

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)

【特殊情況說明】因校區分散，因此分成不同組別，又 B、C 組學生程度相近，故由兩位老師共同設計能通用的人際互動課程，並依校區分成本校 A 組(高組)、本校 B 組(低組)、分校 C 組(低組)

課程科目 名稱	社會技巧/ 獨立式排課	每週節數	A 組 1 節 B 組 2 節 C 組 1 節	任教班級	A: 402(鍾生) -本校高組 B: 402(盧生) -本校低組 C: 403、603 -分校低組	教學者	王溱喜 溫莉琪
學習重點	學習表現			學習內容			

<p>特社1-I-3學習面對可能遭遇的失敗。</p> <p>特社1-I-4察覺自己與他人對自己的看法或態度。</p> <p>特社1-I-5在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。</p> <p>特社1-II-1嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。</p> <p>特社1-II-4嘗試使用策略解決問題並接納後果。</p> <p>特社2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。</p> <p>特社2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。</p> <p>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> <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3-II-4遇到困難時，具體說明需要的協助。</p>	<p>特社A-II-2 壓力源的評估與處理。</p> <p>特社A-II-3 自我接納與激勵。</p> <p>特社B-II-1 訊息解讀的技巧。</p> <p>特社B-II-3 團體的基本規範。</p> <p>特社B-II-4 衝突情境的因應。</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	自我介紹 與認識	特社-E-B1	1. 課程目的和目標說明 2. 學習夥伴認識與介紹	觀察 評量	社會能力 剖面圖	【生命 教育】
第二週	加入對話 (6-8)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>▲目標：讓學生了解「加入對話」的定義與意義</p> <p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「加入對話」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p> <p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「加入對話」的成功的步驟</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>問題解決連結：設定情境中若加入對話被拒絕，如何表達失望、如何另</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 紙袋、照片、公仔等	【性別 平等】

			<p>找其他對象或調整方式。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 語言模板練習：「我可以一起玩嗎？」「你們在聊什麼？」等簡單句型重複練習，建立安全開場方式。</p> <p>2. 非語言提示辨識：如學習看對方臉部表情、肢體姿態是否開放，以幫助選擇何時加入對話。</p>		
第三週	加入對話 (6-8)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>▲目標：運用技巧於模擬生活情境，實際操作成功步驟</p> <p>1. 複習「加入對話」的成功步驟。</p> <p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>強化正向回饋策略：給他人空間、等待對方講完、用問句開場等，讓角色扮演後可以討論「哪裡做得好、哪裡可以改進」。</p> <p>☑ 低組（自閉症生）加強重點：</p> <p>1. 降低語言負擔，提供支架：使用對話卡、圖片提示、對話開場選擇題，降低即興困難。</p> <p>2. 反覆練習與同儕示範：可搭配模型示範（教師先演），再由學生模仿，提升參與信心。</p>	觀察 評量	<p>1. Super skills 書籍</p> <p>2. 課程簡報</p> <p>3. 角色扮演情境條與道具</p> <p>【人權教育】</p>
第四週	加入對話 (6-8)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>▲目標：應用技巧於更自由、互動性更高的場域</p> <p>1. 複習「加入對話」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：加入對話賓果</p> <p>3. 練習活動 II：主題式對話</p>	觀察 評量	<p>1. Super skills 書籍</p> <p>2. 對話賓果卡、代</p> <p>【生命教育】</p>

			<p>✓ 高組加強重點： 規則內自我管理：遊戲中若賓果未達成、或對話不中意時，需練習「處理失敗的情緒」與「換句話說」。</p> <p>✓ 低組加強重點： 主題式對話中的句型重複：以主題設計句型（如：我的興趣是…、你喜歡…嗎？）讓學生練習對話延續。</p>		幣、紙和筆、板夾	
第五週	桌遊練習	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作</p> <p>✓ 高組加強重點：注意對於輸贏表現的態度</p> <p>✓ 低組加強重點：實際練習口語對話</p>	觀察 評量	桌遊	【人權教育】
第六週	交換對話 (6-9)	特社-E-B1 特社-E-C2	<p>▲目標：認識什麼是「交換對話」，了解雙向互動的基本概念</p> <p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「交換對話」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p> <p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「交換對話」的成功步驟</p> <p>✓ 高組加強重點： 「傾聽」的情緒管理連結：強化「別人說話時我會有點不耐煩，這時可以怎麼做？」等情緒自我調節策略。</p> <p>✓ 低組加強重點： 1. 建立基本交換對話模型：如「你說—我說—你說—我說」簡單回合制示意圖。 2. 明確定義何為『交換』：搭配圖片或影片範例，比較「獨白」與「交換」的差異（例如：連續講 vs. 有人回答你）。</p>	觀察 評量	<p>1. Super skills 書籍</p> <p>2. 課程簡報</p> <p>3. 主題對話提示卡、碼錶</p>	【性別平等】
第七週	交換對話	特社-E-B1	<p>▲目標：在熟悉的情境中運用交換對話技巧</p>	觀察	1. Super	【人權

	(6-9)	特社-E-C2	<p>1. 複習「交換對話」的成功步驟。</p> <p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 自我監控練習：「我剛剛有問問題嗎？我有聽他回答嗎？」可用簡單的自評表做反思。</p> <p>2. 從『發洩情緒』轉向『交換觀點』：例如情境若涉及衝突（弟弟搶玩具），引導他練習用對話表達、詢問對方而不是直接指責。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 使用對話提示卡與對話框架：給予固定句型（你喜歡什麼？我喜歡…那你呢？），幫助學生模仿對話節奏。</p> <p>2. 一對一搭配、逐步擴展：先從師生對演，逐步引導到學生之間，避免初期出現「你說完我不知道要回什麼」的情況。</p>	評量	skills 書籍 2.課程簡報 3.角色扮演情境條與道具	【教育】
第八週	交換對話 (6-9)	特社-E-B1 特社-E-C2	<p>▲目標：在有趣、有結構的活動中自然練習交換對話的技巧</p> <p>1. 複習「交換對話」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：對話劇本</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>利用劇本安排角色衝突或話語接力點，讓學生練習如何用問句或回應延續對話。</p> <p>*加入「輪到誰」的視覺提示，協助孩子等待、準備好自己的輪次。</p>	觀察 評量	1.Super skills 書籍 2.課程簡報 3.劇本 AB、照片、信封、開始對話卡	【生命教育】

			<ul style="list-style-type: none"> ✓ 低組加強重點： 劇本內容簡單且重複性高，讓學生熟悉「提問—回答—回問」的節奏。 * 結合表情卡、小物件輔助演出，降低抽象困難。 			
第九週	桌遊練習	特社-E-A2	<p>使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 高組加強重點：留意是否專心聆聽遊戲規則說明 ✓ 低組加強重點：練習表達玩遊戲的感受 	觀察 評量	桌遊	【人權教育】
第十週	解讀別人的感覺 (7-6)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>▲目標：建立學生對「別人有情緒」這件事的意識，並知道如何辨識</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點 2. 成功的步驟：展示「解讀別人的感覺」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。 3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「解讀別人的感覺」的成功的步驟 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 高組加強重點： 1. 強化同理心概念：引導學生思考「如果是你，你會怎麼想？」以提升對他人情緒的想像與體會。 2. 區分自己情緒 vs 他人情緒：有情障傾向的學生常會把自己的情緒投射出去，需要學習「他現在看起來難過，不代表他討厭我」。 ✓ 低組加強重點： 1. 聚焦「可觀察的線索」：如臉部表情、聲音大小、身體動作等具體線索（不是推論性情緒）。 2. 搭配圖片或角色卡示範：使用具體圖片（哭泣、皺眉、微笑）配合臉 	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 書籍：A-Z 你是否和我一樣的感覺	【性別平等】

			部表情卡幫助學生建立「情緒外觀與內在感覺」連結。			
第十一週	解讀別人的感覺 (7-6)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 複習「解讀別人的感覺」的成功步驟。</p> <p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 練習辨識他人情緒並做出適切反應：如看見同學低頭、聲音變小，是否能適當問候：「你還好嗎？」。</p> <p>2. 引導從他人角度思考情緒原因：例如：他生氣可能是因為…？不是針對我。</p> <p>3. 避免過度反應與誤解情緒訊號：引導學生區辨「對方看起來不開心」不等於「他不喜歡我」。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 使用視覺支架輔助推理：例如「情緒圖卡 + 情境圖 + 選擇題」幫助學生推敲：「他現在會是什麼情緒？」。</p> <p>2. 強化一對一互動角色扮演：減少刺激，讓學生專注觀察對方臉部或語氣表現。</p> <p>3. 可用「表情猜猜看」遊戲作為過渡，從靜態圖到動態演出逐步過渡。</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 角色扮演情境條與道具	【人權教育】
第十二週	解讀別人的感覺 (7-6)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 複習「解讀別人的感覺」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：情緒賓果 1</p> <p>3. 練習活動 II：情緒賓果 2</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 雜誌、膠	【人權教育】

