

臺南市公(私)立新營區新進國民小學 115 學年度第一學期一年級彈性學習_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)	一年級	教學節數	每週 1 節，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	1. 藉由繪本故事及情境演練帶領學生認識情緒、學習問題解決和如何與他人相處。 2. 透過繪本故事進行角色人物的觀察，猜測他人意圖和情緒，並透過討論釐清原因、後果和適當的回應技巧。 3. 透過情境演練練習調適情緒的技巧，以發展正向的行為模式。							
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 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。 A3 規劃執行與創新應變 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。 C1 道德實踐與公民意識 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。							
課程目標	1. 能提升情緒覺察及情緒調節的能力。 2. 能在與人相處時，表現出合宜的溝通與互動技巧。 3. 能提升學校生活上及人際互動上的問題解決能力。							
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	觀察、問答、實作							
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	5	單元一：	特社 1-I-1	特社 I-P-1	1. 學生能辨識	活動 1：認識老師和同學	觀察、	繪本或桌遊、

～ 第五週		我是小學生	分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-I-5 遵守教室規則。	辨識自己的情緒（如：喜、怒、哀、樂）。 特社 I-P-3 辨識與表達情緒產生的原因。 特社 I-P-4 情緒調節的基本策略（如：深呼吸、轉移注意力）。 特社 I-P-5 基本的溝通技巧。	並遵循校園生活規律與基礎課堂規則。 2. 學生能運用視覺工具辨識自己與他人的情緒狀態，並分析情緒成因。 3. 學生能於情緒激動或面臨衝突時，運用合適的策略進行自我調節。 4. 學生能在遇到困難或需求時，依循步驟向適當對象尋求協助。	**教學重點：**認識信心加油站、老師及同組組員，建立關係並了解教室規則。 活動 2：圖解新課表 **教學重點：**利用視覺化課表與色塊區分課程，建立校園規律感。 活動 3：學校教室地圖大探索 **教學重點：**使用心智圖標記學校內重要場域（如資源回收區）。 活動 4：我有話要說 **教學重點：**拆解「舉手、等待、發言」三步驟，練習課堂溝通。 活動 5：下課安全圖鑑 **教學重點：**透過圖片對照，辨識校園中安全與危險的遊戲行為。	問答、實作	自編課程簡報、自編學習單、情境演練。
第六週 ～ 第九週	4	單元二： 我的情緒臉譜	特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。	特社 I-P-8 與人分享、合作與互動的基本技巧。 特社 I-P-11 教室與學校生活的相關規則與程序。 特社 I-P-13 常見的校園生活問題及求助方式。		活動 1：情緒紅綠燈 **教學重點：**利用 AI 生成情緒表情包，協助學生辨識正負向情緒。 活動 2：情緒溫度計 **教學重點：**用色彩與刻度將抽象的情緒強度可視化。 活動 3：為什麼不開心？ **教學重點：**使用流程圖分析「發生什麼事」導致「什麼情緒」。 活動 4：情緒預告片 **教學重點：**練習預測情境，利用圖卡連結事件與預期情緒。	觀察、問答、實作	繪本或桌遊、自編課程簡報、自編學習單、情境演練。
第十週	4	單元三：				活動 1：冷靜魔法泡泡	觀察、	繪本或桌遊、

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

～ 第十三週		情緒小管家				**教學重點：**步驟拆解深呼吸法，配合視覺動畫輔助練習。 活動2：我的快樂清單 **教學重點：**運用圖畫建立個人舒壓轉移注意力的視覺清單。 活動3：暫停鐘聲 **教學重點：**實作練習在衝突發生時，依循圖卡提示進入冷靜角。 活動4：正向語句魔法 **教學重點：**製作個人自我激勵小卡，透過視覺提示強化自我控制。	問答、實作	自編課程簡報、自編學習單、情境演練。
第十四週 ～ 第十七週	4	單元四： 校園求助通				活動1：誰可以幫幫我？ **教學重點：**利用學校組織圖，認識不同情境該找哪一位師長。 活動2：求助 SOP **教學重點：**拆解「停、望、說」求助三步驟，並進行角色扮演。 單元四：校園求助通 **教學重點：**運用句型條練習「請、謝謝、對不起」的視覺提示。 活動4：身體說話了 **教學重點：**利用照片辨	觀察、問答、實作	繪本或桌遊、自編課程簡報、自編學習單、情境演練。

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

						識非語言訊息（如：眼神接觸、距離）。		
第十八週 ～ 第二十一週	4	單元五：適應與回顧				活動 1：規則大挑戰 **教學重點：**使用遊戲化 App 複習全學期教室規則。 活動 2：我的情緒小書 **教學重點：**彙整學期情緒紀錄，製作個人化視覺小書。 活動 3：冷靜小專家 **教學重點：**綜合演練情緒調節策略，依據圖卡提示完成任務。 活動 4：我們這班 **教學重點：**透過團體拼圖活動，實踐簡單的合作互動規則。	觀察、問答、實作	繪本或桌遊、自編課程簡報、自編學習單、情境演練。

