

臺南市公立永康區五王國民小學 114 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	社會技巧	實施年級 (班級組別)	高年級	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. 透過情境演練或觀看影片，讓個案「置身事外」觀察，增進對衝突事件、人際相處的覺知，並能討論與分享。 2. 利用桌遊教材的競爭性與合作性，讓個案從遊戲過程中習得社交技巧。 3. 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，期能與他人建立良好互動方式。 4. 藉由觀察個案討論與分享情況，即時教導個案口語表達及事件處理的方法。							
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	1. 能應用適當的方式處理情緒行為問題。 2. 能在引導下學習判斷是非對錯，期能減少對立違抗行為，增進正向互動。 3. 能進一步提升人際互動技巧，並與同儕建立良好的互動模式。							
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								
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 第二週 第三週 第四週 第五週 第六週 第七週 第八週	8	情緒辨 辯變 (自我 覺察、 表達)	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 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。 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-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。	1. 遭遇情緒事件時，能察覺並指認出自己的情緒(情緒字卡)。 2. 能使用正向的言語敘述出自己在情緒事件中的情緒名稱(情緒卡)，說明感受，並嘗試指出與自己情緒有關的性格(性格卡)。 3. 能說出故事主角情緒的由來，並嘗試提出給主角穩定情緒的建議做法。 4. 透過自己的情緒事件，能嘗試說出自己的情緒，以及情緒由來，並嘗試提出給自己穩定情緒的建議做法。	1. 分享討論：先以列舉「覺得令我困擾的感受」作為開頭引導活動，說明「察覺自己情緒」是最重要的第一部步驟，可以根據自己實際的情緒反應作為提示，先察覺自己當下的情緒是什麼。 目的：讓學生認知到每個人都有情緒，雖然造成情緒的原因當下並不清楚，但先能覺察到情緒，便能逐漸找到情緒事件的源頭，一步步找到方法因應。 3. 輸出：練習「表達」探索各種「表達的方式」，比如：比手畫腳、眼神打電報、畫圖說故事，以及最後的言語的表達。讓學生多方嘗試不同的表達方式，練習表達，並找到適合自己的情緒表達方式 4. 匹配：嘗試並找到適合自己的情緒處理策略。透過和師長、同儕討論，一起找出適合自己的情緒處理策略。	實作評量 觀察評量 口頭評量 實際演練	自我檢核表、繪本(故事)、情緒卡、演練情境卡、繪圖材料、卡牌、情緒覺察檢核表。
第九週	8	情緒調	特社 3-I-4 以適當	特社 A-II-1	1. 當自己遭遇問	1. 分享討論：以每一週學生	實作評量	自我檢核

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十週 第十一週 第十二週 第十三週 第十四週 第十五週 第十六週		色高手 (表達、調適)	的身體動作或口語表達需求。 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 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。	基本情緒的表達。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 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。 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。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	題或困難時，能向師長口語表達出自己的情緒與感受，並提出自己的需求。 2. 當自己遭遇問題或困難時，能嘗試以之前提出的有效策略，嘗試練習自我控制與情緒調整。 3. 能使用正向的言語和自我肯定句與自己對話。 4. 能經使用正向的言語和肯定句與同儕對話、互動。	的「目標行為」作為開頭引導活動，先說明「我察覺自己情緒是…」，再透過師長的引導，利用時間線說明「事件的經過」。透過實際梳理事件的經過，練習事件的敘述能力，並在敘述過程中說明自己的感受。 2. 目的：讓學生透過時間線練習事件釐清，練習「客觀」的利用「自述」找到情緒事件的源頭，同時練習事件中的情緒察覺，並在自我對話的過程中，一併練習自我反省、自我增強。 3. 社會故事呈現：透過戲劇，呈現事件的經過，利用角色扮演，使同儕間呈現不同的事件視角，提供多方角度看待情緒事件的「情緒成分」，以及「可能的解方」。(類似 RPG 通關模式)	觀察評量 口頭評量 實際演練	表、繪本(故事)、情緒卡、演練情境卡、手繪材料、卡牌、情緒覺察檢核表。
第十七週	4	桌遊	特社 2-I-1 了解別	特社 B-III-1 正負	1. 能在遊戲過程	1. 說明桌遊規則，學生在說	觀察評量	桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十八週 第十九週 第二十週		教學：應用（團體合作、團體訊息察覺）	人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。 特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 特社 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 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-3 服從小組決議並完成指派的工作。	向訊息的判斷。 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。 特社 B-III-5 多元性別互動與自主。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	中做到勝不驕、敗不餒。 2. 能說出自己 and 別人不錯的地方。 3. 能說出自己 and 別人需改進的地方。 4. 能聆聽別人提供給自己的意見。 5. 能說出衝突可能造成的後果。 6. 能用良好的態度回應(拒絕、商量、提議)。 能用良好的態度回應(肯定、正向、提議)。	明過程練習能專注聆聽。 2. 能在發現疑問時，向師長和遊戲夥伴，以正向的語氣、語句提出自己的疑問。 3. 在遊戲歷程中，接受老師給予的互動建議。 4. 在遊戲歷程中，練習溝通與合作技巧。 5. 於課後聆聽老師說明該節課的優點及缺點的修正方式，並於下節課在老師的提醒下練習修正。 6. 事先預告，並練習於下週上課前邀請學伴或其他同儕(事先告知導師協助提醒與指導邀請技巧)參與桌遊活動。	口頭評量 實作評量 實際演練	集點卡 情緒卡 卡牌 自我檢核表 情緒覺察檢核表
-------------------------------	--	---------------------------	--	---	---	---	-------------------------------	---

