

臺南市公立中西區永福國民小學 115 學年度第 1 學期高年級彈性學習 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)	高年級	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	本課程專為高年級學生設計，核心在於引導其因應生理與心理發展帶來的社交挑戰。高年級學生的同儕團體影響力顯著增加，且互動場域延伸至數位網路。課程旨在提升學生的「高階社交意識」，從自我認同的建立出發，進而學習處理複雜的同儕動態，如排擠、壓力與多元價值觀的碰撞。 透過系統性的引導，學生將學習如何在真實與虛擬世界中維持心理界限，並運用理性與感性兼具的溝通策略。這不僅是為了校園生活的適應，更是培養其成為具備同理心、能處理衝突並建立健康人際關係的成熟公民，體察個人行為與群體氛圍的深層關聯，實踐 108 課綱共好之精神。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-B1 符號運用與溝通表達： 具備理解、生成與運用各種符號、語言及文字的能力，並能與他人進行良性互動。 E-C2 人際關係與團隊合作： 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。 E-A3 具備擬定計畫與執行能力，並落實於日常生活中。 （運用於社交策略的規劃與執行）				
課程目標	1. 能覺察青春期自我特質與他人眼光的關係，並建立健康的自我價值感。 2. 掌握高階溝通技巧（包括深層傾聽、非口語訊息解讀與數位通訊禮儀）。 3. 能分析並理解不同立場的觀點，並能以建設性的方式進行談判與協商。 4. 學習辨識並拒絕負面同儕壓力，並能採取合宜的行為維護人際界限。				
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. 「數位社交指南」海報設計：學生需針對網路聊天室或社群平台，歸納並設計出一套友善、不誤導、且能保護隱私的溝通指引。 2. 「談判魔法術」實境秀：學生需分組針對「意見不合的公共事務」進行模擬協商，並展示如何達成雙贏方案。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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 1-3 週	3	我是社交誰？	2a-III-1 覺察 自己的人際互動 方式。	Ad-III-1 自我特質與 發展。	1. 能分析自己的社交優勢與待加強處。 2. 能理解「理想我」與「他人眼中的我」。	1. 【社交自畫像】：學生繪製自己的社交屬性圖（如：愛說話、愛傾聽）。 2. 【優點偵探】：同學互相寫下對方的社交亮點並進行分享。 3. 【標籤下的真相】：討論「大眾標籤」對自我認知的影響。	1. 口頭發表 2. 社交特質單	自編社交特質卡
第 4-6 週	3	打破偏見濾鏡	2b-III-1 展現 關懷、接納與同 理心。	Bd-III-2 尊重多元的人際關係。	1. 能辨識社交偏見的來源。 2. 能對不同背景同學展現接納態度。	1. 【盲人摸象社交版】：討論因偏見產生的誤會案例。 2. 【換位思考箱】：抽籤扮演不同性格的同學，體驗其處境。 3. 【多元友誼地圖】：分組討論如何主動結交與自己特質不同的朋友。	1. 學習單 2. 教師觀察	偏見情境故事

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 7-9 週	3	肢體語言大師	1d-III-1 覺察情緒、行為與他人的互動。	Bc-III-1 良好的溝通與互動策略。	1. 能正確解讀微表情與身體語言。 2. 能運用合宜的肢體語言強化溝通。	1. 【誰在說謊？】：觀察影片主角，分析哪些動作透露了真實情緒。 2. 【沈默劇場】：分組進行無聲表演，僅靠眼神與動作傳達訊息。 3. 【社交距離測量】：練習在不同情境下的生理與心理距離。	1. 角色扮演評量 2. 實作表現	肢體語言觀察表
第 10-12 週	3	數位社交玩家	2c-III-1 運用正向溝通與衝突解決。	Bc-III-2 數位人際互動的規範。	1. 掌握網路通訊不誤解的原則。 2. 能辨識網路霸凌並知道如何求助。	1. 【文字的溫度】：同樣一句話，用不同貼圖或標點符號的感覺對比。 2. 【聊天室地雷區】：列舉網路上讓人不舒服的行為（如：已讀不回、訊息轟炸）。 3. 【數位守門員】：模擬收到匿名黑函時的正確處理步驟。	1. 表現任務（數位指南） 2. 口頭發表	網路禮儀檢核表

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 13-15 週	3	拒絕壓力牆	2a-III-1 覺察群體中的自我界限。	Bc-III-1 自我保護與拒絕策略。	1. 能區辨正向與負面的同儕壓力。 2. 學會堅定且有禮貌的拒絕技巧。	1. 【當朋友說：去做吧】：模擬被同儕慫恿做壞事的情境。 2. 【三段式拒絕】：練習「傾聽、說明立場、提供替代方案」。 3. 【社交紅線】：討論什麼是自己的「社交界限」，並練習守護。	1. 實作評量 2. 同儕互評	同儕壓力情境單
第 16-19 週	4	雙贏談判師	2c-III-1 運用談判與協商技巧。	Bc-III-2 衝突解決的歷程與策略。	1. 能說出衝突背後의 真正需求。 2. 能提出至少兩項雙贏的替代方案。	1. 【橘子之爭】：分組演練經典談判，找出雙方想要橘子皮還是橘子肉。 2. 【利益分析法】：練習分析衝突雙方的「立場」與「需求」。 3. 【談判桌實戰】：針對班級公物使用規則進行模擬談判。	1. 實作表現 2. 小組討論	談判單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 20-21 週	2	社交領航發表	2b-III-1 展現同理並提供協助。	Bd-III-1 團體中的人際互動規則。	1. 能統整運用本學期社交技巧。 2. 能針對社交情境提供具體建議。	1. 【社交領航員發表】：各組展示「數位社交指南」或演繹談判秀。 2. 【回饋交流】：全班針對各組表現給予「亮點」與「建議」。 3. 【成長反思】：寫下本學期在人際互動中最深刻的體會。	1. 表現任務評量 2. 自我評鑑	表現任務檢核表
--------------	---	--------	---------------------	----------------------	--	---	---------------------------------	---------

