

臺南市市立南區志開實小 114 學年度第一學期 社會情緒學習 課程計畫( 普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

學習主題名稱	社會情緒學習	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(42)節		
彈性學習課程 四類規範	<p><b>3. 特殊需求領域課程</b>            身障類: <input checked="" type="checkbox"/>生活管理 <input checked="" type="checkbox"/>社會技巧 <input type="checkbox"/>學習策略 <input type="checkbox"/>職業教育 <input type="checkbox"/>溝通訓練 <input type="checkbox"/>點字 <input type="checkbox"/>定向行動 <input type="checkbox"/>功能性動作訓練 <input type="checkbox"/>輔助科技運用            資優類: <input type="checkbox"/>創造力 <input type="checkbox"/>領導才能 <input type="checkbox"/>情意發展 <input type="checkbox"/>獨立發展            其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p><b>4. 其他類課程</b>  <input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流 <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>						
設計理念	<p>本課程以社會情緒學習 (SEL) 為核心，透過繪本導讀與活動實作，引導學生認識自我、管理情緒、理解他人、建立良好人際關係，並強化負責任的決策能力，全面發展其社會與情緒素養。</p>						
本教育階段 總綱核心素養	<p>C2 人際關係與團隊合作            具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p>						
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>自我覺察：學生能辨識自身的情緒反應與個人特質，進而接納自己、欣賞自己的長處，提升自我認同感與自我價值感。</li> <li>自我管理：學生能運用適當的策略安撫情緒（如：自我安慰），並在遭遇困難或壓力時，選擇較佳方式處理問題與情緒，展現自我調節能力。</li> <li>社會覺察：學生能察覺他人的行為意圖（正向互動或非善意行為），理解他人處境與情緒，並欣賞不同人的優點，促進同理心與尊重差異。</li> <li>人際關係技巧：學生能主動參與小組討論，適切表達讚美與欣賞、澄清誤解、協助處理家人困境，並遵守人際界線，展現良好的互動行為與合作態度。</li> <li>負責任的決定：學生能在做決定前評估可能後果，為個人行為負責，並以具體行動實踐承諾，養成負責任的態度與判斷力。</li> </ol>						
配合融入之領域或議題	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input type="checkbox"/>國語文   <input type="checkbox"/>英語文   <input checked="" type="checkbox"/><b>英語文融入參考指引</b>   <input type="checkbox"/>本土語  <input type="checkbox"/>數學   <input type="checkbox"/>社會   <input type="checkbox"/>自然科學   <input type="checkbox"/>藝術   <input checked="" type="checkbox"/>綜合活動  <input checked="" type="checkbox"/>健康與體育   <input type="checkbox"/>生活課程   <input type="checkbox"/>科技   <input checked="" type="checkbox"/>科技融入參考指引         </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育   <input type="checkbox"/>人權教育   <input type="checkbox"/>環境教育   <input type="checkbox"/>海洋教育   <input checked="" type="checkbox"/>品德教育  <input checked="" type="checkbox"/>生命教育   <input type="checkbox"/>法治教育   <input type="checkbox"/>科技教育   <input type="checkbox"/>資訊教育   <input type="checkbox"/>能源教育  <input type="checkbox"/>安全教育   <input type="checkbox"/>防災教育   <input type="checkbox"/>閱讀素養   <input type="checkbox"/>多元文化教育  <input type="checkbox"/>生涯規劃教育   <input type="checkbox"/>家庭教育   <input type="checkbox"/>原住民族教育   <input type="checkbox"/>戶外教育   <input type="checkbox"/>國際教育         </td> </tr> </table>					<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> <b>英語文融入參考指引</b> <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育
<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> <b>英語文融入參考指引</b> <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育						
表現任務	<ol style="list-style-type: none"> <li>口頭回答任務：描述繪本角色遇到的情境與產生的情緒（至少兩種），說出角色可能採取的處理方法（如自我安慰、策略選擇），並分享自己是否也有相似經驗與做法。</li> <li>角色扮演實作任務：依情境演練如何處理複雜情緒（如失落、焦慮）與自我安慰方式、澄清人際誤解或維護身體界線、表達欣賞與合作互助行為。</li> <li>文字書寫任務：製作我的成長自助冊。包含：自我優點的欣賞、自我缺點的接納與鼓勵、困擾的問題及解決策略與預期後果、做出的行動決定與承諾</li> </ol>						

