

表 7-3 特殊教育班級課程計畫（本表上傳至課程計畫備查）

特殊教育班級彈性學習課程(含特殊需求領域課程)課程計畫

集中式、資源班、巡迴輔導班(各班別所有任教科目均須填寫)

基隆市五堵國小 115 學年度第一學期資源班課程計畫			
領域	年級（組別）	每週節數	教學者
社會技巧	一 A	2 節	簡慈緯
教學人數	一_年級_5_人，共_5_人		
核心素養	A 自主行動	☒ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☒ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	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 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題。 特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-I-5 遵守教室規則。 特社 3-I-6 在學校、家庭、社區或部落活動時，有禮貌地詢問或回應他人。	
	學習內容	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	
融入議題	☒ 性別平等 ☒ 人權 ☒ 品德 ☒ 生命 ☒ 安全		
本學期學習目標	1. 辨識自我情緒與生理狀態，學習簡易冷靜策略，提升衝動控制能力。 2. 在遇到困難或突發狀況時，能運用教師引導的思考步驟，減少堅持己見並尋求替代方案。 3. 透過口語或輔助溝通工具，明確表達需求與感受，增進與同儕、師長的互動品質。 4. 觀察環境氛圍，練習調整個人行為以符合團體規範，提升社會適應力。		

教學與 評量說明 (須說明 調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☒ 重整 ☒ 加深 ☒ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：____
	2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____

教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	認識情緒顏色與命名	1. 情緒溫度計圖表介紹（藍-平靜，黃-煩躁，紅-爆發）。 2. 繪製我的心情臉譜：使用鏡子，練習辨識自己與他人的表情。 3. 情緒配對卡：將實物照片（如：生氣的表情）貼在溫度計對應區。
2	辨識衝動的身體訊號	1. 身體偵探遊戲：尋找生氣時的身體感覺（握拳、臉熱、大聲、心跳快）。 2. 衝動交通號誌：綠燈(沒事)、黃燈(注意，身體變熱了)、紅燈(暫停，需要深呼吸)。 3. 身體掃描練習：簡單的肌肉放鬆與深呼吸體驗。
3	建立衝動預警機制	1. 繪本導讀：「憤怒的小怪獸」視覺化教學。 2. 我的「情緒警報器」：協助學生找出自己的生氣徵兆（例如：我不喜歡被碰觸）。 3. 視覺化替代工具：製作個人化「冷靜選項」圖卡（如：捏紓壓球、喝水、找老師）。

4	情境演練與自我察覺	1. 情境卡劇場：老師示範衝突，學生舉起對應的溫度計顏色。 2. 衝動停止練習：在模擬遊戲中，聽到「暫停」指令時練習停下動作。 3. 進步獎勵：頒發「情緒觀察員」貼紙，紀錄一週內使用冷靜工具的次數。
5	認識「暫停」標誌	(1) 視覺化教學：介紹「停」的標誌與紅綠燈規則。 (2) 身體練習：聽鈴聲做「動作凍結」練習。 (3) 情境引導：繪本導讀《當我感到挫折時》。 (4) 工具製作：製作屬於自己的「我可以暫停」視覺提示卡
6	練習「等待」技巧	(1) 計時輔助：使用沙漏或倒數計時器練習等待 30 秒。 (2) 等待時的行為：練習等待時可以做什麼（如：深呼吸、數數字）。 (3) 小遊戲：輪流排隊玩簡單的積木堆疊。 (4) 正向增強：對能完成等待的行為給予即時代幣或獎勵。
7	學會「求助」提問	(1) 溝通腳本：練習用卡片或語句說出「請幫我」、「我不懂」。 (2) 示範教學：老師示範遇到困難時，如何舉手並等待老師過來。 (3) 情境演練：故意製造簡易困難（如：蓋子打不開），練習求助。 (4) 角色扮演：兩人一組，練習正確的提問方式。
8	綜合演練與彈性	(1) 闖關遊戲：在任務中設置「小障礙」，練習先停、再想、再求助。 (2) 彈性練習：若請求被暫時拒絕，學習等待第二次提問機會。 (3) 成功經驗分享：表揚這四周內表現進步的時刻。 (4) 檢核總結：確認學生能將「停看聽」流程應用於日常教室情境。
9-12	觀察環境——我該做什麼？	(1) 環境偵探：尋找教室裡的「環境線索」（如：時鐘、燈號） (2) 觀察小卡：對應不同場域（安靜/熱鬧）的行為圖卡配對

	調整行為適應環境	(3) 角色扮演：根據「環境氣氛」練習調整音量與動作 (4) 任務挑戰：「小偵探出任務」，在不同空間完成指定行為
13	認識「硬邦邦」與「彈性」	(1) 具體物演示：拿「直尺」比喻固執想法，拿「橡皮筋」比喻彈性思考。 (2) 我會說「不行」嗎：認識當別人說不時，自己的身體反應。 (3) 情緒標記：辨識「硬邦邦腦袋」時身體會發生的變化（握拳、尖叫）。
14	「如果…那我 可以…」卡片 練習	(1) 圖卡配對：準備常見的突發狀況圖卡（例如：沒玩到喜歡的玩具）。 (2) 選擇題遊戲：A 選項（堅持到底崩潰）、B 選項（換個方式說）。 (3) 腳本演練：練習用簡單句：「現在不可以，那我可以（選擇其他東西）？」
15	換個方式說： 話術加油站	(1) 對話泡泡學習：利用漫畫泡泡圖，將「命令句」改為「請求句」。 (2) 關鍵字轉彎：練習將「我要！」改成「我可以…嗎？」 (3) 情境角色扮演：老師扮演不同需求者，學生練習用「彈性話語」回應。
16	彈性腦袋挑戰賽	(1) 規則改變遊戲：進行簡單遊戲，中途故意改變規則，練習調適情緒。 (2) 獎勵時刻：只要能說出「沒關係，那我們換個方式」即給予正向增強。 (3) 彈性英雄貼紙：製作屬於自己的彈性思考紀錄卡。
17	策略大搜查	(1) 困難是什麼？視覺化「壓力表」：辨識自己遇到困難的身體訊號。 (2) 策略百寶箱：列出「我可以做的事」（如：深呼吸、數到十、找老師）。 (3) 策略卡製作：將策略繪製成簡易圖卡隨身攜帶。
18	任務拆解法	(1) 困難疊疊樂：模擬積木倒塌情境，練習說出「我不生氣，我再試一次」。 (2) 任務分解練習：將困難任務拆解成「第一步、第二步」。 (3) 實作體驗：簡單的拼圖或路徑關卡，練習完成第一步的成就感。

19	尋求協助的智慧	(1) 社會故事導讀：故事中的主角遇到卡關時如何開口？ (2) 「求救信號」練習：練習使用求救卡或固定句型（「老師，我需要幫忙」）。 (3) 角色扮演：在關卡中設置困難，練習主動尋求協助而非崩潰。
20	彈性調整挑戰賽	(1) 驚喜關卡：練習關卡突然改變規則（如：顏色順序變換）。 (2) 彈性思考練習：討論「換個方式做，會發生什麼？」。 (3) 情緒調節：當規則改變時，練習使用第一週製作的策略卡。
21	我是關主/破關高手	(1) 成果總驗收：設置連續性的闖關遊戲。 (2) 應對突發狀況：設計一個「無法立刻解決」的關卡，練習等待與忍耐。 (3) 結業頒獎：頒發「策略運用高手」勳章，強調過程中的努力而非結果。

基隆市五堵國小 115 學年度第二學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
社會技巧	一 A	2 節	簡慈緯
教學人數	一_年級__5__人，共__5__人		
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進■A2. 系統思考與問題解決□A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達□B2. 科技資訊與媒體素養□B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識■C2. 人際關係與團隊合作□C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	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 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題。 特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-I-5 遵守教室規則。	

		特社 3-I-6 在學校、家庭、社區或部落活動時，有禮貌地詢問或回應他人。
	學習內容	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。
融入議題	☒ 性別平等 ☒ 人權 ☒ 品德 ☒ 生命 ☒ 安全	
本學期學習目標	1. 強化互惠行為：由單向表達轉為雙向輪替，培養「你說我聽」的互動習慣，減緩堅持己見的傾向。 2. 遷移生活適應：將教室內學到的技巧，具體遷移至校園其他場域（如操場、圖書館），練習依據不同空間規範調整音量與活動強度。 3. 深化社會認知：提升對他人非語言訊息（臉部表情、肢體動作）的辨識度，以利在問題事件處理時能更靈活地判斷情勢。	
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☒ 重整 ☒ 加深 ☒ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____	
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	認識輪替的順序	(1) 視覺化規則建立：製作「輪到我／輪到他」視覺提示卡。 (2) 概念練習：使用計時器（視覺化倒數），建立「等待」是有終點的信心。 (3) 簡易操作：一對一投球互動，練習聽見指令「換你了」後交換球。 (4) 正向回饋：成功等待後立即給予視覺化鼓勵（如蓋章或貼紙）。

2	練習等待的技巧	(1) 情緒調節：等待時的「冷靜小撇步」（例如：深呼吸、抱緊壓力球）。 (2) 情境練習：運用「停、看、聽」圖卡，練習在遊戲暫停時保持安靜。 (3) 互動遊戲：玩簡單的抽卡片遊戲，練習輪流抽出，重點在「不搶牌」。 (4) 自我紀錄：畫出等待時的心情（選擇心情圖案），增加對等待的接受度。
3	輪替互動遊戲	(1) 共同玩具遊戲：選擇低刺激性的玩具（如積木），設定「輪流拼一塊」規則。 (2) 預測性演練：預先告知遊戲結束的時間點，減輕結束時的焦慮。 (3) 同儕示範：老師與助教示範正確的輪替方式，讓學生模仿。 (4) 社交腳本：練習說出簡單語句：「換你」或「請給我」。
4	小組社交挑戰	(1) 小組輪流挑戰：進行簡單的拋接球或積木堆疊賽，練習在小群體中輪流。 (2) 行為修正：當出現搶奪或焦慮時，引導使用第 2 週學會的調節技巧。 (3) 成果發表：給予每位學生「輪流小達人」勳章，增強成就感。 (4) 彈性轉場：遊戲結束後的收納練習，建立規律的結束儀式。
5	學習拒絕的「安全句型」	(1) 辨識心情：什麼時候覺得不舒服？ (2) 練習說不：運用「拒絕卡」取代尖叫或發脾氣 (3) 練習說不：口頭練習說「不，謝謝」或「我不想」 (4) 角色扮演：在遊戲中練習用卡片禮貌拒絕
6	練習「接受建議」與等待	(1) 聽力挑戰：聽完指令再行動的紅綠燈遊戲 (2) 接受建議：練習回應「如果我們這樣做會更好...」 (3) 角色扮演：模擬大人提供建議時的適當反應 (4) 獎勵機制：給予口頭讚美或增強物作為回應鼓勵
7	情緒調節與「不」的時機	(1) 情緒溫度計：觀察何時需要說「不」 (2) 情境劇場：分組演練——什麼時候可以說「不」？ (3) 選擇遊戲：分辨「大人可以說不」與「同儕互動時可以說不」 (4) 繪圖活動：畫出我的心情選擇
8	綜合挑戰：情境大闖關	(1) 複習時刻：快速複習說「不」與聽建議的原則

		(2) 闖關活動：運用卡片或口語應對老師給予的「建議情境」 (3) 任務挑戰：與小夥伴進行兩人一組的合作任務 (4) 小組分享：分享自己這四週學到的溝通小技巧
9	表情識別基礎	(1) 鏡子遊戲：老師與學生面對面，透過鏡子練習誇張的開心、難過表情。 (2) 表情卡配對：將真人表情卡與卡通圖案配對（例如：真實的笑臉與卡通笑臉）。 (3) 找找看：從繪本中找出主角開心或生氣的臉。 (4) 心情貼紙：在自己的學習單上畫出或貼上當下的心情。
10	解讀細節特徵	(1) 五官大偵探：利用白板畫圖，拆解「眉毛、眼睛、嘴巴」在不同心情時的形狀（例如：生氣時眉毛是「八」字）。 (2) 表情拼圖：使用活動式教具，拼貼出正確的憤怒或快樂表情。 (3) 猜猜卡片：老師出示遮住半張臉的照片，讓學生猜是哪種心情。 (4) 表情模仿秀：老師喊出情緒詞，學生對著鏡子做出該表情。
11	連結情境與表情	(1) 情境卡劇場：展示「收到禮物」、「玩具被搶走」的圖卡，連結相應心情。 (2) 心情連連看：將生活情境圖與對應的表情卡連線。 (3) 故事停看聽：導讀簡短情緒繪本，每翻一頁停下來問：「他現在的表情是什麼？」 (4) 我會說：練習簡單句型「看到（圖卡內容），他覺得（情緒）。」
12	社交互動應用	(1) 小小心情鑑定師：老師演示輕微的表情（如：皺眉），學生判斷老師的心情。 (2) 表情傳聲筒：老師做表情，學生傳遞給下一位，考驗對表情細節的觀察。 (3) 互動練習：透過與老師互動（例如老師給予獎勵），學生觀察老師開心的表情。 (4) 總結回顧：分享這四週最喜歡的表情活動，並完成一張心情紀錄小卡。
13	音量紅綠燈	(1) 認識教室與圖書館的「聲音級別」（1-3級）。

		(2) 活動：音量測驗計（使用 APP 或圖卡練習大小聲）。 (3) 實作：練習調整發言音量以符合目前場域。 (4) 回饋：練習使用「靜音」與「說話」信號。
14	場域大搜查	(1) 繪製「安靜區」（圖書館）與「熱鬧區」（操場）圖示。 (2) 偵探遊戲：找出教室內適合大動作與小動作的區域。 (3) 練習：在安靜區模擬低聲細語，在運動區練習安全跑跳。 (4) 檢核：使用檢核表確認各區域的行為規範。
15	情境變色龍	(1) 角色扮演：在不同情境（排隊、課堂、下課）下調整動作強度。 (2) 活動：情境卡片配對（看到「圖書館卡」要縮小動作）。 (3) 實作：實際走訪校園，依照場域變換走路速度與音量。 (4) 檢核：觀察學生進入特定區域時是否自動調整。
16	行為總驗收	(1) 任務挑戰：完成「校園禮儀任務包」（走完指定路線）。 (2) 分享：討論在哪些場域「最難控制」音量或衝動。 (3) 表達：學習如何向他人提醒環境規則。 (4) 獎勵：頒發「校園行為小達人」勳章。
17	回顧與自我檢核	(1) 成長賓果遊戲：製作簡化的「社交技巧賓果卡」（含圖示），請學生回顧這學期做到的事（如：輪流、說不、觀察表情），並蓋章標記。
18	綜合演練（一）	(2) 社交小腳本：針對常見情境（如：想加入遊戲、被拒絕），提供學生「視覺化腳本卡」，透過角色扮演練習適當的語句與動作。
19	彈性挑戰（二）	(3) 突發狀況演練：設計「遊戲規則改變」或「玩具不見了」的小狀況，練習深呼吸與尋求協助，重點在練習「面對改變」的穩定感。
20	我的成長勳章	(4) 製作勳章/小卡：將這學期學到的技巧畫在勳章上，製作成「成長勳章」掛在胸前，增強自我肯定感與成就感。
21	慶祝與感謝	(5) 成長分享慶祝會：簡單的點心時間，邀請學生分享自己學到最棒的一招，並將感謝卡送給這學期幫助過自己的老師或同學。

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
社會技巧	一 B	2 節	鄭元禎
教學人數	_一_年級_6_人		
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 □A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 □B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-5 遵守教室規則。	
	學習內容	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	
融入議題	人權教育、生命教育、品德教育、安全教育		
本學期 學習目標	1. 認識並表達基本情緒，學習基礎的自我情緒調節與衝動控制。 2. 了解並遵守教室規範與遊戲規則，培養等待與輪流的習慣。 3. 學習與同儕建立友善關係，增進人際互動與溝通技巧。		
教學與 評量說明 (須說明 調整原 則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量□分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片 ■圖卡 □區分性教學 ■其他：桌遊教具 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學□多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____ 環境調整：□教室位置□動線規劃□學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗□檔案評量□課程本位評量□其他：__		
【上學期】教學進度表			
週次	單元名稱	課程內容	
1	單元一【學校適應：新生相見歡】	活動 1：點點名與認識教室 教學重點：建立安全感與熟悉資源班環境。 1. 點名小火車：聽到名字的學生舉手說「有」，並練習看	

		著老師。 2. 教室探險：帶領學生認識座位、教具區與「冷靜角」。 3. 破冰遊戲：滾接軟球，接到球的學生試著說出自己的名字。
2	單元一【學校適應：新生相見歡】	活動 2：我們的上課約定 教學重點：建立最基礎的教室常規。 1. 視覺化常規：展示圖卡（眼睛看、嘴巴閉、安靜坐好）。 2. 動作模仿秀：老師說口令，學生跟著做動作（如：雙手放膝蓋）。 3. 蓋手印承諾：在班級常規海報上蓋手印，約定一起遵守。
3	單元二【認識自我：心情點心】	活動 1：開心與生氣 教學重點：認識兩種最基本的情緒。 1. 表情大考驗：利用鏡子，老師帶著學生練習做出「開心」與「生氣」的表情。 2. 情境配對：展示圖卡（玩玩具/跌倒），請學生指出對應的心情。 3. 心情點名：練習用句型「我今天覺得（開心/生氣）」。
4	單元二【認識自我：心情點心】	活動 2：生氣的身體感覺 教學重點：覺察生氣時身體的變化。 1. 身體偵探：引導討論生氣時身體哪裡不一樣？（手握拳、臉紅紅）。 2. 氣球體驗：吹氣球模擬生氣，放氣模擬深呼吸放鬆。 3. 製作「我的冷靜卡」：選一個讓自己舒服的方法（如：捏軟球）。
5	單元三【處己技巧：衝動小怪獸】	活動 1：紅綠燈停看聽 教學重點：練習身體的控制力與抑制衝動。 1. 聽力挑戰：音樂播放時自由走動，音樂一停必須立刻「定格」不能動。 2. 視覺紅綠燈：老師舉綠牌可拍手，舉紅牌立刻把手放下。 3. 給予能確實煞車的學生具體稱讚與貼紙獎勵。
6	單元三【處己技巧：衝動小怪獸】	活動 2：看清楚再動作（融入桌遊） 教學重點：練習「先想再做」，減低衝動性。 1. 遊戲導入：使用「抓猴子」或類似的簡單反應桌遊。 2. 規則限制：必須聽到老師說「請動作」才能伸出手抓取。 3. 犯規演練：若衝動搶拿則暫停一次，練習接受後果。
7	單元四【處人技巧：遊戲與輪流】	活動 1：換你了 教學重點：建立「順序」與「等待」的概念。 1. 傳球遊戲：大家圍成一圈，必須看著旁邊的人說「換你

		了」才能把球傳出去。 2. 計時輔助：使用沙漏練習等待別人完成動作（如：疊積木）。 3. 對能安靜等待的學生給予正向增強。
8	單元四【處人技巧：遊戲與輪流】	活動 2：桌遊輪流標記（融入諾亞方舟或疊疊樂） 教學重點：在自然情境中應用輪流。 1. 輪流牌：製作一個醒目的「輪流牌」，只有拿到牌子的人才能放動物/積木。 2. 教導在等待時手放腿上，不能去碰別人的物件。 3. 老師適時介入提醒，避免推擠與搶奪。
9	單元五【溝通互動：打招呼與好有禮】	活動 1：眼神的魔法 教學重點：練習對話時看著對方的臉/眼睛。 1. 額頭貼紙：老師額頭貼上可愛貼紙，吸引學生注視。 2. 早安接力：兩人一組，練習看著對方的臉說「早安」。 3. 若學生抗拒對視，引導先看著對方的下巴或肩膀。
10	單元五【溝通互動：打招呼與好有禮】	活動 2：神奇的請與謝謝 教學重點：使用禮貌用語取代直接搶奪或哭鬧。 1. 魔法請託句：展示「請給我」的圖卡。 2. 情境演練：老師手上有學生想要的貼紙，學生必須說出「請給我」才能獲得。 3. 收到物品後，老師引導學生練習說「謝謝」。
11	單元六【處人技巧：我也想一起玩】	活動 1：開口邀請 教學重點：學習加入遊戲的適當方式。 1. 觀看短片或圖片：主角想玩卻直接動手搶，結果大家都不開心。 2. 示範正確做法：走到旁邊 -> 看著同學 -> 說「我可以一起玩嗎？」。 3. 實地演練：教室一角放著軌道車，請學生練習開口加入。
12	單元六【處人技巧：我也想一起玩】	活動 2：被拒絕沒關係 教學重點：調適被拒絕的失落感。 1. 討論：如果同學說「不要」，我們可以怎麼做？（找別人玩、玩別的）。 2. 角色扮演：老師假裝拒絕，引導學生深呼吸並練習說「好，那我等一下」。 3. 肯定能平靜接受拒絕的行為。
13	單元七【團隊合作：分享的快樂】	活動 1：玩具分享站 教學重點：降低物權固著，體驗分享。 1. 每人發一個積木，引導學生互相交換：「我的給你玩，你的給我玩」。 2. 若遇學生抗拒，老師保證「等一下一定會還給你」，降

		低焦慮。 3. 分享後給予大力讚美，強化正向經驗。
14	單元七【團隊合作：分享的快樂】	活動 2：合作大拼圖 教學重點：體會合作完成任務的成就感。 1. 將一幅大圖切成 6 塊，每人發一塊。 2. 全班必須合力在桌面上將拼圖拼湊完整。 3. 過程中引導學生：「你需要哪一塊？可以問同學」。
15	單元八【處環境：專心上課不亂跑】	活動 1：屁股黏膠水 教學重點：訓練安坐能力與遵守座位規則。 1. 想像遊戲：假裝椅子上有神奇膠水，一坐下就黏住。 2. 挑戰安坐：播放故事音樂 3 分鐘，完全沒離開座位的可得乖寶寶章。 3. 漸進式拉長安坐時間，從 3 分鐘到 5 分鐘。
16	單元八【處環境：專心上課不亂跑】	活動 2：聽從指令小尖兵 教學重點：確實接收並執行老師的指令。 1. 聽音辨位：老師在教室不同角落發出指令，學生必須找到老師並執行。 2. 一步指令練習：如「把鉛筆放桌上」、「把椅子靠靠」。 3. 確認學生有聽到，必要時請學生覆頌一次。
17	單元九【衝突處理：我不動手】	活動 1：手是用來做什麼的？ 教學重點：理解手的功能是幫忙，不是打人。 1. 討論：我們的手可以畫畫、吃飯、牽手，但是不能打人。 2. 情境題：如果別人生氣推你，你可以怎麼做？（說不喜歡、找老師）。 3. 練習將生氣的手變成「抱抱自己的手」。
18	單元九【衝突處理：我不動手】	活動 2：找老師幫忙 教學重點：遇到衝突時知道如何求助。 1. 當自己處理不了時，最重要的事是「找大人」。 2. 求助演練：走到老師身邊，拉拉老師的衣角說：「老師，我需要幫忙」。 3. 練習用簡單的詞彙說出發生什麼事（如：他搶玩具）。
19	單元十【桌遊大挑戰：輸贏的練習】	活動 1：運氣大考驗（純運氣桌遊） 教學重點：體驗遊戲中的不可控因素，降低對輸贏的執著。 1. 進行擲骰子比大小或抽籤遊戲。 2. 遊戲前約定：這只是運氣，輸了不代表你不好。 3. 練習輸的時候說「哎呀，沒關係」。
20	單元十【桌遊大挑戰：輸贏的練習】	活動 2：贏家與輸家魔法語 教學重點：建立良好的遊戲風度。 1. 討論：贏的時候大笑嘲笑別人，別人會開心嗎？ 2. 練習贏家說：「謝謝你跟我玩」，輸家說：「恭喜

		你」。
		3. 實際進行一場小遊戲，檢核學生是否能運用魔法語。
21	期末總結與回顧	總結活動：期末同樂會 1. 回顧本學期學會的「輪流」、「分享」與「冷靜」技巧。 2. 學生票選最喜歡的桌遊，進行無壓力的期末同樂。 3. 頒發進步小卡，肯定每位新生的成長與努力。

【下學期】教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	單元一【收心操：寒假與新約定】	活動 1：寒假趣事分享 教學重點：練習生活事件的口語表達與傾聽。 1. 每人拿一張圖卡或照片，簡單分享一件寒假做的事。 2. 規定其他人分享時，必須保持「安靜的耳朵」。 3. 老師從旁協助擴充語句，幫助語障或詞彙少的學生表達完整。
2	單元一【收心操：寒假與新約定】	活動 2：複習我們的公約 教學重點：喚回學校常規的記憶。 1. 拿出上學期的班級公約海報。 2. 透過情境問答（如：想講話時要怎麼做？），請學生搶答正確的行為。 3. 重新約定下學期的好表現獎勵制度。
3	單元二【處己技巧：趕走壞心情】	活動 1：壞心情去哪裡？ 教學重點：學習辨識生氣與難過，並尋找出口。 1. 繪本導讀：有關生氣或鬧脾氣的故事（如：生氣湯）。 2. 討論：生氣時除了哭鬧，還可以做什麼？ 3. 製作「趕走壞心情」選擇卡（喝水、畫畫、深呼吸）。
4	單元二【處己技巧：趕走壞心情】	活動 2：深呼吸魔法 教學重點：實地練習放鬆技巧。 1. 想像肚子裡有顆氣球，吸氣時肚子變大，吐氣時肚子變小。 2. 搭配泡泡水，教導學生輕輕吹氣（太用力泡泡會破），體會平緩的呼吸。 3. 約定下次想生氣時，先吹三個魔法泡泡。
5	單元三【處人技巧：看懂同學的表情】	活動 1：臉部特徵找一找 教學重點：提升對他人表情線索的注意力。 1. 在白板上畫出不同形狀的眉毛與嘴巴（如：八字眉、微笑唇）。 2. 請學生指出哪一個看起來是開心、哪一個是生氣。 3. 老師做表情，請學生模仿。

6	單元三【處人技巧：看懂同學的表情】	活動2：情緒猜猜看 教學重點：連結情境與表情。 1. 給予情境（如：玩具壞掉了、吃到喜歡的點心）。 2. 學生必須舉出對應的表情卡。 3. 討論：當同學露出難過的表情時，我們不應該嘲笑他。
7	單元四【團隊合作：合作不爭吵】	活動1：雙人夾球走 教學重點：學習配合他人的步調。 1. 兩人一組，用身體（背對背或肚子）夾住一顆軟球前進。 2. 過程中如果球掉了不能怪對方，要說「沒關係，再來一次」。 3. 體會合作需要互相幫忙，不能自己衝太快。
8	單元四【團隊合作：合作不爭吵】	活動2：輪流出牌（融入合作類桌遊） 教學重點：在遊戲中練習共同目標與等待。 1. 使用「種豆」或簡化的合作小桌遊。 2. 強調大家是「同一隊的」，必須互相等待才能破關。 3. 老師隨時介入，引導學生在想搶奪時冷靜下來。
9	單元五【溝通互動：別人說話專心聽】	活動1：眼神追蹤器 教學重點：強化對話時的眼神接觸。 1. 老師拿著發聲玩具在不同方向移動，學生的眼睛必須跟著看。 2. 練習當同學講話時，要把頭轉過去看著同學。 3. 給予能持續注視說話者的學生肯定。
10	單元五【溝通互動：別人說話專心聽】	活動2：不插嘴挑戰 教學重點：抑制隨意插話的衝動。 1. 介紹「說話麥克風」（如：一個玩具小球），只有拿著麥克風的人可以講話。 2. 其他人如果想講話，必須先舉手，等拿到麥克風才能開口。 3. 進行簡單的主題分享，嚴格執行不插嘴規則。
11	單元六【處環境：不同的上課地方】	活動1：音量控制器 教學重點：理解不同場域需要不同的音量。 1. 介紹音量1（悄悄話）、音量2（平常說話）、音量3（操場大喊）。 2. 老師出示地點圖卡（圖書館、教室、操場）。 3. 學生必須切換到正確的音量回答問題。
12	單元六【處環境：不同的上課地方】	活動2：跟著指令走 教學重點：在環境轉換時能保持秩序。 1. 帶領學生走出教室，練習安靜排隊走到圖書館或操場。 2. 在走廊上必須保持「音量1」且不推擠。

		3. 回到教室後，針對表現良好的行為給予集點。
13	單元七【衝突處理：不小心與故意】	活動 1：他是故意的嗎？ 教學重點：減少對他人行為的敵意誤解。 1. 演出情境：同學走過去不小心踢到你的桌子。 2. 討論：他是故意要弄你，還是沒看到？ 3. 學習先問一句「你是不小心的嗎？」，再決定要不要生氣。
14	單元七【衝突處理：不小心與故意】	活動 2：說對不起的方法 教學重點：承認錯誤並道歉。 1. 如果是我不小心弄到別人，我該怎麼辦？ 2. 練習看著對方說：「對不起，我不是故意的」。 3. 角色扮演演練，降低說對不起時的防衛心。
15	單元八【處人技巧：讚美與感謝】	活動 1：發現別人的好 教學重點：學習欣賞同儕。 1. 老師先示範稱讚每位學生的一個優點（如：今天排隊很棒）。 2. 請學生試著說出旁邊同學的一個優點。 3. 聽到的同學要練習說「謝謝」。
16	單元八【處人技巧：讚美與感謝】	活動 2：送出感謝卡 教學重點：具體化表達感謝。 1. 準備簡單的空白感謝卡（可著色）。 2. 幫助學生回想這週誰幫過他（老師、同學、家人），並畫下來。 3. 練習將卡片親手交給對方並說謝謝。
17	單元九【社會適應：求助的方法】	活動 1：什麼時候該找大人？ 教學重點：判斷問題嚴重性與安全意識。 1. 分類情境：積木疊不好 VS 有人流血受傷了。 2. 討論哪些事情必須立刻大聲叫老師。 3. 建立保護自己與他人的安全觀念。
18	單元九【社會適應：求助的方法】	活動 2：我會說清楚 教學重點：提升求助時的口語表達。 1. 練習求助句型：「老師，發生了○○○，請幫我」。 2. 對於語障或表達不佳的學生，練習先指著發生事情的地方，再用簡單詞彙輔助。 3. 模擬演練突發狀況，確實演練求助步驟。
19	單元十【綜合演練：桌遊派對】	活動 1：規則複習大賽（融入熟悉桌遊） 教學重點：綜合檢核輪流、等待與規則遵守。 1. 拿出這一年玩過最熟悉的桌遊。 2. 遊戲開始前，請學生自己說出「三個必須遵守的規矩」。 3. 進行遊戲，嚴格要求犯規時的暫停處罰。
20	單元十【綜合演練：桌遊派對】	活動 2：我有好風度

	對】	教學重點：再次強化輸贏調適。 1. 遊戲結束時，引導贏家感謝大家，輸家不哭鬧。 2. 強調「玩得開心最重要，不生氣的人才是大贏家」。 3. 針對能良好控制情緒的學生給予「好風度勳章」。
21	期末總結與獎勵	總結活動：一年級結業式 1. 回顧一整年學會的魔法語（請、謝謝、對不起）。 2. 結算一整年的好行為集點，進行獎勵兌換。 3. 肯定每位新生的進步，準備開心升上二年級。

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
社會技巧	二年級 A	1 節	簡慈緯
教學人數	2_年級。共____3____人		
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 □A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	●B1. 符號運用與溝通表達 □B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解	
本學 年 學 習 重 點	學習表現	特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 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。 特社 1-V-5 發揮自己的優勢去解決問題。 特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 1-E3-1 嘗試處理自己複雜的負向情緒。 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。 特社 1-E3-2 嘗試使用抒解壓力的方法。 特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 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 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。 特社 2-III-4 依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。 特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重 他人不同的意見。 特社 3-II-7 在家庭、社區或部落情境時，主動向人問候或表達感謝。 特生 4-A-4 執行自訂的目標並檢核結果。 特生 4-P-1 認識自己並接受自己的特質。	
	學習內容	特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-4 衝突情境的因應。 特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 I-E3-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 B-2-1 訊息解讀的技巧。	

		特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 C-II-2 家庭成員之間的關懷與表達。 特生 XII-A-2 目標的執行與檢核。 特生 XIII-P-1 自我倡導的認識。
融入議題	生命教育、人權教育、品德教育、法治教育、資訊教育	
上學期學習目標	1. 提升對自我與他人情緒的辨識能力，並能學習運用適切方式表達需求與舒緩情緒。 2. 建立自信心，明確了解個人特質與強項。 3. 培養專注傾聽的態度，並掌握口語與非口語的表達方式。 4. 學習在團體中遵守規範，並建立良好的社交行為與禮貌。 5. 具備反思與設定未來目標的能力。	
教學與評量說明(須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☒ 簡化 ☐ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____	
	教材資源： ☐ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☒ 區分性教學 ☒ 其他：自製簡報_____	
	2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____	
	環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____	
	3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____	
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	單元一：情緒小偵探	活動 1：情緒紅綠燈 教學重點：利用視覺化情緒表情卡，引導學生辨識開心與生氣的差異。 1. 老師手持表情卡，詢問「這是什麼表情？」。 2. 老師舉起「綠燈」或「紅燈」牌，學生需做出對應的表情。 3. 每人一張「紅綠燈記錄卡」。請學生練習「分類」： 給學生幾組照片或圖卡（例如：吃到冰淇淋、玩具被搶走、跌倒），請學生將它們分別貼在「綠色」或「紅色」區塊。 4. 總結與回饋--「現在的你，是什麼燈？」
2	單元一：情緒小偵探	活動 2：心情塗鴉牆 教學重點：透過 AI 繪圖工具生成不同情緒場景，練習口語表達當下感受。 1. 情緒溫度儀

		2. AI 魔法變身 3. 我的心情塗鴉牆 4. 心情分享會
3	單元一：情緒小偵探	活動 3：情緒分類心智圖 教學重點：以心智圖可視化正負向情緒的類別與特徵。 1. 情緒大風吹 2. 顏色情緒分類：在黑板貼出一個大心智圖的雛形，中心是「我」。左邊分支：黃色區域（開心）。列舉具體詞彙，如「笑嘻嘻」、「想跳舞」。右邊分支：紅色/藍色區域（生氣/難過）。列舉具體詞彙，如「大哭」、「眉頭皺皺」。 3. 老師展示一張情境圖（例如：收到禮物）。詢問：「這是開心還是不開心？」學生挑選對應的貼紙，貼在心智圖對應的分支上。 4. 檢查每位學生的心智圖，請學生指認其中一個「開心的」或「生氣的」。
4	單元二：我是亮點王	活動 1：我的優點樹 教學重點：引導學生繪製優點樹圖案，強化自我特質的正面認知。 1. 什麼是優點？ 2. 製作我的優點樹 3. 欣賞與讚美
5	單元二：我是亮點王	活動 2：超級任務挑戰 教學重點：透過任務拆解表，讓學生找出自己擅長與需要協助的事項。 1. 你是哪種超級英雄？ 2. 超級任務拆解表 3. 實作練習：超級任務挑戰賽 4. 表揚儀式：不論任務是否完全成功，只要有嘗試「拆解步驟」或「開口求助」，即頒發「超級任務挑戰成功」貼紙。 練習說一次：「任務很難沒關係，我會拆成小步驟，還可以說請幫幫我！」
6	單元二：我是亮點王	活動 3：優勢超能力 教學重點：*演練在遇到困難時，如何運用自己的長處尋求解決方案。 1. 情緒檢視：利用情緒溫度計，讓學生指認現在的心情。老師用簡單指令引導大家坐好，準備開始。 2. 肯定優點：老師準備幾種簡單優點。請學生選一張最像自己的，貼在身上變成「超能力貼紙」。 3. 情境解鎖（運用策略） 4. 正向回饋：將成功的經驗畫在小卡上由老師口頭給予具體稱讚：「你剛剛遇到困難沒有生氣，用了超能力求救，做得很好！」
7	單元三：溝通好幫手	活動 1：專注聽我說 教學重點：建立「傾聽四步驟」視覺檢核表，練習目光對準說話者。 1. 暖身：秘密寶盒 2. 示範：傾聽四步驟：眼睛看、耳朵聽、嘴巴閉、手腳安靜 3. 實作：小偵探活動

		4. 總結與獎勵
8	單元三：溝通好幫手	活動 2：肢體說話術 教學重點：圖解非口語訊息（如點頭、微笑），練習無聲的表達。 1. 暖身活動：心情木頭人：老師做動作，學生模仿。 2. 肢體魔法卡--圖解示範--鏡子練習--無聲挑戰 3. 綜合活動：肢體小任務 4. 結尾：老師的貼紙獎勵--讚美：「我剛剛看到你對同學點頭，你看起來很友善！」
9	單元三：溝通好幫手	活動 3：肢體說話術 1. 「老師不說話」：老師用誇張的點頭、微笑或揮手打招呼，讓學生猜老師想說什麼。 2. 「跟我這樣做」：老師展示「圖卡」（微笑、點頭、搖頭、揮手），帶著學生對著鏡子練習，確認學生能模仿。 3. 「超級默劇王」：老師出情境卡（如：有人給你糖果？看到老師？），學生對應選擇適當圖卡並做出肢體動作。 4. 「點點頭，笑一笑」：兩人一組，學生互相練習用微笑和點頭回應彼此的打招呼。 5. 「我會說了」：老師隨機比動作，學生說出那是「開心」還是「想說好」。
10	單元四：團體小分子	活動 1：班級規範圖解 教學重點：將課堂規範轉化為圖標，建立視覺化守則。 1. 用「偵探」概念導入。老師帶領全班觀察教室，尋找「哪裡看起來怪怪的？」或「哪裡看起來很整齊？」。 2. 策略：減法原則。不超過 3 個規則。 (1) 舉手發言（圖標：舉起的手 + 嘴巴閉著）。 (2) 溫和的手（圖標：手放好，不打人）。 (3) 安靜的耳朵（圖標：耳朵放大 + 老師說話的圖）。 3. 老師發放印有圖標的空白著色卡。學生只需在圖標旁畫上自己或勾選顏色。 4. 老師演練「錯誤行為」（例如：直接大叫），邀請學生指出對應的圖標並說出「不對，要舉手」。完成後給予集點卡獎勵。
11	單元四：團體小分子	活動 2：主動加入 SOP 教學重點：利用流程圖拆解「想一起玩」的步驟，進行模擬練習。 1. 影片或繪本故事：主角想玩卻不敢開口，表現出焦慮。詢問學生：「你看他為什麼沒辦法一起玩？」 2. 視覺化 SOP 教學：出示「想一起玩」流程圖 - 停：先停下腳步，看一看他們在玩什麼？（確保學生觀察遊戲內容，避免干擾）。 - 聽：聽聽看遊戲規則是什麼？（判斷是否適合加入）。 - 走：走過去，站在旁邊（不要擋住視線，保持一段舒適距離）。

		問：看著對方的眼睛，用溫和的聲音說：「我可以跟你們一起玩嗎？」 3. 分組扮演：老師示範（對），學生模仿（練習）。 4. 情境回顧與獎勵：給予完成練習的學生正向回饋。
12	單元四：團體小分子	活動3：邀請好隊友 教學重點：練習回應他人邀請的口語句型，搭配社交故事引導。 1. 誰是好隊友？利用圖片（例如：一起拼圖、一起玩球、一起畫畫）引導學生討論。 2. 社交故事引導：我想跟你一起玩 故事重點：阿強看到小明在玩積木，阿強想加入。阿強不可以衝過去搶積木（行為限制）。阿強要先觀察，並說出邀請句型。 3. 邀請方腳本：「我可以跟你一起玩嗎？」「你要不要一起玩拼圖？」被邀請方腳本：接受邀請：「好啊，我們一起玩。」拒絕邀請：「現在不行，等我拼完這塊再換你。」（教導拒絕時要給予原因或替代方案）。 4. 實作演練：我是邀請小達人：進行「模擬市場」，教室內放不同玩具，學生必須走到該區域並使用「邀請腳本」尋求夥伴
13	單元五：需求表達家	活動1：我想請你幫幫忙 教學重點：利用視覺求助卡，學習在遇到困難時舉手表達。 1. 詢問學生：「你看這張圖，主角遇到了什麼困難？他看起來開心嗎？我們可以用什麼表情或動作讓別人知道他需要幫忙？」 2. 帶領學生練習「深呼吸 -> 舉手 -> 拿起卡片」的三步驟 3. 情境演練 4. 綜合檢核與回饋-詢問：「當你覺得『好難喔』的時候，除了生氣，你還可以做什麼？」
14	單元五：需求表達家	活動2：生理需求紅不讓 教學重點：練習表達如廁、飲水等基本生理需求之固定句型。 1. 我是心情偵探：用心情卡確認學生當下狀態，若有焦慮感，先進行3分鐘深呼吸或按壓壓力球，建立安全感。 2. 「身體警報器」：透過視覺化教材（如：缺水的小花圖片代表渴、快滿的水球代表想尿尿），連結生理感受。老師示範錯誤與正確的表達方式。 3. 情境演練 4. 結尾獎勵
15	單元五：需求表達家	活動3：情緒需求練習 教學重點：學習在難過或生氣時，運用視覺提示卡表達「我想休息」。 1. 情緒氣象台：利用圖卡快速指認現在的心情（晴天、雨天、雷陣雨）。 2. 繪本導讀：播放或講述「當我不開心時」簡短故事，強調主角感到崩潰時的身體反應。 3. 身體訊號偵探：對照鏡子，找出自己生氣時的表情與動作（握拳、瞪眼）。接著練習拿出「休息卡」。 4. 模擬情境劇場：老師扮演會導致生氣的情境（如：玩遊戲輸了），引導學生練習出示「休息卡」並移動到指定角落。

16	單元六：友善禮貌王	活動 1：打招呼大冒險 教學重點：利用角色扮演與視覺動作圖卡，練習向老師與同學問好。 1. 將打招呼拆解為 3 個動作，搭配圖卡：看（眼神接觸，若難以直視可練習看對方肩膀）。 點頭（禮貌姿勢）。說（發出聲音，如：「早」、「嗨」）。 ※ 教師示範「錯誤」與「正確」對比，讓學生指出哪裡不一樣。 2. 與老師角色扮演/與同學練習 3. 總結：複習今天學到的 3 個動作，並約定下次練習對象。
17	單元六：友善禮貌王	活動 2：謝謝你的幫忙 教學重點：繪製「感謝心智圖」，列出生活中需要感謝的人與事。 1. 請學生表演「手上的東西掉了一地」的尷尬情境。教師親自示範拾起東西，並說：「謝謝你的幫忙，有你真好。」 2. 繪製我的感謝心智圖-引導思考：「誰每天照顧我？」、「誰在我跌倒時幫我？」。 3. 社交腳本練習（例：「謝謝你幫我_____，我很開心。」）。
18	單元六：友善禮貌王	活動 3：友誼賓果盒 教學重點：透過賓果遊戲圖解友善行為（如分享、微笑）。 1. 繪本導讀，介紹「友善行為」的定義。 2. 教師示範動作：分享（給別人一張紙）、微笑（對著鏡子）、打招呼（揮手）。請學生輪流模仿。 3. 每人一張賓果圖，上面有行為插圖。教師帶領學生在教室內尋找能做出該行為的同學。 4. 賓果完成後，全班一起領取象徵友誼的小貼紙。
19	單元七：我不影響他人—我的身體界線	1 影片示範：什麼是「身體泡泡」？ 2 實作活動：畫出我的手臂長度（界線範圍） 3 角色扮演：保持距離的「紅綠燈」練習 4 檢核單：現在我跟同學保持安全距離了嗎？
20	單元七：我不影響他人—我的音量開關	1 聲音辨識：這是大聲、小聲還是靜音？ 2 視覺提示：教室音量等級表（1-3 級） 3 情境演練：在教室/圖書館該用哪種聲音？ 4 挑戰遊戲：小聲說出心裡話任務
21	單元七：我不影響他人—尊重他人的安靜	1 觀察練習：當別人在專心，我可以做什麼？ 2 等待練習：學習使用「舉手」或「等待卡」 3 情境劇場：當我想說話但別人正在忙時 4 獎勵活動：任務完成頒發「安靜小天使」貼紙

