

EQ 教育「我是解題高手」 課程計畫

改編者、選編者	台灣芯福里情緒教育推廣協會
教材來源	台灣芯福里情緒教育推廣協會 EQ 武功秘笈系列課程叢書 「我是解題高手」課程教案
背景分析	情緒粗暴脫序、自尊脆弱低落、人際緊張衝突、解決問題能力匱乏，似乎是現代人的一般寫照。隨之而生的是社會治安惡化、青少年犯罪問題日益嚴重、兒童則普遍比過去的年代更加孤單、憂鬱、衝動、易怒。這是一個 EQ 普遍低落的年代，而且每況愈下。因此，EQ 教育刻不容緩，EQ 之育成是教養及教育相當重要的任務之一。
學期學習目標	1.了解解決問題的重要性、2.了解解決問題的步驟與策略 3.能區分客觀事實與主觀意見、4.養成良好的思考習慣與解決問題技巧。

起 訖 週 次	起訖 日期	單元活動主題	單元 名稱	分段能力指標	單元學習目標	教學 節數	教學 資源	評量方式	重大議題 融入
一	自填	<ul style="list-style-type: none"> • 開場白 • 思考故事 • 學習手冊使用說明 • 解題考驗 • 三國演義闖關活動 • 錦囊妙計 • 我的武功門派（解決問題類型及向度） • EQ 武功秘笈－忍者衝動控制術 • 課程回顧 	第一單元 ：我會想辦法	綜合 1-3-5 綜合 1-3-6 綜合 2-3-3 性平 2-3-5	<ul style="list-style-type: none"> • 體會解決問題能力之重要性 • 認識解決問題之步驟與關鍵態度 • 了解自己所屬的解題類型 • 學會控制情緒衝動的方法以解決問題 	2	<ul style="list-style-type: none"> • 電腦 • 單槍 • 投影機 • 學習手冊 • 教學光碟 	<ul style="list-style-type: none"> • 填寫學習手冊活動單 • 發表與問答 • 體驗活動 • 生活反省與學習記錄 • 角色扮演 	■性平
		<ul style="list-style-type: none"> • 溫故知新 • 問題在哪裡 	第二單元	綜合 1-3-5 綜合 1-3-6	<ul style="list-style-type: none"> • 了解釐清問題的重要性 • 提升蒐集資料與合理推論 		<ul style="list-style-type: none"> • 電腦 • 單槍 	<ul style="list-style-type: none"> • 填寫學習手冊活動單 	■性平 ■家政

二	自填	<ul style="list-style-type: none"> • 福爾摩斯特訓班 • 小小分析師 • 少年維特的煩惱 • 事實與意見 • EQ 武功秘笈－生活顯微鏡 • 課程回顧 	：福爾摩斯俱樂部	綜合 2-3-3 綜合 3-3-1 綜合 3-3-3 性平 2-3-2 家政 4-3-2 生涯 3-3-1	能力 <ul style="list-style-type: none"> • 學習區辨問題中的事實與意見 • 了解青少年常碰到的問題與煩惱 	2	投影機 <ul style="list-style-type: none"> • 學習手冊 • 教學光碟 	<ul style="list-style-type: none"> • 發表與問答 • 體驗活動 • 生活反省與學習記錄 • 角色扮演 	■生涯
三	自填	<ul style="list-style-type: none"> • 溫故知新 • 訂定目標大補帖 • 目標接龍 • 創意奇兵 • 生活創意工坊 • 預見未來 • EQ 武功秘笈－目標金字塔 • 課程回顧 	第三單元：創意奇兵歷劫歸來	綜合 1-3-5 綜合 1-3-6 綜合 2-3-3 綜合 3-3-1 綜合 3-3-3 性平 2-3-2 性平 2-3-3 生涯 3-3-1	<ul style="list-style-type: none"> • 了解訂定目標需考慮的因素 • 提升訂定目標的能力 • 提升創造解題策略的能力 • 學習分析後果並選擇較佳的解題策略 	2	<ul style="list-style-type: none"> • 電腦 • 單槍 投影機 <ul style="list-style-type: none"> • 學習手冊 • 教學光碟 	<ul style="list-style-type: none"> • 填寫學習手冊活動單 • 發表與問答 • 體驗活動 • 小組討論 • 生活反省與學習記錄 	■性平 ■生涯
四	自填	<ul style="list-style-type: none"> • 溫故知新 • 登山歷險記 • 解題高手護身符 • EQ 劇場－和我做朋友好嗎？ • 解題高手配備專賣店 • 課程總回顧 • 做個解題高手（解題高手宣言） 	第四單元：做個解題高手	綜合 1-3-5 綜合 2-3-3 綜合 3-3-1 綜合 3-3-3 性平 2-3-2 性平 2-3-3 性平 2-3-4 家政 3-3-5	<ul style="list-style-type: none"> • 體認知識、常識與經驗對於後果判斷的正確性之影響 • 增強在生活情境中運用解題步驟的能力 • 提升解決問題的實踐力 • 養成「以勇氣面對挫敗，以智慧解決問題」的生命態度 	2	<ul style="list-style-type: none"> • 電腦 • 單槍 投影機 <ul style="list-style-type: none"> • 學習手冊 • 教學光碟 • EQ 劇場-劇本 	<ul style="list-style-type: none"> • 填寫學習手冊活動單 • 發表與問答 • 體驗活動 • 生活反省與學習記錄 	■性平 ■家政

