

臺南市公立山上區山上國民小學 115 學年度第一學期 1-6 年級彈性學習 社交技巧 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	教室生存高手 -社會技巧篇	實施年級 (班級組別)	1-6 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	一、透過傾聽他人、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。 二、藉由討論認識自我、接納自己，培養擬定與執行問題的能力，充實多元的生活經驗。 三、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。 四、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。																																											
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-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。 特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 特社-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。 特社-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. 能遵守教室規範，完成課堂指定的事項。 2. 能認識自己和別人，練習表達和別人討論。 3. 能分辨情緒和壓力，運用策略處理情緒解決衝突問題。 4. 能接收聆聽訊息，進行有效的雙向溝通。																																											
配合融入之領域或議題	<table border="0"> <tr> <td>■國語文</td> <td>□英語文</td> <td>□英語文融入參考指引</td> <td>□本土語</td> <td>■性別平等教育</td> <td>■人權教育</td> <td>□環境教育</td> <td>□海洋教育</td> <td>■品德教育</td> </tr> <tr> <td>■數學</td> <td>□社會</td> <td>□自然科學</td> <td>□藝術</td> <td>■綜合活動</td> <td>□法治教育</td> <td>□科技教育</td> <td>□資訊教育</td> <td>□能源教育</td> </tr> <tr> <td>□健康與體育</td> <td>□生活課程</td> <td>□科技</td> <td>□科技融入參考指引</td> <td>■安全教育</td> <td>□防災教育</td> <td>□閱讀素養</td> <td>□多元文化教育</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□生涯規劃教育</td> <td>□家庭教育</td> <td>□原住民教育</td> <td>□戶外教育</td> <td>□國際教育</td> </tr> </table>								■國語文	□英語文	□英語文融入參考指引	□本土語	■性別平等教育	■人權教育	□環境教育	□海洋教育	■品德教育	■數學	□社會	□自然科學	□藝術	■綜合活動	□法治教育	□科技教育	□資訊教育	□能源教育	□健康與體育	□生活課程	□科技	□科技融入參考指引	■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
■國語文	□英語文	□英語文融入參考指引	□本土語	■性別平等教育	■人權教育	□環境教育	□海洋教育	■品德教育																																				
■數學	□社會	□自然科學	□藝術	■綜合活動	□法治教育	□科技教育	□資訊教育	□能源教育																																				
□健康與體育	□生活課程	□科技	□科技融入參考指引	■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	專心聆聽與觀察、參與討論、發表意見，能與老師和同儕有良好正向的互動。																																											
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																																				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第一週 8/31~9/4	2	教室生存法則- 基礎篇	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-5 遵守教室規則。 特社 3-II-3 在監督或協助下完成複雜的工作。 特社 3-II-6 認識學校或家中不同國籍或文化的師長、同學與親友。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。	特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	1. 能遵守教室規則。 2. 能看課表知道現在要上的課程。 3. 能認識自己的新班級和新同學。 4. 能適應不同學習環境。	1. 訂定這學期上課規則和說明獎勵制度。 2. 透過了解自己的班級和資源班課表，能知道自己的一日課程。 3. 認識自己的新班級和新同學，熟悉自己的班級。 4. 透過課程影片問答，知道不同年段學習內容有所不同之處。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 獎勵制度集點卡 2. 普通班和資源班融合課表 3. 社會技巧自編教材
第二週 9/7~9/11	2							
第三週 9/14~9/18	2							
第四週 9/21~9/25	2							
第五週 9/28~10/2	2							
第六週 10/5~10/9	2	猜猜我是誰	特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。 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 2-II-2 主動引起話題，並	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。	1. 能和認識的人進行打招呼互動。 2. 能進行自我介紹。 3. 能專心聆聽別人說話。 4. 能回應對方問的問	1. 透過情境演練練習和別人打招呼。 2. 同儕分享與實作了解彼此，進行自我介紹。 3. 透過情境影片練習適當表達和聆聽的時機。 4. 藉由實際演練與別人進行成功對話。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 社會技巧情境影片 2. 社會技巧自編教材 3. 桌遊、卡牌
第七週 10/12~10/16	2							

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第八週 10/19~10/23	2		禮貌地表達和傾聽他人的意見。 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 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-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。		題。			
第九週 10/26~10/30	2							
第十週 11/2~11/6	2							
第十一週 11/9~11/13	2	情緒顏料罐	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。	1. 能認識自己的情緒。 2. 能分辨自己的情緒。 3. 能表達自己的情緒。 4. 能使用正確方式處理自己的情緒。	1. 透過情緒臉譜認識基本的情緒類型。 2. 透過顏色分類認識自己的情緒。 3. 運用情境影片分辨各種類型的情緒。 4. 藉由練習情緒降溫的方式處理自己的情緒。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 社會技巧情境影片 2. 社會技巧自編教材 3. 桌遊、卡牌
第十二週 11/16~11/20	2							
第十三週 11/23~11/27	2							

