五、114 學年度彈性學習課程計畫(特教部分校定課程)

(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

融入式排課：填寫彈性學習及融入的部定領域名稱_____。(無須撰寫下表之課程計畫)

獨立式排課/合併式排課(須撰寫下表之課程計畫)

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	教學者	謝佳純
學習重點	學習表現			學習內容			
	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果 特社 3-II-3 在監督或協助下完成複雜的工作。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。			特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。			

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	1. 區分自己在何種情境下會產生不同的情緒類型。 2. 區分自己在不同的情緒強度下，與外在環境之因果關係。 3. 與真實情境與事件做連結，並分享與辨別當下之情緒與想法。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第二週						
第三週						
第四週						
第五週	心靈捕手 (自我情緒歸納)	特社-E-A1	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. 列舉生活經驗中之正向與負向情緒之相關事件，在協助下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	
第六週		特社-E-A2				
第七週						
第八週						
第九週	EQ 博士 (回憶過去)	特社-E-A1	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	
第十週		特社-E-A2				
第十一週						
第十二週						
第十三週	EQ 博士 (控制自我情緒)	特社-E-A1	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	
第十四週		特社-E-A2				
第十五週						
第十六週						

第十七週	解放自我 (自我壓力紓解)	特社-E-A1 特社-E-A2 特社-E-A3	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	
第十八週						
第十九週						
第二十週						
第二十一週	經驗分享	特社-E-A3	分享本學期之成長與蛻變。	學生自評	學習單	
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	大腦的主人	特社-E-A1 特社-E-A2 特社-E-A3	1. 察覺自我的負向情緒即將爆發時，用「我訊息」表示自我情緒感受。 2. 提出在面對情境產生的負向情緒時，正向的處理方式。 3. 於具體情境中以正向方式處理情緒時，提出所遇到的困難。 4. 遇到困難時，具體說明所需要的協助。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第二週						
第三週						
第四週						
第五週	同理你 同理我	特社-E-B3	1. 覺察被拒絕之情境中，雙方立場。	觀察評量 實作評量	小白板 學習單	
第六週						
第七週						

第八週			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。	學生自評	影片	
第九週	團體生活不脫軌	特社-J-C1	1. 分析團體活動與課程中，自己最喜歡與討厭的任務。 2. 分析面對個人討厭任務時，所產生的情緒與處理方式。 3. 擬訂可替代之方案或情境，在不影響團體活動進行下，於監督或協助下完成不可能(討厭的)任務。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第十週						
第十一週						
第十二週						
第十三週	擁抱錯誤 愛自己	特社-E-A1	1. 覺察生活事件中處理不佳的行為或情緒事件。 2. 分析自己錯誤的處理方式或負向情緒產生的後果。 3. 接納自己所嘗試解決的方式與結果。 4. 修正與擬訂處理方式。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第十四週		特社-E-A2				
第十五週		特社-E-A3				
第十六週						
第十七週	善待自己 承認錯誤	特社-E-A1	1. 分析問題行為或情緒所影響之人、事與物。 2. 說出他人對自我的看法。 3. 說出事件過後自我的情緒感受。 4. 面對自我錯誤並向他人道歉。	觀察評量 實作評量 學生自評	小白板 學習單 影片	
第十八週		特社-E-A2				
第十九週		特社-E-A3				
第二十週						
第二十一週	經驗分享	特社-E-A3	分享本學期之成長與蛻變。	學生自評	學習單	

填表說明：

1. 週次、單元名稱、教學重點及評量方式須依課程規劃進度如實填寫。依教學課程內容、學校行事曆、重要節慶活動及學生需求，適時地將議題融入課程進行教學。議題融入請填入備註之欄位。(若無則免)
2. 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】。
3. 十九大議題：【性別平等】、【人權教育】、【環境教育】、【海洋教育】、【科技教育】、【能源教育】、【家庭教育】、【原住民族教育】、【品德教育】、【生命教育】、【法治教育】、【資訊教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【閱讀素養】、【戶外教育】、【國際教育】
4. 縣訂議題：【長照服務】、【失智症議題】。
5. 其他議題：【性剝削防治】、【職業試探】、【交通安全】、【媒體素養】、【消費者保護】。