

臺南市善化區茄拔國民小學114學年度第一學期六年級彈性學習特殊需求-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 (中系統)		社會技巧	實施年級 (班級組別)	六年級	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		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、家庭和社區的各項活動。						
本教育階段 總綱核心素養 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。 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		一、透過辨識與處理壓力和情緒, 培養擬定或調整問題解決計畫的能力。 二、透過接收和解讀訊息, 學習尊重、欣賞他人, 以及妥善處理衝突情境的能力。 三、透過傾聽、表達需求或參與討論的方式, 培養適應教室、家庭和社區等, 各種特定情境的能力。						
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		多元評量						
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	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	親師溝通、評估學生能力與需求	特社2-I-3適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社2-I-5依情境適當回答問題。	特社B- I -1瞭解溝通訊息的意義。 特社B- II -2表達與傾聽的時機。	1.能夠與他人使用口語或非口語的溝通技巧。 2.能依情境適當回答簡單問	1.與學生討論關於上課的時間與地點。 2.自我介紹。 3.透過自我介紹學習單, 了解學生的人格特質與表達能力 4.介紹上課規定, 包含集點學習單的使用與兌換獎品的點數。	口語評量 觀察	無
第二週	1	認識環境、瞭解上課規範						集點學習單

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

					題			
第三週 ~ 第四週	2	情緒繪本- 妖怪的床	特社1-II-1 嘗試因應 與處理基本的情緒及 壓力。 特社 1-III-2 嘗試使 用抒解壓力的方法。	特社A- I -1 基本情緒的認 識與分辨。	1.依情境找出 出適當的詞彙 卡。 2.使用適當的 情緒詞彙, 表達 出故事主角的 情緒。 3.嘗試處理基 本的負面情緒。	*結合情緒卡片練習情緒命名與辨識。 (不安、擔心、緊張、焦慮、驚慌、恐懼) *議題: 怕黑、怕鬼怪、擔心上學等等。 1.請學生唸讀繪本內容。 2.說說故事大意, 並回答故事中的相關問 題。 3.練習辨識出主角的情緒, 說一說可能的 原因。 4.依不同的模擬情境, 找出不同的詞彙卡, 練習情緒詞彙表達。 5.在老師引導之下, 使用放鬆策略嘗試處 理自己的負面情緒。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第五週 ~ 第六週	2	情緒繪本- 我好擔心		特社A- II -1 基本情緒的表 達。			口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第七週 ~ 第八週	2	情緒臉譜製作	特社1-I-1 分辨與表 達基本的正向或負向 情緒。	特社A- II -1 基本情緒的表 達。	1.能在老師協 助之下完成三 種情緒表情摺 紙。 2.能選出當下 的情緒。	1.仔細觀看老師示範, 並之後在老師協助 之下完成三種情緒表情摺紙。 2.三種表情包含開心的、難過的和一般。每 次上課可以運用情緒臉譜表達自己的心 情。	口語評量 實作評量	圖畫紙
第九週 ~ 第十週	2	紓壓小妙方-刮畫	特社1-II-1 嘗試因應 與處理基本的情緒及 壓力。	特社A- II -2壓 力源的評估與 處理。	1.能嘗試一些 紓壓技巧, 轉移 注意力。	1.觀看刮畫短片三分鐘, 作為學生創作的 參考。 2.提供不同的刮筆, 認識不同線條。 3.讓學生自行創作。	口語評量 實作評量	刮畫紙 刮筆
第十一週 ~ 第十二週	2	處理衝突技巧(一)。	特社2-I-8 分辨與表達衝突的原 因、情境與後果。 特社2-II-4 分辨與採用適當的方 式解決衝突, 並能理 性評估和接受衝突的 後果。	特社B- I -4 衝突的原因及 情境分析。	1.能清楚表達 衝突的原因及 情境。 2.能說出衝突 所引發的情緒 反應	1.透過兩步驟化的策略, 包含說心情、說事 情。 2.介紹說事情的六項元素, 時間、地點、 人、別人說的話做的事、自己說的話做的 事和結果。 3.說心情, 請學生練習說出自己的負面情 緒。 4.完成衝突事件學習單。	口語評量 實作評量 書寫評量	學習單、觀察 演練
第十三週 ~ 第十五週	3	處理衝突技巧(二)	特社 1-III-1 聽從建 議選擇較佳的情緒處 理技巧。	特社B- I -4 衝突的原因及 情境分析。 特社B- II -4 衝突情境的因 應。	能在面對同儕 衝突, 主動尋求 大人協助	1.能夠透過情緒控制紅綠燈策略, 說出各 種燈號的應採取的行為。 2.請學生根據情境籤中的情境, 運用策略 解決衝突事件。	口語評量 實作評量 書寫評量	情境籤 學習單
第十六週 ~	2	想法轉彎發現驚喜 (自我效能)	特社1-II-5嘗試使用 策略解決問題並接納 後果。	特社A- II -3自 我接納與激 勵。	1.練習以彈性 的想法, 面對生 活中的問題。	1.剪紙遊戲: 發揮創意, 將隨意剪下的紙張 拼貼成有趣的圖畫。 2.換個角度想一想。生活情境問題解決, 透	口語評量 實作評量 書寫評量	短片

