

表 7-2 特教學生課程一覽表 (本表上傳至課程計畫備查)

基隆市 尚仁國民小學 115 學年度資源班學生課程一覽表(分散式資源班)

領域名稱 或 間接服務	年級 組別	節 數	學生名單	人 數	抽離或外 加課程	授課教師
國 語	一	1	李○○、鄭○○	3	外加	陳柏雋
	二	2	曾○○ (該生無需數學課程，故安排 2 節國語；另 一節課跟一年級外加數學課同時段上課)			
	二	6	黃○○ (沒有相似程度的同儕，在原班上 團體課時因專注度、理解能力、個 人特質等問題，較無法有效學習， 故安排 1 對 1 外加課程)	1	抽離	陳柏雋
	三	6	李○○、許○○	2	抽離	張曉嵐
	四	2	劉○○、陳○○	2	外加	張曉嵐
	五	2	謝○○、簡○○	2	外加	張曉嵐
	六	1	劉○○、陳○○	2	外加	陳柏雋
數 學	一	1	李○○、鄭○○	2	外加	陳柏雋
	二	4	黃○○ (沒有相似程度的同儕，在原班上 團體課時因專注度、理解能力、個 人特質等問題，較無法有效學習， 故安排 1 對 1 外加課程)	1	抽離	陳柏雋
	三	2	李○○、許○○	2	外加	張曉嵐
	四	1	劉○○、陳○○	2	外加	張曉嵐
	五	1	謝○○、簡○○	2	外加	張曉嵐
	六	2	劉○○、陳○○	2	外加	陳柏雋

領域名稱 或 間接服務		年級 組別	節 數	學生名單	人 數	抽離或外 加課程	授課教師
特殊需求 領域課程	功能性動作訓練	三	1	黃○○、許○○ 李○○、許○○	4	外加	張曉嵐
	社會技巧	三四五	1	黃○○、許○○、陳○○、張○○、王○○、簡○○	6	外加	張曉嵐
	社會技巧	一	1	李○○、鄭○○	2	外加	陳柏雋
	社會技巧	二	1	黃○○、謝○○、曾○○	3	外加	陳柏雋
	社會技巧	六	1	黃○○、陳○○、劉○○	3	外加	陳柏雋

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 尚仁國小 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
功能性動作訓練	三年級	1 節	張曉嵐
教學人數	__三__年級__4__人，共__4__人		
核心素養	A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	<input checked="" type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特功 1-II-1 具備身體部位及動作覺察能力 特功 2-II-1 具備維持身體姿勢技能 特功 3-II-2 具備行動技能 特功 4-II-1 具備物品抓握與釋放技能 特功 4-II-2 具備手部操作技能	
	學習內容	特功 A-II-2 身體動作的知覺 特功 B-II-1 各種靜態與動態姿勢的維持 特功 C-II-2 室內外及不同地形的行動 特功 D-II-1 伸手、抓握與釋放 特功 D-II-2 雙手協調與日常物品操作	
融入議題	融入環境、生命、安全、家庭教育、戶外教育等議題		
本學期學習目標	1. 手部肌力與指尖靈巧度 ：學生能透過黏土捏塑、鑷子夾取豆子與小夾子分類等活動，強化手部小肌肉力量與指尖操作的靈活度。 2. 前庭平衡與姿勢控制 ：學生能參與單腳站立、平衡木行走與墊上翻滾等任務，刺激前庭與本體覺系統，提升核心穩定度與姿勢控制能力。 3. 雙手協調與工具使用 ：學生能運用雙手協調完成串珠、使用兒童安全剪刀沿線剪紙及基礎摺紙等操作，增進日常工具使用的精確度與自主操作能力。 4. 身體覺察與動作模仿 ：學生能跟隨口語指令或視覺提示，準確模仿動物爬行與同儕的肢體動作（如鏡子遊戲），建立身體部位覺察與動作計畫能力。 5. 視動整合與專注力 ：學生能在尋寶圖尋找物件、積木仿建排列與迷宮沿線描繪等任務中，強化視覺輸入與手部動作的精準整合，並延長活動的持續專注時間。 6. 下肢控制與空間移位 ：學生能安全且穩定地完成跳格子、跨越低障礙物（跨欄）與綜合障礙挑戰，促進下肢力量控制、反應速度與空間方向的感知能力。		

7. 上肢協調與力量掌握：學生能透過定點滾球擊倒目標與沙包投擲九宮格等活動，強化上肢動作的整體協調性，並練習準確控制物品釋放的力道與方向。

**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：功能性動作訓練教具

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：操作

教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	趣味捏麵人	精細動作—黏土塑形、雙手協調捏捏樂 透過揉、捏、搓、壓等黏土操作，強化手指靈活度與手部小肌肉力量。配合視覺範本模仿製作簡單造型，增進視動整合與動作模仿能力。
2	動物模仿秀	粗大動作—肢體伸展、動物模仿秀 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。模仿不同動物（如熊爬、青蛙跳、螃蟹走）的移動方式，給予前庭覺與本體覺刺激。藉由連續性動作練習，提升粗大動作協調與身體動作穩定性。
3	穿線小達人	精細動作—串珠任務、幾何穿線板 練習將不同大小的珠子穿入繩中，或在洞洞板上進行幾何圖案穿線。訓練雙手協調、精細動作的準確性，並增進對空間排列與動作順序的理解。
4	平衡大挑戰	粗大動作—肢體伸展、平衡大挑戰 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。平衡木、單腳站與步態遊戲，訓練前庭平衡覺、身體控制與核心穩定度。
5	豆子夾夾樂	精細動作—豆子夾夾樂、植物盆栽鏡像畫 使用筷子或夾子夾豆子分類，強化手指穩定性、視動協調與精細動作操作力。練習敏銳的觀察與手眼協調，先觀察植物盆栽視覺提示，再使用鉛筆描繪出植物盆栽的另一半對稱圖。

6	滾球神射手	粗大動作—地墊滾球、雙人傳接球 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。透過定點滾球擊倒球瓶與雙人推滾傳接球活動，加強視覺輸入與動作反應的整合。訓練手臂力量控制、動作連續性及反應速度。
7	手指靈活操	精細動作—手指靈活操、益智尋寶圖 操作手指操、手掌敲打節奏遊戲，促進手部靈活性、動作計畫與注意力控制力。練習專心注意度與視動協調能力，使用鉛筆找出圖中隱藏的物件，訓練在複雜背景中找到隱藏的各式小物件。
8	身體大風吹	粗大動作—肢體伸展、身體大風吹 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。配合口令做肢體反應動作，訓練動作抑制力、反應速度與專心注意能力。
9	剪貼小工坊	精細動作—沿線剪紙、創意拼貼 練習使用兒童安全剪刀，沿著直線、曲線與折線剪下圖紙，並依指令完成塗膠拼貼任務。增進操作持久度、動作計畫與多步驟任務執行能力。
10	跳躍格子趣	粗大動作—肢體伸展、跳格子、路徑循跡 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。在地上設置不同形狀與顏色的格子或標線，學生需雙腳或單腳跳躍至指定位置。訓練下肢力量控制，及增進視覺空間與方向感知能力。
11	夾夾樂與拼圖	精細動作—使用夾子分類、圖案拼圖 使用小夾子將毛球依顏色與大小夾取分類，並完成多片拼圖。在目標導向活動中培養專注力的持續，強化手眼協調與工具操作精準度。
12	影子模仿客	粗大動作—鏡子遊戲、指令動作挑戰 兩人一組進行鏡面動作模仿，或聽從老師的連續指令做出指定動作組合（如摸頭再拍膝蓋）。發展動作計畫能力，並練習自我控制與動作抑制。
13	積木建築師	精細動作—積木仿建、空間對應排列 依據圖卡提示，使用立體積木拼組出相同的形狀與顏色排列。訓練視覺空間感知、距離理解及精細動作的定點釋放與放置能力。
14	叢林探險家	粗大動作—攀爬架、翻滾墊上運動 利用軟墊進行連續翻滾，並嘗試攀爬簡易障礙物或攀爬架。提供前庭與本體感官系統的大量刺激，協助學生建立身體覺察與姿勢調整能力。
15	摺紙魔術師	精細動作—基礎摺紙、步驟模仿 聽從指令與觀看示範，將色紙對摺、壓平，完成簡單的物品（如小狗、紙飛機）。加強對動作順序的理解、雙手協調與自主操作能力。

16	投擲九宮格	粗大動作—沙包投擲、定點標靶 手持沙包或軟球，朝指定距離與高度的九宮格或呼啦圈投擲。強化上肢動作協調、釋放力量的控制，以及手眼協調的精準度。
17	迷宮探險記	精細動作—紙上迷宮、沿線描繪 使用粗管彩色筆在限定範圍內走迷宮，並練習描繪複雜圖案的邊緣。在規則性任務中增強注意力的持續力，並控制運筆的力道與方向。
18	跨欄大挑戰	粗大動作—肢體伸展、跨欄大挑戰 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。跳過低障礙物、跨欄與繞行訓練，促進動作規劃、靈敏反應與下肢控制穩定度。
19	精細動作 綜合練習	精細動作—精細動作綜合練習 穿線、拼圖與剪貼整合操作，鞏固視動協調、專注控制與複步動作計畫能力。
20	粗大動作 綜合挑戰	粗大動作—粗大動作綜合挑戰 跳躍、投擲、平衡等任務競賽，整合前庭覺、本體覺與動作協調統整表現。

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 尚仁國小 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
功能性動作訓練	三年級	1 節	張曉嵐
教學人數	__三__年級__4__人，共__4__人		
核心素養	A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	<input checked="" type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解	
本學年學習重點	學習表現	特功 1-II-1 具備身體部位及動作覺察能力。 特功 2-II-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-II-2 具備改變身體姿勢技能。 特功 3-II-1 具備移位技能。 特功 3-II-2 具備行動技能。 特功 4-II-1 具備物品抓握與釋放技能。 特功 4-II-2 具備手部操作技能。	
	學習內容	特功 A-II-2 身體動作的知覺。 特功 B-II-1 各種靜態與動態姿勢的維持。 特功 C-II-2 室內外及不同地形的行動。 特功 D-II-1 伸手、抓握與釋放。 特功 D-II-2 雙手協調與日常物品操作。	
融入議題	融入環境、生命、安全、家庭教育、戶外教育等議題		
本學期學習目標	1. 指尖力量與操作耐力 ：學生能透過剝豆莢、運筆畫線、繪製迷宮與長時間著色等活動，提升指尖捏取的靈活度、握筆穩定性，並增強手部小肌肉的操作耐力。 2. 前庭本體覺與姿勢調節 ：學生能參與隧道爬行、軟墊連續翻滾與平衡木行走等任務，接收足夠的前庭與本體覺刺激，進而建立良好的身體覺察與姿勢調節能力。 3. 雙手協調與動作計畫 ：學生能依循順序完成圖形黏貼、雙手穿線、基礎摺紙與任務箱等多步驟操作，強化雙手協調性，並增進認知規劃與動作順序執行能力。 4. 下肢控制與動態平衡 ：學生能穩定完成角錐跨越（跨欄）、單腳站立踢球等下肢動作，提升大肌群的力量控制、動作協調性與動態平衡感。		

5. **視動整合與空間知覺**：學生能在圖卡配對、操作尺規畫圖與沙包定點投擲等活動中，精準判斷距離、位置與方向，強化視覺資訊處理與動作反應的整合能力。
6. **力量控制與自我調節**：學生能透過推車、拉動或搬運裝有重物的紙箱等重任務活動，活化本體覺回饋，學習適當調節並控制大肌群的輸出力量。
7. **注意力持續與規則遵守**：學生能在團體躲避球、追球遊戲與粗大動作綜合挑戰賽等結構化活動中，維持任務專注力，練習動作反應抑制，並確實遵守遊戲規則與等待輪流。

**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：功能性動作訓練教具
- 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：操作

教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	剝豆小幫手	精細動作—生活剝豆、指尖力量訓練 透過剝開豆莢取出豆子的活動，訓練指尖捏的靈活度與穩定控制力。培養學生的操作耐力，並將精細動作技能應用於日常生活自理中。
2	隧道探險家	粗大動作—隧道爬行、身體覺察 讓學生在遊戲隧道中爬行前進，刺激前庭與本體覺系統。增進身體整體協調與空間行動力，幫助建立良好的姿勢控制與身體覺知。
3	小小線畫師	精細動作—小小線畫師、鉛筆走迷宮 練習描線與畫迷宮，訓練手眼協調、視動整合與注意力維持能力。練習專心注意度與手眼協調，使用鉛筆一筆到底，不可使用橡皮擦，獨立完成迷宮遊戲，練習視動協調能力。
4	躲避球大作戰	粗大動作—肢體伸展、躲避球大作戰 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。進行躲避球與追球練習，促進動作反應速度、本體覺與空間位置感知。
5	圖形魔法師	精細動作—圖形辨識、形狀黏貼 進行基本幾何圖形的辨識與分類，並練習塗膠水將

