

國立臺南大學附設實驗國民小學 115 學年度第一學期中高年級彈性學習 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)	四、五、六年級 /B 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	本課程透過處己、處人與處環境三個主軸，再配合因應性別角色的發展任務、從學校轉銜到社區的環境轉變，納入與同儕、性別互動有關的與他人互動有關的社會技巧，依據學生之情緒行為及社會技巧表現之狀況，指導有關生活適應、注意力、情緒控管及人際互動之策略的指導並進行相關的活動及訓練，進而提升人際互動及學習成效。				
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。 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。 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。				
課程目標	1. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，懂得自我保護及尊重他人。 2. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升團體互動技巧。 3. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升口語表達的能力。 4. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升情緒管理技巧。 5. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升專注力表現。 6. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，能增進挫折容忍度。				
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. 在課堂進行討論時，每位學生舉手回答教師提問，發表自己的想法與觀點。				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

2. 在課堂進行討論時，每位學生聆聽同儕的發表內容，並及時給予回饋或建議。 3. 在課堂進行討論時，每位學生積極參與活動，並於活動後舉手發表自己的看法或調整的方式。 4. 在課堂進行討論時，讓學生在互動情境中能遵守遊戲規則，如：輪流、排隊等。 5. 在課堂進行討論時，理解同儕劇中角色與情緒，並表現出應有的應對與處理方式。 6. 在課堂進行討論時，讓學生在情境中能向他人尋求幫助。								
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 至 3 週	3	見到你真好	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-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。	特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 能說出憶起上課同儕的名字。 2. 能建立團體規範，能讓學生熟悉並遵守規範。	1. 同學自我介紹。 2. 認識新朋友。 3. 一起打招呼。 4. 破冰遊戲。 5. 一起制定上課規則。	透過教學活動，讓學生在打招呼情境中使用同儕的名字稱呼對方。	自編教材
第 4 至 9 週	6	情緒紅綠燈	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-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	能適時覺察自己的情緒，承認、接受自己的情緒，並做出合適的決策。	1. 引起動機 2. 教導情緒管理策略與技巧：(1)了解自己的情緒 (2)說明情緒管理的策略與技巧 (3)示範 (4)情境演練 (5)回饋 (6)修正演練 3. 練習與類化 4. 分享與回饋	透過教學活動，讓學生在生活情境中能選擇適當的回應方式，如：尋求幫助、深呼吸等。	自編教材
第 10 至 15 週	6	溝通小幫手	特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。	能了解肢體、語調等非口語溝通	1. 引起動機 2. 教導非口語溝通技巧： (1)確定非口語溝通技巧的項	透過教學活動，讓學生在演練的對	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。 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 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	的意義，學習適切地使用非口語溝通技巧，與同儕及師長抱持良好的互動。	目 (2)說明非口語溝通技巧的內容 (3)示範 (4)情境演練 (5)回饋 (6)修正演練 3. 練習與類化	話情境中，能辨識對方的肢體、語調所傳達的訊息。	
第 16 至 21 週	6	我該怎麼辦	特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。	特社 B-II-5 危險情境的判別。	1. 能用完整的句子表達自己的需求 如：想要休息、想要上廁所等。 2. 能回答別人的問題。	1. 透過小短片及繪本引起動機 2. 教導向他人求助技巧： (1)確定向他人求助技巧的項目 (2)說明向他人求助的內容 (3)示範 (4)情境演練 (5)回饋 (6)修正演練 3. 練習與類化	透過教學活動，讓學生在遇到困難情境中能使用句型表達自己的需求，如： 「我想要……」向他人尋求幫助。	自編教材

