

113 學年度特殊需求領域課程計畫(獨立式排課或合併式排課務必填寫) ☐ 融入式免填寫但仍需上傳本表件

課程科目名稱	社會技巧	每週節數	1	任教班級	資源班五年級	教學者	葉美德	
學習重點	學習表現			學習內容				
	特社 1-J-1 處理情緒(四) 1.分析不同處理方式引發的行為後果。 2.根據情境或情緒強烈程度，選擇可被接受的方式表達自己的各種情緒。 特社 1-J-2 處理壓力(四) 1.在面對壓力時自我控制負面的情緒。 2.從可行策略中自行選擇適當的方式。 特社 1-J-3 自我效能(四) 1.遭遇不如意事件時，主動轉移注意力。 2.以內在語言自我鼓勵。			特社 I-J-3 問題解決的技巧。 特社 II-J-2 同理心的培養。				
第一學期								
教學期程	單元名稱	核心素養 (總綱/領綱)	教學重點			評量方式	教學資源	備註
第一週	「發現」生氣(一)	特社-J-A1	1.發現生氣的徵兆：引導學生發現生氣的表現 活動一：誰在生氣：從情境照片中，找到生氣的人，並說說是從何得知其生氣了。			□頭評量 觀察評量	照片、學習單	生命教育
第二週								
第三週								
第四週								
第五週	「發現」生氣(二)	特社-J-A1	2.發現生氣的徵兆：體認生氣是正常的情緒反應 活動二：從情境照片中，找到生氣的人，並說說是從何得知其生氣了。			□頭評量 實作評量 觀察評量	照片、學習單	家庭教育
第六週								
第七週								
第八週								
第九週	「發現」生	特社-J-A1	3.發現生氣的徵兆：了解適當表達生氣情緒的重要			□頭評量	影片	

第十週	氣(三)		活動三：從影片中，請學生說說看兩個同學爭吵的原因，並想一想，怎麼做可以改變原本的壞結果(播放另外一個好結果的影片，說說看影片中的主角做了什麼改變呢?)	實作評量 觀察評量	學習單	
第十一週						
第十二週						
第十三週	平心靜氣四招(一)	特社-J-A2	1. 找出生氣的導火線：為了讓事情獲得好結果，要學習以「平心靜氣」的方式來面對 活動一：透過影片示範與老師教導，讓學生練習四種的冷靜技巧~第一招:深呼吸。	實作評量 觀察評量	影片 學習單	生命教育
第十四週						
第十五週						
第十六週						
第十七週	平心靜氣四招(二)	特社-J-A2	2. 找出生氣的導火線：為了讓事情獲得好結果，要學習以「平心靜氣」的方式來面對 活動二：透過影片示範與老師教導，讓學生練習四種的冷靜技巧~第二招:離開情境。	實作評量 觀察評量	影片 學習單	家庭教育
第十八週						
第十九週						
第二十週						
第二十一週	評量週		複習這學期的課程重點			
第二十二週	休業式		IEP 檢討會議			
第二學期						
教學期程	單元名稱	核心素養 (總綱/領綱)	教學重點	評量方式	教學資源	備註
第一週	平心靜氣四招(三)	特社-J-A2	3. 找出生氣的導火線：為了讓事情獲得好結果，要學習以「平心靜氣」的方式來面對 活動三：透過影片示範與老師教導，讓學生練習四種的冷靜技巧~第三招:數到 10。	實作評量 觀察評量	影片	生命教育
第二週						
第三週						
第四週						
第五週	平心靜氣四招(四)	特社-J-A2	4. 找出生氣的導火線：為了讓事情獲得好結果，要學習以「平心靜氣」的方式來面對 活動四：透過影片示範與老師教導，讓學生練習四種的冷靜技巧~第四招:改變想法。	實作評量 觀察評量	影片	家庭教育
第六週						
第七週						
第八週						
第九週	平心靜氣四	特社-J-A2	5.複習讓自己平心靜氣的四招方法。(第一招:深呼吸、第	實作評量	影片	生命教育

第十週	招(五)		二招:離開情境、第三招: 數到 10、第四招:改變想法) 活動五：觀看情境影片，抽選到的平心靜氣之方法，進行情境演示。	觀察評量		
第十一週						
第十二週	「行動」平心靜氣的反應(一)	特社-J-A3	6. 回顧情境影片內容與相關問題，讓學生練習平心靜氣的四招方法。 活動六：使用簡報呈現學校某些情境內容：如：同學說我的答案不對，用 我很生氣，我可以..... 演練平心靜氣之四招方法。	實作評量 觀察評量	教學簡報	家庭教育
第十三週						
第十四週						
第十五週						
第十六週	「行動」平心靜氣的反應(二)	特社-J-A3	7. 回顧情境影片內容與相關問題，讓學生練習平心靜氣的四招方法。 活動六：使用簡報呈現學校某些情境內容：如：打球時，同學說我犯規，，用 我很生氣，我可以..... 演練平心靜氣之四招方法。	實作評量 觀察評量	教學簡報	生命教育
第十七週						
第十八週						
第十九週						
第二十週	評量週		複習這學期的課程重點			
第二十一週	休業式		IEP 檢討會議			