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第二十一週	1	學期總回顧	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 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-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	- 能以正向的敘述說出自己的優點，以及待改進的地方。 - 能以正向的敘述說出同儕的優點，以及想要鼓勵同儕的地方。 - 透過媒材練習感恩：能夠感謝自己的努力和過往他人給予的協助，給予自己和同儕祝福和未來展望。	- 個別發表：檢討與回顧自己的本學期的學習表現，以口語表達後，以手作作品具體呈現。 - 同儕回饋：回顧並給予其他同學本學期的表現回饋，以口語表達後，以手作作品具體回饋。 - 將送同儕的那部份手作作品，作正式的贈送儀式。 - 為自己這學期的表現抽一張鼓勵的卡牌。 - 為自己的下學期許下新的具體目標(情緒、行為)。	觀察評量 口頭評量 實作評量	卡牌、 手作材料
-------	---	-------	--	---	---	--	----------------------	-------------

◎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。

臺南市公立永康區五王國民小學 114 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	社會技巧	實施年級 (班級組別)	高年級	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	1. 透過情境演練或觀看影片，讓個案「置身事外」觀察，增進對衝突事件、人際相處的覺知，並能討論與分享。 2. 利用桌遊教材的競爭性與合作性，讓個案從遊戲過程中習得社交技巧。 3. 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，期能與他人建立良好互動方式。 4. 藉由觀察個案討論與分享情況，即時教導個案口語表達及事件處理的方法。				
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	1. 能應用適當的方式處理情緒行為問題。 2. 能在引導下學習判斷是非對錯，期能減少對立違抗行為，增進正向互動。 3. 能進一步提升人際互動技巧，並與同儕建立良好的互動模式。				
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		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 調整成 1/21(三) ~ 1/23(五) 上課 第一週 ~ 第八週 春假期間 課程內容 彈性調整	7	我是萬能茼蒿翻譯機 (外在情緒訊息解讀與應對，同時融入同理學習)	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 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。 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-1 基本情緒的表達。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。 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. 能夠夠過觀察，察覺情境中人物的臉部五官、言語等透露出來的關鍵情緒訊息。 2. 能練習「客觀」解讀情境，並練習有條理地將事件依照「時間線」列舉出來。 3. 能透過團體討論，提出正向合宜或創意幽默的解決辦法。 4. 能嘗試呈現解決方法的情境對話。	1. 觀察影片中、故事中的情緒事件，能察覺並正確指認出角色的情緒(情緒字卡)。 2. 能使用正向的言語敘述出角色在情緒事件中的情緒名稱(情緒卡)，說明(1)角色可能的感受(2)身為旁觀者第三方的感受。 3. 透過討論，能嘗試說出故事主角情緒的由來，並嘗試提出給主角穩定情緒的建議做法。 4. 透過戲劇形式，演練出衝突或情緒事件情境中(1)角色原本的狀態，以及(2)融入建議處理方法後的對話。	實作評量 觀察評量 口頭評量 實際演練	自我檢核表、繪本(故事)、影片、情緒卡、演練情境卡、繪圖材料、卡牌、情緒覺察檢核表。
第九週 第十週	8	我是我最好的	特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語	特社 A-II-1 基本情緒的表	1. 透過藝術創作與呈現，嘗試了	1. 自我組成—— 分享討論、藝術創作：	實作評量 觀察評量	自我檢核表、

