

臺南市歸仁區歸仁國小 110 學年度第一學期高年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(  普通班  特教班)

學習主題名稱	情緒控管及交友技巧	實施年級 (班級組別)	五、六年級	教學節數	本學期共( 21 )節			
彈性學習課程 四類規範	<b>■特殊需求領域課程</b> 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							
設計理念	幫助學生適應學校生活，並協助教導學生情緒管理及自我覺察能力，引導學生建立同儕良好互動關係							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	B2. 科技資訊與媒體 A3. 規劃執行與創新應變 B3. 藝術涵養與美感素養							
課程目標	1. 幫助學生適應學校生活(人際互動、社交技巧、溝通能力等) 2. 協助教導學生情緒管理及自我察覺能力 3. 引導學生有效處理衝突情境							
配合融入之領域或議題	<input 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 checked="" 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				
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	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 110/8/30-9/05	1	課程介紹	特社-J-B3 具備藝術發表的能力，增進生活的豐富性，並能自我肯定	特社 B-V-2 同理他人的技巧	特社 2-V-4 用適當方式表達和接受不同的意見或評論	建立關係-訂定上課規定及規範	分享、觀察、表達	自編課程
第二週 110/9/06-9/12	1	桌遊介紹及操作	特社-U-B3 具備對美善的人事物進行賞析、分享、互動	特社 B-V-2 同理他人的技巧	特社 2-V-4 用適當方式表達和接受不同	桌遊-社交情境 圖卡	分享、觀察、表達	桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			的能力		的意見或評論			
第三週 110/9/13-9/19	1	隱形男孩	特社 U-B2 具備適當運用科技、資訊與媒體素養，並對其影響的優劣，能有所取捨	特社 B-V-2 同理他人的技巧	特社 2-V-4 用適當方式表達和接受不同的意見或評論	社交技巧：繪本-隱形男孩	分享、觀察、表達	自編課程
第四週 110/9/20-9/26	1	我不會抱怨	特社 E-B3 具備欣賞藝術創作，促進多元感官發展與美感體驗的能力，培養人際和多元文化欣賞等能力來轉移注意力與紓緩心情	特社 B-V-2 同理他人的技巧	特社 2-V-5 根據對話中隱含的情緒和目的，選擇適當的因應方法	社交技巧：社會性故事-我不會抱怨	分享、觀察、表達	自編課程
第五週 110/9/27-10/03	1	我會尊重別人的發言		特社 B-V-2 同理他人的技巧	特社 2-V-5 根據對話中隱含的情緒和目的，選擇適當的因應方法	社交技巧：社會性故事-我會尊重別人的發言	分享、觀察、表達	自編課程
第六週 110/10/04~10/10	1	我會接受不同想法		特社 B-V-2 同理他人的技巧	特社 2-V-4 用適當方式表達和接受不同的意見或評論	社交技巧：教學媒體-我會接受不同想法	分享、觀察、表達	自編課程
第七週 110/10/11-10/17	1	人際溝通課程複習		特社 B-V-2 同理他人的技巧	特社 2-V-5 根據對話中隱含的情緒和目的，選擇適當的因應方法	人際溝通課程複習	分享、觀察、表達	自編課程
第八週 110/10/18-10/24	1	桌遊介紹及操作		特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式	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	桌遊-鱒小豬	分享、觀察、表達	桌遊
第九週 110/10/25-10/31	1	小豬羅沙愛香香		特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式	特社 2-IV-17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體	社交技巧：繪本-小豬羅沙愛香香	分享、觀察、表達	自編課程

