓 ☐ C.健康與福祉 ☐ D.優質教育 ☐ E.性別平等 ☐ F.淨水與衛生 ☐ G.可負擔的永續能源 ☐ H.就業與經濟成長 ☐ I.永續工業與基礎建設 ☐ J.消彌不平等 ☐ K.永續城鄉 ☐ L.責任消費與生產 ☐ M.氣候行動 ☐ N.永續海洋與保育 ☐ O.陸域生態 ■P.制度的正義與和平 ■Q.永續發展夥伴關係					
	■社會情緒學習 (SEL)： ■甲.自我覺察 ☐ 乙.自主管理 ■丙.社會覺察 ■丁.人際技巧 ☐ 戊.負責任的決定					
	☐ 其他議題： 如 108 課綱十九項議題 ☐ 無					
學習活動設計						
(依實際課程之主題數、課程目標與單元數逐一增列撰寫)						
學習活動內容與流程		跨領域美感素養(依前述跨領域美感素養表格代碼 1-8 填寫)	本期發展重點(依前述本期發展重點表格SDGs代碼 A-Q /SEL 代碼甲-戊填寫)			
主題(一)名稱：怪獸召喚術 單元 1 名稱：情緒怪獸在哪裡？ 課程目標：練習覺察自身情緒訊號，將抽象感覺轉化為情緒怪獸草圖。		1, 4	甲.自我覺察 丙.社會覺察			

實施節數：2 節 一、導入活動 1. 透過繪本《注意！情緒怪獸來襲》建立情境，引導學生辨識身體訊號。本書主要藉由將各種情緒化為形象鮮明的怪獸，帶領孩子從敞開心房接納牠們，到學會理解不同的情緒怪獸所代表的意義。（備案：《情緒怪獸》） 2. 延伸討論：「大家來到學校，有沒有發現每個人其實都帶著一位『隱形好朋友』來上學？這位朋友有時會突然大叫、有時會躲起來不說話。現在，邀請大家一起當個情緒小偵探，觀察看看：當你跟同學意見不一樣、感覺心裡有點悶悶的時候，你的身體會發出什麼祕密訊號？」 二、開展活動 1. 提供數個貼近生活的例子，引導學生繪製專屬情緒怪獸： (1) 卡通《腦筋急轉彎》：角色樂樂、憂憂或怒怒，他們有自己的顏色和工作。你的怪獸有沒有專屬的衣服或道具？ (2) 天氣：生氣時像雷雨，平靜時像躺在吊床上的雲朵。你的怪獸會長得像一朵烏雲，還是暖暖的太陽？ (3) 質地：把身體的感覺變造成怪獸的零件。比如生氣時拳頭硬硬的，怪獸就可以有一雙大大的石頭拳頭；緊張時心跳很快，怪獸的肚子上可以設計一個正在咚咚響的小鼓。 (4) 線條：畫出一顆大大的心，在裡面用不同的線條和圖案填滿。生氣時可以用紅色的鋸齒線，平靜時可以用綠色的波浪線，讓顏色和線條幫你說話。如果你現在的心情很複雜，可以用不同顏色的線條表示你各種混雜的情緒。 2. 教師引導語：「每個人心裡的怪獸都長得不一樣！我們可以參考這些靈感來畫出你的怪獸。」 三、綜合活動 1. 學生兩兩一組或徵求自願者上前，介紹自己怪獸的名字與特殊能力。（如：它的大耳朵可以聽我訴苦） 2. 教師總結：「情緒沒有好壞，只有適當與否，看見它就是照顧自己的開始。」		
單元 2 名稱：拼出怪獸的家——複合媒材與馬賽克 <u>課程目標：運用馬賽克工序，將情緒小怪獸具象化，建立心理修復與物質化抒發管道。</u> 實施節數：2 節 一、導入活動 介紹情緒怪獸「家」的組成，包含木板與馬賽克等媒材。 二、開展活動 1. 運用雷雕技術將單元一設計的怪獸草稿精準轉化為「木質底板」，即為怪獸的家。引導學生理解這是一個穩固的「情緒容器」，能幫我們接住亂糟糟的感覺。 2. 學生在木質底板內圈，依據情緒色彩挑選馬賽克磁磚，並使用保麗龍膠進行黏貼。 3. 再次運用雷雕技術，將學生的怪獸形象刻製為透明或半透明的「壓克力材質」小怪獸。壓克力的通透感與馬賽克的厚實感形成對比，象徵情緒既真實又流動的特質。	2, 4	甲. 自我覺察

