

# 嘉義縣南新國小 113 學年度校訂課程資源班 A 組第三類特殊需求領域社會技巧規劃表

設計者：吳貞慧

一、教材來源：□自編 ■編選-參考教材(台中市政府教育局編印的國小資源班學生的社會技巧課程設計~處人技巧取向、國立台中教育大學特教中心印製的國小輕度智能障礙學生社交技巧教學活動課程設計、「蔡明富特教資源網」的「特富TV」及Catherine Pascusa所著(陳美君譯)的自閉症社交技巧手冊：幫助孩子學習社交技巧與結交朋友的活動、翰林版國小一、二年級生活領域教材)

二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：智能障礙四年級 1 人、自閉症四年級 2 人、自閉症二年級 1 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><b>A 自主行動</b> 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。</p>	<p><b>B 溝通互動</b> 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><b>C 社會參與</b> 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。 特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 遇到困難會尋求協助。</li> <li>2. 能學會主動結交朋友的技巧。</li> <li>3. 能遵守班規。</li> <li>4. 能遵守校規。</li> <li>5. 能了解別人的感受。</li> <li>6. 能使用基本的語言技巧與人溝通。</li> <li>7. 能認識如何表達自我的感受。</li> <li>8. 能了解非語言溝通要注意的事項。</li> </ol>

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
第一-三週	小學的生活大不同	1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 1-I-3 省思自我成長的歷程，體會其意義並知道自己進步的情形與努力的方向。 2-I-1 以感官和知覺探索生活中的人、事、物，覺察	A-I-1 生命成長現象的認識。 A-I-2 事物變化現象的觀察。 A-I-3 自我省思。 B-I-3 環境的探索與愛護。 C-I-1 事物特性與現象的探究。 C-I-3 探究生活事物的方法與技能。 C-I-4 事理的應用	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出小二生活和小一(或小四和小三)生活不同的地方。</li> <li>2. 能分享小學生活中還不習慣的地方。</li> <li>3. 能知道小學生活中不習慣的地方的解決方法。</li> </ol>	<p><b>活動一、大家來找碴</b> 1. 請兒童就兩張圖片分別仔細觀察。 2. 引導兒童兩兩對照後找出不同之處。</p> <p><b>活動二、小學大不同</b> 1. 教師提問：「你覺得學校的生活和以前有什麼不一樣的地方呢？」 4. 教師提醒發言前要先舉手，慢慢說，不要急。大家要專心聽別人的發表，而且不管說得</p>	<p><b>問答評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出學校的生活和以前有什麼不一樣的地方</li> <li>2. 能說出學校的生活中有哪些是自己還不習慣的。</li> <li>3. 能說出喜歡小</li> </ol>

		<p>事物及環境的特性。</p> <p>2-I-4 在發現及解決問題的歷程中，學習探索與探究人、事、物的方法。</p> <p>2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。</p>	<p>與實踐。</p> <p>C-I-5 知識與方法的運用、組合與創新。</p> <p>D-I-4 共同工作並相互協助。</p> <p>E-I-3 自我行為的檢視與調整。</p> <p>F-I-2 不同解決問題方法或策略的提出與嘗試。</p>		<p>好不好，大家都要給予說明的兒童掌聲鼓勵。</p> <p>5. 鼓勵兒童自由發表。</p> <p>6. 教師歸納小二生活和小一(或小四和小三)生活不同的地方。</p> <p><b>活動三、新生活中的喜歡與不適應</b></p> <p>1. 教師提問：「你喜歡小學生活中的哪些改變呢？」</p> <p>2. 引導兒童發表：</p> <p>3. 教師提問：「學校的生活中有哪些是你還不習慣的呢？」</p> <p>4. 引導兒童分組進行分享活動：</p> <p><b>活動四、我會解決問題</b></p> <p>1. 教師引導個別兒童說出自己因為不習慣小學生活而造成的生活困擾。</p> <p>2. 教師舉例引導兒童了解如果到新環境有不習慣情形是正常現象。</p> <p>3. 將兒童分組</p> <p>4. 引導兒童分組進行討論後發表。</p> <p>5. 教師引導兒童說出小學生活其他還不習慣的地方。</p> <p><b>活動五、解決煩惱貼貼樂</b></p> <p>1. 教師將小學生活還不習慣的地方書寫於黑板上。</p> <p>2. 引導兒童針對這些煩惱和同組其他同學一起討論有何解決小妙招。</p> <p>3. 引導兒童將解決方法寫在紙上，並貼於相對應的不習慣地方的下方。</p> <p>4. 請兒童依組別上台，一起查看大家貼上的解決小妙招。</p> <p>5. 引導兒童發表心得或發現。</p> <p>6. 教師歸納總結。</p>	<p>學生活中的哪些改變。</p> <p>4. 能說出自己因為不習慣小學生活而造成的生活困擾。</p> <p>5. 能在分組後進行討論後發表。</p> <p>6 能和大家起討論有何解決小妙招。</p> <p>7. 能發表心得或發現</p> <p><b>觀察評量</b></p> <p>1. 能專心聆聽老師的檢討。</p>
--	--	--	---	--	--	--

