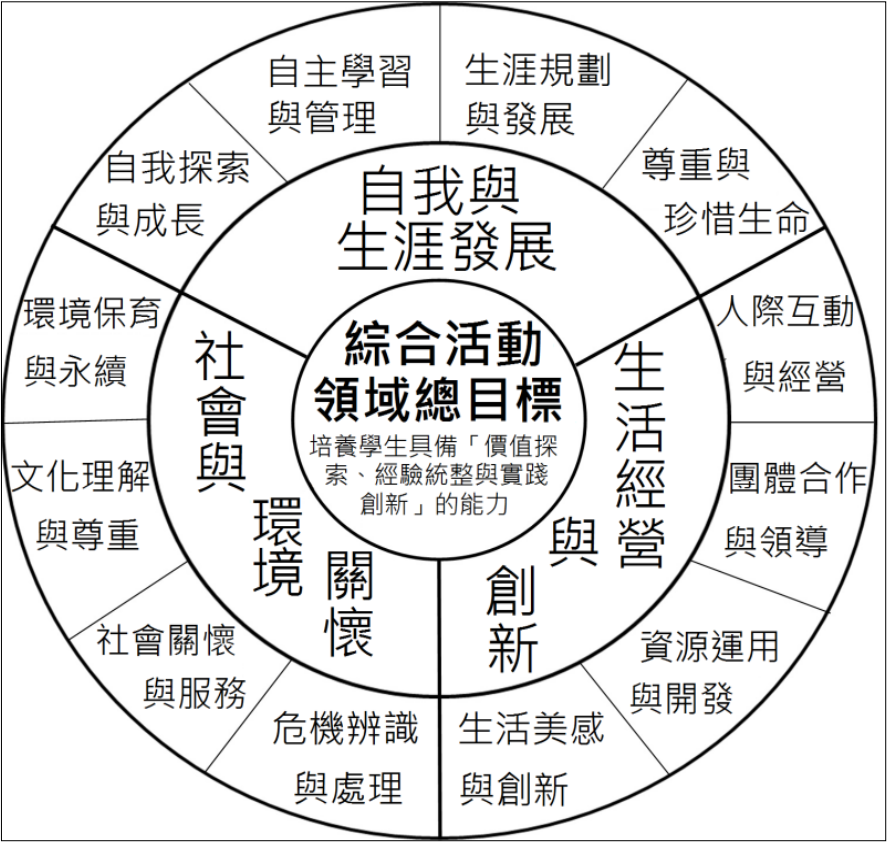




芯福里我是 EQ 高手課程
與 108 課綱綜合活動領域
核心素養連結編碼對照表

壹、108 課綱綜合活動領域總目標.....	2
一、108 課綱綜合活動領域主題軸與主題項目	3
二、綜合活動領域的整體內涵說明.....	3
主題軸 1：自我與生涯發展.....	3
主題軸 2：生活經營與創新.....	4
主題軸 3：社會與環境關懷.....	4
三、學習重點編碼說明	5
貳、108 課綱綜合活動領域總目標與芯福里 EQ 課程之關係.....	6
我是 EQ 高手與十二年國教綜合領域(草案)國小第三階段指標對應.....	7

壹、108 課綱綜合活動領域總目標



資料來源：教育部(2015)。十二年國民基本教育綜合活動領域課程綱要

一、108 課綱綜合活動領域主題軸與主題項目

領域總目標：培養學生具備「價值探索、經驗統整與實踐創新」的能力			
主題軸	1. 自我與生涯發展	2. 生活經營與創新	3. 社會與環境關懷
主題項目	a. 自我探索與成長	a. 人際互動與經營	a. 危機辨識與處理
	b. 自主學習與管理	b. 團體合作與領導	b. 社會關懷與服務
	c. 生涯規劃與發展	c. 資源運用與開發	c. 文化理解與尊重
	d. 尊重與珍惜生命	d. 生活美感與創新	d. 環境保育與永續

