

## 臺南市立白河國民中學 115 學年度第一學期二年級彈性學習 特殊需求-社會技巧 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

| 學習主題名稱                   | 社會技巧                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 實施年級<br>(班級組別) | 二                                          | 教學節數                                   | 本學期共( 21 )節 [每周 1 節]                   |                                       |                               |            |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|------------|
| 彈性學習課程<br>四類規範           | 3. <b>特殊需求領域課程</b><br>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<br>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"/> 獨立研究<br>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程<br><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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                |                                            |                                        |                                        |                                       |                               |            |
| 設計理念                     | 將「衛生習慣」與「情緒管理」納入自我照顧，確保學到的溝通、聆聽、衛生習慣，能真正落實在日常生活中，提升獨立自主的生活能力。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                |                                            |                                        |                                        |                                       |                               |            |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。<br>J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。<br>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                |                                            |                                        |                                        |                                       |                               |            |
| 課程目標                     | 一、遇到問題或表達需求時，能運用口語清晰表達個人想法與感受，並展現適當的互動方式<br>二、與他人對話時，能專心聆聽對方發言，並練習等待對方說完後再發表意見，減少搶話行為。<br>三、認識日常生活中常見的法律規範與倫理道德原則，理解行為可能產生的後果，並能遵守規範。<br>四、認識青春期生理與心理發展的變化，學習處理情緒，並能維持個人衛生習慣。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                |                                            |                                        |                                        |                                       |                               |            |
| 配合融入之領域或<br>議題           | <div><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<br/><input type="checkbox"/>數學   <input checked="" type="checkbox"/>社會   <input type="checkbox"/>自然科學   <input type="checkbox"/>藝術   <input checked="" type="checkbox"/>綜合活動<br/><input checked="" type="checkbox"/>健康與體育   <input type="checkbox"/>生活課程   <input type="checkbox"/>科技   <input type="checkbox"/>科技融入參考指引</div> <div><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<br/><input type="checkbox"/>生命教育   <input checked="" 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<br/><input type="checkbox"/>安全教育   <input type="checkbox"/>防災教育   <input checked="" type="checkbox"/>閱讀素養   <input type="checkbox"/>多元文化教育<br/><input type="checkbox"/>生涯規劃教育   <input 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</div> |                |                                            |                                        |                                        |                                       |                               |            |
| 表現任務                     | 1.實作評量   2.觀察評量   3.發表與課堂問答   4.學習態度                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                |                                            |                                        |                                        |                                       |                               |            |
| 課程架構脈絡                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                |                                            |                                        |                                        |                                       |                               |            |
| 教學期程                     | 節數                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 單元與活動名稱        | 學習表現<br>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<br>08/31-09/06       | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 單元一：<br>我是溝通高手 | 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。<br>特社1-IV-2 分析 | 特社A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。<br>特社A-IV-3 問 | 1.在面臨困難或有需求時，使用結構化的口語句型（如：「我現在覺得……因為…… | 活動 1：眼神對對碰<br>利用視線接觸圖卡，引導學生練習談話時的眼神聚焦 | 1.實作評量<br>2.觀察評量<br>3.發表與課堂問答 | 自選教材       |
| 第二週<br>09/07-09/13       | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                                            |                                        |                                        | 活動 2：傾聽紅綠燈<br>以紅綠燈圖像象徵「聽」與「說」的切換，     | 4.學習態度                        |            |

