

臺南市公立中西區進學國小 115 學年度第一學期六年級彈性學習 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 (班級組別)	六年級	教學節數	本學期共(42)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	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：能認識並辨識自身的複雜情緒與壓力來源，瞭解個人情緒反應與特質，進而接納自己並欣賞自我的獨特之處。 2. 自我管理：能適時運用抒解壓力與自我安慰的策略，針對問題情境進行後果評估，選擇合宜的方法處理情緒與行為，培養穩定自我調節的能力。 3. 社會覺察：能理解人際互動中正向與非善意行為的差異與用意，欣賞他人優點，並能以同理心理解他人的拒絕與情緒反應。 4. 人際關係技巧：能在互動中以和緩且禮貌的語氣表達拒絕、澄清誤解並避免衝突擴大，並能積極參與小組合作，展現尊重與合宜的行為表達，尤其在家庭情境中亦能表現正向人際態度。 5. 負責任的決定：能在面對選擇時，評估行為的可能後果，為自己的決定立下具體承諾，並以實際行動展現負責任的態度與自我要求。				
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：學生能依繪本情境口頭描述主角所面臨的情緒或人際困擾（例如：壓力、被拒絕、誤解）、分享主角如何處理此情況（包括所使用的調節方法）、說說自己是否有過相似經驗及如何處理。 2. 角色扮演實作任務：學生能演出，關於運用友善態度、策略性回應、維持界線…等技巧，並於演出後檢討所選應變方式及其結果。 3. 文字書寫任務：學生能寫出情緒處理技巧與抒壓方法（例：寫卡片、深呼吸、運動），一次具體的人際互動經驗（例：合作、欣賞、衝突、拒絕），我怎麼做／學到什麼、及一項近期的自我承諾（例：下次遇到誤解時，我會先說明而非反駁）。				

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	6	處理情緒	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。	能選擇較佳的複雜情緒的處理技能。	透過繪本，理解許多能輔助處理複雜情緒的不同的方法。並藉由遊戲，在角色扮演中運用方法來處理複雜情緒。	口述、實作、寫作	繪本
第 4 週 － 第 6 週	6	抒解壓力	特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	能運用抒解壓力的方式	透過繪本，探討合適的方式有助抒解壓力。並透過角色扮演，於情境中實際執行，來體驗並表現抒解壓力。		
第 7 週 － 第 9 週	6	認識自己	特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	能接納自己	透過繪本，討論我們可以多多了解自己，並且喜歡自己，甚至接受自己。再透過遊戲編製活動，來區辨所認識的自己的特點。		
第 10 週 － 第 12 週	6	鼓勵自己	特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。		能自我安慰	透過繪本，討論我們可以找方法安慰自己，並透過繪製卡片，來鼓勵自己。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 13 週 － 第 15 週	6	處理問題	特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	能先評估後果，再使用策略處理問題。	透過繪本，理解應預想後果，而選擇策略，來處理問題。並在寫作活動中，針對遇到的問題，擬定策略，及可能產生的後果。		
第 16 週 － 第 18 週	6	正向思考	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。		能辨別與人相處中會出現的正向互動行為。	透過繪本，討論正向又友善的各種人際互動行為。並以角色扮演活動，用言行表現出友善的態度，來應對人際互動狀況。		
第 19 週 － 第 21 週	6	保護自己	特社 2-III-2 區辨別人非善意行為是提醒，還是威脅到了自己的適應與生存。		能區辨別人做出的非善意行為的用意	透過繪本，討論可能會遇到的非善意行為，以及其用意。		