資料來源：教育部(2015)。十二年國民基本教育綜合活動領域課程綱要草案。

二、綜合活動領域的整體內涵說明

主題軸 1：自我與生涯發展

- a. 自我探索與成長：了解自己的潛能與感受，欣賞與接納自己，探索與發展自我價值，確立適切的人生觀，並促進個人與家庭健全發展，追求幸福人生。
- b. 自主學習與管理：探究自我的學習方法，規劃、執行學習計畫；覺察自我需求與目標，培養自律與負責的態度，運用批判思考與系統分析，積極面對挑戰，解決問題。
- c. 生涯規劃與發展：探索生涯發展資源與自我的關連，統整生涯資訊，掌握未來社會發展趨勢，規劃個人生涯抉擇，促進適性發展

與彈性適應的能力。

d. 尊重與珍惜生命：覺察與調適自我的情緒，探索生命的變化與發展歷程，了解生命的意義，體會生命存在的價值，具備適切的人性觀與自我觀，達到身心靈健全發展。

主題軸 2：生活經營與創新

a. 人際互動與經營：了解人我關係，覺察自己、家人與團體的溝通問題，善用多元溝通技巧，營造良好的人際關係。

b. 團體合作與領導：與他人有效溝通與合作，發揮正向影響力，學習並善用領導策略，營造和諧及有效能的團體生活。

c. 資源運用與開發：具備蒐集、分析、開發與運用各項資源的知能，探究科技、資訊與媒體倫理的相關議題，妥善計劃與執行個人生活中重要事務，提升生活品質。

d. 生活美感與創新：覺察與體驗生活美感的多樣性，欣賞與分享美善的人事物，展現生活美感，運用創意經營生活。

主題軸 3：社會與環境關懷

a. 危機辨識與處理：辨識人為與自然的危險情境，運用資源並發展合宜的處理策略，預防及化解危機，以保護自己與他人。

b. 社會關懷與服務：關懷周遭的人事物，參與服務活動並體驗其意義，涵養樂於行善的情懷，主動參與社會服務。

c. 文化理解與尊重：探索世界各地的生活方式，肯定自我文化價值，理解、尊重與關懷不同文化及族群，主動關心人類處境與全球議題。

d. 環境保育與永續：妥善規劃與執行戶外活動，體驗、欣賞人與環境的關係，主動關懷自然生態的永續發展議題，持續展現實踐的行動力。

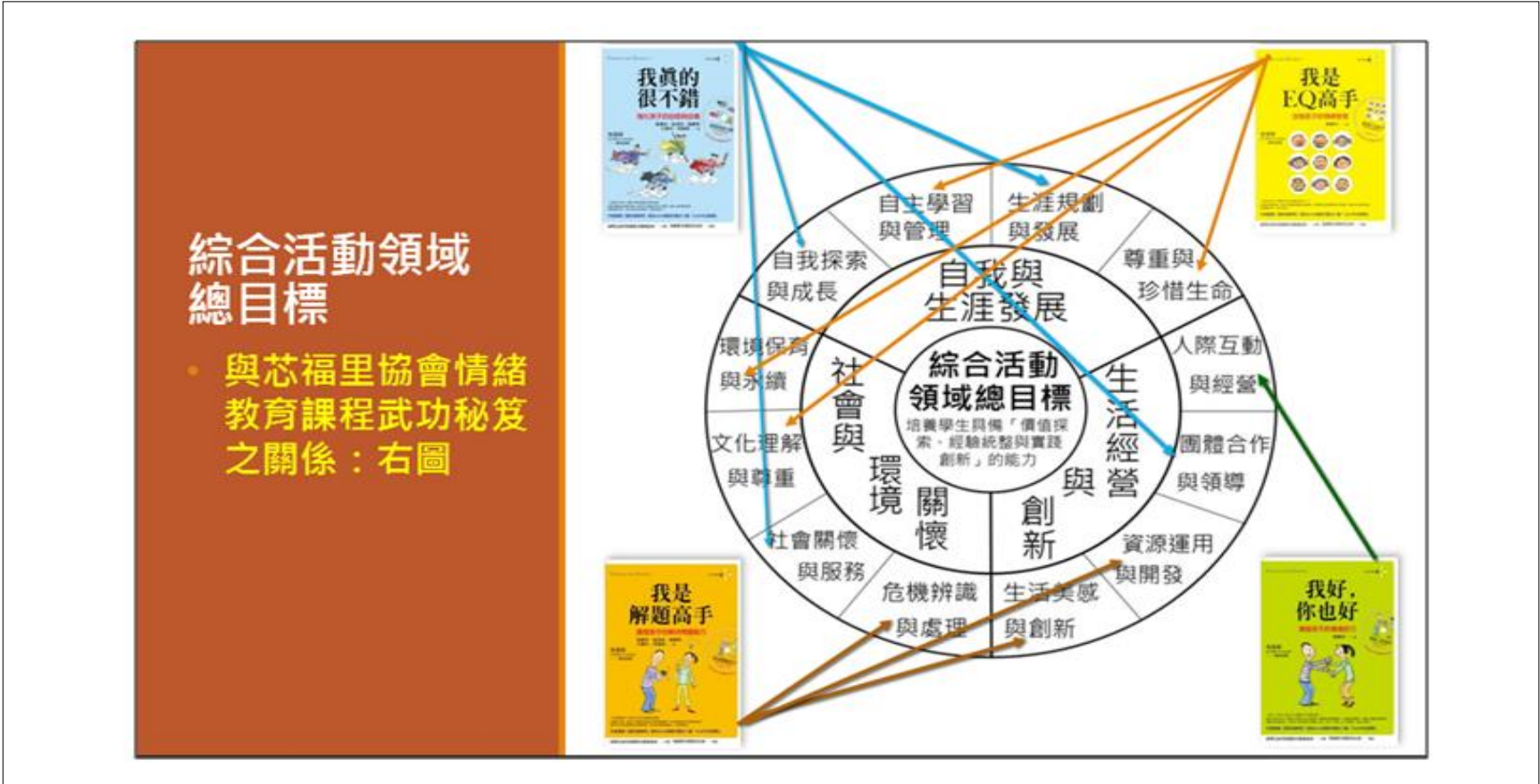
三、學習重點編碼說明

學習表現與學習內容的編碼，各由三碼組成，按教育階段說明如下。

國民小學階段				
學習重點	第 1 碼	第 2 碼		第 3 碼
學習表現	主題軸 1、2、3	主題項目 a、b、c、d	學習階段別 II、III	流水號
學習內容	主題軸 A、B、C	主題項目 a、b、c、d	學習階段別 II、III	流水號

資料來源：國家教育研究院 檢索日期：2018 年 11 月 25 日

貳、108 課綱綜合活動領域總目標與芯福里 EQ 課程之關係



我是 EQ 高手與十二年國教綜合領域(草案)國小第三階段指標對應

單元	單元編碼	單元目標	十二年國教綜合領域(草案)指標對應(國小五年級)	
			學習表現	學習內容
第一單元	1-1	了解 EQ 的重要性及其內涵。 (課程內容：與成功有約、EQ 是什麼-情緒五大內涵)	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。 2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。 Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。 Bd-III-1 生活美感的運用與創意實踐。 Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。
	1-2	認識感覺並學會區分生理與心理的感覺。 (課程內容：情緒五大內涵、生理感覺、心理感覺)	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。
	1-3	了解情緒及其向度。 (課程內容：情緒總動員-情緒辭典、情緒座標)	1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。 2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。	Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。 Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。