		圖形準確黏貼至指定位置。發展對形狀、位置的辨識與視覺空間知覺。
6	障礙跨越賽	粗大動作—障礙走跳、下肢控制 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。布置角錐與跨欄，讓學生進行障礙跨越與跳躍。促進粗大動作協調與大肌群控制能力，同時在結構化活動中訓練反應抑制與規則遵守。
7	筆尖小高手	精細動作—筆尖小高手、九點連線 操作筆尖迷宮板與畫線遊戲，訓練穩定握筆能力、視動整合與持久注意力。先進行圖片觀察再使用鉛筆和尺，繪製相同的圖形，訓練視覺動作整合、空間位置練習和認知注意力訓練。
8	翻滾吧孩子	粗大動作—墊上翻滾、姿勢調節 在軟墊上進行側滾翻或連續翻滾練習，給予前庭覺與本體覺的大量輸入。幫助學生建立身體覺察力，刺激感覺統合與動作自我調節能力。
9	穿線藝術家	精細動作—洞洞穿線、雙手協調 練習將鞋帶或粗線穿過有圖案的穿線板或大型串珠。訓練手指靈活度、雙手穩定控制，並在穿線過程中增進認知規劃與順序執行能力。
10	足球小將軍	粗大動作—定點踢球、動態平衡 練習單腳站立的平衡感與踢球動作，對準目標將球踢出。增進下肢動作協調、動作反應力與大肌群力量控制。
11	摺紙大師	精細動作—基礎摺紙、步驟模仿 老師示範簡單摺紙步驟（如紙船、紙飛機），學生依順序模仿摺疊並壓平摺線。發展動作計畫與順序執行能力，建立認知規劃功能。
12	平衡挑戰賽	粗大動作—平衡木行走、空間感知 在低矮的平衡木或地墊直線上步行，練習雙手平舉維持重心。刺激前庭系統，幫助建立動態姿勢控制，強化空間行動力。
13	任務百寶箱	精細動作—任務箱操作、持續注意 設計包含分類、夾取、擺放等多步驟的任務箱（Task box）。訓練學生依順序完成動作，在結構化活動中提升注意力持續力與執行功能。
14	大力搬運工	粗大動作—推拉搬運、力量控制 利用裝有重物的推車或紙箱，讓學生進行推、拉、搬運等重任務活動。活化本體覺系統，增強大肌群的力量控制與自我調節。
15	圖卡配對樂	精細動作—圖卡操作、空間辨識 利用圖卡進行配對、排序與翻找遊戲，訓練視覺空間知覺與圖形辨識力。發展學生對距離、位置與方向的辨識與反應能力。
16	標靶投擲手	粗大動作—沙包投擲、視動整合 朝指定目標（如呼拉圈或九宮格）投擲沙包或軟球。強化視覺資訊處理與上肢動作反應的整合，改善動

		作精準與力道掌握。
17	小小畢卡索	精細動作—主題畫圖、運筆耐力 給予主題或邊框讓學生進行著色與畫圖。強化手眼協調與視動整合能力，並訓練手部握筆的穩定控制與長時間操作耐力。
18	合作無間	粗大動作—團體躲避球、規則遵守 延續躲避球或團體滾球遊戲，加入更多同儕互動的遊戲規則。在團體遊戲中訓練持續注意、反應抑制、規則遵守與行為控制。
19	迷宮探險記	精細動作—進階迷宮、視覺追視 提供複雜度較高的紙本迷宮，要求學生在不碰觸邊界的情況下畫出路徑。培養視覺空間知覺，同時訓練持續注意與動作抑制能力。
20	粗大統合挑戰賽	粗大動作—肢體伸展、粗大統合挑戰賽 練習暖身適當的肢體伸展活動，跟著老師的指令完成動作。設計跳、爬、推、丟等關卡，綜合感覺統合、動作控制與肢體協調統整能力。

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 尚仁國小 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	三、四、五年級	1 節	張曉嵐
教學人數	三年級 2 人，四年級 3 人，五年級 1 人，共 <u>6</u> 人		
核心素養	A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	<input checked="" type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> 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-2：藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 特社1-Ⅱ-3：嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社2-Ⅱ-3：遵守團體規範並回應他人的邀請或主動加入團體。 特社2-Ⅱ-5：與他人相處時，遵守基本的禮儀與界線。 特社3-Ⅱ-1：在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。 特社3-Ⅱ-3：遵守教室與校園規則。 特社3-Ⅱ-4：遇到困難能具體說明需要的協助並尋求適當資源。	
	學習內容	特社 A-Ⅱ-3 壓力的察覺與面對 特社 A-Ⅱ-2 基本情緒的表達與處理 特社 B-Ⅱ-3 人際關係的建立與維持 特社 C-Ⅱ-1 學校規則的認識與遵守 特社 B-Ⅱ-5 自我保護與身體界線 特社 B-Ⅱ-1 溝通訊息的意義與解讀技巧 特社 B-Ⅱ-2 溝通的媒介與工具 特社 C-Ⅱ-1 學校規則的認識與遵守	
融入議題	融入品德、性別平等、人權、生命、家庭教育、多元文化等議題		
本學期 學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提升情緒覺察能力：學生能藉由心跳、呼吸等生理反應，察覺並精確辨識自身當下的情緒狀態與壓力來源。 2. 加強情緒調節：學生能學習並嘗試運用深呼吸、正向對話或轉移注意力等策略，妥善抒解與處理負向情緒及壓力。 3. 提升時間與常規管理：學生能建立具體的時間觀念，並遵守教室與校園規則，依據輕重緩急妥善規劃並完成個人日常任務。 4. 增進人際互動建立：學生能展現合宜的社交禮儀，在遊戲或分組時主動回應他人的邀請，或使用合適的口語加入同儕團體。 5. 提升溝通與表達：學生在課堂或小組討論情境中，能專注傾聽他人發言，並適當、有禮貌地表達與回應自己的意見。 6. 認識自我保護與界線：學生能認識身體紅綠燈與隱私界線，與他人相處時不隨意碰觸對方，確實遵守人際間的基本禮儀與規範。 		

	<p>7. 加強危機辨識與求助：學生透過生活情境與新聞事件的探討，能辨識潛在危險，並在遇到困難時，具體說明人事時地物，向適當的對象尋求資源協助。</p>
<p>教學與評量說明 (須說明調整原則)</p>	<p>1. 教材編輯與資源(根據學習內容調整結果) 學習內容調整：<input checked="" type="checkbox"/>簡化 <input type="checkbox"/>減量 <input checked="" type="checkbox"/>分解 <input checked="" type="checkbox"/>替代 <input checked="" type="checkbox"/>重整 <input type="checkbox"/>加深 <input type="checkbox"/>加廣 <input type="checkbox"/>濃縮 <input type="checkbox"/>自編 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>教材資源：<input checked="" type="checkbox"/>學習單 <input checked="" type="checkbox"/>教學影片 <input checked="" type="checkbox"/>圖卡 <input type="checkbox"/>區分性教學 <input checked="" type="checkbox"/>其他：社會故事繪本、簡報、角色扮演、影片觀察、遊戲、小組互動</p> <p>2. 教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程：<input checked="" type="checkbox"/>工作分析 <input checked="" type="checkbox"/>多元感官 <input checked="" type="checkbox"/>直接教學 <input type="checkbox"/>多層次教學 <input checked="" type="checkbox"/>合作學習 <input type="checkbox"/>合作教學 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>環境調整：<input type="checkbox"/>教室位置 <input type="checkbox"/>動線規劃 <input checked="" type="checkbox"/>學習區安排 <input checked="" type="checkbox"/>座位安排 <input type="checkbox"/>助理員 <input type="checkbox"/>輔具 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>3. 教學評量(學習評量調整) <input checked="" type="checkbox"/>口語評量 <input checked="" type="checkbox"/>觀察評量 <input checked="" type="checkbox"/>實作評量 <input type="checkbox"/>紙筆測驗 <input type="checkbox"/>檔案評量 <input type="checkbox"/>課程本位評量 <input type="checkbox"/>其他：_____</p>

教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1	情緒覺察與調節~ 「認識我的情緒」	<p>認識我的情緒 學習基本情緒與表情，透過繪本《生氣王子》導入，搭配表情卡及小組討論練習說出自己的感受，提升情緒覺察能力。</p>
2	情緒覺察與調節~ 「身體的警報器」	<p>身體的警報器 帶領學生察覺生氣、緊張或焦慮時的生理反應(如心跳加速、手心冒汗)，透過「情緒溫度計」學習測量自己的情緒強度。</p>
3	情緒覺察與調節~ 「滅火小尖兵」	<p>滅火小尖兵 教導具體的情緒冷靜策略，例如「烏龜烏龜深呼吸」、離開現場或倒數十秒，並在課堂中進行角色扮演實際演練放鬆技巧。</p>
4	情緒覺察與調節~ 「轉念魔法師」	<p>轉念魔法師 學習正向自我對話與接納挫折，透過情境卡討論當遇到不如意的事情時，如何換個角度思考，將負面情緒轉化為平靜。</p>
5	時間管理~ 「認識時間怪獸」	<p>認識時間怪獸 建立具體的時間長短概念(如5分鐘與30分鐘的差異)，利用視覺化計時器與沙漏，讓學生感受時間的流逝與掌控。</p>
6	時間管理~ 「我的生活作息表」	<p>我的生活作息表 結合校園生活與家庭日常，指導學生利用圖卡或文字排列出自己的一日作息，認識上課、下課與就寢的常規要求。</p>
7	時間管理~ 「事情有輕重緩急」	<p>事情有輕重緩急 透過「分類遊戲」學習分辨「想做的事(如玩遊戲)」與「該做的事(如寫作業)」，並練習將重要且緊急的</p>

		事情排在優先順位。
8	時間管理~ 「戰勝拖延大作戰」	戰勝拖延大作戰 設定具體的短程任務，運用代幣制度或闖關集點卡，訓練學生在規定時間內專心完成指定任務，減少分心與拖延行為。
9	友誼建立與維繫~ 「禮貌特攻隊」	禮貌特攻隊 演練日常生活中的基本社交禮儀，包含主動打招呼、說請、謝謝、對不起的正確時機與語氣，建立良好的第一印象。
10	友誼建立與維繫~ 「破冰交友術」	破冰交友術 學習如何用合宜的口語主動加入同儕團體或遊戲(例如：「我可以跟你們一起玩嗎？」)，並練習被拒絕時的正向回應方式。
11	友誼建立與維繫~ 「溝通急轉彎」	溝通急轉彎 透過小組討論活動，練習「眼睛看說話的人」、「不隨意插嘴」的傾聽技巧，並學習以有禮貌的方式表達自己不同的意見。
12	友誼建立與維繫~ 「友誼修復師」	友誼修復師 探討遇到朋友之間發生誤會、吵架或意見不合時的處理步驟，學習如何真誠道歉與原諒他人，修復受損的人際關係。
13	自我保護危機因應~ 「身體紅綠燈」	身體紅綠燈 認識身體的隱私部位與身體界線，學習勇敢且大聲地拒絕任何讓自己感到不舒服的碰觸，建立自我保護意識。
14	自我保護危機因應~ 「校園安全雷達」	校園安全雷達 帶領學生實地走訪校園，辨識可能發生危險的角落(如濕滑的樓梯、無人死角)，並熟記校園安全規範與遊戲區的安全守則。
15	自我保護危機因應~ 「求救大聲公」	求救大聲公 認識生活中的求助資源(如導師、警衛、警察局)，並練習在緊急狀況下正確撥打 110、119，清楚說明人事時地物。
16	自我保護危機因應~ 「突發狀況演練室」	突發狀況演練室 進行角色扮演，模擬遇到陌生人搭訕、在賣場與家人走散或發生輕微受傷時的標準應變流程(SOP)，強化危機處理能力。
17	社會萬花筒~ 「網路陷阱多」	網路陷阱多 透過近期常見的遊戲點數詐騙或網路交友新聞案件，探討網路隱私設定與個資保護的重要性，學習辨識網路陷阱。
18	社會萬花筒~ 「交通安全停看聽」	交通安全停看聽 引用行人過馬路未注意或未遵守號誌引發車禍的新聞，強化遵守交通規則的觀念，並實地演練安全過馬路的步驟。
19	社會萬花筒~ 「衝動的代價」	衝動的代價 探討因一時生氣打人或校園霸凌的相關新聞，引導學生思考破壞社會規範與傷害他人的嚴重後果，複習情

