

臺南市公立關廟區關廟國民小學 115 學年度第一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)	五、六年級/C	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	<b>3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程</b> 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立研究 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 <b>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程</b> <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	1. 藉由桌上遊戲活動、網路遊戲、閱讀繪本與社會性故事的活動及個別互動問答帶領學生學習，了解在班級情境中所遇到的各種情境及困難，提昇自我內省的能力，增加適應校園環境的彈性。 2. 因應學生障礙所產生的情緒行為適應不佳，關注其能覺察自我情緒、處理自我情緒、提高挫折容忍力、理解人際互動規範，以適應校園及團體生活。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 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. 處己與自我效能：學習處理情緒與壓力的技巧，培養接納自己的特質，建立問題解決的能力。 2. 處人與溝通互動：學習解讀訊息與衝突的方法，懂得尊重彼此的不同，與人建立正向的情誼。 3. 處環境與社區參與：遵守家庭、教室或團體的規範，學習參與及適應家庭與社區的多元活動。							
配合融入之領域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input checked="" type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	口語評量 觀察評量 實作評量							
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	情緒的主人 暑假回顧與分享	特社 1-III-3 接 納自己與接受不	特社 A-III- 2 壓力的替	1. 覺察事件 所引發的壓	1. 生活經驗聯結與分享討 論。	觀察評量 實作評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第五週		探索與表達自我	可能每個人都喜歡自己的事實。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 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。	代與紓解方法。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。	力，能表達衝突所引發的情緒反應。 2. 分辨發生衝突的原因及情境，及所造成的後果。	2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。	口頭評量	
第六週 ~ 第九週	4	<b>化壓力為力量</b> 理解壓力來源 掌握情緒與化解壓力 正向面對壓力 健康紓壓	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 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 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 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	1. 能用正向的眼光和態度去解讀所發生的一切。 2. 認識自己的能力，接納自己的表現。	1. 生活經驗聯結與分享討論。 2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。	觀察評量 實作評量 口頭評量	自編
第十週 ~ 第十三週	4	<b>化壓力為力量</b> 理解壓力來源 掌握情緒與化解壓力 正向面對壓力 健康紓壓	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 2-III-4 依據情境，用適當	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-III-3 行為與後	1. 利用情境演練，透過討論、教師引導、問答，讓學生理解壓力來	1. 生活經驗聯結與分享討論。 2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。	觀察評量 實作評量 口頭評量	自編

			的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。 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。	果之間的關係與評估。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	源，及如何造成各種負面情緒。 2. 利用情境、閱讀及新聞事件引導，讓學生理解壓力如何影響情緒及生活。 3. 利用情境、閱讀及新聞事件引導，與學生共同找出合宜健康的紓壓方式。			
第十四週 ~ 第十七週	4	<b>欣賞自我與尊重他人</b> 自我分享優勢與接納弱勢 尊重、傾聽每個同學 學習欣賞與良性競爭	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 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。 特社 3-III-4 在節慶或傳統祭儀遇到熟悉的人時，使用有簡單主題的方式說出	特社A-II-3 自我接納(肯定)與激勵。 特社B-II-1 (互動)訊息解讀的技巧。 特社B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員的關懷與表達。	1. 能展現自己的能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。 2. 能表達或分享自己的意見，並適當評論對他人意見的看法。	1. 生活經驗聯結與分享討論。 2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。	觀察評量 實作評量 口頭評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十八週 ～ 第二十一週	4	<b>尊重差異</b> 學期回顧與分享 口語表達與思辨	應景的話。 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 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 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。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 C-III-3 不同社區或部落情境變化的適應與調整。	1. 能用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，與人進行溝通。 8. 能用非語言的線索（手勢、眼神）與人進行溝通。 2. 能根據情境，說出適當應對的話語。 3. 能在與人溝通時，理解他人立場。 4. 能尊重同學間性格的差異。	1. 生活經驗聯結與分享討論。 2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。	觀察評量 實作評量 口頭評量	自編
--------------------	---	-----------------------------------	---	--	---	--	----------------------	----

