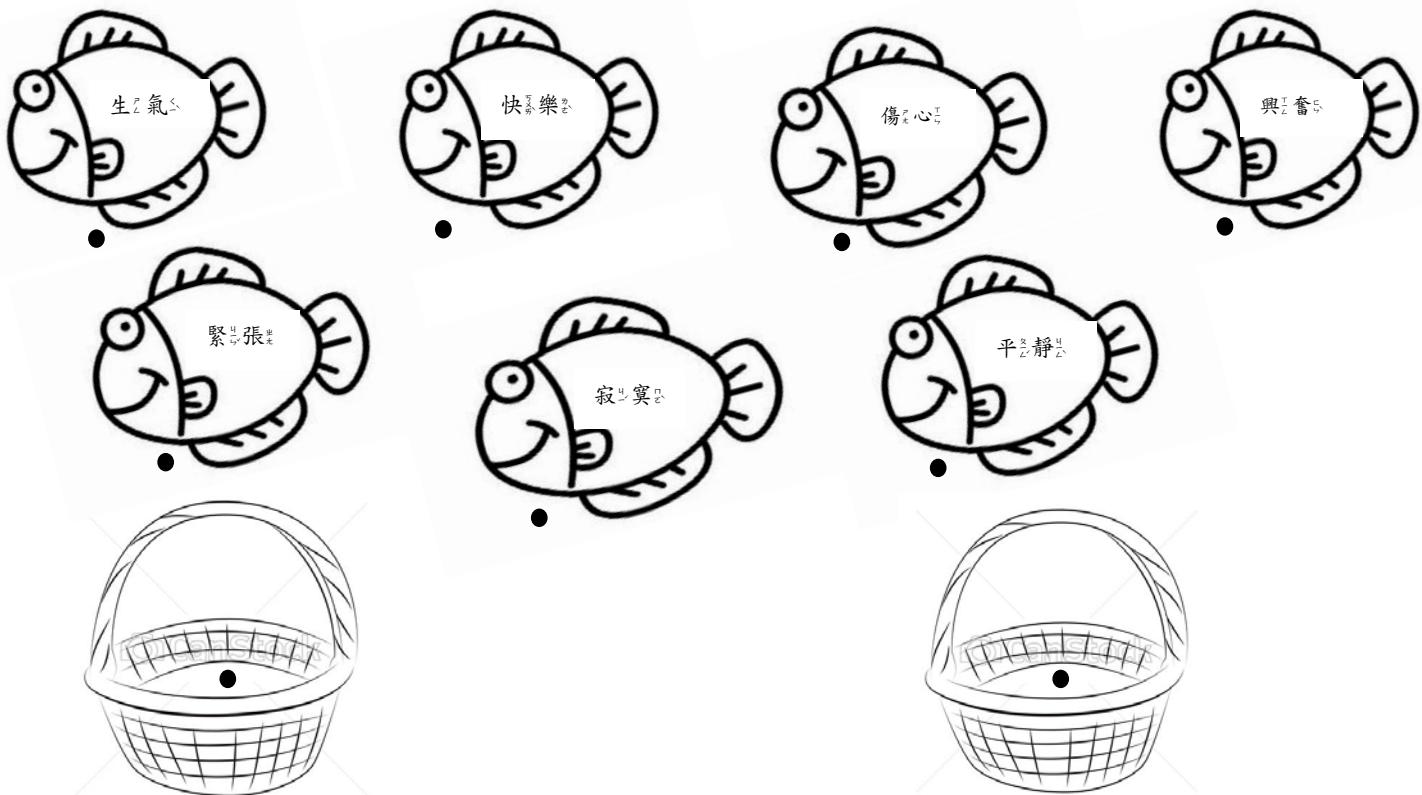


(低年級)

親愛的孩子：

作為情緒觀察的偵探，認識自己的開心、不開心之外，我們也可以觀察身邊同學或家人的現場是開心或不開心的情緒變化，我們一起來認識自己的感覺和情緒喔！請你用漂亮的顏色打扮下面的情緒小魚，並讓同一家人的情緒小魚，回到自己的情緒籃子裡喔！



★可以從哪些地方，發現自己和身邊的人或朋友在生氣？還是

是快樂呢？ 腰部表情 肢體表現 生理反應 其他

★上面哪些情緒語詞，可以代表我開心的時候：

★當我不開心時，我發現這些語詞可以表達我的感覺：

本週認識情緒主題	就讀學校	班級	記錄人
認識情緒語詞			

「情緒週記」(低年級)

我是大明星，照鏡子，學情緒

親愛的小朋友：

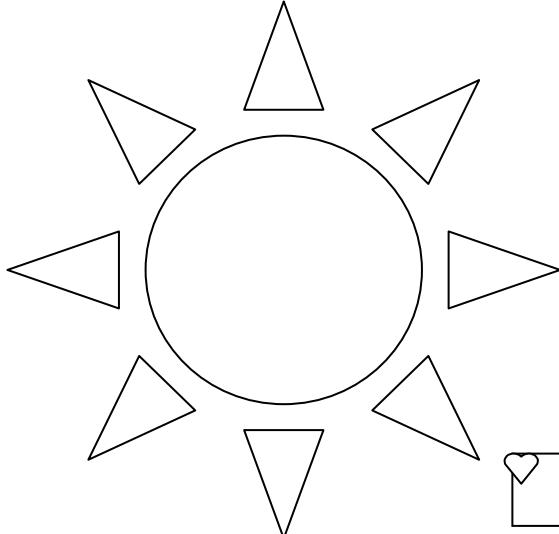
媽 媽 照鏡子化妝，讓自己更漂亮！爸爸照鏡子刮鬍子，讓自己看起來更清爽！小朋友照鏡子，說說今天的心情，我們來當今日大明星，照鏡子做出各種不同的表情，讓大家來猜猜看你的表情，我的心情是…「開心」、「不開心」、「快樂」、「不快樂」、「生氣」、「傷心」、「哀傷」、「緊張」、「興奮」、「緊張」、「難過」或「平靜」……。

今天我認識了哪些表情呢？請小朋友在下面表情圖中，塗上 2 種你印象深刻的表

平常你最容易出現的情緒表情是哪些？你喜歡別人給你哪一種情緒表情？請你畫

看！

請說說自己常常出現的情緒表情，對你生活有沒有影響？



請畫出自己最喜歡的情緒表情

本週認識情緒主題	就讀學校	班級	記錄人
情緒表情與影響			