		緒調控技巧。
20	社會萬花筒~ 「社會溫暖報報」	社會溫暖報報 挑選社會上「助人為快樂之本」的正向溫馨新聞與學生分享，培養同理心、感恩的心以及願意回饋社會的良好態度。

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 尚仁國小 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	三、四、五年級	1 節	張曉嵐
教學人數	三年級 2 人，四年級 3 人，五年級 1 人，共 <u>6</u> 人		
核心素養	A 自主行動	<input type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	<input checked="" type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	<p>特社1-Ⅱ-3嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。</p> <p>特社1-Ⅱ-5在遭逢不如意事件時，嘗試使用策略解決問題並接納後果。</p> <p>特社2-Ⅱ-5與他人相處時，遵守基本的禮儀與界線。</p> <p>特社2-Ⅱ-4主動打招呼、自我介紹，建立友善的人際關係。</p> <p>特社3-Ⅱ-3遵守教室、校園與社會（含網路）規則。</p> <p>特社2-Ⅱ-6在面對抱怨、批評或拒絕情境時，能維持心情平穩並正向回應。</p> <p>特社 3-Ⅱ-5在不同情境中表現合宜的社會行為與解決問題。</p>	
	學習內容	<p>特社 A-Ⅱ-3壓力的察覺與面對。</p> <p>特社 B-Ⅱ-5自我保護與身體界線（認識身體自主權、拒絕不當碰觸）。</p> <p>特社 B-Ⅱ-3人際關係的建立與維持。</p> <p>特社 C-Ⅱ-2社區與網路規範及公德心（網路倫理與個資保護）。</p> <p>特社 C-Ⅱ-3求助資源的認識與運用（性平事件通報與求助管道）。</p> <p>特社 B-Ⅱ-4衝突處理與協商技巧。</p> <p>特社 C-Ⅱ-4社會問題解決策略（釐清問題、評估後果、選擇方案）。</p>	
融入議題	融入品德、性別平等、人權、生命、家庭教育、多元文化等議題		
本學期 學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提升挫折與壓力調適：學生能覺察自身在學習或人際互動中所面臨的壓力源與挫折感，並說出自己的真實感受。 2. 加強情緒與壓力因應：學生能運用正向思考、深呼吸、轉移注意力或尋求師長協助等多元策略，妥善抒解生活中的挫折與壓力。 3. 認識身體自主與界線：學生能清楚認識「身體自主權」的概念，在與人互動時不隨意侵犯他人身體界線，並能以明確的口語勇敢拒絕讓自己不舒服的碰觸。 4. 增進網路安全與規範：學生能了解網路交友的潛在風險（如詐騙、個資外洩），遵守網路互動禮儀，並學會保護個人隱私與資訊安全。 		

5. **提升性別事件辨識**：學生能辨識校園中不當的性別事件（包含性騷擾、性霸凌或帶有性別偏見的言語），並了解這些行為對他人造成的傷害。

6. **增進資源評估與求助**：在遭遇校園突發事件、性別事件或網路危機時，學生能清楚說明「人事時地物」，並向導師、學務處或相關通報專線尋求正確的資源協助。

7. **訓練衝突處理與解決**：在面對校園人際衝突或突發事件時，學生能保持情緒冷靜，運用「停、看、聽」等問題解決步驟，評估行為後果並選擇合宜的處理方式。

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：社會故事繪本、簡報、角色扮演、影片觀察、遊戲、小組互動

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	挫折與壓力~ 「認識壓力怪獸」	認識壓力怪獸 引導學生寫下或畫出學習、人際中常遇到的壓力源(如：考試考不好、被同學誤會)。透過小組分享，了解每個人都有不同的壓力怪獸。
2	挫折與壓力~ 「挫折地雷區」	挫折地雷區 探討遇到挫折時身心的不適反應，學習辨識自己快要爆炸的「地雷區」。練習在情緒高漲前，覺察並說出自己的真實感受。
3	挫折與壓力~ 「紓壓百寶箱」	紓壓百寶箱 實作演練多元的情緒因應策略，例如：深呼吸、肌肉放鬆法、聽音樂或畫畫。讓每位學生建立屬於自己的舒壓清單，以備不時之需。
4	挫折與壓力~ 「轉念魔法術」	轉念魔法術 練習正向的自我對話，學習接納不完美的結果。透過情境卡演練，將「我做不到」的負面想法轉化為「我可以試試看」的行動力。
5	身體界線與自主~ 「我的身體泡泡」	我的身體泡泡 使用呼拉圈或巧拼，讓學生具體感受每個人都有

		專屬的「安全距離」與「身體泡泡」，並理解未經同意不能隨意闖入別人的空間。
6	身體界線與自主~ 「紅綠燈警戒區」	紅綠燈警戒區 認識身體的隱私部位（紅燈區），教導學生分辨「安全的觸摸」（如擊掌）與「不舒服的觸摸」，建立清晰的身體防線。
7	身體界線與自主~ 「身體自主我決定」	身體自主我決定 強調「我的身體我作主」觀念。練習在親戚長輩或同學要求擁抱、牽手時，若感到不舒服，能以有禮貌但堅定的態度表達拒絕。
8	身體界線與自主~ 「勇敢大聲說不」	勇敢大聲說不 模擬被同學蓄意推擠或觸碰的突發情境。兩人一組練習以嚴肅的表情與語氣大聲說「不要碰我！」，並立刻離開現場。
9	網路安全與交友~ 「網路探家」	網路探險家 探討學生常玩的線上遊戲或社群軟體。建立網路也是「公共場所」的概念，教導在網路上互動同樣需要遵守禮儀與規範。
10	網路安全與交友~ 「虛擬朋友現形記」	虛擬朋友現形記 透過實際案例討論，了解網路交友的匿名性與潛在風險。教導學生分辨網友的善意與惡意，不輕易相信陌生人的話語。
11	網路安全與交友~ 「個資防護罩」	個資防護罩 認識什麼是「個人資料」（姓名、照片、密碼、住址）。練習檢視自己的遊戲帳號或社群設定，不輕易透露私人資訊，避免被盜用或詐騙。
12	網路安全與交友~ 「拒絕網路霸凌」	拒絕網路霸凌 認識網路霸凌的各種樣貌（如：在群組被排擠、被散布謠言）。教導學生若遭遇此事，應立即截圖存證，不互相對罵，並尋求大人協助。
13	性別事件辨識~ 「玩笑還是霸凌」	玩笑還是霸凌 釐清「開玩笑」與「性騷擾/性霸凌」的界線。討論拿別人的身材、性別氣質開玩笑可能造成的傷害，培養同理心與性別尊重。
14	性別事件辨識~ 「拒絕性別刻板」	拒絕性別刻板 透過繪本或影片，打破「男生應該怎樣、女生應該怎樣」的刻板印象。學習尊重每個人的獨特性與不同的性別表現。
15	性別事件辨識~ 「辨識危險訊號」	辨識危險訊號 探討校園中可能發生的性別事件情境（如：偷看上廁所、傳送不雅照片）。幫助學生提高敏感度，及早辨識不恰當的行為。
16	性別事件辨識~ 「求助安全網」	求助安全網 介紹校內的求助管道（如：學務處、輔導室）與性平事件的通報流程。練習在遇到狀況時，能清楚具體地向師長說明「人事時地物」。
17	議題與問題解決~ 「衝突停看聽」	衝突停看聽 當發生人際衝突時，第一步先學會「停」止動作、

		「看」清當下狀況、「聽」聽對方的說法，避免因一時衝動而讓衝突擴大。
18	議題與問題解決~ 「問題放大鏡」	問題放大鏡 引導學生客觀釐清衝突的原因。練習使用「我訊息」(如：我覺得很生氣，因為你拿了我的東西)來表達自己的立場，而不是一味指責對方。學生理解團隊中角色分工與責任擔當的重要性。
19	議題與問題解決~ 「解決方案智囊團」	解決方案智囊團 針對尚仁國小校園內常見的糾紛情境(如：球場搶場地、排隊插隊)，全班共同腦力激盪，提出三種以上的解決方法，並評估每種方法的後果。
20	議題與問題解決~ 「和平協議與修復」	和平協議與修復 學習如何為自己的過失真誠道歉，以及如何原諒他人。透過角色扮演，演練雙方達成共識、和好如初的過程，圓滿結束本學期的課程。

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、潛能班、巡迴輔導班(各班別所有任教科目均須填寫)

基隆市 尚仁國小 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	一年級	1 節	陳柏雋
教學人數	__1__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	<p>特社 1-E1-1 處理情緒(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分辨自己基本的正向或負向情緒。 2. 表達自己基本的正向或負向情緒。 <p>特社 2-E1-1 訊息解讀(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解別人發出的訊息(喊叫、碰觸、動作、注視、電子媒體訊息等)，是要我注意或是有事情要溝通。 2. 了解人與人之間經常靠近或互動，是喜歡和親密的表現。 <p>特社 3-E1-1 學校生活(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在課堂中持續傾聽他人說話。 2. 依指示完成簡單的工作。 3. 在遇到困難時，等待時機及情境求助。 <p>特社 1-E1-2 處理壓力(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 藉由生理反應察覺自己面對壓力的情緒反應。 <p>特社 2-E1-2 基本溝通(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 適當使用身體的非口語方式與人溝通。 2. 適當使用口語方式與人溝通。 <p>特社 3-E1-2 家庭生活(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在看到熟悉的親人時，主動打招呼。 2. 在到親戚家作客或親戚到家中作客時，主動打招呼。 3. 與到家中作客的陌生朋友打招呼。 4. 在與到家中作客的朋友互動時，禮貌地回應他人的問候。 <p>特社 1-E1-3 自我效能(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 察覺自己的優勢及弱勢能力。 <p>特社 2-E1-3 人際互動(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在遇到認識的人時主動打招呼。 2. 適當回應他人的問候。 3. 對他人作簡單的自我介紹。 <p>特社 2-E1-4 處理衝突(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分辨發生衝突的原因及情境。 2. 表達衝突所引發的情緒反應。 3. 分辨衝突所造成的後果。 4. 表達發生衝突的原因及情境。 <p>特社 3-E1-4 自我保護(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 2. 分辨他人適當或不適當的語言。 3. 大聲拒絕他人不當的觸摸或語言。 	

	學習內容	I-E1-1 基本情緒的認識與分辨。 I-E1-2 壓力的察覺與面對。 I-E1-3 自我優弱勢的察覺。 II-E1-1 溝通信息的意義。 II-E1-2 溝通的媒介。 II-E1-3 人際關係的建立。 II-E1-4 衝突的原因及情境分析。 II-E1-5 性別互動的基本禮儀。 III-E1-1 教室規則的認識與遵守。 III-E1-2 家庭成員互動的技巧。 III-E1-3 社區成員互動的技巧。
--	------	---

融入議題 性別平等、人權、品德、生命、家庭教育

本學期學習目標

- 1 能認識與分辨基本情緒。
- 2 能察覺與面對壓力。
- 3 能察覺自我優弱勢。
- 4 能理解溝通信息的意義。
- 5 能分辨溝通的媒介。
- 6 能分辨衝突的原因及分析情境。
- 7 能理解性別互動的基本禮儀。
- 8 能認識並遵守教室規則。
- 9 能學會與家庭成員互動的技巧。
- 10 能學會社區成員互動的技巧。

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：_____

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	了解自己-1 【我的心情小怪獸】	1. 情緒怪獸分類箱：準備三個不同顏色的箱子(例如：黃色=開心、藍色=難過、紅色=生氣)。老師播放輕快或低沉的音樂，讓學生憑感覺把代表自己的「小球」投進對應的箱子裡。
2		2. 魔鏡變變變：發給每個學生一面小鏡子。老師下指令：「現在照鏡子，做出『我很開心』的臉！」引導學生觀察自己的嘴角和眉毛，然後大聲說出：「我很開心！」
3	了解別人-1	1. 眼睛照相機：教導小一生最基礎的注視訊息：「當老

