

一、教材來源：☑自編 ☐編選-參考教材○○

二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：情緒行為障礙 1 人、智能障礙 1 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養			課程（學年）目標
A 自主行動 特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。	B 溝通互動 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。	C 社會參與 特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。	1. 能藉由瞭解性別意涵，發展正確的性別觀念與價值評斷。 2. 能判斷他人對自己的觸碰及語言是否帶有惡意，並以適當方式拒絕。 3. 能在生活中以正確的方式尊重他人、與他人互動。 4. 能透過團體遊戲，分辨造成衝突的原因、情境與後果，並採用適當方式解決。 5. 能在生活情境中展現人際關係與團隊合作的技巧。 6. 能遵守團體規範，並與人友善互動。 7. 能察覺壓力源，並運用適當方式解決因壓力產生的負面情緒。 8. 能透過練習將學到的情緒處理技巧運用在生活中。

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 1-4 週	性別對對碰	特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社 2-II-6 了解性器官的隱私性及轉移觸摸的注意力。 特社 2-III-16 以平等、尊重的態度與方式欣賞與對待各種性別的人。	特社 B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社 B-III-5 多元性別互動與自主。	1. 能透過教材了解個人的身體界限。 2. 能了解身體隱私部位的重要性與私密性。 3. 能平等的對待各種性別的人。 4. 能友善的以正確方式與不同性別的人互動。	1. 自製教具 利用自製教具-幫我穿衣服、我的身體我做主等兩種教具，讓學生學習身體界限及身體的隱私部位有哪些。 ● 幫我穿衣服：讓學生發揮創意為板子上的人物進行穿衣搭配，如：男生可以穿裙子、女生可以穿襯衫。 ● 我的身體我做主：教師詢問學生那些身體部位是不能被觸碰或是被看的，學生指出位置後可翻開教具，看底下的圖案。若圖案有打叉叉代表該部位是隱私部位；否則非隱私部位 2. 團體遊戲 共同邀請班上三位同學一同參與課程，以團體遊戲方式，練習如何以友善的方式與不同性別的人互動。	觀察評量 1. 觀察學生是否能主動參與課程，學習身體界限。 口語評量 1. 評量學生是否能回答出身體上不能被看、觸摸的隱私部位有哪些。 2. 評量學生是否能以友善的態度與他人對話。 實作評量 1. 評量學生是否能正確指認出身體上不能被看、觸摸的隱私部位。 2. 評量學生在團體互動時，是否能平等的對待他人。 3. 評量學生是否能以友善的態度，在遊戲時與不同性別的人相處。

第 5-9 週	是的，我做不到	特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 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 2-III-7 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。 特社 3-I-5 遵守教室規則。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。	特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。 特社 C-V-1 學校的參與及合作。	1. 能以有禮貌的方式與人互動。 2. 能遵守班級規範。 3. 能在不同課堂中，遵守該課堂規範。 4. 能遵守校園規範，不刻意違反規定。 5. 能有禮貌地拒絕別人的要求。	1. 影片—禮貌好小孩 透過「禮貌好小孩」影片，教導學生禮貌的重要性。並藉由影片讓學生反思，與人相處時若是沒有禮貌，會產生什麼感受及後果。 https://www.youtube.com/watch?v=FPx99fMHH78&t=37s 2. 禮貌遵守表 由學生主導、教師協助，共同製作出禮貌遵守表，讓學生可以帶在身上，以視覺提示的方式，提醒自己該遵守的規則。 3. 校園規範提示卡 以分享、討論的方式，引導學生說出班級班規、科任課上課規定，與校園規範，讓學生能知道自己應該遵守那些規定。並製作提示卡，讓學生隨時能利用提示卡，提醒自己應該如何遵守老師、班級與學校的規定。 4. 拒絕別人五要素 透過「如何拒絕別人」影片，教導學生如何在無法接受別人要求時，有禮貌地拒絕他人。 (1) 注意語氣 (2) 勇敢說「不」 (3) 表明拒絕的原因 (4) 清楚表達自己的想法 (5) 離開現場 https://www.youtube.com/watch?v=d-1fH2DKm0c 5. 實際練習 設計情境，讓學生能練習如何透過「拒絕別人五要素」，在無法接受他人要求時，禮貌地表示拒絕。	觀察評量 1. 觀察學生是否能有禮貌的與他人對話、溝通。 2. 觀察學生是否能在觀看影片時，反思自己的態度是否造成他人傷害。 口語評量 1. 評量學生能否具體說出教室班規、課堂規則及校園規範。 2. 評量學生是否能覆誦「拒絕別人五要素」。 實作評量 1. 評量學生是否知道使用提示卡的時機。 2. 評量學生是否能利用提示卡遵守校園中的各種規範。 3. 評量學生是否能透過「拒絕別人五要素」，在無法接受他人要求時，禮貌地表示拒絕。
第 10-15 週	情緒紅綠燈	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 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-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	1. 能表達出自己的優缺點。 2. 能從他人的言語中，感受對方的態度及看法。 3. 能在情緒不佳時，學會說出自己的感受，並接受他人幫助。 4. 能學會如何適當的抒發負面情緒。 5. 能在想抒發負面情緒前思考，不同的抒發方式會帶來怎樣的行為後果。	1. 交友九宮格 使用交友九宮格學習單，讓學生邀請九位同學或老師，為該生寫下對他的看法或想法。而後透過完成的學習單，引導學生歸納、整理出，自己在他人心中是怎樣的一個人。讓學生思考自己對自己的想法與他人的看法是否一致，引導學生認知並說出自己的優缺點。 2. 繪本閱讀—菲力的 17 種情緒 透過繪本閱讀「菲力的 17 種情緒」，認識各式各樣複雜的情緒。並引導學生透過觀察鏡子中，自己的表情，解讀當下的情緒是好或壞、當下的表情是否會造成別人的誤會。 (1) 「解讀情緒」：尋找情緒的線索—臉部表情、肢體動作、姿勢，練習適當的情緒行為。	觀察評量 1. 觀察學生是否能感受到他人的情緒及看法。 2. 觀察學生是否能透過各種情緒行為，解讀自己或是他人的情緒。 口頭評量 1. 評量學生是否能清楚說出自己的優缺點。 2. 評量學生是否能依據桌遊卡牌上的問題，回答出有關情緒的問題。

