

113 學年度 嘉義縣東榮國民中學分散式資源班 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：謝佳臻（表十二之二）

一、教材來源：☐自編 ☒編選-優質特教資訊網教材教案、國內優良教案。

二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：九年級智能障礙 3 人、八年級智能障礙 1 人、七年級學習障礙 2 人，共 6 人。新生尚未報到完成，可能異動。

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程目標（學年目標）
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。 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。 特社-J-B2 具備與人分享 科技資訊的基本素養，感受 科技對人際互 動的影響。 特社-J-C2 具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。 特溝-A-C2 發展溝通協調素養，詮釋溝通歷程，達成與人合作、社會參與及和諧互動。	1. 能在無法區辨自己的情緒時自我詢問，並於心情低落時自我鼓勵。 2. 能與不同的對象適當溝通互動，並共同參與團體活動。 3. 能接納並尊重他人的發言，並以適當的聊天技巧與他人進行 3 分鐘以上的談天。 4. 能使用關懷、安慰、祝福、致歉等方式表達對情誼的珍視。 5. 能適當拒絕/避免不當肢體接觸情況維護身體界線。 6. 能辨識網路訊息中不適當言論(性騷擾言論、觸犯隱私、謾罵、人身攻擊等)並適當的回應以保護自己與他人。

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 1-4 週	第 1 單元 交友我可以- 新鮮人篇	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 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法 特社 2-IV-17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體或活動	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。	1. 能透過自我介紹說出自己的喜好或優勢。 1. 能在活動中主動訪談夥伴。	1. 團康遊戲：讓學生相互熟悉、使氣氛熱絡。 (1)活動 1：蘿蔔蹲、換名蹲、班級蹲、年級蹲。 (2)活動 2:動手不動口() 2. 以自製學習單引導學生寫出自己的喜好。 3. 「收成茼蒿菜」活動：主動訪談同學，找到相同喜好的同學留下紀錄。 4. 分享收成情形：說明同學與自己有何相仿的興趣或經驗。 1.	1. 紙筆評量：學生在學習單紀錄自己/同學的優勢；歸納交友技巧、和好方法。 1. 2. 口說評量：學生能以適當音量、內容自我介紹/介紹他人。
第 5-8 週	第 2 單元 美化小隊出任務	特社 3-IV-5 願意參與學校、家庭、社區或部落的活動與聚會。	特社 C-IV-3 尊重與接納學校的多元文化。	1. 能根據教室布置的主題、方式提出自己的意見。 2. 能依據表	1. 教師先設定幾個教室美化方式、範圍，並分享幾個教室布置的方式。 2. 引導學生討論、表決想要製作的圖樣。 3. 教師引導學生列出工作任務並進行分組、分配工作。 1. 教師貯備工具、材料，協助學生依據決議結果製作裝飾物。	1. 觀察：根據決定參與分配之製作任務。 1. 2. 口語：學生適當表達有關美化的

		特溝-A-C2 發展溝通 協調素 養，詮釋 溝通歷 程，達成 與人合 作、社會 參與及和 諧互動。		決結果，完成 被指派的教室 布置工作。		意見。
第 9-10 週	第 3 單 元 情緒大 不同	特社 2-IV-9 與他人共同 從事活 動，分享 彼此的感 受或想法	特社 B- IV-2 同理心 的培 養。	1. 可說出對 他人情緒 的推測與 理由。 2. 當不同人 針對同一 事件有不 同感受 時，可重 述其理 由。	活動一： 百變猴情緒卡牌遊戲「一起來出牌」：針對不同的主題，挑 出自己當時主要的情緒卡一至二張，喊一、二、三一起亮 牌，分享討論自己的經驗與異同之處。 活動二：「同感」桌遊 (1)練習表達在與家人、朋友、同學相處之特定情境時，自 己的情緒經驗或感受及原因。 (2)練習推測他人感受及可能原因。	1. 口語評量： 分享自己的 情緒經驗。 說出對他人 情緒的推測 與理由。 2. 同儕回饋：針 對同學猜測 自己的情緒 予以回饋或 解答。
第 11-15 週	第 4 單 元 溝通合 作你 我他	特社 2-IV- 17 以平等、 尊重的態度 與他人共同 參與團體或 活動。 特溝 4-sA-5 依據他人的 理解狀況調 整自己的溝	特社 B- IV-2 同理 心的培 養。 特溝 B- sP-6 語意 明確的說 話內容。 (低) 特溝 B-	1. 能在活動中 以平等、 尊重的態 度與他人 完成活 動。 2. 能同理對方 在活動中 的感受， 進而展現/	活動一：「摸鼻子」桌上遊戲 1. 認識摸鼻子活動規則，示範適宜的遞卡動作，正反舉例不 禮貌的動作。 2. 師生共同討論暗號動作，教師引導學生設計尊重、禮貌的 動作，避免冒犯他人的舉動。 3. 進行摸鼻子遊戲二輪 4. 分享溝通過程的難易與心得 5. 教師分享觀察。 活動二：「你是我的眼」大地遊戲 1. 分組及規則介紹	教師觀察：學生 依據規則進行 活動；互動中 是否表現尊 重、禮貌的態 度待人。 口語評量/自我 評量： 1. 桌遊活動後