4	【魔法泡泡圈】	<p>師看著你，就是相機在拍你，代表你要注意聽。」玩「木頭人」遊戲，只有當老師的眼睛「盯著」該學生時，學生才能往前走一步。</p> <p>2. 我的隱形泡泡：在地上放呼拉圈。告訴學生每個人身上都有一個「隱形泡泡」。只有家人或牽手的好朋友可以一起站進同一個呼拉圈（靠近＝親密）；如果不熟的同學擠進來，泡泡會破掉，必須保持一人一個呼拉圈的距離。</p>
5	了解環境-1 【上課小超人】	<p>1. 拉鍊嘴巴與兔子耳朵：上課前進行儀式：「把嘴巴拉上拉鍊，把兔子耳朵豎起來。」接著玩簡單的「老師說」，指令必須極簡（例：老師說，摸鼻子；老師說，起立），練習專注聽與做。</p> <p>2. 舉手小達人：針對小一生常有的「遇到困難直接大聲哭喊」行為進行矯正。發給每人一個「求救拍拍手（玩具）」。設定情境（如：發下一張撕破的紙），規定不能用喊的，必須安靜把拍拍手舉高，等老師走過來才能說：「老師，請幫我。」</p>
6		
7	了解自己-2 【身體吹氣球】	<p>1. 緊張氣球體驗：帶領學生做全身緊繃與放鬆的練習。想像自己是一顆一直被打氣的氣球（用力握拳、縮肩膀、憋氣），然後「啪！」氣球破了（全身放鬆吐氣）。</p> <p>2. 痛痛貼紙：問學生：「剛剛當氣球很緊張的時候，你覺得肚子還是心臟跳得很大力？」發給學生一張圓點貼紙，請他貼在自己緊張時會覺得「緊緊的、怪怪的」身體部位上。</p>
8		
9	了解別人-2 【猜猜我要什麼】	<p>1. 魔法手指（非口語）：桌上放滿學生喜歡的玩具。第一回合「魔法手指」規定不能講話，只能用手指「指」著想要的玩具，並點頭表示「對，就是這個」。</p> <p>2. 大聲公點菜（口語）：第二回合要求把手放在背後。老師拿著玩具問：「你要什麼？」學生必須開口說出完整的短句：「我要小汽車。」才能把玩具拿走。</p>
10		
11	了解環境-2 【禮貌小主人】	<p>1. 動物偶敲敲門：老師雙手戴上動物手偶（例如：大熊演舅舅、小兔子演陌生的客人）。老師敲桌子說「叩叩叩，我來了」。</p> <p>2. 問好練習：引導學生分辨對象。看到大熊舅舅要揮手說「舅舅好」；看到小兔子客人要說「你好」。當動物手偶拿糖果給學生時，要求學生必須點頭並大聲說「謝謝」。</p>
12		
13	了解自己-3 【我會做與幫幫我】	<p>1. 能力大分類卡片：準備多張日常生活圖卡（例如：自己穿鞋子、畫畫、寫生字、綁衣服蝴蝶結）。</p> <p>2. 大拇指與舉手牌：帶領學生分類。如果是「我自己會做的事（優勢）」，就在旁邊放一個「大拇指（讚）」的牌子；如果是「我還不會、需要幫忙的事（弱勢）」，就放一個「舉手求救」的牌子。讓小一生知道不會做沒關</p>
14		

		係，舉手找大人就好。
15	了解別人-3 【交朋友小火車】	1. 嘟嘟火車找朋友：老師當火車頭，帶著學生在潛能班裡開火車。遇到另一位老師或同學時，火車停下來。 2. 上車密碼：學生必須完成「上車密碼」：揮手說「你好」→接著拍拍自己的胸口大聲說：「我是（自己的名字）。」完成自我介紹後，對方就可以接在火車後面一起走。
16		
17	了解別人-4 【生氣的小恐龍】	1. 布偶吵架劇場：老師用兩隻布偶演出搶玩具的情境，最後一隻布偶把另一隻推倒。 2. 小一生的案情分析：暫停演出，問學生：「他們剛剛為什麼生氣？（原因）」「被推倒的小豬在哭，他覺得怎麼樣？（情緒）」「打架最後會不會被老師處罰？（後果）」用最簡單直觀的布偶戲，讓一年級學生旁觀衝突的發生與結果。
18		
19	了解別人-5 【勇敢大聲說不】	1. 好聽話與難聽話（分辨語言）：老師播放或唸出不同的語音（例如：「我們一起玩」或是「你走開，我不跟你玩」）。請學生聽到好聽話就比愛心，聽到難聽話就雙手打叉叉。 2. 鋼鐵人防護罩（大聲拒絕）：這是小一必學的自我保護動作。老師扮演故意去碰學生肩膀或搶東西的人，教導學生立刻做出「鋼鐵人發射光束」的姿勢（手掌往前推），並用全班都聽得到的音量大喊：「停！我不喜歡！」
20		

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 尚仁國小 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	一年級	1 節	陳柏雋
教學人數	1 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	<p>特社 1-E1-1 處理情緒(一)。</p> <p>1. 分辨他人基本的正向或負向情緒。</p> <p>特社 2-E1-1 訊息解讀(一)。</p> <p>1. 了解人與人之間很少互動保持距離，是不喜歡或排斥的表現。</p> <p>2. 了解人與人之間親密和排斥互動的差異。</p> <p>特社 3-E1-1 學校生活(一)。</p> <p>1. 以適當的身體動作或口語表達需求。</p> <p>2. 遵守教室規則。</p> <p>特社 1-E1-2 處理壓力(一)。</p> <p>1. 了解自己在生活中面臨的壓力來源。</p> <p>2. 認識學習新的或困難事物時能面對可能遭遇的失敗。</p> <p>特社 2-E1-2 基本溝通(一)。</p> <p>1. 適當使用科技輔助器材。</p> <p>2. 以身體動作適度表現出對他人談話的傾聽態度。</p> <p>3. 依情境適當回答問題。</p> <p>特社 3-E1-2 家庭生活(一)。</p> <p>1. 在家庭活動時，有禮貌的詢問/表達謝謝。</p> <p>2. 在家庭情境活動時，禮貌地回應他人的問話。</p> <p>3. 在親人遭逢不如意的場合，保持安靜不吵鬧。</p> <p>特社 1-E1-3 自我效能(一)。</p> <p>1. 察覺他人對自己的看法或態度。</p> <p>2. 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。</p> <p>特社 2-E1-3 人際互動(一)。</p> <p>1. 與人相處時，了解簡單的規則並保持適當的人我分際。</p> <p>2. 與他人和睦相處建立友善的關係。</p> <p>3. 與人在虛擬的環境相處時，了解簡單的規則並保持適當的人我分際。</p> <p>特社 3-E1-3 社區生活(一)。</p> <p>1. 在與到家中作客的朋友互動時，禮貌地回應他人的問候。</p> <p>2. 在社區情境活動時，有禮貌的向人詢問/表達謝謝。</p> <p>3. 在社區情境活動時，禮貌地回應他人的問話。</p> <p>4. 在朋友遭逢不如意的場合，保持安靜不吵鬧。</p> <p>特社 2-E1-4 處理衝突(一)。</p> <p>1. 避免爭鬥或危險的場合以保護自己。</p> <p>2. 在面對抱怨情境時，維持心情的平穩。</p> <p>3. 嘗試接受他人的拒絕。</p> <p>4. 在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助。</p>	

	<p>特社 3-E1-4 自我保護(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能尊重他人的意願，不侵犯對方身體。 2. 在面對他人不當的觸摸或語言時，主主動尋求協助。 <p>學習內容</p> <p>I-E1-1 基本情緒的認識與分辨。 I-E1-2 壓力的察覺與面對。 I-E1-3 自我優弱勢的察覺。 II-E1-1 溝通訊息的意義。 II-E1-2 溝通的媒介。 II-E1-3 人際關係的建立。 II-E1-4 衝突的原因及情境分析。 II-E1-5 性別互動的基本禮儀。 III-E1-1 教室規則的認識與遵守。 III-E1-2 家庭成員互動的技巧。 III-E1-3 社區成員互動的技巧。</p>	
融入議題	性別平等、人權、品德、生命、家庭教育	
本學期學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能分辨他人基本的正向或負向情緒。 2. 能了解人與人之間親密和排斥互動的差異。 3. 能以適當的身體動作或口語表達需求。 4. 能了解並面對自己在生活中面臨的壓力來源。 5. 能以身體動作適度表現出對他人談話的傾聽態度。 6. 能依照情境適當表現。 7. 能察覺他人對自己的看法或態度。 8. 能在與人相處時，了解簡單的規則並保持適當的人我分際。 9. 能在家庭或社區中依情境禮貌的表現。 10. 能避免爭鬥或危險的情境。 11. 能尊重他人的意願，不侵犯對方身體。 	
教學與評量說明(須說明調整原則)	<p>1.教材編輯與資源(根據學習內容調整結果)</p> <p>學習內容調整：<input type="checkbox"/>簡化 <input type="checkbox"/>減量 <input type="checkbox"/>分解 <input type="checkbox"/>替代 <input type="checkbox"/>重整 <input type="checkbox"/>加深 <input type="checkbox"/>加廣 <input type="checkbox"/>濃縮 <input checked="" type="checkbox"/>自編 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>教材資源：<input type="checkbox"/>學習單 <input checked="" type="checkbox"/>教學影片 <input type="checkbox"/>圖卡 <input checked="" type="checkbox"/>區分性教學 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>2.教學方法(學習歷程與環境調整)</p> <p>學習歷程：<input checked="" type="checkbox"/>工作分析 <input checked="" type="checkbox"/>多元感官 <input checked="" type="checkbox"/>直接教學 <input type="checkbox"/>多層次教學 <input checked="" type="checkbox"/>合作學習 <input type="checkbox"/>合作教學 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>環境調整：<input type="checkbox"/>教室位置 <input type="checkbox"/>動線規劃 <input type="checkbox"/>學習區安排 <input type="checkbox"/>座位安排 <input type="checkbox"/>助理員 <input type="checkbox"/>輔具 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>3.教學評量(學習評量調整)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>口語評量 <input checked="" type="checkbox"/>觀察評量 <input checked="" type="checkbox"/>實作評量 <input type="checkbox"/>紙筆測驗 <input type="checkbox"/>檔案評量 <input type="checkbox"/>課程本位評量 <input type="checkbox"/>其他：_____</p>	
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容

1 2	了解自己-1 【情緒放大鏡】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師準備一把大型的紙板「放大鏡」，以及多張有明顯面部表情的圖卡（或直接戴上面具）。 2. 透過放大鏡觀察圖卡人物的嘴角和眉毛，學生拿著「O（正向）」與「X（負向）」的舉牌進行判斷。 3. 請學生跟著放大鏡裡的表情一起做一次，加深對他人正負向情緒的印象。
3 4	了解別人-1 【人際磁鐵實驗室】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師出示兩塊大磁鐵，示範磁鐵「相吸（靠近/喜歡）」與「相斥（彈開/排斥）」的物理現象。 2. 進行真人扮演：當老師演出「相斥」動作（雙手抱胸、撇頭、往後退）時，引導學生理解這代表對方現在「不想互動或排斥」。 3. 讓學生分組練習分辨，看到相吸的肢體語言才能靠近，看到相斥的肢體語言就必須停下腳步。
5 6	了解環境-1 【願望扭蛋機】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在地板上用膠帶貼出「教室規則闖關路線」（例如：要安靜走直線、經過紅燈要舉手）。 2. 學生必須遵守路線規則走到終點的「扭蛋機（老師扮演）」，才能獲得一顆願望球。 3. 拿到願望球後，學生必須搭配合適的口語或動作（例如：指著水壺說「老師，我想喝水」）來表達需求，完成任務。
7 8	了解自己-2 【不倒翁大挑戰】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師出示一個實體「不倒翁」玩具，示範把它推倒（遇到困難/失敗）後，它會自己彈起來的特性。 2. 學生單腳站立挑戰，當失去平衡腳落地（失敗/壓力）時，馬上大聲念出咒語：「沒關係，再來一次！」並重新站好。 3. 透過圖卡配對，找出生活中會讓人覺得有壓力的事（例如：字寫錯、拼圖拼不好），並把不倒翁貼紙貼在旁邊，練習面對失敗的彈性。
9 10	了解別人-2 【超級小小客服員】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 設置一個「接電話」情境，桌上放置電話，由老師扮演打電話來的客人。 2. 當電話響起，學生必須轉向老師，眼睛看著對方並頻頻點頭（展現傾聽的身體態度）。 3. 根據客人的問題，學生練習接電話，用口語給予符合情境的適當回答（如：「好，請您稍等」）。
11 12	了解環境-2 【神奇遙控器】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 發給學生一把大型紙做「遙控器」，上面有「播放鍵（開口說話）」與「靜音鍵（閉上嘴巴）」兩個大按鈕。 2. 老師播放家庭情境投影片：當出現家人拿點心給你的畫面，學生按下「播放鍵」，大聲練習說「謝謝」。 3. 當畫面切換到阿公在睡覺或家人心情不好在哭泣的畫面時，學生必須立刻按下「靜音鍵」，並做出「踮腳尖走路不吵鬧」的動作。
13 14	了解自己-3 【OK 繃與打氣筒】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師展示「打氣筒（代表別人稱讚我）」與「受傷圖（代表別人對我不高興）」的圖卡，引導學生察覺他人對自己的不同看法與態度。 2. 發給學生一顆捏捏球，教導在遇到不如意、想發洩情緒時，可以安全地用力捏球，而不是隨便打人。 3. 老師拿出大型「紙本 OK 繃」給予安慰，學生練習接受 OK 繃並說出：「謝謝你安慰我，我好多了。」