			<p>4. 練習活動 III：情緒拼貼</p> <p>☑ 高組加強重點： 加入「配對活動」：表情 + 情境圖 + 對應語句，例如：他看起來很難過→可能是玩具被拿走了→我可以說…。</p> <p>☑ 低組加強重點： 設計「抽卡配對」搭配賓果：抽一張「表情卡」，在賓果中找到相符的圖片，並說出為什麼是那種感覺。</p>		水、剪刀、情緒賓果卡	
第十三週	桌遊練習	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作</p> <p>☑ 高組加強重點：玩遊戲完，能根據別人的面對輸贏和反應，說出別人的感受。</p> <p>☑ 低組加強重點：能在教師的詢問下觀察別人在遊戲過程中開心或難過會有那些表情或反應(看臉、看動作、聽聲音)。</p>	觀察評量	桌遊	【人權教育】
第十四週	處理問題(8-9)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>▲目標：讓學生了解「遇到問題」是正常的事，並有方法可以解決</p> <p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「處理問題」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p> <p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「處理問題」的成功的步驟</p> <p>☑ 高組加強重點： 1. 幫助學生建立「問題不是攻擊」，降低指責與防禦反應。 2. 建立「我有選擇」的概念：提供學生具體的替代策略清單(如：請求協助、冷靜一下、找大人)來取代「生氣、推人、逃避」。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p>	觀察評量	<p>1. Super skills 書籍</p> <p>2. 課程簡報</p> <p>3. 椅子、音樂(輪替用)</p>	【性別平等】

			<p>1.定義什麼是「問題」：用具體例子說明（如：玩具壞了、朋友不跟我玩、聽不懂指令）建立「問題感知」。</p> <p>2.結合圖片+語句教學：搭配圖片（問題情境）與對應語句（例如：我可以說什麼？）作為溝通練習起點。</p>			
第十五週	處理問題 (8-9)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>▲目標：將問題情境具象化，引導學生使用步驟應對</p> <p>1.複習「處理問題」的成功步驟。</p> <p>2.角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3.角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1.強化步驟中的「停一下」與「想辦法」環節：協助學生不衝動反應，建立等待思考的習慣（可加入小道具如「暫停牌」）。</p> <p>2.讓學生說出多種可能解決方法：例如遇到朋友不借東西，可以怎麼辦？→說請求句、換別的東西玩、等一下再問。</p> <p>3.鼓勵情緒表達+問題解決並行：例如：「我現在有點生氣，但我可以試試……」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1.使用選擇題式角色扮演：讓學生從圖卡中選擇對應的解決方法，再模仿說出語句。</p> <p>2.搭配「情境圖卡 + 選擇回應卡」輔助演出：例如圖卡：「積木被搶走」→ 回應卡：「請你還我」、「我可以等你玩完」。</p> <p>3.先從單一情境開始練習，再慢慢擴展到不同場域（例如家庭→學校→社區）。</p>	觀察 評量	1.Super skills 書籍 2.課程簡報 3.角色扮演情境條與道具	【人權教育】
第十六週	處理問題	特社-E-A2	▲目標：用趣味活動強化學生「辨認問題」與「選擇策略」的能力	觀察	1.Super	【人權

	(8-9)	特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 複習「處理問題」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：問題在哪裡</p> <p>3. 練習活動 II：被破壞的棋盤遊戲</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 建立問題解決語句範本：例如：「我可以怎麼辦？」「我可以說……」。</p> <p>2. 練習同一情境中有多種解決方案。</p> <p>3. 情緒管理+冷靜等待再處理問題：模擬遊戲中有人破壞棋盤，練習先表達情緒、再提出方法。</p> <p>4. 角色切換練習：讓學生同時練習「被破壞方」與「無意中破壞方」角色，提升理解他人行為的視角。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 具體指導「對話流程」：如：看到棋盤亂了→說：「你弄亂了！」→老師引導說：「你可以怎麼說比較好？」→「請你幫我排好」。</p> <p>2. 協助建立「修復行為」範本：例如：「我不是故意的」、「我可以幫你重新排好」，讓學生有替代語句可模仿。</p>	評量	skills 書籍 2.課程簡報 3.桌遊	【教育】
第十七週	桌遊練習	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作</p> <p>☑ 高組加強重點：觀察在遊戲過程中是否能夠等待？</p> <p>☑ 低組加強重點：能夠在不小心犯錯時，主動說出「抱歉！」</p>	觀察 評量	桌遊	【人權 教育】
第十八週	持續工作 (7-3)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>▲目標：讓學生理解「持續工作」是一種努力的行為，而不是只有興趣才做。</p> <p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「持續工作」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p>	觀察 評量	1.Super skills 書籍 2.課程簡報 3.大型拼圖 /拼板	【人權 教育】

			<p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「持續工作」的成功步驟</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 釐清「無聊也可以堅持做完」的概念：讓學生知道不是每件事都好玩，但可以設定「做完小任務」的目標獲得成就感。</p> <p>2. 導入「情緒與任務分離」的概念：練習用語句如：「我不喜歡這個活動，但我可以試著做看看。」引導情緒不干擾任務。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 強調「做完」的明確結束標記：如：貼紙貼完、表格打勾完、有明確圖片提示結束，建立工作的邊界感。</p> <p>2. 搭配視覺提示與獎勵預告：使用「現在做到這裡 → 還有三個就完成」的視覺提示，並有工作完成後的小獎勵（如玩具時間、讚美卡）。</p>			
第十九週	持續工作 (7-3)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>▲目標：將「持續完成工作」的挑戰情境具體化，引導應對策略</p> <p>1. 複習「持續工作」的成功步驟。</p> <p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 加入「中途想放棄」的模擬情境：例如畫畫畫到一半，覺得不想繼續，可以說什麼？怎麼辦？</p> <p>2. 強化「自我對話」策略：例如：「我已經做到一半了，再一下就完成」、「我可以休息一下再繼續」。</p> <p>3. 模擬中斷後再重回任務的經驗：例如手機響了→被吸引→怎麼樣才</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 角色扮演情境條與道具	【生命教育】

			<p>能「回到原本的工作」。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 使用視覺時間提示卡（倒數卡或沙漏）：讓學生知道「再做3分鐘就結束」這樣可見的進度感。 2. 加入「幫助請求」句型練習：例如：「我需要幫忙」、「我做不出來，可以你幫我嗎？」 			
第二十週	持續工作 (7-3)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>▲目標：實際在活動中練習「開始—持續—完成」的歷程與策略。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 複習「持續工作」的成功步驟。 2. 練習活動 I：尋字活動 3. 練習活動 II：稍較須耐力/耐心的桌遊或紙牌活動 4. 練習活動 III：美勞活動 <p>☑ 高組加強重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 引導使用「自己設定階段性小目標」的策略，如：「我先找3個字→再找下一排」，提升任務掌控感。 2. 鼓勵學生自己說出：「我還差幾個就完成」或「我找到這些了，再一點點」，培養內在語言支援。 3. 桌遊設計中融入等待輪流與計分機制，鼓勵堅持到結束，避免途中情緒波動中止。 <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>「耐心等待」的幫助卡，如：「等一下輪到我」，降低等待焦躁感。</p>	觀察 評量	<ol style="list-style-type: none"> 1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 國字造詞單、桌遊、色紙、毛根、4K 圖畫紙 	【生命教育】

第二十一週	總複習	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	1. 複習本學期所學課程 2. 票選最喜歡課程	觀察 評量	課程簡報	【生命 教育】
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	回顧(上 學期)與 計畫(本 學期)	特社-E-C2	1. 課程目的和目標說明 2. 應用「加入對話」、「持續工作」、「提供建議」、「解讀別人感覺」等技能，分享寒假生活	觀察 評量	課程簡 報、照片	【生命 教育】
第二週	處理憤怒 (7-3)	特社-E-A2 特社-E-C2	1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點 2. 成功的步驟：展示「處理憤怒」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。 3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「處理憤怒」的成功步驟 <input checked="" type="checkbox"/> 高組加強重點： 1. 協助區分「不開心 vs 生氣 vs 暴怒」的感覺與行為，避免情緒混淆。 2. 透過情境圖片或短片，討論：哪些行為是「對的生氣處理方式」？哪些會傷害他人？ <input checked="" type="checkbox"/> 低組加強重點： 強調視覺化的表情辨識(利用表情圖卡、情緒量表或角色娃娃)	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 色筆、圖 畫紙、積 木、氣球	【人權 教育】
第三週	處理憤怒 (7-3)	特社-E-A2 特社-E-C2	1. 複習「處理憤怒」的成功步驟。 2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境(學校、家庭、社區)下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報	【人權 教育】

			<p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 針對「誤解、不被尊重、被冤枉」等常見憤怒觸發情境設計劇情</p> <p>2. 引導學生練習「選擇不同的應對方式」並比較結果（生氣大叫 vs 冷靜說出 vs 找老師協助）</p> <p>3. 強調「情緒後果反思」：這樣做之後，我有更好或更糟？</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 情境設計盡量具體簡單，例如：「有人不借你玩具」「由別人先玩」</p> <p>2. 搭配角色卡（如：小貓很生氣、小狗想哭）引導情境模仿</p> <p>3. 練習選擇圖卡：「你會怎麼辦？—大叫／捶桌子／深呼吸／說請你還我」</p>		3. 角色扮演情境條與道具	
第四週	處理憤怒 (7-3)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>1. 複習「處理憤怒」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：生氣指數</p> <p>3. 練習活動 II：憤怒棋盤遊戲</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 練習用語句表達情緒與需要，如：「我很生氣，因為我覺得被誤會了」</p> <p>2. 熟練使用「我的感覺+原因+我希望」句型來取代爆發（例如：「我現在很生氣，因為你搶我東西，我希望你下次可以先問我。」）</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>讓學生演練「做什麼可以讓我冷靜下來」：如用呼吸球、轉轉瓶、捏捏球等具體物品配合操作</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 膠帶、棋盤遊戲	【生命教育】
第五週	桌遊練習	特社-E-A2	使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作	觀察	桌遊	【人權】