◎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 學年度第二學期六年級彈性學習 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 (班級組別)	六年級	教學節數	本學期共(38)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	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：透過繪本與寫作，引導學生自主決定並勇於承擔責任，培養自我負責態度。				
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：能認識並辨識自身的複雜情緒與壓力來源，瞭解個人情緒反應與特質，進而接納自己並欣賞自我的獨特之處。 2. 自我管理：能適時運用抒解壓力與自我安慰的策略，針對問題情境進行後果評估，選擇合宜的方法處理情緒與行為，培養穩定自我調節的能力。 3. 社會覺察：能理解人際互動中正向與非善意行為的差異與用意，欣賞他人優點，並能以同理心理解他人的拒絕與情緒反應。 4. 人際關係技巧：能在互動中以和緩且禮貌的語氣表達拒絕、澄清誤解並避免衝突擴大，並能積極參與小組合作，展現尊重與合宜的行為表達，尤其在家庭情境中亦能表現正向人際態度。 5. 負責任的決定：能在面對選擇時，評估行為的可能後果，為自己的決定立下具體承諾，並以實際行動展現負責任的態度與自我要求。				
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：學生能依繪本情境口頭描述主角所面臨的情緒或人際困擾（例如：壓力、被拒絕、誤解）、分享主角如何處理此情況（包括所使用的調節方法）、說說自己是否有過相似經驗及如何處理。 2. 角色扮演實作任務：學生能演出，關於運用友善態度、策略性回應、維持界線…等技巧，並於演出後檢討所選應變方式及其結果。 3. 文字書寫任務：學生能寫出情緒處理技巧與抒壓方法（例：寫卡片、深呼吸、運動），一次具體的人際互動經驗（例：合作、				

欣賞、衝突、拒絕)，我怎麼做／學到什麼、及一項近期的自我承諾（例：下次遇到誤解時，我會先說明而非反駁）。

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	6	欣賞他人	特社 2-III-5 明瞭每個人都 有獨特的地 方, 交友時不以 單一標準或條 件選擇。	特社 B-III-3 自 我經驗的分 享。	能欣賞不同 的人的優點。	透過繪本，討論與人相處時會 從他人身上看到的優點。並透 過角色扮演，開口向對方表達 欣賞與讚美。	口述、實 作、寫作	繪本
第 4 週 － 第 5 週	4	禮貌的拒絕	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。	特社 B-III-4 自 我需求與困 難的表達。	能用和緩的 語氣和禮貌 的語句表達 拒絕。	透過繪本，討論適當的表達拒 絕的意義、方式，與其影響。 並於角色扮演情境中，實際運 用和緩的語氣與禮貌的語 句，來表達拒絕。		
第 6 週 － 第 7 週	4	接受拒絕	特社 2-III-8 理性評估與接 受被拒絕的原 因。		能以平穩的 情緒，回應對 方的拒絕與 其原因。	透過繪本，討論以平穩的情 緒，回應對方的拒絕與其原因 的意義、方式，與其影響。並 於角色扮演情境中，實際以平 穩的情緒，來回應對方的拒絕 與其原因。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 8 週 － 第 9 週	4	幫自己說話	特社 2-III-9 理性評估被誤解的原因,並清楚表達自己的立場以及說明事實。		能說明事實,來澄清別人的誤解。	透過繪本,討論與人相處時,偶爾會發生的誤解,以及合適的應對之道。透過角色扮演,實際演練對誤解作澄清。		
第 10 週 － 第 12 週	6	避免衝突	特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。		能做出行動來避免衝突再度發生。	透過繪本,探討引發衝突的原因,及合適的應變之道。並能透過角色扮演的演練,實際演練可採取的應變之道,並討論執行後的結果。		
第 13 週 － 第 15 週	6	合作	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。	能主動參與小組討論。	透過繪本,探討各種與人相處的情境,合作的需要與必要。並能透過角色扮演的演練,體驗合作的過程,並討論運作後的結果。		
第 16 週 － 第 18 週	6	同理心	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。	在家人遭逢不如意時,能表現出適當又合宜的言行。	透過繪本,討論家人遇到的不如意事件,以及可作出的應對。並透過角色扮演,實際對扮演情境中的家人做出合宜的言行表達。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 19 週	2	負責任的自己	特生 4-sA-2 能為自己做的決定負責。	特生 L-sP-5 自我負責。	能為自己所做的決定立下承諾。	透過繪本，討論為自己作決定的重要，以及為自己負責的必要。並透過寫作，寫出自己立下的決定，以及願意為自己負責的承諾。		
--------	---	--------	-----------------------	-----------------	----------------	---	--	--

◎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。