

臺南市公立安平區安平國民小學 113 學年度第一學期中年級彈性學習 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)	中年級	教學節數	本學期共( 22 )節			
彈性學習課程 四類規範	<b>3. <input checked="" type="checkbox"/>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 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 <b>4. <input type="checkbox"/>其他類課程</b> <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	1. 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。 2. 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。 3. 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-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 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	1. 透過課程演練，提升學校適應技巧包括傾聽注意、遵守課堂規則能力 2. 透過情緒的覺知和應變訓練，提升處理自己情緒和壓力的技巧能力 3. 透過主題活動和遊戲方式，能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 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 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 checked="" 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 checked="" 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適當的互動方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並依引導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

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

一 8/25   8/31	1	教室技巧- 停/看/聽	特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。	1. 能遵守教室規則。 2. 能做簡單的自我介紹。 3. 能與同儕進行適當的活動。 4. 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）。	1. 呈現視覺的行為增強表提醒下，自我規範上課的秩序，包括每次課堂上訂下的三種秩序表現。 2. 透過每週一種遊戲方式，引導專注持續度的動機。 3. 透過遊戲過程引導與他人適當的互動，包括視覺接觸，適當的肢體碰觸及傾聽他人。 4. 活動結束後，透過自我檢視增強板，說出自己的好表現及需加油的部分	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適當的互動方法。	自選教材： <u>遊戲教具</u> <u>PPT</u> 檢核版
二 9/1   9/7	1		特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	特社 B-II-3 團體的基本規範。				
三 9/8   9/14	1		特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物。					
四 9/15   9/21	1							
五 9/22   9/28	1							
六 9/29   10/5	1	心情特攻隊	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。	1. 能適當的口語表達自己的需求。	1. 透過情緒卡分類，找出壓力的情緒，並依情緒強度排列	1. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。	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> <u>Super skills</u> <u>情緒卡</u> <u>學習單</u>
七 10/6   10/12	1		特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	2. 能正確表達並處理自己的衝突的情緒。	2. 了解負面情緒有哪些情境造成造成的(生氣、嘲笑、難過...等)	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。	
八 10/13   10/19	1		特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。		3. 透過遊戲情境，讓學生用討論的方式表達正確的回應。 4. 透過遊戲情境，讓學生能正確預測情緒或情境。 5. 遊戲結果驗收。		
九 10/20   10/26	1							
十 10/27   11/2	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			改善之處。					
十一 11/3   11/9	1	動態活動-專注力大戰	特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。	1. 能遵守課堂規則或在提示下遵守遊戲或活動規則。 2. 能與同儕進行適當的活動。 3. 能專注互動及合作完成小組工作。	1. 每週進行一種遊戲。說明學生在課堂上互動活動方法，並討論後，引導說出約定的規則 2. 呈現的檢核表，並引導學生能主動參與，在團體中遵守基本規範包括輪流、等待和持續專注 3. 引導學生能在每次團體的遊戲或互動中遵守遊戲的三個規則	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適當的互動方法	自選教材： <u>遊戲教具</u> <u>PPT</u> <u>學習單</u>
十二 11/10   11/16	1		特社 3-II-3 在監督或協助下完成複雜的工作。	特社 B-II-3 團體的基本規範。				
十三 11/17   11/23	1		特社					
十四 11/24   11/30	1							
十五 12/1   12/7	1	桌遊互動遊戲	特社 2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。	特社 B-II-3 團體的基本規範。	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. 以增強版要求要做到注意、持續、輪流、互相等規則。 2. 討論遊戲可能會遇到的互動過程、結果，應該用甚麼方式和態度面對。 3. 進行遊戲：簡單→進階→分組合作 4. 結果分享	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適當的互動方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自	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> <u>遊戲教具</u> <u>學習單</u>
十六 12/8   12/14	1		特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。				
十七 12/15   12/21	1							
十八 12/22   12/28	1							
十九 12/29   1/4	1							
二十 1/5   1/11	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

