

國立臺南大學附設實驗國民小學 115 學年度第一學期三年級彈性學習 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)	三年級	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							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	以「處人、處己、處環境」為核心設計理念,強調透過多元活動,促進學生人際互動,增進情緒與壓力的調適技巧,提升整體表達及合作解決問題的能力。							
課程目標	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-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
配合融入之領域或議題	1. 透過情緒紅綠燈進行情緒表達,認識情緒徵兆並選擇願意嘗試調適的技巧。 2. 透過多元情境的討論及演練,學習使用合適方式表達。 3. 藉由桌遊的融入,增進學生人際互動以及互助合作。 4. 利用工作分析及情境演練,認識問題解決方法並運用於生活中。							
表現任務	☐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							
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 1 週 至	5	情緒紅綠燈(一)	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基	特社 A-II-2 壓力源的評	1. 能獨立說出生氣、討	1. 教師透過情緒圖卡及繪本複習複雜情緒,以及情緒來時	自我檢核 口頭評量	情緒圖卡 情緒繪本

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 5 週			本的情緒及壓力。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。	估與處理。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。	厭、焦慮、難過、壓力時可嘗試的因應技巧,並試著運用在生活中。 2. 能在情緒紅綠燈提示卡,使用句型進行情緒表達。 3. 能選出自己以前曾使用/未來願意嘗試的情緒調適技巧。	可能會有的特徵。 2. 教師透過情緒紅綠燈提示卡,示範並引導學生使用句型進行情緒表達。 3. 教師透過自編教材及 youtube 影片教導情緒調適技巧,並引導學生從中選出自己以前曾使用/未來願意嘗試的技巧。 4. 學生上台分享。	觀察評量 實作評量	youtube 影片 自編教材
第 6 週 至 第 10 週	5	勇敢表達小達人	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-II-5 無法執行他人的期待,以適當的方式回應困境。	特社 B-II-4 衝突情境的因應。 特社 B-II-5 危險情境的判別。	1. 能說出圖片角色發生的事情。 2. 能在引導下,分辨並說出他人的要求是否合理。 3. 能在引導下,依照情境圖卡,說出圖片角色可能的感受。 4. 能在引導下,在無	1. 教師引導學生依照情境圖卡,說出圖片角色發生的事情。 2. 教師引導學生分辨並說出他人的要求是否合理。 3. 教師引導學生依照情境圖卡,說出圖片角色可能的感受。 4. 教師引導學生,在無法接受個人或團體的要求時,禮貌地表示拒絕。 5. 情境演練 (1)學生分組抽取情境圖卡以及角色。 (2)實際情境演練。 (3)同儕回饋時間。	情境演練 觀察評量 實作評量 口頭評量 同儕互評	自編學習單 情境圖卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					法接受個人或團體的要求時,禮貌地表示拒絕。 5.能依照情境圖卡及角色卡,進行情境演練。			
第 11 週 至 第 15 週	5	團結力量大(一)	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 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	1.能專心聆聽並理解遊戲規則。 2.能遵守團體規範。 3.能在分組時傾聽組員意見,並主動合作。	1.桌遊《超級犀牛》 (1)教師講解桌遊遊戲規則,並示範遊戲玩法。 (2)分組進行遊戲,過程中組員互相合作,提升合作能力。 (3)討論及省思。 2.桌遊《瘋狂農場》 (1)教師講解桌遊遊戲規則,並示範遊戲玩法。 (2)分組進行遊戲,過程中組員互相合作,提升合作能力。 (3)討論及省思。	觀察評量 實作評量 口頭評量 同儕互評	自編教材 桌遊
第 16 週 至 第 21 週	6	問題解決小達人	特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	1.能在引導下說出問題解決四步驟。 2.能在引導下,依照情境,說出可能的解決方法以及後果。	1.教師利用影片及學習單說明問題解決四步驟。 2.教師引導學生在問題解決步驟表下,說出問題解決四步驟。 3.透過情境圖卡,引導學生在問題解決步驟表下,說出問題解決方法,以及可能出現的後果。 4.透過情境演練,讓學生實	觀察評量 口頭評量 實作評量 情境演練	影片 自編學習單 情境圖卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					3. 能在討論後,進行情境演練。 4. 能與小組組員討論演練時的優點以及可改善之處。	際練習遇到問題時要如何解決。 5. 小組討論與省思。		
--	--	--	--	--	---	-------------------------------	--	--