					(2) 「解讀別人感覺」：猜一猜自己帶給別人的感覺。 (3) 「說出情緒」：學會說出自己的感受，並在他人想幫助自己時試著接受。 3. 桌遊—情緒偵探 透過桌遊「情緒偵探」引導學生思考，在生活中遇到和卡牌上相似的情境時會有怎樣的情緒，又可以怎麼抒發那些情緒。 4. 桌遊活動討論 透過桌遊活動，帶學生思考有負面情緒想抒發時，哪些管道或方式是可以利用，並想想看各抒發方式可能會造成的後果，引導學生學習使用適當方式抒發自己的負面情緒。 (1) 深呼吸、喝水冷靜 (2) 請對方給予時間，讓自己至冷靜角冷靜 (3) 將負面情緒寫下來，並用色筆將該情緒劃掉 (4) 使用紓壓小道具	3. 評量學生是否能表達出有負面情緒時，可行的各種抒發方式。 實作評量 1. 評量學生是否有禮貌的邀請他人協助完成學習單。 2. 評量學生是否能運用學到的情緒表達內容，進行桌遊活動。 3. 評量學生是否能在生活情境中，運用學習到的抒發情緒技巧。
第 16-20 週	小小遊戲王	特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 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-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。	特社 B- I -3 人際關係的建立。 特社 B- V -3 友誼維持的技巧。 特社 C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。	1. 與朋友、同學對話、互動時，能以有禮貌的方式進行。 2. 能在他人對自己態度不佳時，思考自己是否也有應留意或改善之處。 3. 能透過參與團體遊戲，和他人產生各樣的互動方式。 4. 在需要請求協助時，以適當的言語表達需求。	1. 桌遊—小小貓頭鷹 共同邀請班上三位同學一同參與課程，以團體遊戲方式，按照指定方式，進行合作，讓每隻貓頭鷹都能順利回到巢中。 2. 桌遊—獅子剪髮大冒險 各邀請 2 位朋友一同參與課程，以團體遊戲方式，同心協力幫助獅子到達理髮廳剪頭髮。 3. 團體遊戲—支援前線 各邀請 2 位朋友一同參與課程，以團體遊戲方式，進行合作，盡可能快速地完成抽到的任務。 4. 團體闖關遊戲—拼圖狩獵 各邀請 2 位朋友一同參與課程，以團體遊戲方式，進行合作。將被剪成多塊、且藏在教室各處的動物海報拼圖，全部找出，且盡可能以最快速度拼湊成完整海報。 5. 團體遊戲—黏土傳意 共同邀請 3 位同學一同參與課程，以團體遊戲方式，進行合作。第一個學生先抽取題目，在規定時間內用筆畫出那個題目，比如「狗」，第二個學生只能透過他的作品猜題目，並且仿照圖片做出黏土作品，第三個學生只能看到第二個學生的作品。輪到最後一個學生時，需要猜出正確的題目。	觀察評量 1. 觀察學生在桌遊及團體活動時，是否能以有禮貌的態度與他人互動。 2. 觀察學生在桌遊及團體活動時，是否能踴躍參與活動。 口語評量 1. 評量學生在桌遊及團體活動時，是否能用適當的言語與他人溝通。 2. 評量學生是否能在在活動中遇到困難時，以適當的言語具體說出需求、請他人協助。 實作評量 1. 評量學生是否能在活動進行時與他人產生互動。 2. 評量學生是否能在與他人互動時，留意自己的態度及語氣是否合適。