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

第十七週						過生活上的問題，了解處理事情的重點 3.練習使用較有彈性的詞彙取代絕對性字詞。		
第十八週 ~ 第十九週	2	多說優點不批評 (自我效能)	特社1-II-2以實質的 增強物自我激勵。	特社A- II -3自 我接納與激勵。	能發現他人優 點，並欣賞他人 的優點	1.在觀看短片之後，說出班上同學的優點， 並欣賞對方的優點。並舉出實例。 2.完成表單-寫出自己的優缺點各五項。 3.透過影片中的美麗風景卻有髒汙一點， 了解要同時欣賞他人長處之外，也要能夠 包容他人的短處。	口語評量 實作評量 書寫評量	短片 /線上表單
第二十週 ~ 第二十一 週	2	綜合練習	特社2-I-7了解與人 相處的情境、簡單規 則，建立友善的關 係。	特社B- II -2表 達與傾聽的時 機。	1.能依情境適 當回答簡單問 題	請學生邀請班級同學過來進行同儕練習。	實作評量	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。

臺南市善化區茄拔國民小學114學年度第二學期六年級彈性學習特殊需求-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 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	六年級	教學節數	本學期共(18)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	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、家庭和社區的各項活動。				
本教育階段 總綱核心素養 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。 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。				

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

	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	一、透過辨識與處理壓力和情緒，培養擬定或調整問題解決計畫的能力。 二、透過接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 三、透過傾聽、表達需求或參與討論的方式，培養適應教室、家庭和社區等，各種特定情境的能力。							
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	多元評量							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	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 ~ 第二週	1	情緒繪本-我不喜歡你這樣對我	特社1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。	特社A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社A- II -1 基本情緒的表達。	1.依情境找出適當的詞彙卡。 2.使用適當的情緒詞彙，表達出故事主角的情緒。 3.嘗試處理基本的負面情緒。	*結合情緒卡片練習情緒命名與辨識。 (不安、擔心、緊張、焦慮、驚慌、恐懼) *議題：怕黑、怕鬼怪、擔心上學等等。 1.請學生唸讀繪本內容。 2.說說故事大意，並回答故事中的相關問題。 3.練習辨識出主角的情緒，說一說可能的原因。 4.依不同的模擬情境，找出不同的詞彙卡，練習情緒詞彙表達。 5.在老師引導之下，使用放鬆策略嘗試處理自己的負面情緒。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第三週 ~ 第四週	2	情緒繪本-膽大小老鼠_膽小大巨人				口語評量 實作評量 書寫評量	繪本	
第五週 第六週	2	情緒繪本-紙袋公主				口語評量 實作評量 書寫評量 口語評量	繪本	
第七週	2	紓壓1-魔術伸縮球	特社1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社A- I -2 壓力的察覺與面對。 特社A- II -2 壓力源的評估與處理。	特社A- I -2 壓力的察覺與面對。 特社A- II -2 壓力源的評估與處理。	1.能發現壓力的來源。 2.在伸縮球的引導之下，練習深呼吸的節奏與技巧。 3.配合深呼吸，結合肌肉放鬆技巧。	1.介紹魔術伸縮球，透過短片引導學生練習，並搭配呼吸，讓學生使用雙手操作球體縮小和放大，具體化呼吸的動作。 2.使用衛生紙，訓練學生的肺活量，強調呼氣時的綿長。 3.延續深呼吸的技巧。強調鼻吸嘴吐，呼氣時間比吸氣時間長。了解丹田位置，當進行深呼吸時，將雙手至於腹部感受呼吸的起伏。 4.延續深呼吸技巧與複習，結合手部、額頭、	實作評量 書寫評量 口語評量	短片、球
第八週 ~ 第九週	2	紓壓2-深呼吸				實作評量 書寫評量 口語評量	短片、球	
第十週	2	紓壓3-肌肉放鬆技				實作評量	短片、球	

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

第十一週		巧				臉部、頭部等九個部位的肌肉放鬆。 5.了解深呼吸與放鬆技巧的使用時間。	書寫評量	
第十二週 ~ 第十三週	2	情緒繪本-生氣的亞瑟	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-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A- I -1 基本情緒的認識與分辨。 特社A- II -1 基本情緒的表達。	1.依情境找出適當的詞彙卡。 2.使用適當的情緒詞彙, 表達出故事主角的情緒。 3.嘗試處理基本的負面情緒。	*結合情緒卡片練習情緒命名與辨識。 (煩悶、挫折、嫉妒、生氣、憤怒、抓狂) *議題: 與同儕間的互動等等。 1.請學生唸讀繪本內容。 2.說說故事大意, 並回答故事中的相關問題。 3.練習辨識出主角的情緒, 說一說可能的原因。 4.依不同的模擬情境, 找出不同的詞彙卡, 練習情緒詞彙表達。 5.在老師引導之下, 複習紅綠燈衝突化解策略嘗試處理自己的情緒。	口語評量 實作評量 書寫評量	繪本
第十四週 ~ 第十五週	2	情緒繪本-生氣湯					口語評量 實作評量 書寫評量	繪本/布可星球
第十六週 ~ 第十七週	2	情緒繪本-我變成一隻噴火龍					口語評量 實作評量 書寫評量	繪本/布可星球
第十八週	2	情緒繪本-菲菲生氣了					口語評量 實作評量 書寫評量	繪本/布可星球

◎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。