

臺南市私立安平區慈濟高中國小部 115 學年度第一學期彈性學習 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、五年級 同組上課	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 ☐ 獨立發展 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		促進學生建立所需之社會技巧，以求於人際關係中和諧自處。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		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. 學生能夠識別和理解自己的情緒、優點和缺點，並發展應對課堂中擾亂行為的策略。 2. 學生將能夠識別並應用管理情緒、設定目標和在課堂上做出負責任決策的策略。 3. 學生將能夠有效地識別和表達自己的情感，並運用溝通、合作和衝突解決技能來處理課堂上的干擾行為。						
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. 學生將參加一個角色扮演活動，展示他們對情緒意識和對擾亂行為的適當反應的理解。 2. 學生將參加角色扮演場景，展示對課堂干擾的適當反應，並在小組討論中反思他們行為的後果。 3. 學生將參與角色扮演活動，展示他們在特定情境下如何使用有效的溝通和衝突解決策略。						
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 - 第 7 週	7	情緒識別	特社 1-II-1 嘗試 因應與處理基本 的情緒及壓力。	特社 A-II-1 基本情緒的 表達。	理解不同的 情緒（快樂、 悲傷、生氣、 沮喪）及其如	以簡短的討論開始課程，談論 情緒。詢問學生：「什麼讓你 感到快樂或悲傷？」邀請幾位 學生分享他們的想法。	形成性評 量：教師觀 察學生溝通 與自我管理	自編

		優點與缺點	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	何影響行為。		情形。	
		適當的言語行為			識別個人優點（例如，善良）和缺點（例如，打斷別人）。 學習如何以尊重的方式表達意見並管理擾亂行為。	通過討論識別情緒的重要性來引入重點。使用視覺輔助工具（如情緒卡片）幫助學生識別不同的情緒。解釋情緒如何影響我們的行為和與他人的互動。 常見誤解：學生可能認為感到生氣就必須發怒，而認為那是缺點。應該解釋說，感到生氣是正常的，但重要的是要適當表達，則可認定是優點。 設置期望，解釋學生應該聆聽並尊重彼此的貢獻。進行指導角色扮演活動，讓學生練習如何對表達沮喪的同伴作出反應。從簡單的情境開始（例如，某人因為輸掉比賽而不高興），逐漸增加複雜性（例如，朋友在課堂上打斷）。 監控學生表現，巡視教室並提供反饋。詢問引導性問題，如「你可以如何幫助你的朋友感覺更好？」和「你可以說什麼？」。		

					人目標，來更加感受自我情緒	在反應的圖表來介紹關鍵概念。解釋管理情緒有助於我們更好地溝通並尊重同學。		
		應對策略			探索應對干擾的策略，包括深呼吸和使用「我」陳述。	常見誤解：學生可能會認為所有情緒都應立即表達；需澄清在反應之前花時間處理情感是可以的。		
		反思			鼓勵反思他們的行為如何影響他人和課堂環境。	讓學生聚集進行快速圓圈討論。要求每位學生分享今天學到的一個策略，他們可以在課堂中使用。加強自我管理和尊重交流的重要性。		
					發展適當表達思想和情感的技能。	提供學生一個「情感卡片」遊戲，讓他們可以將情緒與適當的反應匹配。這可以單獨進行或成對進行，讓他們強化所學的內容。		
		溝通技巧	特社 3-II-1 在課	特社 C-II-1	學生需要學	要求學生觀察他們在家中或其他活動中的情緒，並寫下一次他們有效管理情感的情況。鼓勵他們思考這如何在學校中應用。	總結性評量：完成一篇日誌，反映他們在活動中的經歷。	
					老師將通過提問引導學生思			

[illegible][illegible]

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		自我控制			上如何管理自己的行為，減少干擾他人的行為。 幫助學生識別他人的情感，並學會同理心。	一段短文，描述一個他們曾經歷過的衝突情境，以及他們是如何處理的。教師將明確期望，強調使用有效溝通和衝突解決策略。 學生將以小組形式分享他們的短文，總結課堂上學到的溝通和衝突解決技巧。教師將引導討論，強調這些技能在生活中的應用。 對於提前完成的學生，可以讓他們設計一個海報，展示有效溝通和衝突解決的步驟，並向全班展示。 學生將被要求在家庭中觀察一段對話，寫下他們如何先做到同理心，再與家人使用有效溝通技巧。	
		情感識別					