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 - 第 4 週	8	處理情緒	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	能選擇較佳的複雜情緒的處理技能。	透過繪本，理解許多能輔助處理複雜情緒的不同的方法。並藉由遊戲，在角色扮演中運用方法來處理複雜情緒。	口述、實作、寫作	繪本
第 5 週 - 第 7 週	6	認識自己	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。		能接納自己	透過繪本，討論我們可以多多了解自己，並且喜歡自己，甚至接受自己。再透過遊戲編製活動，來區辨所認識的自己的特點。		
第 8 週 - 第 10 週	6	鼓勵自己	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。	能自我安慰	透過繪本，討論我們可以找方法安慰自己，並透過繪製卡片，來鼓勵自己。		
第 11 週 - 第 13 週	6	處理問題	特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。		能先評估後果，再使用策略處理問題。	透過繪本，理解應預想後果，而選擇策略，來處理問題。並在寫作活動中，針對遇到的問題，擬定策略，及可能產生的後果。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 14 週 - 第 16 週	6	正向思考	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 -1 正負向 訊息的判 斷。	能辨別與人 相處中會出 現的正向互 動行為。	透過繪本,討論正向又友善的 各種人際互動行為。並以角色 扮演活動,用言行表現出友善 的態度,來應對人際互動狀 況。		
第 17 週 - 第 21 週	10	保護自己	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。		能區辨別人 做出的非善 意行為的用 意	透過繪本,討論可能會遇到的 非善意行為,以及其用意。		

◎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。

臺南市市立南區志開實小 114 學年度第二學期 社會情緒學習 課程計畫( 普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

學習主題名稱	社會情緒學習	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(42)節		
彈性學習課程 四類規範	<p><b>3. 特殊需求領域課程</b>            身障類: <input checked="" type="checkbox"/>生活管理 <input checked="" type="checkbox"/>社會技巧 <input type="checkbox"/>學習策略 <input type="checkbox"/>職業教育 <input type="checkbox"/>溝通訓練 <input type="checkbox"/>點字 <input type="checkbox"/>定向行動 <input type="checkbox"/>功能性動作訓練 <input type="checkbox"/>輔助科技運用            資優類: <input type="checkbox"/>創造力 <input type="checkbox"/>領導才能 <input type="checkbox"/>情意發展 <input type="checkbox"/>獨立發展            其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p><b>4. 其他類課程</b>  <input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流 <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>						
設計理念	<p>本課程以社會情緒學習 (SEL) 為核心，透過繪本導讀與活動實作，引導學生認識自我、管理情緒、理解他人、建立良好人際關係，並強化負責任的決策能力，全面發展其社會與情緒素養。</p>						
本教育階段 總綱核心素養	<p>C2 人際關係與團隊合作            具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p>						
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>自我覺察：學生能辨識自身的情緒反應與個人特質，進而接納自己、欣賞自己的長處，提升自我認同感與自我價值感。</li> <li>自我管理：學生能運用適當的策略安撫情緒（如：自我安慰），並在遭遇困難或壓力時，選擇較佳方式處理問題與情緒，展現自我調節能力。</li> <li>社會覺察：學生能察覺他人的行為意圖（正向互動或非善意行為），理解他人處境與情緒，並欣賞不同人的優點，促進同理心與尊重差異。</li> <li>人際關係技巧：學生能主動參與小組討論，適切表達讚美與欣賞、澄清誤解、協助處理家人困境，並遵守人際界線，展現良好的互動行為與合作態度。</li> <li>負責任的決定：學生能在做決定前評估可能後果，為個人行為負責，並以具體行動實踐承諾，養成負責任的態度與判斷力。</li> </ol>						
配合融入之領域或議題	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input type="checkbox"/>國語文   <input type="checkbox"/>英語文   <input checked="" type="checkbox"/><b>英語文融入參考指引</b>   <input type="checkbox"/>本土語  <input type="checkbox"/>數學   <input type="checkbox"/>社會   <input type="checkbox"/>自然科學   <input type="checkbox"/>藝術   <input checked="" type="checkbox"/>綜合活動  <input checked="" type="checkbox"/>健康與體育   <input type="checkbox"/>生活課程   <input type="checkbox"/>科技   <input checked="" type="checkbox"/>科技融入參考指引         </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育   <input type="checkbox"/>人權教育   <input type="checkbox"/>環境教育   <input type="checkbox"/>海洋教育   <input checked="" type="checkbox"/>品德教育  <input checked="" type="checkbox"/>生命教育   <input type="checkbox"/>法治教育   <input type="checkbox"/>科技教育   <input type="checkbox"/>資訊教育   <input type="checkbox"/>能源教育  <input type="checkbox"/>安全教育   <input type="checkbox"/>防災教育   <input type="checkbox"/>閱讀素養   <input type="checkbox"/>多元文化教育  <input type="checkbox"/>生涯規劃教育   <input type="checkbox"/>家庭教育   <input type="checkbox"/>原住民族教育   <input type="checkbox"/>戶外教育   <input type="checkbox"/>國際教育         </td> </tr> </table>					<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> <b>英語文融入參考指引</b> <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育
<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> <b>英語文融入參考指引</b> <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育						
表現任務	<ol style="list-style-type: none"> <li>口頭回答任務：描述繪本角色遇到的情境與產生的情緒（至少兩種），說出角色可能採取的處理方法（如自我安慰、策略選擇），並分享自己是否也有相似經驗與做法。</li> <li>角色扮演實作任務：依情境演練如何處理複雜情緒（如失落、焦慮）與自我安慰方式、澄清人際誤解或維護身體界線、表達欣賞與合作互助行為。</li> <li>文字書寫任務：製作我的成長自助冊。包含：自我優點的欣賞、自我缺點的接納與鼓勵、困擾的問題及解決策略與預期後果、做出的行動決定與承諾</li> </ol>						