		特社-E-C2	<p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 桌遊過程中刻意創造小挫折（例如規則變更、換人成功、被搶分）作為練習素材</p> <p>2. 引導學生表達當下情緒，並練習不衝動行動（如：用語言表達 VS 丟棋子）</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 若遊戲進行失序或挫折時，教師可即時示範「我好像有點不開心，但我可以慢慢說」等情緒建模</p> <p>2. 可提供「冷靜提示卡」或「我需要幫忙」卡片給學生作為選項</p>	評量		【教育】
第五週	妥協(8-4)	特社-E-B2 特社-E-C2	<p>▲目標：建立情緒調節、立場彈性與問題解決能力</p> <p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「妥協」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p> <p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「妥協」的成功步驟</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 透過討論式問題引導：</p> <p>- 「如果你跟同學想玩不同的遊戲，可以怎麼辦？」</p> <p>- 「妥協和讓步有什麼不同？」</p> <p>2. 引導學生理解：妥協不是輸，是雙贏。可用範例說明「我讓一點、你也讓一點，大家都可以玩得開心！」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>強調「一起開心」的概念，建立「我可以退一步」不等於「我輸了」</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 餅乾	【人權教育】
第六週	妥協(8-4)	特社-E-B2	1. 複習「妥協」的成功步驟。	觀察	1. Super	【人權教育】

		<p>特社-E-C2</p> <p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 納入更生活化、常見爭議場景：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 「分小組時和朋友意見不同怎麼辦？」 - 「家庭聚餐想吃不同的東西該怎麼協商？」 <p>2. 演完後加入反思引導：「如果不妥協會怎樣？妥協後大家感覺如何？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 劇情情境可簡化如：想玩不同的玩具、想聽不同的故事</p> <p>2. 每組搭配提示卡：怎麼問？怎麼說？（例如：「我們可以輪流嗎？」）</p>	<p>評量</p>	<p>skills 書籍</p> <p>2.課程簡報</p> <p>3.角色扮演情境條與道具</p>	<p>【教育】</p>
<p>第七週</p>	<p>妥協(8-4)</p>	<p>特社-E-B2</p> <p>特社-E-C2</p> <p>1. 複習「開始交談」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：談話券</p> <p>3. 練習活動 II：交談啟動者</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 加入情境挑戰題卡：「朋友不同意我的建議，該怎麼開始談妥協？」</p> <p>2. 練習正向語句引導：「我有一個想法，你想聽嗎？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 提供「我可以這樣說」圖片語句卡，例如：「我想玩這個，你呢？」</p> <p>2. 演練「友善說出我想法」→ 接「聽聽別人的意見」</p>	<p>觀察 評量</p>	<p>1.Super skills 書籍</p> <p>2.妥協遊戲卡</p>	<p>【人權教育】</p>

第八週	桌遊練習	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 設計「誰先開始／玩法不同／要不要合作」等常見分歧點，鼓勵學生透過討論解決</p> <p>2. 記錄學生是否能自然提出「那我們怎麼一起玩？」這類妥協性語句</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>當遊戲出現輪流/規則問題時，教師示範「可以怎麼妥協」，然後再請學生模仿</p>	觀察 評量	桌遊	【人權 教育】
第九週	保持彈性 (8-5)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>▲目標：希望幫助學生建立面對改變、失望或突發狀況的重要社會技巧</p> <p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「保持彈性」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p> <p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「保持彈性」的成功步驟</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 利用討論方式引導思考：</p> <p>- 「如果今天活動改變了，你會怎麼辦？」</p> <p>- 「事情不如預期時，有哪些選擇？」</p> <p>2. 舉例與學生日常貼近的情境，例如：「老師說今天不能玩你最喜歡的遊戲，怎麼辦？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 搭配手偶或布偶模擬情境，幫助學生投入與理解</p> <p>2. 強調彈性就是「不生氣、換個方法也可以玩得開心」</p>	觀察 評量	1.Super skills 書籍 2.課程簡報	【性別 平等】
第十週	保持彈性	特社-E-A2	<p>1. 複習「保持彈性」的成功步驟。</p>	觀察	1.Super	【人權 教育】

	(8-5)	特社-E-C2	<p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 情境設計多元且貼近學生實際經驗，如：預期小組合作但組員臨時換人、想參加的活動被取消……</p> <p>2. 演完後鼓勵學生自我反思：「當下我有其他方法嗎？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>鼓勵使用替代語句如：「我們可以這樣也不錯」</p>	評量	skills 書籍 2.課程簡報 3.角色扮演情境條與道具	
第十一週	保持彈性 (8-5)	特社-E-A2 特社-E-C2	<p>1. 複習「保持彈性」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：會呼吸的黏土</p> <p>3. 練習活動 II：靈活的創作</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 引導思考：「這跟我們的想法一樣嗎？原本固定的也可以改變」</p> <p>2. 延伸對話：「如果事情不像你預期，你可以怎麼讓自己像黏土一樣彈性？」</p> <p>3. 給予限制條件（如：不能用黑色筆，或畫面要改主題）</p> <p>4. 鼓勵學生接納限制、變通思考，分享：「本來想畫 A，但後來我換成 B，結果更有趣！」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 引導孩子邊玩邊說：「黏土可以變形，我也可以改變想法」</p>	觀察 評量	1.Super skills 書籍 2.課程簡報 3.黏土、Gumby 玩偶、紙和筆、美勞用品、玩具兵	【生命教育】

			<p>2. 強調遊戲式學習：「原本要做車車，改成做餅乾也可以！」</p> <p>3. 活動設計不要太難，改變條件要明確且簡單（如：「只能用紅色畫」）</p> <p>4. 練習用語句卡說出自己的「新點子」，例如：「我改畫貓咪也很開心」</p>			
第十二週	桌遊練習	<p>特社-E-A2</p> <p>特社-E-C2</p>	<p>使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 桌遊過程中故意設計「規則變動」、「抽卡失誤」、「排隊順序改變」等突發狀況</p> <p>2. 引導學生反應：「遇到變化我可以怎麼辦？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>請學生說出：「我本來是怎樣，現在變成怎樣，我可以接受」</p>	觀察 評量	桌遊	【人權 教育】
第十三週	接受建議 (8-8)	<p>特社-E-A2</p> <p>特社-E-B1</p> <p>特社-E-C2</p>	<p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「接受建議」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p> <p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「接受建議」的成功步驟</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 引導學生思考：「為什麼有時候我們不想聽別人的建議？是自尊？還是誤會？」</p> <p>2. 利用實際生活例子，討論接受建議的好處，例如： - 「朋友提醒你筆蓋沒蓋好，結果筆壞了怎麼辦？」</p>	觀察 評量	<p>1. Super skills 書籍</p> <p>2. 課程簡報</p> <p>3. 迷宮遊戲</p>	【性別 平等】

			<p>- 「老師建議改寫作文，結果分數更高了，你怎麼看？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 以具體範例搭配圖片輔助，例如：</p> <p>- 「媽媽說穿雨衣比較不會淋濕，結果真的下雨了」</p> <p>2. 搭配圖示卡片（建議人→行動→結果），幫助理解「建議=幫助我的方法」</p>			
第十四週	接受建議 (8-8)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 複習「接受建議」的成功步驟。</p> <p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 演出「當下不願意接受→後來理解→願意嘗試」的過程</p> <p>2. 引導學生說出：「雖然我一開始不太想接受，但我發現…」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 設計「常見情境配對卡」如：</p> <p>- 「老師提醒不要打斷別人→我說好的」</p> <p>- 「朋友建議排隊要守規矩→我說謝謝你提醒」</p> <p>2. 輔助語句卡：「我聽到了、謝謝你」、「我可以想一想再決定嗎？」</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 角色扮演情境條與道具	【人權教育】
第十五週	接受建議 (8-8)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 複習「接受建議」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：知識遊戲</p> <p>3. 練習活動 II：建築師與建造工人</p> <p>☑ 高組加強重點：</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 建築積木、益智	【人權教育】

			<p>練習回饋語：「謝謝你提醒我那一題答案錯了！」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>演練回應語句：「我原本這樣放，後來聽你的建議試試看，效果更好」、「我試試看」、「你這樣說我懂了」</p>		遊戲	
第十六週	桌遊練習	<p>特社-E-A2</p> <p>特社-E-C2</p>	<p>使用班上桌遊進行社會技巧演練及實作</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 在桌遊中刻意安排「失誤提醒」、「策略討論」，學生需回應同伴建議</p> <p>2. 討論：「你今天有聽從建議嗎？結果怎麼樣？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 教導說出：「你可以幫我嗎？」→「謝謝你教我」等實用語句</p> <p>2. 給予具體建議卡片讓同伴使用，如：「可以先走藍色的」、「試著用兩步走」</p>	觀察 評量	桌遊	【人權教育】
第十七週	提供協助 (7-8)	<p>特社-E-A2</p> <p>特社-E-B1</p> <p>特社-E-C2</p>	<p>1. 介紹技能：使用簡短的問題討論或活動，告知該社會技能的重點</p> <p>2. 成功的步驟：展示「提供協助」的成功步驟，讓學生唸出，並且期待於課堂中運用出來。</p> <p>3. 暖身活動：利用簡短且直接的活動做出「提供協助」的成功的步驟</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 問題引導討論：</p> <p>- 「你上次主動幫助別人是什麼時候？」</p> <p>- 「別人需要幫助時，我們怎麼知道？怎麼給幫助又不讓人覺得不舒服？」</p>	觀察 評量	<p>1. Super skills 書籍</p> <p>2. 課程簡報</p> <p>3. 糖果</p>	【人權教育】

