

臺南市公立佳里區仁愛國民小學 115 學年度第一學期四、五年級彈性學習 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)	四五年級	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 ☐ 獨立研究 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	透過繪本、影片、情境演練、討論等活動，認識自己、接納自己的負面情緒，並學習不同的因應方式，進而進行認知行為的修正，提升學生社會適應能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	1. 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。 2. 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。							
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	口頭評量、實作評量、自我評量							
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
第一週	1	訂定上課	特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。 特社 2-I-7 了解與人相處的情	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 C-I-1 學校規則的	認識上課公約並訂定團體成員共同遵守之約定	藉由討論上課有哪些好行為，讓學生投票表決，以票數最多的五項行為目標為本學期的上課公約。	口頭評量 實作評量	自編學習單

		公 約	境、簡單規則， 建立友善的關係。	認識與遵 守。				
第二週	1	相 見 歡	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-I-3 適當 使用口語、非口語 或輔具與人溝通。	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。	增進團體成員之 間的互動，以更認 識彼此。	進行記憶大考驗(如： 彼此的興趣、喜歡的東西...等)。	口頭評量 實作評量	自編學習單
第三週 第十一週	9	了 解 肢 體 語 言	特社 1-I-2 藉由 生理反應察覺及辨 識壓力與情緒的反應。 特社 1-I-3 學習 面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面 對壓力時，適當的 調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從 他人的建議嘗試解 決被拒絕的困境。 特社 1-IV-5 從可 行策略中，選擇適 當的抒解壓力方式。	特社 A-I-2 壓力 的察覺與面對。 特社 A-II-1 基本 情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力 的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息 解讀的技巧。	1. 能適當的使用 與人相處的技巧。 2. 增進肢體語言 的認識與辨別能力 3. 透過傾聽他人、 表達自我需求或參 與團體討論的方式， 培養適應學校、家 庭和社區的各種情 境能力。	1. 填寫「眼神接觸 難度」自我評估表， 根據評估表製作一 張從易到難排列的清 單。鼓勵學生從最容 易眼神接觸的對象開 始練習，並填寫紀錄 表，每記下一天就可 以得到額外點數。 2. 呈現數張照片， 請學生寫下看起來是 …，分享討論後進行 「感覺遊戲」，學生 能更進一步體驗肢體 語言，並多練習友善 的肢體語言。 3. 請學生觀察數個 影片中，主角的表情 以及互動的對象。依 照自己可以微笑的對 象，圈選 0-10 難度， 根據評估表製作一 張從易到難排列的清 單。鼓勵學生從對他 們微笑很容易的對象 開始練習，並填寫紀	口頭評量 實作評量 自我評量	故事繪本 情境故事 PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						錄表，每記下一天就可以得到額外點數。 4. 依據表格所呈現的人物說話時的肢體語言來做勾選，完成後分享（至少一個人物）。 5. 在老師的引導下，將大家對於自信說話的肢體動作的想法整理出五個共同點並填入表格中，學生自己填寫練習對象，對象可以從容易輕鬆說話到稍微有點難說話的人來填寫，每記下一天就可以得到額外點數。		
第十二週 第二十一週	10	不做害羞的人	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 能表達自己基本的正向或負向情緒。 2. 能分享自己有效的壓力處理經驗。 3. 能主動分享與人相處的經驗。	1. 討論害羞時候的感覺，對於口語表達較差的學生以勾選表格的方式協助完成活動。 2. 填寫「我的害羞時刻」表格，分享自己處理害羞的方法。 3. 透過故事「把脖子伸出來的烏龜」及討論，學生能回答老師的提問。 4. 訪問同學/家人，並記錄他們曾經勇敢的事。學生自己若也能寫下一個勇敢的事蹟，可以得到額外的獎勵。 5. 與組員相互討論寫下自己的勇敢計畫，學生依照步	口頭評量 實作評量 自我評量	故事繪本 情境故事 PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			方式。			驟練習設定一個勇敢的行為。給予「我的勇敢行為清單」，請學生記錄自己做了什麼勇敢的行為和日期，每項行為可以得到額外點數。 跟著老師一起學習「深呼吸」的方式分享心情放鬆的感受，並討論可以使用的情境。		
--	--	--	-----	--	--	---	--	--

