

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學習策略融入國語領域。(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	四年級(D)	教學者	鍾旻育	
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-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。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。			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。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。				
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	建立課堂信任 情緒是怎麼來的	E-A1 特社-E-A1	-建立安全感與課堂規則 1. 自我介紹遊戲（我喜歡/不喜歡）			檔案評量 實作評量	影片 繪本	品德 教育

第二週		特社-E-A2	2. 課堂規則繪本導入《我們一起上課的約定》 3. 共創「我的安全小卡」：畫出讓我安心的事 4. 製作課堂視覺流程卡（今天會做什麼）	口語評量	製作材料	
第三週			-認識情緒與觸發事件 1. 觀看簡短影片《情緒來了怎麼辦》			
第四週			2. 配對情緒詞與臉部表情圖卡 3. 繪製「情緒小日記」：今天我有什麼感覺？為什麼？ 4. 探索身體警訊：當我生氣/難過時身體有什麼感覺？			
第五週	我的情緒地圖 我可以怎麼做？	E-A1 特社-E-A1 特社-E-A2	-區分情緒強度與表現方式 1. 製作「情緒紅綠燈」圖卡 （綠：平靜、黃：不安、紅：爆炸） 2. 用角色小劇場示範三種情緒強度反應 （小怒／中怒／大爆炸） 3. 事件/情境討論：當我處在紅燈區，我會怎麼做？	檔案評量 實作評量 口語評量	冷靜工具箱 情緒圖卡	品德教育
第六週			-學習情緒調節方法 1. 操作「冷靜工具箱」（泡泡球、紓壓小物）			
第七週			2. 練習「3次深呼吸+數到10」冷靜法			
第八週			3. 小書製作：「我冷靜下來的方式」書			
第九週	壓力出現時…… 壓力可以這樣解	E-A1 特社-E-A1	-辨識壓力來源與反應 1. 聆聽壓力繪本《我的腦袋太擠了！》	檔案評量 實作評量	繪本	

第十週		特社-E-A2	2. 圖卡分類活動：這是壓力還是生氣？ 3. 身體偵探遊戲：哪裡會有緊繃感？（塗色活動） 4. 學習替代性紓壓行為 -學習替代性紓壓行為 1. 紓壓卡片製作（每張代表一種放鬆活動） 2. 實作紓壓站（畫畫、折紙、握壓球） 3. 討論與回饋：哪一種最適合我？	口語評量	圖卡 製作材料	
第十一週						
第十二週						
第十三週	情緒冷靜步驟卡 誰惹我生氣了？	E-A1 特社-E-A1 特社-E-A2	-建立冷靜 SOP 流程 1. 範例說明：「小明生氣的三步驟」 2. 自訂「我生氣時的三步驟卡」（圖像或手勢） 3. 演練流程：模擬生氣情境，使用步驟卡處理 -分析衝突與後果 1. 討論衝突觸發情境（插隊、搶東西） 2. 情緒火山圖製作：我爆發的原因是什麼？ 3. 畫出兩種結果：衝動 vs. 冷靜，會有什麼後果？	檔案評量 實作評量 口語評量		品德教育
第十四週						
第十五週						
第十六週						
第十七週	衝突處理三步驟 行為和後果	E-A1 特社-E-A1 特社-E-A2	-練習回應策略 1. 教授三步驟：「停下來—說清楚—想方法」 2. 角色扮演遊戲卡（兩人一組演練不同衝突） 3. 問答活動：「這樣處理會有什麼結果？」 -行為與結果連結思考 1. 行為連結圖卡	檔案評量 實作評量 口語評量	遊戲卡 選擇樹	品德教育
第十八週						
第十九週						

