

四、嘉義縣 梅山國小 113 學年度校訂課程資源班第三類特殊需求領域社會技巧課程教學內容規劃表(表 11-4)

設計者：劉冠姘

一、教材來源：□自編 ■編選-參考教材：翻轉教育情緒教育資源包、當我們童在一起 EQ 情緒教育教材

二、本領域每週學習節數：2 節

三、教學對象：EX-三年級情緒障礙 1 人，四年級學習障礙 2 人，五年級情緒障礙 2 人、智能障礙 1 人 共 6 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程目標 (學年目標)
<p>A 自主行動</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。</p> <p>B 溝通互動</p> <p>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。</p> <p>C 社會參與</p> <p>特社-E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。</p> <p>特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。</p>	<p>1. 能理解自我的情緒和表達感受</p> <p>2. 能找出適合自己的安慰和獎勵方式</p> <p>3. 能尋找紓解壓力的方法</p> <p>4. 與人談話時能察覺自己的說話內容是否合宜有禮貌，並修正不禮貌的說話方式。</p> <p>5. 能檢視發生衝突的原因並修正。</p> <p>6. 能換位思考，理解被拒絕的原因，且在適當時機，提出自己的意見。</p> <p>7. 團體討論中，能表現自己的想法，也尊重他人的想法。</p> <p>8. 察覺和了解自己的優勢和弱勢特質。</p>

五、本學期課程內涵：第一學期評量

教學進度	單元名稱	學習表現	學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-2 週	情緒觀測站	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	1. 能辨識不同的情緒 2. 能將情緒做分類	1. 製作情緒卡片，請學生練習並分辨各種情緒 2. 分享自己學會的情緒名詞	口頭評量：能說出兩種以上的情緒。  實作評量：能製作自己的情緒卡片
第 3-5 週	情緒電影院	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-II-1 基本情緒的表達	1. 能知曉每個人會有不同的情緒強度。 2. 能找出調適情緒的適當方法。	1. 教師帶學生看電影，請學生表達電影中的內容 2. 教師引導認識喜怒哀	口頭評量： 能說出情緒有哪幾種 能說出自己生氣的原因 能說調適生氣的方法

		<p>特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。</p> <p>特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。</p>	<p>特社 A-III-1 複雜情緒的處理。</p> <p>特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。</p>		<p>樂驚五種情緒</p> <p>3. 引導學生找出調適生氣情緒的方法</p> <p>4. 將調適生氣情緒的方法寫在海報上</p> <p>5. 模擬情境請學生上台演練，並請同學給予回饋。</p>	<p>實作評量：</p> <p>能將調適方法寫在海報上</p>
第 6-8 週	情緒小偵探	<p>特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。</p> <p>特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。</p> <p>特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。</p>	<p>特社 A-II-3 自我接納與激勵。</p> <p>特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。</p> <p>特社 A-III-1 複雜情緒的處理。</p> <p>特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。</p>	<p>1. 能察覺自己的情緒</p> <p>2. 能察覺他人的情緒並且用適當的方式回應</p>	<p>1. 教師利用情境，引導學生察覺自己的情緒</p> <p>2. 請學生使用適當的方法回應他人情緒</p>	<p>口頭評量：</p> <p>能說出兩種以上情緒名詞所代表的意義</p> <p>實作評量：</p> <p>能察覺自己的情緒</p>
第 9-12 週	亞斯國王的新衣	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。</p> <p>特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。</p>	<p>1. 了解同理心的意義</p> <p>2. 能覺察自己的情緒，說出自己的感受</p> <p>3. 演練：能站在自己及別人的角度思考同一件事情。</p>	<p>1. 老師介紹繪本「亞斯國王的新衣」希望透過繪本，讓孩子理解和包容他人，用不同視角去看待其他人。</p> <p>2. 引導學生表達感受</p> <p>3. 卡牌遊戲：雙面行為特質卡 透過卡牌遊戲，同理每個人的個性可能都有正向或負向兩種解釋。</p> <p>4. 完成亞斯國王的新衣學習單</p>	<p>口頭評量：</p> <p>能說出同理心的意思 能用同理心說出他人立場和感受</p> <p>觀察評量：</p> <p>能在討論過程認真傾聽和表達</p>

