

臺南市公立下營區下營國民小學 114 學年度第一學期六年級彈性學習 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)	六年級	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ☒特殊需求領域課程 身障類: ☐ 生活管理 ☒ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☐ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類: ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類: ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☐其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學							
設計理念	1. 透過辨識與處理情緒和壓力，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、家庭和社區等各種情境的能力。							
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---具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 A2 系統思考與解決問題---具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素，並能行動與反思，以有效處理及解決生活—生命問題。 B1 符號運用與溝通表達---具備理解及使用 語言、文字、數—理、肢體及藝術 等各種符號進行 表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。							
課程目標	分享與學習不同的生活經驗，處理生活中遇到的情緒、壓力，解決衝突與困難，提升參與學校、家庭和社區各項活動的社會互動能力。							
配合融入之領域或議題	☐國語文 ☐英語文 ☒英語文融入參考指引 ☐本土語 ☐數學 ☐社會 ☐自然科學 ☐藝術 ☒綜合活動 ☐健康與體育 ☐生活課程 ☐科技 ☒科技融入參考指引 ☐性別平等教育 ☒人權教育 ☐環境教育 ☐海洋教育 ☒品德教育 ☐生命教育 ☒法治教育 ☐科技教育 ☐資訊教育 ☐能源教育 ☒安全教育 ☐防災教育 ☐閱讀素養 ☐多元文化教育 ☒生涯規劃教育 ☒家庭教育 ☐原住民教育 ☐戶外教育 ☐國際教育							
表現任務	觀察與實作評量、口頭發表							
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(其他類)

第一週 / 第五週	5	和你說說話—— 表達與分享的練習	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-2 話題的開啟與延續。 特社B-III-3 自我經驗的分享。 特社B-III-4 自我需求與困難的表達。	1. 能完整清楚表達自己意思。 2. 能正確接收他人欲表達的意思。 3. 能對於別人的分享給予回饋。 4. 能進行分享	1. 學生運用圖像卡或句型練習表達自己的喜好、假日活動或近期心情。 2. 兩人一組進行問答練習：一人提問、一人回答。 3. 觀察影片中人物分享的內容，練習給予適當回應（如："我也是！"、"聽起來很好玩！"）。 4. 使用情境圖卡，演練如何向老師/同學表達需求或困難。 5. 小組活動：每人輪流講一段生活故事，其他人回應並提問。	口頭評量 實作評量 觀察評量	自編教材
第六週 / 第十週	5	我的情緒，我來了解	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-III-1 複雜情緒的處理。	1. 能說出各種情緒特徵情緒 2. 能說出引發情緒的原因、事件 3. 能察覺自己的情緒變化 4. 能察覺他人的情緒變化 5. 能處理自	1. 透過故事或影片片段，請學生辨認故事中人物的情緒表現。 2. 舉例生活中常見的事件（如朋友邀請、考試失敗），帶領學生討論這些事件可能引發的情緒，並說出原因。 3. 安排「情緒角色扮演」，模擬不同情緒狀態，練習用言語表達感受。 4. 利用短片或照片讓學生觀察人物表情，猜測他人的情緒，並討論可能的原因。	口頭評量 實作評量 觀察評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					己的情緒	5. 教授深呼吸、數數、找老師求助等冷靜技巧。		
第十一週 / 第十五週	5	認識真實的自己	特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。	特社A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	1. 能說出對自己的期許 2. 能說出對他人的期許 3. 能說出自己在各方面的位置 4. 能自我肯定	1. 學生透過繪畫或寫作，表達自己未來想達成的目標與期許，並用口語分享。 2. 討論「我希望朋友和家人怎麼對我」，並用句型練習說出對他人的期望與尊重。 3. 利用社會角色圖（如學生、朋友、家人等），讓學生說出自己在不同場合的角色與責任。 4. 播放勵志影片或故事，並討論「每個人都有不完美的地方」，接著學生寫下自己欣賞自己的三件事。	口頭評量 實作評量 觀察評量	自編教材
第十六週 / 第二十一週	6	我的行為，我的選擇	特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。	特社A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	1. 能看出行為有後果 2. 能說出表現與後果之間的關係 3. 能自我監控表現 4. 能因考慮後果進而選擇好的表現	1. 學生觀看或描述各種日常行為（如遵守規則、幫助同學、打架等），並配對可能產生的後果（正面或負面）。 2. 透過故事或情境劇，討論故事中人物的行為及其結果，並引導學生說出行為與後果的關聯。 3. 學生模擬面對不同情境時，思考可能後果並選擇適當的行為，教師與同儕提供回饋。 4. 教導學生使用正向自我對	口頭評量 實作評量 觀察評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					話、深呼吸等安慰技巧，並設計獎勵系統鼓勵良好行為。		
--	--	--	--	--	---------------------------	--	--