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 1-6 週	情緒嘩嘩嘩	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 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-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-V-6 遭遇不如意時，以正向思考方式調整心態。 特社 1-V-9 勇於面對自己的選擇和承擔後果。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 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 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	- 能學習該如何接納失敗及挫折。 - 能在遇到挫折時，以積極態度面對。 - 能在情緒不佳時，學會說出自己的感受，並接受他人幫助。 - 能察覺讓自己感到不舒服的壓力源為何。 - 能學會如何抒發因壓力所帶來的負面情緒。 - 能在想抒發負面情緒前思考，不同的抒發方式會帶來怎樣的行為後果。	- 桌遊－洞洞方塊 學生抽取卡牌，將方塊依照卡牌上的顏色、形狀，排列成與卡牌相同的圖形。 - 對話討論 教師和學生對話，引導學生思考生活中是否有什麼事情會造成自己的壓力，且會讓自己的情緒變的急躁或低落，請學生將事件以及因壓力所帶來的生理、心理改變紀錄下來。 (1) 頭痛 (2) 失眠、睡不好 (3) 容易生氣 (4) 腸胃不適 (5) 心情煩躁、沮喪 - 影片－與壓力做朋友 透過影片「與壓力做朋友」，教導學生遇到有壓力的事情該如何面對、可以如何解決壓力。 (1) 運動：跑步、游泳、打籃球 (2) 大口呼吸、大口吐氣 (3) 每天寫下 10 件感謝的事情 (4) 每天找家人擁抱 https://reurl.cc/k0vk9q https://reurl.cc/XG3pxM	觀察評量 - 觀察學生是否能專注學習影片內容。 - 觀察學生是否能感受到自己生理及心理的變化。 口語評量 - 評量學生是否能在完成不了任務時，主動尋求協助。 - 評量學生是否能在情緒不佳時，說出自己的感受。 - 評量學生是否能說出自己的壓力源為何。 - 評量學生是否能說出可以抒發壓力的方法。 實作評量 - 評量學生是否能在任務失敗時，以正面態度面對、不生氣。 - 評量學生是否能運用學習到的方法紓解壓力。
第 7-11 週	我是好組員	特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 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-III-2 主動參與課堂或小組討論，並在小組中主動對他人提供協助。 特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。	特社 C-V-1 學校的參與及合作。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	- 與他人對話、互動時，能以有禮貌的方式進行。 - 能在與他人進行合作時，勇於表達自己的想法，並尊重他人意見。 - 能在與他人合作時，主動關心他人是否需要協助。 - 能在團隊合作時，配合團隊需求、服從團隊決定。	團隊合作－短劇演出 學生共同邀請幾位同學一同參與課程，進行團隊合作，一起完成教師給予的任務。 ● 短劇演出：給予學生 5 週的時間，組員需要從故事挑選開始，進行劇本撰寫、角色分配、道具製作以及短劇練習等，以團隊合作的方式，共同完成一齣約 5 分鐘的小短劇，在班上表演。	觀察評量 - 觀察學生是否能在合作時主動與他人互動。 - 觀察學生是否能以有禮貌的態度與他人溝通。 口語評量 - 評量學生是否能在合作時提出自己的想法。 - 評量學生是否能以有禮貌的問法，詢問他人是否需要協助。