## C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|                     |   |               |                                                  |                                |                                                            |                                                  |  |  |
|---------------------|---|---------------|--------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--|--|
|                     |   |               | 不同處理方式引發的行為後果。特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。    | 題解決的技巧。特社B-III-2 話題的開啟與延續。     | 我需要.....」)清晰表達想法。                                          | 練習不搶話。                                           |  |  |
| 第三週<br>09/14-09/20  | 1 |               | 特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。                  | 特社B-IV-4 拒絕的技巧。特社B-IV-4 拒絕的技巧。 | 2.在互動中維持適當的眼神接觸、人際距離，並使用合宜的禮貌用語。                           | 活動 3：專注力遊戲<br>利用心智圖整理「專心聽」的四大要素：眼看、耳聽、嘴閉、心想。     |  |  |
| 第四週<br>09/21-09/27  | 1 |               | 特社2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。 | 特社B-IV-4 拒絕的技巧。                | 3.在對話中，專注聆聽他人發言至少 1 至 2 分鐘，並能用肢體或簡短回應（如點頭、說「對」）展現聆聽行為。     | 活動 4：故事接龍練習<br>練習等待對方說完，並用 AI 語音工具輔助檢視語速。        |  |  |
| 第五週<br>09/28-10/04  | 1 | 單元二：<br>開啟好話題 | 特社3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。                        | 特社B-IV-4 拒絕的技巧。                | 4.能運用「等待提示物」或自我想法，在對方完全說完後（停頓 2-3 秒）再發言，將搶話行為降低至每節課 3 次以下。 | 活動 1：打招呼心法<br>視覺化拆解打招呼步驟：靠近、微笑、說聲嗨。              |  |  |
| 第六週<br>10/05-10/11  | 1 |               |                                                  |                                |                                                            | 活動 2：話題便利貼<br>使用便利貼分類共同話題，練習合適的談話開端。             |  |  |
| 第七週<br>10/12-10/18  | 1 |               |                                                  |                                |                                                            | 活動 3：聊天不乾句<br>運用圖解流程圖練習「反問法」，維持對話熱度。             |  |  |
| 第八週<br>10/19-10/25  | 1 |               |                                                  |                                |                                                            | 活動 4：優雅說再見<br>透過情境演練圖，練習合適的對話結束時機與用語。            |  |  |
| 第九週<br>10/26-11/01  | 1 |               |                                                  |                                |                                                            | 活動 1：我的需求清單<br>利用可視化檢核表分類生理與心理需求。                |  |  |
| 第十週<br>11/02-11/08  | 1 | 單元三：<br>我有話要說 |                                                  |                                |                                                            | 活動 2：請幫幫我<br>練習使用「我訊息」公式（我感覺...因為...我希望...）表達請求。 |  |  |
| 第十一週<br>11/09-11/15 | 1 |               |                                                  |                                |                                                            | 活動 3：拒絕的藝術<br>圖解「溫和堅定」的拒絕步驟，並練習替代方案。             |  |  |
| 第十二週<br>11/16-11/22 | 1 |               |                                                  |                                |                                                            | 活動 4：情境大闖關                                       |  |  |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|                      |   |               |  |  |  |                                             |  |  |
|----------------------|---|---------------|--|--|--|---------------------------------------------|--|--|
|                      |   |               |  |  |  | 運用 AI 生成多樣社交情境，進行表達需求實戰練習。                  |  |  |
| 第十三週<br>11/23-11/29  | 1 | 單元四：<br>人際好關係 |  |  |  | 活動 1：情緒偵探透過面部表情圖解，觀察他人的情緒反應。                |  |  |
| 第十四週<br>11/30-12/06  | 1 |               |  |  |  | 活動 2：衝突停看聽<br>利用流程圖分析衝突發生的原因與後果。            |  |  |
| 第十五週<br>12/07-12/13  | 1 |               |  |  |  | 活動 3：道歉有溫度<br>拆解道歉四大步：承認錯誤、說對不起、補償方案、承諾不再犯。 |  |  |
| 第十六週<br>12/14-12/20  | 1 |               |  |  |  | 活動 4：和好策略<br>心智圖彙整多元的和好方法，如寫小卡或當面邀請遊戲。      |  |  |
| 第十七週<br>12/21-12/27  | 1 | 單元五：<br>合作力量大 |  |  |  | 活動 1：小組排排坐<br>利用座位圖示定義團體合作中的個人空間與邊界。        |  |  |
| 第十八週<br>12/28-01/03  | 1 |               |  |  |  | 活動 2：分工合作<br>將任務步驟化分工，並填寫任務認領表。             |  |  |
| 第十九週<br>01/04-01/10  | 1 |               |  |  |  | 活動 3：團體讚美<br>練習具體的讚美語句，並記錄在「優點樹」圖表中。        |  |  |
| 第二十週<br>01/11-01/17  | 1 |               |  |  |  | 活動 4：學期總回顧<br>運用 AI 生成個人進步回顧影片，展示本學期社交成果。   |  |  |
| 第二十一週<br>01/18-01/24 | 1 |               |  |  |  |                                             |  |  |