<p>15 16</p>	<p>了解別人-3 【螢幕裡與螢幕外】</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師拿著一個大型的中空「平板紙框」，區分「虛擬環境（框內）」與「真實世界（框外）」。 2. 帶領學生分類圖卡活動：哪些事是真實和虛擬都可以做的（如：說好聽話），哪些事是不行的（如：隔著螢幕不能真的抱抱或傳送東西），建立虛擬與現實的人我分際。 3. 兩人一組，一人拿框框，練習隔著「虛擬螢幕」對同學揮手微笑，建立安全且友善的關係。
<p>17 18</p>	<p>了解環境-3 【小鎮探險家】</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教室設置三個小鎮關卡：「朋友家」、「社區便利商店」、「有人生病的醫院」。 2. 學生拿著探險護照，到朋友家與便利商店時，必須向關主（老師）禮貌回應問話，並在拿到印章時詢問/表達「謝謝」。 3. 當走到醫院（或不如意場合）關卡時，學生必須切換成「靜音模式」，全程保持安靜不吵鬧才能過關。
<p>19 20</p>	<p>了解別人-4 【和平小衛兵】</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 地上畫出多個代表「身體界線」的安全圈圈，教導學生每個人都有自己的圈圈，不能隨便侵犯對方的身體。 2. 情境演練：當遇到同學抱怨、誤會或拒絕自己時，教導學生雙手放背後深呼吸三口氣（嘗試接受並維持心情平穩、避免爭鬥）。 3. 發給學生一面「求救旗」，當遇到不當觸摸、被誣賴時，不直接動手打架，而是高舉旗子跑到老師身邊說：「老師，請你來幫忙！」主動尋求大人協助。

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 尚仁國小 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	二年級	1 節	陳柏雋
教學人數	__2__ 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	<p>特社 1-E1-1 處理情緒(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分辨自己基本的正向或負向情緒。 2. 表達自己基本的正向或負向情緒。 <p>特社 2-E1-1 訊息解讀(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解別人發出的訊息(喊叫、碰觸、動作、注視、電子媒體訊息等), 是要我注意或是有事情要溝通。 2. 了解人與人之間經常靠近或互動, 是喜歡和親密的表現。 <p>特社 3-E1-1 學校生活(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在課堂中持續傾聽他人說話。 2. 依指示完成簡單的工作。 3. 在遇到困難時, 等待時機及情境求助。 <p>特社 1-E1-2 處理壓力(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 藉由生理反應察覺自己面對壓力的情緒反應。 <p>特社 2-E1-2 基本溝通(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 適當使用身體的非口語方式與人溝通。 2. 適當使用口語方式與人溝通。 <p>特社 3-E1-2 家庭生活(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在看到熟悉的親人時, 主動打招呼。 2. 在到親戚家作客或親戚到家中作客時, 主動打招呼。 3. 與到家中作客的陌生朋友打招呼。 4. 在與到家中作客的朋友互動時, 禮貌地回應他人的問候。 <p>特社 1-E1-3 自我效能(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 察覺自己的優勢及弱勢能力。 <p>特社 2-E1-3 人際互動(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在遇到認識的人時主動打招呼。 2. 適當回應他人的問候。 3. 對他人作簡單的自我介紹。 <p>特社 2-E1-4 處理衝突(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分辨發生衝突的原因及情境。 2. 表達衝突所引發的情緒反應。 3. 分辨衝突所造成的後果。 4. 表達發生衝突的原因及情境。 <p>特社 3-E1-4 自我保護(一)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 與他人相處時, 遵守基本的禮儀。 2. 分辨他人適當或不適當的語言。 3. 大聲拒絕他人不當的觸摸或語言。 	

	學習內容	I-E1-1 基本情緒的認識與分辨。 I-E1-2 壓力的察覺與面對。 I-E1-3 自我優弱勢的察覺。 II-E1-1 溝通訊息的意義。 II-E1-2 溝通的媒介。 II-E1-3 人際關係的建立。 II-E1-4 衝突的原因及情境分析。 II-E1-5 性別互動的基本禮儀。 III-E1-1 教室規則的認識與遵守。 III-E1-2 家庭成員互動的技巧。 III-E1-3 社區成員互動的技巧。
融入議題	性別平等、人權、品德、生命、家庭教育	
本學期學習目標	1 能認識與分辨基本情緒。 2 能察覺與面對壓力。 3 能察覺自我優弱勢。 4 能理解溝通訊息的意義。 5 能分辨溝通的媒介。 6 能分辨衝突的原因及分析情境。 7 能理解性別互動的基本禮儀。 8 能認識並遵守教室規則。 9 能學會與家庭成員互動的技巧。 10 能學會社區成員互動的技巧。	
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： <input type="checkbox"/> 簡化 <input type="checkbox"/> 減量 <input type="checkbox"/> 分解 <input type="checkbox"/> 替代 <input type="checkbox"/> 重整 <input type="checkbox"/> 加深 <input type="checkbox"/> 加廣 <input type="checkbox"/> 濃縮 <input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 教材資源： <input type="checkbox"/> 學習單 <input checked="" type="checkbox"/> 教學影片 <input type="checkbox"/> 圖卡 <input checked="" type="checkbox"/> 區分性教學 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 2.教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： <input checked="" type="checkbox"/> 工作分析 <input checked="" type="checkbox"/> 多元感官 <input checked="" type="checkbox"/> 直接教學 <input type="checkbox"/> 多層次教學 <input checked="" type="checkbox"/> 合作學習 <input type="checkbox"/> 合作教學 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 環境調整： <input type="checkbox"/> 教室位置 <input type="checkbox"/> 動線規劃 <input type="checkbox"/> 學習區安排 <input type="checkbox"/> 座位安排 <input type="checkbox"/> 助理員 <input type="checkbox"/> 輔具 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 3.教學評量(學習評量調整) <input checked="" type="checkbox"/> 口語評量 <input checked="" type="checkbox"/> 觀察評量 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 課程本位評量 <input type="checkbox"/> 其他：_____	
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1 2	了解自己-1 【我的情緒天氣預報】	1. 情緒天氣圖卡：帶領學生認識情緒天氣(如：大太陽=開心、下雨=難過、打雷=生氣)。 2. 每日打卡儀式：每堂潛能班上課前，讓學生在黑板上貼上屬於自己今天的「天氣圖卡」。 3. 句型板表達：教師提供視覺提示板，引導學生練習開口說：「我今天覺得(大太陽/很開心)，因為(下課有去溜滑梯)」將內在情緒具體化表達出來。
3	了解別人-1	1. 「他在說什麼」觀察遊戲：教師不說話，示範

4	【社交小偵探】	<p>多種動作（如：對學生招手、輕拍學生肩膀、一直盯著學生的鉛筆盒看）。讓學生當小偵探，猜猜老師現在是「要你注意」還是「有話想說」。</p> <p>2. 呼啦圈親密測試：拿出三個大小不同的圓圈地墊。引導學生實作：最好的朋友或爸爸媽媽可以站在「最小的圓圈（靠近）」，普通的同學站在「中圓圈」，不認識的人必須站在「大圓圈之外」。體驗靠近所代表的親密表現。</p>
5	了解環境-1 【上課生存大考驗】	<p>1. 超級機器人任務：教師當遙控器，學生當機器人。學生必須「眼睛看著老師」聽完兩個連續指令（例如：拿紅筆在紙上畫圈，然後雙手摸頭）才能動作，訓練持續傾聽與執行。</p> <p>2. 「紅綠燈求救卡」實境演練：發放紅綠雙色卡。設定情境：「老師正在講話，但你的鉛筆斷了」。教導學生這時候是「紅燈」，必須先等待；當老師說「現在開始寫字」時，翻到「綠燈」並舉手說：「老師，請幫我削鉛筆。」</p>
6		
7	了解自己-2 【身體的警報器】	<p>1. 我的身體火山圖：發給學生一張人體輪廓學習單。</p> <p>2. 情境引導與著色：教師描述壓力情境（例如：考試考不出來、被同學笑）。引導學生覺察：「這時候你覺得肚子會不會痛？心跳有沒有很快？」請學生用紅色蠟筆把不舒服的地方塗起來，認識這就是身體在發出「我現在壓力很大」的警報。</p>
8		
9	了解別人-2 【無聲有聲點餐吧】	<p>1. 無聲挑戰（非口語）：設置餅乾小點心站。規定學生不能講話，只能用「指著餅乾、點頭、比數字1」的肢體動作向老師點餐。</p> <p>2. 有聲任務（口語）：重新來一次，這次規定雙手放背後不能比動作，必須用清晰的完整句子說：「老師，我要一塊餅乾，謝謝。」體驗並練習兩套溝通系統。</p>
10		
11	了解環境-2 【我家大門開開家家酒】	<p>1. 角色扮演開門遊戲：教室佈置一扇門。老師準備不同道具（如：戴老花眼鏡演阿公、拿公事包演陌生客人、牽著一隻玩偶演親戚帶來的小孩）。</p> <p>2. 迎賓四連拍：學生聽到敲門聲去開門，必須根據對象給予不同打招呼方式（阿公好 / 請問你找誰 / 你好），當老師稱讚「你家好漂亮喔」時，引導學生禮貌回應「謝謝」。</p>
12		
13	了解自己-3 【我的超級能量盾牌】	<p>1. 優勢與弱勢探索：給學生一張盾牌圖畫紙。</p> <p>2. 盾牌正面（超能力）：讓學生畫出或貼上自己很厲害的事情（例如：跑很快、很會拼圖），這可以用來幫助別人的優勢。</p> <p>3. 盾牌背面（需要充電）：畫出自己覺得很困難、需要別人幫忙的事（例如：寫字會忘記、不敢大聲說話），引導學生接納自己有弱點是很正常的事。</p>
14		
15	了解別人-3	<p>1. 製作專屬名片：帶領學生畫一張寫有自己名字</p>

16	【校園外交官闖關】	和最喜歡食物的名片。 2. 實戰出任務：帶著學生走出潛能班，去特教組長或輔導室找認識的老師。完成三步驟：1. 主動說「老師好」 2. 老師說「你今天好嗎」時回答「我很好」 3. 遞出名片說「我是〇〇〇，我喜歡吃草莓」。
17	了解別人-4 【和平小特務辦案】	1. 案發現場四格漫畫：提供一組打架的四格漫畫（搶積木 → 生氣大罵 → 推人 → 兩個人都受傷被罵）。 2. 麥克風訪問：教師拿麥克風訪問學生：「他們為什麼吵架？（原因/情境）」「生氣的時候感覺怎麼樣？（情緒）」「打人之後發生了什麼事？（後果）」，利用第三人稱視角幫助學生釐清衝突的脈絡。
18		
19	了解別人-5 【禮貌防護罩啟動】	1. 好話壞話分類箱：老師唸出不同情境的句子（如：「借過一下謝謝」或是「你長得好醜喔」）。學生判定這是「有禮貌（綠箱）」還是「沒禮貌/不適當（紅箱）」。 2. 防身術演練：教師扮演故意亂摸學生頭，或是一直笑他的怪獸。學生必須立刻啟動防護罩（雙手在胸前比X），眼睛看著對方，大聲且堅定地喊：「我不喜歡你這樣，請你停止！」
20		

