

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 生活管理	1	一年級	王饒強
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與問題解決 A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	【特生 1 自我照顧】 能進行簡單的飲食與用餐禮儀(自己吃飯、餐具使用、咀嚼吞嚥)。 能在協助下進行如廁的清潔與隱私維護。 能完成個人清潔衛生(刷牙、洗手、洗臉)。 能穿脫衣物及進行簡單的儀容打理(梳頭、扣鈕扣)。 能建立規律的健康作息(早睡早起、定時用餐)。 【特生 2 家庭生活】 能參與簡單的家事(收拾玩具、擺放餐具、丟垃圾)。 能保護自己的身體與物品,知道求助管道。 能從事適合的休閒活動(看書、畫畫、運動)。 【特生 3 社區參與】 特生 J-sP-1 認識常見的交通工具。 特生 J-sP-2 認識並遵守基本的道路交通規則。 特生 K-sP-1 認識自己就讀的學校環境。 特生 K-sP-2 認識居家附近的社區環境與資源。 特生 K-sP-3 參與簡單的社區活動。 特生 K-sP-4 辨識社區危險情境並學會避開。 特生 K-sP-5 認識基本購物流程與技巧。 【特生 4 自我決策】 特生 L-sP-1 在引導下設定簡單的自我目標。 特生 L-sP-2 在生活事務中做出簡單的選擇與決定。 特生 L-sP-3 解決簡易的生活問題。 特生 L-sP-4 練習基本的自我管理技巧。 特生 L-sP-5 對自己的選擇與行為負責。 特生 M-sP-1 認識自我倡導。 特生 M-sP-2 練習自我覺察。				
	學習 內容	【自我照顧類主題】 飲食:用餐禮儀、餐具使用、咀嚼吞嚥、飲食衛生。 穿著:衣物穿脫、服飾選擇、整潔儀表。 如廁:如廁流程、清潔、隱私維護。 清潔衛生:刷牙、洗手、洗臉、洗澡。 儀容:梳頭、整理服裝、保持整潔。 健康促進:作息規律、運動習慣、飲食均衡。 【家庭生活類主題】			

	家事處理:簡易家事參與、物品收納。 自我保護:身體界限、求助管道、隱私概念。 休閒活動:適齡休閒、興趣探索。 【行動與交通安全 (特生 J)】 特生 J-sP-1 交通工具的認識。 特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。 特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。 【社區生活 (特生 K)】 特生 K-sP-1 就讀學校的認識。 特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。 特生 K-sP-3 社區活動的參與。 特生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。 特生 K-sP-5 購物的流程與技巧。 【獨立自主與自我管理 (特生 L)】 特生 L-sP-1 自我目標的設定。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。 特生 L-sP-4 自我管理技巧。 特生 L-sP-5 自我負責。 【心理賦權與自我實現 (特生 M)】 特生 M-sP-1 自我倡導的認識。 特生 M-sP-2 自我覺察。		
融入議題	☒家庭教育 ☐生命教育 ☐品德教育 ☐人權教育 ☐法治教育 ☐性別平等教育 ☐環境教育 ☐海洋教育 ☐能源教育 ☐資訊教育 ☐科技教育 ☐原住民族教育 ☒安全教育 ☐戶外教育 ☐國際教育 ☐多元文化 ☐生涯規劃 ☐閱讀素養		
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則 ☒ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整
	教學方法	☒ 直接教學 ☐ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☒ 合作學習 ☐ 協同教學 ☐ 多層次教學 ☐ 其他：	
	教學評量	☐ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☒ 實作評量 ☐ 其他：	
週次	單元名稱	單元內容/教學重點	
1	我會照顧自己	1. 刷牙洗手:認識刷牙七步驟與洗手六時機,每日練習。	
2		2. 如廁好習慣:練習自己上廁所、衝水、洗手、關門維護隱私。	
3		3. 飲食禮儀:練習坐好用餐、使用餐具、咀嚼後吞嚥、餐後收拾。	
4		4. 健康作息:認識早睡早起、定時用餐、適量運動的重要。	
5	我會穿衣和整理	1. 穿脫衣物:練習自己穿脫上衣、褲子、襪子、鞋子,並扣鈕扣、拉拉鍊。	
6		2. 選擇衣服:依天氣與場合選擇合適的衣物(冷加外套、運動穿運動服)。	
7		3. 整理書包:每天放學前自己整理書包,確認帶齊明天的物品。	
8		4. 儀容打理:學會梳頭、整理衣領、檢查口袋,保持整潔儀	

		表。 5. 收拾玩具:玩完玩具後物歸原處,養成收拾習慣。
9	我認識交通和安全	1. 交通工具:認識常見交通工具(公車、捷運、汽車、機車、腳踏車)。
10		2. 紅綠燈與斑馬線:認識「紅燈停、綠燈行」,過馬路走斑馬線。
11		3. 乘車安全:坐車繫安全帶、騎機車戴安全帽、上下車禮儀。
12		4. 危險情境:認識陌生人接觸、走失、迷路時的應對方式。 5. 求救方法:遇到危險會說「我要找媽媽/老師」,記住家裡電話。
13	我認識學校和社區	1. 校園探索:認識學校重要場所(教室、廁所、保健室、操場、圖書室)。
14		2. 社區地圖:認識家附近的便利商店、公園、診所、警察局。
15		3. 參與社區活動:認識常見社區活動(運動會、節慶、市集)並參與。
16		4. 購物初體驗:認識購物流程(選擇 → 排隊 → 結帳 → 找零)。 5. 錢的認識:認識新台幣 1、5、10、50、100 元的形狀與用途。
17	我會做決定和負責	1. 自我覺察:用「我會/我不會、我喜歡/我不喜歡」表格認識自己。
18		2. 設定小目標:每週訂一個簡單目標(本週要學會自己刷牙)。
19		3. 做決定:練習在二選一情境下做選擇(穿藍色或紅色衣服)。
20		4. 解決小問題:遇到困難(找不到鉛筆)能想辦法(找、借、買)。
21		5. 自我管理:練習用收納盒整理文具、用日曆記重要事項。 6. 自我倡導:表達自己的需要(我要喝水、我需要幫忙)。 7. 為自己負責:做錯事能說對不起,並嘗試修正。 8. 學期回顧:回顧學會的生活技能,訂下學期的目標。

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 生活管理	1	一年級	王饒強
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與問題解決 A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	【特生 1 自我照顧】 能進行簡單的飲食與用餐禮儀(自己吃飯、餐具使用、咀嚼吞嚥)。 能在協助下進行如廁的清潔與隱私維護。 能完成個人清潔衛生(刷牙、洗手、洗臉)。 能穿脫衣物及進行簡單的儀容打理(梳頭、扣鈕扣)。 能建立規律的健康作息(早睡早起、定時用餐)。 【特生 2 家庭生活】 能參與簡單的家事(收拾玩具、擺放餐具、丟垃圾)。 能保護自己的身體與物品,知道求助管道。 能從事適合的休閒活動(看書、畫畫、運動)。 【特生 3 社區參與】 特生 J-sP-1 認識常見的交通工具。 特生 J-sP-2 認識並遵守基本的道路交通規則。 特生 K-sP-1 認識自己就讀的學校環境。 特生 K-sP-2 認識居家附近的社區環境與資源。 特生 K-sP-3 參與簡單的社區活動。 特生 K-sP-4 辨識社區危險情境並學會避開。 特生 K-sP-5 認識基本購物流程與技巧。 【特生 4 自我決策】 特生 L-sP-1 在引導下設定簡單的自我目標。 特生 L-sP-2 在生活事務中做出簡單的選擇與決定。 特生 L-sP-3 解決簡易的生活問題。 特生 L-sP-4 練習基本的自我管理技巧。 特生 L-sP-5 對自己的選擇與行為負責。 特生 M-sP-1 認識自我倡導。 特生 M-sP-2 練習自我覺察。				
	學習 內容	【自我照顧類主題】 飲食:用餐禮儀、餐具使用、咀嚼吞嚥、飲食衛生。 穿著:衣物穿脫、服飾選擇、整潔儀表。 如廁:如廁流程、清潔、隱私維護。 清潔衛生:刷牙、洗手、洗臉、洗澡。 儀容:梳頭、整理服裝、保持整潔。 健康促進:作息規律、運動習慣、飲食均衡。 【家庭生活類主題】			

	家事處理:簡易家事參與、物品收納。 自我保護:身體界限、求助管道、隱私概念。 休閒活動:適齡休閒、興趣探索。 【行動與交通安全 (特生 J)】 特生 J-sP-1 交通工具的認識。 特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。 特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。 【社區生活 (特生 K)】 特生 K-sP-1 就讀學校的認識。 特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。 特生 K-sP-3 社區活動的參與。 特生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。 特生 K-sP-5 購物的流程與技巧。 【獨立自主與自我管理 (特生 L)】 特生 L-sP-1 自我目標的設定。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。 特生 L-sP-4 自我管理技巧。 特生 L-sP-5 自我負責。 【心理賦權與自我實現 (特生 M)】 特生 M-sP-1 自我倡導的認識。 特生 M-sP-2 自我覺察。			
融入議題	家庭教育 生命教育 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 安全教育 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 生涯規劃 ☐ 閱讀素養			
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則	☒ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整
	教學方法	☒ 直接教學 ☐ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☒ 合作學習 ☐ 協同教學 ☐ 多層次教學 ☐ 其他：		
	教學評量	☐ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☒ 實作評量 ☐ 其他：		
週次	單元名稱	單元內容/教學重點		
1	我會健康吃飯和運動	1. 認識食物分類:認識六大類食物(全穀、豆魚蛋肉、蔬菜、水果、乳品、油脂)。		
2		2. 均衡飲食:練習挑選不偏食,每天吃到不同顏色的蔬果。		
3		3. 飲食衛生:用餐前洗手、不邊吃邊走、生病不能跟人共用餐具。		
4		4. 每日運動:練習跳繩、走樓梯、慢跑等簡單運動。		
5	我會做簡單家事	5. 健康紀錄:用「健康日記」記錄每天的飲食、運動、睡眠。		
6		1. 收拾餐桌:用餐後將碗筷收進廚房、擦桌子、推椅子歸位。		
7		2. 倒垃圾與資源回收:認識垃圾分類(一般、廚餘、可回收)。		
8		3. 掃地拖地:用小掃帚和小拖把練習簡單清潔。		
		4. 摺衣服:練習摺自己的小毛巾、襪子、簡單衣物。 5. 整理床鋪:每天起床後拉好棉被、把枕頭擺整齊。 6. 家事分工:認識家中每個人的家事貢獻,主動幫忙。		

