

臺南市公立東區東光國民小學 113 學年度第一學期高年級彈性學習 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)	高年級(五六年級)	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節
彈性學習課程 四類規範	<p>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</p> <p>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</p>				
設計理念	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過情緒與壓力的辨識與處理，培養情緒及壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收與解讀訊息，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。 4. 透過遊戲互動，學習並培養輪流、等待等秩序的能力。 				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。				
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提升學校適應技巧包括傾聽注意、遵守課堂規則能力。 2. 提升在學校團體中互動能力。 3. 提升處理自己情緒與壓力的能力。 				
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 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 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"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
表現任務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能透過團體課程辨別不同的情緒與壓力，並說明如何處理自己的負面情緒及壓力。 2. 能參與活動，並透過情境演練學習解決問題的方法。 3. 能參與活動，並透過情境演練與團體活動學習遵守團體的規範。 4. 能透過團體互動課程，與他人建立良好的合作關係。 				

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
第一週	1	第一單元嶄新的我	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	1. 能透過團體課程辨別不同的情緒與壓力，並說明如何處理自己的負面情緒及壓力。 2. 能參與活動，並透過情境演練學習解決問題的方法。	活動一環境新鮮事	觀察評量 口頭評量 (組內互動討論) 實作評量 課堂問答 紙筆評量	自編自選教材 或學習單
第二週	1					活動二環境適應面面觀		
第三週	1	第二單元多元的角色				活動一我和我的角色		自編自選教材 或學習單
第四週 第五週	2					活動二角色新發現		
第六週~ 第八週	3					活動三做好我自己		
第九週 第十週	2	第三單元人際高峰會				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 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。 特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 B-II-4 衝突情
第十一週~ 第十四週	4		活動二有效溝通					
第十五週 ~第十七週	3	第四單元多為對方想一想	活動一了解與尊重 活動二相處之道					

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。	境的因應。	程，與他人建立良好的合作關係。		
第十八週~ 第廿週	3	第五單元自我效能管理	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。		能討論並列出寒假計畫表，提出相關生活的規劃	
第廿一週	1	豐收/複習/檢討/評量	特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。	特社 B-III-2 話題的開啟與延續。		& 豐收/複習/檢討/評量	
			特社 2-III-4 依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。	特社 B-III-3 自我經驗的分享。			
			特社 3-III-2 主動參與課堂或小組討論，並在小組中主動對他人提供協助。	特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。			
			特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。				
第廿二週	0	休業式					

◎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 學年度第二學期高年級彈性學習 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)	高年級(五六年級)	教學節數	每週(1)節，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	1. 透過情緒與壓力的辨識與處理，培養情緒及壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收與解讀訊息，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。 4. 透過遊戲互動，學習並培養輪流、等待等秩序的能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	1. 提升學校適應技巧包括傾聽注意、遵守課堂規則能力。 2. 提升在學校團體中互動能力。 3. 提升處理自己情緒與壓力的能力。							
配合融入之領域 或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 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 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. 能透過團體課程辨別不同的情緒與壓力，並說明如何處理自己的負面情緒及壓力。 2. 能參與活動，並透過情境演練學習解決問題的方法。 3. 能參與活動，並透過情境演練與團體活動學習遵守團體的規範。 4. 能透過團體互動課程，與他人建立良好的合作關係。							
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	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(第一、三、四類)

			議題實質內涵					
第一週	1	一、自主學習樂	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。 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 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	1. 能透過團體課程辨別不同的情緒與壓力，並說明如何處理自己的負面情緒及壓力。 2. 能參與活動，並透過情境演練學習解決問題的方法。	1. 亮點大搜查	觀察評量 口頭評量 (組內互動討論) 實作評量 課堂問答 紙筆評量	自編自選教材或學習單
第二週 第三週	2					2. 我的學習計畫		
第四週 第五週	2					二、我的青春歲月		
第六週	1	2. 相處學問大						
第七週 第八週	2	三、性別好互動	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 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 2-II-7 與他人相處時，分	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 B-II-5 危險情境的判別。 特社 C-II-1 學習成員	1. 能參與活動，並透過情境演練與團體活動學習遵守團體的規範。 2. 能透過團體互動課	1. 成長新鮮事	觀察評量 口頭評量 (組內互動討論) 實作評量 課堂問答 紙筆評量	自編自選教材或學習單
第九週 第十週	2					2. 發現新互動		
第十一週 第十二週	2					四、愛不落人後		

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

第十三週	1		辨安全或危險的情境與人物。 特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。	之間的關懷與表達。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。	程，與他人建立良好的合作關係。	2. 在服務中成長		
第十四週 第十五週	2	五、世界一家親	特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	特社 B-III-3 自我經驗的分享。		1. 世界大不同		自編自選教材或學習單
第十六週	1			特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。		2. 豐富新文化		
第十七週 第十八週	2	六、讓我們同在一起	特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。			活動一族群調色盤		自編自選教材或學習單
第十九週	1		特社 2-III-4 依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。			活動二族群交響曲		
第廿週	1		特社 2-III-5 明瞭每個人都有獨特的地方，交友時不以單一標準或條件選擇。			豐收/複習/檢討/評量	觀察評量 口頭評量 (組內互動討論) 實作評量 課堂問答 紙筆評量	自編自選教材或學習單
第廿一週	1	豐收/複習/檢討/評量	特社 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。 特社 3-III-2 主動參與課堂或小組討論，並在小組中主動對他人提供協助。					
			特社 3-III-8 與學校不同國籍或文化的師長、同學進行簡單的聯					

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			繫與溝通。					
第廿二週	0	休業式						