下學期學習目標	1. 壓力覺察與調適：透過視覺化工具（如氣球、冷靜瓶）學習辨識壓力來源，並建立專屬個人的舒壓方式。 2. 情緒識別與表達：學會運用圖解方式處理矛盾情緒與負面想法，並能正確使用「我訊息」表達自我需求。
---------	---

	3. 社交溝通技巧：掌握開啟與結束對話的步驟，並練習觀察他人表情以解讀其真實情緒。 4. 衝突解決能力：透過視覺化的流程（如 Venn 圖、衝突解決 SOP）練習客觀分析問題並尋求協議。 5. 正向人際連結：學習在家庭與社區中表達感謝與互動，並建立回顧互動歷程的友誼紀錄，培養感恩心態。	
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：☒簡化 ☐減量 ☐分解 ☐替代 ☐重整 ☐加深 ☐加廣 ☐濃縮 ☒自編 ☐其他：_____ 教材資源：☐學習單 ☒教學影片 ☒圖卡 ☒區分性教學 ☒其他：自製簡報_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：☒工作分析 ☒多元感官 ☒直接教學 ☐多層次教學 ☒合作學習 ☐合作教學 ☐其他：_____ 環境調整：☐教室位置 ☐動線規劃 ☐學習區安排 ☒座位安排 ☐助理員 ☐輔具 ☐其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒口語評量 ☒觀察評量 ☒作評量 ☐紙筆測驗 ☐檔案評量 ☐課程本位評量 ☐其他：_____	
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	單元一：抗壓小戰士	活動 1：壓力氣球吹吹看 教學重點：利用氣球視覺化壓力累積，引導覺察身體緊張感。 1. 「身體警報器」偵測：教師帶領學生觸摸自己的肩膀、握緊拳頭，問學生：「現在身體硬硬的，像石頭還是像棉花？」藉此建立「緊張」的視覺與觸覺連結。 2. 累積階段：教師請學生說出一件「讓你不開心或覺得煩的事情」，每講一件，就吹一下氣球（視覺化壓力累積，氣球變大）。 3. 警戒階段：氣球變大後，讓學生用手捏住氣球口，體驗「繃緊」的感覺（如同身體肌肉緊繃）。 4. 練習：在放氣的同時，請學生配合「長吐氣」，體驗氣球縮小與身體肌肉放鬆的對照感。請學生再次觸摸自己的肩膀，比較前後差異。 5. 結尾與回饋——身體鬆開了，心情也變舒服了。
2	單元一：抗壓小戰士	活動 2：壓力地圖找一找 教學重點：用心智圖羅列課業、社交等壓力來源，並分類處理。 1. 情緒熱身準備「情緒溫度計」表，請學生用磁鐵指出現在的心情數字（1-5）。 2. 找出壓力配合黑板的心智圖，老師舉例（例如：今天字寫不完好煩），請學生拿圖片貼上對應的壓力分支。

		3. 分類與解決「壓力分類箱」活動：提供三個箱子（我能自己做、需要找老師、需要深呼吸）。 4. 練習時間社交腳本扮演：針對「不知道怎麼開口玩」練習說：「我可以跟你一起玩嗎？」 5. 結尾儀式深呼吸訓練（腹式呼吸）+ 重複一次正確的求救句型。
3	單元一：抗壓小戰士	活動 3：深呼吸冷靜瓶 教學重點：製作冷靜瓶，視覺化呈現情緒沉澱的過程。 1. 「情緒雷達」：用表情卡片詢問學生現在的心情。 2. 「情緒風暴」：討論生氣時，心裡會像什麼？（像亂飛的蟲、像火山爆發）。 3. 「深呼吸冷靜瓶」製作 4. 「沉澱練習」 5. 「冷靜小撇步」：宣導冷靜瓶的使用時機（當我覺得快要生氣時）。
4	單元一：抗壓小戰士	活動 4：舒壓百寶箱 教學重點：圖解各類舒壓方法（如畫畫、運動），建立個人清單。 1. 請學生閉上眼睛，引導他們感受「不舒服」時身體的變化。 2. 將舒壓方法分為「身體放鬆」與「靜態專注」兩大類 3. 發下一張紙，上面印有這幾種舒壓活動的「圖標」。請學生從中選出 3 個他們覺得「做起來最舒服」的活動。 4. 角色扮演：教師演出一個生氣情境（例如：遊戲輸了），隨即示範從口袋拿出自己的百寶箱清單，選擇一項活動，請學生演練。
5	單元一：抗壓小戰士	活動 5：我需要一個抱抱 教學重點：練習在失敗時接受他人安慰，並選取適當發洩方式（如捏球）。 1. 認識情緒：展示「情緒溫度計」。引導學生指認自己現在的溫度（平靜-微生氣-爆炸）。 2. 老師進行「模擬挫折」：玩堆疊積木倒塌。示範正確反應：「積木倒了，我很難過（語言表達），我要捏一下球（選擇發洩工具），我準備好聽安慰了。」 3. 分組演練 4. 回顧今天的練習：當心情不好的時候，可以找捏球，也可以聽聽別人的好話。最後每人領取一個「挑戰成功章」。
6	單元二：情緒調色盤	活動 1：又哭又笑的時刻 教學重點：使用顏色混合圖解「又期待又害怕」等矛盾情緒。 1. 又哭又笑的時刻-使用顏色混合圖解「矛盾情緒」。 『又期待又害怕』，這很正常，我們的心情可以同時有兩種顏色。 2. 實作活動：我的心情調色盤 （請學生選擇一個最近發生過「矛盾」的事情（例如：想上台表演但又害羞）。讓學生使用蠟筆或色紙，將圓形圖塗上代表這兩種心情的顏色。） 3. 用「我感覺到.....是因為.....」的簡單句型進行分享。
7	單元二：情緒調色盤	活動 2：壞心情垃圾袋 教學重點：圖解情緒宣洩的具體步驟，降低複雜情緒的心理負擔。 1. 學生畫出或選出讓自己不開心的事件（例如：被同學搶玩具、作業寫不完）。 2. 壞心情垃圾袋步驟： 裝袋：將揉好的壞心情紙團放進透明塑膠袋中。

		儀式化宣洩：對著袋子大聲說出：「我不開心，因為...（事件）」，然後封口。 封存：使用膠帶將袋子密封。告訴學生：「把壞心情封起來，我們就不用一直背著它。」 垃圾處理：將密封袋放置在教室的一個角落壞心情已經從心裡搬走，放到外面去了。 3. 我也能處理壞心情 練習一個簡單的放鬆動作（如：深呼吸、伸展）。 覆誦：「壞心情，丟進去；封起來，我不怕。」 處理完情緒後，接下來可以做些開心的事情。
8	單元二：情緒調色盤	活動 3：心情修復工作坊 教學重點：不同應對情境，練習處理負面想法。 1. 誰的麻煩比較大？出示兩張情境圖（例如：A. 玩具被同學弄壞了；B. 忘記帶橡皮擦）。你是這個人，你會想什麼？負面想法就像「卡住的積木」，我們需要「修復」。 2. 心情急救包的操作 工具一：深呼吸 工具二：撕紙宣洩 工具三：彈性想法貼紙（給予正面句型貼紙，如：「沒關係，可以再試一次」、「下次再借就好」）。 3. 練習活動：老師唸出情境（例如：老師說錯話了），學生從急救包中挑選一個工具並示範使用。
9	單元三：溝通進階班	活動 1：開啟聊天的話題 教學重點：建立「話題選擇盤」，練習選擇適當的開場白。 1. 強調「開口」前先找「目標」。 2. 「我的話題地圖」，將圖片分區（我喜歡的、別人也可能喜歡的）。 看轉盤，停在『車子』！我就說：『小明，你喜歡車子嗎？』」 3. 看到別人（觀察）→ 轉動盤子（選擇）→ 開口說（執行） 4. 演練 情境 1：老師假裝在玩樂高，學生拿著話題盤選擇「積木」，練習說：「你也在玩積木嗎？」 情境 2：同儕練習：『嗨 [名字]，你喜歡 [話題] 嗎？』
10	單元三：溝通進階班	活動 2：說再見的藝術 教學重點：視覺化呈現結束對話的步驟（目光接觸、微笑、揮手）。 1. 「再見三步驟卡片」：展示三張大圖卡（或直接展示範本）： 目光（眼睛看）：練習看著對方的臉，而不是看地板。 表情（嘴角上揚）：練習用笑容釋出善意。 手勢（擺手）：練習適度的揮手力道。 2. 「再見小劇場」： 老師示範錯誤版（不看人、冷臉、大力揮手）。 老師示範正確版（對照視覺卡片）。 3. 分組演練：兩人一組，一人扮演要離開的人，另一人回應。老師在旁提示視覺卡片步驟。
11	單元三：溝通進階班	活動 3：我的分享 Show 教學重點：利用照片或物品輔助，練習依據對方興趣進行分享。 1. 告訴學生：「當我們要跟別人說話時，要先把天線打開，轉向對方的方向」

		2. 將學生兩人一組，每人手上有 2 張自己最喜歡的興趣卡。 「當你看到好朋友手上的卡片時，你要先看，然後說：『喔！這是 xxx（卡片名稱），我很喜歡！』」 3. 實作演練：說話紅綠燈... 學生練習介紹自己為什麼喜歡這個。換老師說時學生必須閉上嘴巴，眼睛看著老師，練習點頭三次（象徵有在聽）。 4. 「聽的時間」與「說的時間」一樣長，避免單向溝通。
12	單元三：溝通進階班	活動 4：弦外之音解碼器 教學重點：播放影片練習觀察他人臉色，解讀背後的真實情緒。 1. 老師帶領學生對鏡子做誇張表情（大笑、皺眉、嘟嘴）。 2. 展示三張大字卡（誇張的開心、生氣、難過）。引導學生：「看他的眉毛是往上還是往下？嘴巴是笑笑的還是撇撇的？」 3. 發放情境照片。學生需選擇對應的心情表情卡。 4. 當看到別人心情不好時，我們可以做什麼？（例如：給他空間、告訴老師）。
13	單元四：衝突解決王	活動 1：意見大不同 教學重點：自己與他人的意見重疊與差異之處。 1. 你喜歡哪一個？（如：草莓 vs 巧克力冰淇淋）。請學生移動到喜歡的那一邊。強調「沒有對錯」，只是我們喜歡的東西不一樣。 2. 繪本《不一樣也沒關係》可以用什麼話說出來，而不是生氣或動手 3. 演練練習使用句型：「我喜歡……，你喜歡……，我們不一樣。」
14	單元四：衝突解決王	活動 2：滅火器演練 教學重點：建立衝突解決 SOP 視覺表，包含冷靜、表達、協議。 1. 「滅火器 SOP」展示：停：手勢「暫停」。看：數到 3，深呼吸。聽：聽聽看對方想說什麼（或聽老師指令）。滅（協議）：講出我的需求。 2. 老師扮演衝突情境（例如：搶玩具）。學生拿著「滅火器」道具，練習使用「我訊息」提示卡，練習：「我不喜歡被搶走玩具，請你還給我」。
15	面對無聊	1. 「無聊的時候，我們的身體可能會想動來動去，或是頭腦變慢了。」 2. 「不無聊寶箱」，裡面放置具體的調節工具，並用視覺圖卡教學： 深呼吸機器人：用力吸氣，慢慢吐氣。 手指計數法：數一數身邊的紅顏色物品。 身體小偵探：動動腳趾、握緊拳頭再放鬆。 腦中畫圖：閉上眼想最喜歡的食物。 3. 運用角色扮演： (1) 排隊挑戰：兩人一組練習，當排隊好久時，使用「手指計數法」或「觀察路人穿著」。 (2) 上課挑戰：模擬老師講話時，使用「深呼吸」或是將手輕輕放在桌上練習「靜止」。 4. 製作一張「不無聊小卡」（如：「如果我覺得無聊，我可以：1. 呼吸、2. 數數」
16	如何面對被糾正時	1. 請學生指出「被糾正時」自己會出現的表情（如：生氣的紅色、難過的藍色）。 「當老師或同學說你『這樣做不對』時，你的臉有沒有變紅？心跳有沒有變快？」 2. 我可以... 停（紅燈）：兩手握拳放在大腿上。聽（黃燈）：聽聽看對方說的內容是什麼。說（綠燈）：練習說：「我了解了，我下次會改。」

		3. 情境模擬（角色扮演）---鼓勵學生先做「握拳」動作（把憤怒收起來），再練習開口回應。 4. 實作練習：反駁 vs. 修正 5. 畫出自己的冷靜方法只要被糾正時能忍住不反駁，就能獲得「冷靜小勇士」的獎勵章
17	我收到幫助了	(1) 繪本導入：認識什麼是「被幫助」（如：有人遞筆、開門）。 (2) 找一找：角色扮演，找出教室裡「被幫助」的瞬間。 (3) 貼紙獎勵：當老師或同儕幫助我時，獲得一枚小貼紙。
18	謝謝怎麼說？	(1) 咒語練習：練習說出「謝謝」，搭配手語/比心動作。 (2) 回應挑戰：模擬被給予東西，練習看對方眼睛（或鼻子）說謝謝。 (3) 獎勵機制：成功說出謝謝者，即可獲得該活動物品。
19	傳遞感謝小卡	(1) 畫出感謝：選出這週最想謝謝的人，塗鴉或印章蓋印。 (2) 角色演練：老師示範如何將感謝卡交給對方並說謝謝。 (3) 勇氣任務：在老師陪伴下，將感謝卡親手交給同學/老師。
20	感恩慶功宴	(1) 回顧活動：觀看前三週的照片或錄影，增強記憶。 (2) 表達練習：輪流說出「謝謝 XXX」。 (3) 小小慶功：分發小點心，練習互相感謝後食用。
21	總結	這學期課程重點回顧

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
社會技巧	三 A	2 節	鄭元禎
教學人數	三年級 <u>5</u> 人，共 <u>5</u> 人。		
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進■A2. 系統思考與問題解決 □A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 □B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識■C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 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。 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。	
	學習內容	特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-3 團體的基本規範。	
融入議題	人權教育、生命教育、品德教育、法治教育、家庭教育		
本學期學習目標	1. 提升情緒覺察與衝動控制能力。 2. 學習適切的人際溝通與互動技巧。 3. 培養參與團體與桌遊時的輪流、等待與守規矩能力。		
教學與評量說明	1.教材編輯與資源：■簡化 ■減量 □分解 □替代 □重整 □加深 □加廣 □濃縮 ■自編 教材資源：□學習單 ■教學影片 ■圖卡 ■區分性教學 ■桌遊教具 2.教學方法：■工作分析 ■多元感官 ■直接教學 □多層次教學 ■合作學習 環境調整：□教室位置 □動線規劃 □學習區安排 ■座位安排 □助理員 □輔具 3.教學評量：■口語評量 ■觀察評量 ■實作評量 □紙筆測驗 □檔案評量 □課程本位評量		
【上學期】教學進度表			
週次	單元名稱	課程內容	
1	單元一：情緒小偵探	活動 1：情緒紅綠燈 教學重點：利用視覺化情緒表情卡，引導學生辨識開心與生氣的差異。 1. 老師手持表情卡，詢問「這是什麼表情？」。 2. 老師舉起「綠燈」或「紅燈」牌，學生需做出對應的表情。 3. 每人一張「紅綠燈記錄卡」。請學生練習「分類」：給學生幾組照片或圖卡（例如：吃到冰淇淋、玩具被搶	

		走、跌倒），請學生將它們分別貼在「綠色」或「紅色」區塊。 4. 總結與回饋--「現在的你，是什麼燈？」
2	單元一：情緒小偵探	活動 2：心情塗鴉牆 教學重點：透過 AI 繪圖工具或圖卡生成不同情緒場景，練習口語表達當下感受。 1. 情緒溫度儀 2. 繪圖魔法變身 3. 我的心情塗鴉牆 4. 心情分享會
3	單元一：情緒小偵探	活動 3：情緒分類心智圖 教學重點：以心智圖可視化正負向情緒的類別與特徵。 1. 情緒大風吹 2. 顏色情緒分類：在黑板貼出一個大心智圖的雛形，中心是「我」。左邊分支：黃色區域（開心）。列舉具體詞彙，如「笑嘻嘻」、「想跳舞」。右邊分支：紅色/藍色區域（生氣/難過）。列舉具體詞彙，如「大哭」、「眉頭皺皺」。 3. 老師展示一張情境圖（例如：收到禮物）。詢問：「這是開心還是不開心？」學生挑選對應的貼紙，貼在心智圖對應的分支上。 4. 檢查每位學生的心智圖，請學生指認其中一個「開心的」或「生氣的」。
4	單元二：我是亮點王	活動 1：我的優點樹 教學重點：引導學生繪製優點樹圖案，強化自我特質的正面認知。 1. 什麼是優點？ 2. 製作我的優點樹 3. 欣賞與讚美
5	單元二：我是亮點王	活動 2：超級任務挑戰 教學重點：透過任務拆解表，讓學生找出自己擅長與需要協助的事項。 1. 你是哪種超級英雄？ 2. 超級任務拆解表 3. 實作練習：超級任務挑戰賽 4. 表揚儀式：不論任務是否完全成功，只要有嘗試「拆解步驟」或「開口求助」，即頒發「超級任務挑戰成功」貼紙。 練習說一次：「任務很難沒關係，我會拆成小步驟，還可以說請幫幫我！」
6	單元二：我是亮點王	活動 3：優勢超能力 教學重點：演練在遇到困難時，如何運用自己的長處尋求

		解決方案。 1. 情緒檢視： 利用情緒溫度計，讓學生指認現在的心情。老師用簡單指令引導大家坐好，準備開始。 2. 肯定優點： 老師準備幾種簡單優點。請學生選一張最像自己的，貼在身上變成「超能力貼紙」。 3. 情境解鎖（運用策略） 4. 正向回饋： 將成功的經驗畫在小卡上由老師口頭給予具體稱讚：「你剛剛遇到困難沒有生氣，用了超能力求救，做得很好！」
7	單元三：溝通好幫手	活動 1：專注聽我說 教學重點：建立「傾聽四步驟」視覺檢核表，練習目光對準說話者。 1. 暖身：秘密寶盒 2. 示範：傾聽四步驟：眼睛看、耳朵聽、嘴巴閉、手腳安靜 3. 實作：小偵探活動 4. 總結與獎勵
8	單元三：溝通好幫手	活動 2：肢體說話術 教學重點：圖解非口語訊息（如點頭、微笑），練習無聲的表達。 1. 暖身活動：心情木頭人：老師做動作，學生模仿。 2. 肢體魔法卡--圖解示範--鏡子練習--無聲挑戰 3. 綜合活動：肢體小任務 4. 結尾：老師的貼紙獎勵--讚美：「我剛剛看到你對同學點頭，你看起來很友善！」
9	單元三：溝通好幫手	活動 3：肢體說話術進階 1. 「老師不說話」： 老師用誇張的點頭、微笑或揮手打招呼，讓學生猜老師想說什麼。 2. 「跟我這樣做」： 老師展示「圖卡」（微笑、點頭、搖頭、揮手），帶著學生對著鏡子練習，確認學生能模仿。 3. 「超級默劇王」： 老師出情境卡（如：有人給你糖果？看到老師？），學生對應選擇適當圖卡並做出肢體動作。 4. 「點點頭，笑一笑」： 兩人一組，學生互相練習用微笑和點頭回應彼此的打招呼。 5. 「我會說了」： 老師隨機比動作，學生說出那是「開心」還是「想說好」。
10	單元四：團體小分子	活動 1：班級規範圖解 教學重點：將課堂規範轉化為圖標，建立視覺化守則。 1. 用「偵探」概念導入。老師帶領全班觀察教室，尋找「哪裡看起來怪怪的？」或「哪裡看起來很整齊？」。 2. 策略：減法原則。不超過 3 個規則。

		(1) 舉手發言（圖標：舉起的手 + 嘴巴閉著）。 (2) 溫和的手（圖標：手放好，不打人）。 (3) 安靜的耳朵（圖標：耳朵放大 + 老師說話的圖）。 3. 老師發放印有圖標的空白著色卡。學生只需在圖標旁畫上自己或勾選顏色。 4. 老師演練「錯誤行為」（例如：直接大叫），邀請學生指出對應的圖標並說出「不對，要舉手」。完成後給予集點卡獎勵。
11	單元四：團體小分子	活動 2：主動加入 SOP 教學重點：利用流程圖拆解「想一起玩」的步驟，進行模擬練習。 1. 影片或繪本故事：主角想玩卻不敢開口，表現出焦慮。詢問學生：「你看他為什麼沒辦法一起玩？」 2. 視覺化 SOP 教學：出示「想一起玩」流程圖 停：先停下腳步，看一看他們在玩什麼？（確保學生觀察遊戲內容，避免干擾）。 聽：聽聽看遊戲規則是什麼？（判斷是否適合加入）。 走：走過去，站在旁邊（不要擋住視線，保持一段舒適距離）。 問：看著對方的眼睛，用溫和的聲音說：「我可以跟你們一起玩嗎？」 3. 分組扮演：老師示範（對），學生模仿（練習）。 4. 情境回顧與獎勵：給予完成練習的學生正向回饋。
12	單元四：團體小分子	活動 3：邀請好隊友 教學重點：練習回應他人邀請的口語句型，搭配社交故事引導。 1. 誰是好隊友？利用圖片（例如：一起拼圖、一起玩球、一起畫畫）引導學生討論。 2. 社交故事引導：我想跟你一起玩 故事重點：阿強看到小明在玩積木，阿強想加入。阿強不可以衝過去搶積木（行為限制）。阿強要先觀察，並說出邀請句型。 3. 邀請方腳本：「我可以跟你一起玩嗎？」「你要不要一起玩拼圖？」被邀請方腳本：接受邀請：「好啊，我們一起玩。」拒絕邀請：「現在不行，等我拼完這塊再換你。」（教導拒絕時要給予原因或替代方案）。 4. 實作演練：我是邀請小達人：進行「模擬市場」，教室內放不同玩具，學生必須走到該區域並使用「邀請腳本」尋求夥伴
13	單元五：需求表達家	活動 1：我想請你幫幫忙 教學重點：利用視覺求助卡，學習在遇到困難時舉手表達。

		1. 詢問學生：「你看這張圖，主角遇到了什麼困難？他看起來開心嗎？我們可以用什麼表情或動作讓別人知道他需要幫忙？」 2. 帶領學生練習「深呼吸 -> 舉手 -> 拿起卡片」的三步驟 3. 情境演練 4. 綜合檢核與回饋-詢問：「當你覺得『好難喔』的時候，除了生氣，你還可以做什麼？」
14	單元五：需求表達家	活動 2：生理需求紅不讓 教學重點：練習表達如廁、飲水等基本生理需求之固定句型。 1. 我是心情偵探」：用心情卡確認學生當下狀態，若有焦慮感，先進行 3 分鐘深呼吸或按壓壓力球，建立安全感。 2. 「身體警報器」：透過視覺化教材（如：缺水的小花圖片代表渴、快滿的水球代表想尿尿），連結生理感受。老師示範錯誤與正確的表達方式。 3. 情境演練 4. 結尾獎勵
15	單元五：需求表達家	活動 3：情緒需求練習 教學重點：學習在難過或生氣時，運用視覺提示卡表達「我想休息」。 1. 情緒氣象台：利用圖卡快速指認現在的心情（晴天、雨天、雷陣雨）。 2. 繪本導讀：播放或講述「當我不開心時」簡短故事，強調主角感到崩潰時的身體反應。 3. 身體訊號偵探：對照鏡子，找出自己生氣時的表情與動作（握拳、瞪眼）。接著練習拿出「休息卡」。 4. 模擬情境劇場：老師扮演會導致生氣的情境（如：玩遊戲輸了），引導學生練習出示「休息卡」並移動到指定角落。
16	單元六：友善禮貌王	活動 1：打招呼大冒險 教學重點：利用角色扮演與視覺動作圖卡，練習向老師與同學問好。 1. 將打招呼拆解為 3 個動作，搭配圖卡：看（眼神接觸，若難以直視可練習看對方肩膀）。點頭（禮貌姿勢）。說（發出聲音，如：「早」、「嗨」）。 ※ 教師示範「錯誤」與「正確」對比，讓學生指出哪裡不一樣。 2. 與老師角色扮演/與同學練習 3. 總結：複習今天學到的 3 個動作，並約定下次練習對

		象。
17	單元六：友善禮貌王	活動 2：謝謝你的幫忙 教學重點：繪製「感謝心智圖」，列出生活中需要感謝的人與事。 1. 請學生表演「手上的東西掉了一地」的尷尬情境。教師親自示範拾起東西，並說：「謝謝你的幫忙，有你真好。」 2. 繪製我的感謝心智圖-引導思考：「誰每天照顧我？」、「誰在我跌倒時幫我？」。 3. 社交腳本練習（例：「謝謝你幫我_____，我很開心。」）。
18	單元六：友善禮貌王	活動 3：友誼賓果盒 教學重點：透過賓果遊戲圖解友善行為（如分享、微笑）。 1. 繪本導讀，介紹「友善行為」的定義。 2. 教師示範動作：分享（給別人一張紙）、微笑（對著鏡子）、打招呼（揮手）。請學生輪流模仿。 3. 每人一張賓果圖，上面有行為插圖。教師帶領學生在教室內尋找能做出該行為的同學。 4. 賓果完成後，全班一起領取象徵友誼的小貼紙。
19	單元七：我不影響他人	我的身體界線 1 影片示範：什麼是「身體泡泡」？ 2 實作活動：畫出我的手臂長度（界線範圍） 3 角色扮演：保持距離的「紅綠燈」練習 4 檢核單：現在我跟同學保持安全距離了嗎？
20	單元七：我不影響他人	我的音量開關 1 聲音辨識：這是大聲、小聲還是靜音？ 2 視覺提示：教室音量等級表（1-3 級） 3 情境演練：在教室/圖書館該用哪種聲音？ 4 挑戰遊戲：小聲說出心裡話任務
21	單元七：我不影響他人	尊重他人的安靜 1 觀察練習：當別人在專心，我可以做什麼？ 2 等待練習：學習使用「舉手」或「等待卡」 3 情境劇場：當我想說話但別人正在忙時 4 獎勵活動：任務完成頒發「安靜小天使」貼紙
下學期 學習目標	1. 壓力覺察與調適：透過視覺化工具學習辨識壓力來源，並建立專屬個人的舒壓方式。 2. 情緒識別與表達：學會運用圖解方式處理矛盾情緒與負面想法，並能正確使用「我訊息」表達自我需求。 3. 社交溝通技巧：掌握開啟與結束對話的步驟，並練習觀察他人表情以解讀其真實情緒。 4. 衝突解決能力：透過視覺化的流程練習客觀分析問題並尋求協議。	

	5. 正向人際連結：學習在家庭與社區中表達感謝與互動，並建立回顧互動歷程的友誼紀錄，培養感恩心態。
教學與 評量說明	1. 教材編輯與資源： 學習內容調整：☒簡化 ☒減量 ☐分解 ☐替代 ☐重整 ☐加深 ☐加廣 ☐濃縮 ☒自編 教材資源：☐學習單 ☒教學影片 ☒圖卡 ☒區分性教學 ☒桌遊教具 2. 教學方法（學習歷程與環境調整）： 學習歷程：☒工作分析 ☒多元感官 ☒直接教學 ☐多層次教學 ☒合作學習 環境調整：☐教室位置 ☐動線規劃 ☐學習區安排 ☒座位安排 ☐助理員 ☐輔具 3. 教學評量（學習評量調整）： ☒口語評量 ☒觀察評量 ☒實作評量 ☐紙筆測驗 ☐檔案評量 ☐課程本位評量

【下學期】教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	單元一：抗壓小戰士	活動 1：壓力氣球吹吹看 教學重點：利用氣球視覺化壓力累積，引導覺察身體緊張感。 1. 「身體警報器」偵測：教師帶領學生觸摸自己的肩膀、握緊拳頭，問學生：「現在身體硬硬的，像石頭還是像棉花？」藉此建立「緊張」的視覺與觸覺連結。 2. 累積階段：教師請學生說出一件「讓你不開心或覺得煩的事情」，每講一件，就吹一下氣球（視覺化壓力累積，氣球變大）。 3. 警戒階段：氣球變大後，讓學生用手捏住氣球口，體驗「繃緊」的感覺（如同身體肌肉緊繃）。 4. 練習：在放氣的同時，請學生配合「長吐氣」，體驗氣球縮小與身體肌肉放鬆的對照感。請學生再次觸摸自己的肩膀，比較前後差異。 5. 結尾與回饋——身體鬆開了，心情也變舒服了。
2	單元一：抗壓小戰士	活動 2：壓力地圖找一找 教學重點：用心智圖羅列課業、社交等壓力來源，並分類處理。 1. 情緒熱身準備「情緒溫度計」表，請學生用磁鐵指出現在的心情數字（1-5）。 2. 找出壓力配合黑板的心智圖，老師舉例（例如：今天字寫不完好煩），請學生拿圖片貼上對應的壓力分支。 3. 分類與解決「壓力分類箱」活動：提供三個箱子（我能自己做、需要找老師、需要深呼吸）。 4. 練習時間社交腳本扮演：針對「不知道怎麼開口玩」練習說：「我可以跟你一起玩嗎？」 5. 結尾儀式深呼吸訓練（腹式呼吸）+ 重複一次正確的求救句型。
3	單元一：抗壓小戰士	活動 3：深呼吸冷靜瓶 教學重點：製作冷靜瓶，視覺化呈現情緒沉澱的過程。

		1. 「情緒雷達」：用表情卡片詢問學生現在的心情。 2. 「情緒風暴」：討論生氣時，心裡會像什麼？（像亂飛的蟲、像火山爆發）。 3. 「深呼吸冷靜瓶」製作 4. 「沉澱練習」 5. 「冷靜小撇步」：宣導冷靜瓶的使用時機（當我覺得快要生氣時）。
4	單元一：抗壓小戰士	活動 4：舒壓百寶箱 教學重點：圖解各類舒壓方法（如畫畫、運動），建立個人清單。 1. 請學生閉上眼睛，引導他們感受「不舒服」時身體的變化。 2. 將舒壓方法分為「身體放鬆」與「靜態專注」兩大類 3. 發下一張紙，上面印有這幾種舒壓活動的「圖標」。請學生從中選出 3 個他們覺得「做起來最舒服」的活動。 4. 角色扮演：教師演出一個生氣情境（例如：遊戲輸了），隨即示範從口袋拿出自己的百寶箱清單，選擇一項活動，請學生演練。
5	單元一：抗壓小戰士	活動 5：我需要一個抱抱 教學重點：練習在失敗時接受他人安慰，並選取適當發洩方式（如捏球）。 1. 認識情緒：展示「情緒溫度計」。引導學生指認自己現在的溫度（平靜-微生氣-爆炸）。 2. 老師進行「模擬挫折」：玩堆疊積木倒塌。示範正確反應：「積木倒了，我很難過（語言表達），我要捏一下球（選擇發洩工具），我準備好聽安慰了。」 3. 分組演練 4. 回顧今天的練習：當心情不好的時候，可以找捏球，也可以聽聽別人的好話。最後每人領取一個「挑戰成功章」。
6	單元二：情緒調色盤	活動 1：又哭又笑的時刻 教學重點：使用顏色混合圖解「又期待又害怕」等矛盾情緒。 1. 又哭又笑的時刻-使用顏色混合圖解「矛盾情緒」。 『又期待又害怕』，這很正常，我們的心情可以同時有兩種顏色。 2. 實作活動：我的心情調色盤 （請學生選擇一個最近發生過「矛盾」的事情（例如：想上台表演但又害羞）。讓學生使用蠟筆或色紙，將圓形圖塗上代表這兩種心情的顏色。） 3. 用「我感覺到.....是因為.....」的簡單句型進行分享。

7	單元二：情緒調色盤	活動 2：壞心情垃圾袋 教學重點：圖解情緒宣洩的具體步驟，降低複雜情緒的心理負擔。 1. 學生畫出或選出讓自己不開心的事件（例如：被同學搶玩具、作業寫不完）。 2. 壞心情垃圾袋步驟： 裝袋：將揉好的壞心情紙團放進透明塑膠袋中。 儀式化宣洩：對著袋子大聲說出：「我不開心，因為...（事件）」，然後封口。 封存：使用膠帶將袋子密封。告訴學生：「把壞心情封起來，我們就不用一直背著它。」 垃圾處理：將密封袋放置在教室的一個角落壞心情已經從心裡搬走，放到外面去了。 3. 我也能處理壞心情 練習一個簡單的放鬆動作（如：深呼吸、伸展）。 覆誦：「壞心情，丟進去；封起來，我不怕。」 處理完情緒後，接下來可以做些開心的事情。
8	單元二：情緒調色盤	活動 3：心情修復工作坊 教學重點：不同應對情境，練習處理負面想法。 1. 誰的麻煩比較大？出示兩張情境圖（例如：A. 玩具被同學弄壞了；B. 忘記帶橡皮擦）。你是這個人，你會想什麼？負面想法就像「卡住的積木」，我們需要「修復」。 2. 心情急救包的操作 工具一：深呼吸。工具二：撕紙宣洩。工具三：彈性想法貼紙（給予正面句型貼紙，如：「沒關係，可以再試一次」、「下次再借就好」）。 3. 練習活動：老師唸出情境（例如：老師說錯話了），學生從急救包中挑選一個工具並示範使用。
9	單元三：溝通進階班	活動 1：開啟聊天的話題 教學重點：建立「話題選擇盤」，練習選擇適當的開場白。 1. 強調「開口」前先找「目標」。 2. 「我的話題地圖」，將圖片分區（我喜歡的、別人也可能喜歡的）。 看轉盤，停在『車子』！我就說：『小明，你喜歡車子嗎？』」 3. 看到別人（觀察）→ 轉動盤子（選擇）→ 開口說（執行） 4. 演練 情境 1：老師假裝在玩樂高，學生拿著話題盤選擇「積木」，練習說：「你也在玩積木嗎？」 情境 2：同儕練習：『嗨 [名字]，你喜歡 [話題] 嗎？』

10	單元三：溝通進階班	活動 2：說再見的藝術 教學重點：視覺化呈現結束對話的步驟（目光接觸、微笑、揮手）。 1. 「再見三步驟卡片」：展示三張大圖卡（或直接展示範本）： 目光（眼睛看）：練習看著對方的臉，而不是看地板。 表情（嘴角上揚）：練習用笑容釋出善意。 手勢（擺手）：練習適度的揮手力道。 2. 「再見小劇場」： 老師示範錯誤版（不看人、冷臉、大力揮手）。 老師示範正確版（對照視覺卡片）。 3. 分組演練：兩人一組，一人扮演要離開的人，另一人回應。老師在旁提示視覺卡片步驟。
11	單元三：溝通進階班	活動 3：我的分享 Show 教學重點：利用照片或物品輔助，練習依據對方興趣進行分享。 1. 告訴學生：「當我們要跟別人說話時，要先把天線打開，轉向對方的方向」 2. 將學生兩人一組，每人手上有 2 張自己最喜歡的興趣卡。 「當你看到好朋友手上的卡片時，你要先看，然後說：『喔！這是 xxx（卡片名稱），我很喜歡！』」 3. 實作演練：說話紅綠燈... 學生練習介紹自己為什麼喜歡這個。換老師說時學生必須閉上嘴巴，眼睛看著老師，練習點頭三次（象徵有在聽）。 4. 「聽的時間」與「說的時間」一樣長，避免單向溝通。
12	單元三：溝通進階班	活動 4：弦外之音解碼器 教學重點：播放影片練習觀察他人臉色，解讀背後的真實情緒。 1. 老師帶領學生對鏡子做誇張表情（大笑、皺眉、嘟嘴）。 2. 展示三張大字卡（誇張的開心、生氣、難過）。引導學生：「看他的眉毛是往上還是往下？嘴巴是笑笑的還是撇撇的？」 3. 發放情境照片。學生需選擇對應的心情表情卡。 4. 當看到別人心情不好時，我們可以做什麼？（例如：給他空間、告訴老師）。
13	單元四：衝突解決王	活動 1：意見大不同 教學重點：自己與他人的意見重疊與差異之處。 1. 你喜歡哪一個？（如：草莓 vs 巧克力冰淇淋）。請學生移動到喜歡的那一邊。強調「沒有對錯」，只是我們喜歡的東西不一樣。

		2. 繪本《不一樣也沒關係》可以用什麼話說出來，而不是生氣或動手 3. 演練練習使用句型：「我喜歡……，你喜歡……，我們不一樣。」
14	單元四：衝突解決王	活動 2：滅火器演練 教學重點：建立衝突解決 SOP 視覺表，包含冷靜、表達、協議。 1. 「滅火器 SOP」展示：停：手勢「暫停」。看：數到 3，深呼吸。聽：聽聽看對方想說什麼（或聽老師指令）。滅（協議）：講出我的需求。 2. 老師扮演衝突情境（例如：搶玩具）。學生拿著「滅火器」道具，練習使用「我訊息」提示卡，練習：「我不喜歡被搶走玩具，請你還給我」。
15	面對無聊	1. 「無聊的時候，我們的身體可能會想動來動去，或是頭腦變慢了。」 2. 「不無聊寶箱」，裡面放置具體的調節工具，並用視覺圖卡教學： 深呼吸機器人：用力吸氣，慢慢吐氣。 手指計數法：數一數身邊的紅顏色物品。 身體小偵探：動動腳趾、握緊拳頭再放鬆。 腦中畫圖：閉上眼想最喜歡的食物。 3. 運用角色扮演： (1) 排隊挑戰：兩人一組練習，當排隊好久時，使用「手指計數法」或「觀察路人穿著」。 (2) 上課挑戰：模擬老師講話時，使用「深呼吸」或是將手輕輕放在桌上練習「靜止」。 4. 製作一張「不無聊小卡」（如：「如果我覺得無聊，我可以：1. 呼吸、2. 數數」
16	如何面對被糾正時	1. 請學生指出「被糾正時」自己會出現的表情（如：生氣的紅色、難過的藍色）。「當老師或同學說你『這樣做不對』時，你的臉有沒有變紅？心跳有沒有變快？」 2. 我可以... 停（紅燈）：兩手握拳放在大腿上。聽（黃燈）：聽聽看對方說的內容是什麼。說（綠燈）：練習說：「我了解了，我下次會改。」 3. 情境模擬（角色扮演）——鼓勵學生先做「握拳」動作（把憤怒收起來），再練習開口回應。 4. 實作練習：反駁 vs. 修正 5. 畫出自己的冷靜方法只要被糾正時能忍住不反駁，就能獲得「冷靜小勇士」的獎勵章
17	我收到幫助了	(1) 繪本導入：認識什麼是「被幫助」（如：有人遞筆、開門）。 (2) 找一找：角色扮演，找出教室裡「被幫助」的瞬間。

		(3) 貼紙獎勵：當老師或同儕幫助我時，獲得一枚小貼紙。
18	謝謝怎麼說？	(1) 咒語練習：練習說出「謝謝」，搭配手語/比心動作。 (2) 回應挑戰：模擬被給予東西，練習看對方眼睛（或鼻子）說謝謝。 (3) 獎勵機制：成功說出謝謝者，即可獲得該活動物品。
19	傳遞感謝小卡	(1) 畫出感謝：選出這週最想謝謝的人，塗鴉或印章蓋印。 (2) 角色演練：老師示範如何將感謝卡交給對方並說謝謝。 (3) 勇氣任務：在老師陪伴下，將感謝卡親手交給同學/老師。
20	感恩慶功宴	(1) 回顧活動：觀看前三週的照片或錄影，增強記憶。 (2) 表達練習：輪流說出「謝謝 XXX」。 (3) 小小慶功：分發小點心，練習互相感謝後食用。
21	總複習	這學期課程重點回顧

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
社會技巧	三 B	2 節	鄭元禎
教學人數	三年級 <u>4</u> 人，共 <u>4</u> 人。		
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☒ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 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。	
	學習內容	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 B-II-4 衝突情境的因應。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	
融入議題	人權教育、生命教育、品德教育、法治教育、家庭教育		
本學期 學習目標	1. 強化情緒調節與壓力處理技巧。 2. 增進語意理解與社交對話的流暢度。 3. 學習衝突解決與彈性應變能力。		
教學與 評量說明	1. 教材編輯與資源： ☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 教材資源： ☐ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☒ 區分性教學 ☒ 桌遊教具 2. 教學方法： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 3. 教學評量： ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量		
【上學期】教學進度表			
週次	單元名稱	課程內容	
1	認識情緒顏色與命名	1. 情緒溫度計圖表介紹（藍-平靜，黃-煩躁，紅-爆發）。 2. 繪製我的心情臉譜：使用鏡子，練習辨識自己與他人的表情。 3. 情緒配對卡：將實物照片（如：生氣的表情）貼在溫度計對應區。	
2	辨識衝動的身體訊號	1. 身體偵探遊戲：尋找生氣時的身體感覺（握拳、臉熱、大聲、心跳快）。 2. 衝動交通號誌：綠燈(沒事)、黃燈(注意，身體變熱了)、紅燈(暫停，需要深呼吸)。	

		3. 身體掃描練習：簡單的肌肉放鬆與深呼吸體驗。
3	建立衝動預警機制	1. 繪本導讀：「憤怒的小怪獸」視覺化教學。 2. 我的「情緒警報器」：協助學生找出自己的生氣徵兆（例如：我不喜歡被碰觸）。 3. 視覺化替代工具：製作個人化「冷靜選項」圖卡（如：捏紓壓球、喝水、找老師）。
4	情境演練與自我察覺	1. 情境卡劇場：老師示範衝突，學生舉起對應的溫度計顏色。 2. 衝動停止練習：在模擬遊戲中，聽到「暫停」指令時練習停下動作。 3. 進步獎勵：頒發「情緒觀察員」貼紙，紀錄一週內使用冷靜工具的次數。
5	認識「暫停」標誌	(1) 視覺化教學：介紹「停」的標誌與紅綠燈規則。 (2) 身體練習：聽鈴聲做「動作凍結」練習。 (3) 情境引導：繪本導讀《當我感到挫折時》。 (4) 工具製作：製作屬於自己的「我可以暫停」視覺提示卡
6	練習「等待」技巧	(1) 計時輔助：使用沙漏或倒數計時器練習等待 30 秒。 (2) 等待時的行為：練習等待時可以做什麼（如：深呼吸、數數字）。 (3) 小遊戲：輪流排隊玩簡單的積木堆疊。 (4) 正向增強：對能完成等待的行為給予即時代幣或獎勵。
7	學會「求助」提問	(1) 溝通腳本：練習用卡片或語句說出「請幫我」、「我不懂」。 (2) 示範教學：老師示範遇到困難時，如何舉手並等待老師過來。 (3) 情境演練：故意製造簡易困難（如：蓋子打不開），練習求助。 (4) 角色扮演：兩人一組，練習正確的提問方式。
8	綜合演練與彈性	(1) 闖關遊戲：在任務中設置「小障礙」，練習先停、再想、再求助。 (2) 彈性練習：若請求被暫時拒絕，學習等待第二次提問機會。 (3) 成功經驗分享：表揚這四周內表現進步的時刻。 (4) 檢核總結：確認學生能將「停看聽」流程應用於日常教室情境。
9	觀察環境——我該做什麼？ 調整行為適應環境	(1) 環境偵探：尋找教室裡的「環境線索」（如：時鐘、燈號） (2) 觀察小卡：對應不同場域（安靜/熱鬧）的行為圖卡配對 (3) 角色扮演：根據「環境氣氛」練習調整音量與動作