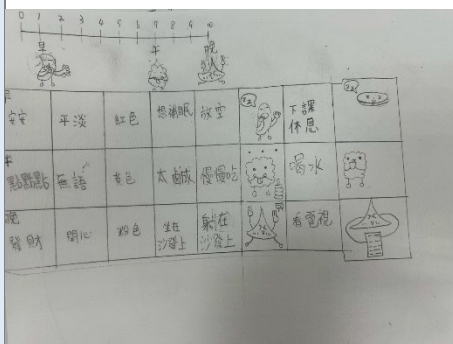
4. 將完成的壓克力小怪獸放置於馬賽克底板的內圈中心，並完整組裝。 三、綜合活動 分享在拼貼與組裝怪獸家時，如何感受到心情從碎片慢慢變成完整的守護者。		
單元3 名稱：情緒光怪劇場——光影與肢體的對話 <u>課程目標：連結光學特性，運用劇場光影效果與肢體表現抒發情緒強度，引導同理共感。</u> 實施節數：2 節 一、導入活動 連結自然 4 上單元 2「光直線行進」，教師以手電筒展示影子，並引導學生思考「影子從哪裡來？」、「光有什麼特性？」 二、開展活動：光影探究實驗 1. 全班分組，透過實際操作複習銜接先備經驗，包含調整光源照射物體（如影偶、身體）的不同角度、距離與反射效果。 2. 各組實驗操作光源、鏡面、紙板等物件，觀察並記錄影子變化。 3. 引導學生歸納出：(1)光線被遮擋會產生影子；(2)改變光源位置可改變影子形狀與大小；(3)利用反射可製造特殊效果。 4. 教師分享及示範不同的表演案例，如生氣時影子像「火焰一樣爆炸」的動作；或害怕時影子「變得縮小」的瑟縮動作。 三、開展活動：說故事劇場——團體情緒怪獸堆疊 1. 老師先示範一個「生氣」核心（手握拳），請一位學生加入一個「害怕」的翅膀（手顫抖），再請一位加入「平靜」的尾巴（慢速擺動）。 2. 學生不編寫劇本，而是以「加法」概念進行。組員 A 先上場展現一種情緒影形；組員 B 觀察後，思考如何「疊加」自己的情緒部件，使怪獸長出新的手腳或特徵。 3. 小組成員練習一個接一個加入影子戲台，最後組成一隻具備多重情緒能量的「團體大怪獸」，並透過平板拍攝紀錄。 四、綜合活動 各組展示堆疊出的過程和怪獸靜止畫面，並向全班介紹怪獸的特性與個性。	6, 7	丁.人際技巧 Q.永續發展夥伴關係
單元4 名稱：從同理開始：淡海怪獸出沒啦！ <u>課程目標：透過彩繪與書寫，引導學生反思團體中不同情緒的碰撞，並在多元背景下建立尊重差異、與情緒「共好」的意識。</u> 實施節數：2 節 一、導入活動 1. 教師展示過去課堂上的影像紀錄（從馬賽克到光影劇場）。 2. 發下上節課程光影呈現的紙本作品，請同學揀選，找出自己有感覺的一張照片。 二、開展活動：記錄我的情緒怪獸 1. 這張照片中有一隻情緒怪獸，他可能的外型、個性和特徵等，請學生用色筆加工，把怪獸的樣貌畫出來。 2. 情境：<u>假設今天這隻怪獸是我的同班同學</u>，並提出以下問題，請同學們互相討論、回饋並記錄下來： (1) 校園小麻煩：當怪獸走進教室，你覺得牠在和同學相處或上課時，可能會遇到那些困難或誤會？ (2) 神隊友助攻：如果你是牠的好朋友，你會對牠說什麼話	6, 7	丙.社會覺察 P.制度的正義與和平 Q.永續發展夥伴關係

