

臺南市公立佳里區子龍國民小學 114 學年度第 1 學期 5 年級彈性學習 特殊需求(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)	5	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	增加融入社會技能及認知，增加自我安全意識，增強溝通表達能力							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 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。 特溝 P-B1 具備理解與使用個人適用之基本溝通形式與符號，參與生活與及工作。							
課程目標	1. 口語的表達。 2. 訊息的理解。 3. 增進與他人的互動。 4. 生活適應。							
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	實作/口語評量/觀察							
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 1 週	1	期初準備與測驗 討論假期生活	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. 能說出自己的 興趣及喜 好。	1. 透過討論及填寫問卷	實際演練 操作評量	自編自選教材 學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					2.能遵守上課 規矩獲得獎 勵。			
第 2 週~ 第 5 週	4	認識不同特質的 人與認識自己的 特質	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-III- 3 行為與 後果之間的 關係與 評估。	1. 了解自己 的優點、缺 點，接受自己 的特質。 2. 了解自己的 優點、缺點， 接受別人的特 質。3. 知道不 可能每個人都 喜歡自己。	透過影片、情境圖片、繪 本、多媒體教學、遊戲、學 習單、角色扮演、故事講 述、討論與問題澄清、表達 與分享等方式進行教學，在 與他人互動中及模擬情境 中，指導合宜社會技巧的行 為與態度。	實際演練 操作評量 觀察評量	自編自選教材 學習單
第 6 週~ 第 10 週	5	友誼維持的技巧	特社 2-V-7 與不 同特質的朋友互 動，選擇適當的 回饋，調整自己 的行為以維持友 誼。	特社 B-V-3 友誼維持 的技巧。	1. 能辨識朋友 的不同特質與 喜好，並說出 與對方互動時 要注意的行 為。 2. 能用 1-2 句 話給予正向或 中性回饋，避 免使用爭辯或 貶低語氣。 3. 願意觀察他 人反應，並在 提醒下嘗試調			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					整自己說話或互動方式。			
第 11 週~ 第 15 週	5	自我鼓勵	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. 在遭遇不如意的事情時能安慰自己，例如：對自己說沒關係、告訴自己已經努力做到（哪些部分）等。 2. 覺察自己表現好的時候給自己不同方式的獎勵，例如：鼓勵自己、做喜歡的事情、獎勵品等。 3. 開始執行解決問題的步驟與策略之後，能覺察失望或擔心等情緒後，適當處理相關情緒並平靜接受結果。			
第 16 週~ 第 21 週	6	同理他人的技巧。	特社 2-V-4 用適當方式表達和接	特社 B-V-2 同理他人	學生能透過情境圖片或影片			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			受不同的意見或評論。	的技巧。	1. 分辨他人的情緒與處境，說出對方可能的感受（如：「他可能感到難過，因為……」）。 2. 能以句型輔助，練習對別人的情緒表達出同理的回應（如：「如果是我，我也會覺得……」）。 3. 能在模擬或真實互動中，嘗試使用至少一種同理技巧（如聆聽、說安慰話、提供協助等）。 4. 能辨識不適當的反應（如嘲笑、忽視），並說出較合適的回應方式。			
--	--	--	------------	------	--	--	--	--

◎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。

臺南市公立佳里區子龍國民小學 114 學年度第 2 學期彈性學習 特殊需求(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	特殊需求	實施年級 (班級組別)	5	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	透過社會技巧課程加強學生的生活表達，增進與他人之間的日常互動，透過溝通訓練課程加強學生目前的表達能力。							
本教育階段 總綱核心素 養 或校訂素養	E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 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。							
課程目標	1. 情緒的表達。 2. 訊息的理解。 3. 增進與他人的互動。 4. 生活適應。							
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	實作/口語評量/觀察							
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 1 週	1	期初準備與測驗 討論假期生活	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. 能說出自己的興 趣及喜好。 2. 能遵守上課規矩 獲得獎勵。	1. 透過討論及填寫問 卷	實際演 練 操作評 量	自編自選教 材 學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 2 週 (為春節，無課程) ~ 第 6 週	4	成功與失敗都是經驗	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。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估	1. 認識自我安慰的意義與方式。 2. 建立自我獎勵的概念與練習。如「我有努力」「我進步了」 3. 理解「成功與失敗都是經驗」社會性故事：《不完美也沒關係》 4. 練習遇到問題時提出可行策略。如：深呼吸、尋求協助、寫下問題... 5. 學習接受輸贏，不過度重視結果 6. 練習選擇合適策略調整心情或困境	透過影片、情境圖片、繪本、多媒體教學、遊戲、學習單、角色扮演、故事講述、討論與問題澄清、表達與分享等方式進行教學，在與他人互動中及模擬情境中，指導合宜社會技巧的行為與態度。	實際演練 操作評量 觀察評量	自編自選教材 學習單
第 7 週 ~ 第 11 週	5	面對抱怨或拒絕，我也可以平穩面對！	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 B-I-4 衝突的原因及情境分析。	1. 能辨識「抱怨」與「拒絕」的語言或表現。 2. 能了解他人表達不滿或拒絕不代表討厭我，也不代表我做錯。 3. 能使用情緒調節			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					策略（如深呼吸、自我對話、轉移注意力）來幫助自己維持平穩。 4. 能在面對拒絕或抱怨時，控制自己的行為（例如不大聲爭辯、不馬上離開、不生氣罵人）。 5. 願意嘗試使用策略來安定情緒，接受他人不如自己預期的回應。			
第 12 週~第 16 週	5	控制情緒緩和衝突	特社 2-IV-11：面對衝突時能控制情緒、選擇可接受的方式回應。 特社 2-IV-12：面對他人抱怨時能安撫對方情緒、緩和衝突，並有效表達自己的難處。	特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	1. 能辨識衝突情境中的觸發點與情緒升高的訊號。 2. 能分辨哪些回應容易升高 vs 降低衝突。 3. 能從他人抱怨中聽出對方的情緒與需求。 4. 能在衝突中先自我情緒調整，再使用社會接受的回應語句。能回應抱怨者時，先安撫對方，再解釋自身情			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					況。			
第 17 週~ 第 21 週	5	是提醒不是威脅， 善意惡意我會分辨	特社 2-III-2 區辨 別人非善意行為是 提醒，還是威脅到 了 自己的適應與 生存。	特社 B-I-4 衝突的原因及 情境分析。	1. 能說出提醒和威脅的差別（例如：提醒是幫助我注意事情，威脅是讓我覺得害怕或不安全）。 2. 能從 3 種以上的日常情境中區辨出對方是在提醒還是在威脅。 3.（態度與情緒調整）能學習先聽完提醒內容，再用「冷靜三步驟」回應，不立刻唱反調或生氣。 4.（應對策略）能使用「我先想一想」等緩衝語句，避免過度反應。 5. 能用適當語句（如：「我知道了，謝謝提醒。」）接受提醒而不爆炸。			