

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	社會技巧	每週節數	一	任教班級	一年級	教學者	李姿儀
	學習表現				學習內容		
學習重點	<p>特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。</p> <p>特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。</p> <p>特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。</p> <p>特社 2-I-5 依情境適當回答問題。</p> <p>特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。</p> <p>特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。</p> <p>特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。</p> <p>特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。</p> <p>特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。</p>				<p>特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。</p> <p>特社 B-I-3 人際關係的建立。</p> <p>特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。</p>		

	特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-I-5 遵守教室規則。	
--	---	--

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	自我介紹	特社-E-C1	1. 說明這學期課程內容及上課規範。 2. 請學生互相自我介紹，認識一起上課的同學及老師。	觀察評量 口頭評量 實作評量		
第二週	繪本-陶樂蒂上學記	特社-E-C1	1. 閱讀繪本-陶樂蒂上學記。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 3. 入班觀察學生在班級的適應情形。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt)	
第三週	教室有紅綠燈 妖怪	特社-E-C1	1. 共同閱讀繪本，能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 2. 知道教室裡的規範。 3. 進行老師說的遊戲，能遵從指令完成動作。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt)、資源班及各班班規	
第四週	我會排隊	特社-E-C1	1. 透過影片，知道排隊的步驟。 2. 透過不同情境演練，知道如何排隊。 3. 進行丟球活動，練習排隊與輪流。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦(影片、ppt)、球	
第五週	我會輪流發表	特社-E-C1	1. 透過影片，知道輪流發言的技巧。 2. 透過問答遊戲或主題分享討論，練習輪流發言的技巧。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦(影片、ppt)、學習單	

			3. 完成學習單。			
第六週	我會借用物品	特社-E-C1	1.透過影片，知道借用物品的步驟。 2.透過不同情境演練，知道如何借用物品。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦(影 片、ppt)	
第七週	請求協助	特社-E-C1	1.透過影片，知道借用請求協助的步驟。 2.透過不同情境演練，知道如何請求協助。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦(影 片、ppt)	
第八週	情緒繪本-彩色 怪獸	特社-E-A1	1. 共同閱讀繪本，認識 5 種基本情緒：快樂、傷心、生氣、害怕、平靜。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電 腦(ppt)、 彩色筆、 圖畫紙、 瓶子、亮 粉、膠水	
第九週			2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。			
第十週			3. 情緒著色：根據不同的情境，畫出相對應的情緒。並分享為什麼會畫出這樣的顏色(心情)。 4. 製作自己的彩色怪獸靜心瓶，並靜心活動練習。			
第十一週	十大情緒秘密 檔案	特社-E-A1	1. 認識情緒的定義(會有哪些外在表現、身體反應和心理感受)。 2. 透過情緒寶盒擴大不同的情緒及程度，並了解在不同情境下的心情、感受。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦、 情緒寶盒	
第十二週	我的心情我知 道	特社-E-A1	1. 複習情緒寶盒中的多種情緒及程度。 2. 紿予不同的情境，讓學生選擇自己的情緒，練習使用「我覺得(心情)，因為(事件)」表達自己的情緒。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦 (ppt)、 情緒寶 盒、情境 圖卡	
第十三週	桌遊-我的情緒 小怪獸	特社-E-A1	透過桌遊遊戲，分享自己發生這個情緒的事情，並解釋情緒的起因。	觀察評量 口頭評量 實作評量	桌遊(我的 情緒小怪 獸)	

第十四週	情緒大進擊	特社-E-A1	透過演練知道身體姿勢、表情和情緒的關係。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦 (ppt)、 情境圖卡	
第十五週	喜怒哀樂大會 串	特社-E-A1	1. 透過比手畫腳活動，觀察別人的情緒。 2. 了解相同情境，每個人的情緒感受不一定一樣，要學習尊受別人的情緒感受。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦 (ppt)、 情境圖卡	
第十六週	情緒繪本-愛生 氣的小王子	特社-E-A1	1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容，並分享自己的經驗。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電 腦(ppt)、 積木(或氣 球)	
第十七週			3. 透過氣球充氣或疊積木的活動，了解當負面情緒不斷累 積時，可能會傷人傷己。 4. 找出解決負面情緒的好方法。			
第十八週	情緒繪本-我好 難過	特社-E-A1	1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容，並分享自己的經驗。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電 腦(ppt)、 情境圖卡	
第十九週			3. 演練不同情境下，如何做出適當的反應處理自己的負面 情緒。			
第二十週	桌遊	特社-E-A1	1. 利用桌遊遊戲，讓學生複習情緒類型(情緒語詞)，培養 覺察自己各項情緒並能適當處理情緒的能力。	觀察評量 口頭評量 實作評量	桌遊	
第二十一週			2. 透過桌遊，覺察自己與他人情緒感受的不同。			
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	分享寒假生活	特社-E-C2	1. 請學生分享自己的寒假生活，練習口語表達能力。	觀察評量	電腦(ppt)	