<p>第四~六週</p>	<p>如何認識新朋友</p>	<p>特社 2-I-6 透過探索與探究人、事、物的歷程，了解其中的道理。 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。</p>	<p>特社 D-I-1 自我與他人關係的認識。 特社B-III-2 話題的開啟與延續。</p>	<p>1. 能說出認識新朋友的方法。 2. 能運用學到的方法認識新朋友。</p>	<p>1. 教師提問：利用哪些方法可以認識更多的朋友呢？」 2. 引導兒童分組進行討論後發表： (1)看桌牌或是看他的名牌先認識名字。 (2)問他叫什麼名字，然後一起聊天。 (3)請同學運用想像(視覺化)，幫助自己記住同學的名字。 (4)下課時找他出去打球。 3. 引導兒童利用學到的方法認識更多的新朋友。 4. 兒童可在教室內隨意走動，自行運用所學結交新朋友。 5. 鼓勵兒童利用下課時間、課餘時間結交新班級以外的朋友。</p>	<p><b>問答評量</b> 1. 能說出同學的名字。 <b>觀察評量</b> 2. 能利用學到的方法認識更多的新朋友。</p>
<p>第七~八週</p>	<p>整理高手(一) 我的課表</p>	<p>特社3-I-2 依指示完成簡單的工作。(處環境) 特社3-I-5 遵守教室規則。(處環境)</p>	<p>特社C-I-1 學校規則的認識與遵守。</p>	<p>1. 能分辨各領域的課本、習作、作業簿。 2. 能快速的翻頁到老師指的頁數。 3. 能知道作業本的書寫方向、順序。 4. 能說出每日的課表作息。 5. 能用自己的功課表和同學玩賓果遊戲。</p>	<p>參考:翰林版一年級生活領域 活動一:各課本、簿本名稱 活動二:翻書高手 活動三:簿子從哪開始寫 活動四:我會看功課表 活動五:用自己的功課表和同學玩賓果遊戲  1. 教師引導兒童了解，每一節要上的科目不同，可以藉由看功課表知道這一節要上什麼課。 2. 教師提問：功課表除了告訴我們每一節課要上什麼？該拿出哪一本課本之外？你們還發</p>	<p><b>觀察評量</b> 1. 能分辨各領域的課本、習作、作業簿。 2. 能快速的翻頁到老師指的頁數。 3. 能知道作業本的書寫方向、順序。 <b>問答評量</b> 1. 能說出每日的課表作息。 <b>紙筆評量</b> 1. 能用自己的功課</p>

					現了什麼呢？ 3. 教師總結：我們每天的課程與作息都與功課表息息相關，學會看功課表就能知道今天的課程，每天睡覺前也要根據功課表來整理書包。	表玩和同學玩賓果遊戲
第九~十二週	整理高手 (二) 整理書包	特社3-I-2 依指示完成簡單的工作。(處環境) 特社3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。(處環境) 特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。(處環境) 特社3-I-5 遵守教室規則。(處環境)	特社C-I-1 學校規則的認識與遵守。	1. 能了解哪些物品可以放在學校裡。 2. 能將整理技巧應用於生活情境中。 3. 能養成愛惜公物的習慣。 4. 能表達對學用品的需求，例如忘了帶筆，應該向老師開口借。 5. 能將當日要寫的功課帶回家就好，讓書包減重	參考:翰林版一年級生活領域活動一、分分看 1. 教師提問：「你會把哪些東西放在學校呢？」 2. 教師鼓勵兒童發表，並說出原因。 活動二、小天地大改變 1. 教師提問：「在我們的教室裡有哪些空間可以放要留在學校的物品呢？」 2. 教師引導兒童環顧教室內選擇空間大，並且不會影響行走動線的地方擺放置物櫃或吊衣架。並且提醒兒童每個人的座位也可以放置物品。 3. 教師提問：「你會怎麼安排這些物品放置的地方呢？為什麼？」 4. 教師鼓勵兒童將自己的想法與原因說出來。 5. 教師帶領兒童一起動手實作，把學用品放置到共同討論	問答評量 1. 能說出哪些物品可以放在學校裡。 2. 能表達對學用品的需求，例如忘了帶筆，應該向老師開口借。 實作評量 1. 能將整理技巧應用於生活情境中。 2. 能將當日要寫的功課帶回家就好，讓書包減重到不超過體重8分之1 觀察評量 1. 能養成愛惜公物的習慣。