◎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。

## 臺南市立白河國民中學 115 學年度第二學期二年級彈性學習 特殊需求-社會技巧 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

| 學習主題名稱                   | 社會技巧                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 實施年級<br>(班級組別) | 二                                       | 教學節數                                | 本學期共( 21 )節 [每周 1 節]                                  |                                            |                          |                    |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------|--------------------|
| 彈性學習課程<br>四類規範           | 3. ■特殊需求領域課程<br>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<br>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"/> 獨立研究<br>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程<br><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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                |                                         |                                     |                                                       |                                            |                          |                    |
| 設計理念                     | 將「衛生習慣」與「情緒管理」納入自我照顧，確保學到的溝通、聆聽、衛生習慣，能真正落實在日常生活中，提升獨立自主的生活能力。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                |                                         |                                     |                                                       |                                            |                          |                    |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。<br>J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。<br>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                |                                         |                                     |                                                       |                                            |                          |                    |
| 課程目標                     | 一、遇到問題或表達需求時，能運用口語清晰表達個人想法與感受，並展現適當的互動方式<br>二、與他人對話時，能專心聆聽對方發言，並練習等待對方說完後再發表意見，減少搶話行為。<br>三、認識日常生活中常見的法律規範與倫理道德原則，理解行為可能產生的後果，並能遵守規範。<br>四、認識青春期生理與心理發展的變化，學習處理情緒，並能維持個人衛生習慣。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                |                                         |                                     |                                                       |                                            |                          |                    |
| 配合融入之領域或<br>議題           | <div><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<br/><input type="checkbox"/>數學   <input checked="" type="checkbox"/>社會   <input type="checkbox"/>自然科學   <input type="checkbox"/>藝術   <input checked="" type="checkbox"/>綜合活動<br/><input checked="" type="checkbox"/>健康與體育   <input type="checkbox"/>生活課程   <input type="checkbox"/>科技   <input type="checkbox"/>科技融入參考指引</div> <div><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<br/><input type="checkbox"/>生命教育   <input checked="" 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<br/><input type="checkbox"/>安全教育   <input type="checkbox"/>防災教育   <input checked="" type="checkbox"/>閱讀素養   <input type="checkbox"/>多元文化教育<br/><input type="checkbox"/>生涯規劃教育   <input 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</div> |                |                                         |                                     |                                                       |                                            |                          |                    |
| 表現任務                     | 1.實作評量   2.觀察評量   3.發表與課堂問答   4.學習態度                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                |                                         |                                     |                                                       |                                            |                          |                    |
| 課程架構脈絡                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                |                                         |                                     |                                                       |                                            |                          |                    |
| 教學期程                     | 節數                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 單元與活動名稱        | 學習表現<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>議題實質內涵     | 學習內容<br>(校訂)                        | 學習目標                                                  | 學習活動                                       | 學習評量                     | 自編自選<br>教材或學<br>習單 |