◎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 學年度第二學期中高年級彈性學習 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)	四、五、六年級 /B 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	本課程透過處己、處人與處環境三個主軸，再配合因應性別角色的發展任務、從學校轉銜到社區的環境轉變，納入與同儕、性別互動有關的與他人互動有關的社會技巧，依據學生之情緒行為及社會技巧表現之狀況，指導有關生活適應、注意力、情緒控管及人際互動之策略的指導並進行相關的活動及訓練，進而提升人際互動及學習成效。				
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。 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。 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。				
課程目標	1. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，懂得自我保護及尊重他人。 2. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升團體互動技巧。 3. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升口語表達的能力。 4. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升情緒管理技巧。 5. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，提升專注力表現。 6. 能透過認知學習、影片、演練或機會教育，在老師的協助下，能增進挫折容忍度。				
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. 在課堂進行討論時，每位學生舉手回答教師提問，發表自己的想法與觀點。 2. 在課堂進行討論時，每位學生聆聽同儕的發表內容，並及時給予回饋或建議。 3. 在課堂進行討論時，每位學生積極參與活動，並於活動後舉手發表自己的看法或調整的方式。 4. 在課堂進行討論時，讓學生在互動情境中能遵守遊戲規則，如：輪流、排隊等。 5. 在課堂進行討論時，理解同儕劇中角色與情緒，並表現出應有的應對與處理方式。 6. 在課堂進行討論時，讓學生在情境中能向他人尋求幫助。						
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 至 5 週	5	怎麼來分工	特社 3-II-2 在 小組中分工合作 完成自己的工作。 特社 3-III-3 服 從小組決議並完 成指派的工作。	特社 C-II-1 學習成員 之間的關懷 與表達。 特社 B-III-3 自我經驗 的分享。	1. 能理解什麼叫做團隊合作。 2. 能透過情境模擬活動，體驗合作經驗。 3. 與人相處時，能瞭解簡單的規則並保持適當的人我分際（如：維持適當說話距離、音量等）。 4. 能適當使用口語方式與人溝通。 5. 能禮貌地表達自己意	1. 透過小短片及繪本引起動機 2. 教導一起合作技巧： (1)確定一起合作技巧的項目 (2)說明一起合作的內容 (3)示範 (4)情境演練 (5)回饋 (6)修正演練 3. 練習與類化 4. 分享與回饋	透過教學活動，讓學生在生活情境中共同完成活動任務，如：教室清潔、園遊會擺攤等。	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					見。			
第 6 至 10 週	5	怎麼來紓壓	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 嘗試使用紓解壓力的方法。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	能在覺察自己的情緒或壓力時，選擇合適的方式或管道，來紓解當下的壓力。	1. 引起動機 2. 教導紓解壓力技巧： (1)說明紓解壓力的重要性及好處 (2)確定紓解壓力的合適方法及管道 (3)示範 (4)情境演練 (5)回饋 (6)修正演練 3. 練習與類化 4. 分享與回饋	透過教學活動，讓學生不同的生活情境中各自選擇讓自己放鬆的方式。	自編教材
第 11 至 15 週	5	怎麼來邀請	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 B-II-3 團體的基本規範。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	1. 能適當回應他人的邀請進入遊戲。 2. 能判斷適當的時機主動徵求他人同意後參與遊戲。 3. 能主動加入遊戲。 4. 在團體中遵守基本規範。	1. 透過小短片及繪本引起動機 2. 教導交朋友技巧： (1)確定交朋友技巧的項目 (2)說明交朋友的內容 (3)示範 (4)情境演練 (5)回饋 (6)修正演練 3. 練習與類化	透過教學活動，讓學生在玩桌遊情境中能遵守遊戲規則，如：輪流、排隊等。	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 16 至 21 週	6	怎麼來拒絕	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 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 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. 能勇敢表達對他人不當言行的感受。 2. 能依情境適當回答問題。 3. 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	1. 透過小短片及繪本引起動機 2. 教導拒絕他人技巧： (1)確定拒絕他人技巧的項目 (2)說明拒絕他人的內容 (3)示範 (4)情境演練 (5)回饋 (6)修正演練 3. 練習與類化	透過教學活動，讓學生在借用物品及遊戲的情境中表示拒絕。	自編教材

◎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。