

114 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(八年級組) 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（外加）

三、教學對象：八年級學習障礙 3 人，共 3 人。

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。 融入<u>溝通訓練</u>核心素養 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或轉移注意力。 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。 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 1-5 週	第 1 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 6-10 週	第 2 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)	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-sA-6 參與活動時的應對技巧。(高)	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/調整自己的溝通方式。 3. 能在活動後分享自己的觀察與感受。	活動一：「摸鼻子」、「眨眨眼」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 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。	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。
-------------------------	--------------------------------	--	---	--	--	--

					(活動一主要目的：體驗非語言訊息溝通，可替代其他相同功能之遊戲或活動。 活動二主要目的：體驗語言訊息溝通同理，可替代其他動態活動或遊戲，如：特奧滾球、布袋球分組合作體驗。)	
第11-15週	第3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 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待。	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）。 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。	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16-20週	第4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。	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。	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

				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。 4. 能執行自我挑戰。	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)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/暖心小語查詢。 (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。	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. 檔案評量：自我挑戰日記。 自我評量：分享自我挑戰期間的想法。
--	--	--	--	---	--	--

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1-5週	第5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。	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. 能依據表決結果，完成被指派的教室布置工作。	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. 引導學生分組討論、小組內紀錄想法、小組報告，教師協助全體表決想要製作的圖樣或布置方式。 3. 教師引導學生列出工作任務並進行分組、分配工作。 4. 教師貯備工具、材料，協助學生依據決議結果製作裝飾物。 (美化素材 1: 前一單元學生成品，如: 和諧粉彩畫作、暖心小語卡、情緒塗鴨彩繪、情緒抒發禪繞畫等。 美化素材 2: 本節課產生，如: 品格結合夢想版、師生校園生活活動照等)	1. 口語：學生適當表達有關美化的意見、表明同意或不同意同儕意見。 2. 實作觀察：根據決定參與分配之製作任務。
第6-10週	第6單元 暖男暖女 養成班- 關懷他人	特社 2-IV-12 面對他人的抱怨，安撫對方情緒緩和衝突，並有效分析自己的困難。	特社 B-IV-2 同理心的培養。	1. 能說出自己心情不佳時的感受、期待他人對待自己的方式。 2. 能辨識他人負面情緒（表情／行為）。 3. 能想出適當的安慰方式（同理情緒的話語／行動）。 4. 能執行適當的安慰方式。	1. 以圖片、實際事件引導學生分享在不同情境中自己心情不佳時的感受、期待他人對待自己的方式。 2. 透過網路影音、圖片、討論學校／家裡／社區情境中，他人負面情緒出現之特徵（表情／行為等）。 3. 透過影音、PPT、教師示範不同的安慰／安撫方式（口語／行動）。 4. 「暖男暖女就是我」：模擬演練在不同情境中安撫不同對象。 5. 「暖男／暖女出勤表」檢核表：追蹤返家／反班後執行情況。	1. 紙筆：學生記錄下安撫他人方式。 2. 實作／觀察：學生在模擬情境中表現出適當的安慰方式（口語或行動）。 3. 自我評量：完成檢核表（暖男／暖女出勤表學生）。
第	第7單元	特社 2-IV-1 運	特社 B-	1. 能說出／選出	1. 請學生經驗分享：自己是否曾在網路公開頁面收	1. 紙筆評量：學生以

11-15週	禮多人不怪－優質網路公民	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。	IV-2 同理心的培養。	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。 能針對不適當訊息，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)。	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，你心裡的感觉或想法是什麼？ 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)認識針對不適當訊息的回應方式(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。	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：
第16-20週	第8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，或針對脈絡舉例。 3. 能針對假設情境寫出/說出道歉	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/錯過時機或事件)	4. 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；能舉例道歉的脈絡。

				歉文。 (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)	
--	--	--	--	---	--