		(4) 任務挑戰：「小偵探出任務」，在不同空間完成指定行為
10	認識「硬邦邦」與「彈性」	(1) 具體物演示：拿「直尺」比喻固執想法，拿「橡皮筋」比喻彈性思考。 (2) 我會說「不行」嗎：認識當別人說不時，自己的身體反應。 (3) 情緒標記：辨識「硬邦邦腦袋」時身體會發生的變化（握拳、尖叫）。
11	「如果…那我可以…」卡片練習	(1) 圖卡配對：準備常見的突發狀況圖卡（例如：沒玩到喜歡的玩具）。 (2) 選擇題遊戲：A 選項（堅持到底崩潰）、B 選項（換個方式說）。 (3) 腳本演練：練習用簡單句：「現在不可以，那我可以（選擇其他東西）？」
12	換個方式說：話術加油站	(1) 對話泡泡學習：利用漫畫泡泡圖，將「命令句」改為「請求句」。 (2) 關鍵字轉彎：練習將「我要！」改成「我可以…嗎？」 (3) 情境角色扮演：老師扮演不同需求者，學生練習用「彈性話語」回應。
13	彈性腦袋挑戰賽	(1) 規則改變遊戲：進行簡單遊戲，中途故意改變規則，練習調適情緒。 (2) 獎勵時刻：只要能說出「沒關係，那我們換個方式」即給予正向增強。 (3) 彈性英雄貼紙：製作屬於自己的彈性思考紀錄卡。
14	策略大搜查	(1) 困難是什麼？視覺化「壓力表」：辨識自己遇到困難的身體訊號。 (2) 策略百寶箱：列出「我可以做的事」（如：深呼吸、數到十、找老師）。 (3) 策略卡製作：將策略繪製成簡易圖卡隨身攜帶。
15	任務拆解法	(1) 困難疊疊樂：模擬積木倒塌情境，練習說出「我不生氣，我再試一次」。 (2) 任務分解練習：將困難任務拆解成「第一步、第二步」。 (3) 實作體驗：簡單的拼圖或路徑關卡，練習完成第一步的成就感。
16	尋求協助的智慧	(1) 社會故事導讀：故事中的主角遇到卡關時如何開口？ (2) 「求救信號」練習：練習使用求救卡或固定句型（「老師，我需要幫忙」）。 (3) 角色扮演：在關卡中設置困難，練習主動尋求協助而非崩潰。
17	彈性調整挑戰賽	(1) 驚喜關卡：練習關卡突然改變規則（如：顏色順序變

		換)。 (2) 彈性思考練習：討論「換個方式做，會發生什麼？」。 (3) 情緒調節：當規則改變時，練習使用第一週製作的策略卡。
18	我是關主/破關高手	(1) 成果總驗收：設置連續性的闖關遊戲。 (2) 應對突發狀況：設計一個「無法立刻解決」的關卡，練習等待與忍耐。 (3) 結業頒獎：頒發「策略運用高手」勳章，強調過程中的努力而非結果。
19	綜合演練	運用闖關方式，綜合演練本學期所學的自我覺察與應變策略。
20	生活應用	分享在家庭或原班級中，遇到困難時如何運用策略的經驗。
21	期末總結	期末總結與回顧
下學期學習目標	1. 提升情緒覺察與衝動控制能力。 2. 學習適切的人際溝通與互動技巧。 3. 培養參與團體與桌遊時的輪流、等待與守規矩能力。	
教學與評量說明	1. 教材編輯與資源： ■簡化 ■減量 □分解 □替代 □重整 □加深 □加廣 □濃縮 ■自編 教材資源：□學習單 ■教學影片 ■圖卡 ■區分性教學 ■桌遊教具 2. 教學方法： ■工作分析 ■多元感官 ■直接教學 □多層次教學 ■合作學習 3. 環境調整： □教室位置 □動線規劃 □學習區安排 ■座位安排 □助理員 □輔具 4. 教學評量： ■口語評量 ■觀察評量 ■實作評量 □紙筆測驗 □檔案評量 □課程本位評量	
【下學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	認識輪替的順序	(1) 視覺化規則建立：製作「輪到我／輪到他」視覺提示卡。 (2) 概念練習：使用計時器（視覺化倒數），建立「等待」是有終點的信心。 (3) 簡易操作：一對一投球互動，練習聽見指令「換你了」後交換球。 (4) 正向回饋：成功等待後立即給予視覺化鼓勵（如蓋章或貼紙）。
2	練習等待的技巧	(1) 情緒調節：等待時的「冷靜小撇步」（例如：深呼吸、抱緊壓力球）。 (2) 情境練習：運用「停、看、聽」圖卡，練習在遊戲暫停時保持安靜。 (3) 互動遊戲：玩簡單的抽卡片遊戲，練習輪流抽出，重

		點在「不搶牌」。 (4) 自我紀錄：畫出等待時的心情（選擇心情圖案），增加對等待的接受度。
3	輪替互動遊戲	(1) 共同玩具遊戲：選擇低刺激性的玩具（如積木），設定「輪流拼一塊」規則。 (2) 預測性演練：預先告知遊戲結束的時間點，減輕結束時的焦慮。 (3) 同儕示範：老師與助教示範正確的輪替方式，讓學生模仿。 (4) 社交腳本：練習說出簡單語句：「換你」或「請給我」。
4	小組社交挑戰	(1) 小組輪流挑戰：進行簡單的拋接球或積木堆疊賽，練習在小群體中輪流。 (2) 行為修正：當出現搶奪或焦慮時，引導使用第 2 週學會的調節技巧。 (3) 成果發表：給予每位學生「輪流小達人」勳章，增強成就感。 (4) 彈性轉場：遊戲結束後的收納練習，建立規律的結束儀式。
5	學習拒絕的「安全句型」	(1) 辨識心情：什麼時候覺得不舒服？ (2) 練習說不：運用「拒絕卡」取代尖叫或發脾氣 (3) 練習說不：口頭練習說「不，謝謝」或「我不想」 (4) 角色扮演：在遊戲中練習用卡片禮貌拒絕
6	練習「接受建議」與等待	(1) 聽力挑戰：聽完指令再行動的紅綠燈遊戲 (2) 接受建議：練習回應「如果我們這樣做會更好...」 (3) 角色扮演：模擬大人提供建議時的適當反應 (4) 獎勵機制：給予口頭讚美或增強物作為回應鼓勵
7	情緒調節與「不」的時機	(1) 情緒溫度計：觀察何時需要說「不」 (2) 情境劇場：分組演練——什麼時候可以說「不」？ (3) 選擇遊戲：分辨「大人可以說不」與「同儕互動時可以說不」 (4) 繪圖活動：畫出我的心情選擇
8	綜合挑戰：情境大闖關	(1) 複習時刻：快速複習說「不」與聽建議的原則 (2) 闖關活動：運用卡片或口語應對老師給予的「建議情境」 (3) 任務挑戰：與小夥伴進行兩人一組的合作任務 (4) 小組分享：分享自己這四週學到的溝通小技巧
9	表情識別基礎	(1) 鏡子遊戲：老師與學生面對面，透過鏡子練習誇張的開心、難過表情。 (2) 表情卡配對：將真人表情卡與卡通圖案配對（例如：真實的笑臉與卡通笑臉）。 (3) 找找看：從繪本中找出主角開心或生氣的臉。

		(4) 心情貼紙：在自己的學習單上畫出或貼上當下的心情。
10	解讀細節特徵	(1) 五官大偵探：利用白板畫圖，拆解「眉毛、眼睛、嘴巴」在不同心情時的形狀（例如：生氣時眉毛是「八」字）。 (2) 表情拼圖：使用活動式教具，拼貼出正確的憤怒或快樂表情。 (3) 猜猜卡片：老師出示遮住半張臉的照片，讓學生猜是哪種心情。 (4) 表情模仿秀：老師喊出情緒詞，學生對著鏡子做出該表情。
11	連結情境與表情	(1) 情境卡劇場：展示「收到禮物」、「玩具被搶走」的圖卡，連結相應心情。 (2) 心情連連看：將生活情境圖與對應的表情卡連線。 (3) 故事停看聽：導讀簡短情緒繪本，每翻一頁停下來問：「他現在的表情是什麼？」 (4) 我會說：練習簡單句型「看到（圖卡內容），他覺得（情緒）。」
12	社交互動應用	(1) 小小心情鑑定師：老師演示輕微的表情（如：皺眉），學生判斷老師的心情。 (2) 表情傳聲筒：老師做表情，學生傳遞給下一位，考驗對表情細節的觀察。 (3) 互動練習：透過與老師互動（例如老師給予獎勵），學生觀察老師開心的表情。 (4) 總結回顧：分享這四週最喜歡的表情活動，並完成一張心情紀錄小卡。
13	音量紅綠燈	(1) 認識教室與圖書館的「聲音級別」（1-3 級）。 (2) 活動：音量測驗計（使用 APP 或圖卡練習大小聲）。 (3) 實作：練習調整發言音量以符合目前場域。 (4) 回饋：練習使用「靜音」與「說話」信號。
14	場域大搜查	(1) 繪製「安靜區」（圖書館）與「熱鬧區」（操場）圖示。 (2) 偵探遊戲：找出教室內適合大動作與小動作的區域。 (3) 練習：在安靜區模擬低聲細語，在運動區練習安全跑跳。 (4) 檢核：使用檢核表確認各區域的行為規範。
15	情境變色龍	(1) 角色扮演：在不同情境（排隊、課堂、下課）下調整動作強度。 (2) 活動：情境卡片配對（看到「圖書館卡」要縮小動作）。 (3) 實作：實際走訪校園，依照場域變換走路速度與音量。

		(4) 檢核：觀察學生進入特定區域時是否自動調整。
16	行為總驗收	(1) 任務挑戰：完成「校園禮儀任務包」（走完指定路線）。 (2) 分享：討論在哪些場域「最難控制」音量或衝動。 (3) 表達：學習如何向他人提醒環境規則。 (4) 獎勵：頒發「校園行為小達人」勳章。
17	回顧與自我檢核	(1) 成長賓果遊戲：製作簡化的「社交技巧賓果卡」（含圖示），請學生回顧這學期做到的事（如：輪流、說不、觀察表情），並蓋章標記。
18	綜合演練（一）	(2) 社交小腳本：針對常見情境（如：想加入遊戲、被拒絕），提供學生「視覺化腳本卡」，透過角色扮演練習適當的語句與動作。
19	彈性挑戰（二）	(3) 突發狀況演練：設計「遊戲規則改變」或「玩具不見了」的小狀況，練習深呼吸與尋求協助，重點在練習「面對改變」的穩定感。
20	我的成長勳章	(4) 製作勳章/小卡：將這學期學到的技巧畫在勳章上，製作成「成長勳章」掛在胸前，增強自我肯定感與成就感。
21	慶祝與感謝	(5) 成長分享慶祝會：簡單的點心時間，邀請學生分享自己學到最棒的一招，並將感謝卡送給這學期幫助過自己的老師或同學。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
社會技巧	四 A		1 節	教師 8
教學人數	四年級 4 人。共_4_人			
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	●B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	●C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。		
	學習內容	特社 A-Ⅱ-2 壓力源的評估與處理。 特社 B-Ⅱ-5 危險情境的判別。 特社 C-Ⅱ-1 學習成員之間的關懷與表達。 特社 A-Ⅱ-3 自我接納與激勵		
融入議題	（融入性別平等、人權、品德、生命議題）			
上學期學習目標	1. 能辨識生活中的壓力來源，運用適當策略調節情緒並建立正向自我概念 2. 能辨識人際互動中的安全與危險情境，學習保護自己並尊重他人。 3. 能於遇到困難或衝突時，適當表達需求、尋求協助並承擔行為結果。			
教學與評量說明（須說明調整原則）	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☐ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：__			
上學期教學進度表				
週次	單元名稱	課程內容		
1	我的壓力從哪裡來	1. 壓力大搜查： 教師展示課業、人際、家庭、競賽等情境圖片，請學生分享是否曾遇過類似情況。 2. 壓力地圖繪製：		

		以「學校」、「家庭」、「朋友」為主軸，引導學生將自己感到困擾的事件貼到對應區域。 3. 壓力指數評估： 使用 1-5 級壓力溫度計評估事件帶來的壓力程度。 4. 回饋統整： 教師說明每個人都有壓力，重要的是發現壓力並尋找解決方法。
2	情緒警報器	1. 身體小偵探： 觀看情緒影片，觀察人物生氣、緊張時的表情與動作。 2. 我的身體警報器： 引導學生回想生氣時是否出現：心跳變快、握拳、咬牙、大聲說話。 3. 情境討論： 「同學拿走你的東西時，你的身體會出現什麼變化？」 4. 我的警報器學習單： 畫出自己情緒升高時的樣子。
3	壓力紅黃綠燈	1. 認識情緒紅綠燈： 綠燈＝平靜 黃燈＝開始不舒服 紅燈＝快爆炸 2. 情境分類： 將事件圖卡分類至紅黃綠燈。 3. 小組討論： 「寫功課寫不完是黃燈還紅燈？」 4. 回饋與統整： 當情緒來到黃燈時就要開始使用策略。
4	我的舒壓工具箱	1. 舒壓方法介紹： 2. 策略配對遊戲： 不同壓力情境選擇適合的舒壓方式。 3. 製作舒壓工具箱： 完成個人舒壓策略卡。 4. 角色扮演： 「考試考不好時，我可以怎麼做？」
5	我不是故意差勁	1. 繪本導讀 2. 優點轟炸機： 同學互相說出彼此優點。 3. 我會什麼： 製作個人優勢樹。 4. 練習說： 「雖然我還不會，但我願意學習。」
6	一定要勇敢嗎？	1. 職業配對遊戲： 展示男護理師、女工程師等圖片。

		2. 影片討論 3. 分組討論： 曾經聽過哪些性別刻板印象？ 4. 統整： 每個人都有選擇自己興趣與表達方式的權利。
7	當別人笑我不像男生（女生）時	1. 情境劇討論 2. 四步驟策略： 停一停 → 深呼吸 想一想 → 對方說的合理嗎？ 說一說 → 「每個人的興趣都不一樣。」 求助 → 持續發生時告知老師
8	友善還是危險？	1. 情境圖片分類： 判斷哪些行為屬於幫助、關心、玩笑或欺負。 2. 紅黃綠燈分類： 綠燈（安全）、黃燈（不確定）、紅燈（危險）。 3. 小組討論： 「如果有人一直取笑你，算不算開玩笑？」 4. 統整安全互動特徵。
9	誰可以相信？	1. 我的求助圈： 教師介紹「可信任的大人」概念，請學生將生活中的人物（家長、老師、警察、導護志工、親戚、鄰居等）放入不同的求助圈，討論哪些人可以尋求協助。 2. 情境判斷： 教師提供迷路、受傷、被陌生人搭話、被同學欺負等情境，引導學生判斷可以向誰求助。 3. 求助句型練習： 練習說：「老師，我遇到_____，可以幫助我嗎？」、「警察叔叔，我迷路了。」
10	我的身體我做主	1. 繪本導讀：認識身體界線與身體自主權。 2. 身體紅綠燈： 討論哪些碰觸讓人舒服、不舒服或需要拒絕。 3. 生活情境討論： 擁抱、牽手、拍肩、摸頭等情境是否適合？需不需要先詢問？ 4. 拒絕技巧練習：
11	玩笑還是霸凌？	1. 影片欣賞：辨別玩笑、衝突與霸凌。 2. 事件分析： 討論事件是否具有「故意、重複、權力不對等」。 3. 小組討論： 被一直取綽號、一直被排擠是不是玩笑？ 4. 因應策略： 練習拒絕、離開、求助及保存證據。

12	網路安全小偵探	1. 認識網路風險： 網路交友、假訊息、個資外洩。 2. 危險訊息判斷： 判斷哪些訊息可以回覆、哪些應拒絕。 3. 小組討論： 如果有人要求提供照片、地址怎麼辦？
13	我可以拒絕嗎？	1. 情境導入—可以答應嗎？ 教師播放短片或展示情境圖卡（如：同學要求幫忙作弊、借作業抄、一起欺負同學、陌生人請幫忙拿東西等），請學生判斷哪些要求可以接受，哪些應該拒絕。 2. 拒絕三步驟教學 教師介紹「看著對方→清楚說不→提出理由或離開」三步驟，示範不同語氣的拒絕方式，討論堅定與沒禮貌的差別。 3. 情境任務挑戰 小組抽取情境卡，討論如何回應最適當，再向全班演示，其他同學給予建議。 4. 生活應用與回饋 完成「我可以拒絕什麼？」學習單，分享生活中曾拒絕別人的經驗，教師鼓勵學生尊重自己也尊重他人。
14	發生衝突怎麼辦	1. 故事導入—都是他的錯嗎？ 閱讀校園衝突故事，討論事件中每位人物的想法與感受。 2. 衝突 STOP 策略 Stop 停下來→Take a breath 深呼吸→Observe 觀察發生什麼→Plan 想出解決方法。 3. 衝突事件分析 分組完成「事件、感受、原因、方法、結果」五格分析圖，比較不同處理方式可能產生的結果。 4. 統整與分享 分享今天學到的解決方法，教師強調「解決問題比爭輸贏更重要」
15	我看到的不一定是真相	1. 影片偵探 播放一段沒有結局的校園短片，請學生猜測發生什麼事，再公布完整影片，比較猜測與事實。 2. 事實、猜測大挑戰 教師出示句子，例如：「他撞到我」、「他故意撞我」、「我很生氣」，請學生分類為事實、猜測或感受。 3. 我是小法官 小組閱讀事件卡，完成「發生什麼事、每個人的想法、真正原因、可以怎麼做」分析表。
16	被誤會時怎麼辦？	1. 情境討論 「被誤會偷拿東西」、「被誤會插隊」、「被誤會罵同學」等情境，討論第一個反應是什麼。

		2. 澄清四步驟 冷靜→聽完對方→說明事實→需要時請老師協助。 3. 漫畫補對話 完成四格漫畫對話框，練習適當澄清語句，例如：「其實不是我，我願意一起找原因。」
17	被責備時不牽拖	1. 故事導入 閱讀故事：「老師提醒小明上課講話，小明卻說都是別人先找我。」討論這樣的回應會有什麼結果。 2. 找理由 VS 負責任 教師出示不同句子，請學生判斷哪些是在找理由、哪些是在負責。 3. 冷靜回應三句話 練習：「我知道了。」「我會改進。」「下次我會注意。」並討論什麼情況下需要道歉。
18	求助不是告狀	1. 案例討論 比較「同學跌倒」、「有人一直打我」、「同學忘記帶鉛筆」等事件，哪些需要求助、哪些可自行處理。 2. 求助四步驟 發生什麼事→我試過什麼方法→我需要什麼幫忙→謝謝協助。 3. 求助接力賽 小組抽情境卡，練習向老師、同學或家長求助，其他同學檢核是否說清楚。
19	我願意承擔後果	1. 因果配對遊戲 將「行為」與「結果」配對，例如：忘記帶作業→需要補交；亂丟垃圾→一起整理環境。 2. 如果重來一次 分組討論事件，思考如果重新選擇，可以有哪些更好的做法。 3. 補救行動設計 每組設計一張「補救計畫」，練習發生錯誤後如何改善。
20	社會技巧大挑戰	1. 情境闖關 設計四個關卡：情緒調節、安全判斷、求助技巧、衝突解決，學生分組完成挑戰。 2. 社會技巧桌遊 透過自編桌遊回答情境題，運用本學期學習的策略。 3. 我是社會技巧達人 每位學生分享一項自己最進步的社會技巧，以及未來想努力的目標。 4. 課程回顧與獎勵 完成自我檢核表，頒發「社會技巧達人」證書，鼓勵持續將所學運用於班級及家庭生活。
21		
下學期學習目標		1. 能運用適當方式加入、邀請同儕參與活動，並在遭拒絕或意見不同時調整情緒與行為。

2. 能理解他人觀點與感受，使用尊重、清楚的語句表達想法，並與同儕合作解決衝突。 3. 能面對責備、失敗及同儕壓力，評估行為後果、做出適當決定並承擔責任。		
下學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	如何加入同學的遊戲？	1. 影片觀察—加入遊戲的方法，討論哪一種比較容易被接受？為什麼？ 2. 加入遊戲四步驟：看→等→問→加入 3. 合作桌遊挑戰：分組進行桌遊，每位學生需練習加入不同的小組。 4. 分享：今天如果下課想加入別人的遊戲，我最想先做到哪一步？
2	被拒絕時怎麼辦？	1. 故事導入 繪本：《今天不能一起玩》 2. 情緒溫度計情境討論： 如果被拒絕：我現在幾度？身體有什麼反應？ 3. 替代方案大挑戰 除了生氣還可以：找其他同學、等一下再問、自己玩一下
3	如何邀請別人一起玩？	1. 投票活動 2. 討論為什麼大家想法不同？ 將事件圖卡分類至紅黃綠燈。 3. 合作任務： 四人完成一張海報，每人至少提出一個建議 4. 反思： 我今天有沒有打斷別人？
4	我們意見不一樣	1. 投票活動 2. 討論為什麼大家想法不同？ 將事件圖卡分類至紅黃綠燈。 3. 合作任務： 四人完成一張海報，每人至少提出一個建議 4. 反思： 我今天有沒有打斷別人？
5	當別人的想法和我不一樣	1. 情境導入—誰說一定要一樣？ 教師出示校園情境： 校外教學時，小組討論午餐要吃什麼。 小明想吃拉麵。 小華想吃漢堡。 小杰想吃便當。 結果開始吵架。 討論： 1. 為什麼會吵架？ 2. 誰一定是對的嗎？

		3. 如果是你，你會怎麼辦？
6	我的想法 VS 你的想法	1. 利用「想法樹」整理：我的想法、別人的想法、共同目標。 2. 練習句型： 我喜歡…… 我建議…… 我可以接受…… 我們一起決定。 3. 討論：堅持自己的意見和尊重別人的想法有什麼不同？
7	合作挑戰－最佳方案設計師	1. 四人一組完成任務：「設計班遊一天行程」 限制：每位同學至少提出一個建議。 至少採納每人一項意見。 2. 若意見不同，需使用： 我建議…… 我可以接受…… 我們一起決定……
8	被責備時，我可以接受提醒嗎？	1. 校園事件分析教師播放短片： 討論：老師真正想提醒的是什麼？ 2. 找理由？還是負責任？ 3. 教師準備句子：「不是我的錯。」、「我知道了。」、「可是他先開始。」、「我下次會注意。」 4. 學生分類：找理由、接受提醒、負責任，並說明原因。 5. 冷靜回應四步驟：停(不要立刻反駁)、聽(先把提醒聽完)、想(老師希望我改什麼)、做
9	面對嘲笑，我可以保護自己	1. 性別刻板印象討論。 2. 被取笑的感受。 3. 練習友善回應。 4. 尊重差異。
10	尊重每個人的不同	1. 找找我們哪裡不同 2. 繪本《每個人都不一樣》 討論哪些碰觸讓人舒服、不舒服或需要拒絕。 3. 生活分享
11	我看到的不一定是真相？	1. 情境導入－事情真的是這樣嗎？ 2. 事實、猜測、感受大挑戰 3. 我是事件分析師 完成「事件分析表」：①發生什麼事？②哪些是事實？③哪些是自己的猜測？④還有哪些可能？
12	我訊息，讓別人更願意聽	1. 情境比較 教師示範兩種說法： A：「你很討厭！」 B：「我覺得不舒服，因為你一直碰我的東西，希望你可以先問我。」 討論：哪一句比較容易被接受？ 2. 我訊息四步驟 教師介紹句型：

		我覺得…… 因為…… 我希望…… 謝謝你。 利用情境圖卡完成句型。
13	如何化解衝突？	1. 衝突事件法庭 教師播放短片或展示情境圖卡（如：同學要求幫忙作弊、借作業抄、一起欺負同學、陌生人請幫忙拿東西等），請學生判斷哪些要求可以接受，哪些應該拒絕。 2. 衝突解決六步驟：①冷靜②了解問題③傾聽彼此④提出方法⑤共同決定⑥檢查結果 3. 合作挑戰 小組共同完成任務（拼圖或積木）。 教師中途增加限制：少一塊拼圖、只能一人說話、必須交換材料。
14	接受失敗，也是勇氣	1. 失敗是不是代表自己很差？ 2. 成長思考地圖 事情結果→原因→我學到什麼→下次可以怎麼做。 3. 任務挑戰：進行限時合作遊戲。故意提高難度，讓部分學生無法成功。 4. 討論：剛剛心情如何？有沒有一直責怪別人？還有其他方法嗎？
15	我的決定，我負責	1. 選擇樹活動：學生利用「選擇樹」思考如果我選擇 A……會發生什麼？如果我選擇 B……結果有什麼不同？ 2. 後果配對遊戲：教師準備「行為卡」及「結果卡」。 例如：借東西不還 → 同學不願再借。 排隊插隊 → 同學不高興。 勇敢道歉 → 關係改善。
16	面對同儕壓力，我會做決定嗎？	1. 情境導入—教師展示情境卡：「同學慫恿你一起翹打掃、一起惡作劇、一起罵同學、一起破壞公物。」請學生討論：「如果拒絕，會擔心什麼？如果答應，可能發生什麼事？」 2. 我的選擇樹—教師介紹「停一停→想後果→做決定→承擔結果」四步驟，引導學生完成「選擇樹」，比較不同選擇可能帶來的結果。 3. 情境任務—各組抽取不同情境卡，討論至少兩種解決方法，分析優缺點，並發表最適合的做法。 4. 生活應用—完成「我可以勇敢拒絕」學習單，寫下自己最容易受到同儕影響的情境，以及未來可以使用的拒絕方式。
17	當朋友難過時，我可以怎麼做？	1. 情境觀察—教師播放校園短片，觀察主角因考不好、跌倒、被同學誤會而難過的表情、動作及語氣，討論如何判斷別人的情緒。 2. 同理心地圖—引導學生從「他看到什麼？」「他在想什麼？」「他有什麼感受？」「他需要什麼幫助？」四個面向分析情境。

		- 關懷方法大挑戰—各組討論不同安慰方式，例如陪伴、傾聽、鼓勵、協助找老師，分析哪些做法最適合不同情境。 - 生活應用—完成「暖心行動卡」，設定一項本週願意主動關心同學的行動，下一週分享執行情形。
18	網路聊天也要有禮貌	- 情境分析—教師展示聊天截圖，內容包含開玩笑、嘲笑、未經同意分享照片、轉傳訊息等，引導學生討論哪些行為適當、哪些可能傷害別人。 - 網路禮儀五原則—介紹「先想再傳、不公開個資、不惡意留言、不隨意分享照片、不回覆陌生訊息」，並說明原因。 - 留言修改任務—學生抽取不適當留言卡，如「你好笨」、「你很醜」，改寫成尊重且有禮貌的表達方式，並分享修改理由。 - 生活應用—完成「網路安全承諾卡」，寫下自己未來使用網路時願意遵守的三項原則。
19 20	校園情境大挑戰	- 情境闖關—教師設計四個校園情境站，包括被插隊、同學誤會、被嘲笑、器材不足，學生分組完成挑戰。 - 策略配對—學生依情境選擇最適合的社會技巧策略，如 STOP 策略、我訊息、求助四步驟、拒絕技巧等，並說明原因。 - 合作解決問題—各組討論不同解決方案，比較其優缺點，完成「最佳解決方案」海報並上臺分享。 - 統整回饋—教師帶領學生回顧本學期學過的策略，討論哪些方法最常運用於生活中，哪些還需要繼續練習。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
社會技巧	四 B		1 節	教師 7
教學人數	四年級 4 人。共_5_人			
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	●B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	●C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。		
	學習內容	特社 A-Ⅱ-2 壓力源的評估與處理。 特社 B-Ⅱ-5 危險情境的判別。 特社 C-Ⅱ-1 學習成員之間的關懷與表達。 特社 A-Ⅱ-3 自我接納與激勵		
融入議題	(融入性別平等、人權、品德、生命議題)			
上學期學習目標	1. 能辨識生活中的壓力來源，運用適當策略調節情緒並建立正向自我概念 2. 能辨識人際互動中的安全與危險情境，學習保護自己並尊重他人。 3. 能於遇到困難或衝突時，適當表達需求、尋求協助並承擔行為結果。			
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☐ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：__			
上學期教學進度表				
週次	單元名稱	課程內容		
1	我的壓力從哪裡來	5. 壓力大搜查： 教師展示課業、人際、家庭、競賽等情境圖片，請學生分享是否曾遇過類似情況。 6. 壓力地圖繪製：		

		以「學校」、「家庭」、「朋友」為主軸，引導學生將自己感到困擾的事件貼到對應區域。 7. 壓力指數評估： 使用 1-5 級壓力溫度計評估事件帶來的壓力程度。 8. 回饋統整： 教師說明每個人都有壓力，重要的是發現壓力並尋找解決方法。
2	情緒警報器	5. 身體小偵探： 觀看情緒影片，觀察人物生氣、緊張時的表情與動作。 6. 我的身體警報器： 引導學生回想生氣時是否出現：心跳變快、握拳、咬牙、大聲說話。 7. 情境討論： 「同學拿走你的東西時，你的身體會出現什麼變化？」 8. 我的警報器學習單： 畫出自己情緒升高時的樣子。
3	壓力紅黃綠燈	5. 認識情緒紅綠燈： 綠燈＝平靜 黃燈＝開始不舒服 紅燈＝快爆炸 6. 情境分類： 將事件圖卡分類至紅黃綠燈。 7. 小組討論： 「寫功課寫不完是黃燈還紅燈？」 8. 回饋與統整： 當情緒來到黃燈時就要開始使用策略。
4	我的舒壓工具箱	5. 舒壓方法介紹： 6. 策略配對遊戲： 不同壓力情境選擇適合的舒壓方式。 7. 製作舒壓工具箱： 完成個人舒壓策略卡。 8. 角色扮演： 「考試考不好時，我可以怎麼做？」
5	我不是故意差勁	5. 繪本導讀 6. 優點轟炸機： 同學互相說出彼此優點。 7. 我會什麼： 製作個人優勢樹。 8. 練習說： 「雖然我還不會，但我願意學習。」
6	一定要勇敢嗎？	5. 職業配對遊戲： 展示男護理師、女工程師等圖片。

		6. 影片討論 7. 分組討論： 曾經聽過哪些性別刻板印象？ 8. 統整： 每個人都有選擇自己興趣與表達方式的權利。
7	當別人笑我不像男生（女生）時	3. 情境劇討論 4. 四步驟策略： 停一停 → 深呼吸 想一想 → 對方說的合理嗎？ 說一說 → 「每個人的興趣都不一樣。」 求助 → 持續發生時告知老師
8	友善還是危險？	5. 情境圖片分類： 判斷哪些行為屬於幫助、關心、玩笑或欺負。 6. 紅黃綠燈分類： 綠燈（安全）、黃燈（不確定）、紅燈（危險）。 7. 小組討論： 「如果有人一直取笑你，算不算開玩笑？」 8. 統整安全互動特徵。
9	誰可以相信？	4. 我的求助圈： 教師介紹「可信任的大人」概念，請學生將生活中的人物（家長、老師、警察、導護志工、親戚、鄰居等）放入不同的求助圈，討論哪些人可以尋求協助。 5. 情境判斷： 教師提供迷路、受傷、被陌生人搭話、被同學欺負等情境，引導學生判斷可以向誰求助。 6. 求助句型練習： 練習說：「老師，我遇到_____，可以幫助我嗎？」、「警察叔叔，我迷路了。」
10	我的身體我做主	5. 繪本導讀：認識身體界線與身體自主權。 6. 身體紅綠燈： 討論哪些碰觸讓人舒服、不舒服或需要拒絕。 7. 生活情境討論： 擁抱、牽手、拍肩、摸頭等情境是否適合？需不需要先詢問？ 8. 拒絕技巧練習：
11	玩笑還是霸凌？	5. 影片欣賞：辨別玩笑、衝突與霸凌。 6. 事件分析： 討論事件是否具有「故意、重複、權力不對等」。 7. 小組討論： 被一直取綽號、一直被排擠是不是玩笑？ 8. 因應策略： 練習拒絕、離開、求助及保存證據。

12	網路安全小偵探	4. 認識網路風險： 網路交友、假訊息、個資外洩。 5. 危險訊息判斷： 判斷哪些訊息可以回覆、哪些應拒絕。 6. 小組討論： 如果有人要求提供照片、地址怎麼辦？
13	我可以拒絕嗎？	5. 情境導入—可以答應嗎？ 教師播放短片或展示情境圖卡（如：同學要求幫忙作弊、借作業抄、一起欺負同學、陌生人請幫忙拿東西等），請學生判斷哪些要求可以接受，哪些應該拒絕。 6. 拒絕三步驟教學 教師介紹「看著對方→清楚說不→提出理由或離開」三步驟，示範不同語氣的拒絕方式，討論堅定與沒禮貌的差別。 7. 情境任務挑戰 小組抽取情境卡，討論如何回應最適當，再向全班演示，其他同學給予建議。 8. 生活應用與回饋 完成「我可以拒絕什麼？」學習單，分享生活中曾拒絕別人的經驗，教師鼓勵學生尊重自己也尊重他人。
14	發生衝突怎麼辦	5. 故事導入—都是他的錯嗎？ 閱讀校園衝突故事，討論事件中每位人物的想法與感受。 6. 衝突 STOP 策略 Stop 停下來→Take a breath 深呼吸→Observe 觀察發生什麼→Plan 想出解決方法。 7. 衝突事件分析 分組完成「事件、感受、原因、方法、結果」五格分析圖，比較不同處理方式可能產生的結果。 8. 統整與分享 分享今天學到的解決方法，教師強調「解決問題比爭輸贏更重要」
15	我看到的不一定是真相	4. 影片偵探 播放一段沒有結局的校園短片，請學生猜測發生什麼事，再公布完整影片，比較猜測與事實。 5. 事實、猜測大挑戰 教師出示句子，例如：「他撞到我」、「他故意撞我」、「我很生氣」，請學生分類為事實、猜測或感受。 6. 我是小法官 小組閱讀事件卡，完成「發生什麼事、每個人的想法、真正原因、可以怎麼做」分析表。
16	被誤會時怎麼辦？	5. 情境討論 「被誤會偷拿東西」、「被誤會插隊」、「被誤會罵同學」等情境，討論第一個反應是什麼。

		6. 澄清四步驟 冷靜→聽完對方→說明事實→需要時請老師協助。 7. 漫畫補對話 完成四格漫畫對話框，練習適當澄清語句，例如：「其實不是我，我願意一起找原因。」
17	被責備時不牽拖	4. 故事導入 閱讀故事：「老師提醒小明上課講話，小明卻說都是別人先找我。」討論這樣的回應會有什麼結果。 5. 找理由 VS 負責任 教師出示不同句子，請學生判斷哪些是在找理由、哪些是在負責。 6. 冷靜回應三句話 練習：「我知道了。」「我會改進。」「下次我會注意。」並討論什麼情況下需要道歉。
18	求助不是告狀	4. 案例討論 比較「同學跌倒」、「有人一直打我」、「同學忘記帶鉛筆」等事件，哪些需要求助、哪些可自行處理。 5. 求助四步驟 發生什麼事→我試過什麼方法→我需要什麼幫忙→謝謝協助。 6. 求助接力賽 小組抽情境卡，練習向老師、同學或家長求助，其他同學檢核是否說清楚。
19	我願意承擔後果	4. 因果配對遊戲 將「行為」與「結果」配對，例如：忘記帶作業→需要補交；亂丟垃圾→一起整理環境。 5. 如果重來一次 分組討論事件，思考如果重新選擇，可以有哪些更好的做法。 6. 補救行動設計 每組設計一張「補救計畫」，練習發生錯誤後如何改善。
20	社會技巧大挑戰	5. 情境闖關 設計四個關卡：情緒調節、安全判斷、求助技巧、衝突解決，學生分組完成挑戰。 6. 社會技巧桌遊 透過自編桌遊回答情境題，運用本學期學習的策略。 7. 我是社會技巧達人 每位學生分享一項自己最進步的社會技巧，以及未來想努力的目標。 8. 課程回顧與獎勵 完成自我檢核表，頒發「社會技巧達人」證書，鼓勵持續將所學運用於班級及家庭生活。
21		
下學期學習目標		1. 能運用適當方式加入、邀請同儕參與活動，並在遭拒絕或意見不同時調整情緒與行為。

		2. 能理解他人觀點與感受，使用尊重、清楚的語句表達想法，並與同儕合作解決衝突。 3. 能面對責備、失敗及同儕壓力，評估行為後果、做出適當決定並承擔責任。
下學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	如何加入同學的遊戲？	5. 影片觀察—加入遊戲的方法，討論哪一種比較容易被接受？為什麼？ 6. 加入遊戲四步驟：看→等→問→加入 7. 合作桌遊挑戰：分組進行桌遊，每位學生需練習加入不同的小組。 8. 分享：今天如果下課想加入別人的遊戲，我最想先做到哪一步？
2	被拒絕時怎麼辦？	4. 故事導入 繪本：《今天不能一起玩》 5. 情緒溫度計情境討論： 如果被拒絕：我現在幾度？身體有什麼反應？ 6. 替代方案大挑戰 除了生氣還可以：找其他同學、等一下再問、自己玩一下
3	如何邀請別人一起玩？	5. 投票活動 6. 討論為什麼大家想法不同？ 將事件圖卡分類至紅黃綠燈。 7. 合作任務： 四人完成一張海報，每人至少提出一個建議 8. 反思： 我今天有沒有打斷別人？
4	我們意見不一樣	5. 投票活動 6. 討論為什麼大家想法不同？ 將事件圖卡分類至紅黃綠燈。 7. 合作任務： 四人完成一張海報，每人至少提出一個建議 8. 反思： 我今天有沒有打斷別人？
5	當別人的想法和我不一樣	1. 情境導入—誰說一定要一樣？ 教師出示校園情境： 校外教學時，小組討論午餐要吃什麼。 小明想吃拉麵。 小華想吃漢堡。 小杰想吃便當。 結果開始吵架。 討論： 4. 為什麼會吵架？ 5. 誰一定是對的嗎？

		6. 如果是你，你會怎麼辦？
6	我的想法 VS 你的想法	1. 利用「想法樹」整理：我的想法、別人的想法、共同目標。 2. 練習句型： 我喜歡…… 我建議…… 我可以接受…… 我們一起決定。 3. 討論：堅持自己的意見和尊重別人的想法有什麼不同？
7	合作挑戰－最佳方案設計師	1. 四人一組完成任務：「設計班遊一天行程」 限制：每位同學至少提出一個建議。 至少採納每人一項意見。 2. 若意見不同，需使用： 我建議…… 我可以接受…… 我們一起決定……
8	被責備時，我可以接受提醒嗎？	6. 校園事件分析教師播放短片： 討論：老師真正想提醒的是什麼？ 7. 找理由？還是負責任？ 8. 教師準備句子：「不是我的錯。」、「我知道了。」、「可是他先開始。」、「我下次會注意。」 9. 學生分類：找理由、接受提醒、負責任，並說明原因。 10. 冷靜回應四步驟：停(不要立刻反駁)、聽(先把提醒聽完)、想(老師希望我改什麼)、做
9	面對嘲笑，我可以保護自己	5. 性別刻板印象討論。 6. 被取笑的感受。 7. 練習友善回應。 8. 尊重差異。
10	尊重每個人的不同	4. 找找我們哪裡不同 5. 繪本《每個人都不一樣》 討論哪些碰觸讓人舒服、不舒服或需要拒絕。 6. 生活分享
11	我看到的不一定是真相？	4. 情境導入－事情真的是這樣嗎？ 5. 事實、猜測、感受大挑戰 6. 我是事件分析師 完成「事件分析表」：①發生什麼事？②哪些是事實？③哪些是自己的猜測？④還有哪些可能？
12	我訊息，讓別人更願意聽	1. 情境比較 教師示範兩種說法： A：「你很討厭！」 B：「我覺得不舒服，因為你一直碰我的東西，希望你可以先問我。」 討論：哪一句比較容易被接受？ 2. 我訊息四步驟 教師介紹句型：

		我覺得…… 因為…… 我希望…… 謝謝你。 利用情境圖卡完成句型。
13	如何化解衝突？	4. 衝突事件法庭 教師播放短片或展示情境圖卡（如：同學要求幫忙作弊、借作業抄、一起欺負同學、陌生人請幫忙拿東西等），請學生判斷哪些要求可以接受，哪些應該拒絕。 5. 衝突解決六步驟：①冷靜②了解問題③傾聽彼此④提出方法⑤共同決定⑥檢查結果 6. 合作挑戰 小組共同完成任務（拼圖或積木）。 教師中途增加限制：少一塊拼圖、只能一人說話、必須交換材料。
14	接受失敗，也是勇氣	3. 失敗是不是代表自己很差？ 4. 成長思考地圖 事情結果→原因→我學到什麼→下次可以怎麼做。 5. 任務挑戰：進行限時合作遊戲。故意提高難度，讓部分學生無法成功。 6. 討論：剛剛心情如何？有沒有一直責怪別人？還有其他方法嗎？
15	我的決定，我負責	3. 選擇樹活動：學生利用「選擇樹」思考如果我選擇 A……會發生什麼？如果我選擇 B……結果有什麼不同？ 4. 後果配對遊戲：教師準備「行為卡」及「結果卡」。 例如：借東西不還 → 同學不願再借。 排隊插隊 → 同學不高興。 勇敢道歉 → 關係改善。
16	面對同儕壓力，我會做決定嗎？	4. 情境導入—教師展示情境卡：「同學慫恿你一起翹打掃、一起惡作劇、一起罵同學、一起破壞公物。」請學生討論：「如果拒絕，會擔心什麼？如果答應，可能發生什麼事？」 5. 我的選擇樹—教師介紹「停一停→想後果→做決定→承擔結果」四步驟，引導學生完成「選擇樹」，比較不同選擇可能帶來的結果。 6. 情境任務—各組抽取不同情境卡，討論至少兩種解決方法，分析優缺點，並發表最適合的做法。 8. 生活應用—完成「我可以勇敢拒絕」學習單，寫下自己最容易受到同儕影響的情境，以及未來可以使用的拒絕方式。
17	當朋友難過時，我可以怎麼做？	5. 情境觀察—教師播放校園短片，觀察主角因考不好、跌倒、被同學誤會而難過的表情、動作及語氣，討論如何判斷別人的情緒。 6. 同理心地圖—引導學生從「他看到什麼？」「他在想什麼？」「他有什麼感受？」「他需要什麼幫助？」四個面向分析情境。

		7. 關懷方法大挑戰—各組討論不同安慰方式，例如陪伴、傾聽、鼓勵、協助找老師，分析哪些做法最適合不同情境。 8. 生活應用—完成「暖心行動卡」，設定一項本週願意主動關心同學的行動，下一週分享執行情形。
18	網路聊天也要有禮貌	5. 情境分析—教師展示聊天截圖，內容包含開玩笑、嘲笑、未經同意分享照片、轉傳訊息等，引導學生討論哪些行為適當、哪些可能傷害別人。 6. 網路禮儀五原則—介紹「先想再傳、不公開個資、不惡意留言、不隨意分享照片、不回覆陌生訊息」，並說明原因。 7. 留言修改任務—學生抽取不適當留言卡，如「你好笨」、「你很醜」，改寫成尊重且有禮貌的表達方式，並分享修改理由。 8. 生活應用—完成「網路安全承諾卡」，寫下自己未來使用網路時願意遵守的三項原則。
19 20	校園情境大挑戰	5. 情境闖關—教師設計四個校園情境站，包括被插隊、同學誤會、被嘲笑、器材不足，學生分組完成挑戰。 6. 策略配對—學生依情境選擇最適合的社會技巧策略，如 STOP 策略、我訊息、求助四步驟、拒絕技巧等，並說明原因。 7. 合作解決問題—各組討論不同解決方案，比較其優缺點，完成「最佳解決方案」海報並上臺分享。 8. 統整回饋—教師帶領學生回顧本學期學過的策略，討論哪些方法最常運用於生活中，哪些還需要繼續練習。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
社會技巧	五 A		一節	胡峻維
教學人數	_五_年級_4_人，共_4_人			
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☐ B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌地結束話題。 特社 2-III-5 明瞭每個人對自己的看法不同，並接受事實。 特社 2-III-7 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並留意改善。 特社 3-III-2 主動參與課堂或團體活動，並遵守團體規範。		
	學習內容	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 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-III-4 衝突情境的因應。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。		
融入議題	融入性別平等、人權、環境、品德、生命、法治、科技、資訊、安全、家庭教育、生涯規劃、多元文化等議題。			
本學期學習目標	1. 能覺察自身情緒及壓力來源，並運用適當策略調整情緒與行為，提升自我管理能力。 2. 能分析他人的情緒、想法與需求，展現同理心，並依不同情境做出適當的人際回應。 3. 能運用傾聽、提問、回應及表達技巧，與他人進行有效溝通，建立良好的互動關係。 4. 能尊重不同意見與個別差異，在團體活動中適當表達想法、接受建議，並完成合作任務。 5. 能分析校園常見的人際衝突情境，運用協商、溝通及問題解決策略，降低衝突發生並改善人際關係。 6. 能建立並維持正向友誼，學習面對同儕壓力、拒絕不當要求，並做出合宜且負責任的社交選擇。 7. 能將所學社會技巧運用於課堂、校園及日常生活情境，提升人際互動適應能力與社會參與表現。			