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

					或活動			
第十週 110/11/01~11/07	1	我會尊重不喜歡我的人		特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式	特社 2-IV-18 使用適當方式表達對人的欣賞，以及接受各種結果	社交技巧：社會性故事-我會尊重不喜歡我的人	分享、觀察、表達	自編課程
第十一週 110/11/08-11/14	1	我喜歡我自己		特社 B-V-3 友誼維持的技巧	特社 2-V-6 依情境變化適當展現自己的優勢能力，以降低弱勢能力帶來負面影響	社交技巧：社會性故事-我終於喜歡自己	分享、觀察、表達	自編課程
第十二週 110/11/15-11/21	1	我會好好愛自己		特社 B-V-3 友誼維持的技巧	特社 2-V-6 依情境變化適當展現自己的優勢能力，以降低弱勢能力帶來負面影響	社交技巧：教學媒體-我會好好愛自己	分享、觀察、表達	自編課程
第十三週 110/11/22-11/28	1	我可以做到		特社 B-V-3 友誼維持的技巧	特社 2-V-7 與不同特質的朋友互動，選擇適當的回饋，調整自己的行為以維持友誼	社交技巧：教學影音媒體-我相信我可以做到	分享、觀察、表達	自編課程
第十四週 110/11/29-12/05	1	聰明的決定		特社 B-V-3 友誼維持的技巧	特社 2-V-9 在團體中適當分享自己的感受或想法	社交技巧：教學影音媒體-聰明的決定	分享、觀察、表達	自編課程
第十五週		自我效能		特社 B-V-3	特社 2-V-8	自我效能	分享、觀察、	自編課程

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

110/12/06-12/12	1	課程複習		友誼維持的技巧	積極參與團體，爭取團體的接納	課程複習	表達	
第十六週 110/12/13-12/19	1	桌遊介紹及操作		特社 B-V-3 友誼維持的技巧	特社 2-V-9 在團體中適當分享自己的感受或想法	桌遊-諾亞方舟	分享、觀察、表達	桌遊
第十七週 110/12/20-12/26	1	小蝸牛的煩惱		特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析	特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果	情緒管理：繪本故事-小蝸牛的煩惱	分享、觀察、表達	自編課程
第十八週 110/12/28-01/02	1	生氣與原諒		特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析	特社 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情平穩	情緒管理：教學媒體-生氣與原諒	分享、觀察、表達	自編課程
第十九週 111/01/03-01/09	1	用智慧解決問題		特社 B-V-4 協商技巧與求助資源	特社 2-V-11 主動與他人協商，提出雙方都可接受的方法解決衝突	情緒管理：教學影音媒體-用智慧解決問題	分享、觀察、表達	自編課程
第二十週 111/01/10-01/16	1	我會反省做改變		特社 B-V-4 協商技巧與求助資源	特社 2-V-12 反省衝突原因，以便事前避免正面衝突	情緒管理：教學影音媒體-我會反省做改變	分享、觀察、表達	自編課程
第二十一週 111/01/17-01/23	1	處理衝突 課程複習		特社 B-V-4 協商技巧與求助資源	特社 2-V-14 在無法執行他人的要求時，尋求可能的替代方案和有效的資源	處理衝突 課程複習	分享、觀察、表達	自編課程

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

## 臺南市歸仁區歸仁國小 110 學年度第二學期高年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(□普通班■特教班)

學習主題名稱	情緒控管及交友技巧	實施年級 (班級組別)	五、六年級	教學節數	本學期共( 20 )節			
彈性學習課程 四類規範	<b>■特殊需求領域課程</b> 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							
設計理念	幫助學生適應學校生活，並協助教導學生情緒管理及自我覺察能力，引導學生建立同儕良好互動關係							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	B3. 藝術涵養與美感素養 C1. 道德實踐與公民意識							
課程目標	1. 幫助學生適應學校生活(人際互動、社交技巧、溝通能力等) 2. 協助教導學生做好情緒管理 3. 引導學生建立友善同儕關係 4. 協助學生能有效面對壓力及處理衝突							
配合融入之領域或議題	<input 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 checked="" 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			
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	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 111/2/17-2/20	1	課程介紹	特社-U-B3 具備對美善的人事物進行賞析、分享、互動的能力	特社 B-I-3 人際關係的建立	特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹	建立關係-訂定上課規定及規範	分享、觀察、表達	自編課程
第二週 111/2/21-2/27	1	桌遊介紹及操作	特社-E-B3 具備欣賞藝術創作，促	特社 B-I-3 人際關係的建立	特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單	桌遊-採花蜜	分享、觀察、表達	桌遊



