

臺南市公立東區崇學國民小學 115 學年度第 1 學期 四年級 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		課程重點將從低年級的「基礎情緒辨識與教室規則」進階為「壓力調適、訊息解讀、小組合作、擬定解決計畫與表達關懷」。透過視覺化與具體化的故事引導，幫助學生更有效連結生活情境，進而將社會技巧類化至普通班的融合環境中。						
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-E-B1 具備簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 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		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.處己：學習因應中年級課業與人際帶來的基本情緒與壓力，並能在引導下擬訂解難計畫。 2.處人：培養解讀他人非口語及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：在小組活動中適當表達意見，與同學分工合作，遭遇困難具體求助，並主動通報與關懷受傷同儕。						
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 1-5 週	5	【情緒與壓力管理】 1. 情緒新挑戰 2. 壓力怪獸 3. 情緒滅火器 4. 增強好表現	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	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	1. 能說出升四年級的壓力源 2. 能使用至少一種舒壓策略。	1. 討論升上四年級的心情。 2. 演練深呼吸、喝水等舒壓技巧。 3. 建立集點卡進行自我激勵。	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

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		5. 綜合演練	我激勵。	理。				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. 語氣的秘密 3. 動作的暗示 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. 能正確辨識他人表情與肢體的情緒 2. 能從不同語氣解讀真實意圖。	1. 觀看無聲影片判讀情緒。 2. 聽不同語氣的句子猜測真實想法。 3. 分組進行情緒解碼角色扮演。	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. 該不該插嘴 2. 傾聽的耳朵 3. 換我說說看 4. 討論的禮貌 5. 綜合演練	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. 懂得在別人發言時保持安靜注視。 2. 在小組討論能舉手適當表達想法。	1. 討論「不插嘴」與「注視」的時機。 2. 演練舉手發言的課堂禮儀。 3. 針對給定主題輪流表達並回應。	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》 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》

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

								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. 桌遊挑戰 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活動。	1. 結合桌遊關卡，複習舒壓與溝通技巧。 2. 舉辦同樂會，實際觀察同儕互動。	實作評量 觀察評量	1. 影片《腦筋急轉彎》(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 四年級 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		課程重點將從低年級的「基礎情緒辨識與教室規則」進階為「壓力調適、訊息解讀、小組合作、擬定解決計畫與表達關懷」。透過視覺化與具體化的故事引導，幫助學生更有效連結生活情境，進而將社會技巧類化至普通班的融合環境中。						
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-E-B1 具備簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 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		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				☐ 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.處己：學習因應中年級課業與人際帶來的基本情緒與壓力，並能在引導下擬訂解難計畫。 2.處人：培養解讀他人非口語及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：在小組活動中適當表達意見，與同學分工合作，遭遇困難具體求助，並主動通報與關懷受傷同儕。						
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 1-5 週	5	【解決問題有計畫】 1.遇到麻煩了 2.為什麼會衝突 3.擬定好計畫 4.接受結果	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 B-II-4衝突情境的因應。	1.遇到衝突能在引導下說出解決步驟。 2.能學習接納解決策略帶來的不完	1.探討班級常見衝突（排隊、借物）。 2.畫出「解決問題三步驟」。 3.演練使用計畫解決衝突並練習轉念。	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

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		5. 綜合演練	問題並接納後果。		美結果。			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. 參與活動 能堅持完 成分配任 務。 2. 遇到無法 獨自解決 的問題能 具體求 助。	1. 分組積木或拼圖，練習認領 並完成工作。 2. 模擬卡關情境，練習說：「我 需要...幫忙」。	實作評量 觀察評量	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】
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. 通報老師的技 巧	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 受傷能向 師長清楚 通報。 2. 能向受傷 的同學表	1. 討論同學受傷的應對流程。 2. 演練通報師長(講出人事 物)。 3. 學習慰問話語(「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》

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		4. 遞上溫暖安慰 5. 綜合演練			達基本的關心。			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	【我是解題王】 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. 期末總複習	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. 進行大型團隊桌遊或美勞。 2. 遊戲中若發生衝突,引導實際運用解難計畫。 3. 頒發進步獎狀。	實作評量 觀察評量	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。