

臺南市公立安平區安平國民小學 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		啟動察覺；樂於參與	實施年級 (班級組別)	高年級組	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。 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
第 1 週	4	動態活動-專注	特社 3-III-1 遵	B-III-5 多	1. 能遵守課	1. 每週進行一種遊戲。說	1. 能參與活	自選教材：

- 第 4 週		力大戰 靜態活動-聆聽 與分享	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 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。	元性別互動 與自主。 B-III-4 自我需求與困難的表達。 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	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. 活動完成，透過學習單分享及他人。 4. 輪流發表/正向回饋	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	<u>遊戲教具</u> <u>PPT</u> <u>學習單</u>
第 5 週 - 第 8 週	4	正向行為學習 1 保持彈性 2 妥協 3 提供建議 4 接受建議	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 2-III-11 面對兩難的情境時，說明情境的利弊得失。 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-11 面對兩難的情境時，說明情境的利弊得失。	特社 A-III-1 複雜情緒的處理 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。	1. 能在團體中遵守基本規範。 2. 能分辨發生衝突的原因及情境。 3. 能適當表達衝突所引發的情緒反應。	1. 透過團體活動，遵守團體基本規範。 2. 透過事件活動中發生的衝突，分辨衝突的原因。 3. 透過情境演練，能表達衝突產生的情緒反應，並運用「情緒紅綠燈」正確處理自己的情緒。	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>學習單</u> <u>PPT</u>

第 9 週 - 第 12 週	4	人際互動技巧學習 ① 加入遊戲 ② 遵守遊戲規則 ③ 處理遊戲衝突 ④ 服輸	特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 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 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 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 B-III-4 自我需求與困難的表達。	1. 能在團體中遵守基本規範。 2. 能分辨發生衝突的原因及情境。 3. 能適當表達衝突所引發的情緒反應。	1. 透過團體活動，遵守團體基本規範。 2. 透過團體活動中發生的衝突，分辨衝突的原因。 3. 透過情境演練，能表達衝突產生的情緒反應，並運用「情緒紅綠燈」正確處理自己的情緒。	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>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向學習單</u> <u>桌遊</u> <u>PPT</u>
第 13 週 - 第 16 週	4	面對妥協/不預期和我的改變	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 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 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 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。	1. 能在團體中遵守基本規範。 2. 能分辨發生衝突的原因及情境。 3. 能適當表達衝突所引發的情緒反應。	1. 暖課程設計三種情境包括活動取消的事件、同學間爭執事件及面對不喜歡做的事件，引導學生將事件的發生演練出來。 2. 引導學生找出自己的情緒並表達出來。 3. 將面對事件的處理方式的選項羅列出來，由大家討論並做選擇。 4. 引導能在衝突情境的演練下，能夠選擇適當的應對方式的成果展現-以擲骰子的方式抽出事件後，選擇適當的應對步驟。	1. 能參與活動，並透過情境演練習得適當的互動方法 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>Super skills</u> <u>PPT</u> <u>學習單</u>

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 17 週 - 第 21 週	5	桌遊互動遊戲	特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 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 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	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 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。	檢核版 桌遊
-----------------------	---	--------	--	--	--	---	---	-----------

◎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。

臺南市公立安平區安平國民小學 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		啟動察覺；樂於參與	實施年級 (班級組別)	高年級組	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								
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	3	小小訪問家主題	特社 2-III-1 以	特社	1. 與人相	1. 呈現視覺的行為增強表	1. 能參與活	自選教材：

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 4 週	* 第二週 春假	討論 1. 是錯就改 2. 最愛和討厭 3. 我是小小導遊	善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 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 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。	B-III-2 話題的開啟與延續。 B-III-3 自我經驗的分享。 B-III-4 自我需求與困難的表達。 B-III-5 多元性別互動與自主。	處時能瞭解簡單的規則並保持適當的人我分際 2. (如：維持適當說話距離、音量、面對對方等)。 3. 能調整說話的音量，適當回應對方的內容。	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. 透過每週一主題活動，討論發問的項目。 3. 針對討論的項目，引導孩子一一做適當的交互訪問，包括音量、語氣和用詞。 4. 訪問活動結束後，引導學生將訪問的結果作發表，並給回饋。 5. 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	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	<u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向</u> 自選教材： <u>溝通互動教具 PPT 學習單</u>
第 5 週 - 第 8 週	4	問題解決技巧學習 ① 適當向同學表達需求 ② 我會適時道歉 ③ 適當的抱怨	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 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 A-III-1 複雜情緒的處理 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 能適當的口語表達自己的需求。 2. 能正確表達並處理自己的生氣情緒。	1. 透過情境演練，適當的表達自己的需求。 (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. 透過情境演練，能在犯錯時適時的道歉。 3. 透過情境演練，能依據適當的時間、地點，找合適的人抱怨。	1. 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。 2. 配合演練自發表達並對話。	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>溝通互動教具學習單</u>
第 9 週 - 第 12 週	4	面對衝突和我的改變	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技	特社 A-III-1 複雜情緒的處	1. 能在團體中遵守基本規範。	1. 暖課程設計三種情境包括活動取消的事件、同學間爭執事件及面對不喜歡做	1. 能參與活動，並透過情境演練	自選教材： <u>ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練</u>

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			巧。 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。	理 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	2. 能分辨發生衝突的原因及情境。 3. 能適當表達衝突所引發的情緒反應。	的事件，引導學生將事件的發生演練出來。 2. 引導學生找出自己的情緒並表達出來。 3. 將面對事件的處理方式的選項羅列出來，由大家討論並做選擇。 4. 引導能在衝突情境的演練下，能夠選擇適當的應對方式的成果展現-以擲骰子的方式抽出事件後，選擇適當的應對步驟。	習得適當的互動方法 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。	<u>課程-認知行為取向</u> <u>Super skills</u> <u>PPT</u> <u>學習單</u>
第 13 週 - 第 16 週	4	社會故事法	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 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 B-III-4 自我需求與困難的表達。 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	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。 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. 針對事件行動討論自己和他人角度出發點的不同。 3. 討論行為出現的與否及社會合理期待的理由。 4. 完成社會故事的表達。	1. 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。 2. 能參與活動，並透過情境演練習得找人求助的方法。	<u>學習單</u> <u>PPT</u>
第 17 週 - 第 21 週	5	桌遊互動遊戲	特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。	特社 A-III-2 壓力的替代與	1. 能察覺自己的優勢及弱勢能力。	4. 以增強版要求要做到注意、持續、輪流、互相等規則。	1. 能參與活動，並透過情境演練和	檢核版 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。	紓解方法。 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	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。	5. 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。 6. 進行遊戲：簡單□進階□分組合作 結果分享	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。	
--	--	--	---	---	---	---	--	--