- ◎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。

國立臺南大學附設實驗國民小學 115 學年度第二學期三年級彈性學習 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)	三年級	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					以「處人、處己、處環境」為核心設計理念,強調透過多元活動,促進學生人際互動,增進情緒與壓力的調試技巧,提升整體表達及合作解決問題的能力。				
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-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。								
課程目標		1. 透過繪本引導說出身體重要隱私部位,並分辨合適的身體界線。 2. 透過情境演練,學習遇到危險情境時,能勇敢拒絕不適當的語言或行為,並主動尋求大人協助。 3. 覺察自己在情緒來時實際使用的情緒調適及壓力因應技巧並進行調整。 4. 透過小組活動,學習共同合作解決問題,增進社會技巧。								
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. 能說出身體重要隱私部位,並分辨合適的身體界線。 2. 遇到危險情境時,能勇敢拒絕不適當的語言或行為,並主動尋求大人協助。 3. 能觀察、記錄自己在情緒來時實際使用的情緒調適及壓力因應技巧,並進行反思與分享。 4. 能遵守團體規範,並於分組時傾聽組員意見、主動合作。								
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 1 週 至	5	認識身體界線	特社 2-II-6 了解性器官的隱私	特社 B-II-5 危險情境的	1. 能說出身體重要隱私	1. 教師使用繪本及學習單引導學生說出身體重要隱	情境演練 觀察評量	自編學習單 繪本		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 5 週			性及轉移觸摸的注意。	判別。	部位。 2. 能分辨合適的身體界線, 並示範勇敢拒絕不適當的語言或行為。	私部位。 2. 教師引導學生分辨身體重要隱私部位。 3. 教師示範勇敢拒絕不適當的語言或行為。 4. 情境演練 (1) 學生分組抽取情境卡。 (2) 實際情境演練。 (3) 同儕回饋時間。	實作評量 口頭評量 同儕互評	情境圖卡
第 6 週 至 第 10 週	5	自我保護我最行	特社 2-II-6 了解性器官的隱私性及轉移觸摸的注意。	特社 B-II-5 危險情境的判別。	1. 能說出遇到危險情境時可以使用的求助技巧及資源。 2. 能透過情境演練, 實際表達不舒服並求助信賴的大人。	1. 教師使用繪本及學習單引導學生說出危險情境。 2. 教師引導學生分辨危險情境, 並示範勇敢拒絕不適當的語言或行為。 3. 引導學生思考身邊有哪些信賴的大人。 4. 教師教導學生遇到危險情境時可以使用的求助技巧及資源。 5. 情境演練 (1) 學生分組抽取情境卡。 (2) 實際情境演練。 (3) 同儕回饋時間。	情境演練 觀察評量 實作評量 口頭評量 同儕互評	自編學習單 繪本 情境圖卡
第 11 週 至 第 15 週	5	情緒紅綠燈(二)	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。	1. 能選出自己以前曾使用/未來願意嘗試的壓力因應技巧。 2. 能利用觀察記錄表, 記錄自己在情	1. 教師透過自編教材及 youtube 影片教導壓力因應技巧, 並引導學生從中選出自己以前曾使用/未來願意嘗試的技巧。 2. 學生上台分享自己以前曾使用/未來願意嘗試的情緒調適及壓力因應技巧。 3. 學生利用觀察記錄表, 記錄自己在情緒來時實際使用的	自我檢核 口頭評量 觀察評量 實作評量	youtube 影片 自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			問題並接納後果。		緒來時實際使用的情緒調適及壓力因應技巧。 3. 能針對自己在情緒來時實際使用的情緒調適及壓力因應技巧, 進行反思與分享。	情緒調適及壓力因應技巧。 4. 針對自己在情緒來時實際使用的情緒調適及壓力因應技巧, 進行反思與分享, 作為未來調整方向。		
第 16 週 至 第 21 週	6	團結力量大(二)	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 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	1. 能專心聆聽並理解遊戲規則。 2. 能遵守團體規範。 3. 能在分組時傾聽組員意見, 並主動合作。	1. 桌遊《沈睡皇后》 (1)教師講解桌遊遊戲規則, 並示範遊戲玩法。 (2)分組進行遊戲, 過程中組員互相合作, 提升合作能力。 (3)討論及省思。 2. 桌遊《說書人》 (1)教師講解桌遊遊戲規則, 並示範遊戲玩法。 (2)分組進行遊戲, 過程中組員互相合作, 提升合作能力。 (3)討論及省思。	觀察評量 實作評量 口頭評量 同儕互評	自編教材 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。