教學與 評量說明 (須說明 調整原 則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果)
	學習內容調整： ☒ 簡化 ☒ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____
	教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____
	2. 教學方法(學習歷程與環境調整)
	學習歷程： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☒ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____
	環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____
	3. 教學評量(學習評量調整)
	☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☒ 檔案評量 ☒ 課程本位評量 ☐ 其他：_____

上學期教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	相見歡與班級默契	討論課程目標與班級公約，透過合作活動建立默契，練習表達自己的期待與尊重他人意見。
2	情緒從哪裡來	分析生活事件與情緒的關聯，討論不同的人可能產生不同感受，建立情緒覺察能力。
3	情緒背後的想法	探討情緒形成的原因，練習區分事件、想法與感受，理解情緒受到思考方式影響。
4	理解別人的感受	透過影片與情境討論，分析他人的情緒與需求，學習換位思考及同理他人。
5	情緒分析挑戰	綜合分析不同生活案例，討論情緒原因、適當回應方式及可能造成的結果。
6	有效傾聽技巧	練習專心傾聽、不打斷別人，運用眼神、點頭及提問等方式展現良好的傾聽態度。
7	對話有技巧	學習適時提問、回應及延續話題，避免只談自己有興趣的內容，提升對話品質。
8	表達不同意見	練習以尊重、理性的方式表達不同看法，避免爭辯或情緒化反應。
9	溝通高手養成	模擬校園常見情境，練習傾聽、回應及表達不同意見，教師提供回饋與修正。
10	合作需要什麼	討論合作成功的要素，學習分工、溝通及互相支持，共同完成團隊任務。
11	尊重不同的人	探討每個人的個性、能力及興趣不同，學習尊重差異並建立包容態度。
12	接受提醒與建議	練習接受老師或同學的提醒，思考如何修正自己的行為，提升自我調整能力。
13	如何給別人建議	學習使用合宜語氣提供建議，避免批評或責備，培養正向溝通技巧。
14	團隊合作任務	小組合作完成指定任務，練習溝通、協調及共同解決問題，提升合作能力。
15	合作能力總挑戰	透過大型合作活動統整本單元技巧，反思自己的優點與需要改進之

		處。
16	衝突怎麼發生	分析校園常見衝突事件，討論造成衝突的原因及各方可能的想法與感受。
17	解決衝突的方法	練習以討論、協商及尋求協助等方式解決衝突，避免衝動反應或逃避問題。
18	做出適當決定	比較不同處理方式的優缺點，思考各種行為可能帶來的結果與影響。
19	校園情境演練	模擬借物、合作、誤會及衝突等校園情境，練習運用適當社交策略。
20	社交問題解決王	綜合分析不同案例，提出解決方法並說明理由，培養人際判斷能力。
21	社交達人成果分享	回顧本學期所學內容，分享實際應用經驗，討論未來如何持續運用於生活中。

下學期進度表

本學期 學習目標	1. 能覺察自身情緒及壓力來源，並運用適當策略調整情緒與行為，提升自我管理能力。 2. 能分析他人的情緒、想法與需求，展現同理心，並依不同情境做出適當的人際回應。 3. 能運用傾聽、提問、回應及表達技巧，與他人進行有效溝通，建立良好的互動關係。 4. 能尊重不同意見與個別差異，在團體活動中適當表達想法、接受建議，並完成合作任務。 5. 能分析校園常見的人際衝突情境，運用協商、溝通及問題解決策略，降低衝突發生並改善人際關係。 6. 能建立並維持正向友誼，學習面對同儕壓力、拒絕不當要求，並做出合宜且負責任的社交選擇。 7. 能將所學社會技巧運用於課堂、校園及日常生活情境，提升人際互動適應能力與社會參與表現。	
	教學與評量說明 (須說明調整原則) 1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編□其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片 ■圖卡 □區分性教學 □其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學□其他：_____ 環境調整：□教室位置□動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具□其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗■檔案評量■課程本位評量□其他：____	
週次	單元名稱	課程內容
1	寒假生活與目標分	分享寒假生活經驗與人際互動事件，訂定本學期社交目標，練習傾

	享	聽並回應同學的分享。
2	换位思考練習	分析生活案例，從不同角色思考事件經過，理解每個人可能擁有不同的觀點與感受。
3	尊重不同想法	討論同一事件可能出現不同意見，學習尊重他人觀點，避免急於否定或批評。
4	建立同理心	透過影片與案例分析他人的需求與困難，練習使用適當語言表達理解與關心。
5	同理心應用挑戰	綜合校園情境討論，分析角色感受、需求及適當回應方式，提升同理思考能力。
6	管理自己的情緒	覺察情緒變化與觸發原因，學習運用深呼吸、自我對話及轉移注意力調整情緒。
7	面對壓力的方法	討論考試、人際及生活壓力來源，練習尋找適合自己的紓壓策略與求助方式。
8	情緒控制與溝通	練習在情緒激動時以合宜方式表達需求，避免衝動反應影響人際關係。
9	情緒管理實戰	模擬校園衝突情境，演練情緒控制、理性溝通及問題解決策略。
10	如何建立信任	討論誠實、守信與負責的重要性，分析信任建立與破壞的原因及影響。
11	維持良好友誼	探討友誼需要尊重、包容與互相支持，學習經營長久的人際關係。
12	面對同儕壓力	討論跟風、起鬨及同儕影響，學習依照正確價值觀做出適當選擇。
13	勇敢拒絕不當要求	練習以堅定且有禮貌的方式拒絕不合理要求，維護自己的權益與安全。
14	社交判斷大挑戰	分析不同社交情境，判斷適合的處理方式，並說明自己的選擇理由。
15	衝突協商技巧	學習傾聽雙方立場，透過討論與協商尋找雙贏方案，提升衝突解決能力。
16	問題解決高手	練習運用「發現問題、分析原因、提出方法、評估結果」四步驟解決人際問題。
17	做出負責任的決定	比較不同選擇可能帶來的結果，培養獨立判斷及為自己行為負責的態度。
18	校園情境實作	模擬合作學習、意見衝突、誤會澄清及團隊活動，綜合運用社交技巧。
19	社交策略闖關	透過分組任務與情境挑戰，運用同理、溝通、合作及問題解決技巧完成任務。
20	我的社交成長	回顧本學期學習歷程，分析自己的優勢與待加強之處，訂定未來努力方向。
21	社會技巧成果發表	分享生活中的實際應用經驗，完成成果展示與同儕回饋，鼓勵持續將社交技巧運用於日常生活。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
社會技巧	五 B		一節	胡峻維
教學人數	_五_年級_4_人，共_4_人			
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☐ B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌地結束話題。 特社 2-III-4 依據情境，用適當方式與他人分享生活經驗。 特社 2-III-7 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並留意改善。 特社 3-III-2 主動參與課堂或團體活動，並遵守團體規範。		
	學習內容	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 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-III-4 衝突情境的因應。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。		
融入議題	(融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育或原住民族教育等議題)			
本學期學習目標	1. 能辨識自己與他人的基本情緒，並以適當方式表達自己的想法、感受及需求，提升自我表達能力。 2. 能學習使用禮貌用語及合宜的溝通方式，與師長及同儕進行良好的互動。 3. 能遵守團體活動規則，培養等待、輪流、分享及合作等基本團體互動能力。 4. 能覺察他人的情緒與需求，展現關心、同理及尊重他人的態度，增進良好的人際關係。 5. 能運用適當的方法調整情緒，接受提醒與建議，並以正向態度面對挫折與失敗。 6. 能運用簡單的人際問題解決策略，適當處理校園生活中的衝突與互動情境。 7. 能將所學社會技巧應用於課堂、校園及日常生活中，建立良好的生活適應與人際互動能力。			
教學與評量說明 (須說明調整原	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮■自編 ☐ 其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片■圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____			

則)	2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☒ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☒ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☒ 課程本位評量 ☐ 其他：___
----	---

上學期教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	相見歡與班級規範	認識老師與同學，共同討論課堂規則，透過遊戲建立安全感，練習遵守上課秩序。
2	認識基本情緒	觀察圖片與影片，辨識高興、生氣、難過、害怕等情緒，分享生活中的經驗。
3	我的情緒表情	練習觀察臉部表情與肢體動作，模仿不同情緒，猜猜同學的心情並說出原因。
4	我會說出感受	練習以完整句子表達自己的心情與原因，學習用適當方式分享感受。
5	情緒大挑戰	透過桌遊、圖片配對及角色扮演，統整情緒辨識與表達技巧，完成闖關活動。
6	禮貌說話	學習使用請、謝謝、對不起等禮貌用語，並透過情境演練練習正確使用。
7	我會提出請求	練習有禮貌地向老師、同學提出需求，學習等待回應，不任意命令他人。
8	我會拒絕別人	學習以適當語氣拒絕不合理要求，避免直接生氣或逃避，練習替代說法。
9	表達練習站	模擬校園生活情境，練習請求、拒絕與回應他人，教師立即給予回饋修正。
10	排隊與等待	透過團體活動練習排隊、等待與遵守順序，培養耐心及尊重他人的態度。
11	我會輪流	利用桌遊及合作遊戲練習輪流發言、輪流操作，建立團體互動能力。
12	分享真快樂	練習分享文具、遊戲及想法，理解分享的好處，增進同儕互動經驗。
13	遵守遊戲規則	參與團體遊戲，學習遵守規則、接受輸贏及控制情緒，培養運動家精神。
14	合作小高手	小組完成共同任務，學習互相幫助、分工合作及鼓勵夥伴完成挑戰。
15	團體互動總複習	綜合練習等待、輪流、分享及合作技巧，透過遊戲觀察學生實際表現。
16	我會交朋友	學習主動打招呼、自我介紹及邀請同學一起活動，建立友善的人際互動。

17	我會一起聊天	練習傾聽他人說話、不隨意插話，並學習簡單回應及延續對話內容。
18	發生衝突怎麼辦	透過情境故事討論衝突原因，練習冷靜處理、說明原因及尋求協助。
19	我會道歉與原諒	學習適時說對不起、接受別人道歉及表達原諒，修復同儕關係。
20	校園情境大挑戰	模擬下課、合作學習、借東西等情境，運用本學期所學社會技巧解決問題。
21	我是社交小達人	透過闖關活動與成果分享，統整本學期學習內容，教師回饋並鼓勵學生持續應用於生活中。

下學期教學進度表

本學期學習目標	1. 能辨識自己與他人的基本情緒，並以適當方式表達自己的想法、感受及需求，提升自我表達能力。 2. 能學習使用禮貌用語及合宜的溝通方式，與師長及同儕進行良好的互動。 3. 能遵守團體活動規則，培養等待、輪流、分享及合作等基本團體互動能力。 4. 能覺察他人的情緒與需求，展現關心、同理及尊重他人的態度，增進良好的人際關係。 5. 能運用適當的方法調整情緒，接受提醒與建議，並以正向態度面對挫折與失敗。 6. 能運用簡單的人際問題解決策略，適當處理校園生活中的衝突與互動情境。 7. 能將所學社會技巧應用於課堂、校園及日常生活中，建立良好的生活適應與人際互動能力。
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片■圖卡 □區分性教學 □其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____ 環境調整：□教室位置■動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗□檔案評量■課程本位評量□其他：___

週次	單元名稱	課程內容
1	寒假生活分享	分享寒假生活與有趣經驗，練習輪流發言、專心傾聽及給予同學適當回應。
2	我會觀察別人的心情	透過圖片、影片及情境故事，觀察他人的表情、動作與語氣，猜測對方的情緒。
3	如果我是他	透過生活情境討論，練習站在他人角度思考，理解不同的人會有不同感受。
4	我會安慰別人	學習使用安慰、鼓勵及關心的語句，透過角色扮演練習適當表達關懷。
5	同理心大挑戰	透過情境遊戲與小組討論，統整觀察情緒、同理他人及關懷表達等

		技巧。
6	生氣了怎麼辦	認識生氣時身體與情緒變化，學習深呼吸、數數及暫時離開等冷靜方法。
7	我會控制情緒	練習在不同情境下控制情緒，不因生氣、失望而出現衝動或攻擊行為。
8	面對失敗不放棄	透過遊戲與競賽活動，學習接受輸贏、調整心情並勇於再次挑戰。
9	情緒管理練習	模擬校園常見事件，演練冷靜處理、適當求助及控制情緒的方法。
10	接受別人的提醒	學習聆聽老師與同學的提醒，練習說「我知道了」、「我會改進」等回應。
11	我會接受不同意見	透過討論活動理解每個人想法不同，學習尊重他人並適當表達自己的看法。
12	我會幫助別人	觀察他人的需求，學習主動提供協助，體驗互相幫忙帶來的正向感受。
13	合作完成任務	透過分組合作活動，練習分工、互相提醒及共同完成指定任務。
14	合作小達人	綜合練習合作、溝通、接受建議及幫助他人的技巧，完成團體挑戰活動。
15	發生問題怎麼辦	討論校園常見的人際問題，學習找出原因、想出方法並選擇適當的解決方式。
16	我會做適當決定	比較不同做法可能造成的結果，練習選擇安全且適當的行為。
17	維持好朋友	學習友誼需要互相尊重、分享與關心，建立良好的同儕相處模式。
18	校園生活我最棒	模擬借東西、排隊、合作學習及下課互動等情境，練習運用社會技巧。
19	社交闖關活動	透過情境闖關活動，統整本學期所學的人際互動、情緒管理及合作技巧。
20	我會解決問題	綜合練習觀察、思考、討論及解決生活中的人際問題，提升獨立處理能力。
21	社會技巧成果分享	回顧本學期學習內容，分享自己的進步與收穫，教師給予鼓勵並建立持續練習的目標。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
社會技巧	六年級 A		一節	胡峻維
教學人數	_六_年級_4_人，共_4_人			
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ●A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☐ B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌地結束話題。 特社 2-III-4 依據情境，用適當方式與他人分享生活經驗。 特社 2-III-7 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並留意改善。 特社 3-III-2 主動參與課堂或團體活動，並遵守團體規範。		
	學習內容	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 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-III-4 衝突情境的因應。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。		
融入議題	融入性別平等、人權、環境、品德、生命、法治、科技、資訊、安全、家庭教育、生涯規劃、多元文化等議題。			
本學期學習目標	1. 能覺察自己的情緒、想法及需求，運用適當方式表達感受並調整情緒，提升自我管理能力。 2. 能運用傾聽、表達、尊重及回應等溝通技巧，與師長及同儕建立良好的人際互動。 3. 能遵守團體規範，主動參與分工合作，培養責任感及完成共同任務的能力。 4. 能運用適當的人際互動技巧，面對衝突、誤會及不同意見，並以正向方式解決問題。 5. 能培養獨立思考及做決定的能力，依不同生活情境做出適當且負責任的選擇。 6. 能將社會技巧運用於課堂、校園及家庭生活中，提升生活適應及自我照顧能力。 7. 能建立面對國中新生活的信心，做好升學轉銜準備，展現積極、負責的學習態度。			
教學與評量說明（須說明	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮■自編 ☐ 其他：_____			

調整原則)	教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____
	2. 教學方法(學習歷程與環境調整)
	學習歷程： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☒ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____
	環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____
	3. 教學評量(學習評量調整)
	☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☒ 檔案評量 ☒ 課程本位評量 ☐ 其他：_____

上學期教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	新學期新開始	認識本學期課程內容，分享暑假生活與六年級新目標，建立班級互動規範及學習期待。
2	我是六年級生	覺察自己角色的改變，討論六年級學生應具備的責任感與良好行為表現。
3	我的優點與挑戰	透過活動認識自己的優勢及待改進之處，建立正向自我概念與學習信心。
4	管理自己的情緒	練習辨識不同情緒及發生原因，運用簡單策略調整情緒，避免衝動反應。
5	情緒調整練習	模擬校園情境，練習情緒控制、自我提醒及冷靜處理問題的方法。
6	我會清楚表達	練習以完整句子表達自己的想法、需求及感受，提升溝通能力。
7	我會耐心傾聽	練習專心傾聽他人發言，適時回應及提問，培養尊重他人的態度。
8	尊重不同想法	討論每個人可能有不同意見，學習尊重他人並以合宜方式表達自己的看法。
9	溝通小達人	綜合演練表達、傾聽及回應技巧，提升人際溝通能力。
10	合作完成任務	透過分組活動練習分工合作、互相協助及完成共同目標。
11	接受提醒與建議	學習以正向態度接受老師及同學的提醒，並練習修正自己的行為。
12	面對失敗不放棄	討論遇到困難時的心情，學習鼓勵自己並持續嘗試解決問題。
13	我會自己做決定	練習分析不同選擇可能帶來的結果，做出適當且負責任的決定。
14	發生衝突怎麼辦	透過校園案例討論衝突原因，練習以冷靜及合宜方式解決問題。
15	建立良好友誼	學習關心朋友、遵守約定及互相尊重，建立正向的人際關係。
16	校園互動練習	模擬校園生活情境，練習主動互動、請求協助及回應他人需求。
17	團隊合作挑戰	小組合作完成闖關任務，練習溝通協調及共同解決問題。
18	我的責任我做到	討論六年級學生在學校及家庭中的責任，培養自我管理及負責態度。
19	社交技巧大挑戰	綜合運用本學期所學，完成人際互動及問題解決情境任務。
20	我的成長回顧	回顧本學期學習成果，分享自己的進步與仍需努力之處。

21	成果分享與展望	分享生活中實際運用社會技巧的經驗，訂定下學期持續努力的目標。
下學期教學進度表		
本學期學習目標	1. 能覺察自己的情緒、想法及需求，運用適當方式表達感受並調整情緒，提升自我管理能力。 2. 能運用傾聽、表達、尊重及回應等溝通技巧，與師長及同儕建立良好的人際互動。 3. 能遵守團體規範，主動參與分工合作，培養責任感及完成共同任務的能力。 4. 能運用適當的人際互動技巧，面對衝突、誤會及不同意見，並以正向方式解決問題。 5. 能培養獨立思考及做決定的能力，依不同生活情境做出適當且負責任的選擇。 6. 能將社會技巧運用於課堂、校園及家庭生活中，提升生活適應及自我照顧能力。 7. 能建立面對國中新生活的信心，做好升學轉銜準備，展現積極、負責的學習態度。	
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☒ 簡化 ☒ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他： _____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他： _____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☒ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他： _____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他： _____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☒ 檔案評量 ☒ 課程本位評量 ☐ 其他： _____	
週次	單元名稱	課程內容
1	新學期新目標	分享寒假生活及成長經驗，回顧上學期學習成果，訂定畢業前的學習與生活目標。
2	我的責任我完成	檢視自己在課業、生活及班級中的責任，練習主動完成應做的事情，建立責任感。
3	做事有計畫	學習安排每日作息與活動順序，練習時間管理及依計畫完成任務。
4	遇到困難怎麼辦	討論生活中常見困難，練習分析問題並選擇適當的方法解決。
5	我會尋求協助	辨別需要協助的情境，學習以適當方式向師長、同學或家人提出請求。
6	尊重不同的人	認識每個人的能力與想法皆不同，學習尊重差異並維持友善的人際互動。
7	我會化解誤會	模擬誤會發生的情境，練習清楚表達自己的想法並傾聽他人的說明。
8	面對批評與建議	學習接受他人的建議與提醒，調整自己的行為並持續改進。
9	國中新生活	認識國中的學習方式、生活作息及校園規範，建立轉銜適應的心理準備。

10	面對壓力我可以	認識升學及生活壓力來源，練習運用放鬆、求助及情緒調整方法。
11	我的興趣與優勢	探索自己的興趣、能力及優點，建立自信並認識未來可能的發展方向。
12	我可以自己決定	練習比較不同選擇的優缺點，培養獨立思考及做決定的能力。
13	我會照顧自己	討論生活自理、安全及健康習慣，提升日常生活自我管理能力。
14	感謝一路陪伴的人	回顧求學歷程，學習向家人、老師及同學表達感謝與關懷。
15	畢業前的合作任務	透過分組活動完成共同任務，培養合作、分工及互相支持的能力。
16	我的成長故事	分享自己在六年中的改變與成長，建立自信並肯定自己的努力。
17	社交技巧總挑戰	綜合運用情緒管理、溝通、合作及問題解決技巧，完成校園生活情境挑戰。
18	畢業祝福與成果分享	回顧整學年學習成果，分享收穫與感想，互相祝福並迎接新的學習階段。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
社會技巧	六年級 B		一節	胡峻維
教學人數	_六_年級_3_人，共_3_人			
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ●A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	□B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌地結束話題。 特社 2-III-4 依據情境，用適當方式與他人分享生活經驗。 特社 2-III-7 課堂或小組討論中適當表達與回應意見。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並留意改善。 特社 3-III-2 主動參與課堂或團體活動，並遵守團體規範。		
	學習內容	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 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-III-4 衝突情境的因應。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。		
融入議題	融入性別平等、人權、環境、品德、生命、法治、科技、資訊、安全、家庭教育、生涯規劃、多元文化等議題。			
本學期學習目標	1. 能分析自身及他人的情緒、想法與需求，運用適當策略調整情緒，展現成熟的自我管理能力。 2. 能運用傾聽、協商、回饋及自我倡議等溝通技巧，在不同情境中建立良好的人際互動關係。 3. 能尊重不同觀點與個別差異，運用同理心及合作策略完成團隊任務，並展現領導與合作能力。 4. 能分析人際衝突及生活問題，運用協商、決策及問題解決策略，做出適當且負責任的選擇。 5. 能積極參與班級、校園及生活中的公共事務，展現責任感、公民素養及服務精神。 6. 能將社會技巧運用於課堂、家庭、校園及社區情境，提升生活適應能力及社會參與能力。 7. 能建立正向的升學態度與生涯規劃概念，培養面對國中新生活的自信與適應能力。			

教學與 評量說明 (須說明 調整原 則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果)
	學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____
	教材資源：■學習單 ■教學影片 ■圖卡 □區分性教學 □其他：_____
	2. 教學方法(學習歷程與環境調整)
	學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____
	環境調整：□教室位置□動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____
	3. 教學評量(學習評量調整)
	■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗■檔案評量■課程本位評量□其他：_____

上學期教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	六年級新角色	分享暑假生活，認識六年級的新責任與期待，討論畢業班學生應具備的態度及行為。
2	我的優勢與影響力	分析自己的能力、特質及優勢，了解如何運用個人優點協助他人並發揮正向影響力。
3	成為值得信任的人	討論誠實、守信及負責的重要性，練習建立他人對自己的信任。
4	情緒管理再升級	分析情緒背後的原因，練習在高壓情境下調整情緒並做出適當回應。
5	壓力管理高手	認識升學及生活壓力來源，學習運用放鬆、時間管理及求助策略調適壓力。
6	有效溝通技巧	練習運用傾聽、提問、澄清及回饋技巧，提升雙向溝通能力。
7	尊重不同觀點	討論不同立場與價值觀，練習尊重差異並以理性方式交換意見。
8	協商與共識	模擬團隊合作情境，學習協商、妥協及共同做決定的方法。
9	領導與合作	體驗不同團隊角色，練習帶領同儕完成任務及協助團隊解決問題。
10	團隊合作挑戰	綜合運用領導、合作及溝通技巧，完成小組合作任務並進行回饋。
11	面對衝突與衝突分析	分析校園衝突形成原因，練習從不同角度思考並提出可行的解決策略。
12	解決問題有方法	學習問題分析、方案比較及結果評估，提升人際問題解決能力。
13	面對同儕壓力	討論同儕影響及壓力來源，學習堅持正確價值並拒絕不當要求。
14	自我倡議練習	練習適當表達自己的需求、權益及意見，提升自我倡議能力。
15	負責任的決定	分析不同選擇可能造成的影響，做出符合規範及價值的決策。
16	校園公共參與	討論班級及校園公共事務，學習表達建議並尊重多數決議。
17	社交情境挑戰	模擬複雜社交情境，運用溝通、協商及問題解決技巧完成任務。
18	我的領導風格	回顧自己在團隊中的角色，分析優勢與需要改進之處。

19	社會技巧整合應用	綜合運用本學期所學，完成人際互動、合作及決策情境挑戰。
20	成長回顧	分享本學期在人際互動、自我管理及合作能力上的進步與收穫。
21	成果分享與展望	統整本學期學習成果，分享未來努力方向，建立持續精進社會技巧的目標。

下學期教學進度表

本學期學習目標	1. 能分析自身及他人的情緒、想法與需求，運用適當策略調整情緒，展現成熟的自我管理能力。 2. 能運用傾聽、協商、回饋及自我倡議等溝通技巧，在不同情境中建立良好的人際互動關係。 3. 能尊重不同觀點與個別差異，運用同理心及合作策略完成團隊任務，並展現領導與合作能力。 4. 能分析人際衝突及生活問題，運用協商、決策及問題解決策略，做出適當且負責任的選擇。 5. 能積極參與班級、校園及生活中的公共事務，展現責任感、公民素養及服務精神。 6. 能將社會技巧運用於課堂、家庭、校園及社區情境，提升生活適應能力及社會參與能力。 7. 能建立正向的升學態度與生涯規劃概念，培養面對國中新生活的自信與適應能力。	
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片 ■圖卡 □區分性教學 □其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____ 環境調整：□教室位置□動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗■檔案評量■課程本位評量□其他：_____	
週次	單元名稱	課程內容
1	新學期新展望	分享寒假生活，回顧上學期學習成果，討論畢業前的目標與國中新生活的期待。
2	認識國中新生活	認識國中課程、生活作息及校園文化，討論可能面臨的改變與適應策略。
3	面對改變與壓力	分析生活改變可能帶來的情緒與壓力，練習運用調適策略保持正向態度。
4	時間管理與自我規劃	學習安排課業、休閒及生活作息，提升自我管理與規劃能力。
5	自我倡議	練習適當表達自己的需求、權益及想法，並尊重他人的意見與權利。

6	尊重差異與包容	討論不同能力、文化及價值觀，培養尊重與包容多元差異的態度。
7	公共參與與責任	模擬班級及校園公共事務討論，學習表達意見、共同決策及承擔責任。
8	生涯初探索	探索自己的興趣、能力與特質，建立初步的升學與生涯規劃概念。
9	負責任的決策	分析不同選擇可能造成的影響，練習做出合宜且負責任的決定。
10	人際問題解決	分析複雜的人際互動情境，運用溝通、協商及同理心解決問題。
11	領導與服務	規劃並完成小組合作任務，體驗領導、分工合作及服務他人的價值。
12	國中情境演練	模擬國中生活常見的人際互動情境，練習靈活運用社交技巧。
13	我的成長與改變	回顧六年來在人際互動、自我管理及責任感上的成長與改變。
14	感謝與惜別	學習向老師、家人及同學表達感謝與祝福，珍惜彼此相處的時光。
15	我的未來藍圖	分享自己的升學目標、未來夢想及努力方向，建立正向期待。
16	社會技巧總挑戰	綜合運用情緒管理、溝通、合作、協商及決策技巧，完成情境任務挑戰。
17	學習成果回顧	回顧整學年社會技巧學習成果，分享最有收穫的經驗與成長。
18	畢業祝福與展望	分享對國中新生活的期待，互相祝福，建立迎接新階段的信心與態度。

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
學習策略	三 A	2 節	楊錦宏
教學人數	三年級 <u>3</u> 人，共 <u>3</u> 人。		
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	特學 1-II-1 注意環境中訊息。 特學 1-II-3 忽略干擾訊息。 特學 2-II-1 遵守學習規範。 特學 2-II-2 願意接受指正，改善不適當的學習行為。 特學 3-II-2 運用多感官學習。 特學 4-II-2 發現並留意自己學習時常犯的錯誤。	
	學習內容	特學 A-II-1 環境中的訊息。 特學 A-II-2 提示系統。 特學 B-II-1 學習規範和行為。 特學 B-II-2 正向的思考或想法。 特學 D-II-2 自我檢查錯誤的方法。 特學 C-II-1 適合的學習空間。	
融入議題	生涯規劃教育、閱讀素養教育、品德教育、資訊教育		
本學期 學習目標	1. 運用閱讀理解策略，掌握文本關鍵訊息，提升閱讀能力。 2. 運用數學解題策略，理解應用題意並列出正確算式。 3. 培養自我檢核的習慣，降低粗心錯誤率。		
教學與 評量說明	1.教材編輯與資源： ☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☒ 區分性教學 ☐ 其他 2.教學方法： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 3.教學評量： ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量		
【上學期】教學進度表			
週次	單元名稱	課程內容	
1	注意力訓練：視覺與聽覺搜尋	1. 視覺搜尋：學習單正序、逆序與隨機搜尋練習。 2. 聽覺搜尋：聆聽語音訊息（3-5 句），並覆述人事時地物重點。 3. 檢討與策略分享。	

2	注意力訓練：文本與關鍵字搜尋	1. 放聲閱讀文本，並進行生字、生詞搜尋練習。 2. 關鍵部件搜尋練習。 3. 將重點訊息標記。
3	閱讀理解策略一：找重點	1. 教導使用「5W1H（人事時地物）」找出文章基本內容。 2. 在段落中練習畫線、圈出關鍵字。 3. 透過引導提問，協助擷取段落大意。
4	閱讀理解策略二：圖文線索	1. 從文本的圖片中猜測並理解內容。 2. 從標題中預測文章走向。 3. 整合圖文資訊，說出文章大意。
5	閱讀理解策略三：長句拆解	1. 針對長句或複雜句，練習拆解句意。 2. 找出句子中的主角與主要動作。 3. 運用自問自答確認理解。
6	學習工具：查字典（注音）	1. 示範與介紹以注音查字典的步驟。 2. 學生自行練習，熟悉並內化操作。 3. 進行限時查字比賽，增加趣味與熟練度。
7	學習工具：數位小字典	1. 使用平板操作教育部國語小字典。 2. 查出國語目標生字與生詞。 3. 搜尋與目標生字相同部首的國字。
8	數學解題策略一：應用題關鍵字	1. 閱讀數學應用題，學習圈出關鍵字（如：共、剩下、相差）。 2. 找出題目中的已知數字與單位。 3. 將文字轉換為加減運算符號。
9	數學解題策略二：圖像解題法	1. 學習運用畫圖或圖示來幫助理解題意。 2. 將抽象的數量關係轉化為具體的圖形（如：畫圓圈、畫線段）。 3. 依據圖形列出正確算式。
10	數學解題策略三：自我提問與反思	1. 預測答案範圍：這題算出來會變多還是變少？ 2. 寫出算式後，反問自己「為什麼選這個符號？」。 3. 計算並寫下單位。
11	綜合練習：國語與數學	1. 進行包含閱讀理解與數學應用題的小測驗。 2. 檢視畫線、圈關鍵字等策略的使用狀況。 3. 錯誤訂正與策略修正。
12	考場大幫手：應考技巧	1. 考場規則與注意事項討論。 2. 時間分配規劃，避免卡在單一題目。 3. 建立自我指導語，提升應考心理素質。
13	考場大幫手：自我檢核	1. 培養寫完考卷後「反覆檢查」的習慣。 2. 學習將不會寫或不確定的題目先做記號跳過。 3. 造句檢核：重述自己寫的造句，確認是否有漏字或寫錯。
14	考場大幫手：猜題策略	1. 學習使用「刪去法」排除明顯錯誤的選項。 2. 從剩下不確定的選項中進行合理推測。

		3. 提醒學生盡量不空白，嘗試作答。
15	正向學習態度：專心與常規	1. 觀看生活教育動畫，討論專心的重要性。 2. 歸納資源班的班級常規。 3. 製作班級常規提醒小卡。
16	正向學習態度：誠實與負責	1. 觀看關於誠實與負責的宣導短片。 2. 分享自己曾經負責完成任務的正向經驗。 3. 製作自我負責承諾卡。
17	正向學習態度：禮讓與合作	1. 討論在團體學習中如何與同學互助禮讓。 2. 模擬小組合作情境，練習溝通與協調。 3. 肯定同學的優點與付出。
18	學習環境整理	1. 討論雜亂環境對學習的影響。 2. 學習整理書包、抽屜與桌面的方法。 3. 實際動手整理自己的學習空間。
19	自我管理：時間觀念	1. 體驗靜默倒數 10 秒與 1 分鐘，建立時間感。 2. 練習在時限內完成指定的小任務。 3. 討論如何避免拖延。
20	目標設定與檢核	1. 回顧本學期的學習狀況。 2. 建立個人的學習適應目標。 3. 製作學習目標檢核單。
21	期末總結與分享	1. 討論並檢核期初設定的個人目標達成度。 2. 分享本學期學到最實用的學習策略。 3. 擬定新學期的學習目標與增強獎勵。
下學期學習目標		1. 增進學習自我監控能力：能運用自我檢查清單（如：檢查清單 SOP），在完成作業後主動檢核正確性，減少粗心錯誤。 2. 提升口語表達與發言技巧：能掌握適當的發言時機，並運用結構化句型（如：先說重點、原因），清晰地向師長或同儕表達學習需求。 3. 優化考試應對策略：能運用跳題、刪去法等考試策略，並建立良好的考場心理建設與時間分配意識。 4. 培養積極學習態度：能面對學習挫折，運用正向自我對話（如：我可以再試一次）取代負面情緒，並透過環境整理提升專注效率。
教學與評量說明		1. 教材編輯與資源： ☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 教材資源： ☐ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☒ 區分性教學 ☒ 其他：自製簡報 2. 教學方法： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 3. 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 4. 教學評量： ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量
【下學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	收心與計畫	1. 制定作業計畫：查閱聯絡簿，安排作業書寫順序。

		2. 任務分段：將長作業分成小段落，中間安排短暫休息。 3. 自我監控：檢查完成進度與花費時間。
2	課堂參與技巧	1. 練習遇到不懂的問題先記下來或做記號。 2. 選擇合適的時機舉手發言。 3. 練習聲音清楚、語速適中地提出問題。
3	預習的重要性與方法	1. 討論預習的好處。 2. 練習預習技巧：先閱讀標題、將重點標示、圈出不懂的詞。 3. 發下新文本進行實作練習。
4	記憶策略：諧音與聯想	1. 介紹諧音記憶法與故事聯想技巧。 2. 進行數字或國字記憶遊戲。 3. 分享自己發明的記憶小撇步。
5	記憶策略：字首與關鍵字	1. 介紹字首縮寫或關鍵字記憶法。 2. 練習將長步驟或事件簡化為幾個關鍵字。 3. 進行記憶挑戰比賽。
6	進階閱讀理解：推論	1. 練習從文章的線索中推敲出沒有直接寫出來的答案。 2. 學習尋找上下文的因果關係。 3. 小組討論推論的結果與理由。
7	進階閱讀理解：段落大意	1. 練習用一句話總結一個段落的重點。 2. 將各段落大意串連成整篇文章的摘要。 3. 繪製簡單的心智圖或結構圖輔理解。
8	進階數學解題：兩步驟應用題	1. 辨識題目中隱藏的中間步驟。 2. 將題目拆解為兩個單一運算。 3. 分別列出算式並求出最終答案。
9	進階數學解題：題型辨識	1. 練習區分加、減、乘、除的應用題情境。 2. 混和題型練習，加強符號選擇的正確性。 3. 針對常錯題型進行反覆演練。
10	數學解題錯誤分析	1. 學習自己檢查數學考卷。 2. 找出錯誤原因：是計算錯、看錯數字、還是用錯符號？ 3. 建立自己的「數學易錯提醒卡」。
11	資料搜尋技巧（數位工具）	1. 學習使用平板進行語音或文字搜尋。 2. 練習輸入正確的關鍵字尋找資料。 3. 判斷搜尋結果的關聯性。
12	作業自我檢查	1. 討論寫作業常發生的錯誤（漏字、計算錯）。 2. 練習寫完作業後，運用「指讀法」逐字檢查。 3. 互相交換檢查，學習發現別人的錯誤並有禮貌地提醒。
13	友善學習環境的建立	1. 實作體驗：比較在吵雜與安靜環境下的學習效率。 2. 討論如何為自己創造專心的角落。 3. 製作「請勿打擾，我正在專心」的桌牌。

14	日常作息與時間管理	1. 回顧自己的放學後作息。 2. 練習制定簡單的課後作息時間表。 3. 討論如何克服看電視或玩手機的誘惑。
15	考前複習策略	1. 討論如何利用課本標題、畫線重點進行複習。 2. 學習將錯題本拿出來重新看過。 3. 制定考前三天的簡單複習計畫。
16	考場實戰模擬（國語）	1. 進行國語模擬小測驗。 2. 練習運用刪去法、跳題法與檢查策略。 3. 測驗後立即檢討策略的使用狀況。
17	考場實戰模擬（數學）	1. 進行數學應用題模擬小測驗。 2. 練習畫線、圈數字、圖示法等解題策略。 3. 測驗後立即檢討錯誤原因與修正。
18	學習挫折的調適	1. 討論考不好或學不會時的心情。 2. 學習將負面想法（我好笨）轉化為正面思考（我只是需要多練習）。 3. 寫給自己一句鼓勵的話。
19	綜合解題與闖關	1. 將國語閱讀與數學解題融合為闖關任務。 2. 小組合作運用學過的各項策略破關。 3. 培養團隊解題的默契與樂趣。
20	我的學習百寶箱	1. 總結這一年來學到的所有學習策略（記憶、閱讀、數學、考試）。 2. 每人挑選 3 個自己覺得最有用的策略，製作成「個人學習百寶箱」小卡。 3. 上台分享自己的百寶箱。
21	期末總結與肯定	1. 回顧第二學期的學習目標達成度。 2. 頒發「策略小達人」證書，肯定學生的努力與進步。 3. 快樂迎接暑假。

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
學習策略	三 B	2 節	楊錦宏
教學人數	三年級 <u>3</u> 人，共 <u>3</u> 人。		
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特學 1-II-1 注意環境中訊息。 特學 1-II-3 忽略干擾訊息。 特學 2-II-1 遵守學習規範。 特學 2-II-2 願意接受指正，改善不適當的學習行為。 特學 3-II-2 運用多感官學習。 特學 4-II-2 發現並留意自己學習時常犯的錯誤。	
	學習內容	特學 A-II-1 環境中的訊息。 特學 A-II-2 提示系統。 特學 B-II-1 學習規範和行為。 特學 B-II-2 正向的思考或想法。 特學 D-II-2 自我檢查錯誤的方法。 特學 C-II-1 適合的學習空間。	
融入議題	生涯規劃教育、閱讀素養教育、品德教育、資訊教育		
本學期學習目標	1. 運用多感官學習與部件記憶策略，提升識字量與書寫正確性。 2. 強化音韻覺識與字音字形的連結，減少聽寫錯誤。 3. 培養自我檢查與作業監控的習慣，提升學習獨立性。		
教學與評量說明	1.教材編輯與資源： ☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☒ 區分性教學 ☐ 其他 2.教學方法： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 3.教學評量： ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量		
【上學期】教學進度表			
週次	單元名稱	課程內容	
1	注意力訓練：視覺與聽覺搜尋	1. 視覺搜尋：學習單正序、逆序與隨機搜尋練習。 2. 聽覺搜尋：聆聽語音訊息，並覆述重點。 3. 手眼協調小遊戲，提升專注力。	

2	識字策略一：多感官認字	1. 介紹利用視覺（看圖）、聽覺（唸讀）、觸覺（空中寫字）來認字。 2. 運用砂紙字板或黏土捏字，加強對字形的觸覺記憶。 3. 搭配字卡進行認字配對遊戲。
3	識字策略二：部件拆解與組合	1. 教導將國字拆解為不同的部件（如：木 + 卯 = 柳）。 2. 玩「部件拼拼樂」遊戲，練習組合熟悉的部件變成新字。 3. 利用顏色區分國字的不同部件，加深視覺印象。
4	識字策略三：圖像聯想法	1. 將國字的字形與其意義的圖像結合（象形字概念）。 2. 引導學生自己為難記的生字畫出聯想圖。 3. 透過畫圖說故事的方式記住生字。
5	識字策略四：部首家族	1. 認識常見部首（如：水部、木部、手部）代表的意義。 2. 找出課本中相同部首的「家族字」。 3. 整理部首家族字卡，擴充識字網絡。
6	書寫策略一：正確筆順	1. 強調筆順規則（由上而下、由左而右、先外後內）。 2. 老師示範後，學生在空中、桌面上跟著寫。 3. 使用宮格練習本，練習將字寫在格子的正中央。
7	書寫策略二：空間配置與比例	1. 觀察國字的結構比例（如：左右相等、上小下大）。 2. 練習在九宮格中抓準部件的位置。 3. 針對容易寫成「鏡像字」的字加強左右方位的辨識練習。
8	聽寫策略：語音與字形連結	1. 老師慢速唸出字音，學生跟讀後思考字形。 2. 聽寫前先回想該字的部件或聯想圖。 3. 進行簡易聽寫測驗，並立刻檢討。
9	學習工具：查字典（注音與部首）	1. 介紹實體字典的注音與部首查法。 2. 練習利用注音查出不會寫的國字。 3. 進行小組查字典比賽。
10	學習工具：數位小字典	1. 學習在平板上輸入注音查詢教育部國語小字典。 2. 練習查詢生字的筆順動畫與造詞。 3. 利用數位工具輔助作業書寫。
11	綜合練習：識字與書寫	1. 融合部件拼圖、聽寫與抄寫的綜合任務。 2. 檢視各項識字與書寫策略的應用情況。 3. 針對學生常錯的易混淆字進行加強。
12	考場大幫手：應考準備	1. 考試前的文具準備（削好的鉛筆、好擦的橡皮擦）。 2. 考場規則說明。 3. 拿到考卷先寫名字的习惯養成。
13	考場大幫手：答題技巧	1. 練習「先寫會的，不會的做記號跳過」。 2. 選擇題的「刪去法」練習。 3. 時間分配提醒。
14	考場大幫手：自我檢核	1. 寫完考卷後，練習從第一題開始「指讀」檢查。 2. 特別檢查是否有漏字、漏寫注音或筆畫寫錯。 3. 確認每一題都有作答不空白。

15	正向學習態度：專心完成任務	1. 觀看生活教育動畫，討論專心的重要性。 2. 練習將作業分段完成，中間安排短暫休息。 3. 建立「寫完作業再玩」的觀念。
16	正向學習態度：面對錯誤不氣餒	1. 討論寫錯字被糾正時的心情。 2. 建立「錯誤是學習的好機會」的觀念。 3. 練習深呼吸，冷靜訂正錯誤。
17	正向學習態度：誠實與負責	1. 觀看誠實與負責的短片。 2. 討論自己能負責完成的學習任務（如：自己收書包）。 3. 製作自我負責承諾卡。
18	學習環境整理	1. 體驗在乾淨與雜亂桌面寫字的差異。 2. 學習整理自己的抽屜、書包與鉛筆盒。 3. 規定物品的固定擺放位置，減少找東西的時間。
19	自我管理：時間觀念	1. 體驗 1 分鐘與 5 分鐘的長度。 2. 練習預估完成一項抄寫作業需要的時間。 3. 使用計時器輔助，挑戰在時限內專心寫字。
20	目標設定與檢核	1. 回顧本學期在識字與書寫上的進步。 2. 討論自己還需要加強的地方。 3. 建立下學期的學習小目標。
21	期末總結與分享	1. 檢核期初設定的目標達成度。 2. 分享本學期覺得最有趣的識字方法。 3. 頒發獎勵，快樂迎接寒假。
下學期學習目標		5. 增強自我學習監控：能運用作業檢核表管理進度，並學習在遇到不懂的任務時，主動標記或請教老師。 6. 提升語文識字與書寫效率：熟練運用部件拆解、聯想與圖像記憶策略，強化生字書寫的正確率與穩定度。 7. 優化閱讀與數學解題策略：學會運用畫圖、關鍵字標記等策略解讀文字題，提升閱讀理解的深度。 8. 培養考試應對與自我檢核習慣：運用刪去法、時間規劃與逐題檢查等考試技巧，降低粗心造成的遺漏錯誤。
教學與評量說明		1. 教材編輯與資源： ☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☒ 區分性教學 ☐ 其他：自製簡報 2. 教學方法： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 3. 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 4. 教學評量： ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量
【下學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	收心與計畫	1. 回顧寒假生活，準備迎接新學期。