第二十週			：「我做了什麼→別人怎麼反應→我有什麼後果」 2. 操作選擇樹：走 A 行為→後果是？走 B 呢？ 3. 案例分析：從故事找出不同行為造成的不同影響			
第二十一週	評量週					
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	課程說明/ 我能做得到嗎？ 不同老師的規則	E-A1 特社-E-A1 特社-E-A2	-嘗試實際採取新行為策略 製作「我挑戰成功了」任務卡，設計今日任務（如：遇到打斷時舉手請求）	檔案評量 實作評量 口語評量	教材教料	品德教育
第二週			-小任務進行與記錄 回顧：我做到了什麼？有沒有遇到困難？			
第三週			-認識不同課堂規則 1. 蒐集不同科任老師規則卡（實際詢問並圖像化）			
第四週			2. 比一比規則：哪些一樣？哪些不一樣？ 3. 製作「換老師不慌張」小提醒卡			
第五週	上課中斷怎麼辦？ /我有備案！	E-A1 特社-E-A1 特社-E-A2	-面對臨時情境的調整能力 1. 舉例不同突發情境（老師不在、停電、轉課） 2. 分析情境：這時我應該怎麼辦？ 3. 完成「情境應變圖」：情境 → 我的做法	檔案評量 實作評量 口語評量	教材教料	品德教育
第六週			-發展備案能力與替代行為			
第七週						

第八週			1. 教導替代語句：「如果不能……，那我可以……」 2. 實際練習轉換想法（如不能畫畫就畫塗鴉） 3. 製作備案卡片「我的選項輪盤」			
第九週	我的行為記錄簿 /情緒挑戰任務	E-A1 特社-E-A1 特社-E-A2	-建立行為自我覺察 1. 簡介「行為記錄三要素」： 發生什麼→我怎麼做→結果如何 2. 自訂記錄格式（文字/圖畫皆可） 3. 實作一日記錄，教師提供正向回饋 4. 整合情緒與衝突處理能力 1. 建構挑戰任務場景（如：被說話打斷、遊戲輸了） 2. 學生選擇策略應對（使用前學過的冷靜卡、替代語句） 3. 教師記錄與回饋：做得好的地方與下次可加強處	檔案評量 實作評量 口語評量	教材教料	生命教育
第十週						
第十一週						
第十二週						
第十三週	小組合作練習 成果回顧與自評	E-A1 特社-E-A1 特社-E-A2	-練習團體互動與自我控制 1. 合作活動任務（如拼圖接力、2人畫畫） 2. 過程中記錄自己的情緒變化 3. 合作結束後回饋：我遇到什麼情緒？我是怎麼處理的？ -練習反思與自我評估 1. 完成「這學期我學到的3件事」海報 2. 自評表：我最進步的是？我還需要努力的是？ 3. 教師一對一口語回饋	檔案評量 實作評量 口語評量	教材教料	
第十四週						
第十五週						
第十六週						
第十七週	家長分享週 （彈性）	E-A1 特社-E-A1	-家庭參與與共識建立	檔案評量 實作評量	教材教料	資訊教育

第十八週	學期總結與慶祝	特社-E-A2	1. 選擇性邀請家長參加（或書面溝通） 2. 學生展示自己作品與情緒小工具 3. 家長回饋：哪些在家也能試試看？ -正向總結與動機延伸	口語評量		
第十九週						
第二十週			1. 情緒勇士獎狀頒發 2. 分享同儕或教師的稱讚語 3. 討論：下學期我想繼續挑戰什麼？寫下願望卡			
第二十一週	評量週					

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】。

課程科目名稱	學習策略	每週節數	1	任教班級	六年級(C)	教學者	鍾旻育	
學習重點	學習表現				學習內容			
	特學 1-III-5 將需記憶的學習內容與既有的知識產生連結。 特學 1-III-6 自行找出並標記學習內容的重點。 特學 1-III-7 條列學習內容的重點。 特學 1-III-9 表達文章內容的核心與重要概念。				特學 A-III-3 學習內容的記憶方法。 特學 A-III-4 重點標記或圖示。 特學 A-III-5 文章段落關係和核心概念。			
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	課程說明/ 導入與 自我認識/ 連結大作戰	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	說明這學期的排課方式與課程大綱。 學習內容			口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	閱讀素養
第二週			1. 能初步認識「學習策略」，並了解是幫助自己學習的方法。					
第三週			2. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整)					
第四週			學習歷程 檢核表、五點量表、圖片配對活動、文章結構法、寫作策略					
第五週	記憶策略初探/什麼是重點？	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	學習內容			口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	
第六週			1. 能使用分類或口訣等策略記憶 3 項資訊。 2. 能辨識段落中的「重要詞語」。					