		特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。				實作評量 1. 評量學生是否能在合作時主動關心他人是否需要協助。 2. 評量學生是否能服從團隊決定。 3. 評量學生是否能配合團隊需求，完成工作。
第 12-15 週	我想和你當朋友	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-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 2-IV-6 適當介紹自己獨特的地方，主動尋求志同道合的朋友。	特社 B- I -3 人際關係的建立。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B- V -3 友誼維持的技巧。 特社 C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。	1. 與朋友、同學對話、互動時，能以有禮貌的方式進行。 2. 能在他人對自己態度不佳時，思考自己是否也有應留意或改善之處。 3. 和同學、朋友相處時，能主動提問，或展現自己獨特的部分，引起他人的興趣、製造話題。 4. 當他人拒絕與自己接觸時，能反思自己是否有需要改善之處。	1. 對話練習 每堂課皆由學生個別邀請 2 位朋友參與課程，共同練習如何與他人聊天、談心。 在練習開始前，教師給予一個對話主題，學生由該主題開始進行對話。過程中學生須主動提問，或是主動分享想法，以延續對話內容。若話題結束或無法繼續下去，也能開啟新的對話主題。 下課前會有 15 分鐘的時間可以向大家分享，剛剛各自的對話及重點為何。	觀察評量 1. 觀察學生是否能主動與他人對話。 2. 觀察學生被拒絕對話時，是否能反思自己。 口語評量 1. 評量學生是否能主動開口提問。 2. 評量學生是否能以有禮貌的方式進行對話。 3. 評量學生是否能主動分享想法。 實作評量 1. 評量學生是否能主動詢問對方的想法。 2. 評量學生是否主動分享他與朋友的對話內容。
第 16-20 週	我是自己的主人	特社 2-I-13 分辨與因應不適當的觸摸或語言，必要時主動尋求協助。 特社 2-III-14 勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。 特社 2-IV-16 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言。 特社 2-IV-19 懂得保護自己，正確判斷及因應禮物或金錢的誘惑。	特社 B- II -1 訊息解讀的技巧。 特社 B-III-5 多元性別互動與自主。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	1. 能從與他人的對話或接觸中，判斷他人對自己是否有惡意。 2. 當感覺他人的觸碰及語言令自己不適時，能勇於表明拒絕。 3. 能以適當方式與異性相處，並知道如何保護自己。 4. 能在遇到不舒服的情境時，運用學習到的拒絕技巧保護自己。	1. 影片－什麼是性騷擾 透過影片教導孩子什麼是性騷擾：碰觸他人身體、言語暗示等，讓當事者感到不舒服的行為即有可能是性騷擾。並舉例可能構成性騷擾的動作。 https://reurl.cc/OMDz2r 2. 影片－誰都有可能 透過影片教導學生，性騷擾的對象不一定是特定人士也不一定是特定性別，有可能是不認識的陌生人、老師、同學、很熟悉的大人、叔叔、阿姨等，任何人都有可能是性騷擾的對象，與人相處時要有警惕，保護自己。 https://reurl.cc/ZeMMnQ	觀察評量 1. 觀察學生是否能專注在影片教學。 2. 觀察學生是否能從他人的對話或接觸中，判斷他人是否有意圖使人不舒服。 口語評量 1. 評量學生是否能說出何謂性騷擾。 2. 評量學生是否能回答出如何拒絕他人令自己感

					3. 影片－非小題大作 透過影片教導學生，性騷擾甚至是性侵害都不是小事情，是必須跟家長、老師或是其他大人說，並尋求幫助的事情。不只是自己，若知道其他人遇到性騷擾事件，也必須幫助他跟大人說，尋求幫助，不能因害怕就自己隱忍在心中。 https://reurl.cc/RgDDdG 4. 影片－如何因應性騷擾 透過影片教導學生，若是真的遇到有人對自己性騷擾，使自己感到不舒服時可以怎麼做。 (1) 馬上制止對方 (2) 明確表示拒絕 (3) 說明感受到的不舒服 (4) 離開現場 (5) 尋求他人幫忙 https://reurl.cc/r9XXgb 5. 影片－同學說我性騷擾 透過影片引導學生思考，影片中的主角為什麼會被說他在性騷擾別人？ 教導學生若是遇到別人說是性騷擾加害者，該如何因應。 (1) 當對方表示不舒服，馬上停止行為 (2) 向對方道歉 (3) 解釋自己的行為並非刻意使人不舒服 (4) 得到對方的理解與原諒 https://www.youtube.com/watch?v=xAtKzV0vQdo	到不舒服的碰觸及言語。 3. 評量學生是否能說出如何正確與他人相處。 實作評量 1. 評量學生是否能以適當方式與異性相處。 2. 評量學生是否能判斷他人是否有意圖使人不舒服。 3. 評量學生是否能以適當方式拒絕他人的觸碰。 4. 評量學生是否知道如何保護自己。
--	--	--	--	--	--	---

