

111 學年度嘉義縣新港國民中學特殊教育班第一二學期特殊需求領域社會技巧課程 教學計畫表 設計者：陳真

一、教材來源：□自編 □編選-參考教材○○ 二、本領域每週學習節數：2 節

三、教學對象：自閉症 9 年級 1 人、智能障礙 9 年級 1 人、情緒障礙 9 年級 1 人、學習障礙 8 年級 1 人，智能障礙 7 年級 1 人，共 5 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
<p>A 自主行動</p> <p>特社-J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。</p> <p>特社-J-A2 具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。</p> <p>特社-J-A3 具備運用優、弱勢與資源的能力，執行問題解決計畫並分析不同方式的優缺點與行為後果，以因應生活情境的改變。</p> <p>B 溝通互動</p> <p>特社-J-B1 具備察覺他人語言和非語言溝通目的與意圖，並以同理心的角度與人溝通。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識自己的情緒並接納自己的情緒 2. 能處理自己的情緒與壓力，並適切的表達 3. 學習同理心，理解他人的情緒反應 4. 學習尊重他人不同意見，不批評、嘲笑、專心聆聽。 5. 當遇到衝突與特殊的情境時，能適切的回應與表達 6. 建立良好人際溝通與互動能力，並能適當解決衝突

五、本學期課程內涵：第一學期評量

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1 週	緣份讓我們相遇	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 2-IV-7 欣 	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 C-IV-1 尊 	1. 能說出三件關於自己的事情以及	活動一 討論大家共同遵守的教室規則。	1. 紙筆評量：完成

		賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友誼。	重與接納學校的多元意見。	自己的特質。 2. 能用口語表達自己的想法。 3. 能傾聽別人的分享。	活動二 填寫自我介紹學習單，寫好後找同學並將與有自己相同答案的題目圈起，進行賓果任務。 活動三 學習上台自我介紹，介紹自己獨特的地方，並以三真一假的活動進行破冰。	自我介紹學習單。 2. 口頭評量：上台分享說出三個自己的特質，以及三真一假的經驗。 3. 觀察
第2-3週	情緒調色盤 (察覺情緒)	• 特社 1-IV-1 分辨與表達正負向的情緒。	• 特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。	1. 能透過不同圖片及影片內容，分辨角色當下的情緒。 2. 能分享自己的正向情緒有哪些。 3. 能分享自己的負向情緒有哪些。 4. 能分辨不同的事件，自己的情緒為何。	1. 複習「情緒卡」中不同的正負向情緒。 2. 透過影片，能分辨正向的情緒表達。 3. 透過影片，能分辨負向的情緒表達。 4. 抽一張正向及負向的情緒卡，分享兩件生活中產生此正向及負向情緒的經驗。 5. 教師藉由影片和學生共同	1. 紙筆評量：完成情緒調色盤學習單。 2. 口頭評量： (1) 能依影片情境說出主角

				<p>5. 以冷靜處理情緒的方式,將內在的負面訊息轉化。</p>	<p>討論冷靜處理情緒的重要性。</p> <p>6. 「冷靜處理情緒」的步驟與提示教學</p>	<p>為正向情緒或負向情緒</p> <p>(2) 主動分享自己曾有的正/負向情緒。</p> <p>(3) 說出冷靜處理情緒的步驟。</p> <p>3. 實作評量：藉由遊戲及情境演練冷靜三步驟，停下動作-閉上眼睛-深呼吸。</p>
--	--	--	--	----------------------------------	---	--

第 4-8 週	情緒大聲公 (轉換情緒、表達情緒)	<ul style="list-style-type: none"> 特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 	<ol style="list-style-type: none"> 能分辨出不同情緒反應帶來的後果。 能學會利用「我訊息」正確表達自己的情緒。 能理解負面情緒對自己的助益。 	<ol style="list-style-type: none"> 透過新聞事件,了解不同情緒帶來的後果。 透過影片學習「停下來」的原則及緩和激烈的情緒。(暫時離開情境、轉移注意力、找人傾訴) 使用「我訊息」表達自己的情緒感受。 透過「腦筋急轉彎」影片,說明憂憂對人的重要性。 	<ol style="list-style-type: none"> 紙筆評量：完成情緒大聲公學習單。 口頭評量： <ol style="list-style-type: none"> 透過新聞事件,說出不同情緒所導致的後果。 說出「情緒停下來」的兩種方式。 能完整地利用「我訊
---------	----------------------	---	---	--	---	---