- ◎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。

臺南市公立佳里區仁愛國民小學 115 學年度第二學期四、五年級彈性學習 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)	四五年級	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 ☐ 獨立研究 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	透過繪本、影片、情境演練、討論等活動，認識自己、接納自己的負面情緒，並學習不同的因應方式，進而進行認知行為的修正，提升學生社會適應能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	1. 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。 2. 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。							
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	口頭評量、實作評量、自我評量							
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
第一週	1	訂定上課	特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。 特社 2-I-7 了解與人相處的情	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 C-I-1 學校規則的	認識上課公約並訂定團體成員共同遵守之約定	藉由討論上課有哪些好行為，讓學生投票表決，以票數最多的五項行為目標為本學期的上課公約	口頭評量 實作評量	自編學習單

		公 約	境、簡單規則， 建立友善的關係。	認識與遵 守。				
第二週 第十一週	10	交 個 朋 友 吧 ！	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 能表達自己基本的正向或負向情緒。 2. 能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作。 3. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 4. 能在與陌生人互動時，禮貌地回應他人的問候。	1. 「關於你自己」表格，能力較好的學生簡略回答問題，書寫有困難的可以畫自畫像、最喜歡的人事物等。 2. 「友善的人朋友多」給予情境圖片，藉由主角珍珍加入新社團，在老師的引導下，討論表達友善的方式。 3. 「留下美好第一印象」請學生在鏡子前練習用各種方式打招呼，示範自己覺得最好的打招呼方式，若能描述自己的經歷就可以得到額外點數。 4. 「叫我人氣王」學生說出受歡迎朋友/同學的名字，至少兩位，並說明原因。在老師的引導下歸納幾個共通點。 5. 「我的社交網路」以自己為中心填寫六個對你最重要的朋友名字，並各列出一項特質。 6. 「接觸新朋友」呈現關於主角小茉搬到新社區結交朋友的短文，依據不同情境討論答應與不答應的回答。	口頭評量 實作評量 自我評量	故事繪本 情境故事 PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 桌遊
			特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及	特社 A-I-2 壓力的察覺	1. 能依情境適當回答問	「適度的表達自己」跟著老師練習回應別人的 3 步驟，	口頭評量 實作評量	故事繪本 情境故事

第十二週 第二十一週	10	我不再害羞了	辨識壓力與情緒的反應。 特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 1-IV-4 聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。	與面對。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	題。 2. 能觀察適當時機加入談話。 3. 能以各種形式自我獎勵。 4. 能與他人和睦相處建立友善的關係。 5. 能夠從可行策略中自行選擇適當方式的能力。	並在情境題目中持續練習。 2. 「聰明面對惱人的嘲笑」學生分享曾被嘲笑作弄的經驗和當時的解決方法，老師呈現四格漫畫並解釋適當的回應，請學生在其他的情境題目中練習。 3. 「絕不容許霸凌」老師說明霸凌的種類以及 5 個可以回應的方法，角色扮演互換練習。 4. 「正面的自我對話」學生藉由負面評語/自我認同詞語的圈選，在老師的引導下分享感受。鼓勵學生將正面的自我談話變成習慣，每記下一句對自己說的正面詞語就可以得到額外點數。 5. 「聚焦在美好的事物上」學生記錄日期並寫下那天所發生的 3 件最好的事，鼓勵學生學習想著好的事情，每記下一件好事就可以得到額外點數。 6. 「看見自己的進步」老師呈現上學期期初學生自己寫下或畫出害羞時候的感覺，請學生對照現在的看法，並分享自己的那些行動/想法克服害羞。	自我評量	PowerPoint Youtube 影片 自編學習單 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。