

臺南市公立玉井區層林國民小學 113 學年度第一學期四年級彈性學習特殊需求-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 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	四年級	教學節數	本學期共(22)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■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. □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	培養處理情緒、壓力與提升自我的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校、家庭和社區的各項活動。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 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。 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。 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。 E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
課程目標	一、 透過辨識與處理壓力和情緒，培養擬定或調整問題解決計畫的能力。 二、 透過接收和解讀訊息，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、表達需求或參與討論的方式，培養適應教室、家庭和社區等，各種特定情境的能力。							
配合融入之領 域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 checked="" 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 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 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 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	多元評量							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	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	1	親師溝通、評估學生能力與需求	特社2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。	特社B-I-1 瞭解溝通訊息的意義。	1. 能夠與他人使用口語或非口語的溝通技巧。	1. 與學生討論關於上課的時間與地點。 2. 自我介紹。	口語評量 觀察	無
第二週	1	認識環境、瞭解上課規範	特社2-I-5 依情境適	特社B-II-2		3. 透過自我介紹學習單，了解學生的人格特質與表達能力		集點學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			當回答問題。	表達與傾聽的時機。	2. 能依情境適當回答簡單問題	4. 介紹上課規定，包含集點學習單的使用與兌換獎品的點數。		
第三週 ~ 第四週	2	情緒繪本- 妖怪的床	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。	1. 依情境找出適當的詞彙卡。 2. 使用適當的情緒詞彙，表達出故事主角的情緒。 3. 嘗試處理基本的負面情緒。	*結合情緒卡片練習情緒命名與辨識。 (不安、擔心、緊張、焦慮、驚慌、恐懼) *議題：怕黑、怕鬼怪、擔心上學等等。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第五週 ~ 第六週	2	情緒繪本- 我好擔心	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. 請學生唸讀繪本內容。 2. 說說故事大意，並回答故事中的相關問題。 3. 練習辨識出主角的情緒，說一說可能的原因。 4. 依不同的模擬情境，找出不同的詞彙卡，練習情緒詞彙表達。 5. 在老師引導之下，使用放鬆策略嘗試處理自己的負面情緒。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第七週 ~ 第八週	2	情緒臉譜製作	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。	1. 能在老師協助之下完成三種情緒表情摺紙。 2. 能選出當下的情緒。	1. 仔細觀看老師示範，並之後在老師協助之下完成三種情緒表情摺紙。 2. 三種表情包含開心的、難過的和一般。每次上課可以運用情緒臉譜表達自己的心情。	口語評量 實作評量	圖畫紙
第九週 ~ 第十週	2	紓壓小妙方-刮畫	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	1. 能嘗試一些紓壓技巧，轉移注意力。	1. 觀看刮畫短片三分鐘，作為學生創作的參考。 2. 提供不同的刮筆，認識不同線條。 3. 讓學生自行創作。	口語評量 實作評量	刮畫紙 刮筆
第十一週 ~ 第十三週	3	處理衝突技巧(一)。	特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。	特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。	1. 能清楚表達衝突的原因及情境。	1. 透過兩步驟化的策略，包含 說心情、說事情 。 2. 介紹 說事情 的六項元素，時間、地點、人、別人說的話做的事、自己說的話做的	口語評量 實作評量 書寫評量	學習單、觀察演練

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					2. 能說出衝突所引發的情緒反應	事和結果。 3. 說心情，請學生練習說出自己的負面情緒。 4. 完成衝突事件學習單。		
第十四週 ~ 第十六週	3	處理衝突技巧(二)	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- I -4 衝突的原因及情境分析。 特社 B- II -4 衝突情境的因應。	能在面對同儕衝突，主動尋求大人協助	1. 能夠透過情緒控制紅綠燈策略，說出各種燈號的應採取的行為。 2. 請學生根據情境籤中的情境，運用策略解決衝突事件。	口語評量 實作評量 書寫評量	情境籤 學習單
第十七週 ~ 第十八週	2	想法轉彎發現驚喜(自我效能)	特社 1-II-5 嘗試使用策略解決問題並接納後果。	特社 A-II-3 自我接納與激勵。	1. 練習以彈性的想法，面對生活中的問題。	1. 剪紙遊戲：發揮創意，將隨意剪下的紙張拼貼成有趣的圖畫。 2. 換個角度想一想。生活情境問題解決，透過生活上的問題，了解處理事情的重點 3. 練習使用較有彈性的詞彙取代絕對性字詞。	口語評量 實作評量 書寫評量	短片
第十九週 ~ 第二十週	2	多說優點不批評(自我效能)	特社1-II-2以實質的增強物自我激勵。	特社 A-II-3 自我接納與激勵。	能發現他人優點，並欣賞他人的優點	1. 在觀看短片之後，說出班上同學的優點，並欣賞對方的優點。並舉出實例。 2. 完成表單-寫出自己的優缺點各五項。 3. 透過影片中的美麗風景卻有髒汙一點，了解要同時欣賞他人長處之外，也要能夠包容他人的短處。	口語評量 實作評量 書寫評量	短片 /線上表單
第二十一週 ~ 第二十二週	2	綜合練習	特社 2-I-5 依情境適當回答問題。 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- II -2 表達與傾聽的時機。	1. 能依情境適當回答簡單問題	請學生邀請班級同學過來進行同儕練習。	實作評量	桌遊

