

臺南市立安南區長安國民小學 114 學年度第 1 學期三、四、六年級彈性學習 特殊需求 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)	3、4、6 年級 同組	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	因應本校情緒需求學生增加，以及中、高年級有自閉症、情障生，因此開設社交技巧課程，以祈學生能藉由課程，順利處人處己，參與融入校園生活。				
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。 特社-E-A3 具備認識自我、接納自己己, 以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計劃，充實多元的生活經驗。				
課程目標	一、培養生活自理能力，融入家庭、學校與社區生活，表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。 二、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。				
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	1. 能表達自己基本的正向或負向情緒。 2. 能分辨他人基本的正向或負向情緒。 3. 能察覺團體同儕對自己的看法或態度。 4. 能對與他人進行禮貌的談話，包含：耐心聆聽、等別人說完再說話、保持眼睛的注視等。 5. 能察覺前在的危險與衝突，並合適應對。 6. 能與他人和睦相處建立友善的關係並遵守團體規範。 7. 能在課堂或小組討論適當回應老師的問題。 8. 能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作。 9. 能夠了解自己與他人身體界線並保護自我。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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 1~5週	5	情緒大觀園	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 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 A-I-1 基本情緒的認。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	1. 能判別情緒臉譜及形容詞。 2. 能認識矛盾情緒，如：又生氣 又羞愧、又憤怒又傷心。 3. 能瞭解自己的情緒變化。 4. 能辨別他人的情緒變化。	【分享與討論】 1. 能說出各種情緒臉譜的意義。 2. 能舉例說明可能產生矛盾情緒的情境。 3. 在模擬情境演練下，能體會自己的情緒變化。 4. 能觀察影片中人物的臉部表情，說明其情緒變化。 5. 解讀他人表情或行為表現。 6. 透過繪本、影片、桌遊等建立基本情緒認知。	觀察、口頭發表、實作評量	★相關繪本 ★SuperSkill 書籍內容情境題目、自編簡報 ★數位社會性課程教學攻略(心理) ★蔡明富-小小消防員滅「火」祕笈——國小輕度障礙學生「生氣管理」課程示例 ★蔡明富-特富 TV——國小資源班社會技巧訓練
第 6~10週	5	情緒分析師	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基	特社 A-I-1 基本情緒的認。 特社 A-II-1 基本情緒的	1. 能依據故事或影片情境，觀察角色的情緒變化。 2. 能區辨各種溝通訊息的情緒和意	【分享與討論】 1. 能依據故事或影片情境，說出角色的情緒變化。 2. 能根據人物的臉部表情及肢體動作，區辨溝通訊息的情緒和意圖。	觀察、口頭發表、實作評量	★桌遊系列:撲克牌、蛇棋、【幼福】小魚爭10、【幼福】極數快手、【幼福】數字排排隊、【幼福】數數小貓、【幼

			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。	表達。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	圖。 3. 能判斷適合的情緒應對方式。 4. 能分析不同情緒表現所產生的後果。	3. 能針對各種情境演練，選擇適合的情緒應對方式。 4. 能針對各種情境進行角色扮演，說明不同處理方式可能產生的行為後果。 5. 透過繪本、桌遊等，配合實際情境，學習如何與情緒相處。		【數數小貓、【幼福】乘法心臟病、飛天犀牛、UNO
第 11~14週	4	化解衝突術	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 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 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。	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。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	1. 能利用「我訊息」表達個人的需求與想法。 2. 能展現合宜的溝通態度，如：眼睛看對方、適時附和回應等。 3. 能在面對衝突情境時，藉由「停想選做」守則控制自己的情緒，並選擇適當的應對方式。	【分享與討論】 1. 能針對影片等各種情境演練，利用「我想說…訊息」說出個人需求與想法。 2. 針對各種情境演練，能展現合宜的溝通態度，透過同儕及自我檢核表的檢核分數達 80%。 3. 針對實際情境演練，能熟練應用「停想選做」守則，透過桌遊遊戲過程，學習處遇遭受失敗時的情境。 4. 能講述遇到衝突時，能夠自我排解冷靜的方法，如：深呼吸、數到 20、去運動、找療	觀察、口頭發表、實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						癒小物、走開或走路、去吃東西、做自己快樂的事…等。		
第 15~18週	4	辨識情境我最行	特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 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-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 能依據故事或影片分析主角所遭遇的困難。 2. 能辨識可能發生危險的情境或人物，並避免與之接觸。 3. 能知道可協助解決問題的相關資源及管道。	【分享與討論】 1. 觀察故事或影片中的主角，能說明其所遭遇的困境。 2. 能判別各種情境變化，區辨可能發生危險的情境或可疑人物，並懂得避免讓自己處於危險當中。 3. 針對各種情境演練，能列舉可以尋求的相關資源或解決方法。 4. 透過情境、繪本、桌遊等，在過程中學習如何與情境相處。	觀察、口頭發表、實作評量	
第 19~21 週	3	自我保護勇敢說不	特社 2-I-13 分辨與因應不適當的觸摸或語	特社 B-I-5 性別互動的	1. 能清楚辨識身體的界限與隱私範	【分享與討論】 1. 能清楚指出/說明自己的身	觀察、口頭發表、實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			言，必要時主動尋求協助。 特社 2-II-6 了解性器官的隱私性及轉移觸摸的注意力。 特社 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。	基本禮儀。 特社 B-II-5 危險情境的判別。 特社 B-III-5 多元性別互動與自主。	圍。 2. 能區辨不同人際親疏關係及身體界限的差異。 3. 能以正確的態度和言語表達對他人身體界限的尊重。 4. 能判斷他人送禮物或金錢的意圖，拒絕不當的誘惑。 5. 能依據情境去拒絕他人不當的觸摸或語言騷擾。	體界限與隱私範圍。 2. 能在重視個人意願與感受的前提下，區分不同親疏關係及身體界限的差異。 3. 透過實際演練，能以正確的態度和言語表達對他人身體界限的尊重。 4. 針對各種情境演練，能判斷他人送禮物或金錢的意圖，並適時拒絕。 5. 能針對各種情境演練，有效拒絕他人不當的觸摸或語言騷擾。		
--	--	--	--	---	--	--	--	--

