

## C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

臺南市公立歸仁區歸仁國民小學 114 學年度第一學期一年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(□普通班/□藝術班/□體育班/■特教班)

| 學習主題名稱                   | 社會技巧   | 實施年級<br>(班級組別) | 一年級                                 | 教學節數   | 本學期共( 21 )節                             |         |                      |                    |
|--------------------------|--|----------------|-------------------------------------|--|---|---------|----------------------|--------------------|
| 彈性學習課程<br>四類規範           | <p><b>3. ■特殊需求領域課程</b><br/>           身障類: <input 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<br/>           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<br/>           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><br/> <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                     | 透過圖卡、繪本、桌遊…等教材，引導學生處理自身的情緒、行為…等，並用於與他人互動中，與其建立良好的關係及互動方式，融入團體生活中。  |                |                                     |  |   |         |                      |                    |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | 特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。<br>特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式，解決情緒問題。<br>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. 能透過面部表情、聲音或動作等生理反應覺察自己的情緒狀態<br>2. 能以適當的方式面對並處理因失敗帶來的情緒。<br>3. 能在遭遇不如意的事件時，接受他人的安慰，並以適當的管道發洩情緒。  |                |                                     |  |   |         |                      |                    |
| 配合融入之領域或議題               | <input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語<br><input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動<br><input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引  |                |                                     | <input 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<br><input 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<br><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<br><input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 |   |         |                      |                    |
| 表現任務                     | 觀察評量 口語評量 實作評量   |                |                                     |  |   |         |                      |                    |
| <b>課程架構脈絡</b>            |  |                |                                     |  |   |         |                      |                    |
| 教學期程                     | 節數   | 單元與活動名稱        | 學習表現<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>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<br>教材<br>或學習單 |
| 第一週                      | 1  | 暑假生活<br>點滴分享   |                                     |  | 1. 能辨識自身的各種<br>情緒(緊張、興奮、憤<br>怒、難過、傷心、愉快 | 1. 分享討論 | 觀察評量<br>口語評量<br>實作評量 |                    |

## C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

|          |   |        |   |  |  |  |  |
|----------|---|--------|---|--|--|--|--|
| 第二週~第六週  | 5 | 情緒面面觀  | <p>特社 1-I-1<br/>1. 分辨自己基本的正向或負向情緒。<br/>2. 表達自己基本的正向或負向情緒。<br/>3. 分辨他人基本的正向或負向情緒。</p> <p>特社 1-I-2<br/>1. 藉由生理反應察覺自己面對壓力的情緒反應。<br/>2. 了解自己在生活中面臨的壓力來源。</p> <p>特社 1-I-3<br/>學習面對可能遭遇的失敗。</p> <p>特社 1-I-4<br/>察覺自己與他人對自己的看法或態度。</p> | <p>特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。</p> <p>特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。特社 B-I-1 溝通訊息的意義。</p> | <p>等)。</p> <p>2. 能以並口語表達的方式讓對方了解。</p> <p>3. 能在了解自身情緒後，控制自身的外在行為以符合當下情境，表現適當行為。</p> | <p>1. 經驗分享討論。<br/>2. 影片、繪本欣賞。<br/>3. 教師講述課程。<br/>4. 依學生個別需求設計多樣情境練習適當的情緒和行為反應。</p> <p>5. 透過桌遊教具於升降桌上實際演練，透過不同高度位置變換，或坐或站，較有彈性的課程進行方式，提供 ADHD 學生有合理活動機會，提高學生學習專注力與學習動機。</p> <p>6. 演練結果討論分享。</p> | <p>課程簡報<br/>觀察評量<br/>課程相關<br/>口語評量<br/>影片<br/>實作評量<br/>桌遊<br/>活動升降</p> |
| 第七週~第十一週 | 5 | 情緒管理高手 | <p>特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。</p>  |  |  | <p>1. 經驗分享討論。<br/>2. 影片、繪本欣賞。<br/>3. 教師講述課程。<br/>4. 依學生個別需求設計多樣情境練習適當的情緒和行為反應。</p> <p>5. 透過桌遊教具於升降桌上實際演練，透過不同高度位置變換，或坐或站，較</p>   |  |