			2. 能專心聆聽他人發言。 3. 說明這學期課程內容，並複習上課規則。	口頭評量 實作評量		
第二週	繪本-我會打招呼	特社-E-C2	1. 共同閱讀繪本-我會打招呼。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 3. 透過影片，學習打招呼的步驟。 4. 紿予情境進行演練。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt、影片)、情境圖卡	
第三週	繪本-森林裡的禮貌運動會	特社-E-C2	1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 3. 紿予不同情境，知道各種說「請、對不起、謝謝」的情境。 4. 在情境下，練習說請、對不起、謝謝。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt)、情境圖卡	
第四週			1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 3. 透過影片，知道如何主動加入他人遊戲的步驟。 4. 情境演練(包含被他人拒絕時，該如何應對)。 5. 入班觀察，及請學生練習開口邀請他人一起玩遊戲。			
第五週	繪本-其實我想跟你玩	特社-E-C2	1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 3. 透過影片，知道如何主動加入他人遊戲的步驟。 4. 情境演練(包含被他人拒絕時，該如何應對)。 5. 入班觀察，及請學生練習開口邀請他人一起玩遊戲。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt、影片)、情境圖卡	
第六週						
第七週						
第八週	繪本-螞蟻和西瓜(合作)	特社-E-C2	1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容。	觀察評量 口頭評量	繪本、電腦(ppt、	

第九週			2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 3. 透過影片，學習如何與他人合作。 4. 情境演練，知道在合作的過程中，可能會遇到哪些問題，如何因應。 5. 能與同儕一同完成作品。	實作評量	影片)、情境圖卡	
第十週						
第十一週						
第十二週			1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。			
第十三週	繪本-婷婷的好選擇(輪流與分享)	特社-E-C1 特社-E-C2	3. 透過影片，知道如何與他人分享及輪流。 4. 情境演練，除學習如何與他人分享外，也學習他人不想分享玩具或其他物品時，該如何應用。 5. 攜帶自己想分享的物品，與同學一起分享。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt、影片)、情境圖卡	
第十四週			6. 透過桌遊活動，練習等待與輪流。			
第十五週						
第十六週	繪本-我不要跟你玩了！	特社-E-C2	1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容。 2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 3. 了解故事中主角的情緒，並練習與他人溝通表達。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt、影片)、情境圖卡	
第十七週			4. 透過情境演練，學習當他人拒絕跟自己玩時如何應對。			
第十八週	繪本-我會讚美別人	特社-E-C2	1. 共同閱讀繪本，理解繪本內容，並分享自己的經驗。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦(ppt、影片)、情	

第十九週			2. 能專注聽教師的提問，並回答繪本相關問題。 4. 透過不同情境演練，學習讚美他人。 5. 能製作一張小卡片給同學，學習讚美他人。		境圖卡、 小卡片	
第二十週	邀請活動	特社-E-C2	1.練習邀請班上同學，一起參與活動。 2.學習當他人拒絕自己的邀請時如何應對。 3.在遊戲中練習等待與輪流。 4.遊戲活動後，以口頭方式練習讚美他人。	觀察評量 口頭評量 實作評量	桌遊	
第二十一週	總複習	特社-E-C2	複習情緒，並完成「我進步了！」學習單，畫出或寫出自己學到的或進步的地方。	觀察評量 口頭評量 實作評量	學習單	

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	社會技巧	每週節數	1	任教班級	一、三、四年級	教學者	李姿儀
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 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。		
	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。				特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。		
	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。				特社 B-I-3 人際關係的建立。		
	特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。				特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。		
	特社 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。				特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。		
	特社 2-I-11 在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助。				特社 A-II-1 基本情緒的表達。		
	特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。				特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。		
	特社 3-I-5 遵守教室規則。				特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。		
	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。				特社 B-II-3 團體的基本規範。		
	特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。				特社 B-II-4 衝突情境的因應。		
	特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。				特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。		
	特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。						