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十四週 11/30~12/4	2		訂解決問題的計畫。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。					
第十五週 12/7~12/11	2		特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。					
第十六週 12/14~12/18	2	問答傳接球	特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 能接收到別人發出訊息是要與我溝通。 2. 能理解他人口語溝通的意思。 3. 能解讀他人非口語溝通的目的。 4. 能和別人進行有互動的溝通行為。	1. 藉由練習知道有哪些要進行溝通的模式。 2. 運用情境影片理解各種溝通模式。 3. 運用情緒臉譜判別非口語溝通的情緒表達方式。 4. 藉由情境演練能和對方進行成功的溝通。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 社會技巧情境影片 2. 社會技巧自編教材 3. 桌遊、卡牌
第十七週 12/21~12/25	2		特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。					
第十八週 12/28~1/1	2		特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。					
第十九週 1/4~1/8	2		特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物。					
第二十週 1/11~1/15	2		特社 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第二十一 週 1/18~1/20	2		處的各種互動行為。 特 社 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。					
------------------------	---	--	---	--	--	--	--	--

- ◎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。

臺南市公立山上區山上國民小學 115 學年度第二學期 1-6 年級彈性學習 社交技巧 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	教室生存高手 -社會技巧篇	實施年級 (班級組別)	1-6 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	一、透過傾聽他人、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。 二、藉由討論認識自我、接納自己，培養擬定與執行問題的能力，充實多元的生活經驗。 三、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。 四、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。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-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。 特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 特社-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。 特社-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. 能遵守教室規範，完成課堂指定的事項。 2. 能認識自己和別人，練習表達和別人討論。 3. 能分辨情緒和壓力，運用策略處理情緒解決衝突問題。 4. 能接收聆聽訊息，進行有效的雙向溝通。				
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	專心聆聽與觀察、參與討論、發表意見，能與老師和同儕有良好正向的互動。				
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
第一週 2/8~2/12	2	教室生存法則- 進階篇	特社 3-I-2 依指示完成簡單的工作。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 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-2 在小組中分工合作完成自己的工作。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。	1. 能判斷課堂上應該做的事項。 2. 能依照指令完成自己的工作。 3. 能參與課堂或小組討論。 4. 能分享自己的想法和意見。	1. 複習上課規範和課表，自我檢核是否做到。 2. 透過遊戲練習聽指令，並能完成指令。 3. 透過小組討論，練習聆聽和尊重別人的意見。 4. 藉由互動式情境，嘗試分享自己的想法。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 獎勵制度集點卡 2. 普通班和資源班融合課表 3. 社會技巧自編教材
第二週 2/15~2/19	2							
第三週 2/22~2/26	2							
第四週 3/1~3/5	2		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。					
第五週 3/8~3/12	2		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。					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第六週 3/15~3/19	2	我喜歡我自己	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。	特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。	1. 能覺察自己的優弱勢能力。	1. 運用自我覺察學習單，了解自己的優弱勢能力。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 社會技巧情境影片 2. 社會技巧自編教材 3. 桌遊、卡牌
第七週 3/22~3/26	2		特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。	特社 A-II-3 自我接納與激勵。	2. 能說出對自己的看法。	2. 透過小組討論介紹自己，對自己更進一步了解。		
第八週 3/29~4/2	2		特社 1-II-2 以實質的增強物自我激勵。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	3. 能聆聽接受別人對自己的看法。	3. 透過小組回饋察覺他人對自己的看法。		
第九週 4/5~4/9	2		特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。		4. 能用各種形式自我安慰與獎勵。	4. 練習用增強物給予自我安慰和獎勵。		
第十週 4/12~4/16	2		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。					
第十一週 4/19~4/23	2	情緒壓力鍋	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。	1. 能辨識壓力和情緒的反應。	1. 運用情境影片認識壓力和情緒的反應。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 社會技巧情境影片 2. 社會技巧自編教材 3. 桌遊、卡牌
第十二週 4/26~4/30	2		特社 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	2. 能用平穩的心情面對壓力。	2. 使用情緒降溫策略調節情緒面對壓力。		
			特社 1-II-4 嘗	特社 A-III-2 壓力的替	3. 能嘗試使用紓解壓力的方法。	3. 透過遊戲嘗試使用各種紓解壓力的方式。		
						4. 透過角色模仿面對問題時，能使用正確的舒壓策略。		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十三週 5/3~5/7	2		試使用策略解決問題並接納後果。 特社 2-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。 特社 2-III-11 面對兩難的情境時，說明情境的利弊得失。	代與紓解方法。	4. 能使用策略解決造成壓力的問題。			
第十四週 5/10~5/14	2							
第十五週 5/17~5/21	2							
第十六週 5/24~5/28	2	危機拆除員	特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。 特社 2-I-9 避免爭鬥或危險的場合以保護自己。 特社 2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協	特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-4 衝突情境的因應。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	1. 能分辨衝突的原因、情境與後果。 2. 能表達衝突的原因、情境與後果。 3. 能在爭鬥或危險的場合保護自己離開現場。 4. 能採用適當的方式解決衝突，並能接受衝突	1. 社會故事呈現分辨衝突的原因、情境與後果。 2. 透過練習我句型表達衝突的原因、情境與後果。 3. 藉由情境演練判斷危險的程度，保護自己離開現場。 4. 運用解決問題學習單，讓學生練習找到適合自己解決衝突的模式。	觀察評量 實作評量 口頭發表	1. 社會技巧情境影片 2. 社會技巧自編教材 3. 桌遊、卡牌
第十七週 5/31~6/4	2							
第十八週 6/7~6/11	2							
第十九週 6/14~6/18	2							

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第二十週 6/21~6/25	2		助。 特 社 2-III-10 檢視發生衝突的 原因並設法自我 修正。		的後果。			
第二十一 週 6/28~6/30	2		特 社 2-III-11 面對兩難的情境 時，說明情境的 利弊得失。					

◎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。