		通方式與策略。(高組) 特溝 4-sP-2 運用溝通技巧參與遊戲或團體活動。 (低組)	sA-6 參與活動時的應對技巧。 (高)	調整自己的溝通方式。 1. 3. 能在活動後分享自己的觀察與感受。	2. 教師與示範組呈現清楚口令引導、不肢體協助等原則，也正反舉例較禮貌的口語指令，引導學生同理思考：希望別人怎麼對我說話，自己就如何說，交換任務的時候去體會自己是否有被平等對待的感受？遊戲結束後可分享。 3. 進行活動二至三輪，教師在過程中，提示引導者依據矇眼者的反應調整口令。 4. 擔任矇眼者/引導者分別分享感受與同儕觀察，教師亦分享觀察，並引導學生討論可能原因： (1)隊友給你的指令清楚嗎？禮貌嗎？ (2)承上題，自己給指令的時候，有做到嗎？ (3)承上題，若沒做到，可能原因是什麼？請相互告訴同學自己的觀察。 5. 總結本節要點： (1)溝通方式除了有說話，表情(眼神)也是一種溝通管道。 (2)溝通時，要注意對方的眼神、表情、動作，來想想他的感覺。再來調整自己要說出口的話、要做的動作。 (3)多人一起合作，溝通的時候就要顧到大家的眼神、表情、動作，不能只注意一個人的。 (4)說指令時要注意禮貌用語，自己希望別人怎麼對我說，自己就該如何說。	分享心得。 2. 大地遊戲後，分享擔任不同角色的感受。 3. 自己是否用尊重、禮貌的態度平等對待自己的隊友。 實作與同儕評量：學生依據規則與組員相互溝通、合作完成桌遊任務、大地遊戲任務。 1.
第 16-20 週	第 5 單元 聊天派	特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。 特社 2-IV-	特社 B-IV-2 同理心的培養。	1. 能開啟共通話題(描述事件、感受)。 2. 能在傾聽完同學開啟的話題後，適當	1. 「說書人」遊戲體驗： (1)認識規則 (2)遊戲進行 (3)心得討論：引導學生歸納出要大家的卡牌都有的「共同特點」，才能讓大家都有卡牌出，說書人的分數才會得高分。 (4)教師延伸：與他人聊天時，發言者要能同理溝通對象的喜好來開啟「共同」話題，過程中能輪流、能注視眼神、	1. 實作觀察：教師觀察學生在演練、聊天活動中的表現，包括： (1)開啟話題是否符合主題 (2)是否可注視

	對	17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體或活動。 特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。		的(附和、提問、分享、不批評)延續話題。 3. 能適當結束話題。 4. 能表現「輪流」發話的禮儀(後講者說：你先說；先講者說：我講完了，換你)。	專注傾聽等。 2. 話題大募集:請學生思考自己與在場同學可能會有的共同話題，技巧:想想大家最近都共同經歷了什麼事情?將話題卡留作後續「分組聊天室」使用。 3. 認識聊天技巧: (1)針對不同對象可開啟之話題、常用句。 (2)延續話題常用句/動作。 (3)結束話題常用句/動作。 (4)認識不適當的對話模式：人身攻擊、批評、搶話，藉由討論，同理情境中人物的感受。 (5)認識「搶話時」之解決方式。 4. 教師示範、個別演練、回饋討論(同學表現優良、待改善之處)、分組演練。 5. 「分組聊天室」活動：使學生分組，派代表抽「話題卡」後進行3分鐘的「聊天」，視學生數與程度，可指派觀察員，檢查聊天禮儀。 6. 同儕回饋討論(同學或自己表現優良、待改善之處)。	發話者並安靜傾聽 (3)是否能適當使用延續話題技巧 (4)是否能在提示鈴響後適當結束話題 (5)是否能在和同學同時發話時，表現「先講」或「後講」之禮儀。
--	---	---	--	---	---	--