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 尚仁國小 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	二年級	1 節	陳柏雋
教學人數	__2__ 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	<p>特社 1-E1-1 處理情緒(一)。</p> <p>1. 分辨他人基本的正向或負向情緒。</p> <p>特社 2-E1-1 訊息解讀(一)。</p> <p>1. 了解別人發出的訊息(喊叫、碰觸、動作、注視、電子媒體訊息等)，是要我注意或是有事情要溝通。</p> <p>2. 了解人與人之間經常靠近或互動，是喜歡和親密的表現。</p> <p>特社 3-E1-1 學校生活(一)。</p> <p>1. 在課堂中持續傾聽他人說話。</p> <p>2. 依指示完成簡單的工作。</p> <p>3. 在遇到困難時，等待時機及情境求助。</p> <p>特社 1-E1-2 處理壓力(一)。</p> <p>1. 藉由生理反應察覺自己面對壓力的情緒反應。</p> <p>特社 2-E1-2 基本溝通(一)。</p> <p>1. 適當使用身體的非口語方式與人溝通。</p> <p>2. 適當使用口語方式與人溝通。</p> <p>特社 3-E1-2 家庭生活(一)。</p> <p>1. 在看到熟悉的親人時，主主動打招呼。</p> <p>2. 在到親戚家作客或親戚到家中作客時，主動打招呼。</p> <p>3. 與到家中作客的陌生朋友打招呼。</p> <p>4. 在與到家中作客的朋友互動時，禮貌地回應他人的問候。</p> <p>特社 1-E1-3 自我效能(一)。</p> <p>1. 察覺自己的優勢及弱勢能力。</p> <p>特社 2-E1-3 人際互動(一)。</p> <p>1. 在遇到認識的人時主動打招呼。</p> <p>2. 適當回應他人的問候。</p> <p>3. 對他人作簡單的自我介紹。</p> <p>特社 2-E1-4 處理衝突(一)。</p> <p>1. 分辨發生衝突的原因及情境。</p> <p>2. 表達衝突所引發的情緒反應。</p> <p>3. 分辨衝突所造成的後果。</p> <p>4. 表達發生衝突的原因及情境。</p> <p>特社 3-E1-4 自我保護(一)。</p> <p>1. 與他人相處時，遵守基本的禮儀。</p> <p>2. 分辨他人適當或不適當的語言。</p> <p>3. 大聲拒絕他人不當的觸摸或語言。</p>	

	學習內容	I-E1-1 基本情緒的認識與分辨。 I-E1-2 壓力的察覺與面對。 I-E1-3 自我優弱勢的察覺。 II-E1-1 溝通訊息的意義。 II-E1-2 溝通的媒介。 II-E1-3 人際關係的建立。 II-E1-4 衝突的原因及情境分析。 II-E1-5 性別互動的基本禮儀。 III-E1-1 教室規則的認識與遵守。 III-E1-2 家庭成員互動的技巧。 III-E1-3 社區成員互動的技巧。
融入議題	性別平等、人權、品德、生命、家庭教育	
本學期學習目標	1 能認識與分辨基本情緒。 2 能察覺與面對壓力。 3 能察覺自我優弱勢。 4 能理解溝通訊息的意義。 5 能分辨溝通的媒介。 6 能分辨衝突的原因及分析情境。 7 能理解性別互動的基本禮儀。 8 能認識並遵守教室規則。 9 能學會與家庭成員互動的技巧。 10 能學會與社區成員互動的技巧。	
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： <input type="checkbox"/> 簡化 <input type="checkbox"/> 減量 <input type="checkbox"/> 分解 <input type="checkbox"/> 替代 <input type="checkbox"/> 重整 <input type="checkbox"/> 加深 <input type="checkbox"/> 加廣 <input type="checkbox"/> 濃縮 <input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 教材資源： <input checked="" type="checkbox"/> 學習單 <input checked="" type="checkbox"/> 教學影片 <input type="checkbox"/> 圖卡 <input checked="" type="checkbox"/> 區分性教學 <input type="checkbox"/> 其他：____ 2.教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： <input checked="" type="checkbox"/> 工作分析 <input checked="" type="checkbox"/> 多元感官 <input checked="" type="checkbox"/> 直接教學 <input type="checkbox"/> 多層次教學 <input checked="" type="checkbox"/> 合作學習 <input type="checkbox"/> 合作教學 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 環境調整： <input type="checkbox"/> 教室位置 <input type="checkbox"/> 動線規劃 <input type="checkbox"/> 學習區安排 <input type="checkbox"/> 座位安排 <input type="checkbox"/> 助理員 <input type="checkbox"/> 輔具 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 3.教學評量(學習評量調整) <input checked="" type="checkbox"/> 口語評量 <input checked="" type="checkbox"/> 觀察評量 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 課程本位評量 <input type="checkbox"/> 其他：_____	
教學進度表		
週次	單元名稱	課程內容
1	了解自己-1 【讀心小神童】	1. 教師帶領學生製作一個圓形轉盤，上面畫有笑臉(正向)、哭臉/生氣臉(負向)。
2		2. 教師播放各種情境圖片(如：得到禮物、跌倒受傷、玩具被搶)，請學生轉動轉盤，指出圖片中的主角現在是正向還是負向情緒，並引導學生模仿該表情。
3	了解別人-1 【社交密碼大解密】	「默劇大猜謎」：教師不說話，只用拍肩膀、揮手、指著黑板或一直看著學生的動作，請學生猜猜看老師現在是「要你注意看」還是「有話想跟你說」。
4		

		「呼啦圈社交圈」：在地上擺放兩個呼拉圈。教師示範：如果是家人或好朋友（親密關係），我們可以一起站在同一個呼啦圈裡（靠近）；但如果是不熟的人，就要一人站一個呼啦圈（保持距離），讓學生透過身體距離感受「靠近代表親密與喜歡」。
5	了解環境-1 【上課破關小特務】	「超級特務」聽寫任務：教師發下學習單，規定學生必須「看著老師的眼睛聽完話」才能動筆。例如老師說：「在紙上畫一個紅色的蘋果，旁邊畫一朵雲」，訓練傾聽與依指示執行。 「紅綠燈求救卡」演練：發給學生一面紅綠燈立牌。設定情境（如：寫作業遇到不會的字）。教導學生：老師正在講話時翻到「紅燈（等待）」，老師停下來或開始巡視時翻到「綠燈（舉手求助）」，實際在課堂中跑一次流程。
6		
7	了解自己-2 【身體警報器】	「我的身體火山」繪圖與覺察： 1. 給學生一張有「人體輪廓」和「火山」的學習單。 2. 帶領學生回想「很緊張或害怕（壓力）」的時候，身體哪裡會不舒服？（例如：肚子痛、心跳像打鼓、手心流汗）。 3. 請學生用紅色蠟筆畫在人體輪廓的對應位置，並說明這就像火山快爆發前的警報器，提醒自己現在有壓力了。
8		
9	了解別人-2 【溝通百變金剛】	「無聲與有聲的點餐遊戲」： 1. 非口語任務：設置一個點心站，學生不能說話，只能用「手指點菜單、點頭確認、揮手說不要、給錢的動作」來完成點心兌換。 2. 口語任務：同樣的點心站，這次雙手放在背後，只能用完整的句子說：「老闆，我要一份餅乾，謝謝」，體驗並練習兩種不同溝通方式的使用時機。
10		
11	了解環境-2 【好客迎賓小主人】	「小主人迎賓」情境家家酒： 1. 佈置一個「家門口」的場景。教師戴上不同頭套扮演不同角色（如：熟悉的阿嬤、很久沒見的阿姨、阿姨帶來的不認識的小孩）。 2. 學生擔任小主人，聽到敲門聲去開門。 3. 演練任務：看到阿嬤要主動說「阿嬤好」；看到阿姨要說「阿姨好」；看到不認識的小孩要說「你好，歡迎來玩」。 4. 當客人說「你長高囉」或「你好乖」，學生必須練習看著對方說「謝謝」來禮貌回應。
12		
13	了解自己-3 【我的超人披風】	「我的超人披風」拼貼活動： 1. 發給學生一張紙披風。 2. 在披風的正面（別人看得到的地方），貼上自己很會做的事情圖卡（優勢，如：我很會跑、我很會幫忙發作業）。 3. 在披風的內側（需要被保護的地方），貼上自己覺得困難的事情圖卡（弱勢，如：我寫字很慢、我
14		

		不敢舉手)。 4. 教師總結：每個人都有超能力，也有需要別人幫忙的地方，這很正常。
15	了解別人-3 【閃亮名片交朋友】	「社交名片交換大會」： 1. 帶領學生製作自己的專屬名片（寫上姓名、畫上最喜歡的食物或玩具）。 2. 安排學生在潛能班走廊或教室內走動。 3. 遇到認識的老師或同學，必須完成三步驟任務：主動打招呼（老師好/○○好）→ 回應對方的問候（我吃飽了/我今天很好）→ 遞出名片說：「我是○○○，我喜歡吃蘋果」，完成簡單的自我介紹。
16		
17	了解別人-4 【和平小警長辦案】	「柯南辦案：案發現場還原」： 1. 教師播放一段兩隻布偶搶玩具吵架的影片。 2. 分辨與表達原因：教師當警察，請學生當目擊證人，用麥克風說出「他們剛剛為什麼吵架？在哪裡吵架？」。 3. 表達情緒：請學生選出兩隻布偶當下心情的情緒卡（生氣、委屈）。 4. 分辨後果：拿出兩張圖卡（一張是布偶受傷哭泣、一張是一起玩），問學生「一直打架最後會變成哪一張圖的結果？」，引導理解衝突的不良後果。
18		
19	了解別人-5 【勇敢拒絕防護罩】	「禮貌糾察隊」與「防護罩演練」： 1. 分辨語言與禮儀：教師演出幾種情境（如：插隊、說別人很醜、借東西有說謝謝）。學生拿著「○」和「X」的牌子，舉牌判定這是不是有禮貌、適當的行為與語言。 2. 大聲拒絕：教師扮演「不守規矩的怪獸」，故意去摸學生的頭或是說不好聽的話。教導學生立刻伸出雙手在胸前比「X」（啟動防護罩），並用最大的音量喊出：「我不喜歡！請你停止！」，練習自我保護的果斷拒絕。
20		

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 尚仁國小 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	六年級	1 節	陳柏雋
教學人數	6 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-E3-1 處理情緒(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 理性評估引發不同情緒的原因。 2. 分辨他人複雜的正向或負向情緒。 特社 2-E3-1 訊息解讀(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 以善意正向的觀點，看待同儕與自己的各種互動。 2. 以提醒和善意保護的觀點，看待同儕對自己的負向情緒和非善意行為。 特社 3-E3-1 學校生活(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 根據課表準時到各專科教室上課。 2. 遵守不同課堂的規則。 3. 主動參與在課堂或小組討論。 特社 1-E3-2 處理壓力(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法。 2. 使用抒解壓力的方法。 特社 2-E3-2 基本溝通(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察適當時機加入談話。 2. 延續話題繼續與他人談話。 3. 禮貌的結束話題。 特社 3-E3-2 家庭生活(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 在過年或節慶時看到熟悉的家人時，主動愉悅地說出應景的話。 2. 在親人喪事或遭逢不如意的場合時，表現出悲傷的樣子。 3. 在看到家人生病或受傷時，主動陪同就醫。 特社 1-E3-3 自我效能(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 接納自己的優勢及弱勢能力。 2. 接受不可能每個人都喜歡自己的現象。 3. 在遭遇不如意事件時，自我安慰。 特社 2-E3-3 人際互動(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 用適當的方式與他人分享或贈與自己喜歡的物品。 2. 對他人進行一般性的自我介紹。 3. 每個人都有獨特的地方，交友時不以單一標準或條件來選擇。 4. 判斷朋友的優缺點並結交適當的楷模。 特社 3-E3-3 社區生活(三)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 在過年或節慶時看到熟悉的鄰居時，主動愉悅地說出應景的話。 2. 在鄰居喪事或遭逢不如意的場合時，表現出悲傷的樣子。 3. 在看到鄰居生病或受傷時，主動協助就醫。 特社 2-E3-4 處理衝突(三)。	

