

114 學年度嘉義縣民雄國民中學特殊教育特教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：廖芳瑜（表十二之二）

一、教材來源：□自編 ■編選-參考網路教材 二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：智能障礙 七年級 1 人、八年級 2 人、自閉症 1 年級 1 人、九年級 1 人，共 5 人 四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程目標（學年目標）
A 自主行動 特社-J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。 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。 B 溝通互動 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。 C 社會參與 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。	1. 能提升處理正負向情緒的能力，擁有合宜的人性觀與自我觀察並促進身心健全發展 2. 學習各種各種抒解壓力方式的能力，解決在家庭、學校或社區社會中遇到的各種狀況與情緒問題 3. 能認識自我、接納自己，在班上融入並參與各種活動並具備理解及使用語言、文字進行表達、溝通及互動的能力 4. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養

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
第一-五週	你好嗎	特社1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。	1 能透過肢體或語言表達身體的壓力反應。 2 學會辨識情緒（如生氣、緊張、難過）並說出原因。 3 練習用恰當方式表達負面情緒，並接受他人安慰。 4 學會自我安撫技巧（如深呼吸、自我對話等）。	1 情緒臉譜與身體感覺對應 2 情境模擬：壓力來源辨識 3 情緒表達與發洩方法（畫畫、說話、肢體活動） 4 自我鼓勵語句練習	1. 能說出各種情緒 2. 能覺察並說出自己的情緒 3. 能覺察並說出他人的情緒 4. 能正確的說出自己的感受 5. 能說出自己情緒表達後會獲得的反應並想出是當的解決方式
第六-十週	沒問題	特社1-I-4 察覺自己與	A-I-3 自我優弱勢的察	1 能表達過去遭遇的失敗	1 故事討論或影片分析：失	1. 能說出同學的

	我可以處理	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。	覺	經驗與感受。 2 學習分析失敗原因（如準備不足、情緒干擾）。 3 透過個人成功經驗，練習正向自我評價。 4 認識自己的興趣、擅長與不擅長的事。 5 學會從他人回饋中認識自我形象。 6 能嘗試設定短期目標並追蹤成果。	敗與成長 2 成功經驗分享與圖卡紀錄 3 「我做不到」語言練習 4 自我優點與努力成果列舉活動 5 優勢能力與挑戰清單 6 夥伴觀察回饋單活動 7 目標樹製作（學習／生活目標） 8 自我進步紀錄表練習	優缺點 2. 能說出自己的優缺點 3. 能針對優缺點同學間互相討論與建議
第十一-十五週	為什麼我會這麼做	特社1-IV-6 分析失敗的原因，並從成功的經驗自我肯定。 特社1-IV-7 根據優弱勢能力，設定努力或學習的目標。 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 1-IV-9 主動擬定與分析問題解決方式的優缺點及其後果。	特社A-IV-3 問題解決的技巧。	1 能表達遇到問題時的困擾情境。 2 嘗試提出兩種以上的解決方式。 3 評估可能後果並選擇合適做法。	1 問題解決步驟教學（情境→想辦法→判斷） 2 案例討論與解決方法配對 3 優缺點表格填寫練習 4 角色扮演處理衝突情境	每位同學都能從挫折中找到理想的解決方式並說出來分享給大家
第十六-二十一週	我的好朋友	特社 2-I-5 依情境適當回答問題。 特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。	特社 B-I-3 人際關係的建立。	1 學會與同儕問候、自我介紹及進行簡單對話。 2 理解常見的社交規則與	1 問候語、介紹語句示範與句型卡練習 2 社交小劇場或桌遊互動活	將問候語實際運用在生活中，老師從中觀察並評分

		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。		人際禮儀。 3 練習如何建立並維持友善關係。	動 3 社交行為海報製作（如輪流、傾聽、不插嘴） 4 觀察日記（記錄與同學相處的好行為）	
--	--	----------------------------------	--	-------------------------------	--	--

