

臺南市公(私)立新營區公誠國民中(小)學 112 學年度第一學期四年級彈性學習 社會技巧課程計畫 (普通班/藝才班/體育班/特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	三-四	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	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	處理情緒技巧、人際互動技巧							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	運用繪本、多媒體教學、遊戲、學習單、角色扮演、故事講述、討論與問題澄清、表達與分享等方式進行教學，在與他人互動中及模擬情境中，指導合宜社會技巧的行為與態度。							
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 type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input 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 checked="" 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								
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	1	教室規則我最了	特社1-I-5 在	特社 A-I-	1. 說明學生	運用繪本、多媒體教學、遊	觀察	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第二週	1	教室規則我最了	遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。	2 壓力的察覺與面對。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	理解班級公約的內容。	戲、學習單、角色扮演、故事講述、討論與問題澄清、表達與分享等方式進行教學，在與他人互動中及模擬情境中，指導合宜社會技巧的行為與態度。	口語演練操作	學習單
第三週	1	教室規則我最了	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 - 3 人際關係的建立。 特社 B- I - 4 衝突的原因及情境分析。	2. 協助學生如何遵守的班級規定。 3. 上課時能帶齊上課必備物品(鉛筆盒、聯絡簿、課本等)。			
第四週	1	我要跟大家一起玩	特社2-I-6 主動打招呼和自我介紹。	特社 B- I - 5 性別互動的基本禮儀。	1. 協助學生辨識、了解人際互動的流程(開始、結束)。			
第五週	1	我要跟大家一起玩	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 B-IV-1 科技媒體的運用。	2. 引導學生加入桌遊的方法，並給予情境演練。			
第六週	1	我要跟大家一起玩	特社2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	3. 討論人際互動過程中會產生的情緒反應。			
第七週	1	我懂你的心情	特社2-IV-2 區		1. 能明白同			
第八週	1	我懂你的心情	辨各種溝通訊		理心的涵			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第九週	1	我懂你的心情	<p>息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。</p> <p>特社1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>		義			
第十週	1	EQ 達人			2. 能以同理心對待和幫助同學			
第十一週	1	EQ 達人			1 能發覺自己情緒的變化，學習用正確的用語適當表達情緒。			
第十二週	1	EQ 達人			2 能察覺他人情緒並適當回應			
第十三週	1	被接受的說話態度 (一)			1. 討論何謂能被接受的發言時機及態度才能被大家接受。			
第十四週	1	被接受的說話態度 (一)			2. 明列出「正確發言」的步驟及圖示並實際演練。			
第十五週	1	被接受的說話態度 (一)			3. 提供情境並實際演練。			
第十六週	1	心情紅綠燈	1. 討論生					

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第十七週	1	心情紅綠燈			氣的生理反應		
第十八週	1	心情紅綠燈			2. 怎樣讓別人知道你生氣了 3. 討論生氣的原因 4. 生氣可以如何舒緩 5. 生氣可以如何轉移		
第十九週	1	和壓力好好相處			1 能認識因壓力而產生的焦慮反應		
第二十週	1	和壓力好好相處			2 能透過運動放鬆身心減輕焦慮的感覺		
第二十一週	1	和壓力好好相處					

臺南市公(私)立新營區公誠國民中(小)學 112 學年度第二學期四年級彈性學習 社會技巧課程計畫 (普通班 / 藝才班 / 體育班 / 特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	四	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	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	處理情緒技巧、人際互動技巧							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	1. 包含處理情緒技巧、處理壓力技巧與自我效能 2. 包含訊息的解讀、基本溝通技巧、人際互動技巧、處理衝突技巧、多元性別互動技巧。							
課程目標	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
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 type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引			<input 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								
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	1	正面溝通	特社 2-IV-11 在	特社 A-I-	1 能知曉每	運用繪本、多媒體教學、遊	觀察	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第二週	1	正面溝通	面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的方式回應 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 1-I-4 察覺自己與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。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題。	1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。 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。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	個人生氣時會有不同的情緒強度 2 討論亂發情緒可能造成的結果。 3. 能選擇可被接受的方式表達需求及發洩情緒。 1 會告訴對方自己的感覺，「你這樣說我很不舒服」「你愛怎麼想就怎麼想，說別人就是說自己」 2 會選擇離開那些嘲笑自己的人。 3 會以自我語言鼓勵自己。	戲、學習單、角色扮演、故事講述、討論與問題澄清、表達與分享等方式進行教學，在與他人互動中及模擬情境中，指導合宜社會技巧的行為與態度。	口語演練 操作學習單	學習單
第三週	1	正面溝通						
第四週	1	我會聰明面對嘲笑						
第五週	1	我會聰明面對嘲笑						
第六週	1	我會聰明面對嘲笑						
第七週	1	被拒絕的時候			1. 討論即使			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第八週	1	被拒絕的時候	<p>特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。</p> <p>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。</p> <p>特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。</p>	<p>有禮貌、遵守規則還是被拒絕的原因。</p> <p>2. 討論被拒絕後可以做哪些事情來發洩或轉移。</p>			
第九週	1	被拒絕的時候					
第十週	1	我贏了，我輸了					
第十一週	1	我贏了，我輸了					
第十二週	1	我贏了，我輸了					
第十三週	1	怎麼做才不討人厭					
第十四週	1	怎麼做才不討人厭					
第十五週	1	怎麼做才不討人厭					
第十六週	1	拒絕別人					
第十七週	1	拒絕別人					
				<p>1. 能接受失敗的事實</p> <p>2. 能恭喜贏的一方</p>			
				<p>1. 引導討論並明列出受歡迎的遊戲、活動參與者的特質。</p> <p>2. 指導「運動家精神」並於遊戲、活動中實際演練。</p>			
				<p>1. 能說出適當拒絕別人要求的重要性</p> <p>2 具有「適當</p>			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					拒絕別人要求」的觀念 3 能說出適當拒絕別人的理由			
第十八週	1	換個角度大不同			1 能覺察自己的情緒的轉變並接受他			
第十九週	1	換個角度大不同			2 學習換個角度看事情，透過轉換想法來改變情緒。			
第二十週	1	換個角度大不同						