

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	中高年級	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	<p>3. ■特殊需求領域課程</p> <p>身障類: <input type="checkbox"/>生活管理 <input checked="" type="checkbox"/>社會技巧 <input type="checkbox"/>學習策略 <input type="checkbox"/>職業教育 <input type="checkbox"/>溝通訓練 <input type="checkbox"/>點字 <input type="checkbox"/>定向行動 <input type="checkbox"/>功能性動作訓練 <input type="checkbox"/>輔助科技運用</p> <p>資優類: <input type="checkbox"/>創造力 <input type="checkbox"/>領導才能 <input type="checkbox"/>情意發展 <input type="checkbox"/>獨立發展</p> <p>其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程</p> <p><input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流 <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>							
設計理念	面對陌生/不如意的情境感到焦慮或害羞時，學習運用基本的社交技巧，培養自信與堅定的態度。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>B1 符號運用與溝通表達</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p>							
課程目標	<p>1. 透過辨識與處理壓力和情緒，培養擬定或調整問題解決計畫的能力。</p> <p>2. 透過接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。</p> <p>3. 透過傾聽、表達需求或參與討論的方式，培養適應教室、家庭和社區等各種特定情境的能力。</p>							
配合融入之領域或議題	<p><input type="checkbox"/>國語文 <input type="checkbox"/>英語文 <input type="checkbox"/>英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/>本土語</p> <p><input type="checkbox"/>數學 <input type="checkbox"/>社會 <input type="checkbox"/>自然科學 <input checked="" type="checkbox"/>藝術 <input type="checkbox"/>綜合活動</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/>生活課程 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>科技融入參考指引</p>							
表現任務	口頭評量、實作評量、自我評量							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第一週	1	訂定	特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。 特社 2-I-7 了解	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 C-I-1	認識上課公約並訂定團體成員共同遵守之約定	藉由討論上課有哪些好行為，讓學生投票表決，以票數最多的五項行為目標為本學期的上課公約	口頭評量 實作評量	自編學習單

		上課公約	與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。	學校規則的認識與遵守。				
第二週	1	相見歡	特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。 特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。	增進團體成員之間的互動，以更認識彼此	進行記憶大考驗(如：彼此的興趣、喜歡的東西...等)	口頭評量 實作評量	自編學習單
第三週 第十一週	9	不做害羞的	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 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息解讀的	1. 能表達自己基本的正向或負向情緒。 2. 能分享自己有效的壓力處理經驗。 3. 能主動分享與人相處的經驗。	1. 討論害羞時候的感覺，對於口語表達較差的學生以勾選表格的方式協助完成活動。 2. 填寫「我的害羞時刻」表格，分享自己處理害羞的方法。 3. 透過故事「把脖子伸出來的烏龜」及討論，學生能回答老師的提問。 4. 訪問同學/家人，並記錄	口頭評量 實作評量 自我評量	故事繪本 情境故事 PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 桌遊

		人	他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。	技巧。	他們曾經勇敢的事。學生自己若也能寫下一個勇敢的事蹟，可以得到額外的獎勵。 5. 與組員相互討論寫下自己的勇敢計畫，學生依照步驟練習設定一個勇敢的行為。給予「我的勇敢行為清單」，請學生記錄自己做了什麼勇敢的行為和日期，每項行為可以得到額外點數。 跟著老師一起學習「深呼吸」的方式分享心情放鬆的感受，並討論可以使用的情境。			
第十二週 第二十一週	10	了解肢體語言	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 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從他人的建議嘗試	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 能適當的使用與人相處的技巧。 2. 增進肢體語言的認識與辨別能力 3. 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學	1. 填寫「眼神接觸難度」自我評估表，根據評估表製作一張從易到難排列的清單。鼓勵學生從最容易眼神接觸的對象開始練習，並填寫紀錄表，每記下一天就可以得到額外點數。 2. 呈現數張照片，請學生寫下看起來是…，分享討論後進行「感覺遊戲」，學生能更進一步體驗肢體語言，並多練習友善的肢體	口頭評量 實作評量 自我評量	故事繪本 情境故事 PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 桌遊