	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。 2. 理性評估自己被拒絕的原因。 3. 接受自己被拒絕的事實。 <p>特社 3-E3-4 自我保護(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。 2. 保持與他人相處時的身體界線。
學習內容	<p>特社 I-E3-1 複雜情緒的處理。</p> <p>特社 I-E3-2 壓力的替代與紓解方法。</p> <p>特社 I-E3-3 行為與後果之間的關係與評估。</p> <p>特社 II-E3-1 正負向訊息的判斷。</p> <p>特社 II-E3-2 話題的開啟與延續。</p> <p>特社 II-E3-3 自我經驗的分享。</p> <p>特社 II-E3-4 自我需求與困難的表達。</p> <p>特社 II-E3-5 性別互動的界限。</p> <p>特社 III-E3-1 不同學習情境變化的適應與調整。</p> <p>特社 III-E3-2 不同家庭情境變化的適應與調整。</p> <p>特社 III-E3-3 不同社區情境變化的適應與調整。</p>
融入議題	性別平等、人權、品德、生命、家庭教育
本學期學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1-1 能理性評估引發不同情緒的原因。 1-2 能分辨他人複雜的正向或負向情緒。 2-1 能以善意正向的觀點，看待同儕與自己的各種互動。 2-2 能以提醒和善意保護的觀點，看待同儕對自己的負向情緒和非善意行為。 3-1 能根據課表準時到各專科教室上課。 3-1 能遵守不同課堂的規則。 4-1 能主動參與在課堂或小組討論。 4-2 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法。 4-3 能使用抒解壓力的方法。 5-1 能觀察適當時機加入談話。 5-2 能延續話題繼續與他人談話。 5-3 能禮貌的結束話題。 6-1 能在過年或節慶時看到熟悉的家人時，主動愉悅地說出應景的話。 6-2 能在親人喪事或遭逢不如意的場合時，表現出悲傷的樣子。 6-3 能在看到家人生病或受傷時，主動陪同就醫。 7-1 能接納自己的優勢及弱勢能力。 7-2 能接受不可能每個人都喜歡自己的現象。 7-3 能在遭遇不如意事件時，自我安慰。 8-1 能用適當的方式與他人分享或贈與自己喜歡的物品。 8-2 能對他人進行一般性的自我介紹。 8-3 能理解每個人都有獨特的地方，交友時不以單一標準或條件來選擇。 8-4 能判斷朋友的優缺點並結交適當的楷模。 9-1 能在過年或節慶時看到熟悉的鄰居時，主動愉悅地說出應景的話。 9-2 能在鄰居喪事或遭逢不如意的場合時，表現出悲傷的樣子。 9-3 能在看到鄰居生病或受傷時，主動協助就醫。 9-4 能在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。 10-1 能理性評估自己被拒絕的原因。

	10-2 能接受自己被拒絕的事實。 10-3 能勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。 10-4 能保持與他人相處時的身體界線。
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： <input type="checkbox"/> 簡化 <input type="checkbox"/> 減量 <input type="checkbox"/> 分解 <input type="checkbox"/> 替代 <input type="checkbox"/> 重整 <input type="checkbox"/> 加深 <input type="checkbox"/> 加廣 <input type="checkbox"/> 濃縮 <input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 教材資源： <input type="checkbox"/> 學習單 <input checked="" type="checkbox"/> 教學影片 <input type="checkbox"/> 圖卡 <input type="checkbox"/> 區分性教學 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 2.教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： <input checked="" type="checkbox"/> 工作分析 <input checked="" type="checkbox"/> 多元感官 <input checked="" type="checkbox"/> 直接教學 <input type="checkbox"/> 多層次教學 <input type="checkbox"/> 合作學習 <input type="checkbox"/> 合作教學 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 環境調整： <input type="checkbox"/> 教室位置 <input type="checkbox"/> 動線規劃 <input type="checkbox"/> 學習區安排 <input type="checkbox"/> 座位安排 <input type="checkbox"/> 助理員 <input type="checkbox"/> 輔具 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 3.教學評量(學習評量調整) <input checked="" type="checkbox"/> 口語評量 <input checked="" type="checkbox"/> 觀察評量 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 課程本位評量 <input type="checkbox"/> 其他：_____

教學進度表

週次	單元名稱	課程內容
1 2	了解自己-1 【微表情解剖室】	1. 情緒冰山理論探討：老師展示「情緒冰山」圖表，向學生說明人們表現出來的情緒(水面上)跟真正的原因(水面下)可能完全不同。 2. 青少年情境劇本分析：播放或閱讀幾段複雜情境(例如：同學在比賽中拿了第二名，表面上笑著說沒關係，但其實有點嫉妒和失落)，讓學生分組討論並寫下引發這些複雜情緒的潛在原因。 3. 微表情偵探實作：觀察影片中人物的眼神、肢體微小動作，練習不用非黑即白的標準，而是用「他可能同時覺得A跟B」來精準描述他人的複雜情緒。
3 4	了解別人-1 【人際濾鏡切換器】	1. 認知濾鏡實驗：準備幾張「視錯覺」圖片，引導學生體驗「戴上不同的濾鏡(觀點)，看到的事情就完全不同」。 2. 「超譯」與「善意翻譯機」對決：針對同儕常見的摩擦(例如：同學皺眉頭說「你怎麼這樣做」)，一組負責想出最壞的解讀(超譯)，另一組練習用「善意保護/提醒」的視角來翻譯(例如：他怕我做錯被老師罵)。 3. 社交防護罩演練：當面對同學確實展現負向情緒時，練習在心中按下暫停鍵，告訴自己「他今天可能心情不好，不是針對我」，以正向觀點中和自己的防禦反應。
5 6	了解環境-1 【校園任務領航員】	1. 專科教室轉場地圖設計：讓學生根據六年級的個人課表，畫出校園轉場動線圖，並標記出「必須提早幾分鐘出發」才能準時抵達不同專科教室的時間管理計畫。 2. 課堂潛規則分類大挑戰：列出各種行為(例如：可以隨時起來走動、可以小聲討論、必須完全安靜)，讓

		<p>學生將這些行為正確分類到「自然實驗室」、「音樂教室」與「一般教室」的規範中。</p> <p>3. 焦點團體模擬會議：設定一個青少年感興趣的議題（例如：畢業旅行地點選擇），模擬正式會議流程，練習在小組中輪流發言、不插嘴，並主動提出一個有建設性的想法。</p>
7 8	<p>了解自己-2 【解憂顧問顧問公司】</p>	<p>1. 「求救信箱」案件處理：老師提供幾個虛擬的校園壓力情境（例如：考試考砸了不敢跟家長說、跟好朋友吵架）。學生組成顧問團，針對問題提出三種不同的解決方案。</p> <p>2. 最佳解方評估表：針對上述提出的方案，學生必須使用「優缺點分析表」來評估風險與可行性，練習聽從客觀建議並選出最佳解，而非憑衝動行事。</p> <p>3. 紓壓特調工作坊：介紹並體驗適合青少年的成熟紓壓方式（例如：肌肉漸進式放鬆、自由書寫日記、聆聽特定頻率音樂），讓每位學生建立專屬的「壓力急救包」。</p>
9 10	<p>了解別人-2 【話題衝浪高手】</p>	<p>1. 雙繩跳躍 (Double Dutch) 時機練習：觀看人們聊天的影片，學生手拿按鈴，必須在別人對話的「呼吸停頓點」或「話題段落」精準按下按鈴，練習不突兀地加入談話。</p> <p>2. 「對，而且…」即興接話挑戰：進行話題接力遊戲。當上一位同學講完一個經驗，下一位同學必須用「對，而且我還發現…」來延續話題，禁止直接句號別人或轉移到自己想講的事。</p> <p>3. 優雅退場三步曲：傳授結束話題的成人社交公式：「給予理由+表達感謝+預告下次見（例如：我得去補習班了，剛剛跟你聊遊戲很有趣，明天見）」，並進行兩人一組的情境演練。</p>
11 12	<p>了解環境-2 【家族聚會公關指南】</p>	<p>1. 節慶客製化腳本擬定：針對即將到來的節慶（如過年），學生製作一張「親戚應對字卡」，針對不同長輩（阿公、嬤嬤）擬定大方、不尷尬的應景吉祥話與對答腳本。</p> <p>2. 讀空氣 (Read the Room) 情境演練：探討在喪事或長輩發生不如意事件的場合中，「保持安靜、減少動作、眼神莊重」等肢體語言的表現方式，理解此時的嚴肅是對家人的尊重。</p> <p>3. 家庭醫療急先鋒：模擬家人生病或受傷的突發狀況，練習實用的陪同就醫步驟（例如：幫忙拿健保卡、倒溫水、攙扶、在診所安靜陪伴），展現青少年的責任感。</p>
13 14	<p>了解自己-3 【鋼鐵內心鍛造營】</p>	<p>1. 個人特質雷達圖：引導學生誠實填寫並畫出自己的能力雷達圖（涵蓋學業、運動、脾氣、幽默感等），練習不自卑地說出弱勢，也不驕傲地肯定自己的優勢。</p> <p>2. 「15/70/15」人際常態法則探討：透過討論名人或網紅的例子，讓學生理解社會法則：無論你多努力，永遠有 15% 的人喜歡你、70% 的人中立、15% 的人不喜</p>

		<p>歡你。練習接受「不被所有人喜歡是正常的」。</p> <p>3. 寫給挫折的一封信：在平靜的時候，寫一張「自我安慰小卡」放在錢包或鉛筆盒裡。當遇到不如意時拿出來看，練習用「對待好朋友的溫柔口吻」來安慰自己。</p>
15 16	<p>了解別人-3 【人際雷達掃描器】</p>	<p>1. 三十秒電梯簡報（自我介紹）：針對六年級重新分班或參加社團的情境，練習整理自己的興趣與專長，進行30秒內不冷場、帶有個人特色的自我介紹。</p> <p>2. 友誼投資學與分享界線：透過小組辯論討論「用物質（請客、送虛擬寶物）來交朋友」的風險。練習如何適當分享，同時保護自己不被利用。</p> <p>3. 多元價值觀人物誌：提供不同人物的檔案（有的人功課不好但很熱心、有的人很安靜但很會畫畫）。練習打破單一標準（如只跟成績好或搞笑的人做朋友），判斷並選出值得學習的同儕楷模。</p>
17 18	<p>了解環境-3 【社區敦親睦鄰任務】</p>	<p>1. 電梯裡的微型社交：練習在社區電梯或中庭遇到鄰居時，針對不同節慶給予簡短、愉悅的應景問候（例如：王阿姨，中秋節快樂），克服青少年的見面尷尬症。</p> <p>2. 社區同理心觀察：分析當社區內發生不如意事件（例如：鄰居家中有喪事、鄰居車子被刮壞）時，如何在經過時保持莊重、不嬉鬧、不八卦探聽的成熟態度。</p> <p>3. 旁觀者援助演練：設立情境（例如：鄰居爺爺在大廳跌倒、鄰居提重物掉落）。練習評估自身能力，並提供適當的協助（如主動詢問「需要幫您叫警衛或救護車嗎？」）。</p>
19 20	<p>了解別人-4 【人際界線談判桌】</p>	<p>1. 「三明治拒絕法」實戰：練習在無法答應同儕要求（如借抄作業、幫忙作弊）時，使用「肯定+拒絕原因+提供替代方案」的說話藝術，堅定守住底線又不撕破臉。</p> <p>2. 被拒絕的法醫解剖：當自己被團體拒絕時（例如：別人分組不找我），使用「客觀事實表」來分析原因（是因為人數滿了？還是我之前沒做事？），取代情緒化的「他們都討厭我」。</p> <p>3. 零容忍防衛機制：針對不當的肢體觸碰或言語性騷擾/霸凌，練習收起笑容，運用嚴肅的眼神搭配堅定的「我訊息」（例如：「我不喜歡你開這個玩笑，請你停止」），並演練如何保留證據向信任的大人通報。</p>

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 尚仁國小 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	六年級	1 節	陳柏雋
教學人數	__6__ 年級 __3__ 人，共 __3__ 人		
核心素養	A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	<input checked="" type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解	
本學年 學習重點	學習表現	<p>特社 1-E3-2 處理壓力(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 主動尋找忽略或是替代壓力來源的方法。 2. 分享自己有效的壓力處理經驗。 <p>特社 2-E3-1 訊息解讀(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 區辨別人非善意行為是提醒，還是威脅到了自己的適應與生存。 <p>特社 3-E3-1 學校生活(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在小組中主動對同儕或成人提供協助。 2. 在小組中服從小組決議完成小組指派的工作。 <p>特社 2-E3-3 人際互動(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 2. 與他人分享自己的各種生活或學習經驗。 3. 在虛擬的環境與他人分享自己的各種生活或學習經驗。 <p>特社 3-E3-2 家庭生活(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在家中使用不同文化的母語，與家人或親戚簡單的溝通。 2. 在家庭情境中，看到不同文化的親戚，禮貌地回應他人的問題。 3. 與家中遠方不同國籍或多元文化的親戚進行簡單的聯繫。 <p>特社 3-E3-4 自我保護(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 2. 分辨他人適當或不適當的語言。 3. 大聲拒絕他人不當的觸摸或語言。 <p>特社 3-E3-3 社區生活(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在社區中使用不同文化的母語，與鄰居簡單的溝通。 2. 在社區情境中，看到不同文化的鄰居，禮貌地回應他人的問題。 <p>特社 2-E3-4 處理衝突(三)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 理性評估被誤解或誣賴的原因。 2. 被他人誤解或誣賴時能清楚說明事實。 3. 在面對同儕的抱怨時，表達自己的立場及理由。 4. 檢視發生衝突的原因並自我修正。 5. 用適當的方式在虛擬的世界與多元性別的人進行互動與了解。 	
	學習內容	<p>特社 I-E3-1 複雜情緒的處理。</p> <p>特社 I-E3-2 壓力的替代與紓解方法。</p> <p>特社 I-E3-3 行為與後果之間的關係與評估。</p> <p>特社 II-E3-1 正負向訊息的判斷。</p> <p>特社 II-E3-2 話題的開啟與延續。</p> <p>特社 II-E3-3 自我經驗的分享。</p> <p>特社 II-E3-4 自我需求與困難的表達。</p> <p>特社 II-E3-5 性別互動的界限。</p> <p>特社 III-E3-1 不同學習情境變化的適應與調整。</p>	