			<p>2. 引導區辨：「主動幫忙」與「干擾對方」的差異。 例如：別人正在寫功課，我問：「要幫忙找橡皮擦嗎？」這樣是禮貌的幫助。</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 以圖片或影片方式呈現「有人需要幫助」的情境（如：東西掉了、搬不動椅子）</p> <p>2. 提問引導：「你看到什麼？你可以怎麼幫助？」</p>			
第十八週	提供協助 (7-8)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 複習「提供協助」的成功步驟。</p> <p>2. 角色扮演 I：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>3. 角色扮演 II：抽籤決定在各種設定情境（學校、家庭、社區）下遇到的情況，引導下簡短演出情境，並將成功步驟演出來。</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 增加情境難度，例如：協助年幼弟妹、爺爺奶奶等不同對象，如：「看到同學的水灑出來，我說：『我幫你拿衛生紙好嗎？』」</p> <p>2. 加入討論：「如果對方說不用幫忙，我們該怎麼做？」→「尊重是協助的一部分」</p> <p>3. 練習語句：「你需要我幫忙嗎？」、「我可以協助你什麼呢？」</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>強化基本用語(可提示固定句型)： 「我幫你拿」、「我幫你撿」、「不客氣」、「你需要幫忙嗎？」</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報 3. 角色扮演情境條與道具	【人權教育】
第十九週	提供協助 (7-8)	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 複習「提供協助」的成功步驟。</p> <p>2. 練習活動 I：點心小幫手</p>	觀察 評量	1. Super skills 書籍 2. 課程簡報	【人權教育】

			<p>3. 練習活動 II：助人小站</p> <p>☑ 高組加強重點：</p> <p>1. 練習語句如：「你要不要叉子？我可以拿給你」</p> <p>2. 點評他們是否有用正確語句、適當幫忙</p> <p>☑ 低組加強重點：</p> <p>1. 指定任務（例如：「幫老師發杯子」）</p> <p>2. 進行後給予具體稱讚：「你有先問對方、輕聲說話、很好喔！」</p>		3. 做點心的材料、助人任務所需的用品	
第二十週	期末回顧	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 檢視本學期的學習內容與目標</p> <p>2. 檢視自己的成長與需求</p>	觀察 評量	課程簡報、活動照片、紀錄單	【生命教育】
第二十一週	期末回顧	特社-E-A2 特社-E-B1 特社-E-C2	<p>1. 檢視本學期的學習內容與目標</p> <p>2. 票選最喜歡課程</p>	觀察 評量	課程簡報、活動照片、紀錄單	【生命教育】

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	生活管理/獨立式排課	每週節數	一節	任教班級	402	教學者	溫莉琪	
學習重點	學習表現				學習內容			
	特生 1-sP-1 覺察及表達飢餓和飽足的生理反應。				特生 C-sP-3 身體的清潔方式。			
	特生 1-sP-6 自我檢視並控制飲食行為和習慣。				特生 D-sP-4 健康的生活習慣。			
	特生 1-sP-7 表達穿著衣物的不適感並請求更換。				特生 E-sP-3 塑膠貨幣與行動支付的認識與使用。			
	特生 1-sP-8 維持衣著整潔，並每日換洗貼身衣物。				特生 G-sP-1 家電用品的認識。			
	特生 1-sP-10 視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。				特生 I-sP-1 家庭成員的互動和家庭倫理。			
	特生 1-sP-16 具備洗手、洗臉、刷牙及使用牙線的技能。				特生 I-sP-1 家庭成員的互動和家庭倫理。			
	特生 1-sP-17 完整清潔身體各部位。				特生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。			
	特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。				特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。			
	特生 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。				特生 C-sA-3 簡易儀容裝扮的技巧。			
	特生 1-sP-22 具備危險意識，並能主動或依指示遠離危險情境。				特生 F-sP-1 環境衛生的觀念。			
	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。							
	特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。							
特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。								

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	相見歡	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 資源班師生彼此自我介紹。 2. 資源班教師介紹教室常規與獎勵制度。 3. 資源班學生現況能力檢測。	口頭回答	PPT 加分板	
第二週	自我照顧 (儀容衛生)	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 檢查儀容： 練習時常照鏡子整理自己的服裝儀容(整理頭髮、洗臉、梳頭髮、紮衣服…)。 2. 能依照天氣穿搭、調整衣物 3. 適時修剪自己的指甲(練習剪指甲) 4. 能主動在適當時機刷牙 5. 在正確的洗手時機(如：飯前、如廁後…)進行洗手(內外夾弓大立腕)。 6. 能夠愛清潔，確實每天洗澡	口頭回答 紙筆評量 實作評量	PPT 加分板	【家庭教育】
第三週	自我照顧 (儀容衛生)	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 檢查儀容： 練習時常照鏡子整理自己的服裝儀容(整理頭髮、洗臉、梳頭髮、紮衣服…)。 2. 能依照天氣穿搭、調整衣物 3. 適時修剪自己的指甲(練習剪指甲) 4. 能主動在適當時機刷牙 5. 在正確的洗手時機(如：飯前、如廁後…)進行洗手(內外夾弓大立腕)。 6. 能夠愛清潔，確實每天洗澡	口頭回答 紙筆評量 實作評量	PPT 影片、加分板	【家庭教育】

第四週	我的每日生活	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 早上起床後的基本生活流程（如：起床 → 洗臉 → 刷牙 → 吃早餐）。 2. 建立良好的日常生活習慣與時間概念。 3. 透過圖卡與角色扮演，練習生活行為的正確順序與操作方法。 4. 培養學生的自理能力與生活責任感。 	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片 加分板	【家庭 教育】
第五週	我的每日生活	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 早上起床後的基本生活流程（如：起床 → 洗臉 → 刷牙 → 吃早餐）。 2. 建立良好的日常生活習慣與時間概念。 3. 透過圖卡與角色扮演，練習生活行為的正確順序與操作方法。 4. 培養學生的自理能力與生活責任感。 	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片 加分板	【家庭 教育】
第六週	我會自己穿衣服	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識不同種類的衣物與其用途（如：上衣、褲子、外套、鞋子、襪子）。 2. 練習分辨季節性衣物（如：夏天穿短袖，冬天穿外套）。 3. 學習正確穿脫衣物與鞋襪的步驟與技巧。 4. 培養整理與收納個人衣物的好習慣。 	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片 加分板	【家庭 教育】
第七週	如廁禮儀	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 先敲門，聽聽看是否有人回應。 2. 若沒有位置要等待。 3. 小便時不左顧右盼，要專心瞄準馬桶。 3. 使用完畢要沖水。 	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片 加分板	【家庭 教育】
第八週	整理好我的小書包	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過 PPT、影片、實作等方式指導整潔的重要。 2. 呈現整齊與髒亂的書包、抽屜圖卡，讓學生觀察並說出想法。 3. 學習「書包、抽屜、置物櫃」等保持整齊乾淨的定義。 4. 學習將書包內的物品（課本、作業、文具用品、通知單等）做分類。 5. 學習整理書包的步驟與技巧。 	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、 檢核表 (含提示 圖片)、 加分板	【家庭 教育】

			6.學習將抽屜內、置物櫃內的物品（課本、作業、學習用品、衛生用品等）做分類。 7.學習整理抽屜、置物櫃的步驟與技巧。 8.利用檢核表(圖案提示)，檢查有收拾好即可打勾。			
第九週	整理好我的小書包	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1.透過PPT、影片、實作等方式指導整潔的重要。 2.呈現整齊與髒亂的書包、抽屜圖卡，讓學生觀察並說出想法。 3.學習「書包、抽屜、置物櫃」等保持整齊乾淨的定義。 4.學習將書包內的物品（課本、作業、文具用品、通知單等）做分類。 5.學習整理書包的步驟與技巧。 6.學習將抽屜內、置物櫃內的物品（課本、作業、學習用品、衛生用品等）做分類。 7.學習整理抽屜、置物櫃的步驟與技巧。 8.利用檢核表(圖案提示)，檢查有收拾好即可打勾。	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、 檢核表 (含提示 圖片)、 加分板	【家庭教育】
第十週	我愛乾淨的餐前準備	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1.透過影片或圖片說明，了解手上與桌面可能藏有細菌，強化衛生觀念。 2.實際到洗手台操作「內外夾弓大立腕」六步驟，老師逐步示範，學生依序練習。 3.發給學生濕紙巾或抹布，練習擦拭自己的桌面、椅子及擺放餐具的位置。 4.透過日常練習或任務卡記錄（如貼紙收集），強化洗手 → 清潔桌面 → 擺好餐具的連貫流程。	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、抹 布、加分 板	【家庭教育】
第十一週	認識餐具	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1.說說看，這是什麼餐具？ 2.了解餐具之危險性，如：刀、叉。 3.如何正確使用餐具（了解各種餐具的用法）。 4.選用適合的餐具，如：吃飯用湯匙、吃麵用筷子、吃蛋糕用刀、叉……。	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、湯 匙、筷 子、叉 子、水果 刀、加分 板	【家庭教育】