二十一 1/12   1/18	1							己的負面情緒。	
二十二 1/19   1/20	1								

◎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。

臺南市公立安平區安平國民小學 113 學年度第二學期中年級彈性學習 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)	中年級	教學節數	本學期共( 22 )節			
彈性學習課程 四類規範	<p><b>3. <input checked="" type="checkbox"/> 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            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</p> <p><b>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程</b>  <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</p>							
設計理念	<p>1. 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。</p> <p>2. 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。</p> <p>3. 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。</p>							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。</p> <p>特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。</p> <p>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。</p> <p>特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。</p>							
課程目標	<p>1. 透過課程演練，提升學校適應技巧包括傾聽注意、遵守課堂規則能力</p> <p>2. 透過情緒的覺知和應變訓練，提升處理自己情緒和壓力的技巧能力</p> <p>3. 透過主題活動和遊戲方式，能提升在學校團體中互動技巧能力</p>							
配合融入之領 域或議題	<p><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</p> <p><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</p> <p><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</p> <p><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</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" 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</p> <p><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</p> <p><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</p>							
表現任務	<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. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。</p> <p>3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並依引導說明如何處理自己的負面情緒。</p>							
課程架構脈絡								
補課週 2/2   2/8	1	合作遊戲-我是 好搭檔	特社 2-II-3 遵 守團體規範，並 依情境回應他人 的邀請或主動加	特社 B-II-3 團 體的基本規 範。	1. 能與他人 和睦相處 建立友善 的關係。	1. 每周進行一個設計的互 相提示或協助才能完成 的遊戲 2. 老師列表說明在活動過	1. 能參與活 動，並透過 情境演練和 團體活動習	自選教材： <u>遊戲教具</u> <u>PPT</u> <u>學習單</u>
一 2/9	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

二 2/15   二 2/16   2/22	1		入團體。 特社 3-II-2 在 小組中分工合作 完成自己的工作。	特社 B-II-2 表 達與傾聽的 時機。 特社 C-II-1 學 習成員之間 的關懷與表 達。	2. 能在團體 中遵守基 本規範。	程中，兩人互祝過程必 須做到的加分點 3. 透過競賽的輸贏結果， 引導兩人如何適當的互 動和表達。	得遵守團體 的規範。 2. 能參與活 動，並透過 情境演練習 得適當的互 動方法		
三 2/23   3/1	1								
四 3/2   3/8	1								
五 3/9   3/15	1	問題解決技巧學 習 ① 適當向同學 表達需求 ② 我會適時道 歉 ③ 適當的抱怨	特社 1-II-1 嘗 試因應與處理基 本的情緒及壓 力。	特社 A-II-1 基 本情緒的表 達。	1. 能適當的 口語表達自 己的需求。	1. 透過情境演練，適當的表 達自己的需求。 (句型：對方的姓名(想對誰 說)+請你做什麼(希望同 學做些什麼)。)	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。	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學 生社會技巧訓練 課程-認知行為取 向 學習單 PPT</u>	
六 3/16   3/22	1		特社 2-II-2 主 動引起話題，並 禮貌地表達和傾 聽他人的意見。	A-II-2 壓 力源的評估 與處理。	2. 能正確表 達並處理自 己的生氣情 緒。	2. 透過情境演練，能在犯錯 時適時的道歉。	2. 能參與活 動，並透過 情境演練習 得適當的互 動方法		
七 3/23   3/29	1		特社 2-II-1 解 讀他人口語與非 口語溝通的情緒 及目的，並反思 自己是否有應留 意或改善之處。	特社 C-II-1 學 習成員之間 的關懷與表 達。		3. 透過情境演練，能依據適 當的時間、地點，找合適的 人抱怨。	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。		
八 3/30   4/5	1								
九 4/6   4/12	1								
十 4/13   4/19	1	情緒大哉問-預 測情緒	特社 1-II-1 嘗試因 應與處理基本 的情緒及壓力。	特社 A-II-1 基 本情緒的表 達。	1. 能適當的 口語表達自 己的需求。	1. 暖身活動/直接進入教學 →播放影片	1. 能參與活 動，並透過 情境演練習 得適當的互	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學 生社會技巧訓練 課程-認知行為取</u>	
十一 4/20	1				2. 能正確表	2. 選擇情緒選項並說出看 法→預測情緒引導→歸	得適當的互		

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

4/26   十二 4/27   5/3	1		特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。	A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	達並處理自己的生氣情緒。	3. 納統整前段情境 選擇行為選項並說出看法→預測行為結果並說出看法→繼續撥放影片→行為回饋→決定是否重新修正 4. 學習單討論/搭配角色扮演	動方法。 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。	向 <u>Super skills</u> <u>學習單</u>	
十三 5/4   5/10	1		特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。						
十四 5/11   5/17	1								
十五 5/18   5/24	1								
十六 5/25   5/31	1	桌遊互動遊戲	特社 2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。	特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	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. 以增強版要求要做到注意、持續、輪流、互相等規則。 2. 討論遊戲可能會遇到的互動過程、結果，應該用甚麼方式和態度面對。 3. 進行遊戲：分組合作 4. 結果分享/情緒表達	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適當的互動方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自	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> <u>遊戲教具</u> <u>學習單</u>	
十七 6/1   6/7	1		特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。						
十八 6/8   6/14	1								
十九 6/15   6/21	1								
二十 6/22   6/28	1								
二十一 6/29   6/30	1								

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

								己的負面情緒。	
--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--

◎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。