						<p>息」表達情緒感受。</p> <p>3. 實作評量：能練習「停下來」的緩和情緒技巧。</p> <p>4. 觀察</p>
第 9-11 週	面對問題好上手 (冷靜解決問題)	<ul style="list-style-type: none"> 特社 3-IV-4 在遇到困難時，依問題性質尋求特定對象或資源的協助。 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 	<ol style="list-style-type: none"> 能分辨有效的與無效的解決方法。 能透過問題表格分析問題情境。 能依照情境提出解決辦法。 	<ol style="list-style-type: none"> 讓學生表達讓自己沮喪的事件/物，分享自己的處理方式。 老師設計讓學生共同解決問題的情境活動，在過程中追問「還能怎麼做？」、「下來會發什麼事？」等思考問題解決的問題。 提供學生分析與解決問題的表格(分析問題、解決問題的方法、避開問題的方 	<ol style="list-style-type: none"> 紙筆評量：完成問題分析表格學習單。 口頭評量：分享曾經處理情緒問題的經驗。 實作評

					<p>法)</p> <p>4. 讓學生討論哪些是有效的方法和無效的方法。可以先試最好的方法,行不通再是第二個。</p>	<p>量：情境演練，舉出幾個情境例子，學生輪流接力提解決策略。</p> <p>* 演練例子：處理師生衝突、遇到挫折的求助、適當吸引他人、排遣下課的無聊、判斷是非。</p> <p>3. 觀察</p>
第 12-15 週	同理放大鏡 (察覺他人	<ul style="list-style-type: none"> 特社 2-IV-12 面 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 B-IV-2 同 	1. 能分辨同理與同情的差別。	1. 引起動機活動：進行「矇眼闖關」遊戲，由	1. 口頭評量：

	<p>的情緒、同理心的認識)</p>	<p>對他人的抱怨，安撫對方情緒緩和衝突，並有效分析自己的困難。</p>	<p>理心的培養。</p>	<p>2. 能學習傾聽的技巧。 3. 能學會如何適當回應他人。</p>	<p>矇眼者與導盲者分享活動過程中的感受心情,以及如何同理對方需求做出回應</p> <p>2. 利用影片說明同理心與同情心之差別。</p> <p>3. 學生分組,閱讀一則故事後演出,讓其他學生推測角色的情緒感受。</p> <p>4. 同理練習： (1) 練習傾聽他人說話，並轉述他人表達的重點為何 (2) 以不批判、不評論的方式給予對方回應。 (3) 配合肢體語言，例如微笑、看著對方的眼睛、點頭等。</p>	<p>(1)能說出同理心及同情心的差別。 (2) 請學生分享近日生活事件，讓大家試著推測對方的情緒和感受，討論出適合的應對或調整方式。</p> <p>2. 實作評量： (1) 能練習傾聽一段演講，並說出重</p>
--	--------------------	--------------------------------------	---------------	---	--	--

						<p>點。</p> <p>(2) 兩兩一組練習分享假日出遊經驗，分別練習傾聽的非語言動作技巧。</p> <p>3. 觀察</p>
第1小 6-20週	友善大使	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 2-IV-17 以平等、尊重、友善的態度與他人共同參與團體或活動。 • 特社 2-IV-18 使 	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 B-IV-2 同理心的培養。 • 特社 II-J-3 優勢的呈現與表達。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能展現出友善的樣貌。 2. 能分辨友善及不友善的語氣。 3. 能友善的提出自己的意見。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 與學生討論「友善的談話」的意思，實際展現的樣貌（表情、肢體、語氣等），觀察圖片做回應，用鏡子演練和善說話的樣子，帶出技巧步驟。 2. 說話的語氣區辨與覺察：讓學生說幾個句子並錄音，討論語氣不同的差別。 3. 給予情境，進行角色扮演練 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 紙筆評量：完成學習單。 2. 口頭評量：說出友善談話會有的表情、肢體動作及方式。