第 13-15 週	想法轉彎發現驚喜	<p>特社 1-II-2 以實質的增強物自我激勵。</p> <p>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。</p>	<p>社 A-II-3 自我接納與激勵。</p> <p>社 B-II-1 訊息解讀的技巧。</p>	<p>1. 能察覺自己的情緒</p> <p>2. 能接納自己的情緒</p> <p>4. 3. 能透過轉換想法改變情緒</p>	<p>1. 教師引導學生能察覺情緒並接納自己的情緒</p> <p>2. 影片舉例：透過轉換想法改變自己的情緒。</p> <p>(1)想法轉彎發現驚喜影片</p> <p>(2)我們這一家：《<u>花家の故事</u>》387 <u>正向思考</u>   <u>我們這一家 Muse 闖家歡 木棉花 動畫 線上</u>看</p> <p>(3)影片：你用什麼態度，去看待你所發生的事   生命教育</p> <p>(4)繪本：章魚先生買褲子</p> <p>4. 3. 將自己想法轉彎的過程寫在海報上，與他人分享情緒的轉變</p>	<p>口頭評量： 能接納生活情境中，自己的情緒 能說出故事中主角的情緒轉變</p> <p>實作評量 能將自己情緒轉折的過程，寫在海報上。</p>
第 16-18 週	壓力爆米花	特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	<p>1. 能認識因壓力而產生的焦慮情緒</p> <p>2. 能尋找紓解壓力的方法</p> <p>5.</p>	<p>1. 教師透過情境故事討論壓力 繪本討論： (1)很緊張很緊張的沙丁魚 (2)15 個減壓的泡泡</p> <p>2. 引導學生察覺自己焦慮的情緒</p> <p>3. 引導學生透過運動配</p>	<p>口頭評量： 能說出自己感受到壓力的事件或情境</p> <p>實作評量： 能主動使用減壓小物來降低壓力 能做出運動動作，搭配</p>

					合呼吸減輕焦慮的感受  4. 體驗生活減壓活動：減壓小遊戲(捏泡泡紙、捏軟Q減壓小玩具、史萊姆遊戲)  5. 請學生舉例說出有壓力時可以使用的減壓方法，彙整在海報上	呼吸降低焦慮
第 19-20 週	情緒大富翁	特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 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 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	1. 複習本學期學會的情緒名詞 2. 能在情境題中說出事件的原因和應對的方法 3. 能在活動中關懷同學，並給同學肯定	1. 透過大富翁闖關遊戲複習本學期課程內容 2. 孩子透過抽題卡片來表達遇到衝突情境時，事件的原因和可以因應的方法 3. 鼓勵學生尋找他人的優點並表達出來	口頭評量： 1. 能說出情境中的情緒 2. 能說出情境中可以因應的方法 3. 能在活動中主動關懷，表達讚美。

第二學期

教學進度	單元名稱	學習表現	學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-4 週	情緒停看聽	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。  特社 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。	特社 A-II-1 基本情緒的表達  特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 能辨識自己的情緒。 2. 能察覺判斷他人的情緒。 3. 能覺察情緒並選擇適當的行動。	1. 老師使用情緒四色板引導複習情緒卡，將不同情緒溫度貼在不同顏色的板子上。  2. 按照正向情緒和負向情緒做分類，將這些情緒貼在情緒停看聽的學習單中	口頭評量： 能分類出正向情緒和負向情緒 能使用情緒語詞回答學習單的問題  實作評量： 1. 能使用情緒卡將之分類至情緒四色板中