9	我認識錢和買東西	1. 認識錢幣:辨識 1、5、10、50 元硬幣與 100、500 元紙鈔。
10		2. 簡單計算:1+1、5+5、10+10 的金額累加。
11		3. 需要和想要:辨認生活必需品(食物、文具)與額外想買的(玩具、糖果)。
12		4. 購物實作:跟大人去便利商店,自己挑選、結帳、收找零。 5. 找零驗算:檢查找回的錢是否正確。 6. 存錢概念:用存錢筒存零用錢,設定要存到的目標。
13	我會保護自己	1. 身體紅綠燈:認識身體的「綠燈區、黃燈區、紅燈區」,別人不能隨便碰。
14		2. 陌生人應對:不跟陌生人走、不收陌生人的東西、不告訴別人家裡電話地址。
15		3. 求救方法:會說「不要、走開、我要告訴大人」三步驟。
16		4. 火災逃生:認識火災煙霧時要彎腰、用濕毛巾摀口鼻、走樓梯不搭電梯。 5. 地震保護:遇到地震要「趴下、掩護、穩住」(伏地、遮頭、抓桌腳)。 6. 緊急電話:記住 110(警察)、119(消防/救護)、113(婦幼)的功能。
17	我會表達需求和心情	1. 認識心情:辨認自己的開心、難過、生氣、緊張、害怕。
18		2. 我會說:用「我覺得…」、「我想要…」、「我需要…」表達。
19		3. 尋求幫忙:不會的事可以說「請幫我」或「我可以問你嗎?」。
20		4. 接受拒絕:別人說「不行」時能接受,不哭鬧或生氣。
21		5. 等待輪流:在隊伍中等待、輪流玩遊戲、輪流發言。 6. 為自己發聲:不喜歡的事可以說「我不喜歡」、「請不要」。 7. 感謝他人:幫忙後說「謝謝」,接受幫忙後表達感謝。 8. 學期回顧:回想下學期學會的事,跟家人分享自己的成長。

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 生活管理	1	二年級	王饒強
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與問題解決 A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	【特生 1 自我照顧】 能進行簡單的飲食與用餐禮儀(自己吃飯、餐具使用、咀嚼吞嚥)。 能在協助下進行如廁的清潔與隱私維護。 能完成個人清潔衛生(刷牙、洗手、洗臉)。 能穿脫衣物及進行簡單的儀容打理(梳頭、扣鈕扣)。 能建立規律的健康作息(早睡早起、定時用餐)。 【特生 2 家庭生活】 能參與簡單的家事(收拾玩具、擺放餐具、丟垃圾)。 能保護自己的身體與物品,知道求助管道。 能從事適合的休閒活動(看書、畫畫、運動)。 【特生 3 社區參與】 特生 J-sP-1 認識常見的交通工具。 特生 J-sP-2 認識並遵守基本的道路交通規則。 特生 K-sP-1 認識自己就讀的學校環境。 特生 K-sP-2 認識居家附近的社區環境與資源。 特生 K-sP-3 參與簡單的社區活動。 特生 K-sP-4 辨識社區危險情境並學會避開。 特生 K-sP-5 認識基本購物流程與技巧。 【特生 4 自我決策】 特生 L-sP-1 在引導下設定簡單的自我目標。 特生 L-sP-2 在生活事務中做出簡單的選擇與決定。 特生 L-sP-3 解決簡易的生活問題。 特生 L-sP-4 練習基本的自我管理技巧。 特生 L-sP-5 對自己的選擇與行為負責。 特生 M-sP-1 認識自我倡導。 特生 M-sP-2 練習自我覺察。				
	學習 內容	【自我照顧類主題】 飲食:用餐禮儀、餐具使用、咀嚼吞嚥、飲食衛生。 穿著:衣物穿脫、服飾選擇、整潔儀表。 如廁:如廁流程、清潔、隱私維護。 清潔衛生:刷牙、洗手、洗臉、洗澡。 儀容:梳頭、整理服裝、保持整潔。 健康促進:作息規律、運動習慣、飲食均衡。 【家庭生活類主題】			

	家事處理:簡易家事參與、物品收納。 自我保護:身體界限、求助管道、隱私概念。 休閒活動:適齡休閒、興趣探索。 【行動與交通安全 (特生 J)】 特生 J-sP-1 交通工具的認識。 特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。 特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。 【社區生活 (特生 K)】 特生 K-sP-1 就讀學校的認識。 特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。 特生 K-sP-3 社區活動的參與。 特生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。 特生 K-sP-5 購物的流程與技巧。 【獨立自主與自我管理 (特生 L)】 特生 L-sP-1 自我目標的設定。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。 特生 L-sP-4 自我管理技巧。 特生 L-sP-5 自我負責。 【心理賦權與自我實現 (特生 M)】 特生 M-sP-1 自我倡導的認識。 特生 M-sP-2 自我覺察。		
融入議題	☒家庭教育 ☐生命教育 ☐品德教育 ☐人權教育 ☐法治教育 ☐性別平等教育 ☐環境教育 ☐海洋教育 ☐能源教育 ☐資訊教育 ☐科技教育 ☐原住民族教育 ☒安全教育 ☐戶外教育 ☐國際教育 ☐多元文化 ☐生涯規劃 ☐閱讀素養		
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則 ☒ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整
	教學方法	☒ 直接教學 ☐ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☒ 合作學習 ☐ 協同教學 ☐ 多層次教學 ☐ 其他：	
	教學評量	☐ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☒ 實作評量 ☐ 其他：	
週次	單元名稱	單元內容/教學重點	
1	我會照顧自己	1. 刷牙洗手:認識刷牙七步驟與洗手六時機,每日練習。	
2		2. 如廁好習慣:練習自己上廁所、衝水、洗手、關門維護隱私。	
3		3. 飲食禮儀:練習坐好用餐、使用餐具、咀嚼後吞嚥、餐後收拾。	
4		4. 健康作息:認識早睡早起、定時用餐、適量運動的重要。	
5	我會穿衣和整理	1. 穿脫衣物:練習自己穿脫上衣、褲子、襪子、鞋子,並扣鈕扣、拉拉鍊。	
6		2. 選擇衣服:依天氣與場合選擇合適的衣物(冷加外套、運動穿運動服)。	
7		3. 整理書包:每天放學前自己整理書包,確認帶齊明天的物品。	
8		4. 儀容打理:學會梳頭、整理衣領、檢查口袋,保持整潔儀	

		表。 5. 收拾玩具:玩完玩具後物歸原處,養成收拾習慣。
9	我認識交通和安全	1. 交通工具:認識常見交通工具(公車、捷運、汽車、機車、腳踏車)。
10		2. 紅綠燈與斑馬線:認識「紅燈停、綠燈行」,過馬路走斑馬線。
11		3. 乘車安全:坐車繫安全帶、騎機車戴安全帽、上下車禮儀。
12		4. 危險情境:認識陌生人接觸、走失、迷路時的應對方式。 5. 求救方法:遇到危險會說「我要找媽媽/老師」,記住家裡電話。
13	我認識學校和社區	1. 校園探索:認識學校重要場所(教室、廁所、保健室、操場、圖書室)。
14		2. 社區地圖:認識家附近的便利商店、公園、診所、警察局。
15		3. 參與社區活動:認識常見社區活動(運動會、節慶、市集)並參與。
16		4. 購物初體驗:認識購物流程(選擇 → 排隊 → 結帳 → 找零)。 5. 錢的認識:認識新台幣 1、5、10、50、100 元的形狀與用途。
17	我會做決定和負責	1. 自我覺察:用「我會/我不會、我喜歡/我不喜歡」表格認識自己。
18		2. 設定小目標:每週訂一個簡單目標(本週要學會自己刷牙)。
19		3. 做決定:練習在二選一情境下做選擇(穿藍色或紅色衣服)。
20		4. 解決小問題:遇到困難(找不到鉛筆)能想辦法(找、借、買)。
21		5. 自我管理:練習用收納盒整理文具、用日曆記重要事項。 6. 自我倡導:表達自己的需要(我要喝水、我需要幫忙)。 7. 為自己負責:做錯事能說對不起,並嘗試修正。 8. 學期回顧:回顧學會的生活技能,訂下學期的目標。