◎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(私)立新營區新進國民小學 115 學年度第二學期一年級彈性學習_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)	一年級	教學節數	每週 1 節，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	1. 藉由繪本故事及情境演練帶領學生認識情緒、學習問題解決和如何與他人相處。 2. 透過繪本故事進行角色人物的觀察，猜測他人意圖和情緒，並透過討論釐清原因、後果和適當的回應技巧。 3. 透過情境演練練習調適情緒的技巧，以發展正向的行為模式。							
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 A3 規劃執行與創新應變 C2人際關係與團隊合作							
課程目標	1. 能提升情緒覺察及情緒調節的能力。 2. 能在與人相處時，表現出合宜的溝通與互動技巧。 3. 能提升學校生活上及人際互動上的問題解決能力。							
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	觀察、問答、實作							
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	5	單元一：	特社 1-I-1	特社 I-P-1	1. 學生能於情	活動 1：寒假生活分享	觀察、	繪本或桌遊、

～ 第五週		人際溝通術	分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。	辨識自己的情緒。 特社 I-P-5 基本的溝通技巧。 特社 I-P-6 溝通禮儀（如：輪流說話）。 特社 I-P-7 不同情境下適當的社交行為。 特社 I-P-8 與人分享、合作與互動的基本技巧。 特社 I-P-9 基本的同儕遊戲規則與禮儀（如：輪流、排隊、勝不驕敗不餒）。 特社 I-P-10 分辨與表達造成衝突的原因及情境。 特社 I-P-12	緒激動或面臨衝突時，運用合適的策略進行自我調節。 2. 學生能表現合適的社交溝通行為（含語言與非語言技巧）。 3. 學生能建立正向的同儕互動關係，並學習基礎的衝突解決流程。 4. 學生能在遇到困難或需求時，依循步驟向適當對象尋求協助。	**教學重點：**透過輕鬆主題對話與生活分享，快速建立連結。 活動 2：你在跟我說話嗎？ **教學重點：**利用視覺符號練習「眼神注視」的社交重點。 活動 3：訊息翻譯機 **教學重點：**透過照片練習辨識同學的口語訊息與表情。 活動 4：輪流說話球 **教學重點：**實體化「發言權」，利用接力球訓練輪流對話邏輯。 活動 5：電話練習曲 **教學重點：**拆解對話開頭與結尾，利用腳本輔助口語表達。	問答、 實作	自編課程簡報、 自編學習單、 情境演練。
第六週 ～ 第九週	4	單元二： 友誼你我他	特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。			活動 1：友善賓果卡 **教學重點：**列出友善行為清單，鼓勵學生在生活中觀察與實踐。 活動 2：分享實驗室 **教學重點：**利用視覺步驟圖練習分享文具或玩具的過程。 活動 3：遊戲小規則 **教學重點：**透過桌遊實作，學習「排隊與輪流」的視覺提示。 活動 4：輸了不生氣 **教學重點：**社會技巧故事教學，利用漫畫格呈現賽後的適當反應。	觀察、 問答、 實作	繪本或桌遊、 自編課程簡報、 自編學習單、 情境演練。
第十週	4	單元三：				活動 1：誰動了我的東西？	觀察、	繪本或桌遊、

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

～ 第十三週		衝突解碼器		常見的社交問題及處理方式(如：道歉)。 特社I-P-13 常見的校園生活問題及求助方式。		**教學重點：**使用因果魚骨圖分析日常衝突發生的原因。 活動2：感覺紅黃綠 **教學重點：**練習辨識衝突中的他人情緒，利用圖解連結行為後果。 活動3：道歉萬用手冊 **教學重點：**建立「誠心道歉」的視覺步驟(看著對方、說出原因)。 活動4：原諒的心 **教學重點：**透過角色扮演，練習接受道歉或提出解決方案。	問答、實作	自編課程簡報、 自編學習單、 情境演練。
第十四週 ～ 第十七週	4	單元四： 社交小超人				活動1：環境觀察家 **教學重點：**利用照片對比「圖書館」與「操場」不同的說話音量。 活動2：加入遊戲的技巧 **教學重點：**拆解「觀察、等待、詢問」三步驟，建立視覺流向圖。 活動3：被拒絕了怎麼辦？ **教學重點：**使用AI工具生成替代情境，練習正向的替代性行為。 活動4：幫忙的小幫手 **教學重點：**練習辨識他	觀察、問答、實作	繪本或桌遊、 自編課程簡報、 自編學習單、 情境演練。

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

						人需要幫忙的訊號，並提供適當協助。		
第十八週 ～ 第二十一週	4	單元五： 社交大觀園				活動 1：友誼地圖 **教學重點：**繪製班級友誼互動心智圖，標註學到的社交技巧。 活動 2：人際大會考 **教學重點：**利用情境圖卡進行問答，複習衝突處理策略。 活動 3：禮貌劇場 **教學重點：**綜合全期技巧，進行分組小劇場演出。 活動 4：我的社交成長證書 **教學重點：**回顧進步點，透過視覺化表單進行自我肯定。	觀察、 問答、 實作	繪本或桌遊、 自編課程簡報、 自編學習單、 情境演練。

◎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。