



電話：3622 1243 / 3622 1987

電郵：info@kiddyimagination.hk

網站：<https://www.kiddyimagination.hk>

<https://www.facebook.com/kiddyimagination>

地址：香港九龍旺角奶路臣街 38 號麥花臣匯 5 樓 508 室

情緒 Mix & Match 教材套

【單元四：認識害怕】

訓練目標：

- ◇ 讓學生認識不同程度的害怕字詞
- ◇ 讓學生認識日常生活中感到「害怕」的場合
- ◇ 讓學生懂得於不同場合如何正確地表達害怕的情緒

所需教材：

- ◇ 「害怕表情包」簡報
- ◇ 「害怕的程度」簡報
- ◇ 「害怕 Mix & Match」簡報
- ◇ 「情緒大電視(動作篇)」簡報
- ◇ 「認識害怕情緒 - 正確表達方法」簡報
- ◇ 「我的情緒表 - 害怕篇」工作紙
- ◇ 「我的害怕臉譜」工作紙
- ◇ 臉譜配件
- ◇ 情緒 Mix & Match 遊戲卡

建議教學流程 及 活動：

【認識害怕的表情及意思】

時間	活動	物資
20 分鐘	<p>認識害怕的表情(非言語表達)</p> <ul style="list-style-type: none">◇ 我們可透過眼神、嘴巴等表情來表達害怕的情緒 <p>遊戲一：害怕表情包</p> <ul style="list-style-type: none">◇ 螢光幕上將出現不同的表情配件，同學需按指示選出合適的配件拼成害怕的表情◇ 完成後，可請同學示範一次，讓其他人感受一下是否「害怕」的表情◇ 同時可請同學分享在什麼時候 或 什麼情況下會有這樣的表情 <p>教學重點 / 反思提問：</p> <ul style="list-style-type: none">➢ 單靠眼睛/眉毛/嘴巴能不能正確的分辨情緒呢？為什麼？➢ 眼睛跟嘴巴在不同情緒下也有差不多的動態，因此在觀察別人的情緒時，我們需要留意全部的表情特徵，才不會出現誤判	<ul style="list-style-type: none">◇ 「害怕表情包」簡報
		<ul style="list-style-type: none">◇ 臉譜配件

	<p>變奏版：害怕表情包</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 將附頁二的臉譜配件剪出，並在每個配件上貼萬字夾，混合放在桌上；另外利用紙張、長繩及磁石製成釣魚杆 ◇ 同學需於限時內鬥快釣出合適的表情配件，並在黑板上貼上最多的害怕表情 	
<p>10 分鐘</p>	<p>認識不同程度的害怕</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 老鼠弟弟代表害怕，他共有 5 個兄弟，代表著我們不同程度的害怕 <ul style="list-style-type: none"> 第一級：不安 (Worried) 第二級：緊張 (Anxious) 第三級：害怕 (Scared) 第四級：驚慌 (Startled) 第五級：恐慌 (Panic) ➢ 可請同學就不同的害怕程度，拼湊出 5 種不同程度的害怕臉譜；完成後，可請同學嘗試演繹出來 <p>教學重點 / 反思提問：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 害怕時，我們每人的表情一致嗎？有什麼相似的地方？ ➢ 我們能如何透過別人的樣子知道別人是害怕的？怎樣能分辨別人的害怕程度？ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 「害怕的程度」簡報 ◇ 臉譜配件
<p>20 分鐘</p>	<p>認識不同程度害怕的意思</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 介紹 5 種害怕字詞的意思 <p>遊戲二：害怕 Mix & Match</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 將 5 張情緒認知卡及 5 張意思卡洗勻，覆轉並隨機放在檯上 ➢ 同學需輪流翻開兩張卡牌，如能湊成一對，可取走卡牌；如不能湊成一對，則需重新將卡牌覆轉 ➢ 成功取得最多對卡牌的為勝 <p>難度提升版：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 可加入不同顏色的情緒卡及意思卡作混淆，數量可隨學生人數或年紀有所加減 ➢ 當加入不同顏色的卡牌時(紫色除外)，可要求同學配對相同的顏色(如：1 張綠色情緒卡 配 1 張綠色意思卡) ➢ 亦可選擇加入一整系列的開心卡牌(黃色)及傷心卡 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 「害怕的程度」簡報 ◇ 「害怕 Mix & Match」簡報 ◇ 情緒 Mix & Match 遊戲卡 <ul style="list-style-type: none"> - 5 張情緒認知卡 (紫色系列) - 5 張意思卡 (紫色系列)