第十二週	我會使用餐具	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1 透過示範與圖片，讓學生觀察正確握法與不當姿勢的差異。 2. 學生分組練習夾棉花球、小海綿或小食物，從遊戲中學習握筷技巧；用湯匙舀乒乓球或水珠進行趣味練習。 3. 學習基本用餐行為（如不講話時咀嚼、不敲碗筷、安靜排隊取餐），可透過影片或戲劇活動加強印象。	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、餐具、兵乓球、筷子、棉花球、加分板	【家庭教育】
第十三週	用餐禮儀	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 透過 PPT、影片、實作等方式指導以下概念： (1) 用餐時能坐好不奔跑 (2) 盛取食物戴口罩、不交談(以免噴入口水)。 (3) 拿取適量飲食(吃得完的量，不浪費)。 (4) 口含食物不交談。 (5) 不可拿餐具隨意揮舞 2. 實際演練: 用餐坐姿、使用餐具方式	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片、餐具、加分板	【家庭教育】
第十四週	餐後小幫手	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 了解餐後要處理的事項：整理桌面、洗碗…。 2. 練習擰乾抹布(提醒如何對摺抹布、擰完不滴水) 3. 練習洗碗(提醒洗碗精用量、仔細刷洗、沖乾淨) 4. 回家任務：幫忙洗碗(檢核表)。	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片、抹布、加分板	【家庭教育】
第十五週	做自己身體的主人	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 影片欣賞：『做身體的主人』。 (1) 詢問是否認識自己的身體? (2) 說說看，認識了身體哪些部位? (3) 介紹身體隱私部位。 2. 情境圖片引導思考圖片中的行為是否為無傷大雅的玩笑。 3. 引導思考哪些時候會讓你覺得不舒服? 4. 說明如何做自己身體的主人 (1) 未經當事人的同意不可以做當事人不喜歡的事情。 (2) 遇到不舒服的碰觸，立即跟對方表示「不要碰我」，而	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、 『做身體的主人』 影片、加分板	【家庭教育】

			<p>且趕快跑走，然後報告老師(爸爸、媽媽)。(4R 推、叫、跑、說)</p> <p>(3)相信自己的直覺，不要忽視或懷疑自己，理直氣壯的表達自己的憤怒，向在場的人大聲說出自己的遭遇。</p> <p>(4)將自己的遭遇告訴他人。</p> <p>5. 演練 4R 推、叫、跑、說。</p>			
第十六週	做自己身體的主人	<p>特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2</p>	<p>1. 影片欣賞：『做身體的主人』。</p> <p>(1)詢問是否認識自己的身體？</p> <p>(2)說說看，認識了身體哪些部位？</p> <p>(3)介紹身體隱私部位。</p> <p>2. 情境圖片引導思考圖片中的行為是否為無傷大雅的玩笑。</p> <p>3. 引導思考哪些時候會讓你覺得不舒服？</p> <p>4. 說明如何做自己身體的主人</p> <p>(1)未經當事人的同意不可以做當事人不喜歡的事情。</p> <p>(2)遇到不舒服的碰觸，立即跟對方表示「不要碰我」，而</p> <p>且趕快跑走，然後報告老師(爸爸、媽媽)。(4R 推、叫、跑、說)</p> <p>(3)相信自己的直覺，不要忽視或懷疑自己，理直氣壯的表達自己的憤怒，向在場的人大聲說出自己的遭遇。</p> <p>(4)將自己的遭遇告訴他人。</p> <p>5. 演練 4R 推、叫、跑、說。</p>	<p>口頭回答 紙筆評量 實作評量</p>	<p>PPT、 『做身體的主人』 影片、 加分板</p>	【安全教育】
第十七週	自我保護	<p>特生-P-A1 特生-P-A2</p>	<p>1. 繪本欣賞：「怪叔叔」Flash 動畫故事。</p> <p>2. 討論:從這個故事中，你學到了什麼？</p>	<p>口頭回答 紙筆評量</p>		【安全教育】

		特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<p>(1)不接受陌生人的搭訕</p> <p>(2)遇到危險趕快離開。</p> <p>(3)隨身攜帶哨子，用來求救。</p> <p>(4)不單獨行動，結伴而行。</p> <p>3. 討論：在學校要如何避免危險發生？</p> <p>(1)不要單獨太早到學校或太晚離開學校。</p> <p>(2)不要自己一人到沒人注意的地方玩。</p> <p>(3)要去哪裡一定要跟老師報告。</p> <p>4. 說明在外遇到危險、困難，可尋求幫助的對象及店家。</p> <p>5. 演練：</p> <p>(1)反覆練習：「阿姨，外面有一個人在跟蹤我，你可不可以幫我？」</p> <p>(2)練習大聲叫「救命啊」。</p>	實作評量		【性侵防治】
第十八週	認識危險 (遠離性騷擾)	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<p>1. 透過圖片、繪本認識身體部位。</p> <p>2. 了解隱私部位不應隨意露出或讓人觸碰，同時也不能隨意觸碰別人的隱私部位。</p> <p>3. 【表達訓練】</p> <p>句型一：不行摸！（當有人想摸隱私部位時應立即制止）</p> <p>句型二：走開！不要過來！</p> <p>1. 透過教師示範進行學習</p> <p>2. 實際做對話演練。</p>	口頭回答 紙筆評量 實作評量	PPT、繪本學習單、加分板	【安全教育】 【性侵防治】
第十九週	生病怎麼辦？ 我會照顧自己	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<p>1 幫助學生理解常見的生病徵兆（如發燒、咳嗽、頭痛等），並學會表達自己不舒服的感受。</p> <p>2. 介紹量體溫的步驟與工具（如水銀溫度計、電子體溫計），並進行實際操作練習。</p> <p>3. 教學生如何向大人報告自己感到不適（如：「我不舒服，我發燒了」），並強調要及時告知。</p> <p>4. 介紹一些簡單的處理方式（如喝水、休息、使用退燒</p>	口頭回答 紙筆評量 實作評量	PPT、繪本學習單、加分板	【安全教育】

			藥)與如何遵從醫生的指示。			
第二十週	我會說出我的需要	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 讓學生能夠清楚表達自己不舒服或需要協助(例如:「我肚子痛」或「我需要幫忙」)。 2. 教導學生一些常用的求助語句(如:「請幫我」或「我需要老師的幫忙」),並進行角色扮演練習。 3. 讓學生了解在什麼情況下應該向家長、老師或其他信任的大人尋求幫助(如生病、迷路、遇到困難等)。 4. 鼓勵學生在表達需求時保持禮貌,並學會聆聽他人的回應,強調簡潔清楚的溝通方式。	口頭問答 觀察評量 實作評量		【安全教育】
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	分享生活點滴	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 資源班師生彼此分享假期生活的點滴。 2. 資源班教師複習教室常規與獎勵制度。 3. 資源班學生現況能力檢測。	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片 加分板	【家庭教育】
第二週	我會綁鞋帶	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 能穿脫自己的襪子。 2. 能穿拖自己的鞋子 (如:將鞋帶打結穿上、撕除或黏貼魔鬼氈等)。 3. 練習打蝴蝶結。	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片 加分板	【家庭教育】
第三週						
第四週	美肌小達人	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 欣賞歌曲《幸福的孩子愛唱歌》。 2. 引導出臉部五官的重要性: (1)每個人的五官都是獨一無二的、特別的。 (2)喜愛自己的長相。 (3)尊重他人長相的不同。 3. 說明正確洗臉的步驟:	口頭問答 觀察評量 實作評量	PPT、影片 加分板	【家庭教育】
第五週						

			(1)溫水濕潤臉部 (2)洗面乳要起泡 (3)輕輕打圈按摩(T字部位、雙頰、額頭、下巴) (4)清水清洗臉部泡泡 (5)毛巾輕輕拍乾 (6)徹底檢查髮際 4. 實際演練。			
第六週	我會刷牙	特生-P-A1	1. 觀看影片、繪本了解蛀牙的原理。 2. 了解需要刷牙的時機。 3. 實際指導如何進行刷牙。 4. 回家任務：自己刷牙時，對照著圖片刷完牙後打V	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、影 片 牙刷、加 分板	【家庭 教育】
第七週		特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2				
第八週	認識危險(室內)	特生-P-A1	1. 避免溼手碰觸插座。 2. 避免碰觸烤箱、瓦斯爐等熱源。 3. 以盆子裝洗澡水時，要先放冷水。 4. 不在樓梯探頭、奔跑。	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、影 片 加分板	【安全 教育】
第九週		特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2				
第十週	認識危險(室內)	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 避免溼手碰觸插座。 2. 避免碰觸烤箱、瓦斯爐等熱源。 3. 以盆子裝洗澡水時，要先放冷水。 4. 不在樓梯探頭、奔跑。	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、加 分板	【安全 教育】
第十一週	遊戲安全守則	特生-P-A1	1. 透過觀看圖片或影片，討論圖片中的人物在玩樂時是否安全？可能有什麼危險？要如何調整？ 2. 注意遊樂器材是否壞掉？是否以正確方式使用器材？ 3. 學會輪流(不爭先恐後或是推擠)、避免攀高(除非大人已布置好安全情境才可以)。	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、加 分板	【安全 教育】
第十二週		特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2				
第十三週	安全小達人	特生-P-A1 特生-P-A2	1. 能辨識家庭中常見的用電與用水設備(如插座、電線、瓦斯爐、熱水器、水龍頭等)，了解其基本用途與潛在危	口頭問答 觀察評量實	PPT、加 分板	【安全 教育】

		特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	險性。 2.能透過模擬操作或圖片選擇活動，正確示範基本的用電用水安全行為，例如：不用濕手碰插頭、不拉扯電線、關緊水龍頭等。 3.能表現出主動注意生活中用電用水安全的態度，願意遵守安全規則，並在發現危險時能向成人或老師求助。	作評量		
第十四週	交通安全 我知道	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1. 能辨識常見交通號誌（如紅綠燈、人行道標誌、禁止通行標誌等）及其意義，初步了解遵守交通規則的重要性。 2. 能透過角色扮演或實地模擬活動，正確示範安全過馬路的步驟（如：停、看、聽、舉手）及安全搭乘交通工具的行為（如：不奔跑、不探出車窗、繫好安全帶）。 3. 能主動展現遵守交通安全規則的態度，願意提醒同伴注意交通安全，並在需要時尋求大人協助。	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、加 分板	【安全 教育】
第十五週						
第十六週	解決生活問題	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1.讓學生分享自己在家中經常遇到的問題： (1)吃飯時間沒飯吃 (2)物品（口罩、衣服）髒了 (3)弄壞物品了 (4)媽媽只對妹妹好 2.師生共同討論如何解決學生在家中經常遇到的問題。 3.實際演練：解決家中生活問題的方法。	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、加 分板	【安全 教育】
第十七週						
第十八週	我會找路	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	1.能認識校園與社區中常見的場所（如：教室、圖書館、警察局、超商、郵局等）與相關標誌，了解這些場所的功能與用途。 2.能在教師或引導者協助下，根據地圖、標誌或簡單指示，練習尋找特定地點，提升方向感與空間概念。 【表達訓練】 1.你好，請問郵局在哪裡？ 2.請問我要找地圖的這個超商，要往哪裡走呢？	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、加 分板	【家庭 教育】
第十九週				口頭問答 觀察評量實 作評量		