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 生活管理	1	二年級	王饒強
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與問題解決 A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	【特生 1 自我照顧】 能進行簡單的飲食與用餐禮儀(自己吃飯、餐具使用、咀嚼吞嚥)。 能在協助下進行如廁的清潔與隱私維護。 能完成個人清潔衛生(刷牙、洗手、洗臉)。 能穿脫衣物及進行簡單的儀容打理(梳頭、扣鈕扣)。 能建立規律的健康作息(早睡早起、定時用餐)。 【特生 2 家庭生活】 能參與簡單的家事(收拾玩具、擺放餐具、丟垃圾)。 能保護自己的身體與物品,知道求助管道。 能從事適合的休閒活動(看書、畫畫、運動)。 【特生 3 社區參與】 特生 J-sP-1 認識常見的交通工具。 特生 J-sP-2 認識並遵守基本的道路交通規則。 特生 K-sP-1 認識自己就讀的學校環境。 特生 K-sP-2 認識居家附近的社區環境與資源。 特生 K-sP-3 參與簡單的社區活動。 特生 K-sP-4 辨識社區危險情境並學會避開。 特生 K-sP-5 認識基本購物流程與技巧。 【特生 4 自我決策】 特生 L-sP-1 在引導下設定簡單的自我目標。 特生 L-sP-2 在生活事務中做出簡單的選擇與決定。 特生 L-sP-3 解決簡易的生活問題。 特生 L-sP-4 練習基本的自我管理技巧。 特生 L-sP-5 對自己的選擇與行為負責。 特生 M-sP-1 認識自我倡導。 特生 M-sP-2 練習自我覺察。				
	學習 內容	【自我照顧類主題】 飲食:用餐禮儀、餐具使用、咀嚼吞嚥、飲食衛生。 穿著:衣物穿脫、服飾選擇、整潔儀表。 如廁:如廁流程、清潔、隱私維護。 清潔衛生:刷牙、洗手、洗臉、洗澡。 儀容:梳頭、整理服裝、保持整潔。 健康促進:作息規律、運動習慣、飲食均衡。 【家庭生活類主題】			

	家事處理:簡易家事參與、物品收納。 自我保護:身體界限、求助管道、隱私概念。 休閒活動:適齡休閒、興趣探索。 【行動與交通安全 (特生 J)】 特生 J-sP-1 交通工具的認識。 特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。 特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。 【社區生活 (特生 K)】 特生 K-sP-1 就讀學校的認識。 特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。 特生 K-sP-3 社區活動的參與。 特生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。 特生 K-sP-5 購物的流程與技巧。 【獨立自主與自我管理 (特生 L)】 特生 L-sP-1 自我目標的設定。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。 特生 L-sP-4 自我管理技巧。 特生 L-sP-5 自我負責。 【心理賦權與自我實現 (特生 M)】 特生 M-sP-1 自我倡導的認識。 特生 M-sP-2 自我覺察。			
融入議題	家庭教育 生命教育 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 安全教育 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 生涯規劃 ☐ 閱讀素養			
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則	☒ 簡化 ☐ 減量 ☒ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整
	教學方法	☒ 直接教學 ☐ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☒ 合作學習 ☐ 協同教學 ☐ 多層次教學 ☐ 其他：		
	教學評量	☐ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☒ 實作評量 ☐ 其他：		
週次	單元名稱	單元內容/教學重點		
1	我會健康吃飯和運動	1. 認識食物分類:認識六大類食物(全穀、豆魚蛋肉、蔬菜、水果、乳品、油脂)。		
2		2. 均衡飲食:練習挑選不偏食,每天吃到不同顏色的蔬果。		
3		3. 飲食衛生:用餐前洗手、不邊吃邊走、生病不能跟人共用餐具。		
4		4. 每日運動:練習跳繩、走樓梯、慢跑等簡單運動。		
5	我會做簡單家事	5. 健康紀錄:用「健康日記」記錄每天的飲食、運動、睡眠。		
6		1. 收拾餐桌:用餐後將碗筷收進廚房、擦桌子、推椅子歸位。		
7		2. 倒垃圾與資源回收:認識垃圾分類(一般、廚餘、可回收)。		
8		3. 掃地拖地:用小掃帚和小拖把練習簡單清潔。		
		4. 摺衣服:練習摺自己的小毛巾、襪子、簡單衣物。 5. 整理床鋪:每天起床後拉好棉被、把枕頭擺整齊。 6. 家事分工:認識家中每個人的家事貢獻,主動幫忙。		

9	我認識錢和買東西	1. 認識錢幣:辨識 1、5、10、50 元硬幣與 100、500 元紙鈔。
10		2. 簡單計算:1+1、5+5、10+10 的金額累加。
11		3. 需要和想要:辨認生活必需品(食物、文具)與額外想買的(玩具、糖果)。
12		4. 購物實作:跟大人去便利商店,自己挑選、結帳、收找零。 5. 找零驗算:檢查找回的錢是否正確。 6. 存錢概念:用存錢筒存零用錢,設定要存到的目標。
13	我會保護自己	1. 身體紅綠燈:認識身體的「綠燈區、黃燈區、紅燈區」,別人不能隨便碰。
14		2. 陌生人應對:不跟陌生人走、不收陌生人的東西、不告訴別人家裡電話地址。
15		3. 求救方法:會說「不要、走開、我要告訴大人」三步驟。
16		4. 火災逃生:認識火災煙霧時要彎腰、用濕毛巾摀口鼻、走樓梯不搭電梯。 5. 地震保護:遇到地震要「趴下、掩護、穩住」(伏地、遮頭、抓桌腳)。 6. 緊急電話:記住 110(警察)、119(消防/救護)、113(婦幼)的功能。
17	我會表達需求和心情	1. 認識心情:辨認自己的開心、難過、生氣、緊張、害怕。
18		2. 我會說:用「我覺得…」、「我想要…」、「我需要…」表達。
19		3. 尋求幫忙:不會的事可以說「請幫我」或「我可以問你嗎?」。
20		4. 接受拒絕:別人說「不行」時能接受,不哭鬧或生氣。
21		5. 等待輪流:在隊伍中等待、輪流玩遊戲、輪流發言。 6. 為自己發聲:不喜歡的事可以說「我不喜歡」、「請不要」。 7. 感謝他人:幫忙後說「謝謝」,接受幫忙後表達感謝。 8. 學期回顧:回想下學期學會的事,跟家人分享自己的成長。

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	一年級	林志樺. 林秋萍 陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 □A2 系統思考與問題解決 □A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 □B2 科技資訊與媒體素養 □B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	□C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社 A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A- II -1 基本情緒的表達。 特社 A- III -1 複雜情緒的處理。 特社 B- I -3 人際關係的建立。 特社 B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社 B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社 B- III -2 話題的開啟與延續。 特社 C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社 C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	□家庭教育 □生命教育 ■品德教育 □人權教育 □法治教育 ■性別平等教育 □環境教育 □海洋教育 □能源教育 □資訊教育 □科技教育 □原住民族教育 □安全教育 □戶外教育 □國際教育 □多元文化 □生涯規劃 □閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	□○○○版第○冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 □減量 ■分解 □替代 □重整	
	教學方法	■直接教學 □工作分析 □交互教學 □結構教學 □問題解決 ■合作學習 □協同教學 □多層次教學 □其他：			
	教學評量	□紙筆評量 □檔案評量 ■口語評量 ■實作評量 □其他：			

週次	單元名稱	單元內容/教學重點
1	認識我自己	1. 描述自己：在紙上畫出的自己，並透過自畫像介紹自己的特徵。
2		2. 分享表達：口語表達或文字書寫分享自己喜歡及討厭的事物。
3		3. 辨認自己：從活動中練習找出自己的優點和缺點。
4		4. 擬定策略：除了自己認為的缺點，也試著從別人的敘述覺沒發現的缺點，並練習擬定缺點改善計畫。
5	我的情緒萬花筒	1. 認識：認識各種情緒語詞，例如：開心、難過、生氣、緊張……。
6		2. 選擇：用適當的語詞表達自己的情緒。
7		3. 運用：在不同情境下運用適當的情緒語詞。
8		4. 表達：說出：「我覺得現在____(心情)」
9	我面對負面情緒時的感受與處理	1. 確認心情：負向情緒產生時靜心五秒鐘，做出深呼吸的動作。
10		2. 想想方法：想出處理負面情緒的方法，例如：
11		(1)靜下心等它過去
12		(2)請求協助並說出自己的感覺 (3)找別的事情做。
13	我面對需求時的表達與行動	3. 選出方法：選出自己想要做的方法。
14		4. 開始行動：正確的執行自己選擇的方法。
15		1. 主動：學習自己在需要幫助時能尋求別人的指導。
16		2. 判斷：思考自己當下的情況是否需要接受幫助。
17	我想和你做朋友	3. 表達：清楚說出自己需要被幫助的地方。
18		4. 回饋：被幫助後要向對方表達感謝。
19		1. 認識：了解與人相處的簡單規則，建立友善和睦的關係。
20		2. 行動：學習分享自己的物品，例如：帶好吃的點心請同學。
21		3. 表現：尊重他人的身體界限與自主權，表現合宜的行為。 4. 團體活動：學習主動加入團體

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	一年級	林志樺. 林秋萍 陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與問題解決 ☐ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社 A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A- II -1 基本情緒的表達。 特社 A- III -1 複雜情緒的處理。 特社 B- I -3 人際關係的建立。 特社 B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社 B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社 B- III -2 話題的開啟與延續。 特社 C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社 C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	☐ 家庭教育 ☐ 生命教育 ■ ☒ 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 ■ ☒ 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☐ 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 ☐ 減量 ■分解 ☐ 替代 ☐ 重整	
	教學方法	■直接教學 ☐ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ■合作學習 ☐ 協同教學 ☐ 多層次教學 ☐ 其他：			
	教學評量	☐ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ■ ☒ 口語評量 ■實作評量 ☐ 其他：			