	牌(藍色)，湊成總數共 30 張(即黃色、藍色及紫色各 10 張)，以鞏固單元二及單元三的學習成果	
10 分鐘	<p>練習一：「我的害怕臉譜」</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 完成「我的害怕臉譜」工作紙 ➢ 完成後可請同學進行分享 	◇ 「我的害怕臉譜」工作紙

【正確的表達方式】

時間	活動	物資
20 分鐘	<p>認識害怕的動作(非言語表達)</p> <p>◇ 除了表情，我們還能透過動作表達害怕的情緒</p> <p>遊戲一：情緒大電視 (動作篇)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 同學需從 5 張情緒認知卡中抽取 1 張，然後在遮蓋表情時，嘗試模仿卡中的動作 ➢ 其他同學需鬥快猜出正確的害怕字詞 ➢ 如其他同學未能猜出，可運用聲音輔助；其後亦可加入表情，讓其他同學觀察整體的情緒表達 <p>教學重點 / 反思提問：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 面對不同程度的害怕感覺時，我們每人的動作一致嗎？有什麼相似 / 不相似的地方？ ➢ 除了透過觀察表情，我們還能透過什麼方式得知別人感到害怕？ <p>難度提升版：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 可加入開心系列情緒卡(黃色)及悲傷系列情緒卡(藍色)作混淆，數量可隨學生人數或年紀有所加減，以鞏固單元二及三的學習成果，亦可讓學生分辨開心、悲傷及害怕之表情和動作的分別 	<p>◇ 「情緒大電視(動作篇)」簡報</p> <p>◇ 情緒 Mix & Match 遊戲卡</p> <ul style="list-style-type: none"> - 5 張情緒認知卡 (紫色系列)
20 分鐘	<p>日常生活中感到「害怕」的場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 同學可在 31 張情境卡中選出讓自己感到害怕的時刻，然後跟同學互相分享，並嘗試表達感受： <ul style="list-style-type: none"> - 悲傷的程度(如：1 至 5 級) → 害怕字詞(如：不安、緊張、驚慌) → 表情及動作 - 最後更可請同學嘗試用說話表達：因為 XXXXXX (原因)，我覺得 XXX (害怕字詞) <p>教學重點 / 反思提問：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 面對相同的情境，我們的感受都是一樣的嗎？害 	<p>◇ 情緒 Mix & Match 遊戲卡</p> <ul style="list-style-type: none"> - 31 張情境卡



電話：3622 1243 / 3622 1987

電郵：info@kiddyimagination.hk

網站：<https://www.kiddyimagination.hk>

<https://www.facebook.com/kiddyimagination>

地址：香港九龍旺角奶路臣街 38 號麥花臣匯 5 樓 508 室

	<p>怕的程度都會一樣嗎？</p> <p>➤ 如果感到害怕，我們可以如何表達？</p>	
10 分鐘	<p>練習一：「我的情緒表 - 害怕篇」</p> <p>➤ 完成「我的情緒表 - 害怕篇」工作紙</p> <p>➤ 完成後可請同學進行分享</p>	◇ 「我的情緒表 - 害怕篇」工作紙
10 分鐘	<p>認識害怕情緒 - 正確表達方法</p> <p>➤ 螢光幕會出現不同的生活情境(學校、社區等)，同學需選出合適的表達方式</p> <p>➤ 可按需要請同學解釋哪一種方式比較好，哪一種不是理想的表達方式</p> <p>教學重點 / 反思提問：</p> <p>➤ 是不是任何場合/情境都會感到害怕？</p> <p>➤ 儘管我們感到害怕/想起可怕的事情，但是當場合不是適合，我們可以如何表達自己的感受？</p> <p>**原來害怕是有很多不一樣的表達方式，但我們需要按照不同的場合選出最恰當的表達方式</p>	◇ 「認識害怕情緒 - 正確表達方法」簡報