	<p>解決被拒絕的困境。</p> <p>特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。</p>		<p>校、家庭和社區的各種情境能力。</p>	<p>語言。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 請學生觀察數個影片中，主角的表情以及互動的對象。依照自己可以微笑的對象，圈選 0-10 難度，根據評估表製作一張從易到難排列的清單。鼓勵學生從對他們微笑很容易的對象開始練習，並填寫紀錄表，每記下一天就可以得到額外點數。 4. 依據表格所呈現的人物說話時的肢體語言來做勾選，完成後分享（至少一個人物）。 5. 在老師的引導下，將大家對於自信說話的肢體動作的想法整理出五個共同點並填入表格中，學生自己填寫練習對象，對象可以從容易輕鬆說話到稍微有點難說話的人來填寫，每記下一天就可以得到額外點數。 	
--	---	--	------------------------	---	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	中高年級	教學節數	本學期共(20)節			
彈性學習課程 四類規範	<p>3. ■特殊需求領域課程</p> <p>身障類: <input type="checkbox"/>生活管理 <input checked="" type="checkbox"/>社會技巧 <input type="checkbox"/>學習策略 <input type="checkbox"/>職業教育 <input type="checkbox"/>溝通訓練 <input type="checkbox"/>點字 <input type="checkbox"/>定向行動 <input type="checkbox"/>功能性動作訓練 <input type="checkbox"/>輔助科技運用</p> <p>資優類: <input type="checkbox"/>創造力 <input type="checkbox"/>領導才能 <input type="checkbox"/>情意發展 <input type="checkbox"/>獨立發展</p> <p>其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程</p> <p><input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流 <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>							
設計理念	透過繪本、影片、情境演練、討論等活動，認識自己、接納自己的負面情緒，並學習不同的因應方式，進而進行認知行為的修正，提升學生社會適應能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>B1 符號運用與溝通表達</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p>							
課程目標	<p>1. 透過辨識與處理壓力和情緒，培養擬定或調整問題解決計畫的能力。</p> <p>2. 透過接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。</p>							
配合融入之領 域或議題	<p><input type="checkbox"/>國語文 <input type="checkbox"/>英語文 <input type="checkbox"/>英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/>本土語</p> <p><input type="checkbox"/>數學 <input type="checkbox"/>社會 <input type="checkbox"/>自然科學 <input checked="" type="checkbox"/>藝術 <input type="checkbox"/>綜合活動</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/>生活課程 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>科技融入參考指引</p>			<p><input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育 <input type="checkbox"/>人權教育 <input type="checkbox"/>環境教育 <input type="checkbox"/>海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/>品德教育</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>生命教育 <input type="checkbox"/>法治教育 <input type="checkbox"/>科技教育 <input type="checkbox"/>資訊教育 <input type="checkbox"/>能源教育</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>安全教育 <input type="checkbox"/>防災教育 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>多元文化教育</p> <p><input type="checkbox"/>生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>原住民教育 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育</p>				
表現任務	口頭評量、實作評量、自我評量							
課程架構脈絡								
教學期程	節 數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第一週	1	訂 定	特社 2-I-6 主動 打招呼和自我介 紹。 特社 2-I-7 了解 與人相處的情	特社 B-I-3 人際關係的 建立。 特社 C-I-1 學校規則的	認識上課公 約並訂定團 體成員共同 遵守之約定	藉由討論上課有哪些好行 為，讓學生投票表決，以票 數最多的五項行為目標為本 學期的上課公約	口頭評量 實作評量	自編學習單

		上課公約	境、簡單規則，建立友善的關係。	認識與遵守。				
第二週 第十一週	9	交個朋友吧！	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 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 能表達自己基本的正向或負向情緒。 2. 能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作。 3. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 4. 能在與陌生人互動時，禮貌地回應他人的問候。	1. 「關於你自己」表格，能力較好的學生簡略回答問題，書寫有困難的可以畫自畫像、最喜歡的人事物等。 2. 「友善的人朋友多」給予情境圖片，藉由主角珍珍加入新社團，在老師的引導下，討論表達友善的方式。 3. 「留下美好第一印象」請學生在鏡子前練習用各種方式打招呼，示範自己覺得最好的打招呼方式，若能描述自己的經歷就可以得到額外點數。 4. 「叫我人氣王」學生說出受歡迎朋友/同學的名字，至少兩位，並說明原因。在老師的引導下歸納幾個共通點。 5. 「我的社交網路」以自己為中心填寫六個對你最重要	口頭評量 實作評量 自我評量	故事繪本 情境故事 PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 桌遊

						的朋友名字，並各列出一項特質。 6. 「接觸新朋友」呈現關於主角小茉搬到新社區結交朋友的短文，依據不同情境討論答應與不答應的回答。		
第十二週 第二十一週	10	我 不 再 害 羞 了	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 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 能依情境適當回答問題。 2. 能觀察適當時機加入談話。 3. 能以各種形式自我獎勵。 4. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 5. 能夠從可行策略中自行選擇適當方式的能力。	「適度的表達自己」跟著老師練習回應別人的 3 步驟，並在情境題目中持續練習。 2. 「聰明面對惱人的嘲笑」學生分享曾被嘲笑作弄的經驗和當時的解決方法，老師呈現四格漫畫並解釋適當的回應，請學生在其他的情境題目中練習。 3. 「絕不容許霸凌」老師說明霸凌的種類以及 5 個可以回應的方法，角色扮演互換練習。 4. 「正面的自我對話」學生藉由負面評語/自我認同詞語的圈選，在老師的引導下分享感受。鼓勵學生將正面的自我談話變成習慣，每記下一句對自己說的正面詞語就可以得到額外點數。 5. 「聚焦在美好的事物上」學生記錄日期並寫下那天所	口頭評量 實作評量 自我評量	故事繪本 情境故事 PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					<p>發生的 3 件最好的事，鼓勵學生學習想著好的事情，每記下一件好事就可以得到額外點數。</p> <p>6. 「看見自己的進步」老師呈現上學期期初學生自己寫下或畫出害羞時候的感覺，請學生對照現在的看法，並分享自己的那些行動/想法克服害羞。</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。