

臺南市公立東區東光國民小學 113 學年度第一學期低年級彈性學習 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 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	低年級混組	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 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-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	提升學校適應技巧包括問題解決能力 提升處理自己情緒和壓力的技巧能力 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 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 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 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	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找人求助的方法。 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(新課綱版)

第一週 ~ 第六週	6	介紹班規 自我介紹 教室團體規範學習 ①保持安靜 ②上課坐好 ③學習等待 ④停止危險行為	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。	特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	1. 能認識教室規則。 2. 能遵守教室規則。 3. 能做簡單的自我介紹。	1. 透過情境演練，能持續傾聽他人說話（如：保持安靜、目光注視對方等）。 2. 透過情境演練，能遵守教室規則（如：眼睛看老師、說話要舉手、耳朵專心聽、屁股坐在椅子上、手腳要放好）。 3. 透過團體活動，能根據介紹自己的五件事情（手掌圖），並配合遊戲（蘿蔔蹲）記住同學的名字。	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</u>
第七週~ 第十週	4	認識情緒 ①情緒臉譜 ②情緒你我他	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. 能辨認自己的正向或負向情緒。 2. 能辨認他人的正向或負向情緒。	1. 透過情境演練，分辨自己基本的正向或負向情緒（如：高興/快樂、生氣、傷心/難過、害怕、討厭、害羞等）。 2. 透過情境演練，分辨他人基本的正向或負向情緒。	1. 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。	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>
第十一週~ 第十四週	4	認識情緒 ①心情分享站 ②情緒紅綠燈	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 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。	1. 能正確表達並處理自己的興奮情緒。 2. 能正確表達並處理自己的生氣情緒。	1. 透過情境演練，表達自己基本的正向或負向情緒。 2. 透過情境演練，處理自己基本的負向情緒。	1. 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。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。	無
第十五週~ 第十八週	4	人際互動技巧學習 ①加入遊戲 ②遵守遊戲規則 ③處理遊戲衝突 ④服輸	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 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後	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. 能在團體中遵守基本規範。 2. 能分辨發生衝突的原因及情境。 3. 能適當表達衝突所引發的情緒反應。	1. 透過團體活動，遵守團體基本規範。 2. 透過團體活動中發生的衝突，分辨衝突的原因。 3. 透過情境演練，能表達衝突產生的情緒反應，並運用「情緒紅綠燈」正確處理自己的情緒。	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	無

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			果。				情境演練習 得找人求助 的方法。	
第十九週~ 第二十二 週	3	人際互動技巧學 習 ①保持適當距離 ②適當回應	特社 2-I-3 適當 使用口語、非口 語或輔具與人溝 通。 特社 2-I-4 以身 體動作適度表現 出傾聽的態度。	特社 B-I-1 1 溝通訊息 的意義。 特社 B-I-2 2 溝通的媒 介。	1. 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)。 2. 能調整說 話的音量， 適當回應對 方的內容。	1. 透過情境演練，能適當保 持人我分際。 2. 透過情境演練，適當回應 同儕的內容(判斷說話的情 境、調整說話的音量、回應 對方的內容)。	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 得找人求助 的方法。	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。

臺南市公立東區東光國民小學 113 學年度第二學期低年級彈性學習 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 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	低年級混組	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 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-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	提升學校適應技巧包括問題解決能力 提升處理自己情緒和壓力的技巧能力 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 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 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 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	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找人求助的方法。 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(新課綱版)

第一週~ 第六週	6	<p>人際互動技巧學習</p> <ol style="list-style-type: none"> ①我會輪流 ②遵守遊戲規則 ③處理遊戲衝突 ④服輸 	<p>特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。</p> <p>特社3-I-2 依指示完成簡單的工作。</p>	<p>特社 B-I-3 人際關係的建立。</p> <p>特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能在團體中遵守基本規範。 2. 能分辨發生衝突的原因及情境。 3. 能表達衝突所引發的情緒反應。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過團體活動，遵守團體基本規範。 2. 透過團體活動中發生的衝突，分辨衝突的原因。 3. 透過情境演練，能表達衝突產生的情緒反應，並運用「情緒紅綠燈」正確處理自己的情緒。 	<ol style="list-style-type: none"> 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。 	<p>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></p>
第七週~ 第十週	4	<p>問題解決技巧學習</p> <ol style="list-style-type: none"> ①適當向同學表達需求 ②我會適時道歉 ③適當的抱怨 	<p>特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。</p> <p>特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。</p>	<p>特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能適當的口語表達自己的需求。 2. 能正確表達並處理自己的生氣情緒。 	<ol style="list-style-type: none"> 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)。) 2. 透過情境演練，能在犯錯時適時的道歉。 3. 透過情境演練，能依據適當的時間、地點，找合適的人抱怨。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 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。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。 	<p>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></p>
第十一週~ 第十四週	4	<p>正向行為學習</p> <ol style="list-style-type: none"> ①拼圖少一塊 ②我得獎了 ③故事書卷 ④國語考卷 	<p>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。</p>	<p>特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。</p> <p>特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能辨認自己的正向或負向情緒。 2. 能正確表達並處理自己的興奮、生氣情緒。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過情境演練，分辨自己基本的正向或負向情緒(如：高興/快樂、生氣、傷心/難過、害怕、討厭、害羞等)。 2. 透過情境演練，表達自己基本的正向或負向情緒。 3. 透過情境演練，處理自己基本的負向情緒。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 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。 	<p>自選教材</p>
第十五週~ 第十八週	4	<p>繪本</p> <ol style="list-style-type: none"> ①敵人派 ②誰是第一名 ③金色的房子 ④給我吃好嗎? 	<p>特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。</p> <p>特社 2-I-4 以身體動作適度表現</p>	<p>特社 B-I-3 人際關係的建立。</p> <p>特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 2. 能用適當的方式與他人分享或贈與自己喜歡 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過故事繪本，了解如何與他人建立友善的關係。 2. 透過情境演練，能適當的與他人分享或贈與自己喜歡的物品。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 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。 2. 能參與 	<p>自選教材：繪本</p>

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			出傾聽的態度。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題。		的物品。		活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。	
第十九週~ 第二十二週	3	團體活動 ①老師說 ②搶救生還者 ③優點大轟炸	特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。	特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	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. 透過團體活動，說出並欣賞他人的優點。 2. 透過團體活動，能與他人建立友善的關係。 3. 透過團體活動，遵守團體基本規範。	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。	自選教材