第二十週	受傷了怎麼辦	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1 特生-P-C1 特生-P-C2	<p>1. 認識常見的受傷情況(破皮、瘀青、流血、燙傷)，要能根據所看到的圖片描述傷口。</p> <p>2. 利用各種不同傷口圖卡(破皮、瘀青、流血、燙傷)，讓學生配對造成傷口的原因(如：剪刀圖片、熱鍋圖片……)。</p> <p>3. 觀看影片認識以下幾種簡易的急救處理方式：割傷、骨折(不要搬動)、燙傷(沖脫泡蓋送)。</p> <p>4. 找人求救。</p> <p>【表達訓練】</p> <p>句型一：(對象的稱呼)，我的(身體部位)+(狀態)！ 如：老師，我的手流血了！</p> <p>句型二：說明發生什麼事，包含地點、做了什麼？ 如：我在走廊，踩到水滑倒了！</p> <p>1. 透過教師示範進行學習。</p> <p>2. 實際做對話演練。</p>	口頭問答 觀察評量實 作評量	PPT、加 分板	【家庭 教育】
第二十一週						

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	生活管理(低年級組)	每週節數	低年級-5	任教班級	特教班	教學者	金姝玟
學習重點	學習表現				學習內容		
	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 2-sP-7 正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。 特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	特生 A-sP-3 餐具的辨認與選擇。 特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 A-sP-7 餐前準備與餐後收拾的技巧。 特生 F-sP-1 環境衛生的觀念。 特生 F-sP-2 清潔用品的認識與使用。 特生 F-sP-3 清掃工作的技能。 特生 C-sP-1 如廁技巧。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。					

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	我是用餐高手	特生-P-A1 特生-P-A2	1. 能維持適當的姿勢等待盛飯	實作評量 真實評量 口語評量 動態評量	餐具、教室實物器材、教師助理員協助訓練	配合健體-生活作息與健康
第二週			2. 聽到老師叫到名字時馬上起立去大餐桌拿飯			
第三週			3. 能主動向協助盛飯的老師說：謝謝老師			
第四週			4. 能說出住要菜色的名稱。			
第五週			5. 能以適當的速度用餐。			
第六週			6. 吃飯時能使用餐具吃飯，不用手吃飯或玩食物。			
第七週			7. 能在提示下說出飯後任務：洗碗、刷牙、洗臉、擦桌子、上廁所			
			8. 能在洗完碗後檢查是否有將碗洗乾淨			
第八週	洗臉刷牙我最行	特生-P-A1 特生-P-A2	1. 能在自己的置物籃裡拿出自己的刷牙用具。	實作評量 真實評量 口語評量 動態評量	牙刷牙膏 牙線棒、 口腔潔牙 教具、簡 報、影片 動畫、教 師助理員 協助訓練	
第九週			2. 當發現有菜渣卡牙縫時，能使用牙線棒挑出菜渣。			
第十週			3. 能使用口腔潔牙教具，拿著牙刷說出刷牙口訣：刷平平的地方 12345、刷外面 12345、刷裡面 12345。			
第十一週			4. 能使用口腔潔牙教具搭配口訣做動作。			
第十二週			5. 能在老師以口訣提示後，自己拿著牙刷刷在正確位置。			
第十三週						
第十四週						
第十五週	我能自己上廁所	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1	1. 能在感受到尿意時，向老師或助理阿姨說：「老師/阿姨，我想要去廁所。」。	實作評量 真實評量 口語評量 動態評量	教室實物器材、教師助理員協助訓練	【性別平等】 【性侵防治】 配合健體-如
第十六週			2. 能在下課鐘響後先覺察自己有沒有尿意。			
第十七週			3. 能夠把自己的衣、褲都拉到適當的位置，在如廁時。			
第十八週			4. 上完廁所能夠自己數到 5，等尿液都已滴入馬桶中才進行穿褲子。			
第十九週						
第二十週						

第二十一週			<p>5. 能把內褲、外褲依序穿好，用大拇指與其餘四指合作拉住褲頭往上穿，使褲頭不捲曲。</p> <p>6. 如廁完的洗手能更加獨立。</p> <p>7. 學習如廁時如何保護自己及他人隱私，並且學習保護自身安全及求救方式。</p>			廁好習慣
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	保留情形檢測 與加強	特生-P-A3	<p>1. 檢測上學期已訓練的項目</p> <p>2. 加強訓練已遺忘的部分</p> <p>3. 增加已能執行部分的品質</p>	實作評量 真實評量 口語評量 動態評量	教室實物 器材、教師助理員 協助訓練	
第二週						
第三週						
第四週						
第五週	家事達人— 我會幫忙做事 情	特生-P-A2	<p>1. 能聽指令將同學的棉被放在指定的位置。</p> <p>2. 能將同學的碗和湯匙配對放好在餐桌上。</p>	實作評量 真實評量 口語評量 動態評量	教室實物 器材、教師助理員 協助訓練	
第六週		特生-P-A3				
第七週		特生-P-B1				
第八週	家事達人— 抹布擦擦擦、 刷子刷刷刷	特生-P-A1 特生-P-A3	<p>1. 我會擰抹布、摺抹布及將抹布掛好</p> <p>2. 用抹布擦桌子</p> <p>3. 用抹布擦窗戶</p> <p>4. 我會將刷子、刷子要刷的物品正確配對</p> <p>5. 刷洗廁所洗手台</p> <p>6. 刷洗走廊洗手台</p> <p>7. 刷洗馬桶</p>	實作評量 真實評量 口語評量 動態評量	教室實物 器材、教師助理員 協助訓練、自編 教材	
第九週						
第十週						
第十一週						
第十二週						
第十三週						
第十四週						
第十五週	我能自己解決 問題	特生-P-A1	<p>1. 日常決定-對日常生活中簡單選擇做出決定(如：選擇衣物、書本、教室內休閒器具等)</p>	實作評量 真實評量	自編教 材、情境	搭配國 語-接
第十六週						

第十七週		特生-P-A2 特生-P-B1	2. 問題解決-獨立解決日常生活中的問題(如：教室對話響了、有人來教室找老師、想玩的器材被別人借走了等)	口語評量 動態評量	練習、教室實物器材	電話、綜合-友善的互動
第十八週						
第十九週						
第二十週						
第二十一週						

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	生活管理(中高年級組)	每週節數	中年級-5 高年級-6	任教班級	特教班	教學者	李旻芳
學習重點	學習表現			學習內容			
	特生 1-sP-1 覺察及表達飢餓和飽足的生理反應。 特生 1-sP-2 使用適當的餐具進食。 特生 1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。 特生 1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理。 特生 1-sP-6 自我檢視並控制飲食行為和習慣。 特生 1-sP-11 分類衣物並收納保管。 特生 1-sP-12 覺察並表達如廁需求，能自行或由他人協助前往廁所。 特生 1-sP-14 精熟如廁技巧，如攜帶衛生紙、穿脫褲子、擦拭、沖水、洗手等。			特生 A-sP-1 飲食需求的表達。 特生 A-sP-2 進食技巧。 特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 A-sP-7 餐前準備與餐後收拾的技巧。 特生 A-sP-8 用餐禮儀。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。 特生 C-sP-1 如廁技巧。 特生 C-sP-2 如廁禮儀。			

<p>特生 1-sP-16 具備洗手、洗臉、刷牙及使用牙線的技能。</p> <p>特生 1-sP-17 完整清潔身體各部位。</p> <p>特生 1-sP-18 具備洗髮、梳髮、整髮的技能。</p> <p>特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。</p> <p>特生 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。</p> <p>特生 1-sP-23 描述不適症狀，請求協助或表達就醫需求。</p> <p>特生 1-sP-26 表現規律的生活習慣與作息，從事適當的運動與休閒。</p> <p>特生 1-sP-27 覺察並接受青春期之身心理變化。</p> <p>特生 1-sP-28 使用家中常備藥品，遵守用藥安全，並配合醫囑。</p> <p>特生 1-sA-4 遵守有益身體健康的飲食原則，並理解飲食與疾病的關係。</p> <p>特生 1-sA-7 整理及收納個人衣物。</p> <p>特生 1-sA-11 選用適合自己的盥洗清潔及美容美髮用品。</p> <p>特生 1-sA-12 表現疾病預防的健康行為。</p> <p>特生 1-sA-16 養成良好的運動與休閒習慣。</p> <p>特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。</p> <p>特生 2-sP-7 正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。</p>	<p>特生 C-sP-3 身體的清潔方式。</p> <p>特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。</p> <p>特生 C-sP-5 個人清潔。</p> <p>特生 C-sA-1 青春期的清潔衛生。</p> <p>特生 D-sP-3 常見疾病的預防與處理。</p> <p>特生 D-sP-4 健康的生活習慣。</p> <p>特生 D-sP-5 安全用藥。</p> <p>特生 E-sP-1 日常財物的使用與保管。</p> <p>特生 F-sP-1 環境衛生的觀念。</p> <p>特生 F-sP-2 清潔用品的認識與使用。</p> <p>特生 F-sP-3 清掃工作的技能。</p> <p>特生 J-sP-1 交通工具的認識。</p> <p>特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。</p> <p>特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。</p> <p>特生 K-sP-1 就讀學校的認識。</p>
--	---

