

臺南市公立新化區新化國民小學 115 學年度第一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	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	增進口語溝通能力、培養人際互動的動機和能力、學習處理自己的情緒。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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-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。							
課程目標	一、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、家庭和社區的各項活動。 二、培養理解與表達的溝通技能，以有效且流暢的溝通方式促進人際互動與社會參與。							
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. 能流暢表達自己的想法和情緒感受。 2. 能在與同儕互動時，表現適當、合宜的行為。 3. 能察覺及處理自己的情緒。							
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
第一週 8/31~9/5	1	新學期、新氣象!	特社 3-II-1 在 課堂或小組討論 中適當表達與回	特社 B-II-2 表達與傾聽 的時機。	1. 能主動與人 互動。 2. 能學會基本	1. 分享一項暑假發生難忘的 事情。 2. 反省一項暑假期間需改進 的言行。	口頭表達 行為觀察	互評表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			應意見。		溝通技巧。	3. 提問給予同學回饋。		
第二週 9/6~9/12	1	擬定「個人學期自我期許單」	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。	3. 能主動表達自己的需求。 4. 能察覺自己或他人的情緒。	1. 分享與反省 2. 說出新學期的自我期許。 3. 完成學期期許單:寫出新學期的自我期許。	口頭表達 行為觀察 紙筆評量	互評表 自我期許單
第三週 9/13~9/19	1	認識情緒	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。		1. 分享與反省 2. 利用公式:「情緒」=「外在事件+你的想法=情緒反應」，讓學生明白，面對同一個事件，想法不同，產生的情緒也會改變。 3. 身體反應:引導他們注意發生情緒發生時的生理變化，例如:「當你感到『焦慮時，肚子會不會緊緊的』」 4. 情緒定義影片欣賞 5. 學生分享曾有情緒時的身體反應。	口頭表達 行為觀察 紙筆評量	學習單 Youtube 影片
第四週 9/20~9/26	1	認識情緒 (高興、難過)	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. 分享與反省。 2. 文字與身體連結:每教一個新名詞，就問學生:「這個情緒出現時，你的身體哪裡會有感覺?」 3. 視覺化情緒公式:「外在事件 + 生理反應 = 情緒名詞」的公式來進行教	口頭表達 行為觀察	字卡 情緒詞卡 情緒表情圖卡 Youtube 影片
第五週 9/27~10/3	1	認識情緒 (高興、難過)						

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第六週 10/4~10/10	1	認識情緒 (輕鬆、緊張)				學，例如：「明天要上台報告+手心出汗、肚子痛=委屈」		
第七週 10/11~10/17	1	認識情緒 (輕鬆、緊張)				4. 情緒表情圖片、照片辨識。		
第八週 10/18~10/24	1	認識情緒 (得意、生氣)				5. 情緒影片觀看，討論影片中角色的情緒。		
第九週 10/25~10/31	1	認識情緒 (得意、生氣)				6. 情緒情境舉例、討論。		
第十週 11/1~11/7	1	認識情緒 (驚訝、驚喜)				7. 情境分類邏輯賽。		
第十一週 11/8~11/14	1	認識情緒 (驚訝、驚喜)				例如： 操作：在桌上放兩個盒子，分別貼上「緊張」與「委屈」的名詞卡。		
第十二週 11/15~11/21	1	認識情緒 (害怕、害羞)				練習：老師唸出校園情境字卡，讓學生將卡片投入正確的盒子中。		
						情境 A：「小強不小心撞到我，卻跟老師說是我打他。」投進【委屈】。		
						情境 B：「等一下鐘聲響，就要換我上台背課文了。」投進【緊張】。		
						8. 實體「社交故事」演練		
						為學生量身打造一個以他為主角的短故事，教導名詞的同時，也給予行為解方，例如：「我是小明。當老師突然說要換座位時（事件），我的心跳會變快，肚子緊緊的（生		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十三週 11/22~11/28	1	認識情緒 (害怕、害羞)				理)。這個感覺叫做【緊張】(名詞)。當我緊張時，我可以跟老師說：『我很緊張，請給我看新的座位表。』(行為解方)」」		
第十四週 11/29~12/5	1	想法轉彎發現驚喜				1. 透過觀察圖片，察覺不同角度可看出不同的圖形，藉以引出用不同角度看事情或有不同的感受。		
第十五週 12/6~12/12	1	想法轉彎發現驚喜				2. 呈現不同的情緒情境，請學生發表各自的感受。		
第十六週 12/13~12/19	1	想法轉彎發現驚喜				3. 呈現情境，請學生分別發表可能的負向和正向情緒，藉以引導學生換個想法可讓心情大轉彎。	口語表達 教師觀察	3D 圖片、 情境卡、 「勇闖 EQ 神祕島」桌遊
第十七週 12/20~12/26	1	想法轉彎發現驚喜				4. 呈現生氣或希望落空的情境，請學生分別發表如何用正向的心態面對各種情境的挑戰。		
第十八週 12/27~1/2	1	想當人氣王	特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。	特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 C-II-1 學習成員之		5. 討論並進行「勇闖 EQ 神祕島」桌遊。		
						1. 人格特質大搜集：每一個人寫出同組同學的人格特質各 3 個。	口語表達 教師觀察	人格特質彙集學習單、 繪本
						2. 寫出自己的人格特質至少 3 個。		
						3. 師逐張唸讀，同學猜測寫		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十九週 1/3~1/9	1	想當人氣王	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。	間的關懷與表達。		得是誰。 4. 對應別人眼中的自己和自己眼中的自己有何差別。 5. 歸納出人緣好的同學有何人格特質。 6. 歸納出人緣不好的同學有何人格特質。 7. 呈現直接而不禮貌的語句，練習以委婉的方式說出。 8. 「沒有人喜歡我」、「波利為什麼要吵架」、「第一名的羊」繪本共讀。		
第二十週 1/10~1/16	1	想當人氣王						
第二十一週 1/17~1/20	1	統整與反思	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. 對照第一週完成的新學期自我期許的學習單，完成自評表。 2. 發表這學期最滿意自己表現的地方及最需要改進的地方。	口頭表達 教師觀察 紙筆評量	學習單 自評表