◎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。

臺南市公立關廟區關廟國民小學 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/C	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	<b>3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程</b> 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立研究 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 <b>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程</b> <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	1. 藉由桌遊遊戲活動、網路遊戲、閱讀繪本與社會性故事的活動及個別互動問答帶領學生學習，了解在班級情境中所遇到的各種情境及困難，提昇自我內省的能力，增加適應校園環境的彈性。 2. 因應學生障礙所產生的情緒行為適應不佳，關注其能覺察自我情緒、處理自我情緒、提高挫折容忍力、理解人際互動規範，以適應校園及團體生活。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 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. 處己與自我效能：學習處理情緒與壓力的技巧，培養接納自己的特質，建立問題解決的能力。 2. 處人與溝通互動：學習解讀訊息與衝突的方法，懂得尊重彼此的不同，與人建立正向的情誼。 3. 處環境與社區參與：遵守家庭、教室或團體的規範，學習參與及適應家庭與社區的多元活動。							
配合融入之領域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input checked="" type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育							
表現任務	口語評量 觀察評量 實作評量							
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)

第一週 ～ 第五週	5	<b>回顧自我、展望未來</b> 寒假回顧與分享 上學期課程回顧 本學期學習約定 自我分享與回饋	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 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 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 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。	1. 能理解自我壓力的來源。 2. 能理解生活情境的負面情緒來源。 3. 理解如何化解負面情緒。 4. 能與教師訂立本學期的郁達成的行為約定目標。	1. 生活經驗聯結與分享討論。 2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。	觀察評量 實作評量 口頭評量	自編
第六週 ～ 第九週	4	<b>自我優勢與服務</b> 能欣賞自我優勢 懂得關懷與幫助同儕	特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	1. 認識自己的能力，接納自己的表現。 2. 認識自己的優勢能力(很會玩棋藝類遊戲)，並做出適當的發揮表現。 3. 認識自己的弱勢能力(與同學相處不會考慮對方感受)，並加以提升。	1. 生活經驗聯結與分享討論。 2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。	觀察評量 實作評量 口頭評量	自編
第十週 ～	4	<b>自我優勢與服務</b> 能欣賞自我優勢	特社 1-III-4 以各種形式自我安	特社 A-III-3 行為與後	1. 懂得自我管理，團體	1. 生活經驗聯結與分享討論。	觀察評量 實作評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十三週		懂得關懷與幫助同儕	<p>慰與獎勵。</p> <p>特社2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。</p> <p>特社2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。</p> <p>特社3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。</p>	<p>果之間的關係與評估。</p> <p>特社 B-III-3 自我經驗的分享。</p> <p>特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。</p>	<p>活動時，遵守領導人物的要求。</p> <p>2. 能利用優勢在同學有需要時，主動表達關心。</p> <p>3. 能主動欣賞同儕的優點並給予口頭讚美。</p>	<p>2. 網路影片欣賞及問答。</p> <p>3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。</p>	口頭評量	
第十四週 ~ 第十七週	4	<p><b>看淡成敗</b></p> <p>分享自己的弱勢能力</p> <p>接納自己的表現</p>	<p>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。</p> <p>特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。</p> <p>特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。</p>	<p>特社 A-III-1 複雜情緒的處理。</p> <p>特社 B-III-3 自我經驗的分享。</p> <p>特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。</p>	<p>1. 能理解自己的弱勢能力，並非自己不努力，而是天生的，只要盡力就好。</p> <p>2. 能夠了解每次競賽的意義，在於盡力與否，而非一定要贏。</p> <p>3. 能夠理解他人對自己的評價，並試著理解不一定能讓每個人都喜歡自己。</p>	<p>1. 生活經驗聯結與分享討論。</p> <p>2. 網路影片欣賞及問答。</p> <p>3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。</p>	<p>觀察評量</p> <p>實作評量</p> <p>口頭評量</p>	自編
第十八週	4	<b>回顧自我</b>	特社 2-III-1 以	特社 A-III-	1. 與教師共	1. 生活經驗聯結與分享討	觀察評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

<p>～ 第二十一 週</p>		<p>學期回顧與分享 培養思考與分辨 能力</p>	<p>善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 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 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 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。</p>	<p>3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 C-III-3 不同社區或部落情境變化的適應與調整。</p>	<p>同檢核，學期生活表現，約定目標達成情況。 2. 能透過觀察、推理，判斷他人的行為意圖，並自我保護。 3. 能用口語表達自我立場觀點及行為善意目的。</p>	<p>論。 2. 網路影片欣賞及問答。 3. 透過桌遊、繪本、圖畫或照片式社會真實故事，引導學生省思、表達感受心得。</p>	<p>實作評量 口頭評量</p>	
-------------------------	--	-----------------------------------	--	--	--	--	----------------------	--

◎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。