## C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

|                |   |         |  |  |   |
|----------------|---|---------|--|--|---|
|                |   |         |  | 有彈性的課程進行方式，提供 ADHD 學生有合理活動機會，提高學生學習專注力與學習動機。<br>6. 演練結果討論分享。   |   |
| 第十二週~<br>第十六週  | 5 | 壓力偵測器   |  | 1. 能覺察壓力來源。<br>2. 能在面對壓力時，用適當的方法調節情緒。<br>3. 能在面對壓力時，用正向的方式解決問題。<br>4. 能將壓力情境表達清楚。<br>5. 能在溝通後，願意適度妥協和配合。<br><br>6. 演練結果討論分享。 | 課程簡報<br>課程相關<br>影片<br>桌遊<br>活動升降<br>桌<br><br>觀察評量<br>口語評量<br>實作評量 |
| 第十七週~<br>第二十一週 | 5 | 好朋友，關心我 |  | 1. 經驗分享討論。<br>2. 影片、繪本欣賞。<br>3. 教師講述課程。<br>4. 依學生個別需求  | 課程簡報<br>課程相關<br>影片<br>桌遊  |

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

|  |  |  |  |   |           |
|--|--|--|--|---|-----------|
|  |  |  |  | 設計多樣情境練習適當的情緒和行為反應。<br>5. 透過桌遊教具於升降桌上實際演練，透過不同高度位置變換，或坐或站，較有彈性的課程進行方式，提供 ADHD 學生有合理活動機會，提高學生學習專注力與學習動機。<br>6. 演練結果討論分享。 | 活動升降<br>桌 |
|--|--|--|--|---|-----------|

| 學習主題名稱                   | 社會技巧   | 實施年級<br>(班級組別) | 一年級                                      | 教學節數   | 本學期共( 20 )節                |                           |              |                    |
|--------------------------|--|----------------|--|--|----------------------------|---------------------------|--------------|--------------------|
| 彈性學習課程<br>四類規範           | <p><b>3. ■特殊需求領域課程</b><br/>           身障類: <input 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<br/>           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<br/>           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><br/> <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                     | 透過圖卡、繪本、桌遊…等教材，引導學生處理自身的情緒、行為…等，並用於與他人互動中，與其建立良好的關係及互動方式，融入團體生活中。  |                |  |  |                            |                           |              |                    |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | 特社-J-A2 具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。<br>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。<br>特社-J-C2 具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。  |                |  |  |                            |                           |              |                    |
| 課程目標                     | 1. 能提升對壓力及衝突處理的能力。<br>2. 能理性評估並接受衝突的後果。<br>3. 能以適當的方式表達想法，有禮貌地拒絕他人要求。<br>4. 面對被他人拒絕的情境時，能覺察並接受可能出現的負向情緒。   |                |  |  |                            |                           |              |                    |
| 配合融入之領域或議題               | <input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語<br><input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動<br><input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引  |                |  | <input 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<br><input 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<br><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<br><input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 |                            |                           |              |                    |
| 表現任務                     | 觀察評量 口語評量 實作評量   |                |  |  |                            |                           |              |                    |
| <b>課程架構脈絡</b>            |  |                |  |  |                            |                           |              |                    |
| 教學期程                     | 節數   | 單元與活動<br>名稱    | 學習表現<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>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<br>教材<br>或學習單 |
| 第一週                      | 1  | 寒假生活分享         | 特社 1-I-2<br>藉由生理反應察覺及<br>辨識 壓力與情緒的反<br>應 | 特社 A-I-1<br>基本情緒的認識與分<br>辨。  | 1. 能夠辨認與反<br>應自己與他人<br>的情緒 | 1. 經驗分享討論。                | 口語評量         |                    |
| 第二週~<br>第六週              | 4  | 名偵探柯南          |  |  |                            | 1. 經驗分享討論。<br>2. 影片、繪本欣賞。 | 觀察評量<br>口語評量 | 課程簡報<br>課程相關       |