◎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。

臺南市公立新化區新化國民小學 115 學年度第二學期四年級彈性學習課程名稱 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	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	增進口語溝通能力、培養人際互動的動機和能力、學習處理自己的情緒。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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-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。							
課程目標	一、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、家庭和社區的各項活動。 二、培養理解與表達的溝通技能，以有效且流暢的溝通方式促進人際互動與社會參與。							
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. 能流暢表達自己的想法和情緒感受。 2. 能在與同儕互動時，表現適當、合宜的行為。 3. 能察覺及處理自己的情緒。							
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
第一週 2/11~2/13	1	新學期、新氣象!	特社 3-II-1 在 課堂或小組討論 中適當表達與回	特社 B-II-2 表達與傾聽 的時機。	1. 能主動與人 互動。 2. 能學會基本	1. 分享一項暑假發生難忘的 事情。 2. 反省一項暑假期間需改進	口頭表達 行為觀察	互評表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)								
			應意見。		溝通技巧。 3. 能主動表達自己的需求。 4. 能察覺自己或他人的情緒。	的言行。 3. 提問給予同學回饋。		
第二週 2/14~2/20	1	擬定「個人學期自我期許單」	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。	溝通技巧。 3. 能主動表達自己的需求。 4. 能察覺自己或他人的情緒。	1. 說出新學期的自我期許。 2. 完成學期期許單:寫出新學期的自我期許。 3. 提問給予同學回饋。	口頭表達 行為觀察 紙筆評量	自我期許單
第三週 2/21~2/27	1	認識情緒 (羨慕、嫉妒)	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。 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 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。		1. 分享與反省。 2. 文字與身體連結：每教一個新名詞，就問學生：「這個情緒出現時，你的身體哪裡會有感覺？」 3. 視覺化情緒公式：「外在事件 + 生理反應 = 情緒名詞」的公式來進行教學，例如：「明天要上台報告+手心出汗、肚子痛=委屈」 4. 情緒表情圖片、照片辨識。 5. 情緒影片觀看，討論影片中角色的情緒。 6. 情緒情境舉例、討論。 7. 情境分類邏輯賽。 例如： 操作：在桌上放兩個盒子，分別貼上「緊張」與「委屈」的名詞卡。 練習：老師唸出校園情境字卡，讓學生將卡片投入正確的盒子中。	口頭表達 行為觀察	字卡 情緒詞卡 情緒表情圖卡 Youtube 影片
第四週 2/28~3/6	1	認識情緒 (羨慕、嫉妒)						
第五週 3/7~3/13	1	認識情緒 (後悔、委屈)						
第六週 3/14~3/20	1	認識情緒 (後悔、委屈)						
第七週 3/21~3/27	1	認識情緒 (幸福、擔憂)						
第八週 3/28~4/3	1	認識情緒 (幸福、擔憂)						
第九週 4/4~4/10	1	認識情緒 (失望、滿足)						