		2. 學習查看聯絡簿，了解今天的作業有哪些。 3. 安排作業的書寫順序（先寫少/容易的，還是先寫多/難的）。
2	課堂參與技巧	1. 練習上課時眼睛看老師，耳朵專心聽。 2. 遇到聽不懂或不會寫的字時，學習舉手發問：「老師，請問這個字怎麼寫？」 3. 學習在課堂上保持安靜不干擾他人。
3	識字進階：相似字辨析	1. 挑選容易混淆的相似字（如：牛/午、大/太、己/已）。 2. 利用口訣或放大差異特徵來協助辨識。 3. 進行相似字找碴遊戲。
4	識字進階：同音字辨析	1. 認識同音不同字的現象。 2. 透過「字義」與「造詞」來區分同音字該用哪一個。 3. 進行同音字填空練習。
5	書寫進階：抄寫流暢度	1. 練習抄寫短句，強調「看一個詞寫一個詞」，而非「看一個字寫一個字」。 2. 提升視覺記憶短暫停留的字數，增加抄寫速度。 3. 進行抄寫速度與正確率的小挑戰。
6	書寫進階：字體端正與檢查	1. 檢視自己寫的字是否超出格子、筆畫是否清楚。 2. 學習當自己的小老師，圈出寫得最漂亮的字與需要修改的字。 3. 練習擦拭乾淨再重新書寫的習慣。
7	閱讀輔助策略：斷句與指讀	1. 針對閱讀常跳行跳字的狀況，練習使用手指或尺輔助「指讀」。 2. 練習在長句子中適當的地方停頓（斷句），幫助理解語意。 3. 輪流朗讀短文，互相檢核流暢度。
8	記憶策略：口訣與聯想	1. 針對特別難記的字，全班一起發明有趣的記憶口訣。 2. 運用生活經驗聯想，把生字編成一個小故事。 3. 製作專屬的「生字秘笈本」。
9	作業的自我檢查	1. 完成國語作業後，練習逐字檢查是否有漏字或錯字。 2. 對照課本或生字本，確認筆畫與部件是否正確。 3. 建立「寫完一定要檢查一遍」的SOP。
10	數學輔助：看懂文字題	1. 練習圈出數學文字題中的數字與關鍵字。 2. 遇到不會唸的字，練習用注音拼讀或問老師。 3. 學習將數學文字題轉換為簡單的圖畫幫助理解。
11	預習與複習	1. 討論預習課文的方法：先唸一遍、把不會的字圈起來。 2. 討論複習的方法：遮住生字本練習寫寫看。 3. 實作練習：預習下一課的生字。
12	考前實戰模擬（聽寫）	1. 模擬聽寫考試情境。 2. 練習聽清楚發音、回想字形、再下筆書寫。 3. 考後立即訂正，針對錯誤的字重新運用部件或聯想法記

		憶。
13	考前實戰模擬（閱讀測驗）	1. 進行簡短的閱讀測驗練習。 2. 練習使用指讀法看題目，並在文章中找線索。 3. 檢討答題策略。
14	日常作息與時間管理	1. 討論放學後的時間分配：寫作業、休息、玩樂的順序與長度。 2. 製作個人的「課後作息轉盤」或「打卡表」。 3. 練習執行作息表並給予自我獎勵。
15	友善學習環境的建立	1. 體驗在桌面只有學用品 vs 充滿玩具的環境下寫字的差異。 2. 討論如何減少學習時的視覺與聽覺干擾。 3. 學習向家人表達自己需要安靜的空間寫作業。
16	挫折調適與自信建立	1. 討論寫不出字或一直寫錯時的煩躁心情。 2. 學習暫停一下，喝口水或深呼吸再繼續。 3. 回顧自己這學期多學會了哪些字，建立「我只要努力就能進步」的自信心。
17	趣味語文遊戲（一）	1. 進行「字卡配對」、「部首接龍」等遊戲。 2. 透過遊戲化的方式反覆練習識字。 3. 增加語文學習的樂趣，降低排斥感。
18	趣味語文遊戲（二）	1. 進行「成語比手畫腳」或「造句大挑戰」。 2. 鼓勵學生勇敢開口表達，將學過的字詞運用出來。 3. 培養團隊合作與良性競爭。
19	綜合學習任務	1. 結合識字、抄寫與閱讀，完成一份綜合學習單。 2. 學生須獨立運用學過的各項策略完成任務。 3. 老師從旁觀察並給予適當的鷹架支持。
20	我的進步檔案	1. 整理這一年來的學習單、測驗卷與生字秘笈。 2. 找出自己寫得最好或進步最多的一份作業展示。 3. 互相觀摩並給予同學正向的回饋與讚美。
21	期末總結與肯定	1. 回顧第二學期的學習目標達成度。 2. 頒發「識字小達人」或「進步獎」證書，肯定學生的努力。 3. 快樂迎接暑假。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
學習策略	四 A		2 節	教師 7
教學人數	四年級 3 人			
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特學 1-Ⅱ-4 找出並練習標記學習內容的重點。 特學 1-Ⅱ-6 運用反覆練習策略，複習學習過的內容。 特學 1-Ⅱ-9 指出文章內容相關處或前後關係。 特學 2-Ⅱ-2 對學習具備正向思考 特學 4-Ⅱ-2 發現並留意自己學習時常犯的錯誤。		
	學習內容	特學 A-Ⅱ-3 學習內容的重點。 特學 A-Ⅱ-7 學習或文章內容脈絡。 特學 B-Ⅱ-3 適合鼓勵或增強學習的方式。 特學 C-Ⅱ-2 可選擇的學習工具。		
融入議題	（資訊、閱讀素養議題）			
上學期學習目標	1. 能運用畫重點、圈關鍵字、找主題句、分析文章前後關係及整理文章架構等閱讀理解策略，掌握學習內容重點，提升閱讀理解與資訊整理能力。 2. 能依不同學習內容，運用生字記憶、閱讀整理、數學解題、反覆複習及學習工具等策略，提升學習效率，建立適合自己的學習方法。 3. 能檢視自己的學習歷程，發現常見錯誤，調整學習策略，建立正向學習態度，提升自我管理及自主學習能力。			
教學與評量說明（須說明調整原則）	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☐ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☐ 多元感官 ☐ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☐ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____			
上學期教學進度表				
週次	單元名稱		課程內容	

1	我會找出文章重點	1. 閱讀暖身 提供國語課文及生活短文各一篇，引導學生閱讀後思考：「如果只能留下三句話，哪三句最重要？」比較每位學生選出的內容，討論為什麼會有不同的答案。
2		2. 策略教學—重點標記法 教師示範運用不同符號標記文章內容，例如圈選人物、底線事件、框起重要概念及標示時間，引導學生理解不是整段畫線，而是找出真正的重要訊息
3	關鍵字會告訴我答案	1. 情境導入 教師將課文標題遮住，請學生閱讀文章並猜測主題，討論哪些字詞幫助自己推測文章內容。
4		2. 策略教學—關鍵字搜尋法 介紹「人物、時間、地點、事件、原因、結果」六項關鍵訊息，示範如何圈選關鍵字，並利用關鍵字回答閱讀理解問題。 3. 閱讀挑戰 學生閱讀不同短文，圈出六項關鍵訊息，再利用關鍵字口頭重述文章內容，確認是否掌握重點。 4. 學習反思 完成「關鍵字紀錄單」，整理今天找到的關鍵字，並分享哪些關鍵字最能幫助自己理解文章。
5	我會找出段落重點	1. 情境導入 教師將一段文章拆成數張句子卡，請學生重新排列並找出最重要的一句，討論判斷依據。
6		2. 策略教學—主題句策略 介紹主題句與支持句的概念，引導學生找出段落最重要的訊息，再利用支持句補充說明主要內容。 3. 合作整理 學生分組閱讀不同段落，利用便利貼標示主題句、原因、例子及結論，共同完成段落架構圖。 4. 學習反思 完成「段落分析表」，檢查自己是否能正確找出段落重點，並記錄容易判斷錯誤的地方。
7	看懂文章前後關係	1. 情境導入 教師提供被打亂順序的故事內容，請學生重新排列，討論排列的理由及故事是否合理。
8		2. 策略教學—前後關係策略 介紹表示時間及因果關係的語詞，如「先、接著、最後、因為、所以、因此」，引導學生找出事件前因後果。 3. 閱讀實作 學生閱讀故事後完成事件流程圖，標示事件發生的順序、原因及結果，再依流程圖重新敘述故事內容。

9	我會整理閱讀重點	1. 情境導入 教師展示兩份閱讀筆記，一份逐字抄寫、一份利用心智圖整理，引導學生比較哪一種方式較容易閱讀與複習。
10		2. 策略教學—心智圖整理法 教師示範以「主題→重點→細節」三層架構整理文章，運用關鍵字、圖像及線條建立閱讀架構。 3. 合作實作 學生分組閱讀一篇短文，共同完成心智圖，再依心智圖向其他組介紹文章內容，練習運用整理後的資訊進行口語表達。
11	生字有方法，不是一直抄	1. 情境導入 教師展示兩組生字（如：清、情、晴、請；湖、糊、蝴），請學生觀察字形有何相同與不同，討論為什麼容易寫錯。
12		2. 策略教學—部件分析法 教師示範利用部首及部件分析字形，例如「晴」＝日＋青、「情」＝忄＋青，引導學生了解部首提供字義線索、部件提供字音線索，建立拆字記憶策略。 3. 合作練習 學生兩人一組將本週國語生字依部件分類，完成「生字家族圖」，討論哪些字容易混淆及辨別方法。 4. 學習反思 完成「我的拆字紀錄表」，記錄今天最容易記住的字及仍容易混淆的字，作為日後複習依據。
13	我會幫生字找朋友	1. 情境導入 教師出示本週生字，請學生思考哪些字可以放在一起，例如相同部首、相同部件、相近意思或生活情境，討論分類方式。
14		2. 策略教學—聯想記憶法 教師介紹利用圖像、生活經驗、同部件及同主題進行記憶，例如「海、湖、河」可歸為水域、「跑、跳、踢」可歸為動作，建立字詞網絡。 3. 合作任務 學生分組完成「生字分類海報」，說明分類理由，並互相分享不同的記憶方法。
15	建立我的易錯字銀行	1. 情境導入 教師展示學生平時作業中常見錯字（隱去姓名），請學生觀察哪些錯字最常出現，討論造成錯誤的可能原因。
16		2. 策略教學—易錯字分析法 教師介紹「易錯字銀行」，引導學生將自己常寫錯的字記錄下來，並分析錯誤原因，如部件混淆、筆畫遺漏、字音相近等 3. 個人建立易錯字銀行 學生整理最近兩次國語作業或考卷中的錯字，完成「我的易錯字銀行」，記錄正確寫法、錯誤原因及提醒自己的方法。
17	反覆複習策略	1. 情境導入

18		教師請學生回想：「上星期學過的生字還記得幾個？」討論一次寫很多遍和分次複習，哪一種比較容易記住。 2. 策略教學－間隔複習法 教師介紹「今天、明天、三天後、一週後」的複習概念，示範如何利用生字卡、便利貼及複習紀錄表安排反覆練習。 3. 合作活動 學生利用本週生字製作「生字複習卡」，兩人互相抽問、訂正，並練習利用複習卡進行快速複習。
19	我會看懂數學題目	1. 情境導入－教師呈現兩題數學文字題，一題資訊完整、一題資訊較多，引導學生討論：「哪一題比較難？困難在哪裡？」讓學生了解解題前需先理解題意，而不是急著計算。 2. 策略教學－介紹「讀、圈、想」三步驟策略：先完整閱讀題目，再圈出重要數字及關鍵詞，最後思考題目真正要問什麼，並示範如何運用於不同題型。 3. 合作練習－學生兩人一組閱讀數學題目，互相檢查是否有圈出人物、數量、單位及問題，再共同討論哪些資訊是重要的、哪些是多餘的。
20		
21		

下學期學習目標	1. 能運用圈選關鍵詞、畫圖、列表及驗算等策略理解數學文字題，選擇適合的解題方法並檢查答案的正確性與合理性。 2. 能分析閱讀、生字書寫及數學解題中的常見錯誤，運用檢核表與學習工具修正錯誤，提升自我監控及學習效率。 3. 能規劃複習時間，依學習困難調整策略，並運用推論與比較表整理文章資訊，建立正向且自主的學習態度。
---------	---

下學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	找出解題關鍵	1. 情境導入－教師展示多種數學應用題，引導學生比較題目中的「多、少、剩下、平均、全部、相差」等詞語，討論這些詞語可能代表的數學意義。
2		2. 策略教學－介紹「關鍵詞分析策略」，引導學生利用表格整理「關鍵詞→可能運算→題目意思」，並提醒同一個關鍵詞需配合整體題意判斷，不可只依字面決定運算。 3. 合作任務－各組抽取不同文字題，圈選關鍵詞並說明選擇加、減、乘、除的理由，與其他組互相分享不同的解題想法。
3	畫圖幫助理解	1. 情境導入－教師展示同一道數學題，一份只有文字，一份加入線段圖，引導學生比較哪一種較容易理解，討論畫圖如何幫助思考。
4		2. 策略教學－示範運用線段圖、表格及簡圖整理數學資訊，說明不同題型可選擇不同圖示工具，協助理解數量關係。 3. 合作實作－學生依不同文字題選擇適合的圖示方式完成解題，並向同學說明自己為什麼選擇這種整理方式。 4. 學習反思－完成「我的畫圖策略紀錄」，分享今天使用哪一種圖示最容易理解題目，並記錄未來願意持續使用的策略

5	我會檢查我的答案	1. 情境導入—教師展示數份學生作答範例（隱去姓名），包含計算錯誤、看錯題目、漏寫單位及抄錯數字等情況，請學生找出錯誤原因。
6		2. 策略教學—介紹「解題四檢查」策略：①有沒有看懂題目？②算式是否正確？③答案是否合理？④是否寫上單位？建立自我檢查流程。 3. 合作挑戰—學生互相交換作業，依照「四檢查表」協助同學找出錯誤，再討論如何修正，培養自我監控能力。 4. 學習反思—完成「我的錯誤分析表」
7	選擇適合的解題策略	1. 情境導入—教師展示不同類型的數學文字題，引導學生回顧本單元所學策略，討論哪些題目適合圈關鍵詞、哪些需要畫圖、哪些要利用驗算確認答案。
8		2. 策略統整—教師引導學生整理「我的解題策略流程圖」：閱讀題目→圈關鍵資訊→選擇策略（畫圖、列表、估算等）→完成解題→驗算檢查，建立完整解題歷程。 3. 綜合挑戰—學生分組完成不同難度的文字題，每完成一題需說明自己使用的策略及原因，並接受同儕提問與回饋。 4. 學習反思—完成「我的數學策略百寶箱」，整理最適合自己的三項解題策略，並寫下未來遇到困難題目時願意優先使用的方法，建立對數學學習的信心與正向態度。
9	常犯哪些學習錯誤	1. 情境導入—教師提供閱讀理解、生字書寫及數學解題等錯誤範例，請學生討論：「如果是你，你覺得錯在哪裡？」引導學生了解錯誤有不同類型，不只是粗心。
10		2. 策略教學—教師介紹「錯誤分析四步驟」：找出錯誤→分析原因→修正方法→下次提醒，示範如何利用自己的作業或考卷進行分析。 3. 自我分析—學生整理近期國語、數學學習單或考卷，依「看錯題目、漏寫、抄錯、理解錯誤、計算錯誤」分類，完成「我的學習錯誤紀錄表」。 4. 學習反思—分享自己最常出現的一項錯誤及改進方法
11	選擇適合的學習工具	1. 情境導入—教師展示便利貼、重點貼紙、尺、色筆、字典、計算紙、心智圖、檢核表等學習工具，討論哪些工具適合不同學習情境。
12		2. 策略教學—介紹閱讀、生字及數學各類工具的用途，例如利用色筆畫重點、便利貼記錄問題、心智圖整理課文、檢核表檢查答案等，引導學生依需求選擇工具。 3. 工具體驗—學生分組完成閱讀理解、生字整理及數學解題三項任務，嘗試使用不同學習工具，並比較各工具帶來的幫助。 4. 學習反思—完成「我的學習工具紀錄表」，整理最常使用及最適合自己的學習工具，說明原因並規劃未來如何持續運用。
13	安排我的複習時間	1. 情境導入—教師提問：「考試前一天才開始讀，和每天讀一

14		點，有什麼不同？」引導學生分享自己的複習經驗。 - 策略教學—介紹「分散複習策略」，引導學生依課程內容安排每日、每週複習時間，並示範利用行事曆或複習紀錄表規劃學習。 - 實作活動—學生依照自己的課表，完成「一週複習計畫表」，安排閱讀、生字及數學的複習時間，並與同學分享規劃方式。 - 學習反思—檢視自己的複習計畫是否可行，寫下一項願意持續執行的學習習慣，建立規律學習的態度。
15	遇到困難時，我會調整學習策略	- 情境導入—教師提供不同學習困境，如「課文看很多次還是不懂」、「生字一直寫錯」、「數學題一直算錯」，請學生討論遇到困難時通常會怎麼做。 - 策略教學—教師介紹「停一停→想一想→換方法→再試試看」策略，引導學生思考不同問題可搭配不同學習方法，例如改用心智圖、畫圖、請教同學、查字典或向老師請教。 - 合作討論—學生分組抽取學習困難情境卡，共同討論至少三種可行策略，比較各策略的優缺點，並分享最佳做法。 - 學習反思—完成「我的策略調整卡」，記錄自己最近遇到的一項學習困難及未來願意嘗試的新策略，培養正向面對學習挑戰的態度。
16		
17	我會推論文章沒有說的事情	情境導入 教師請學生回想：「上星期學過的生字還記得幾個？」討論一次寫很多遍和分次複習，哪一種比較容易記住。 策略教學—間隔複習法 教師介紹「今天、明天、三天後、一週後」的複習概念，示範如何利用生字卡、便利貼及複習紀錄表安排反覆練習。 合作活動 學生利用本週生字製作「生字複習卡」，兩人互相抽問、訂正，並練習利用複習卡進行快速複習。
18		
19 20	我會比較文章的異同	- 情境導入—教師提供兩篇主題相近的短文，引導學生討論內容有哪些相同與不同。 - 策略教學—介紹「比較表策略」，利用表格整理人物、事件、特色及結論，幫助學生有系統地分析文章。 - 合作實作—學生分組完成文章比較表，並說明比較後得到的重要發現。 - 學習反思—完成「比較策略檢核單」，分享哪一種整理方式最能幫助理解文章。

基隆市五堵國小 115 學年度第一學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
學習策略	五 A		1 節	黃慧慈
教學人數	__ 5 __ 年級 __ 2 __ 人。共 __ 2 __ 人			
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年 學習重點	學 習 表 現	特學 1-Ⅲ-2 調整不同學習項目的專注時間。 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-9 表達文章內容的核心與重要概念。 特學 1-Ⅲ-11 透過自問自答確認理解的程度。 特學 4-Ⅲ-1 分配考試作答的時間和順序。		
	學 習 內 容	特學 A-Ⅲ-2 轉移注意力的提示重點。 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。 特學 A-Ⅲ-7 自問自答的技巧與練習。 特學 D-Ⅲ-1 考試作答時間和順序的分配方法。		
融入議題	融入環境、生命、多元文化、閱讀素養教育等議題			
本學期 學習目標	1. 能夠學習提升專注力 2. 能夠學會標記文章重點 3. 能夠找出文本的核心與重要概念			
教學與 評量說明 （須說明 調整原 則）	1.教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☒ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____			
	教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☒ 其他：圖書_____			
	2.教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☐ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____			
	環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____			
	3.教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☒ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：__			
教學進度表				
週次	單元名稱		課程內容	
1	超能聚焦－ 雷達掃描術(提升		靜心三呼吸	1. 調整坐姿；2. 閉眼深呼吸三次；3. 默數十秒後專注桌面。

2	注意力)	視覺聚焦器	1. 製作「閱讀指引卡」；2. 運用卡片遮住下方行；3. 隨視線移動卡片。
3		專注力計時器	1. 設定「番茄鐘」(10 分鐘)；2. 挑戰時間內不離開椅子；3. 完成後給予一個鼓勵貼紙。
4		聽力過濾網	1. 播放背景音樂；2. 練習僅專注聽老師指示；3. 簡短複述聽到的內容。
5	奪寶奇兵- 螢光標記法 (標記文章重點)	尋找關鍵字	1. 閱讀短文；2. 圈出「人、事、時、地」；3. 唸出圈選詞彙。
6			
7		螢光筆畫線法	1. 討論這句重不重要；2. 畫出重點句子；3. 檢查是否畫太多。
8			
9		標題捕捉術	1. 先閱讀段落標題；2. 猜測內容；3. 核對標題與內容是否相符。
10			
11		圖像連結記號	1. 重要的地方畫星號；2. 難懂的地方畫問號；3. 嘗試口頭解釋為什麼這樣標記。
12			
13	說書人大賽- 核心關鍵語 (核心與重要概念)	一分鐘摘要	1. 讀完一段；2. 用自己的話說兩句話；3. 詢問對方聽懂沒。
14			
15		重要概念篩選	1. 列出文中三個關鍵詞；2. 將關鍵詞串聯成一句話；3. 練習大聲說出。
16			
17		角色扮演法	1. 想像自己是老師；2. 用最簡單的話說明；3. 模擬教同學。
18			
19		心智圖說書	1. 畫出簡單的樹狀圖；2. 依照枝幹順序說故事；3. 補強遺漏的重點。
20			
21	學期總回顧	1. 分享印象最深刻的課程或覺得最有用的學習技巧 2. 結算本學期集點成果 3. 兌換獎品及老師評語	

基隆市五堵國小 115 學年度第二學期資源班課程計畫

領域	年級 (組別)	每週節數	教學者
學習策略	五 A	1 節	黃慧慈
教學人數	__5__ 年級 __2__ 人。共 __2__ 人		
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解	

本學年 學習重點	學 習 表 現	特學 1-III-2 調整不同學習項目的專注時間。 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-9 表達文章內容的核心與重要概念。 特學 1-III-11 透過自問自答確認理解的程度。 特學 4-III-1 分配考試作答的時間和順序。
	學 習 內 容	特學 A-III-2 轉移注意力的提示重點。 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。 特學 A-III-7 自問自答的技巧與練習。 特學 D-III-1 考試作答時間和順序的分配方法。
融入議題		融入環境、生命、多元文化、閱讀素養教育等議題
本學期 學習目標		1. 能利用適合的圖表整理重點。 2. 能善用記憶策略幫助背誦重點 3. 能在文本中找出重點提問並自行回答問題 4. 能掌握考試技巧適當分配考試時間與順序
教學與 評量說明 (須說明 調整原 則)		1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化 ☐ 減量■分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮■自編 ☐ 其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ■其他：圖書_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析 ☐ 多元感官■直接教學 ☐ 多層次教學■合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量■紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：__
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	心智藍圖- 圖像整合王 (整理圖表)	中心點定位
2		1. 將主題寫在白紙中間；2. 畫出一個圈；3. 挑選代表主題的顏色。
3		延伸枝幹
4		1. 從中心畫出四條線；2. 分別寫下主要分類；3. 練習連連看。
5		圖文並茂
6		1. 在關鍵詞旁畫小圖；2. 用箭頭連起相關訊息；3. 檢查圖表流暢度。
7		圖表轉敘述
8		1. 看著自己畫的圖；2. 依照箭頭順序說出意義；3. 修正不清楚的連結。

9	記憶金頭腦 (聯想法背誦)	趣味圖像法	1. 將文字聯想成生活中的物體；2. 畫出有趣或生活化的圖；3. 講述連結的幽默故事。
10		身體連結 記憶	1. 每個重點對應一個動作；2. 一邊唸一邊做動作；3. 閉眼回想動作順序。
11		口訣編寫	1. 找出關鍵字的頭一個字；2. 組成好記的短句；3. 練習大聲唸唱。
12		空間記憶法	1. 想像房間的四個角落；2. 將重點放入角落；3. 巡視房間回想內容。
13	福爾摩斯偵探課 (自問自答)	找尋問題 線索	1. 將每段文章變成「為什麼」問句；2. 寫下問題；3. 自己嘗試回答。
14		互問互答 挑戰	1. 與同伴交換問題；2. 進行回答挑戰；3. 根據正確率加分。
15			
16		難題破解組	1. 挑出讀不懂的句子；2. 拆解成更小的問題；3. 自行想出答案或查詢字典或詢問同學、老師。
17	時鐘賽跑冠軍 (考試作答)	檢視試卷 全貌	1. 瀏覽題目總數；2. 找出簡單與困難題；3. 標記時間配置。
18		先易後難 策略	1. 優先解決最熟悉的題目；2. 標記不會的題；3. 保持答題節奏。
19		時間倒數 練習	1. 模擬考試情境；2. 每題設定時限；3. 練習到時間停止時放下筆。
20		檢查機制	1. 預留五分鐘檢查；2. 練習改錯與補漏；3. 檢查姓名與題號。
21	學期總回顧	1. 分享印象最深刻的課程或覺得最有用的學習技巧 2. 結算本學期集點成果 3. 兌換獎品及老師評語	

基隆市五堵國小 115 學年度第一學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者		
學習策略	六年級 A	1 節	胡元媛		
教學人數	__6__ 年級 __6__ 人。共 __6__ 人				
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解			
本學年 學習重點	學 習 表 現	特學 1-III-2 調整不同學習項目的專注時間。 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-9 表達文章內容的核心與重要概念。 特學 1-III-11 透過自問自答確認理解的程度。 特學 4-III-1 分配考試作答的時間和順序。			
	學 習 內 容	特學 A-III-2 轉移注意力的提示重點。 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。 特學 A-III-7 自問自答的技巧與練習。 特學 D-III-1 考試作答時間和順序的分配方法。			
融入議題	融入環境、生命、多元文化、閱讀素養教育等議題				
本學期 學習目標	1. 能夠學習提升專注力 2. 能夠學會標記文章重點 3. 能夠找出文本的核心與重要概念				
教學與 評量說明 (須說明 調整原 則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☒ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☒ 其他：圖書_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☐ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☒ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：__				
教學進度表					
週次	單元名稱	課程內容			

1	聚光燈行動- 提升注意力	我與專注的距離	(1)觀察並紀錄分心時刻 (2)學習 5 分鐘專注法 (3)討論分心原因。
2		環境大掃除	(1)檢查書桌淨空 (2)準備專注小物 (如舒壓球) (3)練習桌面清空習慣。
3		感官停看聽	(1)腹式呼吸訓練 (2)聽覺專注練習 (聽聲辨位) (3)練習聽見指令的瞬間。
4		專注力時鐘	(1)製作個人番茄鐘表 (2)挑戰 10 分鐘不中斷閱讀 (3)檢視專注達成率。
5	螢光筆特攻隊- 如何標記文章重點	重點在哪裡	(1)找人、事、時、地、物 (2)用不同顏色標記主角與動作 (3)練習畫出第一句話。
6		刪去不重要	(1)玩「關鍵字偵探」遊戲 (2)劃掉多餘的形容詞 (3)只保留句子的靈魂。
7			
8		五指抓重點	(1)對應手指 (誰、在哪、做什麼、為什麼、結果) (2)標記五指重點 (3)同儕間互相檢查。
9			
10		精華煉金術	(1)閱讀段落 (2)挑出關鍵詞 (3)將重點抄寫在便利貼上。
11			
12			
13	傳聲筒任務- 表達文章核心概念	一分鐘故事王	(1)閱讀短文 (2)嘗試用一句話說出來 (3)錄音回放聽聽看。
14		圖畫說故事	(1)將核心概念畫成四格漫畫 (2)看圖說故事 (3)修正順序。
15			
16		關鍵字串聯	(1)挑出 3 個關鍵字 (2)練習造句 (3)與同學交換分享。
17			
18		教學相長	(1)輪流擔任小老師 (2)向同儕講述重點 (3)回答同學的一個問題。
19			
20			
21	學期總回顧	1. 分享印象最深刻的課程或覺得最有用的學習技巧 2. 結算本學期集點成果 3. 兌換獎品及老師評語	

基隆市五堵國小 115 學年度第二學期資源班課程計畫

領域	年級 (組別)	每週節數	教學者
學習策略	六年級 A	1 節	胡元媛
教學人數	__6__ 年級 __6__ 人。共 __6__ 人		
核心素養	☐ A 自主行動 ☐ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		

		B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
		C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	特學 1-III-2 調整不同學習項目的專注時間。 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-9 表達文章內容的核心與重要概念。 特學 1-III-11 透過自問自答確認理解的程度。 特學 4-III-1 分配考試作答的時間和順序。		
	學習內容	特學 A-III-2 轉移注意力的提示重點。 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。 特學 A-III-7 自問自答的技巧與練習。 特學 D-III-1 考試作答時間和順序的分配方法。		
融入議題		融入環境、生命、多元文化、閱讀素養教育等議題		
本學期 學習目標		1. 能夠學習提升專注力 2. 能夠學會標記文章重點 3. 能夠找出文本的核心與重要概念 4. 能掌握考試技巧適當分配考試順序		
教學與 評量說明 (須說明 調整原則)		1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☒ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☒ 其他：圖書_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☐ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☒ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：__		
教學進度表				
週次	單元名稱	課程內容		
1	圖表製作工廠- 整理圖表	從圓圈開始	(1)學習心智圖圓圈畫法 (2)將主旨寫在中間 (3)練習發散思維。	
2		分類小管家		
3				
4				
5				
6		製作流程圖	(1)製作步驟流程圖 (2)排序時間先後 (3)練習畫出因果箭頭。	
7		圖表大師	(1)自行選擇適合文本的圖表方式 (2)製作圖表並加	

8			入圖示取代文字 (3)同儕互相發表。
9	大腦魔術方塊-運用聯想法背誦重點	圖像記憶法	(1)將詞彙轉為圖像 (2)畫出連結 (3)看圖聯想。
10		故事串連線	(1)把枯燥的重點編入生活故事 (2)口述故事 (3)檢核重點有無遺漏。
11		空間記憶法	(1)想像房間的四個角落 (2)將重點放入角落 (3)巡視房間回想內容。
12		口訣編寫	(1)提取首字編口訣 (2)大聲朗讀 (3)默寫驗證。
13	提問機器人-自問自答的技巧	誰在問問題	(1)練習提出「為什麼」 (2)找出課本答案 (3)標記答案位置。
14		關鍵字提問	(1)圈選重點名詞 (2)練習以該名詞造問句 (3)互相搶答。
15		猜題練習	(1)自己擔任出題官 (2)設計填充題 (3)與同儕互換題目考試。
16	時間指揮官-分配考試順序	試卷瀏覽器	(1)先看試卷總頁數 (2)勾選會做的題目 (3)決定優先級。
17		先易後難	(1)跳過難題訓練 (2)完成簡單題後再回頭 (3)練習不糾結。
18	學期總回顧	1. 分享印象最深刻的課程或覺得最有用的學習技巧 2. 結算本學期集點成果 3. 兌換獎品及老師評語	

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
社會技巧	六 B		一節	胡峻維
教學人數	_六_年級_4_人，共_4_人。			
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ●A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	□B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特社 1-Ⅲ-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 2-Ⅲ-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌地結束話題。 特社 2-Ⅲ-4 依據情境，用適當方式與他人分享生活經驗。 特社 2-Ⅲ-7 課堂或小組討論中適當表達與回應意見。 特社 2-Ⅲ-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 2-Ⅲ-10 檢視發生衝突的原因並留意改善。 特社 3-Ⅲ-2 主動參與課堂或團體活動，並遵守團體規範。		
	學習內容	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 B-Ⅲ-2 話題的開啟與延續。 特社 B-Ⅲ-3 自我經驗的分享。 特社 B-Ⅲ-4 衝突情境的因應。 特社 C-Ⅲ-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特社 C-Ⅲ-2 不同家庭情境變化的適應與調整。		
融入議題	融入性別平等、人權、環境、品德、生命、法治、科技、資訊、安全、家庭教育、生涯規劃、多元文化等議題。			
本學期學習目標	1. 能分析自身及他人的情緒、想法與需求，運用適當策略調整情緒，展現成熟的自我管理能力。 2. 能運用傾聽、協商、回饋及自我倡議等溝通技巧，在不同情境中建立良好的人際互動關係。 3. 能尊重不同觀點與個別差異，運用同理心及合作策略完成團隊任務，並展現領導與合作能力。 4. 能分析人際衝突及生活問題，運用協商、決策及問題解決策略，做出適當且負責任的選擇。 5. 能積極參與班級、校園及生活中的公共事務，展現責任感、公民素養及服務精神。 6. 能將社會技巧運用於課堂、家庭、校園及社區情境，提升生活適應能力及社會參與能力。 7. 能建立正向的升學態度與生涯規劃概念，培養面對國中新生活的自信與適應能力。			

教學與 評量說明 (須說明 調整原 則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果)
	學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____
	教材資源：■學習單 ■教學影片 ■圖卡 □區分性教學 □其他：_____
	2. 教學方法(學習歷程與環境調整)
	學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____
	環境調整：□教室位置□動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____
	3. 教學評量(學習評量調整)
	■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗■檔案評量■課程本位評量□其他：_____

上學期教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	六年級新角色	分享暑假生活，認識六年級的新責任與期待，討論畢業班學生應具備的態度及行為。
2	我的優勢與影響力	分析自己的能力、特質及優勢，了解如何運用個人優點協助他人並發揮正向影響力。
3	成為值得信任的人	討論誠實、守信及負責的重要性，練習建立他人對自己的信任。
4	情緒管理再升級	分析情緒背後的原因，練習在高壓情境下調整情緒並做出適當回應。
5	壓力管理高手	認識升學及生活壓力來源，學習運用放鬆、時間管理及求助策略調適壓力。
6	有效溝通技巧	練習運用傾聽、提問、澄清及回饋技巧，提升雙向溝通能力。
7	尊重不同觀點	討論不同立場與價值觀，練習尊重差異並以理性方式交換意見。
8	協商與共識	模擬團隊合作情境，學習協商、妥協及共同做決定的方法。
9	領導與合作	體驗不同團隊角色，練習帶領同儕完成任務及協助團隊解決問題。
10	團隊合作挑戰	綜合運用領導、合作及溝通技巧，完成小組合作任務並進行回饋。
11	面對衝突與衝突分析	分析校園衝突形成原因，練習從不同角度思考並提出可行的解決策略。
12	解決問題有方法	學習問題分析、方案比較及結果評估，提升人際問題解決能力。
13	面對同儕壓力	討論同儕影響及壓力來源，學習堅持正確價值並拒絕不當要求。
14	自我倡議練習	練習適當表達自己的需求、權益及意見，提升自我倡議能力。
15	負責任的決定	分析不同選擇可能造成的影響，做出符合規範及價值的決策。
16	校園公共參與	討論班級及校園公共事務，學習表達建議並尊重多數決議。
17	社交情境挑戰	模擬複雜社交情境，運用溝通、協商及問題解決技巧完成任務。
18	我的領導風格	回顧自己在團隊中的角色，分析優勢與需要改進之處。

19	社會技巧整合應用	綜合運用本學期所學，完成人際互動、合作及決策情境挑戰。
20	成長回顧	分享本學期在人際互動、自我管理及合作能力上的進步與收穫。
21	成果分享與展望	統整本學期學習成果，分享未來努力方向，建立持續精進社會技巧的目標。

下學期教學進度表

本學期學習目標	1. 能分析自身及他人的情緒、想法與需求，運用適當策略調整情緒，展現成熟的自我管理能力。 2. 能運用傾聽、協商、回饋及自我倡議等溝通技巧，在不同情境中建立良好的人際互動關係。 3. 能尊重不同觀點與個別差異，運用同理心及合作策略完成團隊任務，並展現領導與合作能力。 4. 能分析人際衝突及生活問題，運用協商、決策及問題解決策略，做出適當且負責任的選擇。 5. 能積極參與班級、校園及生活中的公共事務，展現責任感、公民素養及服務精神。 6. 能將社會技巧運用於課堂、家庭、校園及社區情境，提升生活適應能力及社會參與能力。 7. 能建立正向的升學態度與生涯規劃概念，培養面對國中新生活的自信與適應能力。	
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片 ■圖卡 □區分性教學 □其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____ 環境調整：□教室位置□動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗■檔案評量■課程本位評量□其他：_____	
週次	單元名稱	課程內容
1	新學期新展望	分享寒假生活，回顧上學期學習成果，討論畢業前的目標與國中新生活的期待。
2	認識國中新生活	認識國中課程、生活作息及校園文化，討論可能面臨的改變與適應策略。
3	面對改變與壓力	分析生活改變可能帶來的情緒與壓力，練習運用調適策略保持正向態度。
4	時間管理與自我規劃	學習安排課業、休閒及生活作息，提升自我管理與規劃能力。
5	自我倡議	練習適當表達自己的需求、權益及想法，並尊重他人的意見與權利。

6	尊重差異與包容	討論不同能力、文化及價值觀，培養尊重與包容多元差異的態度。
7	公共參與與責任	模擬班級及校園公共事務討論，學習表達意見、共同決策及承擔責任。
8	生涯初探索	探索自己的興趣、能力與特質，建立初步的升學與生涯規劃概念。
9	負責任的決策	分析不同選擇可能造成的影響，練習做出合宜且負責任的決定。
10	人際問題解決	分析複雜的人際互動情境，運用溝通、協商及同理心解決問題。
11	領導與服務	規劃並完成小組合作任務，體驗領導、分工合作及服務他人的價值。
12	國中情境演練	模擬國中生活常見的人際互動情境，練習靈活運用社交技巧。
13	我的成長與改變	回顧六年來在人際互動、自我管理及責任感上的成長與改變。
14	感謝與惜別	學習向老師、家人及同學表達感謝與祝福，珍惜彼此相處的時光。
15	我的未來藍圖	分享自己的升學目標、未來夢想及努力方向，建立正向期待。
16	社會技巧總挑戰	綜合運用情緒管理、溝通、合作、協商及決策技巧，完成情境任務挑戰。
17	學習成果回顧	回顧整學年社會技巧學習成果，分享最有收穫的經驗與成長。
18	畢業祝福與展望	分享對國中新生活的期待，互相祝福，建立迎接新階段的信心與態度。

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
生活管理	六 A	2 節	簡慈緯
教學人數	六 年級 4 人 共 4 人		
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 □A2. 系統思考與問題解決 □A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達□B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	特生 1-sP-27 覺察並接受青春期的身心理變化。 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。 1-sA-10 處理青春期的身體變化及性需求。 特生 2-sP-13 區辨隱私的場所和行為，並維護自己和家人的隱私權。 2-sP-14 接受自己的性別氣質，保護自己並尊重他人的身體自主權。 2-sP-15 辨識家庭暴力、性騷擾、性侵害、性霸凌等行為，並能自我保護及求助。 特生 1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理。 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。 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 4-sP-1 認識自己並接受自己的特質。 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力。 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	
	學習內容	特生 C-sP-5 個人清潔。 特生 A-sP-2 進食技巧。 特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 I-sP-4 身體隱私與界限的認識與保護。 特生 M-sP-1 自我倡導的認識。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。 特生 K-sP-1 就讀學校的認識。 特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。	
融入議題	(融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育或原住民族教育等議題) 融入性別平等、人權、環境、品德、生命、安全、家庭教育、多元文化		
上學期 學習目標	1. 校園與生活常規： 認識校園環境，並養成資源分類、正確進食、餐後整理及規律的生活作息。 2. 個人儀容與清潔： 學習自我清潔技巧（如潔牙、洗臉、換季衣物整理）與服裝儀		

教學與 評量說明 (須說明 調整原則)	容的維護。 3. 時間管理與環境維護：透過作息表與運動記錄學習時間管理，並掌握書桌、教室環境的收納與打掃技能。 4. 自我概念與決策：認識自我優點與特質，練習在日常生活情境中進行基礎決策並辨識情緒。
	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☒ 重整 ☒ 加深 ☒ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☒ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____

上學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	單元一：校園導航員	活動 1：我的校園地圖 教學重點：利用平板地圖 APP 搭配實地走訪，標記處室位置。
2	單元二：環保小尖兵	活動 1：資源分類對對碰 教學重點：以視覺圖卡分類標籤，練習分辨各類回收物。
3		活動 2：教室清消 SOP 教學重點：利用步驟拆解圖，示範並練習正確的抹布摺疊與擦拭。
4	單元三：美味餐桌	活動 1：餐具使用大師 教學重點：心智圖分析不同餐具的功能，練習穩定持握餐具。
5		活動 2：餐前衛生五步驟
6		教學重點：AI 生成正確洗手圖片，製作洗手流程檢核表。
7		活動 3：優雅進食家 教學重點：透過情境影片對比，導引合宜的用餐動作。 活動 4：餐後整理高手 教學重點：步驟化拆解廚餘分類與餐具堆疊技巧。
8	單元四：清爽少年家	活動 1：潔牙大挑戰 教學重點：利用牙模可視化教學，演示貝氏刷牙法步驟。
9		活動 2：洗臉保養術
10		教學重點：鏡面教學輔導，練習從內向外、由上而下的洗臉。
11		活動 3：服裝儀容鏡子牆
12		教學重點：製作個人儀容檢查卡，包含領口、拉鍊、袖口。 活動 4：換季衣物整理

		教學重點：示範摺衣板與捲衣法，並利用圖標標示收納盒。 活動 5：定期清潔小計畫 教學重點：AI 協作生成剪指甲、理髮週期紀錄表。
13	單元五：時間主人	活動 1：我的生理時鐘 教學重點：心智圖畫出每日作息，視覺化呈現睡眠與上學。
14		活動 2：運動小尖兵 教學重點：挑選適合運動並記錄心跳，將運動量可視化。
15	單元六：環境收納家	活動 1：書桌整理法 教學重點：使用收納籃進行分類，並貼上文字與圖形標籤。
16		活動 2：教室櫃位清理 教學重點：「斷捨離」流程圖，學習判斷物品是否需要保留。
17		活動 3：打掃工具使用 教學重點：掃把與畚箕的配合練習，並以膠帶在地板畫出清掃範圍。
18	單元七：自我大聲公	活動 1：我是誰？ 教學重點：利用優點卡選取自己的特質，製作個人海報。
19		活動 2：選擇的代價 教學重點：以決策樹分析「買零食」或「存錢」的後果。
20		活動 3：情緒臉譜 教學重點：觀察不同表情照片，辨識自我當下的情緒顏色。
21		活動 4：小事我決定 教學重點：在不同生活情境（如點餐）中練習快速做出決定。
下學期學習目標		1. 青春期因應：理解青春期的生理變化（包含男女差異、衛生用品使用、情緒調適及內衣物挑選等）。 2. 身體隱私與安全：區辨隱私與公開場所，建立身體界限地圖，並學習尊重他人界限及拒絕不當接觸的技巧。 3. 危機辨識與求助：辨識暴力、騷擾及網路威脅等不當行為，並建立個人的緊急聯絡清單與求助管道。 4. 溝通與升學準備：學習使用「我訊息」表達需求，練習在 IEP 會議中提出個人建議，並透過展望國中生活來規劃成長期望。
教學與評量說明 (須說明調整原則)		1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☒ 重整 ☒ 加深 ☒ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☒ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☒ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗