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	第 6 單元 交友我可以-老朋友篇	特社 2-IV-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友誼。 特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法 特社 2-IV-17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體或活動	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。	1. 能欣賞不同朋友的特質，說出/寫出他人的優點及說明原因。 2. 能向他人介紹朋友的優點（2 位）。	1. 使用魔鏡卡，認識不同個性描述 2. 優點轟炸活動，同儕回饋討論。 3. 蒐集自己的優點紙條，完成「我的優點寶藏」學習單。 4. 兩兩互動訪談，完成最佳推銷員學習單。 5. 「最佳推銷員」活動：組員兩兩一組互相熟悉，教師示範「推銷員」如何向眾人介紹自己夥伴的優點或特長。 6. 換拍檔進行「最佳推銷員」活動。 7. 同儕回饋討論。	1. 紙筆評量：學生在小卡上寫出同學的特質或優點；在學習單紀錄自己的優勢或特點。 2. 口說評量：學生能以適當音量、內容說明他人特質、介紹他人優勢。 3. 同儕評量：發表之儀態、態度、內容、表達流暢情形。
第 5-8 週	第 7 單元 矛盾心情觀察鏡	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 1-IV-8 遭遇不如意時，主動轉移注意力，並	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。	1. 能區辨/命名自己在特定情況中的情緒。 2. 能適當分類正負向情緒與強度。 3. 能說明對自己情緒的期	活動一：「情緒賓果」、「情緒九宮格」、「超級比一比」等方式，讓團體成員共同認識情緒卡片不同的名稱。 活動二：區辨情緒向度與強度 1. 透過情緒卡，認識較常使用的正負面情緒名稱，引導學生舉例、想像自己在什麼情況中會出現該情緒。 2. 透過學習單，引導學生將情緒向度及強度稍作區分（正向、負向、中性；強烈、輕微）。	1. 口語評量：學生說明自己的情緒經驗；根據自己的畫作，說明對自己情緒的期待。 2. 實作評量：學生將情緒名稱

		以內在語言自我鼓勵。		待。	活動三:認識矛盾情緒與自我檢視方式 1. 教師透過卡片以及情境影音、事例介紹矛盾情緒(如:喜極而泣、接受讚美時對開心感到害怕等)。 2. 引導學生提出自己曾經/可能產生矛盾情緒的情境。 活動四:和諧粉彩 1. 回想一個近期困擾著自己的事件與情緒,用和諧粉彩畫出「希望自己情緒變怎樣」。(教師提供畫作範本選擇) 2. 作品分享。	依據一般的標準進行向度及強度的分類;繪製和諧粉彩作品。
第 9-12 週	第 8 單元 自我鼓勵一起來	特社 1-IV-8 遭遇不如意時,主動轉移注意力,並以內在語言自我鼓勵。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整	1. 能辨識使自己產生挫折的情境與心情。 2. 能說出至少 1 種自我鼓勵的語句。 3. 能實作至少 2 種自我放鬆的活動。 4. 能在造成心情低落的情境後進行自我鼓勵/放鬆。 5. 能執行自我挑戰。	1. 與同學討論:比較喜歡愉快的心情處理事情,還是心情差的情況下處理事情?推導出「先處理心情,再處理事情」的處世方法。 2. 複習「心情觀察鏡」之負向心情名稱。 3. 藉由同學分享、討論,紀錄造成自己心情很差的情境、當時心中的心情、「心情不好程度」,填寫壓力炸彈學習單。 4. 介紹自我激勵的方式:語言、動作,引導學生發想、選擇對自己有效的自我激勵語言與動作。 5. 快樂活動百寶箱:集思廣益,想想能讓自己放鬆、感到快樂的、且可獨自一人進行的活動,在課堂分享。 6. 歸納活動分類與使用時機: (1)要工具、有時間、有空間才能做,如:玩手機遊戲、聽音樂、流汗運動、放鬆運動、散步、和同學聊天、大喊大叫、洗熱水澡。 (2)沒工具、馬上可以做的,如:放空發呆、感官接龍(感受顏色、感受聲音、感受微風)、流淚、深呼吸等等。 7. 活動體驗:	1. 教師觀察:學生分享的內容是否切題,包括:挫折情境、挫折時的內心話、鼓勵話語是否正向或符合情境、實際執行活動的心得、離開課堂後執行心得。 2. 紙筆評量:學生以學習單紙筆記錄下、自我激勵的方式、快樂百寶箱活動。 3. 實作評量:學生能適當演練自我鼓勵。

