

臺南市公立東區崇學國民小學 115 學年度第 1 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		■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						
設計理念		課程設計重點將從低年級的基礎覺察進階至「嘗試因應處理情緒與壓力、解讀他人溝通訊息，以及在小組討論中分工合作」，協助學生提升人際互動品質並順利適應中年級的融合環境。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		A1 身心素質與自我精進：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。 B1 符號運用與溝通表達：特社-B-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 C2 人際關係與團隊合作：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. 處己：能嘗試因應與處理升上三年級後的基本情緒及壓力，並能在引導下擬訂解決計畫。 2. 處人：發展解讀他人口語與非口語溝通訊息的能力，掌握適切的傾聽與表達時機。 3. 處環境：在課堂或小組中，能適當表達意見，並與同學分工合作完成任務，遭遇困難時能具體求助。						
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. 壓力調適站：遇到中年級課業或人際挫折時，能主動使用「深呼吸」或「自我激勵」等策略來降溫情緒。 2. 溝通解碼器：透過觀察同學的表情與語氣，能正確猜出對方的感受與溝通目的，並做出合宜的回應。 3. 合作神隊友：參與小組討論或分組桌遊時，能輪流發言、確實完成自己被分配的工作，並在卡關時有禮貌地向老師求助。						
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

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 1-5 週	5	【情緒進階班】 1. 情緒新朋友 2. 壓力怪獸來了 3. 情緒滅火器 4. 給自己拍拍手 5. 綜合演練	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-2 以實質的增強物自我激勵。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	1. 能說出升上三年級後感到壓力的情境。 2. 面對壓力時，能嘗試使用至少一種策略平復情緒。	1. 分享升三年級帶來的情緒與壓力變化。 2. 演練具體的舒壓策略。 3. 建立集點制度，練習自我激勵。	問答評量 實作評量	1. 繪本《我的情緒小怪獸》 2. 影片《阿滴與滴妹：壓力大怎麼辦》 3. 繪本《生氣王子》 4. 影片《深呼吸放鬆動畫》 5. 桌遊《情緒猜猜看》 6. 自編【舒壓學習單】
第 6-10 週	5	【超級解碼器】 1. 表情會說話 2. 聽出言外之意 3. 動作的秘密 4. 綜合猜謎 5. 角色扮演	特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的。	特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 能正確辨識他人非口語傳達的情緒。 2. 能從不同語氣中解讀真實的意思。	1. 觀看無聲短片，練習判讀主角情緒。 2. 聽不同語氣的同一句話，辨識對方的真實意圖。 3. 小組角色扮演，練習正確解讀與回應。	觀察評量 實作評量	1. 影片《皮克斯無聲短片》 2. 繪本《大吼大叫的企鵝媽媽》 3. 影片《看懂別人的肢體語言》 4. 繪本《不會寫字的獅子》 5. 桌遊《妙語說書人》 6. 自編【情緒圖卡】
第 11-15 週	5	【說話看時機】 1. 什麼時候該說話 2. 傾聽的耳朵	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 B-II-2 表達與傾聽的時機。	1. 能在別人發言時保持安靜並注視對	1. 討論上課或小組活動中「不插嘴」的時機點。 2. 練習「注視說話者」的傾聽技巧。	問答評量 實作評量	1. 繪本《插嘴的貓》 2. 影片《上課發言小技巧》

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		3. 換我說說看 4. 討論的禮貌 5. 綜合演驗			方。 2. 在小組討論中能舉手並適切表達自己的想法。	3. 針對給定主題，輪流適切地表達意見。		3. 繪本《為什麼他都不聽我說》 4. 影片《傾聽的藝術動畫》 5. 桌遊《傳情畫意》 6. 自編【檢核表】
第 16-21 週	6	【期末大統整】 1. 紓壓複習 2. 解碼複習 3. 討論複習 4. 社會技巧大富翁 5. 期末同樂會	統整上述指標	統整上述內容	能綜合運用本學期學到的情緒調適與表達技巧參與遊戲。	1. 透過桌遊設計，將情緒因應與溝通時機融入遊戲關卡。 2. 於期末同樂會中實際觀察學生與同儕互動狀況。	觀察評量 實作評量	1. 影片《腦筋急轉彎片段(情緒複習)》 2. 繪本《你可以跟你做朋友嗎》 3. 影片《校園社交挑戰微電影》 4. 繪本《我們都是好朋友》 5. 桌遊《德國心臟病(練衝動控制)》