☐檔案評量 ☐課程本位評量 ☐其他：_____

下學期教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	單元八： 成長的紅 綠燈	活動 1：身體變變變 教學重點：圖解男女青春期的差異，透過拼圖認識身體構造。
2		活動 2：衛生棉/清潔工具認識
3		教學重點：實物操作演示衛生棉黏貼與男孩子汗腺異味處理。
4		活動 3：青春期的情緒起伏 教學重點：AI 生成情緒情境題，討論如何深呼吸調適心情。
5		活動 4：內衣與內褲的選購 教學重點：觀察材質與尺寸標籤，學習挑選親膚透氣的內衣物。 活動 5：夢遺與生理期對策 教學重點：利用步驟圖示教導突發狀況時的衣物更換流程。
6	單元九： 我的安全 防護罩	活動 1：隱私圈圈看 教學重點：分類哪些是私密場所（如廁所、臥室），哪些是公開場所。
7		活動 2：穿衣的禮儀
8		**教學重點：**演練公共場合不隨意裸露，以及正確穿著適當場合服飾。
9		活動 3：身體界限地圖 **教學重點：**用紅黃綠燈畫出自己允許他人碰觸的身體範圍。
10		活動 4：拒絕的藝術 **教學重點：**AI 輔助練習對話腳本，練習堅定說「不」的眼神與手勢。 活動 5：尊重他人界限 **教學重點：**觸碰他人前先詢問的 SOP，並進行角色扮演。
11	單元十： 求救小達人	活動 1：這是不對的行為 **教學重點：**辨識暴力與騷擾的行為關鍵字，建立警覺心。
12		活動 2：我的救援清單
13		**教學重點：**製作緊急聯絡人小卡與撥打求助電話情境演練。
14		活動 3：網路安全停看聽 **教學重點：**不隨意給陌生人照片的警示教學，認識私密影像保護。 活動 4：尋找安全空間 **教學重點：**校園內外安全商店與導師辦公室的路徑圖示。
15	單元十一： 解題 小老師	活動 1：問題在哪裡？ **教學重點：**練習辨識生活困難（如物品遺失），並將問題視覺化。
16		活動 2：我的解決包 **教學重點：**利用心智圖發展多種解決方案，評估哪個最好。
17	單元十二： 勇敢 說需求	活動 1：我有話要說 **教學重點：**學習使用「我訊息」（我感到...因為...我希望...）表達需求。
18		活動 2：在 IEP 會議中說話

		教學重點：練習向老師提出自己需要的調整（如座位、時間）。
19	單元十三：即將升國中	活動 1：新環境的挑戰 教學重點：AI 生成國中校園生活影片，討論可能遇到的新問題。 活動 2：建立求助網路 教學重點：畫出國中生活中的重要人物（輔導老師、資源班老師）。 活動 3：我的成長回顧展 教學重點：整理一年來的進步，並寫下對未來自己的期望。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
溝通訓練	一 A	1 節	簡慈緯
教學人數	__一__年級__3__人，二__年級__1__人。共__4__人		
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 □A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	●B1. 符號運用與溝通表達 □B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	特溝 1-sP-5 理解常用指令與基本句型。 特溝 1-sP-6 理解與他人對話的主題內容。 特溝 1-sA-1 注意及分辨溝通情境中的多重訊息。 特溝 2-sP-1 發展出個人適切的溝通形式。 特溝 2-sP-2 發出清楚明確的訊息。 特溝 2-sP-3 表現出與人溝通的意圖。 特溝 2-sP-4 表達正確且符合情境的訊息。 特溝 2-sP-5 表達日常的基本溝通訊息。 特溝 3-sP-1 表達參與活動的意圖。 特溝 3-sP-2 視情境主動回應他人。 特溝 3-sA-1 依情境進行持續的對話輪替。 特溝 4-sP-1 運用溝通技巧參與日常活動。 特溝 4-sP-2 運用溝通技巧參與遊戲或團體活動。 特溝 4-sP-3 接納他人的溝通形式。	
	學習內容	特溝 A-sP-2 動作、手勢與表情的模仿。 特溝 A-sP-5 基本情緒的表情。 特溝 B-sP-1 符合個人口語需求之輔具選用。 特溝 B-sP-2 構音、音量及說話節奏。 特溝 B-sP-3 常用詞彙。 特溝 B-sP-4 符合口語語法的基本句型。 特溝 B-sP-5 日常生活用語。 特溝 B-sP-6 語意明確的說話內容。	
融入議題	融入性別平等教育、人權教育、品德教育、生命教育、閱讀素養等議題		
上學期 學習目標	1. 能使用圖卡或詞彙表達基本需求（如：水、廁所、筆）。 2. 能辨識「開心」、「生氣」基本表情，並連結自身狀態。 3. 能遵守「停、看、聽」的課堂簡單規則。 4. 建立口腔動作模仿，初步提升語音清晰度。		
教學與 評量說明 （須說明	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：□簡化 ■減量 ■分解 □替代 □重整 □加深 □加廣 □濃縮 ■自編		

調整原則)	☐ 其他：_____
	教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____
	2. 教學方法(學習歷程與環境調整)
	學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____
	環境調整： ☒ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____
3. 教學評量(學習評量調整)	
	☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☐ 實作評量 ☐ 紙筆測驗
	☒ 檔案評量 ☒ 課程本位評量 ☐ 其他：_____

上學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	單元一：溝通起步走	活動 1：誰在叫我？利用視覺提示卡建立「停、看、聽」規則，練習目光對接。
2		活動 2：聽從指令大考驗——過步驟拆解（SOP 圖示），引導學生遵守簡單課堂指令。
3	單元二：我有話要說	活動 1：我想喝水/上廁所——使用需求圖卡輔助表達生理需求，建立穩定溝通行為。
4		活動 2：給我這支筆——練習指物與圖卡交換，明確傳達具體物件需求。
5		活動 3：開口說需求——利用句型條「我要____」輔助口語詞彙產出。
6	單元三：情緒紅綠燈	活動 1：笑嘻嘻與氣嘟嘟——利用 AI 生成不同程度的「開心」與「生氣」表情圖進行辨識。
7		活動 2：心情對對碰——將表情圖與自身當前狀態連結，使用情緒刻度表可視化感受。
8		活動 3：生氣了怎麼辦？——建立「冷靜心智圖」，視覺化呈現生氣時的溝通策略。
9	單元四：嘴巴體操	活動 1：大嘴巴動一動——利用鏡子與視覺分解圖，模仿張嘴、噉嘴等基礎口腔動作。
10		活動 2：舌頭排排隊——透過舔食趣味活動，強化舌部活動度與模仿精準度。
11		活動 3：呼呼大賽——利用吹泡泡或羽毛練習氣流控制，輔助語音發放。
12	單元五：語音清晰度	活動 1：單音對對碰——結合注音符號視覺圖卡，進行單音模仿練習。
13		活動 2：疊音火車——練習雙音節詞彙（如：爸爸、媽媽），搭配手勢提示發音。
14		活動 3：生活詞彙說一說——將常用詞彙視覺化，練習正確發出生活常用詞。
15	單元六：我是	活動 1：輪流說話——使用「說話棒」圖示，視覺化練習輪流溝通

16	好同伴	的規範。 活動 2：看著說話----利用眼球貼紙提示，提醒學生對話時應有的視覺關注。
17	單元七：綜合實踐	活動 1：校園巡禮(一) ----實地練習遵守校園指令與基本需求表達。
18		活動 2：校園巡禮(二)---- 應用「停看聽」規則，在非教室環境維持注意力。
19		活動 3：情緒大富翁----透過遊戲板複習情緒辨識與初步反應。
20	單元八：成果驗收	活動 1：小小溝通王----回顧本學期圖卡使用與語音模仿成果。
21		活動 2：溝通小劇院----模擬生活情境，整合運用本學期所學溝通策略。

下學期 學習目標	1. 能回應「是/否」問題，並嘗試延續對話至少一句。 2. 能運用「人、事、時、地、物」架構圖描述單一事件。 3. 能理解常用校園指令，並進行正確的行為反應。 4. 在遊戲情境中，提升目標語音在詞彙中的準確度。	
教學與 評量說明 (須說明 調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☒ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☐ 工作分析 ☒ 多元感官 ☒ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☒ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☒ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☒ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☐ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☒ 檔案評量 ☒ 課程本位評量 ☐ 其他：_____	
下學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	單元一：回應與選擇	活動 1：是或不是？ 教學重點：利用「圈/叉」視覺板輔助，練習正確回應是非題。
2		活動 2：我要這個 教學重點：在二選一情境中，練習表達意願並延續一句對話。
3		活動 3：對話小火車 教學重點：練習回應對方問題後，主動加入一個相關詞彙。
4	單元二：校園指令通	活動 1：聽命行事 教學重點：理解並執行常用的二步驟校園指令（如：拿課本、坐好）。
5		

		活動 2：校園處處通 教學重點：在不同教室場域（如辦公室）練習正確回應指令。
6	單元三：說故事高手	活動 1：誰在這裡？ 教學重點：利用「人、物」架構圖引導學生描述畫面核心要素。
7		活動 2：什麼時間、在哪裡？ 教學重點：加入「時、地」要素，豐富敘事結構之完整度。
8		活動 3：五何心智圖 教學重點：透過心智圖可視化單一事件（人、事、時、地、物）。
9	單元四：清晰說詞彙	活動 1：發音躲貓貓 教學重點：在遊戲中針對弱勢語音進行詞彙精準度練習。
10		活動 2：超市採購員 教學重點：練習正確說出各種物品名稱，提升語音清晰度。
11	單元五：溝通小禮儀	活動 1：請問可以嗎？ 教學重點：練習請求准許的固定句型，搭配社交故事引導。
12		活動 2：謝謝與對不起 教學重點：辨識社交情境，並在正確時機給予回饋。
13	單元六：延續對話練習	活動 1：接話大挑戰 教學重點：利用視覺流向圖練習「問-答-再回饋」的對話模式。
14		活動 2：我的小秘密 教學重點：練習分享個人喜好，並嘗試延續相關話題。
15	單元七：遊戲中的溝通	活動 1：桌遊指令趣 教學重點：在桌遊情境中理解遊戲規則，並練習口語互動。
16		活動 2：角色扮演 教學重點：利用 AI 生成劇本情境，練習不同角色的對話。
17	單元八：綜合應用	活動 1：週末記趣 教學重點：運用「人、事、時、地、物」圖表分享放假生活。
18		活動 2：我會說故事 教學重點：看圖說故事練習，強調事件的前後順序。
19	單元九：期末總結	活動 1：溝通大闖關(一) 教學重點：整合校園指令、需求表達與是非回答練習。
20		活動 2：溝通大闖關(二) 教學重點：評估敘事能力與語音清晰度的進步狀況。
21		活動 3：溝通成果發表 教學重點：展示一學期以來的溝通歷程與自我表現。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
溝通訓練	四 A		1 節	教師 8
教學人數	四年級 4 人			
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☐ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特溝 1-sA-2 解讀較長或複雜的訊息內容。 特溝 1-sA-3 理解複雜的指令與句型。 特溝 3-sP-1 表達參與活動的意圖 特溝 3-sP-2 視情境主動回應他人。 特溝 4-sP-2 運用溝通技巧參與遊戲或團體活動。		
	學習內容	特溝 A-sA-1 傳達情緒感受的手勢及肢體動作 特溝 B-sA-1 符合語法的複雜句型 特溝 B-sA-5 評論事物或分享想法的技巧		
融入議題	（融入環境、品德、閱讀素養等議題）			
上學期學習目標	1. 提升語言理解能力，能解讀較長或複雜的口語訊息、理解多步驟指令及句型，掌握重點內容，並正確回應他人 2. 培養適切的口語表達能力，能依情境運用完整句型表達需求、分享想法、說明事件及回應他人，提升語言組織與表達能力。 3. 增進團體溝通與互動能力，能依不同情境主動參與活動、運用適當的溝通技巧與同儕互動，建立良好的社交溝通能力。			
教學與評量說明 （須說明調整原則）	1. 教材編輯與資源（根據學習內容調整結果） 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☐ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法（學習歷程與環境調整） 學習歷程： ☒ 工作分析 ☐ 多元感官 ☐ 直接教學 ☒ 多層次教學 ☐ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量（學習評量調整） ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____			
上學期教學進度表				
週次	單元名稱		課程內容	

1	我有沒有聽完整？	1. 情境導入—教師故意只說一半訊息，例如：「請把……放到……」或「下課請先……再……」，請學生立即回答，再完整說出句子，引導學生比較「只聽一半」與「聽完整」所造成的差異，討論生活中是否曾因沒聽完整而做錯事情。 2. 策略教學—介紹「停、聽、想、答」四步驟。停：先不要急著回答；聽：完整聽完老師說的內容；想：確認老師真正要表達的是什麼；答：再回答或開始執行，引導學生建立等待與確認訊息的習慣。 3. 合作活動—教師依序說出不同長度的口語訊息，由學生兩人一組互相重述，再一起確認內容是否完整，例如「請拿出國語習作，翻到第三十二頁，把昨天沒完成的題目寫完，再交給老師。」練習完整接收訊息。
2		
3	我會找出重要訊息	1. 情境導入—教師描述一段生活事件，例如校外教學通知或班級活動說明，請學生回答：「老師最重要想提醒的是什麼？」討論哪些資訊一定要記住。 2. 策略教學—介紹「關鍵訊息策略」，引導學生找出人物、時間、地點、事件及要求，利用關鍵詞協助理解較長的口語內容。 3. 合作活動—學生聆聽不同生活情境（老師宣布事項、廣播內容、同學分享），共同完成「訊息整理表」，比較彼此找出的重點是否一致。
4		
5	我會理解複雜句子的意思	1. 情境導入—教師出示句子，例如：「如果今天下雨，就改到活動中心上體育課。」、「雖然考試沒有一百分，但是比上次進步很多。」討論句子真正表達的意思。 2. 策略教學—介紹常見連接詞（因為、所以、如果、但是、雖然……但是……），引導學生利用句子分段及關鍵詞理解完整意思。 3. 合作活動—學生閱讀或聆聽不同句型，完成「句子意思配對卡」，將句子與正確情境配對，並說明判斷理由。 4. 學習反思—完成「句型理解學習單」，記錄自己最容易誤解的句型及理解技巧。
6		
7	我真的聽懂了嗎？	1. 情境導入—教師說明班級活動流程，故意加入容易混淆的資訊，請學生依自己的理解說明活動內容，比較不同學生理解是否一致。 2. 策略教學—介紹「重述確認策略」，引導學生在回答前先說：「我聽到的是……」、「老師的意思是……對嗎？」建立主動確認訊息的習慣。 3. 合作活動—學生兩人一組輪流說明事件或活動流程，另一位學生先重述內容，再由原說話者確認是否正確，練習修正理解錯誤。
8		
9	問什麼，答什麼	1. 情境導入—教師播放校園對話影片，例如老師問：「今天為什

10		麼遲到？」學生回答：「我媽媽買早餐。」引導學生討論這樣的回答是否真正回答了問題，分析回答缺少哪些資訊。 2. 策略教學—介紹「找問題關鍵詞」策略，引導學生辨識問句中的關鍵詞，如「誰」、「哪裡」、「什麼時候」、「為什麼」、「怎麼做」，理解不同問句需要回答的重點。 3. 合作活動—學生兩人一組抽取問答卡，先找出問題關鍵詞，再練習回答，另一位同學依「有回答問題」、「沒有離題」、「回答完整」三項進行檢核並給予回饋。
11	會用完整句回答	5. 情境導入—教師示範不同回答方式，例如：「不知道。」、「公園。」及「昨天放學後，我和家人一起到公園散步。」討論哪一種回答較容易讓別人理解。 6. 策略教學—介紹「完整句四要素」：人物、時間、事件、地點，引導學生依問題內容加入需要的資訊，避免只回答單一詞語。 7. 合作活動—學生抽取情境圖卡（如校外教學、體育課、家庭生活），利用完整句回答教師提問，並與同學互相修正，使回答更完整。
12		
13	我會先想，再回答	4. 情境導入—教師提出開放性問題，例如：「你最喜歡哪一堂課？為什麼？」請學生立即回答，再比較思考後回答的內容有何不同。 5. 策略教學—介紹「停一停→想重點→再回答」策略，引導學生先思考問題，再決定回答內容，避免想到什麼就說什麼。 6. 合作活動—學生兩人一組練習回答不同問題，回答前先利用「回答思考卡」整理想法，再進行分享，觀察回答是否較有條理。
14		
15	我會說出原因	4. 情境導入—教師提出生活問題，例如：「你為什麼喜歡下課？」、「你為什麼選這本書？」引導學生比較只有答案和有說明原因的差異。 5. 策略教學—介紹「答案＋原因」表達策略，練習運用「我覺得……因為……」、「我選擇……因為……」等句型，提升表達完整性。 6. 合作活動—學生抽取生活情境卡，回答問題時須說出自己的理由，同儕依「有回答」、「有原因」、「理由合理」三項給予回饋。 7. 學習反思—完成「我會說理由」學習單，整理今天最容易說不清楚原因的地方，並練習重新表達。
16		
17	我會整理後再回答	4. 情境導入—教師提供一段較長的生活情境，例如描述校外教學過程，再提出不同類型問題，引導學生比較哪些回答有抓到重點、哪些回答離題。 5. 策略教學—統整「回答四步驟」：①聽完整問題。②找出關鍵詞。③整理重點。④用完整句回答，並示範如何依不同問題調整回答內容。
18		

		6. 綜合活動－學生分組進行情境問答挑戰，每位學生依序回答問題，並由同儕利用「回答品質檢核表」檢視是否做到聽完整、回答切題、完整句及說明理由。
19	我會按照順序說事情	4. 情境導入－教師播放一段校園生活影片（如打掃時間、下課活動），請學生描述影片內容，比較「想到什麼說什麼」及「依照順序敘述」兩種方式，討論哪一種較容易讓別人理解。
20		5. 策略教學－介紹「先→再→最後」敘事策略，引導學生依事件順序整理內容，並搭配時間語詞（首先、接著、最後）說明事情經過。
21		6. 合作活動－學生依四格圖片內容，共同排列事件順序，再輪流完整敘述故事，其他同學依「順序是否正確、內容是否完整」給予回饋。
下學期學習目標		1. 能運用人物、時間、地點、事件、原因及結果等要素，依順序完整敘述生活經驗，並清楚分享自己的想法與感受。 2. 能結合語句內容、表情、語氣、動作及情境線索，推論他人的情緒、意圖、玩笑或未明說的訊息。 3. 能在對話與互動中接續話題、選擇適當回應，並運用確認語句釐清訊息、減少或化解溝通誤會。
下學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	我會把事情說完整	4. 情境導入－教師分享一句簡短敘述：「昨天跌倒了。」請學生討論還想知道哪些事情，引導學生發現完整敘述需要更多資訊。
2		5. 策略教學－介紹「五要素敘事法」：人物、時間、地點、事件、結果，引導學生利用事件架構卡整理內容。 6. 合作活動－學生抽取生活事件圖卡（如校外教學、運動會、下課衝突），完成事件紀錄表，再依照五要素完整分享。
3	我會說出事情的原因和結果	5. 情境導入－教師展示生活事件圖片，如「花盆打破了」、「同學哭了」、「忘記帶作業」，請學生討論可能發生的原因及結果。
4		6. 策略教學－介紹「因為……所以……」、「如果……就會……」等句型，引導學生練習將事件、原因及結果串聯成完整句子。 7. 合作活動－學生分組抽取事件卡，共同討論事件可能原因及後果，再向全班分享不同觀點，培養多元思考能力。
5	我會分享自己的想法	5. 情境導入－教師示範分享一次假日活動，分別以「想到什麼說什麼」及「依架構分享」兩種方式呈現，引導學生比較哪一種較容易理解。
6		6. 策略教學－統整「完整分享五步驟」：①什麼時候？②在哪裡？③發生什麼事？④我的想法或感受。⑤事情結果或收穫，建立完整表達架構。 7. 綜合活動－學生以「一次難忘的經驗」或「今天最快樂的事

		情」為主題，利用事件流程圖整理內容，再進行分享，同儕依「內容完整、順序清楚、切合主題」給予回饋。 8. 學習反思—完成「我的分享能力檢核表」，整理自己本單元最大的進步及未來想持續努力的目標，建立正向表達信心。
7	我會接著別人的話說	5. 情境導入—教師示範兩段對話，一段能接續對方話題，一段突然改變主題，引導學生比較哪一段對話較順暢，並討論原因。
8		6. 策略教學—介紹「先回應，再分享」策略，練習使用「我也覺得……」「我和你一樣……」「我有不同想法……」等句型，建立接續話題的能力。 7. 合作活動—學生兩人一組進行接話練習，每位學生需先回應同學說的內容，再加入自己的想法，教師觀察是否能維持同一主題。
9	我知道別人真正想說什麼	5. 情境導入—教師播放生活短劇，例如媽媽說：「房間好像有點亂。」請學生討論媽媽真正想表達的是什麼，而不是只回答「對，很亂。」比較字面意思與真正意思的差異。
10		6. 策略教學—介紹「情境推論四步驟」：聽內容、看表情、觀察情境、想真正意思，引導學生利用多種線索理解他人的意圖。 7. 合作活動—學生分組閱讀情境卡（如老師提醒、同學邀請、家長叮嚀），共同討論說話者真正想表達的內容，再向全班分享理由。
11	我會看懂別人的表情和語氣	5. 情境導入—教師播放沒有聲音的短片，請學生猜測人物心情，再加入聲音重新觀看，比較理解是否改變。
12		6. 策略教學—介紹「表情＋語氣＋動作」觀察策略，引導學生辨識開心、生氣、失望、緊張等不同情緒及其代表的溝通訊息。 7. 合作活動—學生兩人一組抽取情緒卡，以不同表情及語氣說同一句話，其他同學猜測說話者真正的情緒及想法。
13	我會推論事情可能發生什麼	5. 情境導入—教師播放沒有結局的故事影片，請學生猜測接下來可能發生什麼，並說明理由。
14		6. 策略教學—介紹「線索＋經驗＝推論」策略，引導學生利用故事內容及生活經驗推測人物想法及事件發展。 7. 合作活動—學生閱讀故事後，共同完成「我猜接下來會……因為……」推論紀錄表，比較不同推論是否合理。
15	我會理解玩笑和真正的意思	5. 情境導入—教師示範生活中常見對話，如「你今天動作真快！」（可能是真稱讚，也可能是反諷），討論不同情境下真正的意思。
16		6. 策略教學—介紹判斷說話意圖的方法，結合語氣、情境及人物關係分析說話者真正想表達的內容。 7. 合作活動—學生分組閱讀不同情境漫畫，判斷哪些是玩笑、哪些是提醒、哪些可能讓人受傷，並說明理由。
17	我會推論文章沒有說的事情	4. 情境導入—教師展示不同生活情境（老師提醒、同學邀請、家人請求幫忙），請學生討論哪些回應最適合，哪些容易造成誤會。
18		

		5. 策略教學－統整「理解→推論→回應」三步驟，引導學生先理解他人意思，再思考適當回應，而不是立即回答。 6. 綜合活動－學生分組進行情境配對遊戲，每位學生需說出自己選擇回應的理由，同儕共同討論是否合適。
19 20	我會化解誤會	5. 情境導入－教師呈現容易誤解的對話，例如：「老師找你。」學生誤以為自己做錯事，討論是否還有其他可能。 6. 策略教學－介紹「先確認，再回應」策略，練習使用「你的意思是……嗎？」、「我理解對嗎？」等確認句型。 7. 合作活動－學生閱讀情境漫畫，找出誤會發生的原因，並重新設計較適當的對話內容。 8. 學習反思－完成「避免誤會紀錄單」，分享自己曾因誤解而發生的事情，以及未來如何避免。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
溝通訓練	四 B		1 節	教師 8
教學人數	四年級 3 人			
核心素養	A 自主行動	☐ A1. 身心素質與自我精進 ☐ A2. 系統思考與問題解決 ☐ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特溝 1-sA-2 解讀較長或複雜的訊息內容。 特溝 1-sA-3 理解複雜的指令與句型。 特溝 3-sP-1 表達參與活動的意圖 特溝 3-sP-2 視情境主動回應他人。 特溝 4-sP-2 運用溝通技巧參與遊戲或團體活動。		
	學習內容	特溝 A-sA-1 傳達情緒感受的手勢及肢體動作 特溝 B-sA-1 符合語法的複雜句型 特溝 B-sA-5 評論事物或分享想法的技巧		
融入議題	（融入環境、品德、閱讀素養等議題）			
上學期學習目標	1. 提升語言理解能力，能解讀較長或複雜的口語訊息、理解多步驟指令及句型，掌握重點內容，並正確回應他人 2. 培養適切的口語表達能力，能依情境運用完整句型表達需求、分享想法、說明事件及回應他人，提升語言組織與表達能力。 3. 增進團體溝通與互動能力，能依不同情境主動參與活動、運用適當的溝通技巧與同儕互動，建立良好的社交溝通能力。			
教學與評量說明 （須說明調整原則）	1. 教材編輯與資源（根據學習內容調整結果） 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☒ 學習單 ☐ 教學影片 ☐ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法（學習歷程與環境調整） 學習歷程： ☒ 工作分析 ☐ 多元感官 ☐ 直接教學 ☒ 多層次教學 ☐ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☐ 教室位置 ☐ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量（學習評量調整） ☒ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____			
上學期教學進度表				
週次	單元名稱		課程內容	

1	我有沒有聽完整？	4. 情境導入—教師故意只說一半訊息，例如：「請把……放到……」或「下課請先……再……」，請學生立即回答，再完整說出句子，引導學生比較「只聽一半」與「聽完整」所造成的差異，討論生活中是否曾因沒聽完整而做錯事情。
2		5. 策略教學—介紹「停、聽、想、答」四步驟。停：先不要急著回答；聽：完整聽完老師說的內容；想：確認老師真正要表達的是什麼；答：再回答或開始執行，引導學生建立等待與確認訊息的習慣。 6. 合作活動—教師依序說出不同長度的口語訊息，由學生兩人一組互相重述，再一起確認內容是否完整，例如「請拿出國語習作，翻到第三十二頁，把昨天沒完成的題目寫完，再交給老師。」練習完整接收訊息。
3	我會找出重要訊息	4. 情境導入—教師描述一段生活事件，例如校外教學通知或班級活動說明，請學生回答：「老師最重要想提醒的是什麼？」討論哪些資訊一定要記住。
4		5. 策略教學—介紹「關鍵訊息策略」，引導學生找出人物、時間、地點、事件及要求，利用關鍵詞協助理解較長的口語內容。 6. 合作活動—學生聆聽不同生活情境（老師宣布事項、廣播內容、同學分享），共同完成「訊息整理表」，比較彼此找出的重點是否一致。
5	我會理解複雜句子的意思	5. 情境導入—教師出示句子，例如：「如果今天下雨，就改到活動中心上體育課。」、「雖然考試沒有一百分，但是比上次進步很多。」討論句子真正表達的意思。
6		6. 策略教學—介紹常見連接詞（因為、所以、如果、但是、雖然……但是……），引導學生利用句子分段及關鍵詞理解完整意思。 7. 合作活動—學生閱讀或聆聽不同句型，完成「句子意思配對卡」，將句子與正確情境配對，並說明判斷理由。 8. 學習反思—完成「句型理解學習單」，記錄自己最容易誤解的句型及理解技巧。
7	我真的聽懂了嗎？	4. 情境導入—教師說明班級活動流程，故意加入容易混淆的資訊，請學生依自己的理解說明活動內容，比較不同學生理解是否一致。
8		5. 策略教學—介紹「重述確認策略」，引導學生在回答前先說：「我聽到的是……」、「老師的意思是……對嗎？」建立主動確認訊息的習慣。 6. 合作活動—學生兩人一組輪流說明事件或活動流程，另一位學生先重述內容，再由原說話者確認是否正確，練習修正理解錯誤。
9	問什麼，答什麼	4. 情境導入—教師播放校園對話影片，例如老師問：「今天為什

10		麼遲到？」學生回答：「我媽媽買早餐。」引導學生討論這樣的回答是否真正回答了問題，分析回答缺少哪些資訊。 5. 策略教學—介紹「找問題關鍵詞」策略，引導學生辨識問句中的關鍵詞，如「誰」、「哪裡」、「什麼時候」、「為什麼」、「怎麼做」，理解不同問句需要回答的重點。 6. 合作活動—學生兩人一組抽取問答卡，先找出問題關鍵詞，再練習回答，另一位同學依「有回答問題」、「沒有離題」、「回答完整」三項進行檢核並給予回饋。
11	會用完整句回答	8. 情境導入—教師示範不同回答方式，例如：「不知道。」、「公園。」及「昨天放學後，我和家人一起到公園散步。」討論哪一種回答較容易讓別人理解。 9. 策略教學—介紹「完整句四要素」：人物、時間、事件、地點，引導學生依問題內容加入需要的資訊，避免只回答單一詞語。 10. 合作活動—學生抽取情境圖卡（如校外教學、體育課、家庭生活），利用完整句回答教師提問，並與同學互相修正，使回答更完整。
12		
13	我會先想，再回答	7. 情境導入—教師提出開放性問題，例如：「你最喜歡哪一堂課？為什麼？」請學生立即回答，再比較思考後回答的內容有何不同。 8. 策略教學—介紹「停一停→想重點→再回答」策略，引導學生先思考問題，再決定回答內容，避免想到什麼就說什麼。 9. 合作活動—學生兩人一組練習回答不同問題，回答前先利用「回答思考卡」整理想法，再進行分享，觀察回答是否較有條理。
14		
15	我會說出原因	8. 情境導入—教師提出生活問題，例如：「你為什麼喜歡下課？」、「你為什麼選這本書？」引導學生比較只有答案和有說明原因的差異。 9. 策略教學—介紹「答案＋原因」表達策略，練習運用「我覺得……因為……」、「我選擇……因為……」等句型，提升表達完整性。 10. 合作活動—學生抽取生活情境卡，回答問題時須說出自己的理由，同儕依「有回答」、「有原因」、「理由合理」三項給予回饋。 11. 學習反思—完成「我會說理由」學習單，整理今天最容易說不清楚原因的地方，並練習重新表達。
16		
17	我會整理後再回答	7. 情境導入—教師提供一段較長的生活情境，例如描述校外教學過程，再提出不同類型問題，引導學生比較哪些回答有抓到重點、哪些回答離題。 8. 策略教學—統整「回答四步驟」：①聽完整問題。②找出關鍵詞。③整理重點。④用完整句回答，並示範如何依不同問題調整回答內容。
18		

		9. 綜合活動－學生分組進行情境問答挑戰，每位學生依序回答問題，並由同儕利用「回答品質檢核表」檢視是否做到聽完整、回答切題、完整句及說明理由。
19	我會按照順序說事情	7. 情境導入－教師播放一段校園生活影片（如打掃時間、下課活動），請學生描述影片內容，比較「想到什麼說什麼」及「依照順序敘述」兩種方式，討論哪一種較容易讓別人理解。
20		8. 策略教學－介紹「先→再→最後」敘事策略，引導學生依事件順序整理內容，並搭配時間語詞（首先、接著、最後）說明事情經過。
21		9. 合作活動－學生依四格圖片內容，共同排列事件順序，再輪流完整敘述故事，其他同學依「順序是否正確、內容是否完整」給予回饋。
下學期學習目標		1. 能運用人物、時間、地點、事件、原因及結果等要素，依順序完整敘述生活經驗，並清楚分享自己的想法與感受。 2. 能結合語句內容、表情、語氣、動作及情境線索，推論他人的情緒、意圖、玩笑或未明說的訊息。 3. 能在對話與互動中接續話題、選擇適當回應，並運用確認語句釐清訊息、減少或化解溝通誤會。
下學期教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	我會把事情說完整	7. 情境導入－教師分享一句簡短敘述：「昨天跌倒了。」請學生討論還想知道哪些事情，引導學生發現完整敘述需要更多資訊。
2		8. 策略教學－介紹「五要素敘事法」：人物、時間、地點、事件、結果，引導學生利用事件架構卡整理內容。 9. 合作活動－學生抽取生活事件圖卡（如校外教學、運動會、下課衝突），完成事件紀錄表，再依照五要素完整分享。
3	我會說出事情的原因和結果	8. 情境導入－教師展示生活事件圖片，如「花盆打破了」、「同學哭了」、「忘記帶作業」，請學生討論可能發生的原因及結果。
4		9. 策略教學－介紹「因為……所以……」、「如果……就會……」等句型，引導學生練習將事件、原因及結果串聯成完整句子。 10. 合作活動－學生分組抽取事件卡，共同討論事件可能原因及後果，再向全班分享不同觀點，培養多元思考能力。
5	我會分享自己的想法	9. 情境導入－教師示範分享一次假日活動，分別以「想到什麼說什麼」及「依架構分享」兩種方式呈現，引導學生比較哪一種較容易理解。
6		10. 策略教學－統整「完整分享五步驟」：①什麼時候？②在哪裡？③發生什麼事？④我的想法或感受。⑤事情結果或收穫，建立完整表達架構。 11. 綜合活動－學生以「一次難忘的經驗」或「今天最快樂的事

		情」為主題，利用事件流程圖整理內容，再進行分享，同儕依「內容完整、順序清楚、切合主題」給予回饋。 12. 學習反思—完成「我的分享能力檢核表」，整理自己本單元最大的進步及未來想持續努力的目標，建立正向表達信心。
7	我會接著別人的話說	8. 情境導入—教師示範兩段對話，一段能接續對方話題，一段突然改變主題，引導學生比較哪一段對話較順暢，並討論原因。
8		9. 策略教學—介紹「先回應，再分享」策略，練習使用「我也覺得……」「我和你一樣……」「我有不同想法……」等句型，建立接續話題的能力。 10. 合作活動—學生兩人一組進行接話練習，每位學生需先回應同學說的內容，再加入自己的想法，教師觀察是否能維持同一主題。
9	我知道別人真正想說什麼	8. 情境導入—教師播放生活短劇，例如媽媽說：「房間好像有點亂。」請學生討論媽媽真正想表達的是什麼，而不是只回答「對，很亂。」比較字面意思與真正意思的差異。
10		9. 策略教學—介紹「情境推論四步驟」：聽內容、看表情、觀察情境、想真正意思，引導學生利用多種線索理解他人的意圖。 10. 合作活動—學生分組閱讀情境卡（如老師提醒、同學邀請、家長叮嚀），共同討論說話者真正想表達的內容，再向全班分享理由。
11	我會看懂別人的表情和語氣	8. 情境導入—教師播放沒有聲音的短片，請學生猜測人物心情，再加入聲音重新觀看，比較理解是否改變。
12		9. 策略教學—介紹「表情＋語氣＋動作」觀察策略，引導學生辨識開心、生氣、失望、緊張等不同情緒及其代表的溝通訊息。 10. 合作活動—學生兩人一組抽取情緒卡，以不同表情及語氣說同一句話，其他同學猜測說話者真正的情緒及想法。
13	我會推論事情可能發生什麼	8. 情境導入—教師播放沒有結局的故事影片，請學生猜測接下來可能發生什麼，並說明理由。
14		9. 策略教學—介紹「線索＋經驗＝推論」策略，引導學生利用故事內容及生活經驗推測人物想法及事件發展。 10. 合作活動—學生閱讀故事後，共同完成「我猜接下來會……因為……」推論紀錄表，比較不同推論是否合理。
15	我會理解玩笑和真正的意思	8. 情境導入—教師示範生活中常見對話，如「你今天動作真快！」（可能是真稱讚，也可能是反諷），討論不同情境下真正的意思。
16		9. 策略教學—介紹判斷說話意圖的方法，結合語氣、情境及人物關係分析說話者真正想表達的內容。 10. 合作活動—學生分組閱讀不同情境漫畫，判斷哪些是玩笑、哪些是提醒、哪些可能讓人受傷，並說明理由。
17	我會推論文章沒有說的事情	7. 情境導入—教師展示不同生活情境（老師提醒、同學邀請、家人請求幫忙），請學生討論哪些回應最適合，哪些容易造成誤會。
18		

		8. 策略教學－統整「理解→推論→回應」三步驟，引導學生先理解他人意思，再思考適當回應，而不是立即回答。 9. 綜合活動－學生分組進行情境配對遊戲，每位學生需說出自己選擇回應的理由，同儕共同討論是否合適。
19 20	我會化解誤會	9. 情境導入－教師呈現容易誤解的對話，例如：「老師找你。」學生誤以為自己做錯事，討論是否還有其他可能。 10. 策略教學－介紹「先確認，再回應」策略，練習使用「你的意思是……嗎？」、「我理解對嗎？」等確認句型。 11. 合作活動－學生閱讀情境漫畫，找出誤會發生的原因，並重新設計較適當的對話內容。 12. 學習反思－完成「避免誤會紀錄單」，分享自己曾因誤解而發生的事情，以及未來如何避免。

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
溝通訓練	六 A		1 節	胡峻維
教學人數	_六_年級_5_人，共 5 人			
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 □A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 ■B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作■C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特溝 1-1 理解生活情境中常用的口語訊息。 特溝 1-2 理解生活情境中常用的非口語訊息（表情、手勢、圖片、符號等）。 特溝 1-3 理解並依循簡單至多步驟的口語指令。 特溝 2-1 使用口語、非口語或輔助溝通方式表達需求、意見與感受。 特溝 2-2 使用適當語句與他人進行問答及對話。 特溝 2-3 運用適當的溝通技巧參與日常生活情境中的互動。 特溝 3-1 在不同情境中運用適當的溝通策略，提升人際互動品質。		
	學習內容	特溝 A-1 常用口語訊息的理解。 特溝 A-2 常用非口語訊息（表情、肢體動作、圖片、符號）的理解。 特溝 A-3 生活情境中口語指令的理解與執行。 特溝 B-1 需求、意見及感受的表達。 特溝 B-2 問答、描述、敘述等口語表達技巧。 特溝 B-3 日常生活情境中的溝通互動。 特溝 C-1 輪流、等待、傾聽及回應等基本對話技巧。 特溝 C-2 社交溝通策略與情境應用。 特溝 C-3 溝通技巧於家庭、學校及社區生活中的類化運用。		
融入議題	品德教育、生命教育、安全教育、家庭教育、閱讀素養教育、資訊教育、人權教育、生涯規劃教育、多元文化教育。			
本學期學習目標	1. 能理解教師及同儕於生活情境中常用的口語與非口語訊息，並依提示完成二至三步驟以上的溝通任務。 2. 能運用完整句型表達自己的需求、想法、感受及意見，提升口語表達的清楚度與流暢度。 3. 能於團體活動中遵守輪流、等待、傾聽及回應等基本對話規則，建立良好的溝通禮儀。 4. 能依不同生活情境（如購物、點餐、借物、問路、電話溝通等）使用適當的溝通方式與禮貌用語。 5. 能辨識自己及他人的情緒，適當表達感受，並以正向方式解決人際互動中的問			

	題。 6. 能運用合作討論、角色扮演及桌遊等活動，提升與同儕共同溝通、協調及解決問題的能力。 7. 能將課堂所學溝通技巧類化至家庭、校園及社區生活情境，增進生活適應及社會參與能力。 8. 能在教師逐步減少提示下，獨立完成溝通任務，提升自信心、自主表達及人際互動能力。
教學與 評量說明 (須說明 調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：☒簡化☒減量☒分解☐替代☐重整☐加深☐加廣☐濃縮☒自編 ☐其他：_____ 教材資源：☒學習單☒教學影片☒圖卡☐區分性教學☒其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：☒工作分析☒多元感官☒直接教學☐多層次教學☒合作學習☐合作教學 ☐其他：_____ 環境調整：☐教室位置☐動線規劃☐學習區安排☐座位安排☐助理員☐輔具 ☐其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☒口語評量☒觀察評量☒實作評量☐紙筆測驗☐檔案評量☐課程本位評量☐其他：_____

【上學期】教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	單元 1【建立溝通默契：我們一起說】	活動 1：認識新夥伴 教學重點：建立班級溝通規範與互動默契。 1. 進行名字接龍及自我介紹，分享自己的興趣或喜歡的事物。 2. 練習看著說話者並輪流發言，建立良好的對話習慣。 3. 共同討論並完成班級溝通約定，建立正向互動規範。
2	單元 2【建立溝通默契：我們一起說】	活動 2：我是溝通小高手 教學重點：建立傾聽及等待輪流的能力。 1. 利用傳球遊戲練習輪流說話，拿到球才能發言。 2. 練習完整回答老師提出的簡單問題。 3. 給予正向回饋，鼓勵主動發言及耐心等待。
3	單元 2【傾聽理解：我是小偵探】	活動 1：仔細聽一聽 教學重點：提升專心傾聽及理解訊息能力。 1. 教師說出簡短故事，學生找出故事中的人物及事件。 2. 利用圖片配對故事內容，確認理解重

		點。 3. 分享自己的答案並說出理由。
4	單元 3【傾聽理解：我是小偵探】	活動 2：傳聲小達人 教學重點：理解口語訊息並正確表達。 1. 進行傳聲遊戲。 2. 比較原句與結果。 3. 練習放慢速度、清楚說話。
5	單元 3【情緒表達：我的心情會說話】	活動 1：表情猜猜看 教學重點：辨識自己及他人的情緒。 1. 觀察情緒圖卡。 2. 模仿各種表情。 3. 分享生活經驗。
6	單元 4【情緒表達：我的心情會說話】	活動 2：情緒骰子 教學重點：學習適當表達感受。 1. 擲情緒骰子分享。 2. 練習完整句。 3. 回應他人情緒。
7	單元 4【表達需求：勇敢說出來】	活動 1：神祕袋任務 教學重點：學習清楚表達需求。 1. 抽取物品描述需求。 2. 使用完整句型。 3. 同學提供協助。
8	單元 5【表達需求：勇敢說出來】	活動 2：便利商店角色扮演 教學重點：生活情境溝通。 1. 扮演店員顧客。 2. 練習詢問回答。 3. 修正表達方式。
9	單元 5【描述高手：說得更清楚】	活動 1：你畫我猜 教學重點：提升描述能力。 1. 描述人物物品。 2. 同學猜答案。 3. 討論描述技巧。
10	單元 6【描述高手：說得更清楚】	活動 2：圖片說故事 教學重點：依序描述事件。 1. 排列圖片。 2. 說故事。 3. 分享結局。
11	單元 6【禮貌溝通：一句好話】	活動 1：魔法禮貌語 教學重點：運用禮貌用語。 1. 練習請謝謝。 2. 角色扮演。 3. 互相回饋。

12	單元 7【禮貌溝通：一句好話】	活動 2：點餐小達人 教學重點：完成生活情境對話。 1. 模擬點餐。 2. 詢問回答。 3. 禮貌結束。
13	單元 7【非口語訊息：身體也會說話】	活動 1：比手畫腳 教學重點：理解肢體語言。 1. 動作表達。 2. 同學猜測。 3. 討論意思。
14	單元 8【非口語訊息：身體也會說話】	活動 2：眼神會說話 教學重點：觀察眼神表情。 1. 觀看影片。 2. 判斷心情。 3. 分享依據。
15	單元 8【合作溝通：一起完成】	活動 1：合作拼圖 教學重點：合作討論。 1. 分工完成。 2. 提出需求。 3. 分享合作方法。
16	單元 9【合作溝通：一起完成】	活動 2：合作桌遊 教學重點：團隊溝通。 1. 輪流策略。 2. 共同討論。 3. 完成挑戰。
17	單元 9【衝突解決：好好說】	活動 1：情境討論 教學重點：學習解決衝突。 1. 討論情境。 2. 適當表達。 3. 找出方法。
18	單元 10【衝突解決：好好說】	活動 2：角色扮演 教學重點：演練問題解決。 1. 扮演角色。 2. 冷靜表達。 3. 教師回饋。
19	單元 10【溝通大挑戰】	活動 1：闖關任務 教學重點：統整溝通技巧。 1. 完成關卡。 2. 合作任務。 3. 分享活動。
20		
21	單元 11【成果分享】	活動 2：我是溝通小達人 教學重點：回顧成果建立自信。