	<p>特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。</p> <p>特社 2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。</p> <p>特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。</p>	
--	---	--

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	認識我的情緒	特社-E-A1	<ol style="list-style-type: none"> 共同唸讀「小怪獸 EQ 繪本」，並回答相關問題。 認識快樂、生氣、難過、害怕、驚訝、被愛等情緒與感受。 製作自己的情緒小怪獸。 	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦、情緒圖卡、學習單	
第二週	情緒顏色溫度計	特社-E-A1	<ol style="list-style-type: none"> 學習用顏色區分與表達不同強度的情緒感受。 給予不同情境，依據情境，說出情緒感受。 	觀察評量 口頭評量	情緒圖卡、情境卡	
第三週	表情猜一猜	特社-E-A1	<ol style="list-style-type: none"> 辨識他人表情、眼神、動作，從他人表情、姿勢中推測對方情緒狀態。 進行「表情猜一猜」活動，透過圖片或表演，說出他人心情。 	觀察評量 口頭評量 實作評量	情緒圖卡、情境卡	
第四週	我的身體有感覺	特社-E-A1	<ol style="list-style-type: none"> 教導覺察情緒時身體的變化，如害怕或緊張時，會心跳快、手出汗等。 知道自己與他人在相同情緒時，可能會有不一樣的身體變化或反應。 	觀察評量 口頭評量	電腦、情境卡	
第五週	繪本-我很生氣	特社-E-A1	<ol style="list-style-type: none"> 共同唸讀「我很生氣怎麼辦」繪本，並回答問題。 	觀察評量	繪本、電	

第六週	怎麼辦		2. 學習情緒風暴來臨時的自我冷靜策略及處理方法。 3. 進行情境演練。	口頭評量 實作評量	腦、情境 卡	
第七週	繪本-很緊張 很緊張的沙丁 魚	特社-E-A1	1. 共同唸讀「很緊張很緊張的沙丁魚」，並回答問題。 2. 學習放鬆的方法，並進行演練。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電 腦、情境 卡	
第八週						
第九週	情緒小劇場	特社-E-A1	給予情境或遊戲，利用語言表達自己的心情，並嘗試以適當的方式處理自己負面的情緒。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦、情 境卡	
第十週	輪流是什麼？	特社-E-C2	1. 影片欣賞「排隊輪流玩」，並回答相關問題。 2. 知道輪流的步驟，並透過實際演練，練習輪流。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦、情 境卡	
第十一週	輪流、分享與 借東西	特社-E-C2	1. 能分辨「輪流、分享、借東西」的不同。 2. 知道有些東西是個人的，不能借也不能分享。 3. 共同唸讀「不借也沒關係」，理解別人不想借或分享是可以接受的。	觀察評量 口頭評量	繪本、電 腦、情境 卡	
第十二週						
第十三週	輪流遊戲練習	特社-E-C2 特社-E-B1	透過遊戲活動，練習輪流、等待、分享與借東西。	觀察評量 口頭評量 實作評量	桌遊、學 習單	
第十四週	繪本-不是只有 自己的事才重 要！	特社-E-A1	1. 共同唸讀「不是只有自己的事才重要！」，並回答問題。 2. 能介紹「同理心=站在別人立場想」概念，初步練習。	觀察評量 口頭評量	繪本、電 腦、情境 卡	
第十五週	幫助別人可以 怎麼做？	特社-E-A1	1. 共同唸讀「我也能幫忙」，學習主動關心他人，提供適當幫助。 2. 教導從他人需求出發去思考「幫忙」的行動。	觀察評量 口頭評量	繪本、電 腦、情境 卡	
第十六週	繪本-小老鼠	特社-E-A1	1. 共同唸讀「小老鼠別鬧了」，並回答問題。	觀察評量	繪本、電	

	別鬧了		2. 理解同理心，並進行練習。 3. 透過圖片及影片，從他人情緒、行為，嘗試說出他人的 情緒、想法或是否需要幫忙。	口頭評量 實作評量	腦、情境 卡	
第十七週	換位思考練習 屋	特社-E-A1	透過情境的練習，進行換為思考的練習。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦、情 境卡	
第十八週	認識自我	特社-E-A3	1. 共同唸讀「我們一樣，不一樣」，並回答問題。 2. 練習說出自己的優點。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、學 習單	
第十九週	人際特質	特社-E-A3	透過人際特質覺知卡，進行團體討論，了解哪些特質會較 受人歡迎。	觀察評量	人際特質 覺知卡、 學習單	
第二十週	我可以為自己 拍拍手	特社-E-A3	練習說出肯定自己的話語，如：在情境中練習說出「我 很棒，因為...」的句子	觀察評量 口頭評量 實作評量	人際特質 覺知卡、 學習單	
第二十一週						

