

臺南市公立東區崇學國民小學 114 學年度第 1 學期 **五年級** 彈性學習 **社會技巧** 課程計畫 (特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	■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							
設計理念	透過繪本、影片、討論、情境演練等活動，進行認知行為改變或修正，提升學童社會適應能力與人際互動。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A2系統思考與解決問題：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。 A3規劃執行與創新應變：特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。 C1道德實踐與公民意識：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	培養處理情緒、壓力與提升自我的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校的各項活動。							
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	觀察、實作、口頭、紙筆評量。							
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	1	自我介紹	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 覺察事件所引發的壓力，能表達衝突所引發的情緒反應。	1. 教師說明課堂規範 2. 教師示範自我介紹 3. 學生進行自我介紹 4. 回饋及鼓勵	口頭評量 觀察評量 實作評量 紙筆評量	桌遊、繪本、影片、自編教材與學習單
第二週 第三週 第四週	3	感覺情緒知多少	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	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	2. 分辨發生衝突的原	1. 上課靜心活動： 進行專注力訓練 2. 介紹技能： 進行簡短的活動或討論		
第五週	3	情緒三部曲						

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第六週 第七週			實。 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。	因及情境，及所造成的後果。 3. 能用正向的眼光和態度去解讀所發生的一切。	3. 朗讀並複習成功的步驟： 提供學習技能內容的快速視覺提示，請學生大聲唸出，解釋每個步驟的目的和意義 4. 暖身活動： 以簡短而直接的活動來增強成功的步驟，讓每位孩子達到表面與形式上的成功，以便得到增強		
第八週 第九週 第十週 第十一週	4	公說公有理 婆說婆有理	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B-III-3 自我經驗的分享。	4. 能用適當的策略來解決生活情境中所可能遭遇之問題。	5. 角色扮演： 在預先設定好的學校、家庭、社區之各種場景中，讓學生把成功的步驟演示出來		
第十二週 第十三週 第十四週 第十五週	4	做個 EQ 高手	特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 特社 2-I-13 分辨與因應不適當的觸摸或語言，必要時主動尋求協助。	特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。	5. 能保持與他人相處時的身體界限。	6. 練習活動： 在教室裡或教室外形成真實的團體互動情境，讓學習者運用所學的技能		
第十六週 第十七週 第十八週 第十九週	4	男女大不同						
第二十週 第二十一週	2	複習與分享						

◎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。

臺南市公立東區崇學國民小學 114 學年度第 2 學期 **五年級** 彈性學習 **社會技巧** 課程計畫 (特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(20)節			
彈性學習課程 四類規範	■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							
設計理念	透過繪本、影片、討論、情境演練等活動，進行認知行為改變或修正，提升學童社會適應能力與人際互動。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A2系統思考與解決問題：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。 A3規劃執行與創新應變：特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。 C1 道德實踐與公民意識：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	培養處理情緒、壓力與提升自我的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校的各項活動。							
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	觀察、實作、口頭、紙筆評量。							
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	1	複習與分享	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 覺察事件所引發的壓力，能表達衝突	1. 上課靜心活動：進行專注力訓練 2. 介紹技能：進行簡短的活動或討論	口頭評量 觀察評量 實作評量	桌遊、繪本、影片、自編教材與學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第二週 第三週 第四週 第五週	3	我的情緒裝備	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-2 壓力的替代與紓解方法。	所引發的情緒反應。	3. 朗讀並複習成功的步驟： 提供學習技能內容的快速視覺提示，請學生大聲唸出，解釋每個步驟的目的和意義	紙筆評量
第六週 第七週 第八週 第九週	4	我也可以是人氣王	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。	2. 分辨發生衝突的原因及情境，及所造成的後果。	4. 暖身活動： 以簡短而直接的活動來增強成功的步驟，讓每位孩子達到表面與形式上的成功，以便得到增強	
第十週 第十一週 第十二週 第十三週	4	我會勇敢面對	特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。		3. 能用正向的眼光和態度去解讀所發生的一切。	5. 角色扮演： 在預先設定好的學校、家庭、社區之各種場景中，讓學生把成功的步驟演示出來	
第十四週 第十五週	2	我會好好說話	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B-III-3自我經驗的分享。	4. 能用適當的策略來解決生活情境中可能遭遇之問題。	6. 練習活動： 在教室裡或教室外形成真實的團體互動情境，讓學習者運用所學的技能	
第十六週 第十七週 第十八週 第十九週	4	我會用智慧解決問題	特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。		5. 能保持與他人相處時的身體界限。		
第二十週 第二十一週	2	我會為自己加油	特社 2-I-13 分辨與因應不適當的觸摸或語言，必要時主動尋求協助。	特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。			

◎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。