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十一週 第十二週 第十三週 第十四週 第十五週 第十六週		朋友	表達需求。 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 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。	達。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 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。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。	解並敘述出自我的性格特質，以及性格養成的可能原因。 2. 透過藝術創作，嘗試了解並探索性格中，原生家庭與自己的關係。 3. 能使用正向的言語和自我肯定句與自己對話，練習與自我和解。 4. 面對關係中的壓力與衝突，能使用正向的言語表達自我肯定，並能練習同理家人但保有界線。	覺得自己是個什麼樣個性的人，有哪些性格？組成性格的因素有哪些？ 2. 家庭關係(社會故事)—— 分享討論、藝術創作： 透過影片中的案例呈現，請學生分析角色有哪些性格？組成性格的因素有哪些？有哪些令角色困難的地方？造成這些困難的原因有可能是什麼？如果我是角色，我可以怎麼做？ 3. 家庭關係—— 分享討論、藝術創作： 透過創作，分享自己在家庭中扮演什麼樣的角色？不同的家庭成員有哪些性格？組成性格的因素有哪些？每個家庭角色困難的地方是？造成這些困難的原因有可能是什麼？如果我是角色(爸爸、媽媽、手足)，我可以怎麼做？ 4. 感恩的練習：在每一堂下課前，以感謝的句型作為課堂的結尾。	口頭評量 實際演練	繪本(故事)、 影片、 情緒卡、 性格卡、 藝術媒材、 樂器與音樂、 卡牌、 感恩事件與 日記。
第十七週 第十八週 第十九週 第二十週	4	未來百 百種， 我想要 什麼	特職 1-III-1 列舉常見職業名稱。 特職 1-III-2 連結工	特職 A-III-1 工作所需設備條件的認識。	1. 能認識職業的種類。 2. 能清楚自己的	1. 認識職業： 透過桌遊、網路搜尋，認識現有的職業類型，並理解相對應工作的內容。	觀察評量 口頭評量 實作評量 實際演練	集點卡、 情緒卡、 卡牌、 自我檢核

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		(職業探索)	作目的與個人生活的關係。 特職 1-III-3 列舉不同工作所需設備條件。 特職 2-III-1 列舉求職準備工作。 特職 2-III-2 擬定簡要自我介紹的內容。 特職 4-III-1 避免工作場域中的危險狀況。 特職 4-III-2 依據指令處理常見的職場災害。 特職 3-III-4 依據工作項目維持適當專注時間。	特職 A-III-2 工作的目的與個人生活的關係。 特職 B-III-2 工作場域專注力的提升。 特職 B-III-3 職業意外災害的認識與處理。 特職 B-III-4 工作場域危險狀況的認識與避免方式。	特質與興趣，以及自己能透過職業，想要什麼。 3. 能向他人進行自我介紹。 4. 能聆聽別人提供給自己的意見。 5. 能清楚職業有哪些對應的傷害，以及避免的方法。 6. 在職場中，能用良好的態度拒絕他人(拒絕、商量、提議)、回應他人(肯定、正向、提議)。	2. 認識職業傷害：透過桌遊、網路搜尋，認識現有的職業對應的職業傷害有哪些，並理解有哪些保護自己的方式、應對方法。 3. 職業的選擇：透過自我興趣領域的條列，尋找相關有興趣的職業有哪些，並嘗試列舉說明喜歡的原因，以及對自己而言可能具有挑戰性的部分。 4. 展示自我：透過面試的演練，感受求職的氛圍，並透過練習撰寫自我介紹，思考自己到底要什麼。 5. 情境演練：在情境課程中，體驗工作，並嘗試與工作夥伴進行溝通與合作。 6. 能在每一堂實際演練與合作的課程結尾時，專注聆聽師長與同儕給予的建議，並進行正向反饋。	表、情境演練道具、手作材料、職業探索相關影片與桌遊。
--	--	--------	---	--	---	---	-----------------------------------

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第二十一週	1	學期總回顧	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 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-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	4. 能以正向的敘述說出自己的優點，以及待改進的地方。 5. 能以正向的敘述說出同儕的優點，以及想要鼓勵同儕的地方。 6. 透過媒材練習感恩：能夠感謝自己的努力和過往他人給予的協助，給予自己和同儕祝福和未來展望。	1. 個別發表：檢討與回顧自己的本學期的學習表現，以口語表達後，以手作作品具體呈現。 2. 同儕回饋：回顧並給予其他同學本學期的表現回饋，以口語表達後，以手作作品具體回饋。 3. 將送同儕的那部份手作作品，作正式的贈送儀式。 4. 為自己這學期的表現抽一張鼓勵的卡牌。 5. 為自己的下學期許下新的具體目標(情緒、行為)。	觀察評量 口頭評量 實作評量	卡牌、 手作材料
-------	---	-------	--	---	---	--	----------------------	-------------

◎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。