

◎請翻到健康課本 52、53 頁



第 3 課 健康好心情

生病了，身體和心情都會不好；病好了，身心就會比較舒暢。身體和心情狀態都好，才會更健康呵！

放假了，嘉琪和家人到遊樂園玩，遇到下面這些狀況，你覺得嘉琪的心情如何？為什麼？

認識不同心情

彩色怪獸

認識不同心情

總本

影片連結

1 玩碰碰車

2 氣球飛走了



可以勾兩個喔！

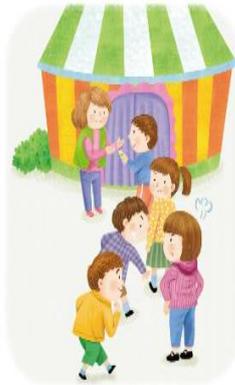
我覺得嘉琪的心情是

<input type="checkbox"/> 生氣	<input type="checkbox"/> 快樂
<input type="checkbox"/> 討厭	<input type="checkbox"/> 難過
<input type="checkbox"/> 驚嚇	<input type="checkbox"/> 緊張

我覺得嘉琪的心情是

<input type="checkbox"/> 生氣	<input type="checkbox"/> 快樂
<input type="checkbox"/> 討厭	<input type="checkbox"/> 難過
<input type="checkbox"/> 驚嚇	<input type="checkbox"/> 緊張

3 有人插隊



我覺得嘉琪的心情是

<input type="checkbox"/> 生氣	<input type="checkbox"/> 快樂
<input type="checkbox"/> 討厭	<input type="checkbox"/> 難過
<input type="checkbox"/> 驚嚇	<input type="checkbox"/> 緊張

可以勾兩個喔！

4 聞到有人抽菸



我覺得嘉琪的心情是

<input type="checkbox"/> 生氣	<input type="checkbox"/> 快樂
<input type="checkbox"/> 討厭	<input type="checkbox"/> 難過
<input type="checkbox"/> 驚嚇	<input type="checkbox"/> 緊張

可以勾兩個喔！



從表情、動作和聲音可以猜出一個人的心情。



生活行動家
平時請觀察家人的心情，關心你的家人。

引導動機：



不只身體要健康，我們的心情也要保持健康喔！

不只身體會生病，我們的心理也會不小心生病喔！

如果遇到課本的四種狀況，你會有怎麼樣的心情呢？請孩子完成 52、53 頁



不只要隨時保持好心情，我們也要隨時關心身邊的家人喔！

不只要隨時保持好心情，我們也要隨時關心身邊的朋友喔！

不只要隨時保持好心情，我們也要隨時關心身邊的同學喔！

🎵 下面這張圖，是在描寫最近的什麼事情呢？



最近面對疫情，你覺得心情怎麼樣呢？

<input type="text"/>	生氣	<input type="text"/>	快樂
<input type="text"/>	討厭	<input type="text"/>	難過
<input type="text"/>	驚嚇	<input type="text"/>	緊張

♥ 還有其他感覺或想法、心情，可以用國字或注音寫在5月23日的聯絡簿上，拍下來給宜蕙老師看，復課時健康課本可以蓋章集點喔！~~~