第七週			3. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整)			
第八週			<u>學習歷程</u> 圖片配對活動、找關鍵字、寫作策略			
第九週	我會圈重點 /拆句子	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	<u>學習內容</u> 1. 能在段落中圈出 2~3 個重點詞。 (圈出不同重點並做比較) 2. 能將段落資訊條列成清單。 3. 能整理段落中的三個重點並條列書寫。 4. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整)	口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	海洋教育
第十週						
第十一週						
第十二週			<u>學習歷程</u> 短句拆解與畫心智圖策略、圖像+條列+分享、圈出「重要人、事、物」			
第十三週	核心在哪裡？/ 段落有什麼關係？	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	<u>學習內容</u> 1. 能說出一段文章的主旨或中心句。 2. 能分辨段落中起承轉合或前後因果。 3. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整)	口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	
第十四週						
第十五週						
第十六週			<u>學習歷程</u> 圈出主題句、畫出「發展圖(時間序)」			
第十七週	圖像式	E-A2	<u>學習內容</u>	口語評量	自製文本	品德教育

第十八週	整理術	特學 E-A1 特學-E-C3	1. 能用圖表整理段落內容。	紙筆評量	學習單	
第十九週			2. 能用列表表整理三個活動與感受。			
第二十週			3. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整)			
第二十一週	學習歷程					
	分享、圖表整理、視覺引導與提示					
第二十一週	評量週					
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	課程說明/ 段落順序我最會 (因果+時間順序)	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	說明這學期的排課方式與課程大綱。	口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	法治教育
第二週			學習內容			
第三週			1. 複習與強化策略應用（標記重點、圖像整理、條列記憶）			
第四週			2. 強調文章核心概念與段落關聯			
			3. 引導學生能「說出」或「寫出」重要內容			
			4. 複習時間順序詞（早上、接著、最後）			
			5. 閱讀文本並剪貼段落順序卡			
			6. 圖像任務：畫出故事的三個時間點			
			7. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整)			
			學習歷程			
			圖表整理、視覺引導與提示			

第五週	圖像讀書法 (用圖表整理內容) / 關鍵詞	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	<u>學習內容</u> 1. 能用圖像（流程圖、列表圖）整理文章重點。 2. 能圈出文章的關鍵詞（人、事、時間、地點）。 3. 能認識列表圖與流程圖。 4. 能閱讀文本並標記重點詞語（可用螢光筆。 5. 能口頭摘要文章。 6. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力 與需求調整)	口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	閱讀素養
第六週						
第七週						
第八週						
			<u>學習歷程</u> 圖表整理、視覺引導與提示、摘句子重點、學習策略			
第九週	三明治筆記 法/重點整 理王（文章 主旨判讀）	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	<u>學習內容</u> 1. 能學會用「重點句＋細節＋結果」筆記法簡化段落。 2. 能從文章中找出「最重要的一句」。 3. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力 與需求調整)	口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	性別平等
第十週						
第十一週						
第十二週						
			<u>學習歷程</u> 1. 學習步驟： （1）開頭：發生什麼事 （2）中間：發展或細節 （3）結尾：結果或感受 2. 學習策略：三明治筆記法、圈出「主題句」 3. 示範如何從句子中判斷主題			

第十三週	閱讀 統整實作	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	學習內容 1. 能綜合使用圖表、條列與關鍵詞整理文本。 2. 能從文章中找出「三個重點」並用圖表呈現。 3. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整) 4. 閱讀文本 → 依「時間—事件—感受」整理。	口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	家庭教育
第十四週						
第十五週						
第十六週						
第十七週	策略應用總 回顧 (畢業周)	E-A2 特學 E-A1 特學-E-C3	學習內容 1. 策略回顧。 2. 能根據文章類型，選擇一種合適的整理策略。 3. 文本(參考基本學力檢測的閱讀理解測驗，再依學生的能力與需求調整)	口語評量 紙筆評量	自製文本 學習單	
第十八週						
第十九週						
			學習歷程 圖像提示、提示詞彙表、學習策略			