

2025 仁愛國小中年級暑期英語營課程計劃

主題：《Better Me, Brighter We! 我的喜怒哀樂》

日期：7/28~8/1

對象：中年級學生

天數：5 天，每天 4 節課

✓ 第 1 天：認識情緒與個人特質（團體遊戲 + 繪本 + 情緒認知遊戲）

節次	活動名稱	內容簡介	英語教學
1	認識彼此的心情 溫度計	能用英文說出名字與簡單問候以及表達自己的情緒	What's your name? My name is ____. How old are you? I am ____ years old. How do you feel today? I am ____.
2	自我拼圖創作 (Me Puzzle)	設計自己的拼圖（名字、情緒、喜好、專長），提升自我認識	My name is ____. I am <u>(情緒)</u> when I <u>(興趣)</u> . I am good at <u>(專長)</u> .
3	繪本導讀 < <u>The Way I Feel</u> >	討論不同情緒的表現與原因，引導學生辨識與表達自我。	silly, scared, disappointed, happy, sad, angry, thankful, frustrated, shy, bored, excited, jealous, proud
4	情緒比手畫腳： 描述者寫下會產生該情緒的情境，由表演者演出，猜題者猜出情緒	由情境去猜情緒，引導學生思考情緒產生的原因為何	He/She is <u>(情緒)</u> .

✓ 第 2 天 | 學會調節情緒與行為 (情境演練 + 桌遊式挑戰 + 呼吸練習)

節	活動名稱	內容簡介	英語教學
1	SEL 情緒桌遊	引導學生思考在某種情境可能有什麼情緒？	I feel <u>(情緒)</u> because <u>(原因)</u> .
2	動動冷靜操 1. Stretch Yoga 2. 呼吸練習 3. Sleeping Dragon	引導學生做簡易瑜伽與冥想活動，實踐冷靜策略並以英語說出感受。	Stretch, yoga, inhale, exhale
3	情境挑戰任務	小組抽卡演出情緒爆發 vs 冷靜處理兩種劇情，強化策略選擇。	I feel <u>(情緒)</u> when <u>(情境)</u> , so I <u>(決定)</u> .
4	冷靜好方法小書製作	學生設計一本屬於自己的 "How I Calm Down" 英語迷你小書。	I can calm down by <u>(做法)</u> .

✓ 第 3 天 | 發展同理心與尊重差異 (互動遊戲 + 角色扮演 + 藝術創作)

節	活動名稱	內容簡介	英語教學
1	交換鞋子遊戲 (In Your Shoes)	模擬換角色情境，練習同理他人感受與困難	I feel <u>(情緒)</u> when I can't ____.
2	繪本 <i>The Invisible Boy</i> (by Trudy Ludwig)	討論被忽視與被接納的感受	If I were him, I would <u>feel (情緒)</u> / <u>(行動)</u>
3	學唱 "You've Got a Friend in Me"	討論好朋友可以給自己什麼幫助？	A good friend can help me ____.
4	設計「友善徽章」 (Friendly Badge)	每人設計一個代表「我可以帶給別人的好」	I can help others by ____.

✓ 第4天 | 團隊合作與有效溝通（戶外挑戰+任務合作+小組建構活動）

節	活動名稱	內容簡介	英語教學
1	導讀繪本 Enemy Pie (by Derek Munson)	探討誤會、友誼與和解的過程。	How do you feel if you ____? I feel _____ if I _____.
2	我們是團隊： 每個人分配不同的零件， 需要結合所有的零件做成 一個工具來完成任務	以團隊合作完成任務，象徵 每個人有不同的才能，結合 大家的才能就能完成很困難 的事。	What is team? What is teamwork?
3	水果派製作	製作水果派，在製作的過程中思考"缺一不可"的重要性	sugar, flour, milk, eggs, butter, fruit
4	溝通迷宮	學生分兩組，靠語言指令協助隊友走出「語音迷宮」，訓練清楚表達與聆聽技巧。	Forward, back, right, left

✓ 第5天 | 做出正確選擇並理解後果（公民小劇場+任務卡選擇+成果發表）

節	活動名稱	內容簡介	英語教學
1	SEL 小劇場劇本討論	分組、分配角色，練習台詞	role, play, script, loud
2	SEL 小劇場彩排	小組創作結合五天主題的生活劇情，融入衝突解決與正向行為。	action, rehearsal,
3	成果表演秀	公開演出小劇場，展示學生的英語能力與社交情境應對成果。	Your turn. Next one. Give them a big hand.
4	結業儀式+頒獎	發表心得小語、頒發 SEL 證書與夥伴勳章，收尾課程。	I feel _____ when I _____.

劇名：Better Me, Brighter We!

