

臺南市公立安南區海東國民小學 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	社會技巧	實施年級 (班級組別)	五、六年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	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. 藉由桌遊、閱讀繪本，了解在班級情境中會遇到的情境及困難，提昇自我內省的能力，增加適應校園環境的彈性。 2. 認識情緒及壓力，並學習接納及抒解。 3. 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。							
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-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。 特社-E-B3 具備欣賞藝術創作，促進多元感官發展與美感體驗能，培養多元文化欣賞力來轉移注意力與舒緩心情。 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. 培養處理壓力與提升自我的技巧。 2. 自我認識，能說出自己的優、缺點。 3. 遇到困難能主動求助。							
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	口頭發表、觀察評量、實作評量							
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

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 1~3 週	3	常規建立、上學期課程回顧	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 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	1. 能察覺並說出事件引發的壓力。 2. 能說出事件的原因及情境。 3. 能說出抒解壓力的方法並使用。	1. 觀看影片及討論劇中人物發生了什麼事。 2. 分享自己的經驗。 3. 能說出自己的優點。 4. 能說出自己的缺點。 5. 角色扮演 6. 相關主題桌遊	1. 課程參與的態度、專心度 2. 討論及發表的參與度及品質 3. 口頭評量 4. 觀察評量 5. 實作評量	1. 自編學習單 2. 影片 3. 圖卡 4. 繪本 5. 桌遊
第 4~8 週	5	察覺壓力、抒解壓力	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-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-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	4. 能說出自己的優點，並適時的發揮出來。 5. 能說出自己的缺點，接納自己的表現。			
第 9~13 週	5	分享自己的優勢能力、正向看世界	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 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。					
第 14~18 週	5	分享自己的弱勢能力、接納自己的表現						
第 19~21 週	3	感恩活動及回顧						

◎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。

臺南市公立安南區海東國民小學 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	社會技巧	實施年級 (班級組別)	五、六年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(20)節			
彈性學習課程 四類規範	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. 藉由桌遊、閱讀繪本，了解在班級情境中會遇到的情境及困難，提昇自我內省的能力，增加適應校園環境的彈性。 2. 認識情緒及壓力，並學習接納及抒解。 3. 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。							
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-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。 特社-E-B3 具備欣賞藝術創作，促進多元感官發展與美感體驗能，培養多元文化欣賞力來轉移注意力與舒緩心情。 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. 藉由活動，提升參與課程及活動的專注力。 2. 能覺察自己的優缺點，尊重他人並與他人建立良好關係。 3. 說出自己的需求並請求協助。 4. 能夠覺察自己與他人的情緒。 5. 透由桌遊學習接受失敗與輸贏，保持平常心。							
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	口頭發表、觀察評量、實作評量							
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

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 1~3 週 第 2 週為 春節假期，無上 課日	2	常規建立 上學期課程回 顧	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-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-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 2-III-6 展現合宜行為 以維持長時間 的友誼。	特社 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-3 自我經驗的分 享。 特社 C-III-1 不同學習情境 變化的適應與 調整。	1. 覺察事件 所 引發的壓力，能 表達衝突所引發 的情緒反應。 2. 分辨發生衝突 的原因及情境， 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。 4. 認識自己的能 力，接納自己的 表現。 5. 認識自己的優 勢能力，並做出 適當的發揮表 現。 6. 認識自己的弱 勢能力並加以提 升。	1. 觀看影片及討論劇中 人物發生了什麼事。 2. 分享自己的經驗。 3. 能說出自己的優點， 並利用自己的幫助別 人，完成任務。 4. 能說出自己的缺點， 大家分工合作，完成 任務。 5. 角色扮演。 6. 相關主題桌遊。	1. 課程參 與的態度、專 心度 2. 討論及 發表的 參與度 及品質 3. 口頭評 量 4. 觀察評 量 5. 實作評 量	1. 自編學習單 2. 影片 3. 圖卡 4. 繪本 5. 桌遊
第 4~8 週	5	察覺壓力 與人分享						
第 9~13 週	5	分享自己的優 勢能力、正向 看世界 幫助他人、完 成小組或人任 務						
第 14~18 週	5	分享自己的弱 勢能力、接納 自己的表現 分工合作						
第 19~21 週	3	感恩活動及回 顧						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

◎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。