<p>特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。</p> <p>特生 3-sP-4 認識消費場所及完成消費行為。</p> <p>特生 3-sP-5 遵守公共場所及設施的使用規範。</p> <p>特生 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力。</p> <p>特生 4-sP-3 能自行設定目標。</p> <p>特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。</p> <p>特生 4-sP-5 能反省自己的行為與學習表現。</p> <p>特生 4-sP-6 能自我激勵。</p>	<p>特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。</p> <p>特生 K-sP-5 購物的流程與技巧。</p> <p>特生 L-sP-1 自我目標的設定。</p> <p>特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。</p> <p>特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。</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	健康作息準備與訓練	特生-P-A1	【中、高年級】 1. 洗手-洗手的時機、維持水槽與地板的整潔 2. 如廁-表達如廁需求、配合學校作息時間如廁、如廁後清潔 3. 刷牙-刷牙的時機、刷牙的技巧 4. 飲食-定時定量、覺察飽足，用餐能力訓練 【高年級】 能在固定作息時間主動前往指定作息活動的區域	實作評量、真實評量	生活作息 視覺提示、鐘聲 聲音或音樂提示、 教師助理 員協助訓練	配合健體-生活作息與健康
第二週						
第三週						
第四週						
第五週	行動與交通安全	特生-P-A1	【中、高年級】 1. 辨識-辨識社區環境中常見交通工具 2. 搭乘-遵守指示搭乘交通工具 3. 號誌-社區中常見交通號誌之意義 4. 規則-遵守常用交通工具之規則	動態評量、實作評量、真實評量	圖片、交通安全教育網、實際走訪搭乘、教師	搭配國語-搭車有禮貌、綜合-交
第六週						
第七週						
第八週						

			【高年級】 能說出交通安全錯誤情境題中的修正方式		助理員協助訓練	通安全 【交通安全】
第九週	自我決策-自主行為	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1	【中、高年級】 1. 日常決定 -對日常生活中簡單選擇做出決定(如:選擇衣物、書本、教室內休閒器具等)	實作評量	自編教材、情境練習、教室器材	搭配國語-接電話、綜合-友善的互動
第十週			2. 問題解決 -獨立解決日常生活中的問題(如:教室電話響了、有人來教室找老師、想玩的器材被別人借走了等)			
			【高年級】 能說出做決定的依據或理由			
第十一週	環境清潔與維護	特生-P-A1 特生-P-C1	【中、高年級】 維持個人物品擺放秩序-書包	動態評量、實作評量、真實評量	各類清潔用品與收納位置、教師助理員協助訓練	搭配綜合-綜合家事分擔
第十二週			【高年級】 書包的夾層應用與擺放原則			
			【中、高年級】 維持個人物品擺放秩序-置物櫃			
			【高年級】 區分合適放置物櫃和不合適的物品,並說明原因			
第十三週			【中、高年級】 完成簡單家事-折衣服(分能力設定衣物難度)			
			【高年級】 將衣物進行分類			
第十四週	【中、高年級】 補充生活用品-衛生紙、濕紙巾、垃圾袋等					
	【高年級】 打開不同包裝的生活用品					
第十五週	【中、高年級】 進行單一清潔工作-拖地					

			【高年級】 拖地前後準備與收拾、拖把合適放置方式			
第十六週			【中、高年級】 進行單一清潔工作-清洗洗手台 【高年級】 不同刷洗工具的比較與選用			
第十七週	社區購物	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-C1	【中、高年級】 1. 社區的消費場所-社區環境中消費場所（如：便利商店、早餐店等） 2. 消費行為-在社區的消費場所（如：超商、超市、雜貨店、五金行、麵店等）中進行消費，表現消費相關行為、索取發票等 3. 安全認知-從事社區休閒活動時注意自身安全（如：告知家人、不亂跑等） 【高年級】 羅列購物清單與清單內容分類	動態評量、實作評量	自編教材、社區資源、教師助理員協助訓練	搭配國語-寒假要來了 【消費者保護】
第十八週						
第十九週						
第二十週						
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	自我決策-自律行為	特生-P-A1 特生-P-A2 特生-P-B1	【中、高年級】 1. 適當行為-辨認與標示出良好的行為和習慣 2. 個人行為表現-觀察起點行為表現（如：聯絡簿繳交完成情形、抽屜整齊度、運動情形等） 3. 設定標準-設定表現目標與標準（如：聯絡簿繳交達成度、抽屜整齊度、運動量或頻率等） 4. 檢視表現-運用檢核表或其他合適方式檢視與記錄自己目標達成情形 5. 獎勵與鼓勵-到困難時鼓勵自己、達成目標時獎勵自己 【高年級】	動態評量、實作評量、真實評量	圖卡、多元表徵檢核表、增強制度、教師助理員協助訓練	搭配國語-我會認真上課、健體-運動好習慣
第二週						
第三週						
第四週						
第五週						

			需要決策的時機以及決策後的責任與影響			
第六週	公共場所與設施設備	特生-P-C1	【中、高年級】 認識常出入的公共場所（如：學校、郵局、公園等） 【高年級】 配對公共場所的功能	動態評量、真實評量	學校及社區資源與設備、教師助理員協助訓練	配合國語-美麗的星空、搭配校本課程-天文
第七週			【中、高年級】 遵守公共場所秩序（如：要排隊、安靜等） 【高年級】 分類公共場所的類型與認識其場所規則緣由			
第八週			【中、高年級】 認識公共場所中的公共設施（如：洗手台、設備設施、天文台儀器等） 【高年級】 說明設施的用途			
第九週			【中、高年級】 認識公共設施設備之相關標示(如：無障礙標誌、引導標誌)與遵守公共設施設備之使用規範（如分齡使用、操作方式等） 【高年級】 認識設備相關標示內容與該設施之間的關係及影響			
第十週			特生-P-A1 特生-P-A2			
第十一週						
第十二週						
第十三週	自我照顧-健康管理					

			疾病的人等) 【高年級】 說出自我照顧、健康管理錯誤情境題中的修正方式			感冒預防
第十四週	儀容整理	特生-P-A1	【中、高年級】 1. 認識身體外貌的改變-青春期變化帶來的影響 2. 清潔整理-洗臉與保持身體整潔 3. 儀容整潔-運用器具適時整理儀容（如：鏡子、梳子、吹風機、指甲剪等） 【高年級】 訂出自我檢查儀容整潔的項目與標準	實作評量	自編教材、儀容整理器具	搭配國語-長大是什麼?、健體-身體的變化、轉銜課程
第十五週						
第十六週						
第十七週						
第十八週	衛生習慣	特生-P-A1 特生-P-C1	【中、高年級】 1. 在外如廁衛生-洗手、自行攜帶衛生紙、消毒、正確使用不同的便器、保持清潔等 2. 在外用餐衛生-飯前、飯後洗手、自行攜帶衛生紙及環保餐具、注意觀察用餐環境清潔情形等 【高年級】 不同情境中維護清潔衛生的應變方式	動態評量、實作評量	圖片、影片、實際材料操作、教師助理員協助訓練	配合健體-如廁好習慣
第十九週						
第二十週						
第二十一週						

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	功能性動作訓練	每週節數	2	任教班級	特教班	教學者	李旻芳
學習重點	學習表現			學習內容			
	特功 1-1	具備四肢與軀幹的關節活動能力。	特功 A-1	左/右上肢的關節活動。			
	特功 2-1	具備維持身體姿勢技能。	特功 A-2	左/右下肢的關節活動。			
	特功 2-2	具備改變身體姿勢技能。	特功 A-3	軀幹的關節活動。			
	特功 2-3	具備移位技能。	特功 B-4	四足跪姿的維持。			
	特功 2-4	具備移動技能。	特功 B-5	高跪姿的維持。			
	特功 2-5	具備舉起與移動物品技能。	特功 B-6	地板坐姿的維持。			
	特功 2-6	具備手與手臂使用技能。	特功 B-7	座椅坐姿的維持。			
			特功 B-8	站姿的維持。			
			特功 B-9	蹲姿的維持。			
			特功 B-10	單腳站姿勢的維持。			
			特功 C-3	地板坐姿與站姿的轉換。			
			特功 C-5	蹲姿與站姿的轉換。			
		特功 C-6	彎腰拾物。				
		特功 D-2	地板坐姿下的身體挪動。				
		特功 D-3	相同高度設備間的移位。				
		特功 D-4	不同高度設備間的移位。				