◎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。

臺南市公立東區崇學國民小學 115 學年度第 2 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		■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						
設計理念		課程設計重點將從低年級的基礎覺察進階至「嘗試因應處理情緒與壓力、解讀他人溝通訊息，以及在小組討論中分工合作」，協助學生提升人際互動品質並順利適應中年級的融合環境。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		A1 身心素質與自我精進：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。 B1 符號運用與溝通表達：特社-B-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 C2 人際關係與團隊合作：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. 處己：能嘗試因應與處理升上三年級後的基本情緒及壓力，並能在引導下擬訂解決計畫。 2. 處人：發展解讀他人口語與非口語溝通訊息的能力，掌握適切的傾聽與表達時機。 3. 處環境：在課堂或小組中，能適當表達意見，並與同學分工合作完成任務，遭遇困難時能具體求助。						
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				☐ 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		
表現任務		1. 壓力調適站：遇到中年級課業或人際挫折時，能主動使用「深呼吸」或「自我激勵」等策略來降溫情緒。 2. 溝通解碼器：透過觀察同學的表情與語氣，能正確猜出對方的感受與溝通目的，並做出合宜的回應。 3. 合作神隊友：參與小組討論或分組桌遊時，能輪流發言、確實完成自己被分配的工作，並在卡關時有禮貌地向老師求助。						
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

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 1-5 週	5	【解決問題有計畫】 1. 遇到麻煩了 2. 為什麼會吵架 3. 想想怎麼辦 4. 接受結果 5. 綜合演練	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 B-II-4 衝突情境的因應。	1. 遇到衝突時，能在老師引導下說出解決的初步步驟。 2. 能學習接納解決策略帶來的結果。	1. 探討班級常見衝突（如排隊、借物品糾紛）。 2. 老師引導畫出「解決問題三步驟」。 3. 實際演練使用計畫解決衝突，並學習接納結果。	問答評量 實作評量	1. 繪本《如果遇到困難怎麼辦》 2. 影片《如何化解朋友間的衝突》 3. 繪本《我才沒有做錯》 4. 影片《停看聽：生氣魔法》 5. 桌遊《快手疊杯(練挫折忍受)》 6. 自編【解難心智圖】
第 6-10 週	5	【合作好搭檔】 1. 團隊力量大 2. 我的專屬任務 3. 遇到困難找幫手 4. 一起完成它 5. 綜合演練	特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。	特社 B-II-3 團體的基本規範。	1. 參與小組活動時能堅持完成分配到的任務。 2. 遇到無法獨自解決的困難，能具體說出需要的協助。	1. 進行分組積木或拼圖，練習認領並完成個人工作。 2. 模擬卡關情境，練習具體求助：「我需要...幫忙」。	觀察評量 實作評量	1. 繪本《一起合作吧》 2. 影片《皮克斯團隊合作短片-鳥》 3. 繪本《拔蘿蔔》 4. 影片《遇到困難怎麼辦：求助句型》 5. 桌遊《諾亞方舟(練平衡合作)》 6. 自編【求助句型小卡】

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 11-15 週	5	【溫暖關懷員】 1. 發現別人的需要 2. 同學不舒服了 3. 報告老師的技巧 4. 遞上溫暖的安慰 5. 綜合演練	特社 3-II-5 在知悉他人生病或受傷時，主動報告師長並表達安慰之意。	特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	1. 看到同學生病或受傷時能通報師長。 2. 能向受傷的同學表達基本的關心與安慰。	1. 討論看到同學生病或受傷時的正確應對流程。 2. 演練用清楚的口語向師長通報。 3. 學習向受傷同學表達關心（如：「你還好嗎？」）。	問答評量 觀察評量	1. 繪本《受傷的獅子》 2. 影片《同理心與同情心動畫》 3. 繪本《謝謝你來當我的朋友》 4. 影片《給予安慰的小撇步》 5. 繪本《你還好嗎？》 6. 【醫藥箱道具】
第 16-21 週	6	【面對衝突】 1. 合作挑戰賽 2. 衝突急救演練 3. 關懷小天使 4. 遊戲總驗收 5. 頒獎典禮	統整上述指標	統整上述內容	透過多元任務，展現合作、求助與衝突因應之綜合社會技巧。	1. 進行需要高度團隊合作的大型桌遊或美勞創作。 2. 活動中若發生衝突，實際運用「擬定計畫」策略。 3. 頒發學習進步獎狀，給予實質增強。	觀察評量 實作評量	1. 影片《桌遊合作示範影片》 2. 繪本《和平樹》 3. 影片《接受失敗的勇氣》 4. 繪本《我是和平大使》 5. 桌遊《拔毛運動會》 6. 自製 【進步獎狀】

◎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。