臺南市公立下營區下營國民小學 114 學年度第二學期六年級彈性學習 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)	六年級	教學節數	本學期共(17)節
彈性學習課程 四類規範	3. ☒ 特殊需求領域課程 身障類: ☐ 生活管理 ☒ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☐ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類: ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類: ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☐ 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學				
設計理念	1. 透過辨識與處理情緒和壓力，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、家庭和社區等各種情境的能力。				
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---具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 A2 系統思考與解決問題---具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。 B1 符號運用與溝通表達---具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。				
課程目標	分享與學習不同的生活經驗，處理生活中遇到的情緒、壓力，解決衝突與困難，提升參與學校、家庭和社區各項活動的社會互動能力。				
配合融入之領域或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☒ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☒ 科技融入參考指引 ☐ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☐ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☒ 生涯規劃教育 ☒ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育				

表現任務		觀察與實作評量、口頭發表						
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 / 第五週	4	心的起點	特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	1. 學生能用情緒卡表達心情，和同學有禮貌地互動，並選一種讓自己安靜下來的方法。	主題：收心活動 1. 認識新老師、新同學。 2. 說明課堂規範。 3. 挑兩張情緒卡，代表假期情緒變化；挑一張情緒卡表示現在的心情。 4. 在情緒卡上貼上 N 次貼，標註事件。 5. 練習有禮貌地和新同學分享假期生活。 6. 討論並認識各種能讓自己冷靜下來的方式。 7. 選擇適合自己的靜心活動。	口頭評量 實作評量 觀察評量	自編教材
第六週 / 第九週	4	請求協助・提供協助	特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 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	特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	學生能練習在需要時有禮貌地請求幫忙，並學習如何適當地幫助他人。	1. 成功的步驟 透過圖示或影片，學習請求與提供幫助的基本流程（例如：引起注意 → 有禮貌地開口 → 表達需求／提供幫助 → 道謝或回應）。 2. 情境劇演練 模擬真實生活中會遇到的情境（如：鉛筆掉了、找不	口頭評量 實作評量 觀察評量	自編教材

人提供協助。

到教室、需要朋友幫忙搬東西)，練習如何開口請求或回應協助。

3. 討論生活事件

師生共談學生曾經經歷的求助或幫助經驗，引導學生思考什麼是適當的方式與合宜的時機。

4. 支援前線

以小組合作形式設計的任務，學生必須互相合作、請求與提供幫助才能完成，例如：傳紙條、組合拼圖等，強化協作經驗。

5. 尋圖遊戲

學生透過配對圖片與對話卡（如「可以幫我嗎？」、「沒問題，我來幫你！」），練習正確用語，並學習判斷何時該請求或幫忙。

6. 城市設計家

創意延伸活動，學生以小組合作設計一個「友善城市」，思考在這個城市裡，哪些地方設計會幫助人彼此協助（例如：設置求助鈴、無障礙空間、說話提醒卡等）。

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十週 / 第十八週	9	轉個念，換個角度想	特社2-III-7 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。 特社2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社2-III-10 視發生衝突的原因並設法自我修正。 特社2-III-11 面對兩難的情境時，說明情境的利弊得失。	特社A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社B-III-4 自我需求與困難的表達。	1能應對不順己意的狀況 2能應對自己的錯誤 3能應對挫折 4能應對被批評（不被看好）	1. 教師帶領學生閱讀或觀看人物故事（如名人遭遇挫折的影片），接著學生分享自己曾失敗的經驗，並討論當時的感受與行為。 2. 設計生活中常見的不如意情境卡（如：玩具被搶、未被選上、想做的事被拒絕），讓學生練習角色扮演「冷靜應對」與「理性說明」的對話練習。 3. 以動畫、社會故事等引導學生理解「每個人都會犯錯」，並討論認錯後的行為（如道歉、彌補、下次更好）。安排學生進行情境模擬（如弄壞別人東西、說錯話）。 4. 設計兩難選擇題（如：幫朋友說謊 vs. 說實話讓朋友生氣），討論每個選擇的利與弊，學生用圖卡或句型寫出自己的決定與原因。	口頭評量 實作評量 觀察評量	自編教材
------------------	---	-----------	---	--	--	--	----------------------	------

◎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。