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 - 第 4 週	8	欣賞他人	特社 2-III-5 明瞭每個人都 有獨特的地 方,交友時不以 單一標準或條 件選擇。	特社 B-III-3 自 我經驗的分 享。	能欣賞不同 的人的優點。	透過繪本,討論與人相處時會 從他人身上看到的優點。並透 過角色扮演,開口向對方表達 欣賞與讚美。	口述、實 作、寫作	繪本
第 5 週 - 第 7 週	6	合作	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 C-III-1 不 同學習情境 變化的適應 與調整。	能主動參與 小組討論。	透過繪本,探討各種與人相處 的情境,合作的需要與必要。 並能透過角色扮演的演練,體 驗合作的過程,並討論運作後 的結果。		
第 8 週 - 第 10 週	6	幫自己說話	特社 2-III-9 理性評估被誤 解的原因,並清 楚表達自己的 立場以及說明 事實。	特社 B-III-4 自 我需求與困 難的表達。	能說明事 實,來澄清別 人的誤解。	透過繪本,討論與人相處時, 偶爾會發生的誤解,以及合適 的應對之道。透過角色扮演, 實際演練對誤解作澄清。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 11 週 - 第 13 週	6	同理心	特社 3-III-5 在親友或他人 遭逢不如意或 喪事的場合,表 現出適當合宜 的行為。	特社 C-III-2 不 同家庭情境 變化的適應 與調整。	在家人遭逢 不如意時,能 表現出適當 又合宜的言 行。	透過繪本,討論家人遇到的不 如意事件,以及可作出的應 對。並透過角色扮演,實際對 扮演情境中的家人做出合宜 的言行表達。	
第 14 週 - 第 16 週	6	安全距離	特社 2-III-15 保持與他人相 處時的身體界 限。	特社 B-III-5 多 元性別互動 與自主。	能遵守與他 人相處時的 身體界線。	透過繪本,討論與人相處所需 要留意的身體界線。並在角色 扮演中,適度維持彼此所需要 身體界線。	
第 17 週 - 第 21 週	10	負責任的自己	特生 4-sA-2 能 為自己做的決定 負責。	特生 L-sP-5 自 我負責。	能為自己所 做的決定立 下承諾。	透過繪本,討論為自己作決定 的重要,以及為自己負責的必 要。並透過寫作,寫出自己立 下的決定,以及願意為自己負 責的承諾。	

◎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。