

臺南市公立區五王國民中小學一一四學年度第一學期三年級彈性學習 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. 學習相關社會技巧，建立良好自我行為模式，以因應社會生活之所需。 2. 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。 3. 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。 4. 透過繪本、桌遊、影片等教材，在活動過程中引導學生正向應對及處理自身的情緒行為，並應用於同儕互動之中，與他人建立良好互動方式。						
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-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。 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。						
課程目標		1. 能了解自身的情緒感受並應用適當的方式處理情緒行為問題。 2. 能具備人際互動技巧與他人建立良好的互動模式。 3. 能了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。						
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		專心聆聽與觀察、參與討論、發表意見、能與同儕及老師良好互動。						
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 9/1~9/5 第二週	2	【記憶吐司】 1. 回顧暑假生	特社 2-I-7 了解 與人相處的情	特社 C-I- 1 學校規則	1. 能遵守班 級上課規則。	1. 透過分組討論、分享示範進 行課程主題討論。	口頭評量 觀察評量	自編教材、自編 學習單、課堂檢

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

9/8~9/12		活。 2. 回顧上學期上課規則。 3. 認識本學期上課規則。 4. 透過自我檢核表維持好行為	境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-5 遵守教室規則。 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。	的認識與遵守。 特社 B-II-3 團體的基本規範。	2. 能專心聆聽他人分享，並能正向接受老師的叮嚀，例如提醒專心。 3. 能與老師分享學校生活所見所聞。	2. 學生分享與主題相關的自身經驗，討論此經驗中的處理方式與感受。 3. 藉由口頭問答、學習單整合主題重點。 4. 教師總結課程內容與回饋學生課堂表現。		核表
第三週 9/15~9/19 第四週 9/22~9/26	2	【你好！我是…】 1. 自我介紹。 2. 認識適當的人際互動方式。 3. 認識不適當的人際互動方式。	特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。 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-6 主動打招呼和自我介紹。 特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 3-I-6 在學校、家庭、社區或	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-II-4 衝突情境的因應。	1. 能正確的標定自己與他人的情緒。 2. 能適當的表達自己與他人的情緒。 3. 能適當的處理自己的情緒。 4. 能適當的使用與人相處的技巧。 5. 能主動分享與人相處的經驗。	1. 透過影片觀賞、分享討論進行課程主題討論。 2. 學生分享與主題相關的自身經驗，討論此經驗中的處理方式與感受。 3. 藉由口頭問答、學習單整合主題重點。 4. 角色扮演與實際演練。 5. 教師總結課程內容與回饋學生課堂表現。	口頭評量 觀察評量	自編教材、數位社會性課程教學攻略、課堂檢核表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			部落活動時，有禮貌地詢問或回應他人。 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 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。					