週次	單元名稱	單元內容/教學重點
1	我會欣賞並稱讚他人	1. 觀察：用眼睛看或耳朵聽，發現同學的優點或好表現。 2. 思考：想一想讚美同學的方法，可以直接說出讚美的話或寫卡片給同學。 3. 選擇：選一種想要讚美同學的方法。 4. 行動：開始讚美對方，用自己選擇的方法讚美同學。
2		
3		
4		
5	我會等待並輪流	1. 觀察：觀察是否需要輪流：觀察當下環境是不是需要輪流，例如：有人在玩、有人在排隊…等。 2. 思考：想一想輪流的方式：想一想需要輪流時，可以選擇的，例如：直接問「可以換我嗎？」、跟大家一起排隊、等沒人的時候再做。 3. 選擇：選一個輪流的方式：選一種自己能做到的輪方式。 4. 行動：開始行動把自己選擇的輪流方式做出來。
6		
7		
8		
9	我會觀察並加入遊戲	1. 觀察：確認情境，看到同學在玩遊戲，確認自己是否想要加入。 2. 思考：想出三種適合的加入遊戲的方法，例如： (1)直接問可以加入遊戲嗎 (2)找同學/朋友一起去問可以加入遊戲嗎 (3)自己在旁邊玩。 3. 選擇：選出自己想要做的方法。 4. 行動：開始行動，正確的執行自己選擇的方法。
10		
11		
12		
13	我會確認並借用物品	1. 觀察：確認情境，找尋自己身邊，確定未發現自己的物品。 2. 思考：想想方法：想出解決方法，例如： (1)報告老師 (2)找好朋友說 (3)向旁邊的人說。 3. 選出方法：選出自己想要做的方法。 4. 做出方法：說出借物品的話語「我沒有……，請借我……。」
14		
15		
16		
17	我會面對並處理他人的負面嘲笑	1. 觀察：確認情境，先了解他人不禮貌的言語或行為的用意，確認自己是否面臨被他人嘲笑的情境。 2. 先冷靜：深呼吸讓自己冷靜不生氣。 3. 思考：想出三種解決被嘲笑時的方法，例如： (1)不理他 (2)向對方說出自己的感受 (3)告訴老師。 4. 選擇方法：選出自己想要做的方法。 5. 開始行動：正確的執行自己選擇的方法。
18		
19		
20		
21		

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	二年級	林志樺. 林秋萍 徐睿紳. 陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與問題解決 ☐ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社 A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A- II -1 基本情緒的表達。 特社 A- III -1 複雜情緒的處理。 特社 B- I -3 人際關係的建立。 特社 B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社 B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社 B- III -2 話題的開啟與延續。 特社 C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社 C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	☐ 家庭教育 ☐ 生命教育 ☒ 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 ☒ 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☐ 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ☐ ☐ 版第 ☐ 冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 ☐ 減量 ■分解 ☐ 替代 ☐ 重整	
	教學方法	■直接教學 ☐ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ■合作學習 ☐ 協同教學 ☐ 多層次教學 ☐ 其他：			
	教學評量	☐ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ■口語評量 ■實作評量 ☐ 其他：			

週次	單元名稱	單元內容/教學重點
1	認識我自己	1. 描述自己：在紙上畫出的自己，並透過自畫像介紹自己的特徵。
2		2. 分享表達：口語表達或文字書寫分享自己喜歡及討厭的事物。
3		3. 辨認自己：從活動中練習找出自己的優點和缺點。
4		4. 擬定策略：除了自己認為的缺點，也試著從別人的敘述覺沒發現的缺點，並練習擬定缺點改善計畫。
5	我的情緒萬花筒	1. 認識：認識各種情緒語詞，例如：開心、難過、生氣、緊張……。
6		2. 選擇：用適當的語詞表達自己的情緒。
7		3. 運用：在不同情境下運用適當的情緒語詞。
8		4. 表達：說出：「我覺得現在____(心情)」
9	我面對負面情緒時的感受與處理	1. 確認心情：負向情緒產生時靜心五秒鐘，做出深呼吸的動作。
10		2. 想想方法：想出處理負面情緒的方法，例如：
11		(1)靜下心等它過去
12		(2)請求協助並說出自己的感覺 (3)找別的事情做。
13	我面對需求時的表達與行動	3. 選出方法：選出自己想要做的方法。
14		4. 開始行動：正確的執行自己選擇的方法。
15		1. 主動：學習自己在需要幫助時能尋求別人的指導。
16		2. 判斷：思考自己當下的情況是否需要接受幫助。
17	我想和你做朋友	3. 表達：清楚說出自己需要被幫助的地方。
18		4. 回饋：被幫助後要向對方表達感謝。
19		1. 認識：了解與人相處的簡單規則，建立友善和睦的關係。
20		2. 行動：學習分享自己的物品，例如：帶好吃的點心請同學。
21		3. 表現：尊重他人的身體界限與自主權，表現合宜的行為。 4. 團體活動：學習主動加入團體

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	二年級	林志樺. 林秋萍 徐睿紳. 陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與問題解決 ☐ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社 A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A- II -1 基本情緒的表達。 特社 A- III -1 複雜情緒的處理。 特社 B- I -3 人際關係的建立。 特社 B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社 B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社 B- III -2 話題的開啟與延續。 特社 C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社 C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	☐ 家庭教育 ☐ 生命教育 ☒ 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 ☒ 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☐ 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 ☐ 減量 ■分解 ☐ 替代 ☐ 重整	
	教學方法	■直接教學 ☐ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ■合作學習 ☐ 協同教學 ☐ 多層次教學 ☐ 其他：			
	教學評量	☐ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ■口語評量 ■實作評量 ☐ 其他：			

週次	單元名稱	單元內容/教學重點
1	我會欣賞並稱讚他人	1. 觀察：用眼睛看或耳朵聽，發現同學的優點或好表現。 2. 思考：想一想讚美同學的方法，可以直接說出讚美的話或寫卡片給同學。 3. 選擇：選一種想要讚美同學的方法。 4. 行動：開始讚美對方，用自己選擇的方法讚美同學。
2		
3		
4		
5	我會等待並輪流	1. 觀察：觀察是否需要輪流：觀察當下環境是不是需要輪流，例如：有人在玩、有人在排隊…等。 2. 思考：想一想輪流的方式：想一想需要輪流時，可以選擇的，例如：直接問「可以換我嗎？」、跟大家一起排隊、等沒人的時候再做。 3. 選擇：選一個輪流的方式：選一種自己能做到的輪方式。 4. 行動：開始行動把自己選擇的輪流方式做出來。
6		
7		
8		
9	我會觀察並加入遊戲	1. 觀察：確認情境，看到同學在玩遊戲，確認自己是否想要加入。 2. 思考：想出三種適合的加入遊戲的方法，例如： (1)直接問可以加入遊戲嗎 (2)找同學/朋友一起去問可以加入遊戲嗎 (3)自己在旁邊玩。 3. 選擇：選出自己想要做的方法。 4. 行動：開始行動，正確的執行自己選擇的方法。
10		
11		
12		
13	我會確認並借用物品	1. 觀察：確認情境，找尋自己身邊，確定未發現自己的物品。 2. 思考：想想方法：想出解決方法，例如： (1)報告老師 (2)找好朋友說 (3)向旁邊的人說。 3. 選出方法：選出自己想要做的方法。 4. 做出方法：說出借物品的話語「我沒有……，請借我……。」
14		
15		
16		
17	我會面對並處理他人的負面嘲笑	1. 觀察：確認情境，先了解他人不禮貌的言語或行為的用意，確認自己是否面臨被他人嘲笑的情境。 2. 先冷靜：深呼吸讓自己冷靜不生氣。 3. 思考：想出三種解決被嘲笑時的方法，例如： (1)不理他 (2)向對方說出自己的感受 (3)告訴老師。 4. 選擇方法：選出自己想要做的方法。 5. 開始行動：正確的執行自己選擇的方法。
18		
19		
20		
21		

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1 節	三年級	林志樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 □A2 系統思考與問題解決 □A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 □B2 科技資訊與媒體素養 □B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	□C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社A- II -1 基本情緒的表達。 特社A-III-1 複雜情緒的處理。 特社B- I -3 人際關係的建立。 特社B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社B- III -2 話題的開啟與延續。 特社C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	□家庭教育 □生命教育 ■品德教育 □人權教育 □法治教育 ■性別平等教育 □環境教育 □海洋教育 □能源教育 □資訊教育 □科技教育 □原住民族教育 □安全教育 □戶外教育 □國際教育 □多元文化 □生涯規劃 □閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	□○○○版第○冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 □減量 ■分解 □替代 □重整	
	教學方法	■直接教學 □工作分析 □交互教學 □結構教學 □問題解決 ■合作學習 □協同教學 □多層次教學 □其他：			
	教學評量	□紙筆評量 □檔案評量 ■口語評量 ■實作評量 □其他：			
週次	單元名稱		單元內容/教學重點		
1	認識我自己		1. 描述自己：在紙上畫出的自己，並透過自畫像介紹自己的特		
2			徵。		

3		2. 分享表達：口語表達或文字書寫分享自己喜歡及討厭的事物。 3. 辨認自己：從活動中練習找出自己的優點和缺點。 4. 擬定策略：除了自己認為的缺點，也試著從別人的敘述察覺自己沒發現的缺點，並練習擬定缺點改善計畫。
4		
5	我的情緒萬花筒	1. 認識：認識各種情緒語詞，例如：開心、難過、生氣、緊張……。 2. 選擇：用適當的語詞表達自己的情緒。 3. 運用：在不同情境下運用適當的情緒語詞。 4. 表達：說出：「我覺得現在____(心情)」
6		
7		
8		
9	我面對負面情緒時的感受與處理	1. 確認心情：負向情緒產生時靜心五秒鐘，做出深呼吸的動作。 2. 想想方法：想出處理負面情緒的方法，例如： (1)靜下心等它過去 (2)請求協助並說出自己的感覺 (3)找別的事情做。 3. 選出方法：選出自己想要做的方法。 4. 開始行動：正確的執行自己選擇的方法。
10		
11		
12		
13	我面對需求時的表達與行動	1. 主動：學習自己在需要幫助時能尋求別人的指導。 2. 判斷：思考自己當下的情況是否需要接受幫助。 3. 表達：清楚說出自己需要被幫助的地方。 4. 回饋：被幫助後要向對方表達感謝。
14		
15		
16		
17	我想和你做朋友	1. 認識：了解與人相處的簡單規則，建立友善和睦的關係。 2. 行動：學習分享自己的物品，例如：帶好吃的點心請同學。 3. 表現：尊重他人的身體界限與自主權，表現合宜的行為。 4. 團體活動：學習主動加入團體。
18		
19		
20		
21		