Scene 1: This is Me

主題：認識自己，表達情緒與興趣

- **舞台設計**：背景可使用彩色自畫像、拼貼人物牆，中央放置圓形「自我展示台」。
- **燈光/音效**：角色自我介紹時，可搭配個人代表音效或燈光聚焦。
- **角色**：Emma, Leo, Mia, Jack

Emma: Hi! My name is Emma. I feel happy when I draw pictures!(比畫畫的動作)

Leo: I'm Leo. I feel strong when I play soccer.(做踢球的動作)

Mia: My name is Mia. I feel calm when I read books. (比出書的動作)

Jack: I'm Jack. I feel excited when I build with blocks! (做堆積木的動作)

Emma: We are different, but we are all amazing! (比大家的手勢)

All: This is me! I like who I am! (四人並排站，一起開心比心或高舉手勢)

Scene 2: Big Feelings

主題：情緒管理，學會冷靜

- **舞台設計**：教室場景佈置，有桌椅與鉛筆盒，情緒表情圖貼在背景牆。
- **音效提示**：加入風鈴聲或輕音樂烘托「冷靜下來」的氛圍。
- **角色**：Sophia, Ryan, Lily, Max

Sophia: I'm angry! Ryan took my pencil!(雙手叉腰皺眉，跺腳表現生氣。)

Ryan: I'm sorry. I didn't ask.(表現慌張、低頭道歉)

Lily: Let's take a deep breath. (帶動全場深呼吸：雙手上下畫圓，同步吸氣吐氣)

Max: Let's count to 5! 1…2…3…4…5!(數數時手指點空中)

Sophia: I feel better now.(比讚的手勢)

Ryan: I'll ask next time.(雙手比請的手勢)

All: Big feelings are okay — we can handle them!(擺出「ok」手勢，表現冷靜與和平)

Scene 3: Walk in My Shoes

主題：同理與包容、尊重差異

- **舞台設計**：跑道或遊戲場地佈置，一邊設置鞋子區，象徵「換位思考」。
- **舞台互動**：可讓 Olivia 「換穿大鞋子」，象徵換位思考。
- **角色**：Ava, Noah, Olivia, Ethan

Ava: Olivia can't run fast. That's not fair!(雙手交叉皺眉，表現不滿。)

Olivia: I try my best, even if I'm slow.(慢慢走出場中央，一邊喘氣一邊努力行走)

Noah: Let's help each other. Teamwork matters!(走向 Olivia，拍拍她肩膀，表現支持)

Ethan: Everyone is good at something. Let's cheer!(雙手舉高歡呼，大家一起鼓掌。)

All: You're special. I see you. I stand with you.(四人手牽手站成一排，朝觀眾微笑。)

Scene 4: Let's Work Together

主題：團隊合作

- **舞台設計**：建構區（桌上有紙、膠帶），放置定時器道具。
- **音效提示**：紙張碰撞聲、計時器滴答聲，可加入慶祝音效。
- **主題**：合作與溝通
- **角色**：Chloe, Ben, Emily, Daniel

Chloe: It's too far. What should we do? (比出"不知道"的手勢)

Ben: Let's put everything together. (比出"結合"的手勢)

(一起做道具)

Emily: Everyone can help. We did it. (拿起結合後的道具)

Daniel: We can do it if we work together! (比出"努力"的手勢)

All: Together is better!

🎬 Scene 5: What Should I Do?

主題：做負責任的決定

- **舞台設計**：教室走道與垃圾桶場景，地面擺放幾張紙屑（假垃圾）。
- **舞台技巧**：可設置「思考雲」小道具，讓角色說話前頭上出現標語卡如“If I…then…”
- **角色**：Zoe, Henry, Grace, Lucas

Zoe: I see trash on the floor. Should I pick it up? (指著垃圾，看向觀眾。)

Henry: It's not mine. I don't care. (手一攤，聳肩裝不在乎)

Grace: But this is our classroom. (站直，舉手發言狀)

Lucas: Let's do the right thing — pick it up! (大步走向垃圾，蹲下撿拾)

(Zoe 和 Lucas 一起清理)

Zoe: I feel proud.

Henry: Next time, I will help too.

All: One good choice can make a big difference! (四人做出「大拇指」動作，露出自信笑容)

🎤 劇末全體合場（大合句）

- **站位**：全體角色半圓站立，手牽手或輪流擺出代表每一主題的動作。
- **口號演出**：
 - 由 5 名代表依序領喊：
 - 1 “Better me…” (右手指自己)
 - 2 “Brighter we!” (雙手打開向旁邊指向大家)
 - 3 “Let's grow together…” (右手舉起握拳)
 - 4 “With kindness,” (雙手交叉放胸前)
 - 5 “care, and courage!” (三人依序踏步、抱拳、微笑)
- **燈光建議**：最後可聚光打在舞台中央，背景打出主題字樣。