臺南市立安南區長安國民小學 114 學年度第 2 學期三、四、六年級彈性學習 特殊需求 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)	3、4、6 年級 同組	教學節數	本學期共 20 節 (第 2 週因年假調整放假)
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	因應本校情緒需求學生增加，以及中年級有自閉症新生，因此開設社交技巧課程，以祈學生能藉由課程，順利處人處己，參與融入校園生活。				
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。 特社-E-A3 具備認識自我、接納自己己, 以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計劃，充實多元的生活經驗。				
課程目標	一、培養生活自理能力，融入家庭、學校與社區生活，表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。 二、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。				
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	1. 能辨別自己的情緒及調節壓力。 2. 能分辨他人基本的正向或負向情緒。 3. 能察覺團體同儕對自己的看法或態度。 4. 能對與他人進行禮貌的談話，包含：耐心聆聽、等別人說完再說話、保持眼睛的注視等。 5. 能察覺前在的危險與衝突，並合適應對。 6. 能與他人和睦相處建立友善的關係並遵守團體規範。 7. 能在課堂或小組討論適當回應老師的問題。 8. 能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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 1~5週 (第2週 因年假調整放假)	5	壓力調適我 OK	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 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-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-III-2 壓力的替代與抒解方法。	- 能藉由生理反應察覺自己面對壓力的情緒反應，如：心跳加快、冒冷汗、坐不住等。 - 能辨識自己在生活中面臨的壓力來源。 - 能適時表達心理的壓力，並透過自我教導調整情緒。 - 能選擇適當的	【分享與討論】 - 能說出自己面對壓力時所產生的生理反應。 - 能列舉自己在生活中面臨的壓力來源。 - 能說出或寫下面對壓力時的負面情緒，並練習「自我對話」。 - 能實際練習抒解壓力的方法，如：腹式呼吸、橡皮筋放鬆法。 - 能透過情境講述遭遇壓力時，能減壓的作法。	觀察、口頭發表、實作評量	★相關繪本 ★SuperSkill 書籍內容情境題目、自編簡報 ★數位社會性課程教學攻略(心理) ★蔡明富-小小消防員滅「火」祕笈——國小輕度障礙學生「生氣管理」課程示例 ★蔡明富-特富 TV——國小資源班社會技巧訓練 ★桌遊系列:撲克牌、蛇棋、【幼福】小魚爭10、【幼福】極數快手、【幼福】數字排排隊、【幼福】數數小貓、【幼

					方式抒解壓力。			【數數小貓、【幼福】乘法心臟病、飛天犀牛、UNO
第 6~10週	5	我的說話之道	特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。	1. 能展現聆聽的態度，如：眼睛看對方、不隨意打斷等。 2. 能展現尊重他人不同的意見的合宜態度，如：不過度批評。 3. 能在與人談話時，給予適當的回應。	【觀察與實作】 1. 能展現聆聽的態度，透過同儕及教師檢核表分數達 80%。 2. 能展現尊重他人不同的意見的合宜態度，透過同儕及教師檢核表分數達 80%。 3. 能在與人談話時，給予適當的回應，透過同儕及教師檢核表分數達 80%。	觀察、口頭發表、實作評量	
第 11~15週	5	接收指令我最行	特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。	特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	1. 能仔細聆聽桌遊的遊戲規則，並投入遊戲。	【觀察與實作】 1. 能仔細聆聽桌遊的遊戲規則，並完成遊戲演練(教師/自我檢核表分數達 80%)。	觀察、口頭發表、實作評量	

			特社 3-II-2 在 小組中分工合作 完成自己的工作。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的 規則。	特社 C-II-1 學習成員之間的 關懷與表達。 特社 C-III-1 不同學習情境 變化的適應與 調整。	2. 能仔細 聆聽指令，做出 指定的動作。 3. 能仔細 聆聽指令，完成 指定的作品或 著色成品。	2. 戴上眼罩並仔細聆聽指令，做出指定的動作(教師/自我檢核表分數達 80%)。 3. 能依照步驟逐步完成指定的摺紙或著色成品(教師/自我檢核表分數達 80%)。	
第 16~21週	6	問題解決魔 法師	特社 3-I-3 遇到困難時，等 待時機求助。 特社 3-II-4 遇 到困難時，具體 說明需要的協助。 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-I-1 學校規則的認識與遵守。 特社 C-II-1 學習成員之間的 關懷與表達。 特社 C-III-1 不同學習情境 變化的適應與 調整。	1. 能分析 事情的困難之處，並擬定問題解決計畫。 2. 能在擬定問題解決計畫後，嘗試執行。 3. 能依據問題的性質，主動尋求特定對	【分享與討論】 1. 針對各種情境去設身處地思考困難之處，並列舉問題解決的方法。 2. 能在模擬情境中，確實演練與執行問題解決計畫。 3. 能分類問題的性質，列舉能夠解決問題的特定對象或資源。	觀察、口頭發表、實作評量

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					象 或 資 源 的 協 助。			
--	--	--	--	--	----------------------	--	--	--