

表3-十二年課綱選用：課程進度計畫表/分散式資源班

115學年度 第2學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求領域/ 社會技巧	1	五、六年級	郭俞廷
核心 素養	A自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與問題解決 <input checked="" type="checkbox"/> 規劃執行與創新應變			
	B溝通互動	<input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input checked="" type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> 藝術涵養與美感素養			
	C社會參與	<input checked="" type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> 多元文化與國際理解			
學習 表現	<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 嘗試使用紓解壓力的方法。</p> <p>特社1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。</p> <p>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> <p>特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。</p> <p>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。</p> <p>特社2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。</p> <p>特社2-III-11 面對兩難的情境時，說明情境的利弊得失。</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>				
學習 內容	<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>特社A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。</p> <p>特社B-III-1 正負向訊息的判斷。</p> <p>特社B-III-2 話題的開啟與延續。</p> <p>特社B-III-3 自我經驗的分享。</p> <p>特社B-III-4 自我需求與困難的表達。</p> <p>特社C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。</p> <p>特社C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。</p>				
融入 議題	<input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	<input type="checkbox"/> ○○版第○冊 <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材	課程調整 原則	<input type="checkbox"/> 簡化 <input type="checkbox"/> 減量 <input checked="" type="checkbox"/> 分解 <input type="checkbox"/> 替代 <input type="checkbox"/> 重整	
	教學方法	<input checked="" type="checkbox"/> 直接教學 <input type="checkbox"/> 工作分析 <input type="checkbox"/> 交互教學 <input type="checkbox"/> 結構教學 <input checked="" type="checkbox"/> 問題解決 <input type="checkbox"/> 合作學習 <input type="checkbox"/> 協同教學 <input type="checkbox"/> 多層次教學 <input type="checkbox"/> 其他：			
	教學評量	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input checked="" type="checkbox"/> 口語評量 <input type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 其他：			
週次	單元名稱	單元內容/教學重點			

1	新的開始	<ol style="list-style-type: none"> 1. 發表寒假發生的喜怒哀樂 2. 設立每位學生本學期檢核表的事項
2		
3	我不用唱反調 表達意見	<ol style="list-style-type: none"> 1. 討論生活中是否有遇過同學一直反對大家的想法的經驗, 以及可能產生的情緒 2. 引導從說話語氣、內容、表情辨別是否唱反調 3. 討論會唱反調的原因 4. 演練活動(1): 一人說出唱反調的話, 另一人表達出心情 5. 演練活動(2): 一人修改掉唱反調的話, 另一人表達心情 6. 討論遇到愛唱反調的同學時, 可以採取的行動策略
4		
5		
6		
7		
8	我是溝通小高手	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過小測驗了解自己的溝通模式 2. 情境討論: 思考合作活動中的對話內容, 是否適當 3. 引導分辨怎樣的溝通模式會讓人產生正向情緒 4. 演練活動: 多使用禮貌用語例如「麻煩你...」、「我覺得這樣做不錯, 你認為呢?」「我建議.....你覺得呢?」取代命令式句子與責怪的語氣 5. 引導去觀察他人的性格, 彈性調整說話內容
9		
10		
11		
12		
13	我會學習和爸媽溝通 的好方法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分享與爸媽溝通時曾遇到的困難或開心的經驗 2. 引導思考生活中哪些事情可以主動和爸媽分享(如: 學校趣事、心情、交友狀況、煩惱等), 以及主動分享帶來更好親子關係的原因 3. 引導當爸媽跟自己說話時, 需要注意的事項(如: 放下手機、保持眼神接觸、用心傾聽、不打斷對方) 4. 透過情境討論, 引導哪些言語或態度可能傷害親子關係(如: 頂嘴、翻白眼、不理睬、大聲吼叫、說謊等); 如果當下不想跟爸媽說話時, 引導如何處理 5. 引導在與爸媽意見不同時, 如何以「我訊息」平和表達自己的想法(如: 「我覺得....., 因為....., 我希望.....」), 並引導以聆聽取代爭辯 6. 演練活動: 給予一些情境(包含正向與負向情境), 練習適當的對話或行為模式
14		
15		
16		
17		
18	我會勇敢面對挑戰	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分享生活中曾遇到讓自己感到困難或害怕的挑戰, 以及當時有哪些情緒反應 2. 透過小測驗了解自己面對挑戰時的慣有反應(勇敢面對、逃避或尋求協助) 3. 引導逃避挑戰可能帶來的短期與長期影響, 與勇敢面對所帶來的成長做比較 4. 引導「勇敢面對挑戰」的三步驟:(1)停下來, 察覺自己的情緒;(2)分析挑戰困難在哪;(3)選擇適合自己的行動策略
19		
20		

21		<p>5. 演練活動:給予不同情境(如:考試考砸了、參加新活動很緊張、被同學誤解等),用三步驟引導自己面對挑戰</p> <p>6. 引導以正向思考及自我鼓勵的語言取代自我批評</p>
補充說明	<p>依據國教署115年4月23日臺教國署原字第1155701134號函,有關「分散式資源班課程計畫行政減量原則」:</p> <p>1.與普通班相同之部定領域／科目課程:本表格免寫。</p> <p>2.特殊需求領域課程(如:學習策略、社會技巧等):仍需填寫本表件。</p>	

備註:課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。