## C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

|              |   |     |   |   |  |                      |  |
|--------------|---|-----|---|---|--|----------------------|--|
|              |   |     | <p>特社 1-I-3<br/>學習面對可能遭遇的失敗</p> <p>特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。</p> | <p>特社 A-I-2<br/>壓力的察覺與面對。</p> <p>特社 B-I-4<br/>衝突的原因及情境分析。</p> <p>特社 B-II-1<br/>訊息解讀的技巧。</p> | <p>2. 依據他人的情緒反應，做適切(具同理心)的回應。</p> <p>3. 教師講述課程內容</p> <p>4. 依學生個別需求設計多樣情境練習適當的情緒和行為反應。</p> <p>5. 透過桌遊教具於升降桌上實際演練，透過不同高度位置變換，或坐或站，較有彈性的課程進行方式，提供 ADHD 學生有合理活動機會，提高學生學習專注力與學習動機。</p> <p>6. 演練結果討論分享。</p>    | 實作評量                 | 影片<br>桌遊<br>活動式升<br>降桌                 |
| 第七週~<br>第十一週 | 5 | 公道伯 |   |   | <p>1. 經驗分享討論。</p> <p>2. 影片、繪本欣賞。</p> <p>3. 教師講述課程內容</p> <p>4. 依學生個別需求設計多樣情境練習適當的情緒和行為反應。</p> <p>5. 透過桌遊教具於升降桌上實際演練，透過不同高度位置變換，或坐或站，較有彈性的課程進行方式，提供 ADHD 學生有合理活動機會，提高學生學習專注力與學習動機。</p> <p>6. 演練結果討論分享。</p> | 觀察評量<br>口語評量<br>實作評量 | 課程簡報<br>課程相關<br>影片<br>桌遊<br>活動式升<br>降桌 |

#### C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

|                |   |              |   |  |   |   |                      |                                    |
|----------------|---|--------------|---|--|---|---|----------------------|------------------------------------|
| 第十二週~<br>第十六週  | 5 | 我尊重你的<br>想法  | 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。<br>特社 2-I-5 依情境適當回答問題。<br>特社 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。<br>特社 2-I-11 在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助。<br>特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 | 特社 B-I-1 溝通訊息的意義。<br>特社 B-I-3 人際關係的建立。<br>特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 | 1. 能在面對衝突時，用適當的方法調節情緒。<br>2. 能在面對衝突時，用正向的方式解決問題。<br>3. 能將衝突情境表達清楚。<br>4. 能在溝通後，願意適度妥協和配合。 | 1. 經驗分享討論。<br>2. 影片、繪本欣賞。<br>3. 教師講述課程內容<br>4. 依學生個別需求設計多樣情境練習適當的情緒和行為反應。<br>5. 透過桌遊教具於升降桌上實際演練，透過不同高度位置變換，或坐或站，較有彈性的課程進行方式，提供 ADHD 學生有合理活動機會，提高學生學習專注力與學習動機。 | 觀察評量<br>口語評量<br>實作評量 | 課程簡報<br>課程相關<br>影片<br>桌遊<br>活動式升降桌 |
|                |   |              |   |  |   |   |                      |                                    |
| 第十七週~<br>第二十一週 | 5 | 對不起，我<br>做不到 |   |  |   | 1. 經驗分享討論。<br>2. 影片、繪本欣賞。<br>3. 教師講述課程內容<br>4. 依學生個別需求設計多樣情境練習適當的情緒和行為反應。<br>5. 透過桌遊教具於升降桌上實際演練，透過不同高度位置變換，或坐或站，較有彈性的課程進行方式，提供 ADHD 學生有合理活動機會，提高學生學習專注力與學習動機。 | 觀察評量<br>口語評量<br>實作評量 | 課程簡報<br>課程相關<br>影片<br>桌遊<br>活動式升降桌 |
|                |   |              |   |  |   |   |                      |                                    |