| 第一週<br>02/11-02/14       | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 單元六：<br>守法小公民  | 特社 1-III-1 聽<br>從建議選擇較佳<br>的情緒處理技<br>巧。 | 特社A-III-3<br>行為與後果<br>之間的關係<br>與評估。 | 1.能辨識至少 5 種日常<br>常見法律與道德規範<br>(如：不偷竊、不損壞<br>公物、尊重隱私)。 | 活動 1：校園規則圖解<br>利用實地照片搭配禁止/許可符號，強化<br>規範連結。 | 1.實作<br>評量<br>2.觀察<br>評量 | 自選教材               |
| 第二週<br>02/15-02/21       | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                |                                         |                                     | 活動 2：法律是什麼                                            |                                            |                          |                    |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|                     |   |                 |                                                  |                     |                                           |                                          |           |  |
|---------------------|---|-----------------|--------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------|-----------|--|
|                     |   |                 | 特社1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。                        | 特社A-IV-3 問題解決的技巧。   | 2.能透過情境分析，正確說出「違反規範」與「遵守規範」分別會帶來的自然與社會後果。 | 以心智圖介紹法律的基本概念與生活中的法律。                    | 3.發表與課堂問答 |  |
| 第三週<br>02/22-02/28  | 1 |                 | 特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。                  | 特社B-III-2 話題的開啟與延續。 | 3.能指認青春期身體與心理的變化。                         | 活動3：行為紅黃牌<br>透過「選擇-結果」圖表，討論違規可能帶來的處罰與後果。 | 4.學習態度    |  |
| 第四週<br>03/01-03/07  | 1 |                 | 特社2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。 | 特社B-IV-4 拒絕的技巧。     | 4.能學會至少2種「情緒覺察與紓解」的策略。                    | 活動4：誠實最重要<br>利用AI繪製誠實與謊言情境漫畫，探討倫理道德價值。   |           |  |
| 第五週<br>03/08-03/14  | 1 | 單元七：<br>我的權利與義務 | 特社3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。                        | 特社B-IV-4 拒絕的技巧。     |                                           | 活動1：身體自主權<br>利用紅綠燈圖像標示身體可觸碰與不可觸碰的區域。     |           |  |
| 第六週<br>03/15-03/21  | 1 |                 |                                                  |                     |                                           | 活動2：網路安全<br>圖解個資不外流守則，預防網路詐騙。            |           |  |
| 第七週<br>03/22-03/28  | 1 |                 |                                                  |                     |                                           | 活動3：尋求法律協助<br>繪製救助流程圖（110、113等專線使用時機）。   |           |  |
| 第八週<br>03/29-04/04  | 1 | 單元八：<br>成長的秘密   |                                                  |                     |                                           | 活動1：生理大變化<br>利用圖解對照表，認識青春期的生理特徵變化。       |           |  |
| 第九週<br>04/05-04/11  | 1 |                 |                                                  |                     |                                           | 活動2：衛生大作戰<br>建立每日個人衛生SOP檢核表（洗澡、換衣、止汗）。   |           |  |
| 第十週<br>04/12-04/18  | 1 |                 |                                                  |                     |                                           | 活動3：心理轉變期<br>用心智圖梳理青春期常見的情緒波動與不安感。       |           |  |
| 第十一週<br>04/19-04/25 | 1 | 單元九：            |                                                  |                     |                                           | 活動4：異性交往禮儀圖解異性互動的適當距離與禮貌用語。              |           |  |
| 第十二週<br>04/26-05/02 | 1 |                 |                                                  |                     |                                           | 活動1：我的情緒溫度計                              |           |  |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|                      |   |               |  |  |  |                                      |  |  |  |
|----------------------|---|---------------|--|--|--|--------------------------------------|--|--|--|
|                      |   | 情緒管理師         |  |  |  | 利用溫度計視覺模型標示情緒強烈程度。                   |  |  |  |
| 第十三週<br>05/03-05/09  | 1 |               |  |  |  | 活動 2：深呼吸魔法<br>拆解腹式呼吸步驟，引導動畫輔助練習。     |  |  |  |
| 第十四週<br>05/10-05/16  | 1 |               |  |  |  | 活動 3：情緒急救包<br>製作個人專屬的情緒紓解清單圖卡。       |  |  |  |
| 第十五週<br>05/17-05/23  | 1 |               |  |  |  | 活動 4：壓力轉彎<br>練習將負面想法轉化為正向敘述的思維圖表。    |  |  |  |
| 第十六週<br>05/24-05/30  | 1 |               |  |  |  | 活動 1：好朋友特質<br>利用圓餅圖分析心目中理想朋友的特質。     |  |  |  |
| 第十七週<br>05/31-06/06  | 1 | 單元十：<br>朋友這條路 |  |  |  | 活動 2：分享的喜悅<br>視覺化流程圖展示如何分享物品與心情。     |  |  |  |
| 第十八週<br>06/07-06/13  | 1 |               |  |  |  | 活動 3：共玩守則<br>圖解遊戲規範，如輪流、遵守規則、不要賴。    |  |  |  |
| 第十九週<br>06/14-06/20  | 1 |               |  |  |  | 活動 4：友情存摺<br>記錄與朋友正向互動的實例，建立友誼累積感。   |  |  |  |
| 第二十週<br>06/21-06/27  | 1 |               |  |  |  | 活動 5：年度大總結作整學年的學習策略<br>小手冊，內含所有圖解步驟。 |  |  |  |
| 第二十一週<br>06/28-06/30 | 1 |               |  |  |  |                                      |  |  |  |

◎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