

臺南市公立安平區安平國民小學 113 學年度第一學期中年級彈性學習 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	我是情緒小偵探	實施年級 (班級組別)	中年級	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。 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，培養適應學校能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 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。 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. 透過課程演練，提升學校適應技巧包括傾聽注意、遵守課堂規則能力 2. 透過情緒的覺知和應變訓練，提升處理自己情緒和壓力的技巧能力 3. 透過主題活動和遊戲方式，能提升在學校團體中互動技巧能力							
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	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並依引導說明如何處理自己的負面情緒。							
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 9/01-9/05	1	好學生練習中！	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。	1. 能遵守教室(團體)規則。 2. 能與同儕進行適當的活動。 3. 與人相處時能瞭解簡單的規則並保持適當的人我分際(如：維持適當說話距離、音量、面對對方等)。	1. 呈現視覺的行為增強表提醒下，自我規範上課的秩序，包括每次課堂上訂下的三種秩序表現。 2. 透過每週一種遊戲方式，引導專注持續度的動機。 3. 透過遊戲過程引導與他人適當的互動，包括視覺接觸，適當的肢體碰觸及傾聽他人。 4. 活動結束後，透過自我檢視增強板，說出自己的好表現及需加油的部分	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。	自選教材： <u>遊戲教具</u> <u>PPT</u> <u>檢核版</u>
第二週 9/08-9/12	1							
第三週 9/15-9/19	1							
第四週 9/22-9/26	1							
第五週 9/29-10/03	1		特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。 特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物。					
第六週 10/06-10/10	1	情緒地圖大富翁	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。	1. 能適當的口語表達自己的需求。	1. 透過情緒卡分類，找出壓力的情緒，並依情緒強度排列	1. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。	自選教材： <u>ADHD 與</u> <u>AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u> <u>Super skills</u> <u>情緒卡</u> <u>學習單</u>
第七週 10/13-10/17	1		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 A-II-2 壓力源的評估與處理。	2. 能正確表達並處理自己的衝突的情緒。	2. 了解負面情緒有哪些情境造成造成的(生氣、嘲笑、難過...等)	2. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。	
第八週 10/20-10/24	1					3. 透過遊戲情境，讓學生用討論的方式表達正確的回應。		
第九週 10/27-10/31	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。	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。		4. 透過遊戲情境，讓學生能正確預測情緒或情境。 5. 遊戲結果驗收。		
第十週 11/03-11/07	1							
第十一週 11/10-	1	合作啟動，我們	特社	特社	1. 能遵守課	1. 每週進行一種遊戲。說	1. 能參與活動，	自選教材：

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

11/14		是神隊友！	3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。 特社 3-II-3 在監督或協助下完成複雜的工作。 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。	堂規則或在提示下遵守遊戲或活動規則。 2. 能與同儕進行適當的活動。 3. 能專注互動及合作完成小組工作。	明學生在課堂上互動活動方法，並討論後，引導說出約定的規則 2. 呈現的檢核表，並引導學生能主動參與，在團體中遵守基本規範包括輪流、等待和持續專注 3. 引導學生能在每次團體的遊戲或互動中遵守遊戲的三個規則	並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法	<u>遊戲教具</u> <u>PPT</u> <u>學習單</u>
第十二週 11/17-11/21	1							
第十三週 11/24-11/28	1							
第十四週 12/01-12/05	1							
第十五週 12/08-12/12	1							
第十六週 12/15-12/19	1	玩出好關係：桌遊互動遊戲	特社 2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。 特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	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. 能察覺自己的優勢及弱勢能力。 2. 能察覺他人對自己的看法或態度。 3. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 4. 能在團體中遵守基本規範。	1. 以增強版要求要做到注意、持續、輪流、互相等規則。 2. 討論遊戲可能會遇到的互動過程、結果，應該用甚麼方式和態度面對。 3. 進行遊戲：簡單→進階→分組合作 4. 結果分享	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。	自選教材： <u>ADHD 與</u> <u>AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u> <u>遊戲教具</u> <u>學習單</u>
第十七週 12/22-12/26	1							
第十八週 12/29-1/02	1							
第十九週 1/05-1/09	1							
第廿週 1/12-1/16	1							
第廿一週 1/19-1/20	1							