113 學年度特殊需求領域課程計畫(獨立式排課或合併式排課務必填寫) ☐ 融入式免填寫但仍需上傳本表件

課程科目名稱	特殊需求領域 社會技巧	每週節數	1	任教班級	資源班六年級	教學者	謝佳純	
學習重點	學習表現			學習內容				
	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。 特社 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 特社 2-III-2 區辨別人非善意行為是提醒，還是威脅到了自己的適應與生存。 特社 2-III-7 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 2-III-9 理性評估被誤解的原因，並清楚表達自己的立場以及說明事實。			特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。				
第一學期								
教學期程	單元名稱	核心素養 (總綱/領綱)	教學重點			評量方式	教學資源	備註
第一週	心靈捕手 (辨識自我情緒)	特社 -E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的	1.區分自己在不同情緒強度下，會產生在何種情境下。 2.區分自己在不同的情緒強度下，與外在環境之因果			觀察評量 實作評量	小白板 學習單 影片	
第二週								
第三週								

		能力，促進身心健全發展。	關係。	學生自評		
第四週	心靈捕手 (自我情緒歸納)	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。	1.辨別在不同情緒強度下所產生之影響，進行正向與負向之歸類。 2.能歸納自我的正向與負向情緒與外在之連結。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第五週						
第六週						
第七週	EQ 博士 (回憶過去)	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。	1.區分自己在負向情緒下，曾做出的解決方式或策略，並產生的後果。 2.列舉未能妥善處理之局面，並討論較佳的情緒處理之道。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第八週						
第九週						
第十週	EQ 博士 (控制自我情緒)	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。	1.演練正向的情緒處理之道。 2.分享於現實情境中使用正向情緒處理之方式，所獲得之結果。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第十一週						
第十二週						
第十三週	解放自我 (自我壓力紓解)	特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。	1.能分享自我在何種情境下感受到壓力，並標示壓力指數。 2.面對壓力時，能選擇適當的排解方式。 3.當壓力無法排解時，透過外界資源找尋紓壓之解方。 4.透過情境演練，表達適當的壓力紓解方式。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第十四週						
第十五週						
第十六週						
第十七週	一起去交友	特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒	1.透過情境影片或圖片，辨別人物之動機與行為。 2.分享在班級同儕互動情境中，自己會有的行為反應，	觀察評量	小白板	
第十八週						
第十九週						

第二十週		解壓力方式的能力，解決情緒問題。	與產生之結果。 3.討論在班級同儕互動情境中，以善意的對話方式處理問題。 4.以善意的對話方式進行情境演練。	實作評量 學生自評	學習單 影片	
第二十一週	評量週 經驗分享	特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。	分享本學期之成長與蛻變。	學生自評	學習單	
第二十二週	休業式		IEP 檢討會議			
第二學期						
教學期程	單元名稱	核心素養 (總綱/領綱)	教學重點	評量方式	教學資源	備註
第一週	我會讀空氣 (辨別行為之目的)	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。	1.辨識班級中團體互動情境裡，行為人之目的。 2.區辨行為人之目的對自己之影響。	觀察評量	小白板	
第二週				實作評量	學習單	
第三週				學生自評	影片	
第四週	我能好好說	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。	1.能針對非善意的提醒與威脅，表達適當的行為與言語。 2.以適當的行為與言語進行非善意對待之互動演練。	觀察評量	小白板	
第五週				實作評量	學習單	
第六週				學生自評	影片	
第七週	優雅的拒絕	特社-E-A2 具備察覺自我壓力	1.區辨何種要求是無利於自己或團體。	觀察評量	小白板	

第八週		與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。	2.說出無法接受個人或團體的要求之理由。 3.在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。	實作評量 學生自評	學習單 影片	
第九週						
第十週						
第十一週	同理你 同理我	特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。	1.覺察被拒絕之情境中，雙方立場。 2.理性評估與接受被拒絕的原因。 3.在被拒絕情境下，以適當的行為與言語進行回應。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第十二週						
第十三週						
第十四週						
第十五週	誠實豆沙包	特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。	1.能提出曾經被誤解之經驗，及產生之情緒與結果。 2.理性評估被誤解的原因。 3.面對被誤解時，能清楚表達自己的立場以及說明事實。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第十六週						
第十七週						
第十八週						
第十九週	評量週 經驗分享	特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。	分享本學期之成長與蛻變。	學生自評	學習單	
第二十週						
第二十一週	休業式		IEP 檢討會議			