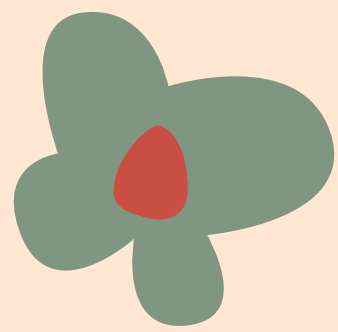




我的情緒

當碰到挫敗時，往往第一個衝出來的情緒是憤怒、悲傷。
如何使學生學會調節內在感受，避免後續行為被情緒牽著走？
從「認識情緒」開始，透過自我覺察，學會表達感受並練習走出情緒
困境，將更容易形成有自信、同理他人的正向性格！

建議搭配教材單元：

#Feelings

#Emotions

- Everybody Up 2/e B2U1. B5U1
- Big English 2/e B1U3. B3U6
- Oxford Discover 2/e B2U7. B2U13. B5U6



影片連結

Watch Your Feelings

-ahmed elshraby

學生在建立自信、成長的過程中，常常將自己與他人比較。

此部動畫短片以簡單明瞭的故事情節，解釋了「嫉妒」、「恨意」等抽象情緒，同時也說明情緒本身沒有對錯，而是情緒當下的行為有可能會影響、傷害到他人。

推薦老師可以在播放一次影片後，詢問學生在影片中看到的情緒，之後全班再看一次，或許會有不同的答案喔！

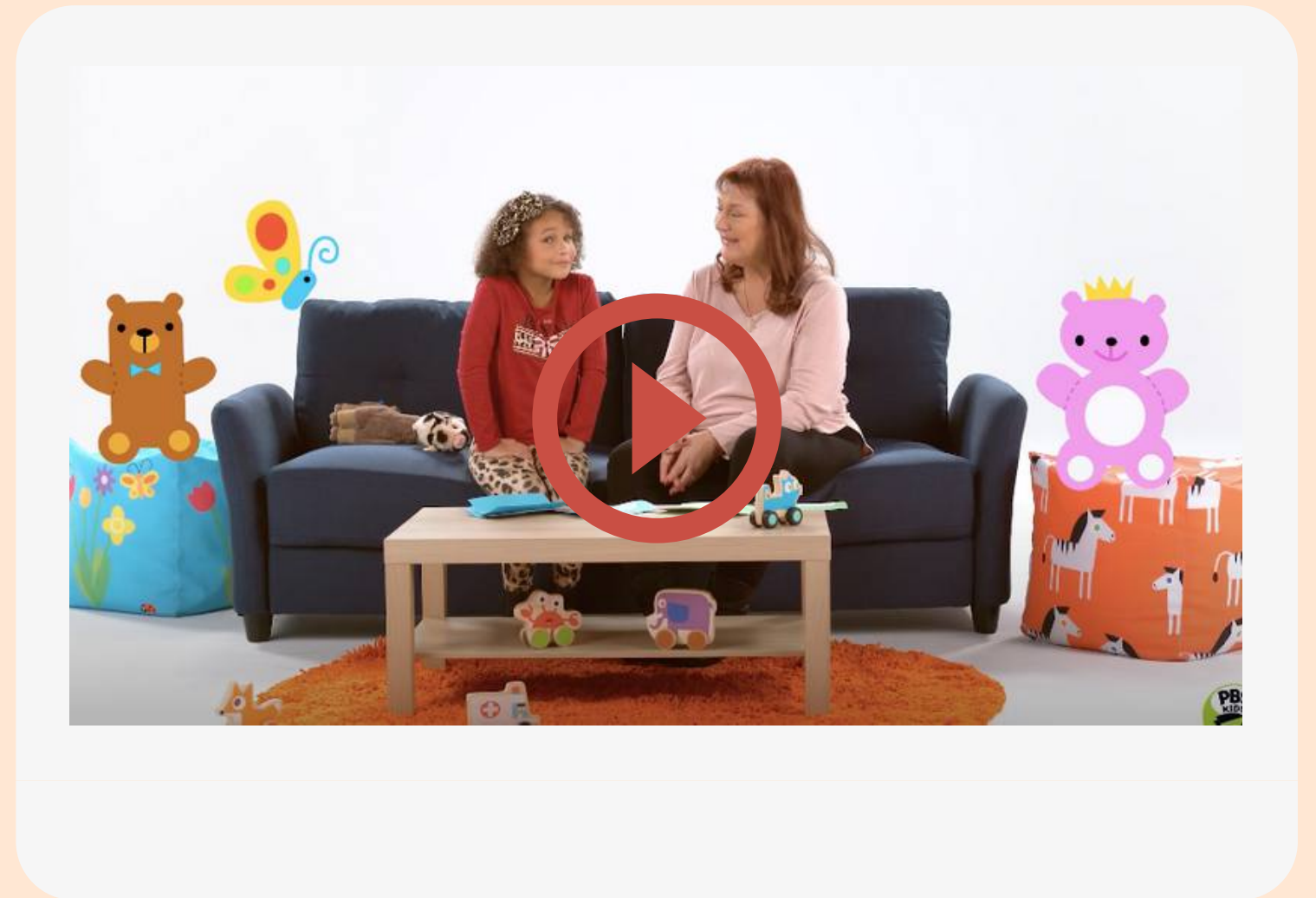
PBS KIDS Talk About : Feelings & Emotions!