◎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。

臺南市私立安平區慈濟高中國小部 115 學年度第二學期彈性學習 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、五年級 同組上課	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 ☐ 獨立發展 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		促進學生建立所需之社會技巧，以求於人際關係中和諧自處。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		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. 學生能夠識別和理解自己的情緒、優點和缺點，並發展應對課堂中擾亂行為的策略。 2. 學生將能夠識別並應用管理情緒、設定目標和在課堂上做出負責任決策的策略。 3. 學生將能夠有效地識別和表達自己的情感，並運用溝通、合作和衝突解決技能來處理課堂上的干擾行為。						
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. 學生將參加一個角色扮演活動，展示他們對情緒意識和對擾亂行為的適當反應的理解。 2. 學生將參加角色扮演場景，展示對課堂干擾的適當反應，並在小組討論中反思他們行為的後果。 3. 學生將參與角色扮演活動，展示他們在特定情境下如何使用有效的溝通和衝突解決策略。						
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 - 第 7 週	7	情緒識別	特社 1-II-1 嘗試 因應與處理基本的 情緒及壓力。	特社 A-II-1 基本情緒的 表達。	理解不同的 情緒（快樂、 悲傷、生氣、	介紹一個有趣的情緒表演遊 戲，讓學生們表演不同的情 緒，讓其他人猜測。	形成性評 量：教師觀 察學生溝通	自編

			特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	沮喪)及其如何影響行為。	與自我管理情形。
	優點與缺點				識別個人優點(例如,善良)和缺點(例如,打斷別人)。	通過討論識別情緒的重要性來引入重點。使用視覺輔助工具(如情緒卡片)幫助學生識別不同的情緒。解釋情緒如何影響我們的行為和與他人的互動。
	適當的言語行為				學習如何以尊重的方式表達意見並管理擾亂行為。	常見誤解: 學生可能認為感到生氣就必須發怒,而認為那是缺點。應該解釋說,感到生氣是正常的,但重要的是要適當表達,則可認定是優點。 設置期望,解釋學生應該聆聽並尊重彼此的貢獻。進行指導角色扮演活動,讓學生練習如何對表達沮喪的同伴作出反應。從簡單的情境開始(例如,某人因為輸掉比賽而不高興),逐漸增加複雜性(例如,朋友在課堂上打斷)。 監控學生表現,巡視教室並提供反饋。詢問引導性問題,如

		衝突處理	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 B-II-4 衝突情境的因應。	發展解決衝突的策略並反思結果。	「你可以如何幫助你的朋友感覺更好？」和「你可以說什麼來表達你的感受？」		
		環境觀察	特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。	特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	鼓勵對周圍環境的意識，認識到何時行為會影響他人。	召集學生進行結束圓圈。邀請幾位學生分享他們的日誌反思。強調理解和適當表達情緒的重要性。 對於提前完成的學生，提供一張情境卡，讓他們寫一個關於衝突情境及如何使用課堂上討論的策略來解決它的短劇。 學生觀察一位家人或朋友表達情緒，並寫一段短文描述該情緒以及這個人是如何應對的。鼓勵他們思考該反應是否適當，以及他們可能會做出什麼不同的反應。		

C6-1	彈性學習課程計畫(其他類)							
第8週 — 第14週	7	情緒識別			理解並識別自己和他人的情緒。	以一個問題開始課程：「當有人在課堂上打斷你時，你會感覺怎麼樣？」讓學生分享他們的感受。接著簡要討論為什麼在課堂上管理情緒和行為是重要的。		
		目標設定			學習設定個人目標，來更加感受自我情緒	在練習過程中設定尊重傾聽的期望。使用角色扮演場景，讓學生可以是引起干擾的人或回應的人。從簡單的場景開始，逐步引入更複雜的情況。通過巡回並提供反饋來監控表現，提出引導性問題，例如：「你可以說什麼來表達你的感受？」		
						學生將在日記中寫一篇短文，回顧他們感到干擾的一次經歷以及他們如何處理這種情況。鼓勵他們識別下一次可以使用的替代策略。設定安靜工作和專注的期望。		