					<p>出來適宜的位置。</p> <p>活動三、物品在哪？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當上課忘了帶物品，老師提問要怎麼處理。</li> <li>2. 在班上借用完書或物品應該要愛惜，物歸原處。</li> <li>3. 自己的物品找不到或被借用同學不歸還應該怎麼向老師</li> <li>4. 學習將當日要寫的功課帶回家就好，讓書包減重</li> </ol>	
第十三~十六週	玩具要分享	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 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習分享玩具</li> <li>2. 詢問同學與玩具有關的問題</li> <li>3. 記住關於同學玩具的相關事情</li> <li>4. 快樂地接受別人的讚美</li> <li>5. 安慰失敗的同學</li> <li>6. 正確了解與「接受別人的讚美」相關的常識。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀請同學帶一樣玩具來上課</li> <li>2. 讓同學交換玩具，看看玩具，並且鼓勵同學詢問與玩具有關的問題</li> <li>3. 同學看完玩具後，考考看誰記得最多關於對方的事</li> <li>4. 詢問同學問題，只要答案正確就能得分，得分最高的同學就是贏家。</li> <li>5. 鼓勵落敗的同學，因為他也很努力作答。</li> <li>6. 教師帶領大家一起看、寫及討論「接受他人的讚美學習單」</li> </ol>	<p><b>觀察評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 樂於分享玩具</li> <li>2. 會詢問同學與玩具有關的問題</li> <li>3. 會記住關於同學玩具的相關事情</li> <li>4. 會快樂地接受別人的讚美</li> <li>5. 會安慰失敗的同學</li> </ol> <p><b>紙筆評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能在教師協助下正確填寫「接受他人的讚美學習單」</li> </ol>
第十七~二十週	讚美別人	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。	<p>特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。</p> <p>特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 找到別人成一組</li> <li>2. 真心誠意地稱讚自己的同伴</li> <li>3. 向稱讚自己的</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教學者先揭示單元名稱：讚美別人。</li> <li>2. 教學者提問：</li> <li>3. 播放簡報中情境圖，請學生</li> </ol>	<p><b>觀察評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能主動找到別人或被動地願意和別人成一組</li> <li>2. 能真心誠意地稱讚自己的同伴</li> </ol>