	或做什麼貼心舉動來幫牠？ (3) 情緒充電站：每隻怪獸就跟我們人類一樣，都有一個可以放鬆充電的地方。你覺得當怪獸有些情緒時，校園哪個角落最能讓牠安心？我們可以怎麼幫牠平復心情？ (4) 怪獸與我：看看這隻怪獸，你覺得自己有時候哪裡也和牠有點像呢？（如：容易害羞或生氣）開展活動：啟動我的怪獸卡（校園情境練習） 三、綜合活動： 1. 學生完成後，開放有意分享的人上台分享自己的怪獸，以及身為怪獸同學的相處之道。 2. 教師收斂：我們之所以會用怪獸稱呼牠們，是因為他們有不同於人的地方。但現實是，每個人都是獨一無二的，班上有些人天生長的不一樣、有些人的個性(像是比較容易緊張、生氣或愛哭等)，也有可能我自己就是那個最特別的人，於是當我們遇到不同的特質與情緒碰撞時，能不能像對待自己的小怪獸一樣，多一點理解、多一些空間，用我們想好的貼心策略，陪伴彼此一起在校園裡安心成長呢？		
評量方式(請參見跨領域美感課程模組核心內涵 4.2 版，並詳述之)： 一、實作評量： 1. 能繪製出具備特定情緒特徵（如線條、色彩、零件）的小怪獸草圖。 2. 正確使用雷雕技術產出的木質地板，並完成馬賽克色彩拼貼與壓克力怪獸組裝。 3. 能運用肢體堆疊技術在影窗上展現團體怪獸，並正確操作光源與鏡面反射。 二、口語評量：能上台發表怪獸的名字、特色與相關定義。 三、學習單： 1. 能標註顏色、動作所代表的情緒意義。 2. 能在校園情境題中，能彈性運用自己的怪獸特質來有效解決衝突。 四、觀察評量： 1. 觀察學生在繁瑣的馬賽克拼貼工序中的穩定度與耐心。 2. 觀察學生在光影劇場中與同儕的溝通、配合與對他人情緒的同理展現。			
教學省思	1. 由於本方案為第一次實施，在「怪獸召喚」與「光影劇場」等階段，發現學生的引導過程順序仍有調整空間。未來可調整引導步驟，好讓學生更容易把自己內心的真實感受表述出來，避免討論僅停留在小組、紙本記錄，或流於僅有部分學生發表的現象，以達到更全面的自我覺察與全員參與。 2. 課堂中所創作的雖然是「情緒怪獸」，但這些怪獸的形象實則源自學生內在的一部份。藉由馬賽克拼貼與光影肢體，將抽象情緒「具象化」後，怪獸變得更容易被觀看與討論。學生在討論「牠」的過程中（如理解害羞的樹葉怪、容易碰撞他人的千手怪），能有效練習同理心，進而回頭感受、接納自己的獨特與情緒。 3. 當情緒怪獸的形象建立後，極適合延伸更豐富的藝術活動，例如進一步的戲劇表演、肢體即興、或嘗試其他複合媒材的立體製作。透過跨領域藝術形式的反覆加強，能更深化學生對於情緒識讀與社會情緒學習（SEL）的體驗，讓美感與情緒教育在校園生活中持續共好。		
學生/家長回饋	1. 周○：我的「怪鳥」不會說話，沒辦法交朋友，還常常把別人拍飛、打人。如果我是牠朋友，我會讓牠在我手上到處走走，安慰牠說「大家都沒有翅膀，學校你最特別。」 2. 王○鈞：有人會把「樹葉怪」當成草叢，然後就踩到牠，而且牠因為喜歡躲在草叢，又長得像草叢，所以哭得時候不容易被看見。我會提醒牠，不		