	特社 III-E3-2 不同家庭情境變化的適應與調整。 特社 III-E3-3 不同社區情境變化的適應與調整。
融入議題	性別平等、人權、品德、生命、家庭教育
本學期學習目標	1-1 能主動尋找忽略或是替代壓力來源的方法。 2-1 能區辨別人非善意行為是提醒，還是威脅到了自己的適應與生存。 3-1 能在小組中主動對同儕或成人提供協助。 3-2 能在小組中服從小組決議完成小組指派的工作。 4-1 能展現合宜行為以維持長時間的友誼。 4-2 能與他人分享自己的各種生活或學習經驗。 4-3 能在虛擬的環境與他人分享自己的各種生活或學習經驗。 5-1 能分享自己有效的壓力處理經驗。 6-1 能在家中使用不同文化的母語，與家人或親戚簡單的溝通。 6-2 能在家庭情境中，看到不同文化的親戚，禮貌地回應他人的問題。 6-3 能與家中遠方不同國籍或多元文化的親戚進行簡單的聯繫。 7-1 能在與他人相處時，遵守基本的禮儀。 7-2 能分辨他人適當或不適當的語言。 7-3 能大聲拒絕他人不當的觸摸或語言。 8-1 能在社區中使用不同文化的母語，與鄰居簡單的溝通。 8-2 能在社區情境中，看到不同文化的鄰居，禮貌地回應他人的問題。 9-1 能理性評估被誤解或誣賴的原因。 9-2 能在被他人誤解或誣賴時能清楚說明事實。 9-3 能在面對同儕的抱怨時，表達自己的立場及理由。 9-4 能檢視發生衝突的原因並自我修正。 9-5 能用適當的方式在虛擬的世界與多元性別的人進行互動與了解。
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： <input type="checkbox"/> 簡化 <input type="checkbox"/> 減量 <input type="checkbox"/> 分解 <input type="checkbox"/> 替代 <input type="checkbox"/> 重整 <input type="checkbox"/> 加深 <input type="checkbox"/> 加廣 <input type="checkbox"/> 濃縮 <input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 教材資源： <input type="checkbox"/> 學習單 <input checked="" type="checkbox"/> 教學影片 <input type="checkbox"/> 圖卡 <input type="checkbox"/> 區分性教學 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 2.教學方法(學習歷程與環境調整) 學習歷程： <input checked="" type="checkbox"/> 工作分析 <input checked="" type="checkbox"/> 多元感官 <input checked="" type="checkbox"/> 直接教學 <input type="checkbox"/> 多層次教學 <input type="checkbox"/> 合作學習 <input type="checkbox"/> 合作教學 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 環境調整： <input type="checkbox"/> 教室位置 <input type="checkbox"/> 動線規劃 <input type="checkbox"/> 學習區安排 <input type="checkbox"/> 座位安排 <input type="checkbox"/> 助理員 <input type="checkbox"/> 輔具 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 3.教學評量(學習評量調整) <input checked="" type="checkbox"/> 口語評量 <input checked="" type="checkbox"/> 觀察評量 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 課程本位評量 <input type="checkbox"/> 其他：_____
教學進度表	
週次	單元名稱
	課程內容

<p>1 2</p>	<p>了解自己-1 【壓力轉運站：焦點轉移術】</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 不可控壓力大盤點：教師引導學生列出「目前無法解決的壓力」（如：即將到來的會考、無法改變的家庭狀況），討論一直鑽牛角尖會對大腦造成的負面影響。 2. 建立「大腦休眠歌單/清單」：帶領學生發想並寫下專屬的「健康替代方案清單」（如：聽 podcast、去操場投籃、組裝模型），區分「有效轉移焦點」與「過度逃避（如沉迷手遊）」的界線。 3. 焦點切換實境模擬：發給學生「壓力情境卡」，學生必須在 10 秒內做出反應，選擇清單上的一項替代方案，並具體說明這項行動如何幫助自己暫時抽離負面情緒。 4. 課後壓力追蹤挑戰：擬定一週的行動契約，承諾在下週遇到煩躁感時，主動使用一次焦點轉移法，並記錄執行後的心情變化指數。
<p>3 4</p>	<p>了解別人-1 【惡意雷達與金鐘罩】</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「回饋」與「攻擊」光譜圖：在黑板畫出一道光譜，一端是「善意提醒」，另一端是「惡意威脅」。讓學生將各種情境字卡（如：「你作業寫好爛」、「下課不給我錢你就死定」）貼到光譜適當的位置。 2. 動機解剖室：針對落在模糊地帶的「非善意行為」（如：同學講話很酸），分組討論對方的動機。學習分辨哪些只是對方脾氣差（不影響生存，可忽略），哪些已經構成霸凌或威脅適應（必須通報）。 3. 金鐘罩防禦演練：針對「非威脅性的酸言酸語」，練習啟動心理金鐘罩，使用「冷處理」或「轉念（他可能今天心情不好）」來回應，不讓自己隨之起舞。 4. 生存危機通報網：針對「威脅到身心安全」的情境，演練如何具體且冷靜地向師長通報「人事時地物」，建立自我保護的最後防線。
<p>5 6</p>	<p>了解環境-1 【專題神隊友】</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 密室逃脫小組任務：設計一個需要分工解謎的桌上型闖關遊戲。規則限制「不能搶別人的工作」，藉此訓練學生在小組中觀察誰卡關了，並練習用「需要我幫你查資料嗎？」的句型主動提供協助。 2. 神隊友與雷隊友檢核表：遊戲結束後，帶領學生討論剛剛的過程中，哪些行為讓人覺得安心（如：主動幫忙），哪些行為會拖累團隊，建立良好的團隊合作共識。 3. 模擬學生會決議：拋出一個兩難議題（例如：班費只夠買披薩或買飲料，只能二選一）。讓小組進行激烈討論與投票。 4. 服從與執行力挑戰：投票結果出爐後，即使是投反對票的學生，也必須練習「放下個人堅持，服從多數決議」，並確實完成小組指派的後續任務（如：負責打電話訂餐），展現國中生應有的民主素養。
<p>7 8</p>	<p>了解自己-2 【友誼長存的維護指南】</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 友誼盆栽的養分與毒藥：討論長久的朋友關係需要什麼養分（如：傾聽、保密），以及什麼行為會毒死友誼（如：背後說壞話、借錢不還）。 2. 深度經驗分享會：圍成圓圈進行「真心話時間」，

		<p>每個人輪流分享一個近期「最糗的學習經驗」或「最開心的生活趣事」，練習透過適度展現脆弱與喜悅來拉近人際距離。</p> <p>3. 數位足跡與虛擬社交：檢視幾個模擬社群軟體動態或對話截圖，討論在網路上分享生活時，要注意哪些隱私與禮貌（如：不亂發別人的醜照、不炫耀過頭）。</p> <p>4. 雲端聊天室實作：建立一個班級專屬的臨時線上討論板，讓學生練習在虛擬環境中用文字留言分享週末計畫，並給予同學正向、有意義的回應。</p>
9 10	<p>了解別人-2 【抗壓智囊團分享大會】</p>	<p>1. 我的壓力生存檔案：引導學生回顧小學六年中，遇到過最大的一次挫折或壓力事件（如：比賽失利、跟摯友吵架）。</p> <p>2. 萃取成功經驗：發下「經驗萃取學習單」，讓學生整理出當時「我是用了什麼具體的方法挺過來的？」（如：深呼吸、找人聊聊、大哭一場），將個人經驗轉化為可教導別人的策略。</p> <p>3. TEDx Youth 迷你演講：舉辦「抗壓智囊分享會」，每位學生上台進行 3 分鐘的經驗分享。台下同學必須專心做筆記，學習別人的壓力處理方式。</p> <p>4. 國中抗壓秘笈大匯編：將全班分享的有效策略彙整成一張「國中生存秘笈海報」，請全班簽名承諾，未來遇到壓力時會從這張海報中尋找解方。</p>
11 12	<p>了解環境-2 【跨文化家族聯絡網】</p>	<p>1. 尋根探測儀：讓學生分享家中的語言背景或親戚的國籍（如：閩南語、客家語、原住民語、新住民母語）。老師教授幾句不同文化的簡單問候語與稱謂。</p> <p>2. 家庭餐桌模擬劇：佈置過節聚餐情境，學生輪流扮演不同文化背景的長輩提問。挑戰者必須練習用該語言（或合適的態度）禮貌回應長輩的關心。</p> <p>3. 跨國距視訊禮儀：探討與住在遠方、不同國籍或多元文化的親戚通訊時，應該注意的時差、文化禁忌或話題選擇。</p> <p>4. 平板連線模擬實作：兩人一組，使用平板背對背進行模擬視訊。練習用簡單的母語或通用語言，向螢幕另一端的「親戚」報告近況並表達思念。</p>
13 14	<p>了解別人-3 【青春期身體與言語防線】</p>	<p>1. 「玩笑」與「性騷擾」的界線：針對青春期常出現的「身體發育玩笑」或「帶有顏色的黃腔」，進行嚴肅的探討。教導這不是幽默，而是不適當的語言，甚至涉及法律。</p> <p>2. 校園禮儀新標準：讓學生分組制定「國中生合宜互動規範」，釐清死黨之間的打鬧與跨越界線的不尊重之間的差異。</p> <p>3. 強勢拒絕的盾牌術：針對不當的觸摸（如：故意彈肩帶、亂摸頭髮）或語言，教導「堅定眼神＋嚴肅音調＋明確指令」的拒絕法。</p> <p>4. 情境反擊演練：教師或協同老師扮演越界的同儕，學生必須現場展現大聲且果斷的拒絕：「我非常不喜歡你這樣講話，請你立刻停止！」並練習拒絕後</p>

		轉身離開。
15 16	了解環境-3 【地球村社區外交官】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 我們的多語社區：帶領學生認識居住社區中可能遇到的不同文化群體（如：外籍移工、不同族群的鄰居）。討論尊重不同文化生活習慣的重要性。 2. 社區母語破冰術：教導幾句實用的多元文化問候語（如日、韓、東南亞的「你好」、「謝謝」），以及不同文化打招呼的肢體禮儀。 3. 電梯裡的微型外交：佈置電梯情境。學生扮演搭電梯的住戶，遇到不同文化背景的「鄰居」時，練習給予友善的微笑、點頭，並使用簡單的母語進行溝通或問候。 4. 鄰里問答實戰：模擬鄰居在資源回收場或公園熱心提問（如：「你幾年級啦？」），學生練習破除青少年的冷漠，展現大方、有禮貌的回應態度。
17 18	了解別人-4 了解別人-5 【危機處理與多元宇宙交友】	<ol style="list-style-type: none"> 1. 法庭攻防戰（處理誤解與抱怨）：設定學生被同學誣賴（如：被說作弊或偷東西）的情境。教導「冷靜說明事實三步驟：不發脾氣、提出時間序、給出證明」。練習在面對同儕抱怨時，有條理地表達自己的立場與理由。 2. 衝突錄影帶倒帶：讓學生寫下近期一次與人的爭執。練習以「上帝視角」重新檢視衝突原因，寫下「如果重來一次，我會在哪個環節自我修正」。 3. 虛擬世界的多元光譜：探討線上遊戲、論壇或社交軟體中，會遇到各種不同性別氣質與性別認同的網友。教導「尊重個體差異、不使用性別歧視字眼」的網路素養。 4. 公會結盟演練：模擬在遊戲中與未知的網友組隊打怪。學生必須練習在不知道對方真實性別與背景的情況下，純粹以「任務目標」和「友善態度」與多元性別的人進行適當的互動與了解。