		<p>特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒與目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。</p>		<p>對方說「謝謝你」</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>樂意分享哪個稱讚讓你覺得最開心？</li> <li>樂意分享得到別人的稱讚時，自己的感覺如何？</li> <li>樂意分享稱讚別人時，自己的感覺如何？</li> <li>正確了解與「讚美他人」相關的常識。</li> </ol>	<p>們唸讀情境故事</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>播放錯誤版的讚美別人</li> <li>示範正確版影片</li> <li>教學者詳述正確讚美別人的四個步驟，其步驟如下：             <ol style="list-style-type: none"> <li>步驟一：觀察別人的優點</li> <li>步驟二：想讚美的方式</li> <li>步驟三：選一個讚美的方法</li> <li>步驟四：開始讚美對方</li> </ol> </li> <li>演練(修正、回饋)</li> <li>總結(複習、作業)</li> <li>發下家庭演練步驟檢核表，請學生帶回家中情境練習，並檢核自己是否每個步驟都有做到，下一堂交回。—</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能向稱讚自己的對方說「謝謝你」</li> <li>樂意分享自己的感覺</li> </ol> <p><b>紙筆評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>能在教師協助下正確填寫「讚美他人檢核表」</li> </ol>
第二十一週	新年新希望	<p>2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。</p> <p>2-I-6 透過探索與探究人、事、物的歷程，了解其中的道理。</p> <p>3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>4-I-1 利用各種生活的媒介與素材進行表現與創作，喚起豐富的想像力。</p>	<p>A-I-3 自我省思。</p> <p>B-I-2 社會環境之美的體認。</p> <p>E-I-3 自我行為的檢視與調整。</p> <p>F-I-2 不同解決問題方法或策略的提出與嘗試</p> <p>F-I-4 對自己做事方法或策略的省思與改善。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能說出新的一年有什麼新希望。</li> <li>能寫出自己的新年新希望。</li> <li>能和大家分享實現新年新希望的作法。</li> <li>能用彩色筆彩繪自己的作品</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>教師提問：「新年期間如果參加祈福活動，人們通常會許下新的一年可以平安順利的願望，你有什麼新年新希望呢？」</li> <li>請兒童自由發表。</li> <li>教師也可以和兒童分享自己的新年新希望。</li> <li>教師提問：「想一想，要怎麼做，才能實現你的新年新希望呢？」</li> <li>教師引導兒童寫下自己的新年新希望，也可以彩色筆稍作彩繪予以美化。</li> <li>將全班作品張貼或懸掛在教室內供全班欣賞，同時也讓兒童知道其他人有著怎樣的</li> </ol>	<p><b>問答評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>能說出新的一年有什麼新希望。</li> <li>能寫出自己的新年新希望。</li> <li>能說出實現新年新希望的做法。</li> </ol> <p><b>實作評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>能開心地用彩色筆彩繪自己的作品</li> </ol> <p><b>觀察評量</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>能欣賞別人的作品</li> </ol>

		4-I-2 使用不同的表徵符號進行表現與分享，感受創作的樂趣。 4-I-3 運用各種表現與創造的方法與形式，美化生活、增加生活的趣味			新年新希望。	
--	--	---	--	--	--------	--

## 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
第一-三週	控制說話的音量	特社 3-I-8 在親人或他人遭逢不如意或喪事的場合，保持安靜不吵鬧。	特社 B-II-3 團體的基本規範。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說明在不同的情境下用適當的音量說話非常重要的理由。</li> <li>2. 會將音量分成三種。</li> <li>3. 依序加入輪流練習音量的活動</li> <li>4. 可依據每個情境旁邊寫下適當的說話音量並討論這些答案的理由。</li> <li>5. 正確了解「交談音量」需注意的事項。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 討論活動:詢問同學為什麼在不同的情境下用適當的音量說話非常重要?例如在教室哩，在課間休息時或在操場上。</li> <li>2. 說明:將說話的聲音分為三種音量。在不同情境下要用不同的音量。 (1)輕聲:說話太小聲讓別人聽不到說話內容也會讓人不高興! (2)一般音量 (3)大聲:在安靜的地方大聲說話會讓人不高興。</li> <li>3. 輪流練習:大家一起輪流練習這三種音量</li> <li>4. 演練:大致說明需要使用不同音量的情境，請同學在每個情境旁邊寫下適當的說話音量並討論這些答案的理由。</li> <li>5. 教師帶領大家一起看、寫</li> </ol>	<p>觀察評量</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能依序不吵鬧地加入輪流練習音量的活動</li> <li>2. 能加入討論，安靜傾聽或完整回答這些答案的理由。</li> </ol> <p>問答評量</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能完整說明在不同的情境下用適當的音量說話非常重要的理由。</li> <li>2. 會正確將音量分成三種</li> </ol> <p>紙筆評量</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能在教師協助下正確填寫「交談音量學習單」</li> </ol>

