

臺南市公私立歸仁區歸南國民小學 115 學年度第一學期五年級彈性學習 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)	五年級	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 ☐ 獨立研究 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	隨著身心發展步入青春前期，學生的同儕互動日益複雜，情緒調節與同理心的培養至關重要。故透過視覺化提示、步驟拆解、實境模擬與行為演練，協助學生在普通班（融合教育環境）及社會情境中，建立合宜的互動模式，並學會自我倡導，在群體中找到安全、自信、共好的人際座標。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 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. 能夠覺察自我情緒與肢體語言，並理解其對人際溝通的影響。 2. 掌握「積極傾聽」的溝通技巧，並能實踐於日常生活中。 3. 學習分析人際衝突的原因，並運用理性的步驟與策略化解衝突。 4. 展現良好的團隊合作精神，在集體任務中學會包容不同觀點與互相扶持。							
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. 在面對校園衝突，能運用「我訊息」與「積極聆聽」解決問題 2. 能找到與班級相處的黃金守則與友誼妙方							
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 到 第 3 週	3	【情緒密碼】 認識自己	特 社 1-III-1 覺察自己的身心 狀態、特質	特社 Aa-III-1 自我特質、能力、 限制與感	1. 能以合宜的 音量與語氣介 紹自己。	1. 利用影片引導學生 思考個人特質的獨特 性。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 4 週 到 第 6 週	3	【情緒密碼】 情緒溫度計	與偏好，並展現自我接納。 特社 1-III-2	官偏好之探索。 特社 Aa-III-2	2. 能在情緒焦慮/生氣前期，學會1種冷靜方式。	2. 透過遊戲理解每個人都有自己的特長與需要被包容。	觀察評量 實作評量 口語評量	自製小圖卡、 桌遊、影片
第 7 週 到 第 10 週	4	【社交密碼】 讀懂空氣	辨識、表達自己的情緒，並運用合宜的策略調適情緒與行為。	情緒之辨識、表達與調適策略。 特社 Bb-III-1	3. 能使用合宜的說話方式與同學展開對話。	3. 提供多種自我調適策略圖卡，協助學生篩選、選出最適合自己的 3 張。		
第 11 週 到 第 14 週	4	【社交密碼】 談話魔術貼	特社 2-III-1	表情、眼神、語調及肢體動作等非口語訊息之解讀與運用。 特社 Cc-III-1	4. 能在衝突發生時，運用「我訊息」表達自己的感受與合宜需求。	4. 藉由表情局部放大照片（眼睛、眉毛、嘴巴），引導學生觀察「微表情」，玩「表情猜猜看」遊戲。		
第 15 週 到 第 18 週	4	【人際拆彈專家】 衝突大解密	關注同儕的社交線索，解讀非口語訊息與社會情境。	團體衝突之起因、調解與折衷解決方案。		5. 設計衝突情境，引導學生使用「協商方案卡」（如：輪流、猜拳、一人一半、找老師），練習提出雙方都能接受的雙贏折衷法。		
第 19 週 到 第 21 週	3	【衝突拆彈小組】 社交情境大實踐	特社 3-III-1 辨識人際衝突的原因，並運用合宜的溝通與問題解決策略處理衝突。					

◎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。

臺南市公私立歸仁區歸南國民小學 115 學年度第二學期五年級彈性學習 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)	五年級	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 ☐ 獨立研究 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		隨著身心發展步入青春前期，學生的同儕互動日益複雜，情緒調節與同理心的培養至關重要。故透過視覺化提示、步驟拆解、實境模擬與行為演練，協助學生在普通班（融合教育環境）及社會情境中，建立合宜的互動模式，並學會自我倡導，在群體中找到安全、自信、共好的人際座標。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 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. 能夠覺察自我情緒與肢體語言，並理解其對人際溝通的影響。 2. 掌握「積極傾聽」的溝通技巧，並能實踐於日常生活中。 3. 學習分析人際衝突的原因，並運用理性的步驟與策略化解衝突。 4. 展現良好的團隊合作精神，在集體任務中學會包容不同觀點與互相扶持。						
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. 在面對校園衝突，能運用「我訊息」與「積極聆聽」解決問題 2. 能找到與班級相處的黃金守則與友誼妙方 3. 能同理傾聽、溫和拒絕與雙贏協商，順利融入群體生活。						
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 週 到 第 3 週	3	【社交迷宮】 拒絕的藝術	特社 1-III-2 辨識、表達自己的情緒，並運用合宜的策略調適情緒與行為。	特社 Aa-III-2 情緒之辨識、表達與調適策略。	1. 能辨識同儕壓力中的不合理要求。	1. 透過「拒絕便利貼」板，討論常見被同儕強迫的情境。	觀察評量 實作評量 口語評量	自製小圖卡、桌遊、影片
第 4 週 到 第 7 週	4	【社交迷宮】 網路世界防衛隊	特社 2-III-1 關注同儕的社交線索，解讀非口語訊息與社會情境。	特社 Bb-III-1 表情、眼神、語調及肢體動作等非口語訊息之解讀與運用。	2. 能運用「溫和堅定」的社交腳本進行拒絕，且不破壞同儕關係。	2. 引導學生討論：沒有表情和語調時，這句話可能代表生氣還是無所謂？		
第 8 週 到 第 11 週	4	【融合特攻隊】 同儕大融冰	特社 2-III-2 運用語言與非語言技巧，主動發起、維持與合宜結束對話。	特社 Cc-III-1 團體衝突之起因、調解與折衷解決方案。	3. 能運用正向詞彙，以文字卡片向同儕表達感謝。	3. 引導學生區分「開玩笑」與「讓人不舒服」的界線，認識社會線索。		
第 12 週 到 第 14 週	3	【融合特攻隊】 合作調解員	特社 3-III-1 辨識人際衝突的原因，並運用合宜的溝通與問題解決策略處理衝突。	特社 Cc-III-2 團隊分工與協作、自我倡導與合宜表意之技巧。				
第 15 週 到 第 17 週	3	【感恩與共好】 感恩悄悄話						
第 18 週 到 第 21 週	4	【感恩與共好】 情境大富翁						

◎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。