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1 節	三年級	林志樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 □A2 系統思考與問題解決 □A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 □B2 科技資訊與媒體素養 □B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	□C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社A- II -1 基本情緒的表達。 特社A-III-1 複雜情緒的處理。 特社B- I -3 人際關係的建立。 特社B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社B-III-2 話題的開啟與延續。 特社C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	□家庭教育 □生命教育 ■品德教育 □人權教育 □法治教育 ■性別平等教育 □環境教育 □海洋教育 □能源教育 □資訊教育 □科技教育 □原住民族教育 □安全教育 □戶外教育 □國際教育 □多元文化 □生涯規劃 □閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	□○○○版第○冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 □減量 ■分解 □替代 □重整	
	教學方法	■直接教學 □工作分析 □交互教學 □結構教學 □問題解決 ■合作學習 □協同教學 □多層次教學 □其他：			
	教學評量	□紙筆評量 □檔案評量 ■口語評量 ■實作評量 □其他：			
週次	單元名稱		單元內容/教學重點		
1	我會欣賞並稱讚他人		1. 觀察：用眼睛看或耳朵聽，發現同學的優點或好表現。		
2			2. 思考：想一想讚美同學的方法，可以直接說出讚美的話或寫		

3		卡片給同學。 3. 選擇：選一種想要讚美同學的方法。 4. 行動：開始讚美對方，用自己選擇的方法讚美同學。
4		
5	我會等待並輪流	1. 觀察：觀察是否需要輪流：觀察當下環境是不是需要輪流， 例如：有人在玩、有人在排隊…等。 2. 思考：想一想輪流的方式：想一想需要輪流時，可以選擇的方法， 例如：直接問「可以換我嗎？」、跟大家一起排隊、等沒人的時候再做。 3. 選擇：選一個輪流的方式：選一種自己能做到的輪流方式。 4. 行動：開始行動把自己選擇的輪流方式做出來。
6		
7		
8		
9	我會觀察並加入遊戲	1. 觀察：確認情境，看到同學在玩遊戲，確認自己是否想要加入。 2. 思考：想出三種適合的加入遊戲的方法，例如： (1)直接問可以加入遊戲嗎 (2)找同學/朋友一起去問可以加入遊戲嗎 (3)自己在旁邊玩。 3. 選擇：選出自己想要做的方法。 4. 行動：開始行動，正確的執行自己選擇的方法。
10		
11		
12		
13	我會確認並借用物品	1. 觀察：確認情境，找尋自己身邊，確定未發現自己的物品。 2. 思考：想想方法：想出解決方法，例如： (1)報告老師 (2)找好朋友說 (3)向旁邊的人說。 3. 選出方法：選出自己想要做的方法。 4. 做出方法：說出借物品的話語「我沒有……，請借我……。」
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1 節	四年級	林志樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 □A2 系統思考與問題解決 □A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 □B2 科技資訊與媒體素養 □B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	□C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社A- II -1 基本情緒的表達。 特社A-III-1 複雜情緒的處理。 特社B- I -3 人際關係的建立。 特社B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社B-III-2 話題的開啟與延續。 特社C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	□家庭教育 □生命教育 ■品德教育 □人權教育 □法治教育 ■性別平等教育 □環境教育 □海洋教育 □能源教育 □資訊教育 □科技教育 □原住民族教育 □安全教育 □戶外教育 □國際教育 □多元文化 □生涯規劃 □閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	□○○○版第○冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 □減量 ■分解 □替代 □重整	
	教學方法	■直接教學 □工作分析 □交互教學 □結構教學 □問題解決 ■合作學習 □協同教學 □多層次教學 □其他：			
	教學評量	□紙筆評量 □檔案評量 ■口語評量 ■實作評量 □其他：			
週次	單元名稱		單元內容/教學重點		
1	認識我自己		1. 描述自己：在紙上畫出的自己，並透過自畫像介紹自己的特		
2			徵。		

3		2. 分享表達：口語表達或文字書寫分享自己喜歡及討厭的事物。 3. 辨認自己：從活動中練習找出自己的優點和缺點。 4. 擬定策略：除了自己認為的缺點，也試著從別人的敘述察覺自己沒發現的缺點，並練習擬定缺點改善計畫。
4		
5	我的情緒萬花筒	1. 認識：認識各種情緒語詞，例如：開心、難過、生氣、緊張……。 2. 選擇：用適當的語詞表達自己的情緒。 3. 運用：在不同情境下運用適當的情緒語詞。 4. 表達：說出：「我覺得現在____(心情)」
6		
7		
8		
9	我面對負面情緒時的感受與處理	1. 確認心情：負向情緒產生時靜心五秒鐘，做出深呼吸的動作。 2. 想想方法：想出處理負面情緒的方法，例如： (1)靜下心等它過去 (2)請求協助並說出自己的感覺 (3)找別的事情做。 3. 選出方法：選出自己想要做的方法。 4. 開始行動：正確的執行自己選擇的方法。
10		
11		
12		
13	我面對需求時的表達與行動	1. 主動：學習自己在需要幫助時能尋求別人的指導。 2. 判斷：思考自己當下的情況是否需要接受幫助。 3. 表達：清楚說出自己需要被幫助的地方。 4. 回饋：被幫助後要向對方表達感謝。
14		
15		
16		
17	我想和你做朋友	1. 認識：了解與人相處的簡單規則，建立友善和睦的關係。 2. 行動：學習分享自己的物品，例如：帶好吃的點心請同學。 3. 表現：尊重他人的身體界限與自主權，表現合宜的行為。 4. 團體活動：學習主動加入團體。
18		
19		
20		
21		

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1 節	四年級	林志樺
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 □A2 系統思考與問題解決 □A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 □B2 科技資訊與媒體素養 □B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	□C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	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-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 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。 特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。 特社2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 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。 特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
學習 內容	特社A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社A- II -1 基本情緒的表達。 特社A-III-1 複雜情緒的處理。 特社B- I -3 人際關係的建立。 特社B- I -5 性別互動的基本禮儀。 特社B- II -2 表達與傾聽的時機。 特社B-III-2 話題的開啟與延續。 特社C- I -1 學校規則的認識與遵守。 特社C- II -1 學習成員之間的關懷與表達。				
融入 議題	□家庭教育 □生命教育 ■品德教育 □人權教育 □法治教育 ■性別平等教育 □環境教育 □海洋教育 □能源教育 □資訊教育 □科技教育 □原住民族教育 □安全教育 □戶外教育 □國際教育 □多元文化 □生涯規劃 □閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	□○○○版第○冊 ■自編教材	課程調整 原則	■簡化 □減量 ■分解 □替代 □重整	
	教學方法	■直接教學 □工作分析 □交互教學 □結構教學 □問題解決 ■合作學習 □協同教學 □多層次教學 □其他：			
	教學評量	□紙筆評量 □檔案評量 ■口語評量 ■實作評量 □其他：			
週次	單元名稱		單元內容/教學重點		
1	我會欣賞並稱讚他人		1. 觀察：用眼睛看或耳朵聽，發現同學的優點或好表現。		
2			2. 思考：想一想讚美同學的方法，可以直接說出讚美的話或寫		

3		卡片給同學。 3. 選擇：選一種想要讚美同學的方法。 4. 行動：開始讚美對方，用自己選擇的方法讚美同學。
4		
5	我會等待並輪流	1. 觀察：觀察是否需要輪流：觀察當下環境是不是需要輪流， 例如：有人在玩、有人在排隊…等。 2. 思考：想一想輪流的方式：想一想需要輪流時，可以選擇的方法， 例如：直接問「可以換我嗎？」、跟大家一起排隊、等沒人的時候再做。 3. 選擇：選一個輪流的方式：選一種自己能做到的輪流方式。 4. 行動：開始行動把自己選擇的輪流方式做出來。
6		
7		
8		
9	我會觀察並加入遊戲	1. 觀察：確認情境，看到同學在玩遊戲，確認自己是否想要加入。 2. 思考：想出三種適合的加入遊戲的方法，例如： (1)直接問可以加入遊戲嗎 (2)找同學/朋友一起去問可以加入遊戲嗎 (3)自己在旁邊玩。 3. 選擇：選出自己想要做的方法。 4. 行動：開始行動，正確的執行自己選擇的方法。
10		
11		
12		
13	我會確認並借用物品	1. 觀察：確認情境，找尋自己身邊，確定未發現自己的物品。 2. 思考：想想方法：想出解決方法，例如： (1)報告老師 (2)找好朋友說 (3)向旁邊的人說。 3. 選出方法：選出自己想要做的方法。 4. 做出方法：說出借物品的話語「我沒有……，請借我……。」
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	五年級	陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與問題解決 ☐ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。 特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 1-III-5 使用策略解決問題,但不過度重視結果或成敗。 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。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話,並禮貌的結束話題。 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 2-III-5 明瞭每個人都有獨特的地方,交友時不以單一標準或條件選擇。 特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 特社 2-III-7 在無法接受個人或團體的要求時,禮貌地表示拒絕。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 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。 特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。				
學習 內容	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。				
融入 議題	☐ 家庭教育 ☐ 生命教育 ☐ 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☒ 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則	☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整	
	教學方法	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☐ 合作學習 ☐ 協同教學 ☒ 多層次教學 ☒ 其他：區分性教學、多元感官			
	教學評量	☒ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☐ 實作評量 ☒ 其他：報讀			

