

臺南市公立中西區進學國小 115 學年度第一學期五年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫(☐ 普通班/ ☐ 藝才班/ ☐ 體育班/ ☒ 特教班)

學習主題名稱	社會情緒學習	實施年級	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 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	本課程以社會情緒學習 (SEL) 為核心, 透過繪本導讀與活動實作, 引導學生認識自我、管理情緒、理解他人、建立良好人際關係, 並強化負責任的決策能力, 全面發展其社會與情緒素養。				
本教育階段 總綱核心素養	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	1. 自我覺察: 能辨識與表達自身的情緒、能力與需求, 認識自己的優點與需要改進的地方, 並能說出自己的目標與期望行為。 2. 自我管理: 能運用適當的方法抒解壓力、自我激勵 (如給自己獎勵), 並在引導下擬定並執行處理問題的策略, 展現自我調節與行動力。 3. 社會覺察: 能從他人非語言訊息中覺察其情緒與原因, 理解他人的困難與需求, 並表達對他人的關心與感受, 增進同理心與社會理解。 4. 人際關係技巧: 能遵守溝通與互動規則 (如輪流說話、結束遊戲時的禮貌表達), 能表達感謝、尋求協助與應對衝突, 發展健康的人際連結與團體參與能力。 5. 負責任的決定: 能表達自己的決定與目標, 理解自己的能力界限, 勇於表達無法做到的事並尋求幫助, 在行為上展現對自己與他人負責的態度。				
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. 口頭回答任務: 學生能描述生活中常見的基本情緒 (如: 快樂、悲傷、憤怒) 及其可能原因, 分享自己曾經面對壓力或困難的經驗, 並說明如何處理或向人求助, 及說明自己對家人或朋友表達感謝或關心的方式及其意義。 2. 角色扮演實作任務: 學生於情境 (如: 處理衝突、輪流說話、表達感謝或求助、遇到困難) 中能演練合宜的言行 (如: 和緩語氣表達拒絕、禮貌結束遊戲、關心他人)。 3. 文字書寫任務: 學生透過寫作或繪圖活動, 描述自己的優點與缺點, 並擬定改善缺點的計劃, 及設定一項目標 (如: 處理問題或表達感謝), 並寫出具體執行計劃及可能獲得的獎勵, 並反思自己在某情境中的行為 (如: 衝突處理或求助), 並記錄期待的改進行動。				

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 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 3 週	3	管理情緒	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。	能處理複雜情緒。	透過繪本，討論生活中常出現的複雜情緒。並藉由角色扮演，來處理這些情緒。	口述、實作、寫作	繪本、影片
第 4 週 － 第 6 週	3	鼓勵自己	特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	能運用方式以紓解壓力。	透過繪本，討論能紓解壓力的方式，並透過角色扮演，來作演練。		
第 7 週 － 第 9 週	3	處理問題	特社 1-III-5 使用策略處理問題，但不過度重視結果或成敗。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	能以喜歡的物品或活動獎勵自己。	透過繪本，討論為自己加油的好處。並透過寫作活動中，擬定能獲得獎勵的執行計劃。		
第 10 週 － 第 12 週	3	觀察情緒	特社 1-III-5 使用策略處理問題，但不過度重視結果或成敗。	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	能嘗試執行策略以處理問題。	透過繪本，討論處理問題的效果。並透過角色扮演，於情境中嘗試執行。		
第 10 週 － 第 12 週	3	觀察情緒	特社 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	能從他人的非口語訊息分析出現此情緒的原因。	能透過繪本，討論對方出現該情緒的可能原因。並在角色扮演中，敘述出現該情緒的原因。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 13 週 － 第 15 週	3	交換對話	特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。	特社 B-III-2 話題的開啟與延續。	能執行輪流說話的禮儀，來和他人交談。	透過影片，討論和人交談時，輪流說話的必要。並透過角色扮演，實際演練輪流說話。		
第 16 週 － 第 17 週	2	愛交朋友的 玩家	特社 2-III-4 依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。	特社 B-III-3 自我經驗的分享。	能遵從約定好的團體規範，在遊戲結束後表達祝福與感謝。	透過繪本，討論遊戲結束後所應表現的禮貌。並在角色扮演中進行演練。		
第 18 週 － 第 19 週	2	處理衝突	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。	能執行處理衝突的方法，以化解衝突。	透過繪本，討論能處理衝突的方式。並透過角色扮演，實際演練以處理衝突。		
第 20 週 － 第 21 週	2	表達困難	特社 2-III-7 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。		能表達自己無法做到。	透過繪本，討論對遇到困難或無意願作表達。並於角色扮演情境中，實際表達遇到困難或無意願去做。		