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
第一-五週	性別平等與性侵害防治	特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 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-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。	特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。	1 能辨識人際互動中應有的禮貌行為（如：打招呼、輪流說話、保持距離）。 2 尊重他人身體界限，不做出讓人感到不舒服的行為。 3 認識什麼是性侵害並知道能說出遭受性侵害時所應有的反應	1 社交場合基本禮儀（打招呼、互動距離、傾聽等） 2 身體界限示範與角色扮演（我的空間/你的空間） 3 教導什麼是性侵害並知道能說出遭受性侵害時所應有的反應	1. 能說出什麼是性侵害 2. 能說出遭受性侵害時所應有的反應
第六-十週	團體生活	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-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 B-IV-3 優勢的呈現與表達。	1 學會自我介紹，說出自己的興趣或專長，建立良好友誼。 2 欣賞不同性別、個性的朋友，練習友善互動。 3 學習與他人協力完成活動，並能適時表達自己的想法。	1 自我介紹練習（我是誰、我喜歡什麼） 2 多元友誼理解：每個人都不一樣，但都值得被尊重 3 小組合作活動設計：共同討論與分享	1. 能說出目前在與同學相處情況 2. 能討論出與同學相處時愉快的地方 3. 能分享並說出在遇到人際困難時如何找尋各種方法獲得協助
第十一-十五週	環境教育	特社 2-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己	特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	1 辨識安全與危險的接觸或語言。	1 安全情境與危險警示的辨識（好觸摸/壞觸摸）	1. 能說出自己心理的感受

		情緒並選擇可被接受的方式回應。 特社 2-IV-13 在面對兩難的情境時，主動選擇對自己較為有利的情境。 特社 2-IV-14 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌的說明拒絕的原因。		2 學習對不舒服的觸碰或言語說「不」，並能清楚表達拒絕。 3 知道可以尋求協助的對象（如老師、家長、輔導老師）。 4 理解保護自己不是「不乖」，而是負責任的行為。 5 面對人際衝突時，能控制情緒並不做出攻擊行為。 6 遇到兩難或團體壓力情境時，能為自己做出有益的選擇。	2 拒絕語句練習：「不可以！」「我不喜歡這樣」 3 求助對象圖卡：哪些人可以幫助我？ 4 告發流程演練（向老師說、寫紀錄、保留證據） 5 衝突情境圖卡分析：練習「生氣但不攻擊」的做法 6 兩難選擇情境故事與選擇卡（如：跟朋友說實話 VS 怕得罪他） 7 「我可以這樣做」問題解決句型練習	2. 能分享如何分辨這種變化的好壞 3. 能正確表達自己的情緒
第十六-二十二週	法治教育	特社2-V-15 了解與人相處時的安全情境條件。 特社2-V-16 面對他人不當的觸摸或語言時，能有效使用自我保護及求助技巧。 特社 2-V-17 尋求適當途徑告發他人不當的觸摸或語言。	特社 B-V-5 危險預防與責任的處理。	1 認識什麼是安全與不安全的人際互動情境（如：誰可以擁抱我、什麼話讓我不舒服）。 2 能分辨不當的觸摸或語言，並理解這些行為是不對的、不該被忍受的。 3 學會清楚表達拒絕，說出「我不喜歡」、「請你停止」等保護性語	1 安全情境辨識： 透過圖片、情境劇練習分辨「安全的互動」與「不舒服的互動」。 教授「好觸摸」「壞觸摸」「令人困惑的觸摸」的差異。 2 自我保護技巧： 教授並練習拒絕語句（如：「請你停止」「我不喜歡這樣」「這樣不可以」）。	1. 能說出哪些是壞人哪些是壞事 2. 能說出遇到壞人壞事的處理方式

				句。 4 能列出可求助的對象（如家人、老師、社工等），知道如何向可信任大人告發。 5 了解遭遇性騷擾或侵犯時，報告是保護自己的一種責任與權利，而非丟臉。	練習大聲說話、保持距離、離開現場、找人幫忙等基本保護反應。 3 求助與告發方式： 製作「我的求助清單」（寫出可信任的人）。 示範如何向老師、家人或輔導員求助（面對面、寫信、打電話）。 認識學校內外的保護機制（如輔導室、家庭暴力防治專線 113）。 4 角色扮演與模擬活動： 透過演練（如有人說：「我不會告訴別人」或「你不說沒人會知道」）讓學生學會如何應對操控性語言。 使用「安全與危險情境圖卡」讓學生練習選擇正確行動。	
--	--	--	--	---	---	--