週次	單元名稱	單元內容/教學重點
1	我管理我的複雜情緒	1. 辨識複雜情緒:練習指出「混雜情緒」(既開心又緊張、既生氣又難過)。
2		2. 情境分析:閱讀情境短篇,分析主角當下的情緒組合與身體反應。
3		3. 較佳處理技巧:從多個情緒處理選項中(深呼吸、轉移、找朋友聊)挑選最合適的。
4		4. 情緒日記:每週紀錄一次強烈情緒事件並寫出處理方式。
5	我會抒解壓力與自我安慰	1. 壓力來源盤點:列出考試、人際、家庭三類常見壓力源。
6		2. 紓壓百寶箱:認識多種紓壓方法(運動、聽音樂、繪畫、傾訴、寫日記)。
7		3. 我的獎勵卡:設計專屬獎勵清單,學會在達成小目標時自我獎勵。
8		4. 接納自己:練習「不是每個人都會喜歡我,這沒關係」的自我對話。
9	我會聊天與分享	1. 話題地圖:練習以興趣、近況、共同經驗開啟對話。
10		2. 延續話題:使用 5W1H 提問讓對話進行下去。
11		3. 禮貌結束:學會合宜的話題收尾語(「下次再聊」、「我先去寫功課」)。
12		4. 分享經驗:輪流上台分享生活趣事,並用具體細節豐富分享内容。
13	我會維持友誼與解衝突	5. 正向觀點:用「他可能是…」的善意角度解讀他人行為。
14		1. 認識差異:每位朋友都有獨特的優點與不同的相處方式。
15		2. 友誼維持:主動關心、信守承諾、不洩漏祕密。
16		3. 衝突回顧:用「衝突回顧表」分析爭執原因與下次改善方向。
17	我會說不、被拒不慌張	4. 自我修正:練習辨識自己在衝突中的角色與責任,並主動道歉。
18		1. 可不可以接受:辨識合理與不合理的要求(借錢、占便宜、跨越界線)。
19		2. 我訊息練習:用「我覺得…因為…我希望…」表達拒絕,不傷感情。
20		3. 被拒應對:理性接受對方拒絕,不發脾氣也不冷戰。
21		4. 課堂規則:遵守資源班、普通班、特教課等不同情境的規則並適應變化。
		5. 小組合作:在小組討論中主動發言、傾聽、協助組員完成任務。
		6. 學期回顧:回顧本學期社會技巧成長並訂定下學期目標。

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	五年級	陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與問題解決 ☐ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	特社 2-III-2 區辨別人非善意行為是提醒,還是威脅到了自己的適應與生存。				
	特社 2-III-9 理性評估被誤解的原因,並清楚表達自己的立場以及說明事實。				
	特社 2-III-11 面對兩難的情境時,說明情境的利弊得失。				
	特社 2-III-12 評估與遵守虛擬世界的規則,並清楚表達自己的需求和感受。				
	特社 2-III-13 覺察與因應身體碰觸或情感互動時不對等的權力關係。				
	特社 2-III-14 勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。				
	特社 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。				
	特社 2-III-16 以平等、尊重的態度與方式欣賞與對待各種性別的人。				
	特社 2-III-17 在虛擬世界進行人際互動時,能維持平等、尊重的態度。				
	特社 3-III-4 在節慶或傳統祭儀遇到熟悉的人時,使用有簡單主題的方式說出應景的話。				
學習 內容	特社 3-III-5 在親友或他人遭逢不如意或喪事的場合,表現出適當合宜的行為。				
	特社 3-III-6 與不同文化的鄰居進行簡單的溝通。				
	特社 3-III-7 願意陪同傷病的同學或家人到健康中心或就醫。				
	特社 3-III-8 與學校不同國籍或文化的師長、同學進行簡單的聯繫與溝通。				
	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。				
	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。				
	特社 B-III-3 自我經驗的分享。				
	特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。				
	特社 B-III-5 多元性別互動與自主。				
	特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。				
融入 議題	☐ 家庭教育 ☐ 生命教育 ☐ 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 ☐ 性別平等教育				
	☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育				
	☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☒ 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ☐ ☐ 版第 ☐ 冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則	☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整	
	教學方法	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☐ 合作學習 ☐ 協同教學 ☒ 多層次教學 ☒ 其他：區分性教學、多元感官			
	教學評量	☒ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☐ 實作評量 ☒ 其他：報讀			
週次	單元名稱		單元內容/教學重點		
1	我會處理被誤解的情		1. 辨識誤解:辨認常見被誤解情境(東西不見被懷疑、發言被		

2	境	斷章取義)。 2. 判斷善意:練習區辨對方是「提醒我改善」還是「故意攻擊」。 3. 冷靜回應:被誤解時先深呼吸,不立刻反擊。 4. 表達立場:用「我那時是…因為…」清楚說明事實。 5. 求助澄清:必要時請第三方(老師、家長)協助澄清。 6. 接納:即使對方暫時不理解,也接受並繼續做對的事。 7. 教學重點:特社 2-III-2、特社 2-III-9、特社 A-III-3、特社 B-III-1
3		
4		
5		
6	我會在兩難中做選擇	1. 辨識兩難:認識生活中常見兩難(幫朋友隱瞞 vs. 誠實、跟風 vs. 自主)。 2. 列出利弊:把每個選擇的好處與壞處寫下來。 3. 評估後果:預想短期與長期可能的影響。 4. 價值排序:思考「對我來說最重要的是什麼?」。 5. 做出選擇:選一個自己能負責的方案,並準備承擔後果。 6. 討論分享:在小組中分享自己的兩難經驗與選擇歷程。 7. 教學重點:特社 2-III-11、特社 A-III-3、特社 B-III-4
7		
8		
9		
10	我會在網路上互動	1. 網路守則:認識網路使用的基本規則(不洩漏個資、不轉傳不實訊息)。 2. 訊息辨識:辨別善意提醒、玩笑、攻擊、詐騙等不同網路訊息類型。 3. 禮貌留言:在社群、留言板表達意見時的禮貌用語。 4. 表達需求:在網路上能清楚說出「我不喜歡這樣」「請停止」。 5. 處理衝突:遇到網路霸凌時截圖保存、不回擊、告訴大人。 6. 尊重隱私:不未經同意分享他人照片、訊息或個資。
11		
12		
13		
14	我會尊重身體界限和性別	1. 身體自主權:認識「我的身體我作主」,別人不能隨意觸碰。 2. 界限辨識:辨識自己與他人的身體界限(綠燈、黃燈、紅燈區)。 3. 表達反感:勇敢說「不要!」「我不喜歡」「請停止」。 4. 權力關係:覺察師長、家人、學長姐等不對等關係中的不當行為。 5. 求助管道:認識輔導室、113 婦幼專線、信任的大人。 6. 性別尊重:用平等、尊重的態度對待不同性別、不同性別氣質的同學。
15		
16		
17		
18	我會參與社區和多元文化	1. 節慶應對:在節慶或傳統祭儀(過年、中秋、廟會)時說合適的應景話。 2. 家庭情境調整:面對家庭變化(搬家、新成員、家人生病)能適應與調整。 3. 關心傷病:陪同生病或受傷的同學/家人到健康中心或就醫。 4. 社區參與:參與社區活動(義賣、運動會、節慶),學習與鄰居互動。 5. 多元文化:認識並尊重不同國籍、族群、文化的同學與鄰居。
19		
20		
21		

		6. 國際理解:用簡單英語或翻譯工具與不同文化背景的人互動。 7. 傷喪場合:在親友遭逢不如意或喪事時表現出適當合宜的行為。 8. 學年回顧:統整本學年社會技巧成長,規劃國中階段的銜接目標。
--	--	---

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	六年級	陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與問題解決 ☐ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。 特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 1-III-5 使用策略解決問題,但不過度重視結果或成敗。 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。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話,並禮貌的結束話題。 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 2-III-5 明瞭每個人都有獨特的地方,交友時不以單一標準或條件選擇。 特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 特社 2-III-7 在無法接受個人或團體的要求時,禮貌地表示拒絕。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 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。 特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。				
學習 內容	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。				
融入 議題	☐ 家庭教育 生命教育 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 生涯規劃 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則	☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整	
	教學方法	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☐ 合作學習 ☐ 協同教學 ☒ 多層次教學 ☒ 其他：區分性教學、多元感官			
	教學評量	☒ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☐ 實作評量 ☒ 其他：報讀			