	1-4	<p>探討情緒表達的適切性。</p> <p>(課程內容：與情緒共舞-不一樣就是不一樣、情緒火山管理局、EQ-武功秘笈-身心放鬆術)</p>	<p>1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p> <p>1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。</p> <p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p> <p>2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。</p> <p>3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。</p>	<p>Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。</p> <p>Ab-III-2 自我管理策略。</p> <p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p> <p>Bd-III-1 生活美感的運用與創意實踐。</p> <p>Cd-III-2 人類對環境及生態資源的影響。</p> <p>Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。</p>
第二單元	2-1	<p>體會認知因素對情緒感受的影響。</p> <p>(課程內容：心情故事-動物農莊、波麗安娜)</p>	<p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p> <p>2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。</p>	<p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p> <p>Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。</p>
	2-2	<p>體會認知因素對情緒強度的影響。</p> <p>(課程內容：你有多生氣)</p>	<p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p>	<p>Ad-III-1 自然界生命現象與人的關係。</p> <p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p>
	2-3	<p>了解生理狀態對情緒的影響。</p> <p>(課程內容：十點鐘媽媽)</p>	<p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p>	<p>Ad-III-1 自然界生命現象與人的關係。</p> <p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p>

	2-4	<p>了解表情與肢體習慣對情緒的影響。</p> <p>(課程內容：表情，情緒、塞翁失馬、EQ 武功秘笈-包子臉獅子臉)</p>	<p>1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。</p> <p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p>	<p>Ab-III-2 自我管理策略。</p> <p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p>
第三單元	3-1	<p>察覺人類知覺的主觀性。</p> <p>(課程內容：瞎子摸象、誰說的對-請問芳齡、猜猜我是誰、各說各話)</p>	<p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p> <p>2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。</p> <p>2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。</p>	<p>Ad -III-1 自然界生命現象與人的關係。</p> <p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p> <p>Ad-III-3 尊重生命的行動方案。</p> <p>Bd -III-1 生活美感的運用與創意實踐。</p> <p>Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。</p>
	3-2	<p>體驗過度推論的缺點。</p> <p>(課程內容：我在推論嗎?)</p>	<p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p> <p>2a-III-1 覺察不同人的互動方式，並運用同理心增進人際關。</p>	<p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p> <p>Ba-III-3 正向人際關係的建立。</p>
	3-3	<p>了解主觀的定義與缺點。</p> <p>(課程內容：圓桌武士、主觀與客觀)</p>	<p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p> <p>2a-III-1 覺察不同人的互動方式，並運用同理心增進人際關係。</p>	<p>Ad-III-2 兒童階段的發展歷程。</p> <p>Ba-III-2 同理心的增進與實踐。</p>

	3-4	學習尊重個別差異。 (課程內容：誰說的對、EQ 武功秘笈-情緒紅綠燈)	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。 3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞多元文化。	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。 Ab-III-2 自我管理策略。 Cc-III-3 生活在不同文化中的經驗和感受。
第四單元	4-1	了解生活中常見的非理性想法。 (課程內容：情緒溫度計、非理性世界)	2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。	Bd-III-1 生活美感的運用與創意實踐。
	4-2	學習如何反駁非理性想法。 (課程內容：李爾王、和非理性想法唱反調)	2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。 2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。	Bd-III-1 生活美感的運用與創意實踐。 Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。
	4-3	建立理性的思考習慣。 (課程內容：情緒 ABCDE)	2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。 2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。	Bd-III-1 生活美感的運用與創意實踐。 Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。
	4-4	提升情緒管理的能力。 (課程內容：成功的公式、影	1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。

		響情緒的三大因素-想法、身體、表情，提升 EQ 的三大方法-適時放鬆心情、常常開懷大笑、換個角度想)	與負責的態度。 2a-III-1 覺察不同人的互動方式，並運用同理心增進人際關係。	Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。 Ab-III-1 學習計畫的規劃與執行。 Ab-III-2 自我管理策略。 Ba-III-2 同理心的增進與實踐。 Ba-III-3 正向人際關係的建立。
--	--	--	--	---