	特功 2-7	具備手部精細操作技能。	特功 E-2	腹部貼地的匍伏前進。		
	特功 2-8	具備雙側協調與眼手協調技能。	特功 E-3	腹部離地以手和膝蓋的爬行。		
	特功 2-9	具備動作計畫技能。	特功 E-4	扶物側走。		
	特功 3-1	參與生活作息。	特功 E-7	不同路面的行走。		
	特功 3-2	參與學習活動。	特功 E-9	障礙物的跨越。		
			特功 E-12	雙腳或單腳的原地跳。		
			特功 F-1	物品的舉起或放下。		
			特功 F-2	物品的搬移。		
			特功 G-3	伸手取物。		
			特功 G-4	物品的轉動或扭轉。		
			特功 G-5	物品的拋丟或接住。		
			特功 H-1	物品的抓握或放開。		
			特功 H-3	拇指合併其他手指及手掌的抓握。		
			特功 H-7	開關按壓。		
			特功 H-12	不同大小瓶蓋的旋開。		
			特功 I-1	雙手持物。		
			特功 I-2	換手持物。		
			特功 I-3	雙掌互擊或拍手。		
			特功 I-4	物品的接合或拔開。		
			特功 I-21	有目的的依序按壓鍵盤。		
		特功 J-1	簡單或單一動作的模仿。			
		特功 J-2	複雜或連續二個以上動作的模仿。			
		特功 J-3	指令下簡單或單一動作的執行。			
		特功 J-4	指令下複雜或連續二個以上動作的執行。			
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	動作能力 綜合評估	特功-A1 特功-A2	評估身體動作能力及動作需求	動態評量 實作評量	知動教室 知動器材 生活物品	
第二週	伸展動作	特功-A1	<u>上肢伸展</u> 1. 向前伸展 2. 左右伸展 3. 水平最大伸展動作(向後到 180 度角或以上) 4. 向上伸展 5. 向下伸展 6. 垂直最大伸展動作	動態評量 實作評量	知動教室 知動器材 彈力繩	
第三週		特功-A1 特功-A1	<u>下肢伸展</u> 1. 高弓箭步伸展(雙腳輪流) 2. 一腳屈曲一腳向前伸直拉伸 3. 坐姿體前彎 4. 一腳屈曲一腳向後伸直拉伸 5. 低弓箭步伸展 6. 盤腿坐姿伸展大腿後側肌肉 7. 跪姿伸展大腿前側肌肉		知動教室 知動器材 彈力繩	
第四週		特功-A1	<u>腰腹伸展</u> 1. 面向上躺大球 2. 搭配筋膜滾筒腰腹伸展 3. 轉體腰腹拉伸		知動教室 知動器材	
第五週		特功-A1	<u>背部伸展</u> 1. 面向下趴大球 2. 上背拉伸 3. 搭配筋膜滾筒背肌伸展 4. 四點跪拱背伸展		知動教室 知動器材 筋膜滾筒	

第六週	屈曲動作	特功-A1	<u>上肢屈曲</u> 1. 手肘垂直線屈曲 2. 手肘水平線屈曲 3. 肩膀動作 4. 手腕動作	動態評量 實作評量	知動教室	
第七週		特功-A1	<u>下肢屈曲</u> 1. 膝關節屈曲 2. 髖關節垂直線屈曲 3. 髖關節水平線屈曲 4. 腳踝動作		知動教室 知動器材	
第八週		特功-A1	<u>腰腹彎曲</u> 1. 仰臥起坐 2. 仰躺抬肚 3. 仰躺抬腿捲腹 4. 向左右彎腰 5. 連續動作控制		知動教室 知動器材	
第九週		特功-A1	<u>背部動作</u> 1. 肩胛後夾 2. 聳肩 3. 拉彈力帶訓練 4. 划船動作		知動教室 知動器材 彈力繩	
第十週		旋轉/輪替動作	特功-A1		<u>上肢旋轉</u> 1. 單肩向前旋轉 2. 單肩向後旋轉 3. 雙肩同步前旋 4. 雙肩同步後旋 5. 雙肩輪替前旋 6. 雙肩輪替後旋	動態評量 實作評量

第十一週		特功-A1	<u>下肢旋轉</u> 1. 單腳腕關節順時鐘旋轉 2. 單腳腕關節逆時鐘旋轉 3. 雙腳輪替踩踏 4. 雙腳輪替前抬腿 5. 雙腳輪替後抬腿			
第十二週		特功-A1	<u>腰部旋轉</u> 1. 順時鐘旋轉 2. 逆時鐘旋轉 3. 8字循環 4. 指定定點			
第十三週	反應訓練	特功-A1	<u>按壓反應燈-單一固定位置</u> 1. 長亮 2. 1分鐘燈滅 3. 30秒燈滅 4. 10秒燈滅	動態評量 實作評量	知動教室 知動器材 反應燈	
第十四週		特功-A1	<u>按壓反應燈-兩個固定位置</u> 1. 1分鐘換燈 2. 30秒換燈 3. 10秒換燈			
第十五週		特功-A1	<u>按壓反應燈-三個固定位置</u> 1. 1分鐘換燈 2. 30秒換燈 3. 10秒換燈			
第十六週		特功-A1	<u>按壓反應燈-一個位置移動</u> 1. 1分鐘燈滅回原位，1分鐘後燈亮，重複數次 2. 30秒燈滅回原位，1分鐘後燈亮，重複數次 3. 10秒燈滅回原位，1分鐘後燈亮，重複數次			

第十七週		特功-A1	<u>按壓反應燈-兩個位置移動</u> 1. 1 分鐘燈滅回原位，1 分鐘後亮燈其中一燈亮，無規律，重複數次 2. 30 秒燈滅回原位，30 秒後亮燈其中一燈亮，無規律，重複數次 3. 10 秒燈滅回原位，10 秒後亮燈其中一燈亮，無規律，重複數次			
第十八週		特功-A1	<u>按壓反應燈-三個固定，需移行按壓</u> 1. 1 分鐘燈滅回原位，1 分鐘後亮燈其中一燈亮，無規律，重複數次 2. 30 秒燈滅回原位，30 秒後亮燈其中一燈亮，無規律，重複數次 3. 10 秒燈滅回原位，10 秒後亮燈其中一燈亮，無規律，重複數次	動態評量 實作評量		
第十九週	肌力訓練	特功-A1 特功-A2	<u>上肢肌力</u> 1. 上臂肌力訓練 2. 前臂肌力訓練 3. 腕力訓練 4. 精細動作訓練	動態評量 實作評量	知動教室	
第二十週					知動器材 生活物品	
第二十一週	綜合評量檢視	特功-A1 特功-A2	綜合本學期所訓練之動作，檢核評量。	動態評量 實作評量	知動教室 知動器材 生活物品	
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	動作能力	特功-A1	評估身體動作能力及動作需求	動態評量	知動教室	

	綜合評估	特功-A2		實作評量	知動器材 生活物品	
第二週	核心力量訓練	特功-A1 特功-A2	<u>維持身體穩定</u> 1. 站立姿勢的穩定 2. 坐姿穩定 3. 負重下穩定訓練 4. 抵抗適量外力穩定訓練	動態評量 實作評量	知動教室 知動器材 沙包	
第三週		特功-A1	<u>腹部力量</u> 1. 仰臥起坐 2. 背重物 3. 抬腿捲腹 4. 半棒式		知動教室	
第四週		特功-A1	<u>下背力量</u> 1. 貼牆訓練 2. 平躺輪流抬腿。 3. 平躺，雙腿併攏，左右擺動 4. 四足跪姿，拱背凹背交替		知動教室	
第五週		特功-A1	<u>大腿力量</u> 1. 貼牆坐姿深蹲 2. 扶物深蹲 3. 蹲跳 4. 前後弓箭步		知動教室 知動器材	
第六週		精細動作訓練	特功-A1		<u>單隻手指按壓準確度</u> 1. 平面指定點按壓 2. 平面指定速度按壓 3. 有阻力指定點按壓 4. 有阻力指定速度按壓	動態評量 實作評量
第七週	特功-A1		<u>食指拇指並用</u>			

		特功-A2	1. 押扣 2. 曬衣夾 3. 食物夾 4. 旋轉瓶蓋 5. 夾鏈袋		平板電腦 單鍵開關	
第八週		特功-A1 特功-A2	<u>手指手掌操作</u> 1. 握拳 2. 將小物品單手從掌心移動到手指 3. 單手在桌上搓黏土 4. 旋轉大瓶蓋			
第九週		特功-A1 特功-A2	<u>雙手操作</u> 1. 拍掌 2. 蓋筆蓋 3. 雙手搓黏土 4. 雙手持物並旋入或旋出			
第十週	肌力訓練	特功-A1	<u>下肢肌力</u> 1. 大腿肌力訓練 2. 小腿肌力訓練 3. 踝關節訓練 4. 下肢整體力量訓練	動態評量 實作評量	知動教室 知動器材 彈力繩 弓箭	
第十一週						
第十二週		特功-A1	<u>胸腹肌力</u> 1. 上胸肌力訓練 2. 腹部肌力訓練 3. 胸腹肌力訓練			
第十三週						
第十四週						

第十五週	轉位/移行訓練	特功-A1 特功-A2	<u>水平位移-站姿</u> 1. 平地位移 2. 有障礙物位移 3. 有凹地位移 4. 不同地質位移	動態評量 實作評量	知動教室 知動器材	
第十六週		特功-A1	<u>水平位移-坐姿</u> 1. 平地位移 2. 有障礙物位移 3. 有上坡位移			
第十七週		特功-A1	<u>水平位移-跪姿</u> 1. 平地位移 2. 有障礙物位移 3. 有上坡位移			
第十八週		特功-A1 特功-A2	<u>水平位移-趴姿</u> 1. 平地位移 2. 有障礙物位移 3. 有階梯位移			
第十九週		特功-A1 特功-A2	<u>垂直位移-坐下到地</u> 1. 協助下由站到坐 2. 扶物由站到坐 3. 扶牆由站到坐 4. 獨立由站到坐			
第二十週		特功-A1 特功-A2	<u>垂直位移-坐上到站</u> 1. 協助下由坐到站 2. 扶物由坐到站 3. 扶牆由坐到站 4. 獨立由坐到站			
第二十一週	綜合評量檢視	特功-A1 特功-A2	綜合本學期所訓練之動作，檢核評量。	動態評量	知動教室	

				實作評量	知動器材	
					生活用品	

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】。