

課程名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	四、五、六	教學節數	每週(1)節，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	學習社會適應的技巧與能力							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 特溝-P-A2 具備理解溝通情境問題能力，覺察並運用多元之溝通訊息，進行系統思考。							
課程目標	1. 能覺察與表達情緒，並逐步學習冷靜策略 2. 能理解並尊重他人的感受與行為界線 3. 能遵守教室與社交互動的基本規則 4. 能與同儕建立正向互動關係							
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							
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 至 第十一週	11	我的朋友與人際關係	特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。	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. 能了解友誼的特質與相處原則。 2. 能運用適當方式與同儕互動及分享。 3. 能理解不同想法並維持友誼關係。 4. 能參與團體活動並表達自己的想法。	◎朋友不一樣 1. 我的朋友像什麼 2. 每個人都有不同個性 ◎聊天有方法 1. 如何開始聊天 2. 如何接續話題 ◎當朋友不同意 1. 被拒絕怎麼辦 2. 意見不同怎麼說 ◎友誼維修站 1. 吵架之後怎麼辦 2. 如何修補關係	觀察評量 實作評量	自編教材
第十二週 至 第二十一週	10	面對改變與做決定	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 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 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	1. 能覺察生活中的壓力與挫折情境。 2. 能思考自己的行為與後果。 3. 能學習面對失望與改變的方法。 4. 能運用適當方式表達需求與尋求協助。	◎事情改變了 1. 計畫改變怎麼辦 2. B計畫救援隊 ◎我想要卻沒有 1. 失望的感覺 2. 接受不同結果 ◎選擇與後果 1. 我的決定 2. 行為的結果 ◎壓力停看聽 1. 我的壓力來源 2. 我的放鬆方法	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

- ◎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。

課程名稱		社會技巧	實施年級 (班級組別)	四、五、六	教學節數	每週(1)節，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		學習社會適應的技巧與能力						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		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。 特溝-P-A2 具備理解溝通情境問題能力，覺察並運用多元之溝通訊息，進行系統思考。						
課程目標		1. 能覺察與表達自己的情緒，並逐步學習冷靜策略 2. 能理解並尊重他人的感受與行為界線 3. 能遵守教室與社交互動的基本規則 4. 能與同儕建立正向互動關係						
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						
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 至 第十一週	11	說清楚，懂彼此	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 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。	特社B-II-4 衝突情境的因應 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	1. 能分辨他人的提醒與建議。 2. 能適當表達自己的想法與感受。 3. 能理解誤會與衝突發生的原因。 4. 能學習解決人際問題的方法。	◎你是什麼意思 1. 善意與誤會 2. 別人的提醒 ◎我想說的是 1. 表達自己的想法 2. 清楚說明事情 ◎衝突發生時 1. 吵架怎麼辦 2. 問題解決練習 ◎重新做朋友 1. 道歉與原諒 2. 修補關係	觀察評量 實作評量	自編教材
第十二週 至 第二十一週	10	我的生活我做主	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 2-III-12 評估與遵守虛擬世界的規則。	特社A-II-3 自我接納與激勵 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	1. 能建立適當的網路使用觀念。 2. 能思考生活與休閒的安排。 3. 能面對失望與挫折情境。 4. 能建立正向的自我概念。	◎手機與我 1. 我的 3C 生活 2. 使用時間安排 ◎面對不如意 1. 不是每個人都喜歡我 2. 面對失敗與挫折 ◎我的未來地圖 1. 我的優點 2. 我的目標	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			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。					
--	--	--	--------------------------------------	--	--	--	--	--

◎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。