					<p>3. 請學生使用情緒語詞，表達學習單中的情境問題。</p> <p>4. 能記錄自己的情緒變化，填入學習單中</p>	<p>2. 能完成情緒停看聽學習單</p>
第 5-8 週	我會好好道歉	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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</p>	<p>特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。</p> <p>特社 B-II-4 衝突情境的因應。</p> <p>特社 B-III-2 話題的開啟與延續</p>	<p>1. 能理解衝突的原因，察覺背後的情緒與需求。</p> <p>2. 同理對方的感受，理解說抱歉的原因。</p> <p>3. 能勇於承認自己的錯誤，練習道歉。</p> <p>4. 做出善後的解決方法，達成真正的和解與修復。</p>	<p>1. 老師和學生討論生活中的真實衝突事件。</p> <p>2. 老師提問，透過從行為反省單中還原事情的經過，讓學生說出自己的感受、理解他人的感覺、以及解決善後的方法。</p> <p>3. 將討論結果書寫在行為反省單中</p> <p>4. 老師提供和好學習單中，請學生練習使用和好的語句。</p> <p>5. 經過討論與演練，練習與他人和好。</p>	<p>口頭評量：</p> <p>能說出他人對自己的情緒或看法</p> <p>能說出衝突的原因和自己的想法</p> <p>能說出與他人和好的方法</p> <p>實作評量：</p> <p>完成行為反省單、和好學習單</p>
第 9-12 週	他誤會我了	<p>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。</p> <p>特社 2-III-9 理性評估被誤解的原因，並清楚</p>	<p>特社 B-II-4 衝突情境的因應。</p> <p>特社 B-III-4 自我需求與困難的表</p>	<p>1. 能察覺自己的說話內容是否合宜有禮貌，並修正不禮貌的說話方式。</p> <p>2. 能檢視發生衝突的原因並修正。</p> <p>3. 能換位思考，理解被</p>	<p>1. 繪本導讀：被人誤會沒什麼大不了</p> <p>2. 請學生舉例生活衝突事件，小組討論有禮貌和不禮貌的表達方式</p> <p>3. 舉例說明並修正不禮貌的說話方式</p> <p>4. 下次遇到類似情境時，小組討論怎麼做</p>	<p>口語評量：</p> <p>能說出被誤會的情緒</p> <p>能分別說出有禮貌和不禮貌的語句</p> <p>實作評量：</p> <p>情境演練下能表達道歉的語句</p>

		<p>表達自己的立場以及說明事實。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。</p>	<p>達。</p>	<p>拒絕的原因，且在適當時機，提出自己的意見。</p>	<p>可以避免衝突</p>	
<p>第 13-16 週</p>	<p>我會勇敢面對—你值得被尊重</p>	<p>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。</p>	<p>特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解尊重他人的重要。</li> <li>2. 能勇敢表達自己的情緒或想法。</li> <li>3. 能知道與應用遇到霸凌的因應方式</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 影片引導：法務部校園反霸凌「我不是阿醜」電子繪本</li> <li>2. 教師藉由繪本引導，與學生討論「霸凌議題」。 繪本引導(遠離霸凌·保護自己)系列繪本)： (1) 不！我不喜歡被捉弄 (2) 不！我不喜歡被恐嚇 (3) 不！我不喜歡這種玩笑 (4) 不！我不喜歡被推撞</li> <li>3. 教師情境；學校有人被欺負。教師引導「你或同學被欺負了」該怎麼辦？</li> <li>4. 同學討論：被欺負時，自己的情緒是什麼？</li> <li>5. 教師引導：面對這種情況，可以應對的方式</li> </ol>	<p>口語評量： 能說出不適當的霸凌行為 能說出尊重他人的行為 能勇敢說出拒絕霸凌的話</p> <p>實作評量： 情境演練中，能選擇遇到霸凌的因應方式</p>
<p>第 17-20 週</p>	<p>優點大轟炸</p>	<p>特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。</p>	<p>特社 A-II-3 自我接納與激勵。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能覺知和欣賞自己的優勢特質。</li> <li>2. 能調整自己弱勢特質。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 繪本討論— (1) 超人氣微笑 (2) 我會飛-(欣賞自</li> </ol>	<p>口頭評量： 能舉例說明自己的優勢和弱勢 能說出故事中的主角有</p>

		<p>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</p>		<p>能尊重和欣賞他人的特質</p>	<p>己優點，勇於嘗試有自信)  (3) Guji GujiK 鱷魚鴨  (4) 吃六頓晚餐的貓  2. 較師引導舉例說明受歡迎的人際特質。  3. 學生找出自己的優勢和弱勢，分析調整方法。  較師引導: 尊重並欣賞他人的特質。</p>	<p>那些優點  能說出同學 2 個以上的優點  能說出調整自己弱勢的方法  實作評量：  能將受歡迎的特質列出寫在海報上。</p>
--	--	--	--	--------------------	--	--