		1. 分享進步。 2. 溝通大富翁。 3. 頒發獎狀。
【下學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容（含步驟分析）
1	收心溝通站活動：寒假分享小主播	**教學重點：**建立課堂常規，複習基本溝通禮儀，練習依序分享寒假生活並回應同學內容，提升口語表達及傾聽能力。 步驟分析： 1. 觀看分享流程圖，了解今天分享主題。 2. 選擇一張寒假圖片或事件卡。 3. 依句型卡分享：「我去了……、我最喜歡……、因為……」。 4. 聆聽同學分享，回答一個簡單問題或給予回應。 **個別化調整：**提供視覺流程卡、句型卡及圖片提示；自閉症學生可先個別練習再分享；語言障礙學生可利用關鍵詞或圖片輔助完成表達。
2	我是小記者活動：採訪大挑戰	**教學重點：**練習主動提問、回答問題及輪流對話，建立雙向溝通能力。 步驟分析： 1. 抽取訪問題目卡。 2. 向同學提出問題並耐心等待回答。 3. 將同學回答內容記錄在訪問單。 4. 向全班介紹受訪同學。 **個別化調整：**提供問題句型卡及提問範例；教師示範提問方式；必要時以口語提示協助完成完整句型。
3	傾聽高手活動：聲音偵探王	**教學重點：**提升專注傾聽能力，理解不同口語訊息及生活聲音，正確回應教師指令。 步驟分析： 1. 仔細聆聽播放的生活聲音。 2. 選出對應圖片或實物。 3. 回答「這是什麼聲音？」。 4. 依聲音內容完成指定動作。 **個別化調整：**先播放明顯聲音再增加難度；搭配圖片提示；一次提供一項指令，逐步增加至二步驟。
4	任務小高手活動：多步驟任務挑戰	**教學重點：**理解並執行二至三步驟口語指令，提升工作記憶及任務完成能力。

		步驟分析：1. 專心聆聽教師說明任務。 2. 重述一次任務內容。 3. 依序完成「拿取→放置→返回」等步驟。 4. 完成後自我檢查是否全部完成。 **個別化調整：**使用步驟圖卡及工作分析；必要時逐步提示；能力較佳學生挑戰三步驟以上任務。
5	尋寶探險隊活動：校園尋寶任務	**教學重點：**結合溝通與合作能力，依提示尋找指定物品，並與同學共同完成任務。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡並確認目標。 2. 向同組同學討論尋找方向。 3. 依序完成尋找、確認及記錄。 4. 返回分享尋寶過程及遇到的困難。 **個別化調整：**任務卡採圖片搭配文字；降低尋找範圍；教師適時提供方向提示，鼓勵學生主動向同學詢問與合作。
6	情緒小達人活動：表情配對王	**教學重點：**辨識不同情緒表情與肢體線索，學習適當表達自己的感受，增進情緒理解與人際互動能力。 步驟分析： 1. 觀察教師出示的情緒圖片或表情卡。 2. 說出圖片中的情緒名稱及原因。 3. 模仿該情緒表情，讓同學猜猜看。 4. 分享自己曾經出現相同情緒的生活經驗。 **個別化調整：**提供情緒圖卡及情境照片協助理解；自閉症學生可先配對圖片再練習表情；語言障礙學生可利用情緒詞卡及句型提示完成分享。
7	情境劇場活動：如果我是你	**教學重點：**透過角色扮演學習站在他人立場思考，練習適當回應及同理他人情緒。 步驟分析： 1. 抽取生活情境卡（如借東西、跌倒、生氣等）。 2. 兩人合作進行情境演練。 3. 討論可以說什麼、怎麼做較適當。 4. 全班分享不同做法並票選最佳回應。 **個別化調整：**提供對話範例及句型卡；必要時教師共同演出示範；鼓勵能力

		較佳學生嘗試自由發揮對話內容。
8	合作溝通站活動：合作積木挑戰	**教學重點：**培養討論、輪流發言及合作完成共同目標的能力，學習使用禮貌用語與適當回應。 步驟分析： 1. 觀察積木作品圖片並討論分工。 2. 依序輪流拿取積木進行組裝。 3. 遇到困難時主動詢問或請求協助。 4. 完成作品後介紹合作方式及心得。 **個別化調整：**提供完成範例圖片及分工卡；教師適時提醒等待與輪流；降低作品難度並依能力增加積木數量。
9	生活溝通王活動：我是點餐高手	**教學重點：**模擬餐廳點餐情境，學習主動詢問、清楚表達需求及使用禮貌用語。 步驟分析： 1. 閱讀菜單並選擇餐點。 2. 向店員說出完整點餐內容。 3. 回答店員追加詢問（內用、外帶、飲料等）。 4. 完成付款及說謝謝。 **個別化調整：**提供圖片菜單及句型卡；自閉症學生可依流程卡完成任務；語言障礙學生可利用指認圖片搭配口語表達。
10	表達高手 活動：故事接龍創作	**教學重點：**提升口語組織能力，學習依事件順序描述故事，並接續同學內容完成共同創作。 步驟分析： 1. 抽取人物、地點或事件圖片。 2. 第一位學生說出故事開頭。 3. 依序接續故事內容，每人補充一句。 4. 全班共同完成故事並分享最喜歡的情節。 **個別化調整：**提供故事圖片及順序圖卡；教師以關鍵字協助組織語句；能力較佳學生可增加故事細節及角色對話。
11	電話禮儀站活動：小小客服員	**教學重點：**學習電話溝通禮儀，能依情境清楚表達需求、確認訊息及禮貌結束通話。

		步驟分析： 1. 觀看電話溝通流程圖，認識基本電話禮儀。 2. 依情境卡練習撥打電話並自我介紹。 3. 清楚說明需求，回答對方問題。 4. 確認訊息後以禮貌用語結束通話。 **個別化調整：**提供電話對話腳本、句型卡及流程圖；自閉症學生可先照稿練習再自由對話；語言障礙學生可利用關鍵字提示及圖片協助表達。
12	校園採訪隊活動：我是小記者	**教學重點：**培養主動提問、整理資訊及口語報告能力，提升與他人互動及傾聽技巧。 步驟分析： 1. 小組討論採訪主題及分工。 2. 依採訪單向老師或同學提問。 3. 記錄重點內容並整理答案。 4. 回到教室向全班分享採訪結果。 **個別化調整：**提供採訪流程圖及問題範例；教師示範提問技巧；能力較弱學生可使用圖片式紀錄單完成任務。
13	合作解謎王活動：密室線索大挑戰	**教學重點：**透過合作解謎活動培養討論、輪流表達、接受他人意見及共同完成任務的能力。 步驟分析： 1. 閱讀線索卡並共同討論內容。 2. 每位學生輪流提出自己的想法。 3. 依討論結果完成任務或找到下一個線索。 4. 完成所有關卡後分享合作策略及心得。 **個別化調整：**線索卡以圖文並呈方式設計；教師適時引導討論方向；鼓勵學生使用完整句型表達意見。
14	桌遊合作家活動：UNO 合作挑戰	**教學重點：**培養合作討論、輪流發言、遵守遊戲規則及適當表達意見的能力。 步驟分析： 1. 複習 UNO 遊戲規則及合作目標。 2. 輪流出牌並說出自己的策略。 3. 與同組同學討論最佳出牌方式。 4. 遊戲結束後分享合作過程及需要改進的地方。 **個別化調整：**提供顏色提示卡及規則圖卡；自閉症學生可先由教師協助

		提醒輪流；語言障礙學生可利用句型卡表達自己的策略。
15	班級會議 活動：最佳點子發表會	**教學重點：**學習提出建議、表達個人想法、尊重不同意見及參與團體討論。 步驟分析： 1. 閱讀今天討論主題（如班級活動、校外教學等）。 2. 每位學生依序發表自己的想法。 3. 練習回應同學意見並提出建議。 4. 共同票選最佳方案並說明原因。 **個別化調整：**提供發言流程圖及句型卡（「我建議……」「我同意……因為……」）；教師協助整理重點；鼓勵能力較佳學生擔任會議主持人。
16	校園任務站活動：校園服務小幫手	**教學重點：**透過校園服務情境，練習主動詢問、確認工作內容及完成任務後回報，培養責任感及溝通能力。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡，了解今天服務內容。 2. 向老師確認工作內容及注意事項。 3. 與同組同學合作完成任務（如整理圖書、發放學習單、整理教具等）。 4. 完成後向老師回報工作成果，並分享今天遇到的問題。 **個別化調整：**任務卡採圖文並列方式；自閉症學生提供工作流程圖及計時器；語言障礙學生提供回報句型卡及圖片提示。
17	生活挑戰站活動：迷路了怎麼辦	**教學重點：**模擬外出迷路情境，學習主動尋求協助、清楚說明需求及理解他人提供的資訊。 步驟分析： 1. 抽取情境卡（公園、車站、百貨公司等）。 2. 思考可以向誰尋求協助。 3. 使用完整句型詢問方向或請求幫忙。 4. 依取得的資訊找到目的地並分享過程。 **個別化調整：**提供情境圖片、地圖及句型卡；教師示範適當求助方式；能力較佳學生可增加不同情境進行練習。
18	合作挑戰站活動：終極任務闖關	**教學重點：**整合傾聽、表達、合作討論及問題解決能力，完成小組合作挑戰任務。

		步驟分析： 1. 閱讀闖關任務說明並討論分工。 2. 輪流完成指定關卡（口語表達、情境問答、合作拼圖等）。 3. 遇到困難時主動討論並共同解決。 4. 完成所有關卡後分享合作歷程及成功策略。 **個別化調整：**每關提供步驟圖卡；教師適時提醒輪流與等待；依學生能力調整任務難度及提示程度。
19	成果發表站活動：我是小小講師	**教學重點：**整理學習成果，運用完整句型向他人介紹自己最喜歡的活動，提升自信與口語表達能力。 步驟分析： 1. 選擇本學期最喜歡的一項活動。 2. 利用圖片或作品整理分享內容。 3. 依序上台介紹活動內容及心得。 4. 回答同學提問並給予他人回饋。 **個別化調整：**提供發表流程圖及句型卡；可利用照片、作品或平板圖片輔助發表；教師協助整理重點及提醒說話速度。
20	溝通嘉年華活動：溝通高手大挑戰	**教學重點：**統整一學期所學溝通技巧，透過遊戲闖關展現傾聽、表達、合作及社交互動能力，並進行自我反思。 步驟分析： 1. 依闖關卡完成四項溝通挑戰（傾聽、表達、合作、情境解決）。 2. 與同組同學共同完成合作任務。 3. 完成後分享自己的學習收穫及最有進步的地方。 4. 填寫自我檢核表並接受老師及同學鼓勵回饋。 **個別化調整：**闖關站提供圖片提示、句型卡及流程圖；依學生能力調整題目難度；以個人進步與參與度作為主要評量依據，鼓勵每位學生展現學習成果。

基隆市五堵國小 115 學年度第一學期學習教室課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
功能性動作訓練	一 A	1 節	簡慈緯
教學人數	一年級__5__人，共__5__人		
核心素養	A 自主行動	☒ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☒ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☒ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ☐ C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。 特功 2-3 具備移位技能。 特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	
	學習內容	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 A-2 左/右下肢的關節活動。 特功 A-3 軀幹的關節活動。 特功 B-4 四足跪姿的維持。 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-5 蹲姿與站姿的轉換。 特功 C-6 彎腰拾物。 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 E-3 腹部離地以手和膝蓋的爬行。 特功 E-4 扶物側走。 特功 E-8 單一台階的踏上或踏下。 特功 E-9 障礙物的跨越。 特功 E-10 兩腳一階或一腳一階的上下樓梯。 特功 E-11 跑步。 特功 E-12 雙腳或單腳的原地跳。 特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。 特功 E-14 雙腳或單腳的連續前跳。	

		特功 F-1 物品的舉起或放下。 特功 F-2 物品的搬移。 特功 G-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-4 前三指指腹的抓握。 特功 I-7 食物外皮或包裝的剝除或拆開。 特功 I-8 串珠子。
融入議題	(融入性別平等、環境、品德、安全等議題)	
本學期學習目標	1. 提升關節活動度與姿勢控制能力，增進身體活動表現。 2. 透過動作指令的理解與模仿，強化動作計畫與執行能力。 3. 培養遵守訓練規範與安全操作的習慣，發展自主訓練態度。	
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整： ☐ 簡化 ☐ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☒ 自編 ☐ 其他：_____ 教材資源： ☐ 學習單 ☒ 教學影片 ☒ 圖卡 ☐ 區分性教學 ☐ 其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： ☒ 工作分析 ☒ 多元感官 ☐ 直接教學 ☐ 多層次教學 ☐ 合作學習 ☐ 合作教學 ☐ 其他：_____ 環境調整： ☒ 教室位置 ☒ 動線規劃 ☐ 學習區安排 ☐ 座位安排 ☐ 助理員 ☐ 輔具 ☐ 其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☐ 口語評量 ☒ 觀察評量 ☒ 實作評量 ☐ 紙筆測驗 ☐ 檔案評量 ☐ 課程本位評量 ☐ 其他：_____	
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	我是穩定的樹	(1) 樹木伸展： 站立踮腳伸展四肢（拉伸軀幹） (2) 小樹搖晃： 雙腳開立進行重心左右轉移（踝關節穩定） (3) 風吹不動： 單腳站立，保持軀幹垂直（核心控制） (4) 種子落下： 緩慢深蹲回到蹲姿（關節活動度）
2	動物探索家	(1) 長頸鹿伸懶腰： 雙手舉高向天空，延展側腹與背部 (2) 熊爬練習： 手腳著地爬行（強化肩帶與髖關節穩定） (3) 螃蟹走路： 側向跨步移動（髖關節外展肌群訓練） (4) 龜殼伸展： 嬰兒式跪姿（放鬆背部與下肢關節）
3	小小障礙賽	(1) 彈簧跳躍： 雙腳併攏小跳躍（關節避震與節奏感） (2) 跨越小河： 跨步走過標誌物（動態平衡與重心調整） (3) 推推樂： 雙手推牆或推重物（高強度本體感覺輸入，穩定情緒） (4) 大休息： 仰臥放鬆，進行深呼吸與四肢緩慢擺動
4	穩定基石：跪與蹲	(1) 動物爬行趣：四足跪姿前進（強化核心與肩帶穩定）。 (2) 深蹲取物挑戰：將彩色沙包放在腳邊，練習深蹲撿起並

		投進籃子（強化下肢肌力與重心轉移）。 (3) 跪姿平衡木：雙膝跪在軟墊上進行拋接球練習（訓練軀幹穩定）。 (4) 靜態挑戰：聽鈴聲保持跪姿不動（訓練衝動控制與本體覺）。
5	重心挑戰：站與位 移	(1) 站立紅綠燈：練習聽指令在站姿與蹲姿間切換（訓練重心轉移的速度）。 (2) 金雞獨立大風吹：練習單腳站立 3-5 秒，輔以視覺標記（如：站在腳印貼紙上）。 (3) 穩定傳球：雙腳併攏站立，與治療師進行重球（Med Ball）傳接（利用重量增加本體覺回饋以穩定姿勢）。 (4) 平衡迷宮：沿著地上的膠帶線直線行走，並在定點練習停頓（訓練動態平衡）。
6	環境適應：整合訓練	(1) 障礙物挑戰賽：結合跨越、鑽過與單腳跳（綜合性訓練）。 (2) 功能性任務：練習「單腳站立」同時完成「貼貼紙」或「操作開關」任務（訓練動作計畫與分心處理）。 (3) 壓力球對抗：站立時推拉抗力球，學習在抗力下維持姿勢（增進核心控制）。 (4) 成果發表：完成「姿勢控制英雄」挑戰賽，頒發專屬貼紙。
7	小小建築師	(1) 暖身：模仿動物（如：長頸鹿伸展、小貓捲縮） (2) 彎腰練習：擔任建築師，在地上拼湊大型地板拼圖 (3) 蹲站轉換：將積木從地板搬運至低矮桌面上，練習多次蹲下站起 (4) 收尾：擁抱自己（本體覺輸入）平靜情緒
8	動物森林探險	(1) 暖身：穩定核心動作（如：四足跪爬行） (2) 蹲站轉換：「青蛙跳」遊戲：在指定標記處蹲下，聽指令後跳起/站起 (3) 彎腰拾物：森林採果實：從地上撿拾不同材質的豆袋（觸覺輸入），放入籃子 (4) 收尾：靜態伸展（與環境連結，增加空間感）
9	超級快遞員	(1) 暖身：關節運動與深呼吸調節 (2) 綜合挑戰：快遞員任務：彎腰撿起地上包裹，穩穩站起放到推車上 (3) 技巧精進：練習「單腳拾物」或「側身彎腰」，加強平衡感 (4) 收尾：任務成就感分享（給自己一個讚），整理活動器材
10	我是空間小主人	(1) 暖身：模仿動物走路（如：小狗爬、螃蟹走）建立身體軸心。 (2) 移位練習：跨越低障礙物（如：軟墊、平衡木），練習

		跨步與重心轉換。 (3) 功能挑戰：練習從椅子平穩轉換至地板（移位），並學習正確的起立姿勢。 (4) 調節活動：緊緊抱住抱枕或墊子進行深度觸覺壓迫，穩定情緒。
11	手膝爬行大冒險	(1) 暖身：跪姿下練習手臂推牆，增強肩膀穩定度。 (2) 協調練習：手膝著地，練習「右手對左腳」同步向前爬行（對側協調）。 (3) 功能挑戰：在狹窄通道（隧道軟墊）中爬行，學習預判身體空間。 (4) 調節活動：爬行後的平衡球或搖搖椅放鬆，幫助神經系統恢復平靜。
12	關卡挑戰與控制	(1) 暖身：全身性模仿活動，增加肌肉張力調節。 (2) 整合挑戰：「移位+爬行」連貫路線：從起點移位至地板，爬過障礙物，再移位至終點椅子。 (3) 情緒練習：在障礙賽中加入「等待指令」，練習當身體卡住時的冷靜與請求協助。 (4) 調節活動：製作自己的「感官靜心瓶」，並練習安靜坐在墊子上感受呼吸。
13	勇敢跨越障礙	(1) 暖身：原地踏步與深呼吸 (2) 障礙跨越：設置不同高度軟墊，練習單腳抬高跨越 (3) 扶物側走：沿著牆面或扶手，練習重心轉移與左右橫移
14	穩健台階上下	(1) 暖身：動物模仿操（強化核心） (2) 台階上下：練習腳尖先著地，雙手扶握扶手，穩定重心 (3) 組合動作：跨越障礙後連接台階上下，練習動作轉換
15	校園挑戰賽	(1) 暖身：全身伸展與彈跳 (2) 綜合訓練：跨越 → 側走 → 台階上下（串聯動作） (3) 獎勵儀式：頒發「動作小勇士」獎狀
16	叢林探險去	(1) 階梯訓練：雙腳並跳上第一階，再雙腳跳下（練習雙側對稱）。 (2) 跑步訓練：模擬紅綠燈，聽到鈴聲跑，聽到停止指令馬上原地站穩（練習抑制控制）。 (3) 跳躍練習：在地面放置呼拉圈，進行單格跳躍（練習視覺與動作計畫）。
17	小小青蛙跳	(1) 階梯訓練：側身爬階梯（加強側向穩定與協調）。 (2) 跑步訓練：背負重量包/沙包慢跑（利用壓力增加本體覺回饋，穩定情緒）。 (3) 跳躍練習：青蛙跳（雙手撐地雙腳彈跳），模仿跳躍後的靜止動作（練習肌肉控制）。
18	障礙賽大挑戰	(1) 階梯訓練：階梯上進行拍手或擊掌（練習在動作中加入額外任務，提升分心處理能力）。 (2) 跑步訓練：繞過障礙物進行「S型跑」（練習方向感與

		身體軀幹旋轉)。 (3) 跳躍練習：跳躍過不同高度的軟質障礙物(軟墊或軟積木，降低心理恐懼感)。
19	精細操控：基礎抓握與串珠	(1) 暖身：手指體操(模仿模仿) (2) 串珠挑戰：將彩色大木珠串成「彩虹項鍊」 (3) 挑戰：使用不同形狀的串珠增加難度 (4) 作品展示：將成品送給想感謝的人
20	空間協調：物品搬移與平衡	(1) 暖身：大肌肉模仿動作 (2) 障礙搬運：將輕量物品(如積木)從A點搬到B點 (3) 困難調整：縮窄路線或要求搬運容器裝水/沙 (4) 分享：討論搬運過程中的情緒與困難
21	動態控制：拋接互動與總結	(1) 暖身：拋接泡棉球練習(練習注視球體) (2) 合作遊戲：與老師/同學進行「拋接傳情」 (3) 綜合挑戰：搬移串珠完成拼圖 (4) 頒獎：鼓勵進步並慶祝完成所有任務

基隆市五堵國小 115 學年度第二學期學習教室課程計畫

領域	年級(組別)	每週節數	教學者
功能性動作訓練	一 A	1 節	簡慈緯
教學人數	一年級__5__人，共__5__人		
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 ■A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 ■B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識 □C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。 特功 2-3 具備移位技能。 特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	
	學習內容	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 A-2 左/右下肢的關節活動。 特功 A-3 軀幹的關節活動。 特功 B-4 四足跪姿的維持。	

		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-5 蹲姿與站姿的轉換。 特功 C-6 彎腰拾物。 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 E-3 腹部離地以手和膝蓋的爬行。 特功 E-4 扶物側走。 特功 E-8 單一台階的踏上或踏下。 特功 E-9 障礙物的跨越。 特功 E-10 兩腳一階或一腳一階的上下樓梯。 特功 E-11 跑步。 特功 E-12 雙腳或單腳的原地跳。 特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。 特功 E-14 雙腳或單腳的連續前跳。 特功 F-1 物品的舉起或放下。 特功 F-2 物品的搬移。 特功 G-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-4 前三指指腹的抓握。 特功 I-7 食物外皮或包裝的剝除或拆開。 特功 I-8 串珠子。
融入議題	(融入性別平等、品德、安全、議題)	
本學期學習目標	1. 提升大肌肉動作協調性與姿勢控制，增進身體控制效率。 2. 發展動作計畫能力，能依指令完成身體位移與障礙克服。 3. 透過動作指令的理解，強化手眼協調與精細動作操作能力。 4. 培養遵守訓練規範的安全意識，建立規律運動的生活習慣。	
教學與評量說明 (須說明調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：☐簡化 ☐減量 ☐分解 ☐替代 ☐重整 ☐加深 ☐加廣 ☐濃縮 ☒自編 ☐其他：_____ 教材資源：☐學習單 ☒教學影片 ☒圖卡 ☐區分性教學 ☐其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：☒工作分析 ☒多元感官 ☐直接教學 ☐多層次教學 ☐合作學習 ☐合作教學 ☐其他：_____ 環境調整：☒教室位置 ☒動線規劃 ☐學習區安排 ☐座位安排 ☐助理員 ☐輔具 ☐其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) ☐口語評量 ☒觀察評量 ☒實作評量 ☐紙筆測驗	

☐檔案評量 ☐課程本位評量 ☐其他：_____

教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	重心切換與基礎穩定	1. 暖身： 模仿動物走路（如螃蟹爬），促進關節穩定。 2. 主活動： 在平衡木或防滑膠帶區行走，中途需停下「撿起散落的彩色球」。 3. 重點： 強調「單腳站立停頓」，要求學生在拿取球時，重心須確實轉移至支撐腳，訓練核心穩定。
2	高低差與視動整合	1. 暖身： 蹲姿站起練習（如：像機器人蹲下再變高）。 2. 主活動： 設置「高、低」兩層障礙。學生需跨越小障礙物，同時需從「層架（高）」取下拼圖，並放入「地板籃子（低）」。 3. 重點： 練習蹲下與站起的力量控制，避免直接彎腰導致腰部代償，強化下肢肌力。
3	進階動態與情緒調節	1. 暖身： 負重行走（背小背包），增加本體覺輸入以穩定情緒。 2. 主活動： 設置路徑，學生需手持托盤（內含積木），在繞過圓錐桶（障礙）過程中不能讓物品掉落，並將物品放置到指定終點。完成後給予口頭鼓勵。 3. 重點： 將動作計畫與精細動作結合，透過「保持平衡」的限制，訓練學生在挑戰中維持專注與平穩情緒。
4	身體意識與重心穩定	「小烏龜換家」 1. 核心啟動：模仿烏龜爬行（四足跪姿），強化肢體支撐。 2. 高度變化：練習從「跪姿」穩定起身至「站姿」，強調重心不晃動。 3. 環境轉換：在標示墊（家）之間移動，練習停下來時身體的控制（穩住核心）。
5	空間距離感與空間定位	「跳格子與座位導航」 1. 深度知覺：使用不同高度的腳踏墊或軟墊，練習精確的腳步放置。 2. 環境移位：從地面軟墊站起，移動至桌椅並精準坐下（練習臀部感應椅面）。 3. 視覺策略：運用地板標記線，練習「轉彎」與「停頓」動作，降低轉換場域時的衝撞感。
6	動態平衡與轉場流暢	「校園障礙小探險」 1. 綜合挑戰：練習「地板 -> 坐墊 -> 高椅 -> 地板」的連續動作流程。 2. 負重轉場：手持輕型教具（模擬書包），練習穩定地不同功能場域間移動。 3. 情境演練：模仿上課轉換教室的情境，練習在聽到指令後，有意識地調整動作節奏（慢下來、看清楚、坐好）。
7	穩健基石：階梯的節奏	(1) 暖身： 模仿動物走路（如熊爬），喚醒核心與肢體。 (2) 單階訓練： 使用矮箱或防滑腳踏墊，練習「雙腳同時踏上、踏下」。

		(3) 節奏控制： 搭配口令（上、上、下、下），穩定重心的垂直轉移。 (4) 挑戰： 增加手扶欄杆或老師輕扶協助，減少學生對高度的不安。
8	精準跨越：障礙與判斷	(1) 暖身： 關節活動度訓練，重點在腳踝與髖關節。 (2) 平面障礙： 在地板貼上低矮膠帶條或軟海綿棒，練習跨越動作。 (3) 視覺引導： 練習跨越時「抬腳過線」，訓練視覺判斷距離與肌肉控制。 (4) 安全跌倒技巧： 練習在軟墊上重心不穩時的保護姿勢（抱胸蹲下）。
9	綜合挑戰：校園障礙賽	(1) 綜合路徑： 結合「單階踏上」接「跨越障礙」。 (2) 情境任務： 設定「送包裹」遊戲，需將物品跨越障礙並帶上階梯。 (3) 彈性調整： 根據學生表現，調整障礙物的距離與高度。 (4) 回饋與獎勵： 鼓勵嘗試，並給予身體本體覺回饋（如拍拍肩膀、壓力按壓）穩定情緒。
10	我是小小探險家	(1) 暖身：動物模仿（熊爬、螃蟹走）增加本體覺。 (2) 階梯：階梯高度辨識，強調「雙腳踏穩再移動」。 (3) 移動：直線慢走練習（視線看前方目標物）。 (4) 調節：深呼吸與收納器材（給予明確任務感）。
11	快慢有節奏	(1) 暖身：音樂停看聽（音樂停時身體要「冰凍」住）。 (2) 階梯：練習「腳尖先著地」的連續上下階梯（使用輔助標示）。 (3) 移動：慢跑與快走交替，練習聽指令轉換速度。 (4) 調節：滾筒放鬆肌肉，討論剛剛動作的「感覺」。
12	校園過關挑戰賽	(1) 暖身：模仿「壓力怪獸」釋放能量（甩手、彈跳）。 (2) 階梯：模擬校園樓梯，練習背小包包穩定上下。 (3) 移動：直線繞錐跑步，練習在轉彎與直行間的身體重心轉換。 (4) 調節：視覺化進步表（蓋章或貼紙），賦予成就感與肯定。
13	跳躍小青蛙：單腳與落地穩定	(1) 暖身： 模仿動物走，練習關節暖身。 (2) 動作： 單腳站立（如紅鶴），學習重心偏移。 (3) 活動： 「青蛙跳墊子」，目標是「輕輕跳、穩穩站」，減少碰撞。 (4) 社交： 輪流跳躍，練習等待他人的安全距離。
14	彈力小火車：連續向前跳躍	(1) 暖身： 模仿火車繞圈，練習節奏與停頓。 (2) 動作： 雙腳連續跳躍（兔子跳），運用標記物調整距離。 (3) 活動： 「跳跳火車軌道」，配合音樂節奏連續跳過橫桿。 (4) 社交： 合作任務，兩人一組牽手跳，練習調整自己的步調配合夥伴。
15	超級闖關賽：挑戰與彈性	(1) 暖身： 關卡說明，建立儀式感。 (2) 動作： 障礙跨越（單/雙腳混合跳躍）。

		(3) 活動：「森林冒險記」，將跳躍融入情境，遇到障礙需停看聽。 (4) 社交：輸贏練習，練習給予夥伴鼓勵，並在闖關失敗時練習深呼吸調節。
16-	小小快遞員：路徑搬移	(1) 動作路徑：設置簡易迷宮，搬運裝有豆子或水瓶的托盤，練習核心穩定與手臂平衡。 (2) 障礙繞行：練習轉彎時減速與重心轉移。 (3) 功能性目標：練習將物品「精準放置」於特定位置（非隨手放下）。 (4) 情緒引導：練習搬運過程中若物品晃動，進行「深呼吸暫停」而非發脾氣。
17	傳球機器人：拋接精準度	(1) 視動整合：練習與老師對拋輕型軟球，重點在於「眼神注視」來球方向。 (2) 拋擲控制：設定目標框（如垃圾桶或呼拉圈），練習力道控制與方向精準度。 (3) 接球練習：使用加大面積的接球工具（如魔鬼氈手套），降低挫折感，強化成功經驗。 (4) 社交互動：輪流進行遊戲，練習等待同儕拋球。
18	綜合任務：搬運與傳遞挑戰	(1) 動態結合：走過平衡木（搬運物品）並在終點將物品拋給同伴。 (2) 誤差修正：若物品掉落，練習「檢視掉落原因」並嘗試修正路徑或力道。 (3) 團體合作：小組接力，練習傳遞任務中的溝通（如：我要丟了、請接好）。 (4) 自我鼓勵：完成後檢視目標達成率，製作簡單的成就紀錄表。
19	精細操控力——從操作小物件到運用文具	(1) 熱身活動—黏土捏捏樂：透過不同軟硬度的黏土進行揉、捏、戳、壓，活化手指小肌肉並穩定觸覺情緒。 (2) 精細挑戰—鑷子/夾子遊戲：利用鑷子夾起小毛球或豆子放入分類盒，練習指腹精確對位（為握筆與操作鈕扣預備）。 (3) 功能連結—文具大檢視：練習打開鉛筆盒拉鍊、取出橡皮擦與鉛筆。針對自閉特質強調動作的順序性（視覺步驟圖）。 (4) 情緒調適—挫折休息區：若操作失敗，示範「深呼吸後重來」或「尋求協助」的溝通句型，取代破壞行為。
20	生活自理拆解（一）——衣著與扣件的操作	(1) 動作分析—鈕扣與拉鍊拆解：使用教學教具板（背心或外套），將扣鈕扣步驟拆為「找洞→穿過→推入」三動作，建立節奏。 (2) 視覺引導—圖解流程卡：為學生製作專屬的「拉鍊防卡住」圖解卡，讓學生在遇到阻礙時能「看圖自救」而非依靠他人或放棄。 (3) 模擬演練—著裝小達人：練習在規定的時間內穿上外套與扣好一顆鈕扣，強調「指腹扣住」的施力點。 (4) 正向增強—獎勵小任務：完成動作後進行簡單的視覺回饋（如在進度表上貼上一張貼紙），強化對完成任務的滿足感。

21	生活自理拆解 (二)——校園情境應用與總結	(1) 應用演練—用餐前的準備：練習拆解餐盒扣環、打開筷子套。這是日常功能性動作訓練中最重要的環節。 (2) 情境挑戰—緊急狀況處理：練習如：鞋帶鬆脫、鉛筆斷掉的處理步驟。模擬情境以降低對突發狀況的「情緒化反應」。 (3) 彈性與調整—協助請求練習：當動作確實超出能力負荷時，練習正確的社交指令（如：「老師，這個蓋子太緊，可以幫我嗎？」）。 (4) 成果發表—我的生活自理檢查表：共同繪製一張屬於自己的「自理清單」，讓學生對下學期的進步進行檢核，轉化為自信心。
----	--------------------------	--

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
功能性動作訓練	四 A	1 節	鄭元禎
教學人數	四年級 5 人		
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 ■A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 ■B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 ■C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特功 1-1 維持基本身體姿勢，提升姿勢控制能力。 特功 1-2 培養身體平衡及重心轉移能力。 特功 1-3 提升身體移動及動作協調能力。 特功 2-1 增進上肢及下肢功能性動作。 特功 2-2 提升手部操作及手眼協調能力。 特功 2-3 能依活動需求完成基本功能性動作。 特功 3-1 能運用功能性動作參與課堂及生活活動。 特功 3-2 能遵守活動規則並安全完成動作任務。	
	學習內容	特功 A—基本姿勢控制與身體穩定。 特功 B—平衡能力及重心轉移。 特功 C—移位及移動能力。 特功 D—粗大動作協調。 特功 E—精細動作及手眼協調。 特功 F—操作能力與生活動作應用。 特功 G—功能性動作於生活情境中的應用。 特功 H—安全活動及身體保護。	
融入議題	人權教育、品德教育、生命教育、安全教育、防災教育、戶外教育、家庭教育、生涯規劃教育、閱讀素養教育		
本學期學習目標	1. 能建立正確坐姿、站姿及基本姿勢控制能力，提高身體穩定性。 2. 能提升平衡、移動及身體協調能力，增進日常生活中的安全行動能力。 3. 能增進手部操作、手眼協調及雙側協調能力，完成各項功能性活動。 4. 能透過遊戲及闖關活動提升核心肌群力量、上下肢協調及動作控制能力。 5. 能在教師引導下遵守活動規則，安全完成各項功能性動作。 6. 能將課堂所學遷移至校園及家庭生活，提升生活自理及活動參與能力。 7. 能在合作活動中與同儕共同完成任務，培養合作、互助及自信心。		
教學與評量說明（須說明調整原則）	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代■重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____ 教材資源：■學習單 ■教學影片■圖卡 □區分性教學 ■其他：體能器材		

2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學□多層次教學■合作學習□合作教學 ■其他：遊戲教學 環境調整：□教室位置■動線規劃□學習區安排■座位安排□助理員□輔具 ■其他：安全防護 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗□檔案評量□課程本位評量□其他：		
【上學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	單元一 【身體暖身小達人】 活動：身體動一動	**教學重點：**透過暖身遊戲及身體探索活動，認識身體各部位及正確姿勢，提升關節活動度、核心穩定及身體控制能力，建立運動前暖身習慣。 步驟分析： 1. 觀察教師示範暖身動作及認識身體部位。 2. 依照口令完成頭部、肩膀、手臂及腿部伸展。 3. 配合音樂完成「身體部位碰碰樂」活動。 4. 完成暖身後說出今天最喜歡的動作並整理器材。 **個別化調整：**腦性麻痺學生採坐姿或扶站完成活動，必要時提供肢體協助及止滑輔具；其他學生增加左右交替動作及維持時間，提升身體協調與控制能力。
2	單元一 【身體暖身小達人】 活動：動物暖身派對	**教學重點：**透過模仿各種動物動作，提升身體柔軟度、協調能力及肌耐力，培養身體控制與模仿能力。 步驟分析： 1. 觀察動物圖片並認識今天要模仿的動作。 2. 依序完成小熊伸懶腰、長頸鹿伸高高及小青蛙蹲跳。 3. 配合音樂完成動物暖身闖關。 4. 分享自己最喜歡的動物動作並協助整理教具。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力調整動作幅度，可改採坐姿完成部分動作；其他學生增加跨步、轉身及連續動作，提高身體協調能力。
3	單元二 【平衡小勇士】活 動：平衡森林	**教學重點：**透過平衡遊戲，練習站姿控制、重心轉移及下肢穩定能力，提升身體平衡與安全移動能力。 步驟分析： 1. 觀察教師示範雙腳及單腳站立姿勢。 2. 依序完成彩虹腳印及地板平衡線行走。 3. 挑戰平衡木或低高度平衡板。 4. 完成平衡闖關後分享挑戰心得。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用扶手、助行器或地板貼線進行活動，必要時由教師陪同完成；其他學生增加單腳站立秒數及平衡路線難度，提升動態平衡能力。
4	單元二 【平衡小勇士】	**教學重點：**透過平衡闖關活動，整合平衡、跨越障礙及身體協調能力，建立安全移動及完成任務的信心。

	活動：勇士闖關賽	步驟分析： 1. 了解闖關路線及各關卡規則。 2. 依序完成呼拉圈跨越、軟墊平衡路及跨障礙活動。 3. 完成闖關後與同學互相擊掌鼓勵。 4. 分享今天遇到的困難及成功的方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生降低障礙高度並縮短闖關距離，必要時提供肢體協助；其他學生增加障礙數量及變換方向，提高平衡控制及動作規劃能力。
5	單元三 【神射手投擲王】活動：豆袋神射手	**教學重點：**透過投擲遊戲，練習肩膀、手肘及手腕的協調控制，提升手眼協調、力量控制及目標瞄準能力，建立正確投擲動作。 步驟分析： 1. 觀察教師示範正確投擲姿勢及握豆袋方式。 2. 練習雙手及慣用手投擲豆袋。 3. 依序完成不同距離的目標投擲。 4. 統計投中的次數並分享成功的方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用較輕、較大的豆袋，縮短投擲距離並提供肢體協助；其他學生增加投擲距離及不同高度目標，提高動作控制能力。
6	單元三 【神射手投擲王】活動：怪獸打擊戰	**教學重點：**透過趣味投擲闖關活動，提升手眼協調、動作控制及力量調節能力，增進上肢功能性動作及專注力。 步驟分析： 1. 認識怪獸目標及遊戲規則。 2. 依序瞄準不同目標進行投擲。 3. 完成指定關卡並記錄得分。 4. 分享如何調整力量才能命中目標。 **個別化調整：**腦性麻痺學生可使用坐姿投擲，降低目標高度並縮短距離；其他學生增加移動後投擲及限時挑戰，提高反應及控制能力。
7	單元四 【手眼合作高手】活動：接球小達人	**教學重點：**透過接球遊戲，提升雙眼追視、雙手接球及身體協調能力，建立手眼協調及反應能力。 步驟分析： 1. 觀察教師示範接球姿勢及手部動作。 2. 練習近距離雙手接球。 3. 與同學兩人一組完成傳接球活動。 4. 分享接球成功的方法並整理器材。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用較大、較輕的軟球，縮短傳球距離並降低球速；其他學生增加單手接球及移動接球，提高協調能力。
8	單元四 【手眼合作高手】活動：	**教學重點：**透過合作接力遊戲，練習傳接球、移動及團隊合作能力，提升手眼協調、身體控制及合作互動能

	動：彩球接力賽	力。 步驟分析： 1. 了解接力遊戲規則及行進路線。 2. 依序完成傳球、接球及繞障礙物。 3. 與隊友合作完成接力任務。 4. 分享合作過程及互相鼓勵。 **個別化調整：**腦性麻痺學生縮短移動距離，提供同儕陪同及必要協助；其他學生增加繞障礙及快速傳接球挑戰，提升動作協調及團隊合作能力。
9	單元五 【動物模仿大冒險】 活動：森林動物運動會	**教學重點：**透過模仿動物移動方式，練習身體協調、四肢控制及重心轉移能力，提升粗大動作及身體穩定性，培養活動參與的自信心。 步驟分析： 1. 觀察教師示範各種動物移動方式（如螃蟹走、青蛙跳、小熊爬）。 2. 依序模仿不同動物完成指定動作。 3. 依照路線完成森林探險闖關。 4. 分享最喜歡的動物動作並整理活動器材。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力調整動作，可改以坐姿模仿上肢動作或縮短移動距離；其他學生增加動物動作組合及移動速度，提高身體協調及核心控制能力。
10	單元五 【動物模仿大冒險】 活動：動物接力挑戰	**教學重點：**透過團隊接力遊戲，整合平衡、移動及動作轉換能力，提升肢體協調及合作能力，建立遵守規則及完成任務的習慣。 步驟分析： 1. 了解接力規則及各種動物移動方式。 2. 依序完成指定動作並與隊友交棒。 3. 與同組同學合作完成接力任務。 4. 分享合作心得及今天最有挑戰的動作。 **個別化調整：**腦性麻痺學生調整為較容易完成的移動方式，必要時由同儕陪同完成；其他學生增加折返跑及障礙物，提高動作規劃與反應能力。
11	單元六 【超級搬運工】活動：寶物搬搬樂	**教學重點：**透過搬運遊戲，練習雙手操作、搬運技巧及身體姿勢控制，提升上肢肌力、核心穩定及生活功能性動作能力。 步驟分析： 1. 觀察教師示範正確搬運姿勢及拿取方式。 2. 依序搬運不同大小及重量的物品。 3. 將物品放置於指定位置並保持平穩。 4. 完成搬運任務後分享如何搬得更安全、更省力。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用較輕、體積較大的物品，必要時雙手共同操作或教師協助；其他學生增加搬運距離、重量及繞障礙挑戰，提升動作控制能力。

12	單元六 【超級搬運工】活動：合作運送任務	**教學重點：**透過合作搬運活動，練習雙側協調、合作默契及動作控制能力，提升功能性動作於生活情境中的應用能力。 步驟分析： 1. 了解合作搬運規則及安全注意事項。 2. 與同組同學共同搬運教具或球類至指定位置。 3. 合作完成指定路線及任務挑戰。 4. 分享合作過程中遇到的問題及解決方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生安排能力相近同儕共同合作，搬運較輕物品並縮短距離；其他學生增加搬運重量、距離及障礙關卡，提高合作能力及身體協調能力。
13	單元七 【靈巧小手王】活動：小手變變變	**教學重點：**透過精細動作遊戲，練習手指操作、手部肌力及雙手協調能力，提升生活操作技巧及專注力。 步驟分析： 1. 觀察教師示範夾取、串珠及捏握動作。 2. 依序完成夾球、串珠及積木堆疊活動。 3. 挑戰不同大小及形狀的教具操作。 4. 分享今天最有成就感的操作活動。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用較大顆串珠、大型夾具及止滑墊，必要時提供手部支撐；其他學生增加操作速度及精細度挑戰，提高雙手協調能力。
14	單元七 【靈巧小手王】活動：小小工程師	**教學重點：**透過組裝與建構活動，提升手眼協調、雙手合作及動作控制能力，培養問題解決及耐心完成任務的能力。 步驟分析： 1. 閱讀圖片範例，了解組裝內容。 2. 依照步驟完成積木或拼插教具組裝。 3. 檢查作品是否穩固並適時修正。 4. 展示作品並分享組裝過程。 **個別化調整：**腦性麻痺學生提供較大型教具及分段操作，必要時教師協助固定材料；其他學生增加作品難度及自行規劃組裝方式，提升精細動作能力。
15	單元八 【節奏律動嘉年華】活動：跟著節奏動一動	**教學重點：**透過音樂律動活動，練習身體協調、節奏感及動作控制能力，增進肢體表現及活動參與意願。 步驟分析： 1. 聆聽音樂並認識不同節奏快慢。 2. 依照節奏完成拍手、踏步及伸展動作。 3. 配合音樂完成簡單律動組合。 4. 分享自己最喜歡的律動動作。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力調整動作速度及幅度，可採坐姿律動；其他學生加入跳躍、轉身及節奏變化，提高身體協調能力。

