

臺南市公立東區大同國民小學 115 學年度第一學期低年級彈性學習 社交技巧 課程名稱 課程計畫 (☐ 普通班 / ☐ 藝才班 / ☐ 體育班 / ☒ 資源班)

學習主題名稱	認識自我和情緒百百種	實施年級 (班級組別)	資源班	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	強調完整表達及溝通能力的訓練							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式，解決情緒問題。 E-A3 具備認識自我、接納自己，以及利用優弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫充實多元的生活經驗。 E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 E-B3 具備欣賞藝術創作，促進多元感官發展與美感體驗的能力，培養轉移注意力與心情的能力。 E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 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. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 3. 透過理解他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、家庭和社區等各種情境的能力。							
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	觀察評量 實作評量 自我評量							
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 1~7 週	7	認識自己的能力	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表	1. 能瞭解老師交待事情一定都有原因、很重要，應該立即去做，才會讓自己或他人的生活出現困擾。 2. 藉由活動能更認識自己的優弱勢。 3. 能學習肯定自己、鼓勵他人。	1. 介紹這學期的學習重點。 2. 許下新願望。 3. 觀看影片。 4. 認識自我優弱勢能力。 5. 演練與回饋。 6. 訂定行為契約。	觀察評量 實作評量	自編教材
---------	---	---------	---	--	---	--	--------------	------

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			體。 特社 3-II-1 在 課堂或 小組討論中適當 表達與 回應意見。	達。				
第 8~15 週	8	情緒百百種	特社 1-I-4 察覺 自己與 他人對自己的看 法或態 度。 特社 2-I-5 依情 境適當 回答問題 特社 2-I-7 了解 與人相 處的情境、簡單 規則， 建立友善的關 係。 特社 3-I-1 在課 堂中持續傾聽他 人說話。 特社 1-II-1 嘗 試因應 與處理基本的情 緒及壓力。 特社 2-II-3 遵 守團體規範，並	特社 A-I-1 基本情緒的 認識與分 辨。 特社 A-I-3 自我優弱勢 的察覺。 特社 B-I-1 溝 通訊 息的意義。 特社 C-I-1 學校規則的 認識與遵 守。 特社 A-II-1 基本情 緒的表達。 特社 B-II-2 表達與	1. 能認識正 負面情 緒。 2. 自我基本 情緒的表 達。 3. 理解他人 情緒的表 達。 4. 回應他人 情緒的方 法。	1. 分辨情境中出現 的情緒。 2. 觀看影片 3. 分享自我經驗。 4. 討論合適的回應 方式	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。	傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。				
第 16~21 週	6	表達停看聽	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。	1. 描述事情的經過。 2. 理解他人情緒的表達。 3. 回應他人情緒的方法。	1. 分辨情境中出現的情緒。 2. 觀看影片 3. 分享自我經驗。 4. 討論合適的回應方式	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			緒及壓力。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。				
--	--	--	---	---	--	--	--	--

◎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。

臺南市公立東區大同國民小學 115 學年度第二學期低年級彈性學習 社交技巧 課程名稱 課程計畫 (☐ 普通班 / ☐ 藝才班 / ☐ 體育班 / ☒ 資源班)

學習主題名稱	自我發掘和溝通技巧	實施年級 (班級組別)	資源班	教學節數	本學期共(20)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	強調完整表達及溝通能力的訓練				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式，解決情緒問題。 E-A3 具備認識自我、接納自己，以及利用優弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫充實多元的生活經驗。 E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 E-B3 具備欣賞藝術創作，促進多元感官發展與美感體驗的能力，培養轉移注意力與心情的能力。 E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 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. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 3. 透過理解他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、家庭和社區等各種情境的能力。				
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 ☒ 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				

		融入參考指引						
表現任務		觀察評量 實作評量						
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 1~7 週	7	肯定自我優弱勢	特社 A- I -1 基本情緒的 認識與分 辨。 特社 A- I -3 自我優弱勢 的察覺。 特社 B- I -1 溝通訊 息的意義。 特社 C- I -1 學校規則的 認識與遵 守。 特社 A- II -1 基本情 緒的表達。 特社 B- II -2 表達與	特社 A- I -1 基本情緒 的認識與 分 辨。 特社 A- I -3 自我優弱 勢的察 覺。 特社 B- I -1 溝 通訊 息的意 義。 特社 C- I -1 學校規則 的認識與	1. 能發掘 自我的優 弱勢。 2. 能察覺 他人的優 弱勢。 3. 能察覺 彼此雖不 一樣，但需 要保持尊 重的態 度。 4. 當別人 發出訊息 時，應該 安靜傾聽 後	1. 介紹這學期的 學習重點。 2. 說明與示範新 技巧。 3. 演練與回饋。	觀察評 量 實作評 量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			傾聽的時機。 特社 C-Ⅱ-1 學習成員之間的關懷與表達。	遵守。 特社 A-Ⅱ-1 基本情緒的表達。 特社 B-Ⅱ	再回應。			
第 8~15 週	8	學習團體相處之道	特社 A-Ⅰ-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-Ⅰ-3 自我優弱勢的察覺。 特社 B-Ⅰ-1 溝通訊息的意義。 特社 C-Ⅰ-1 學校規則的認識與遵守。 特社 A-Ⅱ-1 基本情緒的表達。 特社 B-Ⅱ-2	特社 A-Ⅰ-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-Ⅰ-3 自我優弱勢的察覺。 特社 B-Ⅰ-1 溝通訊息的意義。 特社 C-Ⅰ-1 學校規則	1. 藉由桌遊或分組小活動提升同學間的互動。 2 若遇到不同看法時，能學習控制自己情緒。 3. 當產生情緒時，能嘗試說出自己的感受，經老	1. 分辨情境中出現的情緒。 2. 觀看影片 3. 分享自我經驗。 4. 討論合適的回應方式	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			表達與傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	的認識與遵守。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II	師的引導能一同討論出解決的方法。			
第 16~21 週	6	溝通三部曲	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題 特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 3-I-1 在課堂中	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 C-	1. 活動中能聆聽同學的看法。 2 若遇到不同看法時，能學習控制自己情緒。 3. 溝通時能熟記「停、想、選、做」四步驟。	1. 分辨情境中出現的情緒。 2. 觀看影片 3. 分享自我經驗。 4. 討論合適的回應方式	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			持續傾聽他人說話。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。 特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。	I-1 學校規則的認識與遵守。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。				
--	--	--	---	--	--	--	--	--