			應意見。		溝通技巧。 3. 能主動表達自己的需求。 4. 能察覺自己或他人的情緒。	的言行。 3. 提問給予同學回饋。		
第二週 2/14~2/20	1	擬定「個人學期自我期許單」	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。	溝通技巧。 3. 能主動表達自己的需求。 4. 能察覺自己或他人的情緒。	1. 說出新學期的自我期許。 2. 完成學期期許單:寫出新學期的自我期許。 3. 提問給予同學回饋。	口頭表達 行為觀察 紙筆評量	自我期許單
第三週 2/21~2/27	1	認識情緒 (羨慕、嫉妒)	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。 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 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。		1. 分享與反省。 2. 文字與身體連結：每教一個新名詞，就問學生：「這個情緒出現時，你的身體哪裡會有感覺？」 3. 視覺化情緒公式:「外在事件 + 生理反應 = 情緒名詞」的公式來進行教學，例如:「明天要上台報告+手心出汗、肚子痛=委屈」 4. 情緒表情圖片、照片辨識。 5. 情緒影片觀看，討論影片中角色的情緒。 6. 情緒情境舉例、討論。 7. 情境分類邏輯賽。 例如： 操作：在桌上放兩個盒子，分別貼上「緊張」與「委屈」的名詞卡。 練習：老師唸出校園情境字卡，讓學生將卡片投入正確的盒子中。	口頭表達 行為觀察	字卡 情緒詞卡 情緒表情圖卡 Youtube 影片
第四週 2/28~3/6	1	認識情緒 (羨慕、嫉妒)						
第五週 3/7~3/13	1	認識情緒 (後悔、委屈)						
第六週 3/14~3/20	1	認識情緒 (後悔、委屈)						
第七週 3/21~3/27	1	認識情緒 (幸福、擔憂)						
第八週 3/28~4/3	1	認識情緒 (幸福、擔憂)						
第九週 4/4~4/10	1	認識情緒 (失望、滿足)						

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十週 4/11~4/17	1	認識情緒 (失望、滿足)				情境 A:「小強不小心撞到我,卻跟老師說是我打他。」投進【委屈】。 情境 B:「等一下鐘聲響,就要換我上台背課文了。」投進【緊張】。		
第十一週 4/18~4/24	1	認識情緒 (恐懼、期待)						
第十二週 4/25~5/1	1	認識情緒 (恐懼、期待)						
第十三週 5/2~5/8	1	認識情緒 (自信、驕傲)						
第十四週 5/9~5/15	1	認識情緒 (自信、驕傲)						
第十五週 5/16~5/22	1	我有同理心	特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的,並反思自己是否有應留意或改善之處。	特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。		8. 實體「社交故事」演練 為學生量身打造一個以他為主角的短故事,教導名詞的同時,也給予行為解方,例如:「我是小明。當老師突然說要換座位時(事件),我的心跳會變快,肚子緊緊的(生理)。這個感覺叫做【緊張】(名詞)。當我緊張時,我可以跟老師說:『我很緊張,請給我看新的座位表。』(行為解方)」		
第十六週 5/23~5/29	1	我有同理心		特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。		1. 分享與反省 2. 繪本導讀: (1)不是只有自己的事才重要 (2)你為什麼只有一隻腳 (3)巴士來了 3. 繪本讀後心得分享 4. 天使隊與惡魔隊劇場 (1)情境設定:小明在體育課跑步跌倒了,不僅輸了比賽還擦傷膝蓋。	口頭表達 行為觀察	繪本: (1)不是只有自己的事才重要 (2) 你為什麼只有一隻腳 (3)巴士來了
第十七週 5/30~6/5	1	我有同理心	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				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				間的關懷與表達。		(2)對比演出： 惡魔隊 說出沒同理心的話：「你真弱耶！」、「都是你害我們輸的！」。 天使隊 進行情感反映：「你跌倒一定很痛吧？」、「沒關係，你已經盡力了。」。 (3)核心焦點：讓學生討論兩種語言聽在耳裡的「重量」與感受差異。		
第十八週 6/6~6/12	1	學習同理心				1. 分享與反省 2. 呈現打亂的「同理心學習互動卡」，請學生一起合力排出正確順序。 3. 討論圖卡呈現哪些心理議題。 4. 討論面對圖卡的問題時有哪些可行的方法。	口頭表達 行為觀察	同理心學習互動卡 1. 人際的衝突 2. 了解自己的反應如何影響他人 3. 有利的人際行為 4. 內隱的情緒 5. 了解對方的處境
第十九週 6/13~6/19	1	學習同理心						
第二十週 6/20~6/26	1	學習同理心						
第二十一週 6/27~6/30	1	統整與反思	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. 對照第一週完成的新學期自我期許的學習單，完成自評表。 2. 發表這學期最滿意自己表現的地方及最需要改進的地方。	口頭表達 教師觀察 紙筆評量	學習單 自評表

◎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。