◎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。

臺南市公立中西區永福國民小學 115 學年度第 1 學期高年級彈性學習 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)	高年級	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	本課程專為高年級學生設計，核心在於引導其因應生理與心理發展帶來的社交挑戰。高年級學生的同儕團體影響力顯著增加，且互動場域延伸至數位網路。課程旨在提升學生的「高階社交意識」，從自我認同的建立出發，進而學習處理複雜的同儕動態，如排擠、壓力與多元價值觀的碰撞。 透過系統性的引導，學生將學習如何在真實與虛擬世界中維持心理界限，並運用理性與感性兼具的溝通策略。這不僅是為了校園生活的適應，更是培養其成為具備同理心、能處理衝突並建立健康人際關係的成熟公民，體察個人行為與群體氛圍的深層關聯，實踐 108 課綱共好之精神。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-B1 符號運用與溝通表達： 具備理解、生成與運用各種符號、語言及文字的能力，並能與他人進行良性互動。 E-C2 人際關係與團隊合作： 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。 E-A3 具備擬定計畫與執行能力，並落實於日常生活中。 （運用於社交策略的規劃與執行）				
課程目標	1. 能覺察青春期自我特質與他人眼光的關係，並建立健康的自我價值感。 2. 掌握高階溝通技巧（包括深層傾聽、非口語訊息解讀與數位通訊禮儀）。 3. 能分析並理解不同立場的觀點，並能以建設性的方式進行談判與協商。 4. 學習辨識並拒絕負面同儕壓力，並能採取合宜的行為維護人際界限。				
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. 「數位社交指南」海報設計：學生需針對網路聊天室或社群平台，歸納並設計出一套友善、不誤導、且能保護隱私的溝通指引。 2. 「談判魔法術」實境秀：學生需分組針對「意見不合的公共事務」進行模擬協商，並展示如何達成雙贏方案。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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 1-4 週	4	團隊領航員	2c-III-1 展現合宜的人際互動方式，並與團隊成員合作。	Bd-III-1 團體中的人際互動規則。	1. 能辨識領導者的正向特質。 2. 能在團隊中擔任協調者角色。	1.【領袖特質大搜查】：分析歷史或影視作品中的領導者，討論影響力來源。 2.【合作大挑戰：孤島求生】：分組進行情境模擬任務，練習決策與分工。 3.【我的協調術】：當小組發生意見分歧時，練習運用「輪流發言」與「投票與尊重」的機制。	1. 實作評量 2. 同儕互評	團隊角色自評表
第 5-8 週	4	情緒防彈衣	1d-III-1 覺察情緒、行為與他人的互動。	Ad-III-1 情緒的調控與正向思考。	1. 能辨識社交挫折（如：被拒絕）的內在感受。 2. 學習運用正向轉念對應負面評論。	1.【社交黑洞的應對】：模擬被小團體冷落的情境，分享內心感受。 2.【轉念魔法棒】：將「他們一定討厭我」轉化為「他們可能只是在忙」。 3.【建立支持系統】：練習	1. 學習單 2. 教師觀察	轉念思考單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						向值得信任的成人或同儕尋求社交支持的方法。		
第 9-12 週	4	異性交友與界限	2b-III-1 展現對不同性別、特質者的尊重與關懷。	Bd-III-2 尊重多元的人際關係。	1. 能正確區分友誼與愛慕的界限。 2. 能以健康、禮貌的態度與異性/不同性別者相處。	1. 【友情還是愛情？】：透過案例討論高年級常見的異性互動議題。 2. 【身體與社交紅綠燈】：釐清身體自主權與人際距離，練習拒絕不舒服的肢體接觸。 3. 【尊重多元特質】：討論性別刻板印象如何影響人際交友，並練習打破偏見。	1. 口頭發表 2. 情境判斷測驗	性別互動學習單
第 13-16 週	4	跨出舒適圈：國中新生活	2a-III-1 覺察群體中的自我界限與適應。	Bc-III-1 自我保護與新環境的溝通策略。	1. 能模擬新環境中的自我介紹與破冰技巧。 2. 能預期並規畫國中社交環境的改變。	1. 【破冰大對抗】：練習在陌生群體中主動開啟話題的「關鍵三句問」。 2. 【國中社交模擬戰】：討論國中可能遇到的新挑戰（如：學長姐文化、社團競爭）。 3. 【建立新友誼指南】：分	1. 角色扮演評量 2. 小組討論	國中適應手冊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						組設計「初見面友善清單」，建立社交第一印象。		
第 17-21 週	5	社交力期末實踐展	2c-III-1 運用正向溝通與衝突解決。	Bd-III-1 團隊合作的實踐與反思。	1. 能整合高年級所學之社交技巧解決複雜個案。 2. 產出個人的人際成長歷程紀錄。	1. 【校園人際小百科】：分組製作影片或手札，針對學弟妹常遇到的社交問題（如：吵架、排擠）提供解決對策。 2. 【成果發表會】：各組進行「人際錦囊」發表。 3. 【畢業前的祝福】：全班進行「正向留言板」，為六年的小學人際關係畫下完美句點。	1. 表現任務評量 2. 檔案評量（成長手冊）	社交錦囊成品

◎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。