		用適當方式表達對人的欣賞。			<p>習,其他學生給予友善度評分。</p> <p>4. 練習活動:給予學生收集任務,請學生依照抽到的表情說出要求,最後檢視完成任務和沒有完成任務的差別,並進行討論。</p> <p>5. 兩人一組,給予「如果.....」的情境案例,討論後表現如何友善說話,由其他各組進行友善度評分。</p>	<p>3. 實作評量:進行角色對話演練,其他學生給予友善度評分,未演練的同學則利用友善原則給予建議。</p> <p>4. 觀察</p>
--	--	---------------	--	--	--	---

第二學期

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-2 週	在你眼裡我的模樣	<ul style="list-style-type: none"> 特社 2-IV-6 適當介紹自己獨特的 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 B-IV-2 同理心的培養。特社 B-IV-3 	<ol style="list-style-type: none"> 能了解自己和同儕的優點、專長、興趣、獨特的地方 能了解別人對自 	<ol style="list-style-type: none"> 透過有趣的心理測驗了解自己 and 同儕,並從討論中得知別人對自己的看法。 進行特質賓果的活動,讓每 	<ol style="list-style-type: none"> 口頭評量: (1) 能說出自己的

		<p>地方，主動尋求志同道合的朋友。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 特社 2-IV-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友誼。 	<p>優勢的呈現與表達。</p>	<p>己的看法。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 能了解別人與自己有哪些相同之處。 	<p>個人寫下關於自己的五個特質，並統一放入箱子內，並進行賓果遊戲，最先連成四條線者獲勝。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 利用「實話實說」桌遊認識不同的特質。 	<p>三個特質。</p> <p>(2) 能說出不同特質可能會出現的行為。</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 實作評量：透過桌遊，從他人眼中了解自己以及他人的特質。 3. 觀察
第 3 週	看見他人身上的光	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 2-IV-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的 	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。 • 特社 C-IV-1 尊重與 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能找出並分享每個同學三個優點。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以《你很特別》繪本引導成員討論，學習以正向角度看對所有人。 2. 進行優點大轟炸遊戲，學習讚美他人 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 口頭評量： (1) 回答繪本裡面的內容問題。

		友誼。	接納學校的多元意見。			(2) 能說出同儕的三個優點。
第 4-6 週	學會給建議	<ul style="list-style-type: none"> 特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。 	<ol style="list-style-type: none"> 能以他人可接受的方式提出自己的意見。 能練習禮貌的中斷別人的談話。 	<ol style="list-style-type: none"> 提供建議：討論「建議」的意思、給建議的時機、正面或負面建議 別人是否一定要做到？ 運用情境例子帶入提供建議的技巧與步驟。 讓學生兩人組共同完成一項任務或作品，其中一人扮演建議者運用適當的技巧和步驟給予建議或點子，一人扮演執行者，一回合後互換角色。 老師和學生討論活動中大家如何給建議，協助學生處理溝通時的問題。 	<ol style="list-style-type: none"> 紙筆評量：完成學習單。 口頭評量：說出給予建議的技巧與步驟。 實作評量：透過不同情境練習給予對方適當的建議。 觀察
第 7-9 週	學會接受建議	<ul style="list-style-type: none"> 特社 2-IV-11 在 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 B-IV-2 同理心 	<ol style="list-style-type: none"> 能理解他人給予建議的立場與態 	<ol style="list-style-type: none"> 與學生討論被給建議的相關經驗，引導學生察覺本身 	<ol style="list-style-type: none"> 紙筆評量：完成

		<p>面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的方式回應。</p>	<p>的培養。</p>	<p>度。</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 說出當他人給予建議時，如何適切地回應。 3. 能使用回應他人建議的技巧。 	<p>及他人當下的情緒反應及態度。</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 與學生討論常出現的回應方式，帶出回應他人建議的技巧和步驟。 3. 請學生互相給對方生活上的建議，並運用學得的技巧逐一回應他人給予的建議 4. 老師和學生討回饋給予建議的適當性，以及學生在接受建議時的表現。 	<p>學習單</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 口頭評量： <ol style="list-style-type: none"> (1) 能說出三種回應他人建議的話。 (2) 能說出他人給予建議時，當下可能會出現的情緒。 (3) 能說出他人給予建議時，自身心態的調整。 3. 觀察
--	--	------------------------------------	-------------	--	---	---