-PBS Kids

世界各地的小孩認為情緒是什麼？面對負面情緒，他們運用什麼樣的方式抒發、宣洩呢？

此部影片邀請不同家庭一起來聊聊情緒，小孩對於情緒的見解十分令人印象深刻！

推薦老師可以作為課程後的影音延伸資源，可以開啟CC字幕或是放慢播放速度，讓學生一步一步慢慢跟上喔！



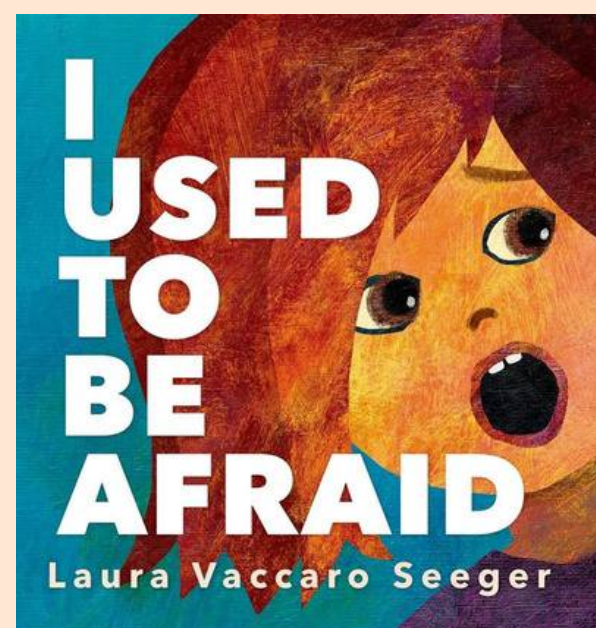
影片連結

還能和學生一起看...

敦煌書局
CAVES BOOKS

CAVES
CONNECT

害怕及恐懼



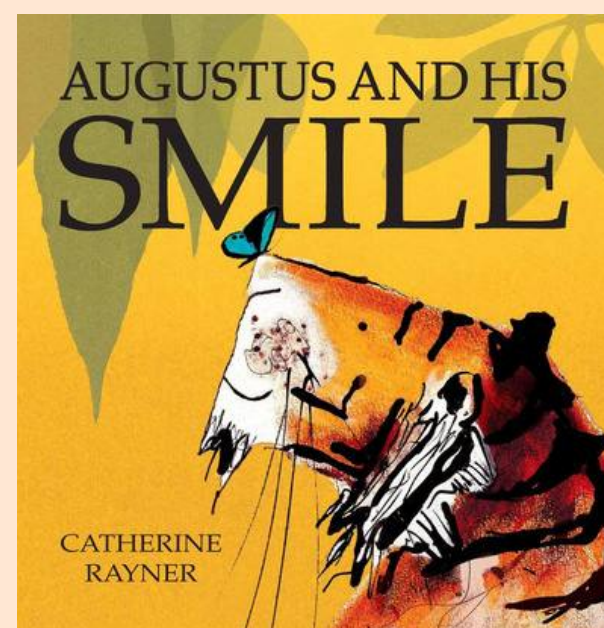
#以新奇的眼光看待恐懼

I Used to Be Afraid

ISBN: 9781596436312

詳細資訊

重拾笑容



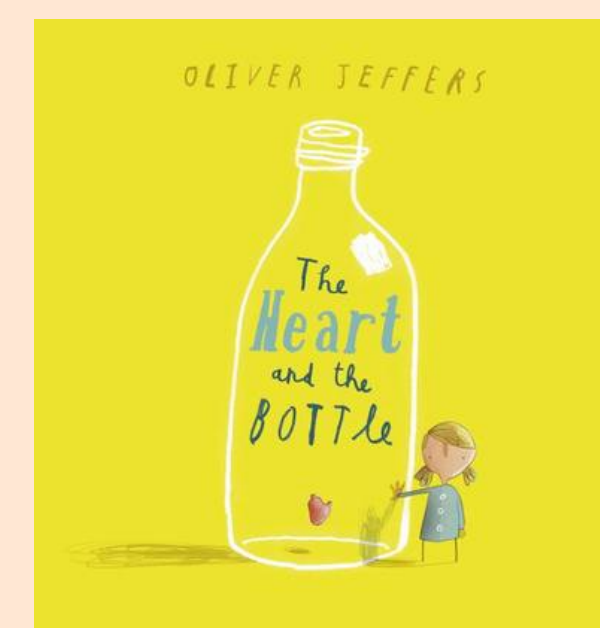
#一趟尋找快樂的旅程

Augustus and His Smile

ISBN: 9781845062835

詳細資訊

「失去」的心情



#受傷的心靈怎麼修補？

The Heart and the Bottle

ISBN: 9780007182343

詳細資訊

看更多嚴選繪本！



超過600冊主題繪本選書・適齡推薦

焦點繪本選書・掌握學習趨勢 | 文章影音多元資源・閱讀不孤單



英語繪本屋

— ENGLISH —
PICTURE BOOKS