					及討論「交談音量學習單」	
第四~七週	表達自我感受	特社2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。	特社A-II-1 基本情緒的表達。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 輪流從袋子或箱子抽出一張寫有某種情緒的紙條。</li> <li>2. 按照紙條上所寫的情緒，輪流擺出相對應的臉部表情和姿勢</li> <li>3. 正確了解「表達自我感受」需注意的事項。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在小紙條上寫下各種情緒(高興、生氣、難過、驚恐、失望、得意、困惑、厭惡等)，然後將這些紙條放入一個袋子或箱子。</li> <li>2. 請同學輪流從袋子或箱子抽出一張寫有某種情緒的紙條。</li> <li>3. 詢問同學:「如果同學有這樣的感受，他會出現甚麼樣的表情、手勢或姿勢?」</li> <li>4. 教師帶領大家一起看、寫及討論「表達自我感受學習單」。</li> </ol>	<b>實作評量</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能輪流從袋子或箱子抽出一張寫有某種情緒的紙條。</li> <li>2. 能按照紙條上所寫的情緒，輪流擺出相對應的臉部表情和姿勢</li> </ol> <b>問答和紙筆評量</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能看、寫及討論「表達自我感受學習單」。</li> </ol>
第八~十週	掌控自己的情緒(一)	特社1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社A-II-2 壓力源的評估與處理。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 參與討論「人在難過時很容易傾向於哭鬧，對溝通會有幫助嗎?」</li> <li>2. 參與討論「哭鬧通常會讓對方有甚麼感覺?」</li> <li>3. 學習使用以下說法「當你_____ (描述別人做了甚麼事情)的時候，我覺得_____ (填入感受)，我希望_____ (能夠改善處境的方法)」</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓學生討論「人在難過時很容易傾向於哭鬧，對溝通會有幫助嗎?」</li> <li>2. 讓學生討論「哭鬧通常會讓對方有甚麼感覺?」</li> <li>3. 教導學生使用以下說法「當你_____ (描述別人做了甚麼事情)的時候，我覺得_____ (填入感受)，我希望_____ (能夠改善處境的方法)」</li> <li>4. 教師帶領大家一起看及討論「我會處理自己難過的情緒」【錯誤版】</li> <li>5. 示範正確版影片</li> <li>6. 教學者詳述處理自己難過的方法</li> </ol>	<b>觀察評量</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 參與討論「人在生氣時很容易傾向於哭鬧，對溝通會有幫助嗎?」</li> <li>2. 參與討論「哭鬧通常會讓對方有甚麼感覺?」</li> </ol> <b>問答評量</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習使用以下說法「當你_____ (描述別人做了甚麼事情)的時候，我覺得_____ (填入感受)，</li> </ol>



				<p>4. 正確了解「處理自己難過的情緒」需注意的事項。</p> <p>5. 了解處理自己難過的情緒的四個步驟</p> <p>6. 參與「處理自己難過的情緒」的演練</p>	<p>情緒的四個步驟，其步驟如下：</p> <p>(1)步驟一：停-觀察別人的優點          感覺到自己難過的情緒</p> <p>(2)步驟二：想-想出處理自己難過情緒的方法</p> <p>a. 和老師說發生甚麼事          b. 和同學說發生甚麼事          c. 做自己喜歡做的事轉換心情</p> <p>(3)步驟三：選-選擇處理自己難過情緒的方法</p> <p>(4)步驟四：做-執行選擇的方法</p> <p>7. 演練(修正、回饋)</p>	<p>我希望_____ (能夠改善處境的方法)」</p> <p>2. 能說出「處理自己難過的情緒」需注意的事項。</p> <p>3. 能說出處理自己難過的情緒的四個步驟</p> <p><b>實作評量</b></p> <p>1. 能參與「處理自己難過的情緒」的演練</p>
第十一~十三週	掌控自己的情緒 (二)	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	<p>1. 參與討論「人在失望時很容易傾向於指責別人，對溝通會有幫助嗎？」</p> <p>2. 參與討論「失望通常會對自己有什麼幫助？」</p> <p>3. 正確了解「處理自己失望的情緒」需注意的事項。</p> <p>4. 了解處理自己失望的情緒的四個步驟</p> <p>6. 參與「處理自己失望的情緒」的</p>	<p>1. 讓學生討論「人在失望時很容易傾向於生氣，對溝通會有幫助嗎？」</p> <p>2. 讓學生討論「失望通常會對自己有什麼幫助？」</p> <p>3. 教師帶領大家一起看及討論「我會處理自己失望的情緒」【錯誤版】</p> <p>4. 示範正確版影片</p> <p>5. 教學者詳述處理自己失望的情緒的四個步驟，其步驟如下：</p> <p>(1)步驟一：停-確認情境</p> <p>(2)步驟二：想-想想如何處理</p> <p>a. 接受結果</p>	<p>問答評量</p> <p>1. 參與討論「人在失望時很容易傾向於指責別人，對溝通會有幫助嗎？」</p> <p>2. 參與討論「失望通常會對自己有什麼幫助？」</p> <p>3. 能正確了解「處理自己失望的情緒」需注意的事項。</p> <p>4. 能說出處理自己失望的情緒的四個步驟</p> <p><b>實作評量</b></p>

