

臺南市公立中西區成功國民小學 111 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 特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	4 中年級	教學節數	本學期共(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	(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、家庭和社區等各種情境的能力。							
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-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式，解決情緒問題。 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	1. 能正確的標定自己與他人的情緒 2. 能適當的表達自己與他人的情緒 3. 能適當的處理自己的情緒							
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 type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引				<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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. 能觀察並說出生活中之事件 2. 能理解情緒事件的前因後果 3. 能分析事件發生線索並做出適當的反應							
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)	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選教材 或學習單
第 1 週 8/30-9/3	6	*日常生活 分享	1. 特社 1-I-1 分 辨與表達基本的	1. 特社 A-I- 1 基本情緒的	1. 能正確的 標定自己與	1. 透過演練， 學生能辨識自	(1)課程參與 態度、專心	自編學習單、 臉譜圖卡、情
第 2 週 9/4-9/10								

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第3週 9/11-9/17		分享開心的事情與心情 分享不開心的事情與心情	正向或負向緒。	認識與分辨。	他人的情緒。	己的各種情緒	度、發表情形。 (2) 觀察及紙筆、口語評量。	境事件連續圖卡、繪本、短文
第4週 9/18-9/24			2. 特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。	2. 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。	2. 能適當的表達自己與他人的情緒。	(憤怒、難過、傷心、愉快等), 並且口頭表達讓老師知道。		
第5週 9/25-10/01			3. 特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。	特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。	3. 能適當的處理自己的情緒。	2. 透過演練, 學生能用適當的方式表達自己的情緒。		
第6週 10/2-10/8			4. 特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。	3. 特社 A-II-1 基本情緒的表達。	3. 透過演練, 學生能學習運用正確的步驟(停、想、選、做)處理問題與情緒。			
第7週 10/9-10/15	6	* 做情緒的主人 處理不開心的事情 處理不開心的心情	5. 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。	4. 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	4. 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	4. 透過故事及討論, 學生能回答遇到問題時能用適當的方式解決。		
第8週 10/16-10/22			6. 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	5. 特社 A-II-3 自我接納與激勵。	5. 特社 A-II-3 自我接納與激勵。			
第9週 10/23-10/29			7. 特社 1-II-2 以實質的增強物自我激勵。	6. 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	6. 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。			
第10週 10/30-11/5			8. 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。			
第11週 11/6-11/12			9. 特社 1-II-4	7. 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估	7. 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估			
第12週 11/12-11/19			4	* 情緒小偵探 有禮貌好心情				
第13週 11/20-11/26								
第14週 11/27-12/3								
第15週 12/4-12/10								
第16週 12/11-12/17	5	* 情緒大悶鍋 練習面對自己的負面情緒 * 期末評量與檢討						
第17週 12/18-12/24								
第18週 12/25-12-31								
第19週 1/1-1/7								
第20週 1/8-1/14								
第21週 1/15-1/20								

嘗試使用策略解決問題並接納後果。

10. 特社 1-III-1
聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。

11. 特社 1-III-2
嘗試使用抒解壓力的方法。

12. 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。

13. 特社 1-III-4
以各種形式自我安慰與獎勵。

14. 特社 1-III-5
使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎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。

臺南市公立中西區成功國民小學 111 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 特教班)

課程名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	4 中年級	教學節數	本學期共(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	(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、家庭和社區等各種情境的能力。							
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-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式，解決情緒問題。 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	1. 能正確的標定自己與他人的情緒 2. 能適當的表達自己與他人的情緒 3. 能適當的處理自己的情緒							
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 type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引				<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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. 能觀察並說出生活中之事件 2. 能理解情緒事件的前因後果 3. 能分析事件發生線索並做出適當的反應							
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)	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選教材 或學習單
第 1 週 2/13-2/18	6	*假日生活	1. 特社 1-I-1	1. 特社 A-I-1	1. 能正確的標	1. 透過演練，	(1)課程參與	自編學習

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第 2 週 2/19-2/25		分享	分辨與表達基本的正向或負向緒。 2. 特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 3. 特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 4. 特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 5. 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	基本情緒的認識與分辨。 2. 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 3. 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 4. 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 5. 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 6. 特社 A-III-1 複雜情緒的處	定自己與他人的情緒。 2. 能適當的表達自己與他人的情緒。 3. 能適當的處理自己的情緒。	學生能辨識自己的各種情緒(憤怒、難過、傷心、愉快等)，並且口頭表達讓老師知道。 2. 透過故事討論及情境演練，當面臨挫折的情境時，學生能採取適當的方法處理挫折的情境和情緒。 3. 透過演練，學生能學習運用正確的步驟(停想選做)處	態度、專心度、發表情形。 (2) 觀察及紙筆、口語評量。	單、臉譜圖卡、情境事件連續圖卡、繪本、短文
第 3 週 2/26-3/4		學校生活分享						
第 4 週 3/5-3/11		情緒追追追						
第 5 週 3/12-3/18								
第 6 週 3/19-3/25								
第 7 週 3/26-4/1		6						
第 8 週 4/2-4/8	我的不開心							
第 9 週 4/9-4/15	怎麼辦							
第 10 週 4/16-4/22	他們不開心							
第 11 週 4/23-4/29	我要怎麼辦							
第 12 週 4/30-5/6								
第 13 週 5/7-5/13	4	* 優點大轟炸	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 5. 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 5. 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 5. 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 5. 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 5. 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 5. 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適
第 14 週 5/14-5/20		聊聊自己處理過的不開心						
第 15 週 5/21-5/27								
第 16 週 5/28-6/3								
第 17 週 6/4-6/10	4	* 好時機好行為	特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適	特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適
第 18 週 6/11-6/17		如何跟人聊						
第 19 週 6/18-6/24								

第 20 週 6/25-6/30		聊天 *期末評量 與檢討	當發洩情緒。 6. 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 7. 特社 1-II-2 以實質的增強物自我激勵。 8. 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 9. 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 10. 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 11. 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。 12. 特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜	理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 7. 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估		理問題與情緒。 4. 透過故事及討論，學生能回答遇到問題時能用適當的方式解決。		
------------------	--	--------------------	--	---	--	--	--	--

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			<p>歡自己的事實。</p> <p>13. 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。</p> <p>14. 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>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎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。