

臺南市公(私)立東區東光國民小學 109 學年度第一學期一年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

課程名稱 中系統	社會技巧	實施年級 (班級組別)	一年級	教學 節數	本學期共(42)節			
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程(<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	(一) 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 (二) 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 (三) 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 特社-E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
課程目標	提升學校適應技巧包括問題解決能力 提升處理自己情緒和壓力的技巧能力 提升在學校團體中互動技巧能力							
配合融入之 領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引			<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育				
表現任務	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校 訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第一週	2	介紹班規	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他	特社 C-I-1 學校規則的認	1. 能認識教室規則。	1. 透過情境演練，能持續傾	1. 能參與活動，並透過情	自選教材： ADHD與AUTISM
第二週	2	自我介紹						

<p>第三週~ 第六週</p>	8	<p>教室團體規範學習 ①保持安靜 ②上課坐好 ③學習等待 ④停止危險行為</p>	<p>人說話。 特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。</p>	<p>識與遵守。</p>	<p>2.能遵守教室規則。 3.能做簡單的自我介紹。</p>	<p>聽他人說話(如：保持安靜、目光注視對方等)。 2.透過情境演練，能遵守教室規則(如：眼睛看老師、說話要舉手、耳朵專心聽、屁股坐在椅子上、手腳要放好)。 3.透過團體活動，能根據介紹自己的五件事情(手掌圖)，並配合遊戲(蘿蔔蹲)記住同學的名字。</p>	<p>境演練和團體活動習得遵守團體的規範。</p>	<p>學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</p>
<p>第七週~ 第十週</p>	8	<p>認識情緒 ①情緒臉譜 ②情緒你我他</p>	<p>特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。</p>	<p>特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。</p>	<p>1.能辨認自己的正向或負向情緒。 2.能辨認他人的正向或負向情緒。</p>	<p>1.透過情境演練，分辨自己基本的正向或負向情緒(如：高興/快樂、生氣、傷心/難過、害怕、討厭、害羞等)。 2.透過情境演練，分辨他人基本的正向或負向情緒。</p>	<p>1.能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。</p>	<p>自選教材： ADHD與AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</p>

第十一週~第十四週	8	認識情緒 ①心情分享站 ②情緒紅綠燈	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 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 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。	1. 能正確表達並處理自己的興奮情緒。 2. 能正確表達並處理自己的生氣情緒。	1. 透過情境演練，表達自己基本的正向或負向情緒。 2. 透過情境演練，處理自己基本的負向情緒。	1. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u>
第十五週~第十八週	8	人際互動技巧學習 ①加入遊戲 ②遵守遊戲規則 ③處理遊戲衝突 ④服輸	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-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。	1. 能在團體中遵守基本規範。 2. 能分辨發生衝突的原因及情境。 3. 能適當表達衝突所引發的情緒反應。	1. 透過團體活動，遵守團體基本規範。 2. 透過團體活動中發生的衝突，分辨衝突的原因。 3. 透過情境演練，能表達衝突產生的情緒反應，並運用「情緒紅綠燈」正確處理自己的情緒。	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u>
第十九週~第二十一週	6	人際互動技巧學習 ①保持適當距離 ②適當回應	特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。	1. 與人相處時能瞭解簡單的規則並保持適當的人我分際(如：維持適當說話距離、音量、面對對方等)。 2. 能調整說話的音量，適當回應對方的內容。	1. 透過情境演練，能適當保持人我分際。 2. 透過情境演練，適當回應同儕的內容(判斷說話的情境、調整說話的音量、回應對方的內容)。	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u>

臺南市公(私)立東區東光國民小學 109 學年度第二學期一年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(普通班/藝才班/體育班/特教班)

課程名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	一年級	教學 節數	本學期共(40)節			
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	(一) 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 (二) 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 (三) 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 特社-E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
課程目標	提升學校適應技巧包括問題解決能力 提升處理自己情緒和壓力的技巧能力 提升在學校團體中互動技巧能力							
配合融入之 領域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引				<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育			
表現任務	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單

第一週~ 第六週	12	<p>人際互動技巧學習</p> <p>①我會輪流 ②遵守遊戲規則 ③處理遊戲衝突 ④服輸</p>	<p>特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。</p> <p>特社3-I-2 依指示完成簡單的工作。</p>	<p>特社 B- I -3 人際關係的建立。</p> <p>特社 C- I -1 學校規則的認識與遵守。</p>	<p>1. 能在團體中遵守基本規範。</p> <p>2. 能分辨發生衝突的原因及情境。</p> <p>3. 能表達衝突所引發的情緒反應。</p>	<p>1. 透過團體活動，遵守團體基本規範。</p> <p>2. 透過團體活動中發生的衝突，分辨衝突的原因。</p> <p>3. 透過情境演練，能表達衝突產生的情緒反應，並運用「情緒紅綠燈」正確處理自己的情緒。</p>	<p>1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。</p> <p>2. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。</p>	<p>自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u></p>
第七週~ 第十週	8	<p>問題解決技巧學習</p> <p>①適當向同學表達需求 ②我會適時道歉 ③適當的抱怨</p>	<p>特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。</p> <p>特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。</p>	<p>特社 A- I -2 壓力的察覺與面對。</p>	<p>1. 能適當的口語表達自己的需求。</p> <p>2. 能正確表達並處理自己的生氣情緒。</p>	<p>1. 透過情境演練，適當的表達自己的需求。 (<u>句型</u>：對方的姓名(想對誰說)+請你做什麼(希望同學做些什麼)。)</p> <p>2. 透過情境演練，能在犯錯時適時的道歉。</p> <p>3. 透過情境演練，能依據適當的時間、地點，找合適的人抱怨。</p>	<p>1. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。</p> <p>2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。</p>	<p>自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u></p>

第十一週~第十四週	8	正向行為學習 ①拼圖少一塊 ②我得獎了 ③故事書 ④國語考卷	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。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。	1. 能辨認自己的正向或負向情緒。 2. 能正確表達並處理自己的興奮、生氣情緒。	1. 透過情境演練，分辨自己基本的正向或負向情緒（如：高興/快樂、生氣、傷心/難過、害怕、討厭、害羞等）。 2. 透過情境演練，表達自己基本的正向或負向情緒。 3. 透過情境演練，處理自己基本的負向情緒。	1. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。	自選教材
第十五週~第十八週	8	繪本 ①敵人派 ②誰是第一名 ③金色的房子 ④給我吃好嗎？	特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。	1. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 2. 能用適當的方式與他人分享或贈與自己喜歡的物品。	1. 透過故事繪本，了解如何與他人建立友善的關係。 2. 透過情境演練，能適當的與他人分享或贈與自己喜歡的物品。	1. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。	自選教材：繪本
第十九週~第二十週	6	團體活動 ①老師說 ②搶救生還者 ③優點大轟炸	特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。	特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	1. 能察覺自己的優勢及弱勢能力。 2. 能察覺他人對自己的看法或態度。 3. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 4. 能在團體中遵守基本規範。	1. 透過團體活動，說出並欣賞他人的優點。 2. 透過團體活動，能與他人建立友善的關係。 3. 透過團體活動，遵守團體基本規範。	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。	自選教材