7

情緒識別

目標設定

理解並識別
自己和他人的
情緒。

學習設定個人目標，來更加感受自我情緒

以一個問題開始課程：「當有人在課堂上打斷你時，你會感覺怎麼樣？」讓學生分享他們的感受。接著簡要討論為什麼在課堂上管理情緒和行為是重要的。

在練習過程中設定尊重傾聽的期望。使用角色扮演場景，讓學生可以是引起干擾的人或回應的人。從簡單的場景開始，逐步引入更複雜的情況。通過巡回並提供反饋來監控表現，提出引導性問題，例如：「你可以說什麼來表達你的感受？」

學生將在日記中寫一篇短文，回顧他們感到干擾的一次經歷以及他們如何處理這種情況。鼓勵他們識別下一次可以使用的替代策略。設定安靜工作和專注的期望。

		應對策略			探索應對干擾的策略，包括深呼吸和使用「我」陳述。	讓學生聚集進行快速圓圈討論。要求每位學生分享今天學到的一個策略，他們可以在課堂中使用。加強自我管理和尊重交流的重要性。	總結性評量：完成一篇日誌，反映他們在活動中的經歷。	
		反思			鼓勵反思他們的行為如何影響他人和課堂環境。	提供學生一個「情感卡片」遊戲，讓他們可以將情緒與適當的反應匹配。這可以單獨進行或成對進行，讓他們強化所學的內容。		
		溝通技巧			發展適當表達思想和情感的技能。	要求學生觀察他們在家中或其他活動中的情緒，並寫下一次他們有效管理情感的情況。鼓勵他們思考這如何在學校中應用。		
第 15 週 － 第 21 週	7	有效溝通	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 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	學生需要學會如何清晰、尊重地表達自己的想法和感受。	老師將通過提問引導學生思考：“當你在課堂上聽到同學的意見時，你會有什麼樣的感覺？”接著，進行簡短的討論，讓學生分享他們的想法，吸引他們的興趣。		
		合作與團隊精神	特社 3-III-2 主動參與課堂小組討論，並在小組中主動對他人提供協助	特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	重要的是在小組活動中學習如何與他人合作，達	教師將使用圖表展示有效溝通的步驟，包括傾聽、表達與回饋。通過小組討論，讓學生分享自己在溝通中的經歷，確		

		衝突解決			成共同目標。 學生將討論並實踐解決衝突的策略，認識到衝突的正常性和處理的重要性。 理解在課堂上如何管理自己的行為，減少干擾他人的行為。	保他們參與其中。一個常見的誤解是學生可能認為表達情感會導致衝突，而實際上，適當的表達能減少誤解。 在小組中，教師將設置角色扮演的情境，例如“同學間的意見不合”。學生將被要求練習使用有效的溝通策略。教師將觀察並提供回饋，提出從簡單的“你覺得怎麼樣？”到更複雜的“如果你不同意，你會怎麼說？”的問題，以支持不同能力的學生。 學生將獨立完成一個任務，寫一段短文，描述一個他們曾經歷過的衝突情境，以及他們是如何處理的。教師將明確期望，強調使用有效溝通和衝突解決策略。 學生將以小組形式分享他們的短文，總結課堂上學到的溝通和衝突解決技巧。教師將引導討論，強調這些技能在生活中的應用。	
		自我控制					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		情感識別			幫助學生識別他人的情感，並學會同理心。	對於提前完成的學生，可以讓他們設計一個海報，展示有效溝通和衝突解決的步驟，並向全班展示。 學生將被要求在家庭中觀察一段對話，寫下他們如何先做到同理心，再與家人使用有效溝通技巧。		
--	--	------	--	--	---------------------	---	--	--

◎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。