					(1)師生一起從快樂百寶箱中挑選幾樣活動一起體驗：和諧粉彩/纏繞畫塗色/肌肉放鬆練習。 (2)先回想一個事件引發的負面感受，再一起體驗活動。 (3)活動過後，咀嚼、分享自己當下的心情，以及負面心情好轉程度。 8. 想像模擬，預備自己的耐挫力： (1)認識處理挫折步驟：先放鬆心情＞再鼓勵自己＞最後處理事情。 (2)共同練習：套用模擬情境，共同發想，依據三步驟處理。 (3)個別練習：抽取模擬情境，思考後分享，自己在這個情境中，會如何自我鼓勵與放鬆呢。 9. 給自己的作業：自我肯定挑戰 (1)討論、設定自我挑戰目標、執行方式。 (2)介紹成功日記內容類別(可提升自信) 書寫類舉例： A. 我原本沒做到，今天改善的事項(行為)。 B. 我原本就做好，今天有維持的行為。 C. 請同學提供例句，回家自我省思並記錄。 D. 下週請同學分享心得、成功例子、心情轉變。	1. 檔案評量：自我挑戰日記。 2. 自我評量：分享自我挑戰期間的想法。
第 13-16 週	第 9 單元 感情修一修	特社 2-IV-10 在同儕友誼關係出現狀況時，有修補的策略。	特社 B-IV-2 同理心的培養。	1. 能分享被朋友傷害/背叛的時，期待對方對待自己的方式。 2. 能說明適當道歉的脈絡，或針對	1. 有意願者分享經驗。(教師蒐集友誼破裂故事) 2. 發想/分享期待被對待的方式。 3. 導引出想被這樣對待的動機與目標：想繼續當朋友/珍惜情誼/重視信任、承諾、自尊等。 4. 怎麼道歉？認識道歉的脈絡 (1)道歉 (2)說情做錯的行為 (3)說明造成的傷害或後果(實際物質破壞/破壞感受/	1. 實作／紙筆：學生依脈絡寫下道歉卡。 2. 口語評量：說出自己心情不佳時的感受、期待他人對待自己的方式；能舉例道歉的脈

				脈絡舉例。 3. 能針對假設情境寫出/說出道歉文。	錯過時機或事件) (4)提出此次彌補、下次預防/改善之方式。 (5)請求原諒。 5. 引導學生套入情境練習:不守信用 /推卸責任/我對朋友很好，但他沒有同樣對待我)	絡。
第 17-20 週	第 10 單元 禮多人不怪—優質網路公民	特社 2-IV-1 運用科技媒體接收他人的訊息，以及解讀科技媒體訊息上的意義。 特社 2-IV-4 具備正確使用網路的基本法律常識。	特社 B-IV-2 同理心的培養。	1. 能說出/選出網路基本禮儀與法律常識。 2. 能同理並分享自己若收到具有人身攻擊/侵犯他人隱私/謾罵之訊息之心情。 3. 能適當解讀訊息是否具有人身攻擊/侵犯他人隱私/謾罵義含。 4. 能針對不當訊息，說出/選出不助長霸凌的回應方式(不轉傳、不鼓勵、回應糾正、告訴師長)。	1. 請學生經驗分享:自己是否曾在網路公開頁面收到/看到他人貶低、謾罵、攻擊自己的留言或圖片?是否在公開的網頁中、群組對話中，看過自己認識的人被其他人謾罵、公開個人隱私呢?如果發生在自己身上，你心裡的感覺或想法是什麼? 2. 透過「全民資安素養網」、網路影音，認識網路基本禮儀與法律常識。 3. 「不當網路酸民」：透過新聞實例案件瞭解網路霸凌造成的後果(受害人名聲受損、失去生命/加害人負法律責任)。 4. 「酸民糾察隊」： (1)透過學習單、ppt 認識不當言論特徵(人身攻擊/觸犯隱私/謾罵)。 (2)練習區辨實際網路言論是否符合不當條件。 5. 「優質網民怎麼做」： (1)認識適當留言的方式(說意見、說想法、不攻擊、不透漏隱私)。 (2)認識針對不當訊息的回應方式(不跟風附和、不轉傳、可回應糾正、若被欺負的人是校內同學，可告訴師長等) (3)高組:隱私內容的判斷 (4)全體:練習針對他人貼文適當留言/回應、針對他人訊息適當回覆。	1. 紙筆評量：學生以學習單紀錄適當發言原則、網路基本禮儀。 2. 觀察/實作：針對貼文、訊息以符合原則方式回覆；學生辨識不適當訊息，提出應對方式。 3. 口語評量：