- 性別平等教育
- 2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。
- 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。
- 2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。
- 2-3-5 辨別不同類型的情感關係。
- 家政教育
- 3-3-5 運用消費知能選購合適的物品。
- 4-3-2 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。
- 生涯發展教育
- 3-3-1 培養正確工作態度及價值觀。

單 元	能 力 指 標 編 號	能 力 指 標 條 文
第一單元	性平 2-3-5	辨別不同類型的情感關係。
第二單元	性平 2-3-2	學習在性別互動中，展現自我的特色。
	家政 4-3-2	運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。
	生涯 3-3-1	培養正確工作態度及價值觀。
第三單元	性平 2-3-2	學習在性別互動中，展現自我的特色。
	性平 2-3-3	認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。
	生涯 3-3-1	培養正確工作態度及價值觀。
第四單元	性平 2-3-2	學習在性別互動中，展現自我的特色。
	性平 2-3-3	認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。
	性平 2-3-4	尊重不同性別者在溝通過程中有平等表達的權利。
	家政 3-3-5	運用消費知能選購合適的物品。

EQ 課程＜結合綜合活動領域＞ 國小高年級

單 元	教 學 目 標	綜 合 能 力 指 標
第一單元 我會想辦法	1.體會解決問題的重要性 2.認識解決問題之步驟與關鍵態度	1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中。 1-3-6 了解自己與家庭、社環境的關係，並說出自己的角色。

	3.了解自己所屬之解題類型	2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。
第二單元 福爾摩斯俱樂部	1.了解釐清問題的重要性 2.提升蒐集資料與合理推論的能力 3.學習區辨問題中的事實與意見	1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中。 1-3-6 了解自己與家庭、社環境的關係，並說出自己的角色。 2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。 3-3-1 認識參與團體自治活動應具備的知能，並評估自己的能力。 3-3-3 熟悉各種社會資源及支援系統，並幫助自己及他人。
第三單元 創意奇兵歷劫歸來	1.了解訂定目標需考慮的因素 2.提升訂定目標的能力 3.提升創造解題策略的能力 4.學習分析後果並選擇較佳的解題策略	1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中。 1-3-6 了解自己與家庭、社環境的關係，並說出自己的角色。 2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。 3-3-1 認識參與團體自治活動應具備的知能，並評估自己的能力。 3-3-3 熟悉各種社會資源及支援系統，並幫助自己及他人。
第四單元 做個解題高手	1.體認知識常識與經驗對於後果判斷的正確性之影響 2.增強在生活情境中運用解題步驟的能力 3.提升解決問題的實踐力 4.養成以勇氣面對挫敗，以智慧解決問題的生命態度	1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中。 2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。 3-3-1 認識參與團體自治活動應具備的知能，並評估自己的能力。 3-3-3 熟悉各種社會資源及支援系統，並幫助自己及他人。