				<p>演練</p> <p>b. 告訴自己已經盡力了</p> <p>c. 找好友聊聊</p> <p>(3) 步驟三：選-選擇方法</p> <p>(4) 步驟四：做-實際執行</p> <p>6. 演練(修正、回饋)</p>	<p>1. 能參與「自己失望的情緒」的演練</p>	
<p>第十四~十七週</p>	<p>掌控自己的情緒(三)</p>	<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 A-II-2 壓力源的評估與處理。</p>	<p>1. 參與討論「人在生氣時很容易傾向於指責別人，對溝通會有幫助嗎？」</p> <p>2. 參與討論「生氣通常會對自己有甚麼幫助？」</p> <p>3. 正確了解「處理自己失望的情緒」需注意的事項。</p> <p>5. 了解處理自己生氣的情緒的四個步驟</p> <p>6. 參與「處理自己生氣的情緒」的演練</p>	<p>1. 讓學生討論「人在生氣時很容易傾向於生氣，對溝通會有幫助嗎？」</p> <p>2. 讓學生討論「生氣通常會對自己有甚麼幫助？」</p> <p>3. 教師帶領大家一起看及討論「我會處理自己生氣的情緒」【錯誤版】</p> <p>4. 示範正確版影片</p> <p>5. 教學者詳述處理自己失望的情緒的四個步驟，其步驟如下：</p> <p>(1) 步驟一：停-觀察自己的情緒</p> <p>(2) 步驟二：想-想想如何處理</p> <p>a. 先深呼吸，閉目一分鐘</p> <p>b. 先拿筆在旁邊畫圖</p> <p>c. 先拿起水杯喝水</p> <p>(3) 步驟三：選-選擇方法</p> <p>(4) 步驟四：做-實際執行</p> <p>6. 演練(修正、回饋)</p>	<p>問答評量</p> <p>1. 參與討論「人在生氣時很容易傾向於指責別人，對溝通會有幫助嗎？」</p> <p>2. 參與討論「生氣通常會對自己有甚麼幫助？」</p> <p>3. 能說出「處理自己失望的情緒」需注意的事項。</p> <p>4. 能說出自己失望的情緒的四個步驟</p> <p>實作評量</p> <p>1. 能參與「自己失望的情緒」的演練</p>
<p>第十八~二十週</p>	<p>迎接新生活</p>	<p>特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。(處己)</p>	<p>特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。</p>	<p>1. 能說出二年級(或四年級)的學習生活和低年級有何</p>	<p>參考:翰林版二年級生活領域</p> <p><b>活動一、心情溫度計</b></p> <p>1. 請同學討論再來三年級(或</p>	<p>問答評量</p> <p>1. 能說出二年級(或四年級)的學習</p>

		<p>特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。(處環境)</p> <p>特社3-I-5 遵守教室規則。(處環境)</p>	<p>特社B-I-3 人際關係的建立。</p> <p>特社C-I-1 學校規則的認識與遵守。</p>	<p>不同。</p> <p>2. 能說出如果升到下一年段遇到心情、想法。</p> <p>3. 能針對適應下一年級的學習，提出因應的方法。</p>	<p>五年級)的學習生活可能和現在有何不同。</p> <p>2. 兒童針對將來不同的改變發表自己的想法，並分享這些改變會帶來的心情變化。</p> <p><b>活動二、心情轉個彎</b></p> <p>1. 教師將兒童的問題可能有：</p> <p>(1)因為不知道未來的同學和老師是誰，覺得擔心。</p> <p>(2)因為怕功課變多寫不完，覺得擔憂。</p> <p>(3)三年級(或五年級)因為要分班，覺得難過或捨不得。</p> <p>2. 共同討論解決方法。例如：</p> <p>(1)開學後如果和好朋友不同班，還是可以在下課時間一起玩。</p> <p>(2)三年級(或五年級)分班前可以寫卡片給好朋友或老師，寫下感謝的話做紀念。</p> <p>(3)其他。</p> <p>3. 教師可以鼓勵兒童，三年級(或五年級)可以學習的內容更加充實豐富，分班也可以認識更多的朋友，和舊朋友還是可以保持聯繫，照著新老師的安排按部就班前進，通常這些擔心很快就會消失。</p>	<p>生活和低年級有何不同。</p> <p>2. 能說出如果升到下一年段遇到心情、想法。</p> <p>3. 能針對適應下一年級的學習，提出因應的方法。</p>
--	--	--	--	--	--	--