週次	單元名稱	單元內容/教學重點
1	我管理我的複雜情緒	1. 辨識複雜情緒:練習指出「混雜情緒」(既開心又緊張、既生氣又難過)。
2		2. 情境分析:閱讀情境短篇,分析主角當下的情緒組合與身體反應。
3		3. 較佳處理技巧:從多個情緒處理選項中(深呼吸、轉移、找朋友聊)挑選最合適的。
4		4. 情緒日記:每週紀錄一次強烈情緒事件並寫出處理方式。
5	我會抒解壓力與自我安慰	1. 壓力來源盤點:列出考試、人際、家庭三類常見壓力源。
6		2. 紓壓百寶箱:認識多種紓壓方法(運動、聽音樂、繪畫、傾訴、寫日記)。
7		3. 我的獎勵卡:設計專屬獎勵清單,學會在達成小目標時自我獎勵。
8		4. 接納自己:練習「不是每個人都會喜歡我,這沒關係」的自我對話。
9	我會聊天與分享	1. 話題地圖:練習以興趣、近況、共同經驗開啟對話。
10		2. 延續話題:使用 5W1H 提問讓對話進行下去。
11		3. 禮貌結束:學會合宜的話題收尾語(「下次再聊」、「我先去寫功課」)。
12		4. 分享經驗:輪流上台分享生活趣事,並用具體細節豐富分享内容。 5. 正向觀點:用「他可能是…」的善意角度解讀他人行為。
13	我會維持友誼與解衝突	1. 認識差異:每位朋友都有獨特的優點與不同的相處方式。
14		2. 友誼維持:主動關心、信守承諾、不洩漏祕密。
15		3. 衝突回顧:用「衝突回顧表」分析爭執原因與下次改善方向。
16		4. 自我修正:練習辨識自己在衝突中的角色與責任,並主動道歉。
17 18	我會說不、被拒不慌張	1. 可不可以接受:辨識合理與不合理的要求(借錢、占便宜、跨越界線)。 2. 我訊息練習:用「我覺得…因為…我希望…」表達拒絕,不傷感情。 3. 被拒應對:理性接受對方拒絕,不發脾氣也不冷戰。 4. 課堂規則:遵守資源班、普通班、特教課等不同情境的規則並適應變化。 5. 小組合作:在小組討論中主動發言、傾聽、協助組員完成任務。 6. 學期回顧:回顧本學期社會技巧成長並訂定下學期目標。

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 社會技巧	1	六年級	陳俞樺
核心 素養	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與問題解決 ☐ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現	特社 2-III-2 區辨別人非善意行為是提醒,還是威脅到了自己的適應與生存。				
	特社 2-III-9 理性評估被誤解的原因,並清楚表達自己的立場以及說明事實。				
	特社 2-III-11 面對兩難的情境時,說明情境的利弊得失。				
	特社 2-III-12 評估與遵守虛擬世界的規則,並清楚表達自己的需求和感受。				
	特社 2-III-13 覺察與因應身體碰觸或情感互動時不對等的權力關係。				
	特社 2-III-14 勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。				
	特社 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。				
	特社 2-III-16 以平等、尊重的態度與方式欣賞與對待各種性別的人。				
	特社 2-III-17 在虛擬世界進行人際互動時,能維持平等、尊重的態度。				
	特社 3-III-4 在節慶或傳統祭儀遇到熟悉的人時,使用有簡單主題的方式說出應景的話。				
學習 內容	特社 3-III-5 在親友或他人遭逢不如意或喪事的場合,表現出適當合宜的行為。				
	特社 3-III-6 與不同文化的鄰居進行簡單的溝通。				
	特社 3-III-7 願意陪同傷病的同學或家人到健康中心或就醫。				
	特社 3-III-8 與學校不同國籍或文化的師長、同學進行簡單的聯繫與溝通。				
	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。				
	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。				
	特社 B-III-3 自我經驗的分享。				
	特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。				
	特社 B-III-5 多元性別互動與自主。				
	特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。				
融入 議題	特社 C-III-3 不同社區或部落情境變化的適應與調整。				
	家庭教育 生命教育 品德教育 人權教育 法治教育 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 資訊教育 科技教育 ☐ 原住民族教育 安全教育 ☐ 戶外教育 國際教育 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☒ 閱讀素養				
教學與 評量 說明	教材編輯 與資源	☐ ☐ ☐ 版第 ☐ 冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則	☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整	
	教學方法	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☐ 合作學習 ☐ 協同教學 ☒ 多層次教學 ☒ 其他：區分性教學、多元感官			
	教學評量	☒ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☐ 實作評量 ☒ 其他：報讀			
週次	單元名稱		單元內容/教學重點		
1	我會處理被誤解的情		1. 辨識誤解:辨認常見被誤解情境(東西不見被懷疑、發言被		

2	境	斷章取義)。 2. 判斷善意:練習區辨對方是「提醒我改善」還是「故意攻擊」。 3. 冷靜回應:被誤解時先深呼吸,不立刻反擊。 4. 表達立場:用「我那時是…因為…」清楚說明事實。 5. 求助澄清:必要時請第三方(老師、家長)協助澄清。 6. 接納:即使對方暫時不理解,也接受並繼續做對的事。 7. 教學重點:特社 2-III-2、特社 2-III-9、特社 A-III-3、特社 B-III-1
3		
4		
5		
6	我會在兩難中做選擇	1. 辨識兩難:認識生活中常見兩難(幫朋友隱瞞 vs. 誠實、跟風 vs. 自主)。 2. 列出利弊:把每個選擇的好處與壞處寫下來。 3. 評估後果:預想短期與長期可能的影響。 4. 價值排序:思考「對我來說最重要的是什麼?」。 5. 做出選擇:選一個自己能負責的方案,並準備承擔後果。 6. 討論分享:在小組中分享自己的兩難經驗與選擇歷程。 7. 教學重點:特社 2-III-11、特社 A-III-3、特社 B-III-4
7		
8		
9		
10	我會在網路上互動	1. 網路守則:認識網路使用的基本規則(不洩漏個資、不轉傳不實訊息)。 2. 訊息辨識:辨別善意提醒、玩笑、攻擊、詐騙等不同網路訊息類型。 3. 禮貌留言:在社群、留言板表達意見時的禮貌用語。 4. 表達需求:在網路上能清楚說出「我不喜歡這樣」「請停止」。 5. 處理衝突:遇到網路霸凌時截圖保存、不回擊、告訴大人。 6. 尊重隱私:不未經同意分享他人照片、訊息或個資。 7. 教學重點:特社 2-III-12、特社 2-III-17、特社 B-III-1、特社 B-III-4
11		
12		
13		
14	我會尊重身體界限和性別	1. 身體自主權:認識「我的身體我作主」,別人不能隨意觸碰。 2. 界限辨識:辨識自己與他人的身體界限(綠燈、黃燈、紅燈區)。 3. 表達反感:勇敢說「不要!」「我不喜歡」「請停止」。 4. 權力關係:覺察師長、家人、學長姐等不對等關係中的不當行為。 5. 求助管道:認識輔導室、113 婦幼專線、信任的大人。 6. 性別尊重:用平等、尊重的態度對待不同性別、不同性別氣質的同學。
15		

16 17 18	我會參與社區和多元文化	1. 節慶應對:在節慶或傳統祭儀(過年、中秋、廟會)時說合適的應景話。 2. 家庭情境調整:面對家庭變化(搬家、新成員、家人生病)能適應與調整。 3. 關心傷病:陪同生病或受傷的同學/家人到健康中心或就醫。 4. 社區參與:參與社區活動(義賣、運動會、節慶),學習與鄰居互動。 5. 多元文化:認識並尊重不同國籍、族群、文化的同學與鄰居。 6. 國際理解:用簡單英語或翻譯工具與不同文化背景的人互動。 7. 傷喪場合:在親友遭逢不如意或喪事時表現出適當合宜的行為。 8. 學年回顧:統整本學年社會技巧成長,規劃國中階段的銜接目標。
----------------	-------------	--

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。

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 第一學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 學習策略	1	四年級	待聘
核心 素養	A 自主行動	■A1 身心素質與自我精進 ■A2 系統思考與問題解決 ■A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1 符號運用與溝通表達 □B2 科技資訊與媒體素養 □B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	□C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解			
學習 表現		【認知策略】 1-2-1-1 能表達出訊息中的核心項目(關鍵字句)。 1-2-1-3 能同時接收二種以上不同訊息。 1-2-1-5 能自己維持適當的專注時間(讀完一篇閱讀材料)。 1-2-2-1 能運用不同的反覆處理策略複習學習過的內容。 1-2-2-2 能將資料聚集成串,以擴充記憶量。 1-2-2-4 能將抽象或較無意義的數字或文字轉換為有意義的字詞或句子(諧音轉換法)。 1-2-3-1 能自行標記學習內容的重點。 1-2-3-2 能摘要學習內容重點(課本及教科書內容、課堂講義)。 1-2-4-1 能說明文章內容的因果關係。 1-2-4-2 能將學習內容定出標題。 1-2-4-5 能依據學習的內容提出疑問之處。 1-2-4-6 能透過自問自答的方式,確認理解的程度。 【動機與態度策略】 2-2-1-1 能設定符合自己能力水準的學習目標。 2-2-1-3 能將自己的學習成果做正向的歸因。 2-2-1-5 能選擇不同的自我增強策略,給予自己適當的鼓勵。 2-2-2-3 能自己進行課前準備工作(備妥學用品、事先預習)。 2-2-2-4 能自己進行課後複習工作(作業練習)。 【支持性策略】 3-2-1-1 能選擇適合自己的讀書環境(安靜的環境)。 3-2-2-1 能主動尋求適當的協助者解決學習問題。 3-2-2-4 能運用學習工具書解答學習問題(辭典釋義)。 3-2-3-2 能擬訂考前複習時間表。 3-2-3-3 能分配試卷作答的時間。 3-2-3-5 能主動進行考後複習活動(錯誤訂正、題項再練習)。 【後設認知策略】 4-2-1-1 能列出學習科目的優先順序。 4-2-1-3 能整理自己常犯的錯誤(錯字類型、常錯題型)。 4-2-2-1 能自己擬訂具體的學習目標。 4-2-2-3 能自我檢核和記錄,每一個步驟的執行結果。			