臺南市公立玉井區層林國民小學 113 學年度第二學期四年級彈性學習特殊需求-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 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	四年級	教學節數	本學期共(22)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■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. □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	培養處理情緒、壓力與提升自我的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校、家庭和社區的各項活動。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 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。 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。 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。 E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
課程目標	一、 透過辨識與處理壓力和情緒，培養擬定或調整問題解決計畫的能力。 二、 透過接收和解讀訊息，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、表達需求或參與討論的方式，培養適應教室、家庭和社區等，各種特定情境的能力。							
配合融入之領 域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 checked="" 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 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 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 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	多元評量							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	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 ~ 第二週	2	情緒繪本-我不喜歡你這樣對我	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。	1. 依情境找出出適當的詞彙卡。 2. 使用適當的情緒	*結合情緒卡片練習情緒命名與辨識。 (不安、擔心、緊張、焦慮、驚慌、恐懼) *議題：怕黑、怕鬼怪、擔心上學等等。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第三週	2	情緒繪本-膽大小	特社 1-II-1 嘗	特社 A-II-1	詞彙, 表達出故事主	1. 請學生唸讀繪本內容。	口語評量	繪本

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

~ 第四周		老鼠_膽小大巨人	試因應與處理基本的情緒及壓力。	基本情緒的表達。	角的情緒。 3. 嘗試處理基本的負面情緒。	2. 說說故事大意，並回答故事中的相關問題。 3. 練習辨識出主角的情緒，說一說可能的原因。 4. 依不同的模擬情境，找出不同的詞彙卡，練習情緒詞彙表達。 5. 在老師引導之下，使用放鬆策略嘗試處理自己的負面情緒。	實作評量 書寫評量	
第五周 第六週	2	情緒繪本-紙袋公主					口語評量 實作評量 書寫評量 口語評量	繪本
第七週	1	紓壓 1-魔術伸縮球	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	1. 能發現壓力的來源。 2. 在伸縮球的引導之下，練習深呼吸的節奏與技巧。 3. 配合深呼吸，結合肌肉放鬆技巧。	1. 介紹魔術伸縮球，透過短片引導學生練習，並搭配呼吸，讓學生使用雙手操作球體縮小和放大，具體化呼吸的動作。 2. 使用衛生紙，訓練學生的肺活量，強調呼氣時的綿長。 3. 延續深呼吸的技巧。強調鼻吸嘴吐，呼氣時間比吸氣時間長。了解丹田位置，當進行深呼吸時，將雙手至於腹部感受呼吸的起伏。	實作評量 書寫評量 口語評量	短片、球
第八週 ~ 第九週	2	紓壓 2-深呼吸				4. 延續深呼吸技巧與複習，結合手部、額頭、臉部、頭部等九個部位的肌肉放鬆。 5. 了解深呼吸與放鬆技巧的使用時間。	實作評量 書寫評量 口語評量	短片、球
第十週 ~ 第十一週	2	紓壓 3-肌肉放鬆技巧					實作評量 書寫評量	短片、球
第十二週 ~ 第十三週	2	情緒繪本-生氣的亞瑟	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。	1. 依情境找出適當的詞彙卡。 2. 使用適當的情緒詞彙，表達出故事主角的情緒。 3. 嘗試處理基本的負面情緒。	*結合情緒卡片練習情緒命名與辨識。 (煩悶、挫折、嫉妒、生氣、憤怒、抓狂) *議題：與同儕間的互動等等。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第十四週 ~ 第十五週	2	情緒繪本-生氣湯	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. 請學生唸讀繪本內容。 2. 說說故事大意，並回答故事中的相關問題。 3. 練習辨識出主角的情緒，說一說可能的原因。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本/布可星球
第十六週 ~	2	情緒繪本-我變成一隻噴火龍					口語評量 實作評量	繪本/布可星球

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第十七週						4. 依不同的模擬情境，找出不同的詞彙卡，練習情緒詞彙表達。	書寫評量	
第十八週 ~ 第二十週	3	情緒繪本-菲菲生氣了				5. 在老師引導之下，複習紅綠燈衝突化解策略嘗試處理自己的情緒。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本/布可星球
第二十一週 第二十二週	2	綜合練習	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-II-2 表達與傾聽的時機。	1. 能依情境適當回答簡單問題	請學生邀請班級同學過來進行同儕練習。	口語評量 實作評量	無

◎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。