第五週 9/29~10/3 第六週 10/6~10/10 第七週 10/13~10/17 第八週 10/20~10/24 第九週 10/27~10/31 第十週 11/3~11/7	6	【情緒紅綠燈】 1. 認識基本的正向情緒(快樂、貼心、喜歡、有趣、期待等) 2. 認識基本的負向情緒(生氣、難過、害怕、緊張、討厭等)	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。	1. 能透過情緒圖卡或人物表情，認識正向情緒(快樂、貼心、喜歡、有趣、期待等)。 2. 能說出正向情緒的特徵及可能出現的情境。 3. 能透過情緒圖卡或人物表情，認識負向情緒(生	1. 透過影片觀賞、閱讀繪本、情緒圖卡進行課程主題討論。 2. 學生分享與主題相關的自身經驗，討論此經驗中的處理方式與感受。 3. 藉由口頭問答、學習單整合主題重點。 4. 角色扮演與實際演練。 5. 教師總結課程內容與回饋學生課堂表現。	口頭評量 觀察評量 角色扮演	自編教材、繪本、學習單、課堂檢核表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					氣、難過、害怕、緊張、討厭等)。 4.能說出負向情緒的特徵及可能出現的情境。			
第十一週 11/10~11/14 第十二週 11/17~11/21 第十三週 11/24~11/28 第十四週 12/1~12/5 第十五週 12/8~12/12 第十六週 12/15~12/19	6	【壓力碰碰碰】 1.透過情境引導認識自己的負面情緒反應。 2.認識負面情緒的應對方式。 3.在學校生活中運用課堂所學的情緒處理技巧，紓解負面感受。	特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。 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-6 主動打招呼和自我介紹。 特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 3-I-6 在學校、家庭、社區或部落活動時，有禮貌地詢問或回應他人。 特社 2-II-1 解讀他人口語與非	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-II-4 衝突情境的因應。	1.能透過引導感知自身的負向情緒感受，並表達出來以及說出遇到的困難。 2.能與老師共同檢討在校的負向表現，並能討論出雙方都能接受的改善方式，將之應用於學校生活中。 3.能在學校生活中運用課堂所學的情緒處理技巧，紓解負面感受。	1.透過影片觀賞、閱讀繪本、情緒圖卡進行課程主題討論。 2.學生分享與主題相關的自身經驗，討論此經驗中的處理方式與感受。 3.藉由口頭問答、學習單整合主題重點。 4.教師總結課程內容與回饋學生課堂表現。	口頭評量 觀察評量 課堂觀察	自編教材、繪本、自編情緒圖卡、課堂檢核表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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 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。					
第十七週 12/22~12/26 第十八週 12/29~1/2 第十九週 1/5~1/9 第二十週 1/12~1/16 第二十一週 1/19~1/20	5	【紙上談兵】 1. 認識遊戲規則。 2. 遵守遊戲規則。 3. 認識與他人適當的共同玩樂方式。 4. 接受遊戲結果的勝敗。	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。 特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 B-II-4 衝突情境的因應。	1. 能在老師引導下，與同學進行競爭性桌遊，並正向面對遊戲過程中任何對自己不利的情況。 2. 與同學玩桌遊時，能遵守遊戲規則。 3. 與同學玩桌遊時，能與同學分工合作完成發牌、洗牌、整理牌卡與桌遊的零件。 4. 與同學玩	1. 透過桌遊進行課程主題活動。 2. 師生共同討論遊戲過程中的感受與問題。 3. 藉由口頭問答、學習單整合課程內容。 4. 教師總結課程內容與回饋學生課堂表現。	口頭評量 觀察評量 實作評量 同儕互評	自編教材、各式桌遊、課堂檢核表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					桌遊時，能 主動與同學 分享遊戲過 程的樂趣。			
--	--	--	--	--	----------------------------------	--	--	--