16	單元八 【節奏律動嘉年華】 活動：音樂闖關秀	**教學重點：**透過音樂闖關遊戲，整合平衡、移動及律動能力，提升身體控制、反應能力及團隊合作精神。 步驟分析： 1. 了解各關卡規則及動作要求。 2. 依照音樂節奏完成指定動作。 3. 與同組同學合作完成闖關挑戰。 4. 分享成功經驗並互相鼓勵。 **個別化調整：**腦性麻痺學生降低關卡難度及縮短活動距離，必要時由教師或同儕陪同完成；其他學生增加節奏變化及動作組合，提高動作流暢度與協調能力。
17	單元九 【校園動作挑戰營】 活動：校園尋寶趣	**教學重點：**透過校園情境闖關活動，練習走、停、轉向、跨越及搬運等功能性動作，提升環境適應能力、安全移動技巧及生活情境中的動作應用能力。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡，了解今天的闖關內容及行進路線。 2. 依照指示完成校園各站的功能性動作挑戰。 3. 與同組同學合作完成尋寶任務並收集指定物品。 4. 完成後向老師回報成果，分享活動中遇到的困難與解決方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生提供圖示任務卡、縮短行走距離及安排同儕陪同；其他學生增加任務內容、步行距離及障礙挑戰，提升動作規劃、環境適應及合作能力。
18	單元九 【校園動作挑戰營】 活動：校園安全任務	**教學重點：**透過校園情境活動，練習安全行走、上下階梯、轉彎及避開障礙物等功能性動作，提升身體控制能力及校園安全意識，建立正確的移動習慣。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡，了解今天的校園安全任務。 2. 依照老師示範完成上下階梯、繞過障礙物及安全行走。 3. 與同組同學共同完成指定路線挑戰。 4. 完成後向老師回報任務成果，分享今天學到的安全技巧。 **個別化調整：**腦性麻痺學生安排平坦路線、必要時使用扶手或由同儕陪同完成；其他學生增加轉彎、跨越障礙及不同速度行走等挑戰，提升環境適應及身體協調能力。
19	單元十 【功能動作大闖關】 活動：勇闖冒險島	**教學重點：**透過綜合闖關活動，整合本學期所學之平衡、移動、投擲、搬運及手眼協調等功能性動作，提升身體控制能力及完成任務的自信心。 步驟分析： 1. 閱讀闖關卡，了解各關卡內容及順序。 2. 依序完成平衡、投擲、搬運及精細操作等挑戰。 3. 遇到困難時主動尋求教師或同儕協助。 4. 完成全部關卡後，分享自己最有成就感的挑戰。

		個別化調整：腦性麻痺學生依能力調整關卡難度及完成時間，必要時提供輔具及教師協助；其他學生增加關卡難度及限時挑戰，提高身體協調及問題解決能力。
20	單元十 【功能動作大闖關】 活動：超級體能王	**教學重點：**透過趣味競賽活動，綜合運用各項功能性動作技能，培養持續參與運動的興趣、遵守遊戲規則及與同儕合作完成任務的能力。 步驟分析： 1. 了解競賽規則及各項活動流程。 2. 依序完成體能挑戰及合作遊戲。 3. 與同組同學互相鼓勵，共同完成競賽。 4. 分享自己的進步及本學期最喜歡的活動。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力調整活動內容及競賽方式，以完成活動為主要目標；其他學生增加活動強度及合作任務，提升耐力、協調能力及團隊合作精神。
21	期末總結與回顧	**教學重點：**透過成果展現及回顧活動，統整本學期功能性動作學習成果，肯定學生努力與進步，提升自我效能及持續參與活動的動機。 步驟分析： 1. 回顧本學期學習過的功能性動作及闖關活動。 2. 學生自由選擇最喜歡的活動再次體驗。 3. 教師依學生表現給予回饋及鼓勵，頒發「功能動作小達人」獎狀或榮譽卡。 4. 分享本學期最大的收穫，並訂定下學期努力目標。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力參與各項成果活動，鼓勵展現個人進步成果；其他學生協助同儕共同完成活動，培養互助合作及欣賞他人成長的態度。
【下學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
週次	單元名稱	課程內容（含步驟分析）
1	單元一 【超級反應王】活動：紅綠燈大挑戰	**教學重點：**透過聽覺與視覺反應遊戲，練習身體控制、停止與移動能力，提升注意力、反應速度及遵守指令的能力，培養安全活動習慣。 步驟分析： 1. 認識紅燈、黃燈、綠燈代表的動作指令。 2. 依照老師舉牌或口令完成前進、停止及慢走等動作。 3. 配合音樂進行反應遊戲，完成指定路線。 4. 完成活動後分享最快反應的方法及遵守規則的重要性。 **個別化調整：**腦性麻痺學生縮短移動距離，採較慢速度完成活動，必要時提供扶手或教師陪同；其他學生增加不同方向移動及假指令，提高專注力及反應能力。
2	單元一 【超級反應王】活	**教學重點：**透過多步驟指令遊戲，提升身體動作控制、動作記憶及依序完成任務能力，培養專注力及執行能

	動：魔法指令王	力。 步驟分析： 1. 聆聽教師說明遊戲規則及示範動作。 2. 依照一至三步驟指令完成指定動作。 3. 完成後與同學互相確認是否正確。 4. 分享自己如何記住動作順序。 **個別化調整：**腦性麻痺學生提供圖示指令卡及較少步驟的活動；其他學生增加四步驟以上指令及方向變換，提高記憶及動作規劃能力。
3	單元二 【身體協調小高手】 活動：彩虹繩梯冒險	**教學重點：**透過繩梯步伐訓練，練習跨步、左右協調及身體控制能力，提升步態穩定、動作節奏及下肢協調能力。 步驟分析： 1. 觀察教師示範繩梯步伐及安全走法。 2. 依序完成單腳、雙腳及左右跨步。 3. 挑戰不同步伐完成彩虹繩梯。 4. 分享今天最困難的步伐及成功的方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生增加繩梯格距、放慢速度並安排教師陪同；其他學生增加側走、交叉步及折返挑戰，提高下肢協調及動作規劃能力。
4	單元二 【身體協調小高手】 活動：探險家障礙任務	**教學重點：**透過情境式障礙闖關，整合跨越、鑽爬、繞行及平衡等功能性動作，提升動作協調、空間概念及問題解決能力。 步驟分析： 1. 閱讀探險任務卡，了解各關卡內容。 2. 依序完成跨越障礙、鑽山洞、繞三角錐及平衡行走。 3. 完成後收集任務貼紙並向老師回報成果。 4. 分享自己最喜歡的關卡及克服困難的方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生降低障礙高度、縮短路線並安排同儕協助完成；其他學生增加障礙數量及限時挑戰，提升身體控制、協調能力及環境適應能力。
5	單元三 【飛盤任務特攻隊】 活動：飛盤投投樂	****教學重點：**透過飛盤投擲活動，練習上肢控制、手眼協調及力量調節能力，提升肩膀穩定性、目標瞄準能力及功能性投擲技巧。 步驟分析： 1. 觀察教師示範飛盤握法及投擲動作。 2. 練習近距離投擲飛盤至指定目標區。 3. 依序完成不同距離及方向的投擲挑戰。 4. 完成活動後分享如何調整力量及方向才能投得更準。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用軟式飛盤或布飛盤，縮短投擲距離並提供肢體協助；其他學生增加投擲距離及移動後投擲，提高上肢控制及手眼協調能力。

6	單元三 【飛盤任務特攻隊】 活動：飛盤快遞員	**教學重點：**透過飛盤合作遊戲，練習接收、傳遞及身體移動能力，提升雙側協調、空間判斷及團隊合作能力。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡，了解飛盤快遞遊戲規則。 2. 與同組同學依序完成飛盤傳遞任務。 3. 合作將飛盤送至指定地點並完成目標。 4. 分享合作過程中遇到的問題及解決方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生縮短傳接距離，使用較大的飛盤並安排同儕協助；其他學生增加移動距離及指定接盤位置，提高反應及合作能力。
7	單元四 【氣球運動會】活 動：氣球不落地	**教學重點：**透過氣球控制遊戲，練習手眼協調、身體反應及動作控制能力，提升上肢協調、注意力及團隊互動能力。 步驟分析： 1. 觀察教師示範拍擊氣球及控制方向的方法。 2. 練習單人拍擊氣球，使氣球保持不落地。 3. 與同學合作完成連續拍擊及指定區域移動。 4. 完成活動後分享如何控制氣球及與同伴合作的技巧。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用大型慢速氣球，採坐姿或原地操作，必要時由教師協助；其他學生增加連續拍擊次數、移動範圍及雙人氣球挑戰，提高反應速度及身體協調能力。
8	單元四 【氣球運動會】活 動：氣球合作接力	**教學重點：**透過氣球合作遊戲，練習雙手協調、身體控制及同儕合作能力，提升上肢動作控制、反應能力及團隊合作精神。 步驟分析： 1. 認識活動規則及示範如何控制氣球。 2. 利用雙手拍擊氣球，保持氣球不落地。 3. 與同組同學合作完成氣球接力及指定路線。 4. 完成後分享合作時遇到的困難及成功的方法。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用較大的氣球並縮短移動距離，必要時由同儕協助完成；其他學生增加移動速度及合作挑戰，提高身體協調及合作能力。
9	單元五 【神奇平衡實驗室】 活動：平衡博士挑戰賽	**教學重點：**透過平衡挑戰活動，練習身體重心控制、單腳平衡及動態平衡能力，提升核心穩定及安全移動技巧。 步驟分析： 1. 觀察教師示範平衡動作及注意事項。 2. 依序完成平衡墊、平衡盤及平衡線挑戰。 3. 挑戰不同難度的平衡關卡。 4. 分享自己保持平衡的方法及成功經驗。 **個別化調整：**腦性麻痺學生使用止滑墊及扶手進行活

		動，必要時由教師扶持；其他學生增加閉眼、轉身及單腳平衡挑戰，提高平衡控制能力。
10	單元五 【神奇平衡實驗室】 活動：平衡救援任務	**教學重點： **透過情境闖關活動，整合平衡、搬運及身體控制能力，提升功能性動作於生活情境中的應用能力。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡，了解今天的救援任務。 2. 手持物品走過平衡路線並保持物品穩定。 3. 完成指定救援任務後將物品送達終點。 4. 向老師回報任務成果並分享活動心得。 **個別化調整： **腦性麻痺學生改用較寬的平衡路線及較輕的物品；其他學生增加搬運距離及障礙，提高平衡與動作控制能力。
11	單元六 【校園體能冒險隊】 活動：校園定向闖關	**教學重點： **透過校園定向活動，練習步行、轉向、跨越及觀察環境能力，提升功能性移動及環境適應能力，培養解決問題能力。 步驟分析： 1. 閱讀校園任務卡，了解闖關地點及任務。 2. 依照提示前往指定地點完成動作挑戰。 3. 完成後收集任務印章並返回起點。 4. 分享今天最喜歡的關卡及完成方法。 **個別化調整： **腦性麻痺學生安排較短路線並提供圖片提示及同儕陪同；其他學生增加尋找任務及行進距離，提高環境適應能力。
12	單元六 【校園體能冒險隊】 活動：合作尋寶任務	**教學重點： **透過校園合作尋寶活動，練習步行、搬運、蹲起及團隊合作能力，提升功能性動作於真實情境中的應用能力及合作精神。 步驟分析： 1. 閱讀尋寶任務卡，了解合作任務內容。 2. 與同組同學依提示尋找指定物品。 3. 合作完成搬運及收集任務後返回集合地點。 4. 向老師回報成果並分享合作心得。 **個別化調整： **腦性麻痺學生安排能力相近同儕共同完成任務，提供圖片提示卡及較短距離；其他學生增加任務內容及搬運挑戰，提升合作、動作規劃及環境適應能力。
13	單元七 【合作救援任務】 活動：救援物資運送	**教學重點： **透過合作搬運遊戲，練習搬運、行走及身體協調能力，提升上下肢力量、核心穩定及團隊合作能力。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡，了解今天的救援任務。 2. 兩人一組搬運指定物資至目的地。 3. 依序完成繞障礙及放置物資。 4. 完成後向老師回報任務成果並分享合作心得。 **個別化調整： **腦性麻痺學生使用較輕物品並安排能力

		相近同儕協助；其他學生增加搬運重量、距離及障礙挑戰，提升合作及動作控制能力。
14	單元七 【合作救援任務】 活動：消防員出任務	**教學重點： **透過情境闖關活動，整合走、跨、搬、放等功能性動作，提升動作規劃能力及生活情境應用能力。 步驟分析： 1. 了解消防任務流程及安全規則。 2. 依序跨越障礙、搬運器材及放置指定位置。 3. 與同組完成救援任務。 4. 分享合作時如何互相協助完成挑戰。 **個別化調整： **腦性麻痺學生降低障礙高度並縮短路線；其他學生增加折返搬運及限時挑戰，提高動作規劃能力。
15	單元八 【趣味體適能挑戰】 活動：體能循環站	**教學重點： **透過循環式體適能活動，增進肌耐力、平衡能力及身體協調能力，培養規律運動習慣。 步驟分析： 1. 認識各站活動內容及順序。 2. 依序完成跳圈、跨欄、拍球及搬運等活動。 3. 完成全部關卡並記錄成果。 4. 分享最有挑戰性的關卡。 **個別化調整： **腦性麻痺學生依能力調整站數及活動時間；其他學生增加次數及挑戰關卡，提高肌耐力及協調能力。
16	單元八 【趣味體適能挑戰】 活動：動作接龍王	**教學重點： **透過動作接龍遊戲，練習身體協調、動作記憶及反應能力，提升連續動作控制及專注力。 步驟分析： 1. 觀察教師示範動作組合。 2. 依序模仿並完成接龍動作。 3. 與同學共同完成團體接龍挑戰。 4. 分享自己最喜歡的動作。 **個別化調整： **腦性麻痺學生提供圖片提示及簡化動作；其他學生增加動作組數及速度變化，提高反應能力。
17	單元九 【功能動作大考驗】 活動：動作任務闖關	**教學重點： **透過綜合闖關活動，整合本學期各項功能性動作技能，提升身體控制、平衡、移動及手眼協調能力。 步驟分析： 1. 閱讀闖關任務卡。 2. 依序完成平衡、投擲、搬運及跨越障礙等關卡。 3. 完成後蓋章記錄闖關成果。 4. 分享自己最進步的地方。 **個別化調整： **腦性麻痺學生依能力調整關卡難度及完成時間；其他學生增加關卡數量及動作難度，提升綜合能力。

18	單元九 【功能動作大考驗】 活動：校園挑戰王	**教學重點：**透過校園情境闖關，將功能性動作應用於真實環境，提升環境適應、安全移動及問題解決能力。 步驟分析： 1. 閱讀任務卡並確認挑戰地點。 2. 依序完成各站指定任務。 3. 完成後返回起點向老師回報。 4. 分享完成任務的方法及心得。 **個別化調整：**腦性麻痺學生縮短路線並提供圖片提示；其他學生增加尋找地點及任務內容，提高環境適應能力。
19	單元十 【我是運動小達人】 活動：我的最佳挑戰	**教學重點：**透過自主選擇活動，鼓勵學生運用所學功能性動作完成個人挑戰，提升自信心及自我管理能力。 步驟分析： 1. 選擇自己想挑戰的活動。 2. 依照步驟完成挑戰。 3. 請老師或同學協助檢核成果。 4. 分享完成挑戰的心情。 **個別化調整：**腦性麻痺學生選擇符合能力的活動並提供適當輔具；其他學生增加挑戰目標及自主規劃能力。
20	單元十 【我是運動小達人】 活動：合作競賽嘉年華	**教學重點：**透過合作競賽活動，整合本學期所學動作技能，培養運動精神、團隊合作及遵守規則的態度。 步驟分析： 1. 了解競賽規則及分組方式。 2. 依序完成合作競賽活動。 3. 與同組同學互相鼓勵完成挑戰。 4. 分享團隊合作的重要性。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力調整活動內容，以完成活動為主要目標；其他學生增加競賽難度及合作任務，提高團隊默契。
21	期末總結與成果分享	**教學重點：**透過成果回顧及體驗活動，統整本學期學習成果，提升自我肯定、表達能力及持續參與運動的意願。 步驟分析： 1. 回顧本學期完成的各項功能性動作活動。 2. 自由選擇最喜歡的活動再次體驗。 3. 教師頒發「功能動作小達人」榮譽卡並給予個別回饋。 4. 分享自己的進步及下學期想繼續努力的目標。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力參與成果活動並展現個人成長；其他學生協助同儕共同完成活動，培養互助合作及欣賞他人優點的態度。

基隆市五堵國民小學 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）		每週節數	教學者
功能性動作訓練	五 A		一節	胡峻維
教學人數	_五_年級_3_人			
核心素養	A 自主行動	●A1. 身心素質與自我精進 ☐ A2. 系統思考與問題解決 ●A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☐ B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☐ C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 ☐ C3. 多元文化與國際理解		
本學年學習重點	學習表現	特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-5 具備舉起與移動物品技能。 特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 3-2 參與學習活動。		
	學習內容	特功 B-10 站姿的維持。 特功 B-11 坐姿的維持。 特功 E-8 單一台階的踏上或踏下。 特功 E-11 跑步。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 J-2 複雜或連續二個以上動作的模仿。 特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。 特功 J-5 序列性動作的執行。		
融入議題	(融入性別平等、人權、品德、生命、科技、安全、防災、家庭教育、多元文化、戶外教育、國際教育或原住民族教育等議題)			
本學年學習目標	1. 能維持正確的身體姿勢與動作控制，提升身體穩定性、平衡能力及姿勢調整能力。 2. 能運用雙側協調、手眼協調及身體協調能力，完成各項功能性動作及操作活動。 3. 能增進核心肌力、肌耐力及敏捷反應能力，提升身體控制與持續活動的表現。 4. 能依不同活動情境調整動作策略，完成搬運、跨越、投擲及球類操作等功能性動作。 5. 能在團體活動中配合規則與同儕合作，完成指定任務，培養合作及動作協調能力。 6. 能將所學功能性動作應用於課堂、校園及日常生活情境，提升生活自理與環境適應能力。 7. 能養成規律運動及安全活動的習慣，主動參與體能及休閒運動，促進健康生活。			
教學與	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果)			

評量說明 (須說明 調整原 則)	學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____
	教材資源：□學習單 ■教學影片■圖卡 □區分性教學 □其他：_____
	2.教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____
	環境調整：□教室位置■動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____
	3.教學評量(學習評量調整) □口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗□檔案評量■課程本位評量□其他：_____

上學期教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	相見歡與動作能力檢測	認識課程內容與安全規範，透過基本動作活動觀察學生平衡、協調及身體控制能力。
2	正確姿勢我最棒	練習站姿、坐姿及行走姿勢，透過鏡面觀察與教師示範，建立良好的身體姿勢。
3	身體控制練習	進行靜態姿勢維持及身體重心轉移活動，提升身體穩定度與控制能力。
4	平衡高手（一）	利用平衡墊、平衡木等器材，練習單腳站立、跨步及重心控制活動。
5	平衡高手（二）	結合闖關遊戲進行平衡動作挑戰，提升身體穩定性與動作協調能力。
6	雙側協調（一）	練習左右手、左右腳交替動作，提升身體兩側協調及動作流暢性。
7	雙側協調（二）	透過爬行、跨越障礙及交叉動作遊戲，增進雙側肢體整合能力。
8	手眼協調（一）	進行拋接球、接球及目標投擲活動，提升視覺追蹤與手眼協調能力。
9	手眼協調（二）	結合不同器材進行傳接球及定點投擲遊戲，提升操作技巧與反應能力。
10	動作統整挑戰	綜合平衡、雙側協調及手眼協調活動，完成循環闖關任務。
11	核心肌力（一）	透過棒式、橋式及簡易核心訓練，提升軀幹穩定及姿勢控制能力。
12	核心肌力（二）	利用體能器材進行核心穩定訓練，培養肌耐力及身體控制能力。
13	敏捷反應（一）	進行折返跑、方向變換及反應遊戲，提升身體敏捷性與動作速度。
14	敏捷反應（二）	結合口令與視覺提示進行反應訓練，增進身體反應及動作調整能力。
15	體能循環活動	綜合核心、平衡、敏捷及協調活動，完成分站循環挑戰課程。
16	日常生活動作（一）	練習搬運物品、推拉物品及跨越障礙等生活常用功能性動作。
17	日常生活動作（二）	模擬校園生活情境，練習提物、整理物品及安全移動等動作技巧。

18	團隊合作挑戰	透過合作搬運、接力闖關等活動，培養合作能力及身體協調表現。
19	動作整合應用	綜合姿勢控制、平衡、協調及生活動作，完成多站式功能性活動。
20	體能闖關活動	設計功能性動作闖關，統整本學期所學內容，提升學生動作應用能力。
21	學習成果分享	回顧本學期學習歷程，進行動作能力檢核與成果分享，鼓勵持續養成運動習慣。

下學期教學進度表

本學年 學習目標	1. 能維持正確的身體姿勢與動作控制，提升身體穩定性、平衡能力及姿勢調整能力。 2. 能運用雙側協調、手眼協調及身體協調能力，完成各項功能性動作及操作活動。 3. 能增進核心肌力、肌耐力及敏捷反應能力，提升身體控制與持續活動的表現。 4. 能依不同活動情境調整動作策略，完成搬運、跨越、投擲及球類操作等功能性動作。 5. 能在團體活動中配合規則與同儕合作，完成指定任務，培養合作及動作協調能力。 6. 能將所學功能性動作應用於課堂、校園及日常生活情境，提升生活自理與環境適應能力。 7. 能養成規律運動及安全活動的習慣，主動參與體能及休閒運動，促進健康生活。
教學與 評量說明 (須說明 調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代□重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____ - 教材資源：□學習單 ■教學影片■圖卡 □區分性教學 □其他：_____ 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學■多層次教學■合作學習□合作教學 □其他：_____ - 環境調整：□教室位置■動線規劃■學習區安排■座位安排□助理員□輔具 □其他：_____ 3. 教學評量(學習評量調整) □口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗□檔案評量■課程本位評量□其他：_____

週次	單元名稱	課程內容
1	寒假活動分享與能力檢測	分享寒假運動或生活經驗，透過基本體能活動檢視學生身體協調、平衡及動作品質。
2	動作控制練習	練習不同方向移動、停止及轉換動作，提升身體控制與動作穩定能力。
3	身體協調挑戰	結合上下肢協調動作，練習不同速度及方向變換，提升身體整合能力。
4	節奏律動（一）	配合音樂節奏進行肢體律動及簡單動作組合，培養節奏感與動作協調。
5	節奏律動（二）	練習連續動作與節奏變化，提升動作流暢性及身體控制能力。
6	球類操作（一）	練習拍球、傳球及接球技巧，增進手眼協調及操作能力。

7	球類操作（二）	透過合作遊戲進行傳接球及定點投擲活動，提升合作與反應能力。
8	球類綜合活動	結合拍球、傳球及投擲等活動，完成球類闖關任務，提升動作整合能力。
9	肌耐力訓練	透過循環體能活動進行核心、下肢及上肢肌耐力訓練，提升持續活動能力。
10	體適能挑戰	綜合敏捷、平衡、核心及肌耐力活動，完成體適能循環挑戰。
11	生活功能動作（一）	模擬校園搬運、整理物品及上下階梯等情境，提升生活動作能力。
12	生活功能動作（二）	練習提拿、推拉、跨越障礙及安全移動等功能性動作，提高生活適應能力。
13	動作組合練習	將平衡、跨越、搬運及投擲等動作串聯，提升連續動作執行能力。
14	動作應用挑戰	設計情境闖關活動，練習依不同任務調整動作策略與完成指定挑戰。
15	合作運動遊戲	透過雙人及小組合作活動，培養合作默契、溝通及身體協調能力。
16	休閒運動體驗	體驗飛盤、羽球、躲避球等簡易休閒運動，培養規律運動興趣。
17	綜合體能活動	結合平衡、協調、核心及球類操作活動，提升整體動作品質與耐力。
18	功能性動作闖關	運用本學期所學完成多站式功能性動作闖關，提升綜合應用能力。
19	團隊合作挑戰	小組合作完成搬運、接力及任務闖關活動，培養合作精神與動作配合能力。
20	動作能力總複習	綜合複習本學年功能性動作技能，透過遊戲與闖關檢視學習成果。
21	成果發表與能力檢核	完成功能性動作成果展示及能力檢核，回顧學習歷程並鼓勵持續培養運動習慣。

基隆市五堵國小 115 學年度第 1、2 學期資源班課程計畫

領域	年級（組別）	每週節數	教學者
功能性動作訓練	六 A	1 節	鄭元禎
教學人數	六年級 3 人		
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 □A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達□B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	□C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 □C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。 特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-5 具備舉起與移動物品技能。 特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。 特功 3-1 參與生活作息。 特功 3-2 參與學習活動。 特功 3-3 參與非經常性活動。	
	學習內容	特功 A：四肢與軀幹關節活動。 特功 B：座椅坐姿、站姿、蹲姿及單腳站姿的維持。 特功 C：坐站轉換、蹲站轉換及彎腰拾物。 特功 E：步行、跨越、爬行、跳躍與環境移動。 特功 F/G：物品的抓握、舉起、放下、攜帶與移動。 特功 H：手部操作、按壓、轉開瓶蓋及餐具使用。 特功 I：雙手持物、物品接合、摺紙、剪紙、串物、文具與學習材料使用。 特功 J：單一、連續及序列性動作的模仿與執行。 特功 K：交通工具乘坐及基礎騎乘相關動作。	
融入議題	安全教育、品德教育、生命教育、戶外教育、家庭教育、生涯規劃、健康促進。		
本學期學習目標	1. 能在圖卡、示範與口語提示下，依步驟完成關節活動、姿勢維持與姿勢轉換。 2. 能提升走、跨、爬、跳、搬運、投接等粗大動作能力，並遵守活動安全規則。 3. 能提升抓握、旋轉、夾取、摺剪及文具操作等精細動作與雙側協調。 4. 能依 2 至 5 個步驟完成生活與學習任務，並在提示逐步減少後增加獨立性。 5. 能在三人小組遊戲中輪流、合作、等待及完成共同任務。 6. 能將所學功能性動作運用於教室整理、書包整理、餐具或包裝操作等日常生活。		

教學與 評量說明 (須說明 調整原則)	1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：■簡化■減量■分解□替代■重整□加深□加廣□濃縮■自編 □其他：_____	
	教材資源：■學習單 ■教學影片■圖卡 □區分性教學 ■其他： <u>體能器材</u> 2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：■工作分析■多元感官■直接教學□多層次教學■合作學習□合作教學 ■其他： <u>遊戲教學</u> 環境調整：□教室位置■動線規劃□學習區安排■座位安排□助理員□輔具 ■其他： <u>安全防護</u> 3. 教學評量(學習評量調整) ■口語評量■觀察評量■實作評量□紙筆測驗□檔案評量□課程本位評量□其他：_____	
【上學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	身體開機站 活動：動作偵探暖身	教學重點：建立課堂安全規範，認識身體部位與關節活動，能依圖卡完成暖身。 步驟分析： 1. 查看「今天要動哪裡」圖卡並說出身體部位。 2. 跟教師做頸、肩、手臂、腰、膝、踝的慢速活動。 3. 玩「老師說」：聽指令碰觸或活動指定部位。 4. 依序收操並在自評卡勾選完成項目。 個別化調整：圖卡減少語言負荷；每次只給一個指令，必要時採肢體協助後逐步退除。
2	平衡小勇士 活動：紅綠燈木頭人	教學重點：練習站姿維持、起走與停止，提升姿勢控制與注意指令能力。 步驟分析： 1. 沿地板直線慢走，聽到「紅燈」停住。 2. 綠燈前進、黃燈放慢，練習速度調整。 3. 停住時維持雙腳站姿 5 秒，再逐漸增加至 10 秒。 4. 三人輪流當交通警察，發出顏色指令。 個別化調整：可縮短距離、放寬線寬；以示範、口語、手勢提示依序漸退。
3	動物變身秀 活動：動物走路大挑戰	教學重點：練習蹲、站、爬、跨等姿勢改變與全身協調。 步驟分析： 1. 抽一張動物卡並觀察動作示範。 2. 依序完成熊走、螃蟹走、青蛙跳三種動作。 3. 依腳印路線完成動物移動。 4. 選一種最喜歡的動作帶同學一起做。 個別化調整：動作拆成「看—擺姿勢—移動—停止」；對體力較弱者降低次數。
4	海盜搬寶藏 活動：彎腰拾物搬運賽	教學重點：練習彎腰拾物、站起、雙手持物與安全搬運。 步驟分析： 1. 雙腳站穩，眼睛看物品。

		2. 屈膝彎腰，用雙手拿起沙包。 3. 站直後抱在胸前，沿指定路線走。 4. 將沙包放入寶箱，再走回起點。 個別化調整：物品由輕到重、由大到小；明確標示起點與放置區。
5	投球魔法師 活動：顏色目標投投樂	教學重點：提升手臂使用、眼手協調與力量控制。 步驟分析： 1. 選定顏色目標並站在線後。 2. 雙手持球於胸前，眼睛看目標。 3. 向前伸手投球，完成後檢回。 4. 記錄命中次數並挑戰不同距離。 個別化調整：先使用大而軟的球及近距離目標，成功後才增加距離。
6	接球特攻隊 活動：氣球不落地	教學重點：練習雙手接物、移動至球下方及合作反應。 步驟分析： 1. 雙手張開準備，眼睛追蹤氣球。 2. 氣球落下前以雙手向上拍。 3. 兩人合作輪流拍，不連續搶拍。 4. 三人圍圈挑戰連續 10 下不落地。 個別化調整：氣球速度慢、成功率高；可先固定位置，再加入左右移動。
7	忍者腳步 活動：呼拉圈跳格子	教學重點：練習跨越、雙腳跳、單腳踏點與動作計畫。 步驟分析： 1. 觀看地面呼拉圈順序。 2. 先走過每一圈，確認路線。 3. 依提示完成雙腳跳、左右腳交替踏。 4. 自行選擇一條路線並完成。 個別化調整：先走後跳；不要求單腳跳者可改為單腳踏入再併腳。
8	校園快遞員 活動：包裹送達任務	教學重點：整合拿物、移動、避開障礙及依序完成任務。 步驟分析： 1. 查看任務卡：拿哪一個包裹、送到哪裡。 2. 雙手拿起包裹並貼近身體。 3. 繞過路標、跨過低障礙前進。 4. 將包裹放到正確標記處並返回。 個別化調整：任務卡採一圖一步；熟練後再加入兩個連續目的地。
9	手指健身房 活動：夾夾樂大賽	教學重點：提升手指力量、前三指操作與物品分類。 步驟分析： 1. 用拇指、食指、中指握住夾子。 2. 夾起彩球或棉球。 3. 依顏色放入對應杯子。

		4. 計時 1 分鐘，挑戰正確完成數量。 個別化調整：可改用較大夾子或直接用手指夾；重視正確而非速度。
10	生活小達人 活動：瓶蓋旋轉王	教學重點：練習固定瓶身、旋開與旋緊不同大小瓶蓋。 步驟分析： 1. 左手固定瓶身，右手握住瓶蓋。 2. 依箭頭方向旋開。 3. 放入指定小物後蓋回。 4. 反方向旋緊並檢查是否牢固。 個別化調整：瓶蓋貼方向箭頭；從大瓶蓋開始，逐漸換小瓶蓋。
11	紙藝工程師 活動：摺紙飛機工廠	教學重點：練習雙手協調、對摺、壓摺痕及依序操作。 步驟分析： 1. 將紙張正面朝上放正。 2. 兩邊對齊後對摺。 3. 用手指由中間向外壓出摺痕。 4. 依圖卡完成簡易飛機並試飛。 個別化調整：每張圖卡只呈現一步；教師示範後由學生模仿。
12	剪刀小隊 活動：剪出怪獸髮型	教學重點：練習正確持剪刀、沿直線及簡單曲線剪紙。 步驟分析： 1. 拇指放小洞，其餘手指放大洞。 2. 非慣用手拿紙，剪刀口朝前。 3. 沿粗直線剪到終點。 4. 將剪好的紙條貼成怪獸頭髮。 個別化調整：使用安全剪刀與粗線；必要時提供彈簧剪刀或協助固定紙張。
13	積木建築師 活動：限時高塔合作賽	教學重點：練習雙手拿放、積木接合、空間安排及合作。 步驟分析： 1. 看範例圖選出需要的積木。 2. 依底層、中層、頂層順序搭建。 3. 每人輪流放一塊，放好才換人。 4. 完成後輕推桌面測試穩定度並調整。 個別化調整：範例由 3 層開始；以顏色提示放置順序。
14	球球保齡王 活動：滾球擊倒任務	教學重點：練習蹲站轉換、雙手滾球與方向控制。 步驟分析： 1. 蹲下將球放在身體前方。 2. 眼睛看球瓶，雙手向前推滾。 3. 站起走到球瓶處，將倒下球瓶扶正。 4. 輪流挑戰不同排列方式。 個別化調整：可縮短距離及加大球；地面貼箭頭協助方向。

15	合作運輸隊 活動：雙人毛巾運球	教學重點：練習雙側協調、步調配合與團隊合作。 步驟分析： 1. 兩人各握毛巾兩端。 2. 將軟球放在毛巾中央。 3. 一起數 1、2、3 後慢慢前進。 4. 到終點共同放入籃子，球掉落則原地重來。 個別化調整：路線先直線後轉彎；教師以節奏口令協助同步。
16	超市補貨員 活動：分類搬運接力	教學重點：將抓握、搬運、蹲站、分類運用於模擬生活情境。 步驟分析： 1. 查看貨架圖片，辨認商品類別。 2. 從地面籃中拿起一項商品。 3. 走到貨架前蹲下或伸手放到正確位置。 4. 返回拍下一位同學的手完成接力。 個別化調整：商品使用輕量空盒；貨架高度依學生能力調整。
17	節奏動起來 活動：動作密碼舞	教學重點：練習模仿連續兩至四個動作與動作記憶。 步驟分析： 1. 看教師示範兩個動作，如拍手、踏步。 2. 一起做三次後，嘗試自己完成。 3. 加入第三、第四個動作形成密碼。 4. 三人輪流設計動作密碼讓同學破解。 個別化調整：先以圖卡排列動作順序；錯誤時回到上一個成功層級。
18	闖關大聯盟 活動：四站循環挑戰	教學重點：統整平衡、搬運、投接球與精細操作技能。 步驟分析： 1. 依號碼從指定關卡開始。 2. 完成走線平衡站。 3. 完成搬沙包與投準站。 4. 完成夾球分類站，聽鈴聲換站。 個別化調整：每站張貼 3 至 4 步驟圖卡；教師一次只協助一站，鼓勵同儕示範。
19	我的生活任務 活動：整理書包挑戰	教學重點：運用雙手操作與動作順序完成真實學習活動。 步驟分析： 1. 依檢查表取出所有物品。 2. 將課本、鉛筆盒、水壺分類。 3. 依大小與使用順序放回書包。 4. 拉上拉鍊、背起書包並檢查肩帶。 個別化調整：採照片式檢查表；可先完成三項物品，再逐步增加。
20	成果嘉年華	教學重點：回顧一學期技能，完成個人挑戰並展現合作與

	活動：功能動作遊戲王	自我評量。 步驟分析： 1. 選擇最想挑戰的三個遊戲站。 2. 依圖卡獨立完成每站步驟。 3. 邀請同學合作完成一項團隊任務。 4. 使用笑臉量表評估自己的表現並接受鼓勵。 個別化調整：以個人進步為評量重點，不比較速度；保留成功作品或照片。
21	期末總結與回顧	教學重點：**透過成果展現及回顧活動，統整本學期功能性動作學習成果，肯定學生努力與進步，提升自我效能及持續參與活動的動機。 步驟分析： 1. 回顧本學期學習過的功能性動作及闖關活動。 2. 學生自由選擇最喜歡的活動再次體驗。 3. 教師依學生表現給予回饋及鼓勵，頒發「功能動作小達人」獎狀或榮譽卡。 4. 分享本學期最大的收穫，並訂定下學期努力目標。
【下學期】教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
週次	單元名稱	課程內容（含步驟分析）
1	收心動起來 活動：動作賓果	教學重點：複習身體部位、關節活動與課堂規範，建立學期學習動機。 步驟分析： 1. 抽取動作賓果卡。 2. 聽教師口令完成伸手、抬腿、轉身等動作。 3. 完成一格即蓋章，連成一線說「賓果」。 4. 選一個動作帶全班做。 個別化調整：每次一個口令，搭配圖片；動作範圍依個別能力調整。
2	平衡探險島 活動：跨越熔岩河	教學重點：練習走直線、跨越障礙與停住維持平衡。 步驟分析： 1. 看地面路線並指出起點、終點。 2. 沿線走至障礙前停下。 3. 抬腳跨過泡棉磚，雙腳站穩。 4. 走到安全島維持站姿 5 至 10 秒。 個別化調整：障礙高度由低到高；可提供扶牆或手持繩索。
3	核心超人 活動：氣球運送仰臥起坐	教學重點：提升軀幹控制、坐躺轉換與核心耐力。 步驟分析： 1. 坐在軟墊上，雙膝彎曲。 2. 抱氣球慢慢躺下。 3. 坐起後把氣球放入前方箱子。

		4. 完成 5 次後休息並自我檢查呼吸。 個別化調整：可改成半躺或教師扶手；不追求速度，避免憋氣。
4	地板大冒險 活動：毛毛蟲翻滾賽	教學重點：練習翻身、地板移動與方向控制。 步驟分析： 1. 躺在墊上，雙手抱胸或向上。 2. 依箭頭向左或向右翻身。 3. 連續翻至終點並碰觸標誌。 4. 起身走回起點，輪流進行。 個別化調整：保持足夠間距；若暈眩改為四足爬行。
5	爬行救援隊 活動：隧道救娃娃	教學重點：提升四足爬行、肩帶穩定與動作計畫。 步驟分析： 1. 在隧道入口四足跪姿準備。 2. 手膝交替向前爬。 3. 到終點拿起娃娃或玩偶。 4. 抱著玩偶從旁邊走回救援區。 個別化調整：隧道可用桌椅與布替代；先短距離再延長。
6	跳躍星球 活動：太空格子跳	教學重點：練習雙腳起跳、落地緩衝與路線順序。 步驟分析： 1. 站在第一個星球標記後。 2. 雙膝微彎、雙手向後準備。 3. 雙腳一起跳到下一格，落地屈膝。 4. 依數字順序完成整條路線。 個別化調整：可改為跨步進格；每次練習 2 至 3 格再連接。
7	丟接高手 活動：豆袋接力傳	教學重點：提升接物、換手、雙手傳遞及合作。 步驟分析： 1. 雙手接住同學遞來的豆袋。 2. 將豆袋換到另一手。 3. 轉身傳給下一位。 4. 三人合作將 5 個豆袋全部送到終點。 個別化調整：先近距離手交手，再改成短距離拋接。
8	籃球任務隊 活動：運球停看聽	教學重點：練習拍球、停止、移動與遵從口令。 步驟分析： 1. 雙手持球準備。 2. 原地拍球 1 至 3 下後接住。 3. 聽到綠燈邊走邊拍，紅燈抱球停住。 4. 將球投進低籃或紙箱。 個別化調整：可使用較大彈力球；不穩定者先練單次拍接。
9	精細小廚師 活動：夾菜便當盒	教學重點：練習餐具使用、夾取、分類與生活參與。 步驟分析：

		1. 握住夾子或兒童筷。 2. 夾起模型食物。 3. 依主食、蔬菜、水果放入便當格。 4. 完成後依照片檢查並收拾器材。 個別化調整：先用大夾子，再視能力改用筷子；食材尺寸由大到小。
10	早餐任務 活動：包裝拆開高手	教學重點：練習撕、剝、拉、旋等雙手操作及清潔收拾。 步驟分析： 1. 固定包裝，找出開口或撕線。 2. 一手固定、一手撕開。 3. 將內容物取出放盤子。 4. 垃圾分類並擦拭桌面。 個別化調整：使用乾淨空包裝或教具；先示範安全開法，不使用尖銳工具。
11	鞋帶練習室 活動：彩色鞋帶闖關	教學重點：練習穿孔、交叉、拉緊及簡化綁鞋帶。 步驟分析： 1. 將兩條鞋帶拉至一樣長。 2. 交叉後由洞中穿過並拉緊。 3. 做出一個圈，另一條繞過。 4. 穿入小洞後拉成蝴蝶結。 個別化調整：採粗雙色鞋帶與大型鞋板；可先只練交叉打結。
12	文具修理站 活動：鉛筆盒整理王	教學重點：練習拉鍊、筆帽、橡皮擦及文具的功能性操作。 步驟分析： 1. 拉開鉛筆盒並拿出全部文具。 2. 逐一檢查筆帽、筆芯與橡皮擦。 3. 依固定位置放回。 4. 拉上拉鍊並放入書包指定夾層。 個別化調整：使用位置照片與輪廓提示；物品數量由少到多。
13	校園清潔隊 活動：抹布接力賽	教學重點：練習擰、擦、折、放等雙手操作與生活責任。 步驟分析： 1. 將抹布浸濕後雙手擰乾。 2. 依由左到右順序擦桌面。 3. 將抹布對摺再擦第二次。 4. 清洗、擰乾並掛回指定位置。 個別化調整：控制水量避免地滑；可用乾抹布先練動作。
14	交通安全家 活動：模擬上公車	教學重點：練習排隊、跨階、找座位、坐穩及下車的動作流程。 步驟分析： 1. 依地面腳印排隊等候。

		2. 扶好扶手跨上低台階。 3. 走到座位轉身坐下，雙腳踩地。 4. 到站後站起、扶手、跨下並走到安全區。 個別化調整：使用低踏板與穩固椅；動作分段練習後再串連。
15	單車準備課 活動：滑步車路線	教學重點：練習跨坐、握把、雙腳推地與煞停概念。 步驟分析： 1. 扶好車把，從側面跨坐上車。 2. 雙腳踩地保持平衡。 3. 左右腳輪流推地前進。 4. 到停止線雙腳同時踩地停住。 個別化調整：使用滑步車或模擬器材；全程戴安全帽並在封閉平坦場地。
16	超級市場任務 活動：購物籃搬運	教學重點：整合拿取、提物、行走、蹲站與結帳排隊。 步驟分析： 1. 看購物清單圖片。 2. 拿購物籃，依序找到 2 至 3 項商品。 3. 蹲下或伸手拿商品放入籃中。 4. 走到結帳區排隊，將商品逐一放桌上。 個別化調整：清單由 2 項開始；商品使用輕量模型，避免過重。
17	節奏總動員 活動：鼓聲動作序列	教學重點：練習依節奏執行連續動作並調整速度。 步驟分析： 1. 聽慢鼓做踏步，快鼓做拍手。 2. 看圖卡完成「拍手—蹲下—站起」。 3. 依鼓聲重複序列 3 次。 4. 學生輪流敲鼓指揮同學。 個別化調整：以固定節奏開始；序列由 2 步增加到 4 步。
18	團隊大挑戰 活動：合作築橋過河	教學重點：整合搬物、放置、平衡與問題解決。 步驟分析： 1. 三人查看河道與泡棉磚數量。 2. 輪流搬一塊磚到前方。 3. 將磚排成可行走的橋。 4. 依序走過並把後方磚傳到前方，直到全員到達。 個別化調整：縮短河道並增加磚數；教師用問題提示而非直接代做。
19	生活任務總整理 活動：教室收納達人	教學重點：運用動作計畫完成分類、搬運、擺放與檢查。 步驟分析： 1. 查看收納區照片。 2. 將桌面物品分成文具、球類、圖卡。 3. 依類別搬到正確櫃位。 4. 對照照片檢查，最後擦桌與排椅。

		個別化調整：一區一區完成；以顏色標籤減少辨識負荷。
20	畢業挑戰日 活動：生活動作闖關 嘉年華	教學重點：綜合展現功能性動作技能、獨立完成步驟與合作參與。 步驟分析： 1. 依個人任務卡完成平衡、搬運、精細操作三站。 2. 在每站完成後自行蓋章。 3. 與同學合作完成團隊運球或築橋。 4. 分享最進步的技能並完成自評。 個別化調整：採個別化成功標準；可用口語、指認或照片呈現心得。
21	期末總結與成果分享	**教學重點：**透過成果回顧及體驗活動，統整本學期學習成果，提升自我肯定、表達能力及持續參與運動的意願。 步驟分析： 1. 回顧本學期完成的各項功能性動作活動。 2. 自由選擇最喜歡的活動再次體驗。 3. 教師頒發「功能動作小達人」榮譽卡並給予個別回饋。 4. 分享自己的進步及下學期想繼續努力的目標。 **個別化調整：**腦性麻痺學生依能力參與成果活動並展現個人成長；其他學生協助同儕共同完成活動，培養互助合作及欣賞他人優點的態度。