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	認識複雜情緒	特社-E-A1	1. 共同唸讀「菲力的 17 種情緒」，並回答問題。 2. 認識嫉妒、緊張、羞愧等複雜情緒。 3. 純予圖片或影片，練習區辨混合情緒（如：又想又 怕、又喜歡又討厭）。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電 腦、情 境卡	
第二週						
第三週	表達難說的情 緒	特社-E-A1	透過不同的情境，認識及學習表達不容易說出口的感受， 如受傷、委屈。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦、情 境卡	
第四週	繪本-競合關 係	特社-E-B1 特社-E-C2	1. 共同唸讀「競合關係」，並回答問題。 2. 了解競爭與合作的關係。	觀察評量 口頭評量	繪本、電 腦	
第五週						
第六週	合作是什麼？	特社-E-B1	1. 共同唸讀「我們一起來幫忙」，並回答問題。	觀察評量	繪本、電	

		特社-E-C2	2. 學習任務分工、傾聽與互助。 3. 分辨哪些行為是合作，哪些是不合作。	口頭評量 實作評量	腦	
第七週	你和我一起玩	特社-E-B1 特社-E-C2	1. 建立邀請他人遊戲與應對拒絕的技巧。 2. 透過影片與步驟，學習如何邀請他人遊戲。 3. 透過情境的演練，進行被拒絕時的應對。	觀察評量 口頭評量 實作評量	電腦、情境卡	
第八週	邀請合作遊戲	特社-E-B1 特社-E-C2	練習邀請同學一同參與合作遊戲。	觀察評量 口頭評量 實作評量	桌遊、學習單	
第九週	繪本-小斑馬踢足球	特社-E-B1 特社-E-C2	1. 共同唸讀「小斑馬踢足球」，並回答問題。 2. 嘗試接受老師或同學指正，保持正向態度。 3. 紿予情境，練習給他人建議，及練習接受他人指正。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦、情境卡	
第十週	繪本-豬豬第一名	特社-E-B1 特社-E-C2	1. 共同唸讀「豬豬第一名」，並回答問題。 2. 認識比賽與合作中的輸贏情緒 3. 知道「努力過」比「輸贏」更重要。 4. 鼓勵從錯誤中學習，建立面對失敗的正向態度。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦	
第十一週	問題解決	特社-E-A2 特社-E-A3	1. 共同唸讀「蘇菲的帽子」，並回答問題。 2. 教導解決問題的步驟。 3. 透過情境圖卡，練習解決問題，並進行演練。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦、情境卡	
第十二週						
第十三週						
第十四週	繪本-我和同學吵架了	特社-E-B1 特社-E-C2	1. 共同唸讀「我和同學吵架了」，並回答問題。 2. 練習講述衝突的原因。 3. 引導思考解決的辦法。 4. 利用問題解決的步驟，進行解決吵架情境的演練。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦、情境卡	
第十五週						

第十六週	繪本-艾瑪和她的好朋友	特社-E-B1 特社-E-C2	1. 共同唸讀「艾瑪和她的好朋友」，並回答問題。 2. 練習講述誤會的原因及解釋誤會。 3. 利用問題解決的步驟，進行解決誤會情境的演練。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦、情境卡	
第十七週						
第十八週	你是我好朋友	特社-E-B1 特社-E-C2	1. 共同唸讀繪本，故事中如何維持友誼，例如說好話、解決爭吵、邀請一起玩。 2. 利用「朋友好話卡」教導正向語句，並進行情境演練。 3. 畫出自己和朋友一起做的事，或寫下「我想對朋友說的話」。	觀察評量 口頭評量 實作評量	繪本、電腦、情境卡	
第十九週						
第二十週	我的社會技巧寶盒	特社-E-A3	1. 製作「社會技巧寶盒」，討論：「我學到最重要的是什麼？」 2. 完成「我進步了！」學習單，畫出或寫下自己最棒的改變。	觀察評量 口頭評量 實作評量	學習單	
第二十一週						

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】。