- ◎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。

臺南市公立區五王國民中小學一一四學年度第二學期三年級彈性學習 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)	三年級	教學節數	本學期共(20)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		5. 學習相關社會技巧，建立良好自我行為模式，以因應社會生活之所需。 6. 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。 7. 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。 8. 透過繪本、桌遊、影片等教材，在活動過程中引導學生正向應對及處理自身的情緒行為，並應用於同儕互動之中，與他人建立良好互動方式。						
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-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。 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。						
課程目標		1. 能了解自身的情緒感受並應用適當的方式處理情緒行為問題。 2. 能具備人際互動技巧與他人建立良好的互動模式。 3. 能了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。						
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		專心聆聽與觀察、參與討論、發表意見、能與同儕及老師良好互動。						
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
開學	1	回顧寒假及上學	特社1-III-1	特社A-II-1	1. 遭遇問題	1.分享討論	觀察評量	檢核表、集點卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

調整成 1/21(三) ~ 1/23(五) 上課 第一週 2/9~2/13 第二週 2/16~2/20 春假期間 課程內容 彈性調整		期學習任務並討論新學期的期待	聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 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2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。	基本情緒的表達。 特社A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社B-II-4 衝突情境的因應。	或困難時，能自我控制與調整情緒。 2.能經常使用正向的言語和同儕互動。		口頭評量	
第三週 2/23~2/27 第四週 3/2~3/6 第五週 3/9~3/13 第六週 3/16~3/20 第七週 3/23~3/27	5	猜猜看，他在想什麼？而我還好嗎？	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 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 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法	1.能專心聆聽及理解老師說明及同儕分享。 2.能觀看影片並回答相關提問。 3.能在引導下說出自己的感受與想法。 4.能在引導下理解他人說話(直述句，不含雙	1. 影片觀賞與回答提問。 2. 練習口說表達自己的感受與想法(運用情緒卡輔助)。 3. 情境演練。 4. 理解並尊重他人的身體界線。 5. 教導並練習自我教導策略。	實作評量 觀察評量 口頭評量 角色扮演	自編教材、學習單、檢核表、集點卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					關語等)的真實用意。 5. 能用口語表達正、負向情緒，取代(過度的)肢體動作。 6. 能在被拒絕或感覺被冒犯時，使用合宜的方法調適情緒。 7. 能尊重他人的身體界線。 8. 依據他人的情緒反應，做適切(具同理心)的回應 9. 能將所學類化至教室與同學互動。			
第八週 3/30~4/3 第九週 4/6~4/10 第十週	5	張大眼睛，用力呼吸	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。	特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 能專心聆聽及理解老師說明及同儕分享。	1. 影片觀賞與回答提問。 2. 練習口說表達自己的感受與想法(運用情緒卡輔助)。 3. 情境演練。	實作評量 觀察評量 口頭評量 角色扮演	影片、情緒卡、自編教材、課堂檢核表、集點卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

4/13~4/17 第十一週 4/20~4/24 第十二週 4/27~5/1			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。		2.能觀看影片並回答相關提問。 3.能在引導下說出自己的感受與想法。 4.能在引導下理解他人說話(直述句，不含雙關語等)的真實用意。 5.能用口語表達正、負向情緒，取代(過度的)肢體動作。 6.能在被拒絕或感覺被冒犯時，使用合宜的方法調適情緒。 7.能尊重他人的身體界線。 8.依據他人的情緒反	4.理解並尊重他人的身體界線。 5.教導並練習自我教導策略。		
---	--	--	---	--	--	---	--	--

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					應，做適切 (具同理心) 的回應 9. 能將所學 類化至教室 與同學互 動。			
第十三週 5/4~5/8 第十四週 5/11~5/15 第十五週 5/18~5/22 第十六週 5/25~5/29	4	勇敢面對，其實 比想像的更簡 單！	特社1-III-1 聽從建議選擇較 佳的情緒處理技 巧。 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2-III-10 檢視發生衝突的 原因並設法自我 修正。	特社A-II-1 基本情緒的 表達。 特社A-III-3 行為與後果 之間的關係 與評估。 特社B-II-4 衝突情境的 因應。	1. 遭遇問題 或困難時，能 自我控制與 調整情緒。 2. 能經常使 用正向的言 語和同儕互 動。 3. 能說出故 事主角憤怒 的原因及提 出給主角的 穩定情緒建 議。	1. 觀看影片或繪本，了解憤怒 時的模樣，及憤怒當下可能會 產生的反應並引導學生如何 分辨反應的適當性。 2. 透過影片、繪本或角色扮 演，指導學生憤怒時如何做 正向地抒發。	實作評量 觀察評量 口頭評量	桌遊、情緒卡、課 堂檢核表、集點卡
第十七週 6/1~6/5 第十八週 6/8~6/12 第十九週 6/15~6/19 第二十週 6/22~6/26	4	我會努力試試看	特社1-II-4 嘗試使用策略解 決問題並接納後 果。 特社3-II-1 在課堂或小組討 論中適當表達與	特社B-II-3 團體的基本 規範。 特社C-II-1 學習成員之 間的關懷與 表達。	1. 能在遊戲 過程中做到 勝不驕、敗不 餒。 2. 能說出自 己和別人 不錯的地方。	1. 透過繪本、影片及桌遊，練 習溝通合作技巧(發表、聆聽、 妥協、接納、執行)。 2. 回顧活動過程，討論表現 不錯以及需改進的地方。	觀察評量 口頭評量 實作評量	桌遊、情緒卡、集 點卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			回應意見。		3. 能說出自己 和別人需 改進的地方。 4. 能聆聽別 人提供給自 己的意見。			
第二十一週 6/29~6/30	1	回顧本學期的表 現 學期課程總結	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A-III-3 特社B-II-3 團體的基本 規範。 特社C-II-1 學習成員之 間的關懷與 表達。	能用良好的 態度回應(肯 定、正向、 提議)。	1. 分享討論 2. 自我期許 兌換獎勵。	觀察評量 口頭評量	集點卡

◎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。