要在草叢附近，以免被踩到。我覺得我和牠都很害羞，一樣不敢上臺。

3. 張○睿：「千手怪」有很多手，容易打到人。牠甩手臂時會打到人，也和我一樣；牠生氣會打人，我也會在生氣的時候打人。如果我是牠朋友，我會跟牠說「如果你玩鬼抓人，一下就被你抓到了！」
4. 謝○宇：我的「飛車大王」走路比一般人跑步還快，會撞飛別人。當牠有些情緒時，可以去空曠的草地，這樣不只不會撞到別人，還可以安靜下來。牠和我也很像，因為我有時候會撞到別人，讓別人不開心。
5. 張○紘：當怪獸有些情緒時，我會帶我的怪獸去水管（校園遊具），因為那邊很有安全感。牠跟我都有個共同點，是同班同學和生日一樣。
6. 李○芸：當怪獸有些情緒時……可以去廚房做飯。她喜歡做飯，因為做完之後很有成就感！我和她很像，就是愛做飯，尤其是用平底鍋的食物。

(照片 6-10 張加說明，每張 1920*1080 像素以上，並另提供原始 jpg 檔)



左圖：記錄一天當中不同時段的心情和情緒；

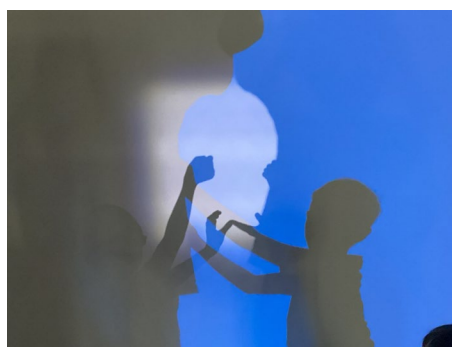
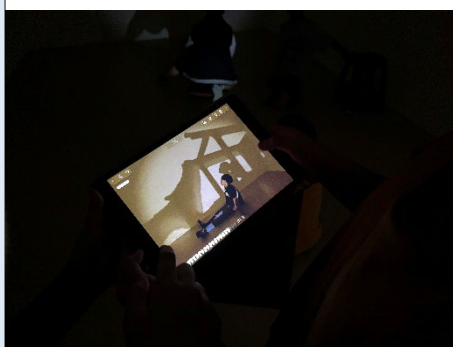
右圖：「拼出怪獸的家」學生作品。

影像紀錄



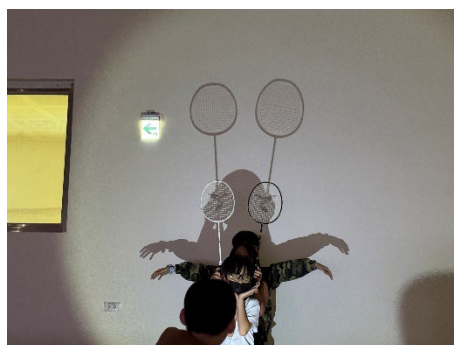
左圖：實驗操作光源、鏡面、紙板等物件；

右圖：呈現團體情緒怪獸。

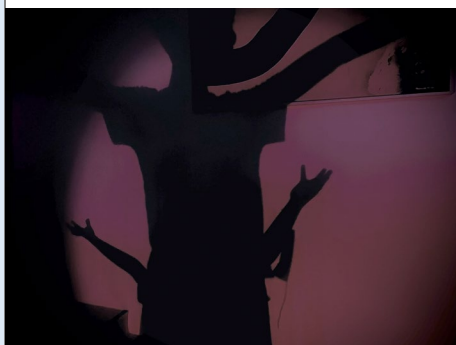


左圖：實作過程中用平板紀錄；

右圖：嘗試變換光的顏色。



上圖：呈現團體情緒怪獸。



左圖：呈現團體情緒怪獸；

右圖：發下上節課程光影呈現的紙本作品，請同學揀選，找出自己有一感覺的一張照片。

其他對於
本計畫之建議