

臺南市公立歸仁區文化國民小學 113 學年度第 1 學期三、五年級彈性學習 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、五年級	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	1. 提升自我覺察及情緒辨識的能力。 2. 透過壓力的辨識與處理，培養問題解決或調整的能力。 3. 建立良好自我概念，提升問題解決技巧的能力。 4. 學習適當的人際互動技巧，增進學校生活的適應。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 B1 符號運用與溝通表達 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作							
課程目標	1. 能使用適當表達方式，說出自己的情緒。 2. 能使用適當的方式，處理紓解自己的情緒。 3. 能適當應因他人的情緒及感受，修正自己的行為。 4. 能遵守班級作息規範。							
配合融入之領 域或議題	<input 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 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 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	參與討論、發表意見、專心聆聽與觀察、角色扮演							
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	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)

第一週	4	適應新班級	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話	特社 B-II-3 團體的基本規範	1. 提升遵守規則的能力	1. 欣賞影片或繪本		自選教材					
第二週			特社 3-I-5 遵守教室規則										
第三週			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-I-3 人際關係的建立	2. 與人建立友好關係	2. 模仿演練或操作	口語評量	影片
第四週			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 達與傾聽的時機	3. 提升避免與人起衝突的能力	3. 討論及分享		
第五週	4	結交朋友	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	4. 提升適當表達意見的能力		學習單						
第六週			特社 2-I-9 避免爭鬥或危險的場合以保護自己。										
第七週			特社 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。										
第八週			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。										
第九週			7					怎樣避免與人衝突	特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。	特社 B-II-4 衝突情境的因應			
第十週									特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。				
第十一週									特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。				
第十二週	7	提升適當表達意見的能力											
第十三週													
第十四週													
第十五週													
第十六週													
第十七週													
第十八週													
第十九週													
第二十週													
第二十一週													
第二十二週													

◎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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 113 學年度第 2 學期三、五年級彈性學習 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、五年級	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	1. 提升自我覺察及情緒辨識的能力。 2. 透過壓力的辨識與處理，培養問題解決或調整的能力。 3. 建立良好自我概念，提升問題解決技巧的能力。 4. 學習適當的人際互動技巧，增進學校生活的適應。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作							
課程目標	1. 能使用適當表達方式，說出自己的情緒。 2. 能使用適當的方式，處理紓解自己的情緒。 3. 能適當應因他人的情緒及感受，修正自己的行為。 4. 能遵守班級作息規範。							
配合融入之領域或議題	<input 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 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 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	參與討論、發表意見、專心聆聽與觀察、角色扮演							
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	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)

第一週	6	如何面對壓力	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A-I-2 壓力的察覺與面對	1. 提升面對壓力的能力	1. 欣賞影片或繪本	口語評量	自選教材
第二週			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				
第三週			特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫					
第四週								
第五週								
第六週								
第七週	6	面對問題	特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果	特社A-II-2 壓力源的評估與處理	2. 提升面對問題的能力	2. 模仿演練或操作	實作評量	影片
第八週			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A-II-3 自我接納與激勵				
第九週			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。					
第十週			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。					
第十一週			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。					
第十二週			特社 2-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境					
第十三週	5	傾聽	特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見	特社B-II-1 訊息解讀的技巧	3. 能依他人的提醒給予回應	3. 討論及分享		繪本
第十四週								
第十五週								
第十六週								
第十七週								
第十八週	5	表達感受		特社B-II-2 表達與傾聽的時機	4. 能適當的表達及處理自己的情緒			學習單
第十九週								
第二十週								
第二十一週								
第二十二週								
				特社B-II-3 團體的基本規範	5. 能遵守不同課堂的規則			平板
				特社B-II-4 衝突情境的因應				

◎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。