

臺南市公立 北區 公園國民小學 113學年度第一 學期 三年級彈性學習 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)	三年級	教學節數	本學期共(22)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或調整的能力。 (二) 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，培養適應學校各種情境的能力。 (四) 透過團體活動學習適當的人際互動技巧。 (五) 透過討論與辨思，提升自我察覺及處理情緒的能力，進而建立良好的自我概念。				
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-A3具備認識自我、接納自己，以及利用優弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗 特社-E-B1具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通 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. 能正確的表達及處理自己情緒 2. 能適當應因他人的情緒，並考量他人的感受，修正自己的行為 3. 能了解衝突的原因，學習用適當的方式與人互動 4. 能適當表現被團體接受的行為 5. 能對自我有良好的自我概念				
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 <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	觀察評量、口語評量、實作評量				

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 1-5 週	5	覺察我的壓力 來源	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 特社A-I-3自 我優弱勢的察 覺特社A-III-2 壓力的替代與 紓解方法	1. 能正確的表達 及處理自己情 緒及壓力 2. 能適當應因他 人的情緒，並 考量他人的感 受，修正自己 的行為 3. 能了解衝突的 原因，學習用 適當的方式與 人互動 4. 能適當表現被 團體接受的行 為	1. 透過觀看影片、繪 本，學生能辨識主角 的各種情緒，並且分 享自己何時有此情 緒，感受為何？ 2. 透過討論，學生能用 適切的方式表達自己 的情緒。 3. 透過討論，學生能學 習運用正確的方式處 理生活中面對的問題 與情緒。 4. 透過事後分析與討 論，學生能理性的說 出發生衝突的原因並 自我修正。 5. 透過角色扮演遊戲， 學生能了解他人對自 己及某件事的感受	(1) 課程參與態 度、專心 度、發表情 形。 (2) 觀察評量 口語評量 實作評量	自編學習單、 線上影音資料、繪 本、短文、桌遊
第 6-10 週	5	他人怎麼看我						
第11-15週	5	有情緒我會找人 說一說						

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第16-22週	7	處理負向情緒						
---------	---	--------	--	--	--	--	--	--

臺南市公立 北區 公園國民小學 113學年度第二 學期 三年級彈性學習 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)	三年級	教學節數	本學期共(22)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。 (四) 透過團體活動學習適當的人際互動技巧。 (五) 以情境式的討論提升自我察覺及處理情緒的能力，進而建立良好的自我概念。				
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-A3具備認識自我、接納自己，以及利用優弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗 特社-E-B1具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通 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. 能正確的表達自己與他人的情緒 2. 能適當的處理自己的情緒 3. 能適當的使用與人相處的技巧 4. 能適當表現被團體接受的行為 5. 能主動分享與人相處的經驗				
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 <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"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
表現任務	觀察評量、口語評量、實作評量				

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 1-5 週	5	我做的我負責	特社1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果 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2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通 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-II-2壓力源的評估與處理 特社A-II-3自我接納與激勵 特社B-II-2表達與傾聽的時機 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. 能正確的表達及處理自己情緒 2. 能適當應因他人的情緒，並考量他人的感受，修正自己的行為 3. 能了解衝突的原因，學習用適當的方式與人互動 4. 能適當表現被團體接受的行為 5. 能對自我有良好的自我概念	1. 透過觀看影片、繪本，學生能辨識主角的各種情緒，並且分享自己何時有此情緒，感受為何？ 2. 透過討論，學生能用適切的方式表達自己的情緒。 3. 透過討論，學生能學習運用正確的方式處理生活中面對的問題與情緒。 4. 透過事後分析與討論，學生能理性的說出發生衝突的原因並自我修正。 5. 透過角色扮演遊戲，學生能了解他人對自己及某件事的感受	(1) 課程參與態度、專心度、發表情形。 (2) 觀察評量 口語評量 實作評量	自編學習單、 線上影音資料、繪本、短文、桌遊
第 6-10 週	5	有人不喜歡我	特社2-I-11 在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助					
第11-15週	5	跟同學好好相處						

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第16-22週	7	面對抱怨						
---------	---	------	--	--	--	--	--	--

◎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。