C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			進多元感官發展與美感體驗的能力，培養人際和多元文化欣賞等能力來轉移注意力與紓緩心情 特社-J-B3 具備藝術發表的能力，增進生活的豐富性，並能自我肯定		規則，建立友善的關係			
第三週 111/2/28-3/6	1	小刺蝟找朋友		特社 B-I-3 人際關係的建立	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	社交技巧：繪本-小刺蝟找朋友	分享、觀察、表達	自編課程
第四週 111/3/7-3/13	1	交朋友的技巧(一)		特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	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	社交技巧：社會性故事-交朋友的技巧(一)	分享、觀察、表達	自編課程
第五週 111/3/14-3/20	1	交朋友的技巧(二)		特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	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	社交技巧：社會性故事-交朋友的技巧(二)	分享、觀察、表達	自編課程
第六週 111/3/21-3/27	1	做我的好朋友		特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	特社 2-IV-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友誼	社交技巧：教學影音媒體-做我的好朋友	分享、觀察、表達	自編課程
第七週 111/3/28-4/3	1	我在你左右		特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法	社交技巧：教學影音媒體-我在你左右	分享、觀察、表達	自編課程
第八週 111/4/4-4/10	1	人際關係建立課程複習		特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	特社 2-IV-10 在同儕友誼關係出現狀況時有修補的策略	人際互動課程複習	分享、觀察、表達	自編課程

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

第九週 111/4/11-4/17	1	桌遊介紹及操作	特社 B-I-3 人際關係的建立	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	桌遊-寶藏追追追	分享、觀察、表達	桌遊
第十週 111/4/18-4/24	1	環遊世界交朋友	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	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	社交技巧：繪本-環遊世界交朋友	分享、觀察、表達	自編課程
第十一週 111/4/25-5/1	1	最好的朋友	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法	社交技巧：社會性故事-最好的朋友	分享、觀察、表達	自編課程
第十二週 111/5/2-5/8	1	相親相愛感情好	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	特社 2-IV-10 在同儕友誼關係出現狀況時有修補的策略	社交技巧：教學媒體-相親相愛感情好	分享、觀察、表達	自編課程
第十三週 111/5/9-5/15	1	我的網路好朋友	特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式	特社 2-III-17 在虛擬世界進行人際互動時，能維持平等、尊重態度	社交技巧：教學影音媒體-我的網路好朋友	分享、觀察、表達	自編課程
第十四週 111/5/16-5/22	1	交友互動課程複習	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	特社 2-IV-10 在同儕友誼關係出現狀況時有修補的策略	交友互動課程複習	分享、觀察、表達	自編課程
第十五週 111/5/23-5/29	1	桌遊介紹及操作	特社 B-I-3 人際關係的建立	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	桌遊-人際維基	分享、觀察、表達	桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

第十六週 111/5/30-6/5	1	遵守禮儀		特社 B-V-5 危險預防與責任的處理	特社 2-V-15 了解與人相處時的安全情境條件	社交技巧：教學媒體-遵守禮儀我最棒	分享、觀察、表達	自編課程
第十七週 111/6/6-6/12	1	身體我最大		特社 B-V-5 危險預防與責任的處理	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	社交技巧：社會性故事-身體我最大	分享、觀察、表達	自編課程
第十八週 111/6/13-6/19	1	拒絕的勇氣		特社 B-V-5 危險預防與責任的處理	特社 2-U-19 禮貌地拒絕他人愛慕的言語及行為	社交技巧：教學媒體-拒絕的勇氣	分享、觀察、表達	自編課程
第十九週 111/6/20-6/26	1	愛愛唉		特社 B-V-5 危險預防與責任的處理	特社 2-V-21 培養與人建立健康親密關係的方法	社交技巧：教學影音媒體-愛愛唉	分享、觀察、表達	自編課程
第二十週 111/6/27-6/30	1	多元性別課程複習		特社 B-V-5 危險預防與責任的處理	特社 2-V-17 尋求適當途徑告發他人不當的觸摸或語言	多元性別課程複習	分享、觀察、表達	自編課程

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。