◎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。

學習主題名稱		團隊合作我最強		實施年級 (班級組別)	中年級	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。 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，培養適應學校能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 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。 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. 透過課程演練，提升學校適應技巧包括傾聽注意、遵守課堂規則能力 2. 透過情緒的覺知和應變訓練，提升處理自己情緒和壓力的技巧能力 3. 透過主題活動和遊戲方式，能提升在學校團體中互動技巧能力							
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		1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並依引導說明如何處理自己的負面情緒。							
課程架構脈絡									
第一週 1/19-1/23	1	一起學更好：團體生活我最行	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	特社 B-II-3 團體的基本規範。	1. 能在團體中遵守基本規範。	1. 每周進行一個設計的互相提示或協助才能完成的遊戲	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習	自選教材： <u>遊戲教具</u> <u>PPT</u> <u>學習單</u>	
第二週 2/16-2/20	0				2. 能與他人	2. 老師列表說明在活動過			
第三週	1								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

2/23-2/27			入團體。	特社	和睦相處			
第四週 3/02-3/06	1		特社 3-II-2 在 小組中分工合作 完成自己的工作。	B-II-2 表 達與傾聽的 時機。 特社	建立友善 的關係。	3. 透過競賽的輸贏結果， 引導兩人如何適當的互 動和表達。	得遵守團體 的規範。 2. 能參與活 動，並透過 情境演練習 得適當的互 動方法	
第五週 3/9-3/13	1			C-II-1 學 習成員之間 的關懷與表 達。				
第六週 3/16-3/20	1	我的情緒我做主 ① 我覺得&我 需要 ② 道歉也能成 為好朋友 ③ 抱怨的智慧	特社 1-II-1 嘗 試因應與處理基 本的情緒及壓 力。	特社	1. 能適當的 口語表達自 己的需求。	1. 透過情境演練，適當的表 達自己的需求。	1. 能參與活 動，並透過 情境演練和 團體活動習 得遵守團體 的規範。	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學 生社會技巧訓練 課程-認知行為取 向 學習單 PPT</u>
第七週 3/23-3/27	1		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。	A-II-1 基 本情緒的表 達。	2. 能正確表 達並處理自 己的負面情 緒。	(句型：對方的姓名（想對誰 說）+請你做什麼（希望同 學做些什麼）。)	2. 能參與活 動，並透過 情境演練習 得適當的互 動方法	
第八週 3/30-4/03	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。	A-II-2 壓 力源的評估 與處理。		2. 透過情境演練，能在犯錯 時適時的道歉。	3. 能透過團 體課程辨別 不同的情 緒，並說明 如何處理自 己的負面情 緒。	
第九週 4/06-4/10	1		特社 1-II-1 嘗 試因應與處理基 本的情緒及壓 力。	特社		3. 透過情境演練，能依據適 當的時間、地點，找合適的 人抱怨。		
第十週 4/13-4/17	1			C-II-1 學 習成員之間 的關懷與表 達。				
第十一週 4/20-4/24	1	道歉小練習：讓 我們和好吧！	特社	特社	1. 能知道	1. 暖身活動/直接進入教學 →播放影片	1. 能參與活 動，並透過 情境演練習 得適當的互	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學 生社會技巧訓練 課程-認知行為取</u>
第十二週 4/27-5/01	1		1-II-1 嘗試因 應與處理基本的 情緒及壓力。	A-II-1 基 本情緒的表 達。	「道歉是承 認錯誤並修 補關係」的	2. 選擇情緒選項並說出看 法→預測情緒引導→歸		
第十三週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

5/04-5/08			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。	A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	意義。 2. 能在做錯事後，用適當的言語與態度道歉 3. 能學習原諒他人的道歉，維持友善關係	3. 納統整前段情境 選擇行為選項並說出看法→預測行為結果並說出看法→繼續撥放影片→行為回饋→決定是否重新修正 4. 學習單討論/搭配角色扮演	動方法。 2. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。	向 <u>Super skills</u> <u>學習單</u>
第十四週 5/11-5/15	1							
第十五週 5/18-5/22	1							
第十六週 5/25-5/29	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。					
第十七週 6/01-6/05	1	競賽與合作：誰是社交王？	特社 2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。	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. 能察覺自己的優勢及弱勢能力。 2. 能察覺他人對自己的看法或態度。 3. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 4. 能在團體中遵守基本規範。	1. 以增強版要求要做到注意、持續、輪流、互相等規則。 2. 討論遊戲可能會遇到的互動過程、結果，應該用甚麼方式和態度面對。 3. 進行遊戲：分組合作 4. 結果分享/情緒表達	1. 能參與活動，並透過情境演練和團體活動習得遵守團體的規範。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。 3. 能透過團體課程辨別不同的情緒，並說明如何處理自己的負面情緒。	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u> <u>遊戲教具</u> <u>學習單</u>
第十八週 6/08-6/12	1							
第十九週 6/15-6/19	1							
第廿週 6/22-6/26	1		特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。					
第廿一週 6/29-6/30	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

◎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。