學習內容	一、認知策略 (一)注意力策略:抽取訊息核心、同時接收多重訊息、自主維持專注。 (二)記憶策略:多元複習法、串連記憶法、諧音轉換法。 (三)組織策略:自主標記重點、摘要課文。 (四)理解策略:因果分析、定標題、提問與自問自答。 二、動機與態度策略 (一)動機策略:設定目標、正向歸因、自我增強。 (二)態度策略:課前預習與課後複習。 三、支持性策略 (一)環境調整策略:選擇適合讀書環境。 (二)學習輔助策略:主動求助、運用工具書。 (三)考試策略:複習時間表、作答時間分配、考後訂正。 四、後設認知策略 (一)自我認知策略:排定科目優先順序、整理常犯錯誤。 (二)監控調整策略:擬訂目標、自我檢核。				
融入議題	☐ 家庭教育 ☐ 生命教育 ☐ 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☒ 閱讀素養				
教學與 評量 說明	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="245 891 416 992">教材編輯與資源</td> <td data-bbox="416 891 703 992"> ☐○○○版第○冊 ☒自編教材 </td> <td data-bbox="703 891 874 992">課程調整原則</td> <td data-bbox="874 891 1481 992"> ☒簡化 ☒減量 ☐分解 ☐替代 ☐重整 </td> </tr> </table>	教材編輯與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整原則	☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整
教材編輯與資源	☐ ○○○版第○冊 ☒ 自編教材	課程調整原則	☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整		
<table border="1"> <tr> <td data-bbox="245 992 416 1093">教學方法</td> <td data-bbox="416 992 1481 1093"> ☒直接教學 ☒工作分析 ☐交互教學 ☐結構教學 ☐問題解決 ☐合作學習 ☐協同教學 ☒多層次教學 ☒其他：區分性教學、多元感官 </td> </tr> </table>	教學方法	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☐ 合作學習 ☐ 協同教學 ☒ 多層次教學 ☒ 其他：區分性教學、多元感官			
教學方法	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☐ 合作學習 ☐ 協同教學 ☒ 多層次教學 ☒ 其他：區分性教學、多元感官				
<table border="1"> <tr> <td data-bbox="245 1093 416 1160">教學評量</td> <td data-bbox="416 1093 1481 1160"> ☒紙筆評量 ☐檔案評量 ☒口語評量 ☐實作評量 ☒其他：報讀 </td> </tr> </table>	教學評量	☒ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☐ 實作評量 ☒ 其他：報讀			
教學評量	☒ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☐ 實作評量 ☒ 其他：報讀				
週次	<table border="1"> <tr> <th data-bbox="245 1160 588 1227">單元名稱</th> <th data-bbox="588 1160 1481 1227">單元內容/教學重點</th> </tr> </table>	單元名稱	單元內容/教學重點		
單元名稱	單元內容/教學重點				
1	我會抓重點專心聽	1. 訊息核心:練習從老師口頭說明中抓出 1-2 句關鍵句。			
2		2. 同時聽和看:邊看課本邊聽老師講解,並劃下重點句。			
3		3. 專注時間紀錄表:用計時器紀錄自己讀完一頁書/做完一題的時間,逐週延長。			
4		4. 分心提醒卡:當察覺自己分心時,用「STOP」卡片提醒拉回專注。			
5	我有記憶法寶	1. 多元複習法:同一個生字用「唸+寫+念給家人聽+造句」四種方式複習。			
6		2. 串記憶法:把長數字(如電話號碼)分組記憶(0912-345-678 拆成三段)。			
7		3. 諧音轉換:用諧音記住難記內容(「念奴嬌」→「想要念奴嬌的詩」)。			
8		4. 聯想圖卡:把抽象詞彙連結到圖像或動作。			
9	我會做筆記與摘要	1. 自主畫重點:讀完一段課文後,自己決定哪些句子要劃線。			
10		2. 摘要練習:把一段文字濃縮成 1-2 句話的摘要。			
11		3. 定標題:幫一段文字想一個合適的標題。			
12		4. 因果關係:辨識「因為…所以…」的因果連結並畫出來。			
13	我會設目標自我激勵	5. 自問自答:讀完一段後問自己「這在說什麼?」「為什麼?」。			
		1. 目標小卡:每週寫下一個具體的學習目標(本週要會 10 個			

14	我會準備考試與自我管理	英文單字)。
15		2. 正向歸因:成績進步時告訴自己「是我認真努力」,不歸功於運氣。
16		3. 自我增強:達成小目標就用「集點貼紙」、「下午看 30 分鐘故事書」獎勵自己。
		4. 課前預習:每天放學前花 5 分鐘看明天要上的內容。
		5. 課後複習:作業先寫完,再花 10 分鐘複習今天上的重點。
17	我會準備考試與自我管理	1. 選讀書環境:辨識安靜、不分心的讀書場域(自己房間 vs. 客廳)。
18		2. 主動求助:遇到不會的題目主動問老師、同學、家長,或查辭典。
19		3. 考前複習表:考試前一週,規劃每天複習哪一科哪一單元。
20		4. 考試時間分配:練習在規定時間內做完試卷(難題先跳過)。
21		5. 錯題簿:把常犯的錯誤(寫錯字、計算粗心)整理在錯題簿。
		6. 科目優先序:依重要性與難度排出複習順序。
		7. 每日檢核:用打勾表確認當天的學習任務是否完成。
		8. 學期回顧:整理本學期的學習成長並訂定下學期目標。

備註：課程規劃視學生學習狀況

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 第二學期		領域/科目	每週節數	班級/組別	授課教師
		特殊需求- 學習策略	1 節	四年級	待聘
核心 素養	A 自主行動	☒ A1 身心素質與自我精進 ☒ A2 系統思考與問題解決 ☒ A3 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	☒ B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	☐ C1 道德實踐與公民意識 ☒ C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解			
學習 表現		特學 1-I-6 依據提示適當轉移注意力。 特學 1-II-2 指出不同訊息的重點。 特學 1-III-2 調整不同學習項目的專注時間。 特學 3-I-4 認識學習資源。 特學 3-II-2 運用各種學習資源。 特學 3-III-2 依需求選用學習工具。 特學 2-I-2 願意接受指正，改善不適當的學習行為。 特學 2-II-3 發現增進自我學習動機的方式。 特學 2-III-4 正向分析自己的學習表現。 特學 1-I-12 簡要說出常見字詞的意思。 特學 1-II-10 簡單歸納學習的內容。 特學 1-III-5 將需記憶的學習內容與既有的知識產生連結。 特學 1-I-15 表達出文章內容的大意。 特學 1-II-13 透過討論或對話理解學習內容。 特學 1-III-9 表達文章內容的核心與重要概念。			
學習 內容		特學 A-I-4 增加學習印象的方法。 特學 A-II-3 學習內容的重點。 特學 A-III-1 訊息中的細節差異。 特學 C-I-4 多元的學習資源。 特學 C-II-2 可選擇的學習工具。 特學 C-III-2 選用學習工具的方法。 特學 B-I-1 學習規範和行為。 特學 B-II-3 適合鼓勵或增強學習的方式。 特學 B-III-4 學習表現的分析方式。 特學 A-I-6 常見字詞。 特學 A-II-3 學習內容的重點。 特學 A-III-3 學習內容的記憶方法。 特學 A-I-7 語句、短文或文章的理解方法。 特學 A-II-8 學習內容的疑問和討論。 特學 A-III-5 文章段落關係和核心概念。			
融入 議題		☐ 家庭教育 ☐ 生命教育 ☐ 品德教育 ☐ 人權教育 ☐ 法治教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 科技教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 多元文化 ☐ 生涯規劃 ☒ 閱讀素養			

教學 與評 量 說明	教材編輯與 資源	☐ ☐ ☐ 版第 ☐ 冊 ☒ 自編教材	課程調整 原則	☒ 簡化 ☒ 減量 ☐ 分解 ☐ 替代 ☐ 重整
	教學方法	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☐ 交互教學 ☐ 結構教學 ☐ 問題解決 ☐ 合作學習 ☐ 協同教學 ☒ 多層次教學 ☒ 其他：區分性教學、多元感官		
	教學評量	☒ 紙筆評量 ☐ 檔案評量 ☒ 口語評量 ☐ 實作評量 ☒ 其他：報讀		
週次	單元名稱	單元內容/教學重點		
1	一、提升認知學習。	1. 指導學生運用(例如：放聲覆誦、抄寫或聽寫重要訊息)反覆練習姿態動作等策略，強化訊息記憶。		
2		2. 分辨主要與次要訊息，練習摘要重點、將關鍵字句做圈記、劃線或塗色標記。		
3		3. 學習如何將注意力自主的分配於不同的學習任務中，例如：優先完成九九乘法計算題。		
4				
5	二、認識與運用學習資源。	1. 認識多元學習資源，包括書籍類如教科書、講義、相關書籍、報章期刊等；網路資源包括相關網站、網路資料庫、線上教學影片等。		
6		2. 選擇不同學習工具，包括工具書類（例如：字典、辭典、百科全書等；科技類（例如：電子辭典、線上翻譯、電腦輔助學習軟體、手機 App）。		
7		3. 學習搜尋相關學習工具和資源的方法，評估學習工具和資源對自己學習效能的益處。		
8				
9				
10	三、提升動機與態度。	1. 在他人示範下，改善不適當的學習行為。		
11		2. 自己選擇學習成果的正向獎勵。		
12		3. 自己選擇運用不同的方式表現學習的成果。		
13				
14	四、了解自我學習方式。	1. 選擇不同方式呈現學習的內容。		
15		2. 呈現不同學習項目的學習歷程。		
16		3. 依據既定的時間安排列出每天的學習時間。		
17				
18	五、練習摘要策略。	1. 記下口語重點的遊戲。		
19		2. 掌握口語摘要重點的步驟。		
20		3. 實際練習摘要口語重點，回饋增強。		
21				

備註：課程規劃視學生學習狀況進行動態微調。