◎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。

臺南市市立中西區進學國小 115 學年度第二學期五年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫(☐ 普通班/ ☐ 藝才班/ ☐ 體育班/ ☒ 特教班)

學習主題名稱	社會情緒學習	實施年級	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 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	社會技巧：本課程以社會情緒學習（SEL）為核心，透過繪本導讀與活動實作，引導學生認識自我、管理情緒、理解他人、建立良好人際關係，並強化負責任的決策能力，全面發展其社會與情緒素養。 生活管理：透過繪本、討論與角色扮演，培養自我覺察、目標設定、決策及關懷他人的生活管理能力。				
本教育階段 總綱核心素養	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	1. 自我覺察：能辨識與表達自身的情緒、能力與需求，認識自己的優點與需要改進的地方，並能說出自己的目標與期望行為。 2. 自我管理：能運用適當的方法抒解壓力、自我激勵（如給自己獎勵），並在引導下擬定並執行處理問題的策略，展現自我調節與行動力。 3. 社會覺察：能從他人非語言訊息中覺察其情緒與原因，理解他人的困難與需求，並表達對他人的關心與感受，增進同理心與社會理解。 4. 人際關係技巧：能遵守溝通與互動規則（如輪流說話、結束遊戲時的禮貌表達），能表達感謝、尋求協助與應對衝突，發展健康的人際連結與團體參與能力。 5. 負責任的決定：能表達自己的決定與目標，理解自己的能力界限，勇於表達無法做到的事並尋求幫助，在行為上展現對自己與他人負責的態度。				
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. 口頭回答任務：學生能描述生活中常見的基本情緒（如：快樂、悲傷、憤怒）及其可能原因，分享自己曾經面對壓力或困難的經驗，並說明如何處理或向人求助，及說明自己對家人或朋友表達感謝或關心的方式及其意義。 2. 角色扮演實作任務：學生於情境（如：處理衝突、輪流說話、表達感謝或求助、遇到困難）中能演練合宜的言行（如：和緩語氣表達拒絕、禮貌結束遊戲、關心他人）。 3. 文字書寫任務：學生透過寫作或繪圖活動，描述自己的優點與缺點，並擬定改善缺點的計劃，及設定一項目標（如：處理問題或表達感謝），並寫出具體執行計劃及可能獲得的獎勵，並反思自己在某情境中的行為（如：衝突處理或求助），並記				

錄期待的改進行動。

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 3 週	3	尋求協助	特社 3-III-2 主動參與課堂或小組討論，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。	能協助對方。	透過繪本，討論向人協助的可能。並於角色扮演情境中，實際演練提供協助。	口述、實作、寫作	繪本
第 4 週 － 第 6 週	3	關心他人或家人	特社 3-III-5 在親友或他人遭逢不如意或喪事的場合，表現出適當合宜的行為。	特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整。	能對家人或同學表達關心。	透過繪本，討論對別人及家人關心的意義。並透過角色扮演，實際演練對他人關心。		
第 7 週 － 第 9 週	3	關心更多人	特社 3-III-8 與學校不同國籍或文化的師長、同學進行簡單的聯繫與溝通。	特社 C-III-3 不同社區或部落情境變化的適應與調整。	能表達對他人好奇。	透過繪本，探討對更多人表達好奇的可能性。並能透過角色扮演，實際演練對他們開啟對話。		
第 10 週 － 第 12 週	3	我的優缺點	特生 4-sP-1 認識自己並接受自己的特質。	特生 M-sP-2 自我覺察。	能區辨自己的優點與缺點。	透過繪本討論，延伸至探討自己的優點及缺點。並能透過寫作與繪圖創作活動，將自己的優缺點以文字或圖畫作呈現。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 13 週 － 第 15 週	3	我會作決定	特生 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力。	特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。	能說出自己的決定	透過繪本，討論自己作決定的意義。並透過角色扮演，實際演練自己作決定。		
第 16 週 － 第 18 週	3	我的目標	特生 4-sP-3 能自行設定目標。	特生 L-sP-1 自我目標的設定。	能說出自己的目標	透過討論立下目標的意義。並透過寫作與繪圖創作活動，將自己的目標，以文字或圖畫作呈現。		
第 19 週 － 第 21 週	3	我會進步	特生 4-sP-5 能反省自己的行為與學習表現。	特生 L-sP-4 自我管理技巧。 特生 L-sP-5 自我負責。	能說出自己期待的更好的行為。	透過繪本討論省思與改進的意義。並在角色扮演的情境中，敘述及執行自己期待的更好的行為。		

◎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。