第 10-11 週	被拒絕的勇氣	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 • 特社 1-IV-4 聽從他人的建議，嘗試解決被拒絕的困境。 • 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。 	<ul style="list-style-type: none"> • 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解並應用調適壓力的不同方式。 2. 能練習被拒絕的反應技巧。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 進行完整的疊疊樂遊戲，引導學生回顧遊戲過程，探討面對壓力時的感受。 2. 共同討論遇到壓力時的解決之道。 3. 情境技巧練習(以加入遊戲為例)： <ul style="list-style-type: none"> 步驟一 確定想加入遊戲。 <ul style="list-style-type: none"> (1)看起來很好玩-想加入 (2)不想玩-離開 步驟二 觀察怎麼玩。 <ul style="list-style-type: none"> (1)我會了-可以加入遊戲 (2)不會玩-請他人教我玩 步驟三 徵求對方同意。 <ul style="list-style-type: none"> (1)我可以跟你們一起玩嗎？ (2)可以讓我加入嗎？ 步驟四 做出適當反應。 <ul style="list-style-type: none"> (1)讓你加入遊戲-可以一起玩。但要遵守遊戲規則 輪流一起玩和接受遊戲結果。 (2)不讓你加入遊戲-離開、找 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 口頭評量： <ul style="list-style-type: none"> (1) 說出被拒絕時可能出現的情緒。 (2) 能說出調適壓力的兩種方式。 2. 實作評量：情境演練，包含想加入遊戲、觀察遊戲規則、徵求同意、做出反應。 3. 觀察
-----------	--------	---	---	--	---	--

					別的遊戲玩。	
第 12-14 週	表達不喜歡	<ul style="list-style-type: none"> 特社 2-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的方式回應。 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識不友善的語言或行為。 2. 學習別人惡意言行攻擊時的處理方法。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過影片觀察學習拒絕別人的惡意言行。 2. 表達不喜歡的說法教學：請你不要這樣說，我不喜歡、保持冷靜、不理會、離開現場。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 口頭評量：分享當聽到不友善的語言會有的情緒反應。 2. 實作評量：情境演練表達不喜歡的五種做法。 3. 觀察
第 15-17 週	拒絕的藝術	<ul style="list-style-type: none"> 特社 2-IV-14 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌的 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解適切拒絕人的六種方式。 2. 能理解被拒絕時會有的情緒反應。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過不同情境，讓學生進行抽籤，回答自己如果遇到這樣的狀況，可以如何回應？ 2. 進行拒絕秘笈的教授： <ol style="list-style-type: none"> (1)我不能.....因為..... (2)我知道你.....不過我不想 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 紙筆評量：完成學習單，寫出每一個情境可以說出拒

		說明拒絕的原因。			<p>(3)我不能.....因為...或許下次.....</p> <p>(4)我無法.....我知道你.....是不是可以.....你覺得如何?</p> <p>(5)我需要想一想在告訴你</p> <p>(6)我想我們還是要找人幫忙</p>	<p>絕的話</p> <p>2. 口頭評量： (1) 面對不同情境，分享曾經拒絕的經驗。 (2) 能說出至少兩個拒絕的說法。</p> <p>3. 觀察</p>
第 19-20 週	支援前線	<ul style="list-style-type: none"> 特社 3-IV-4 在遇到困難時，依問題性質尋求特定對象或資源的協助。 	<ul style="list-style-type: none"> 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 	<ol style="list-style-type: none"> 能與他人合作，討論出解決方法。 能說出生活中可以尋求的對象。 	<ol style="list-style-type: none"> 進行支援前線的活動，針對每個人要準備哪些東西，予以口令，最快完成的人，即可加分。 列出自己生活中可能遇到的困難有哪些。 大家共同討論可以尋求哪些資源。 	<ol style="list-style-type: none"> 口頭評量： (1) 說出自己生活中實際求助的案例。 (2) 說出

					<p>4. 介紹問題解決三步驟,並透過情境練習如何應用。</p>	<p>問題解決三步驟。</p> <p>2. 實作評量：透過多種情境，利用問題解決三步驟解決問題。</p> <p>3. 觀察</p>
--	--	--	--	--	----------------------------------	---

