

臺南市歸仁區歸仁國民小學 115 學年度第 1 學期四年級彈性學習 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)	四年級	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	針對其在情緒覺察、他人情緒辨識及社會互動的特殊需求。以「社會技巧」綱要為基礎，設計「自我情緒控管」、「他人情緒辨識與處遇」及「人際互動實戰」三大主軸。透過情境演練、視覺化提示與社交故事，逐步引導學生從自我情緒調節，擴展至同理他人感受，最終能自然運用社會技巧與同儕建立良好互動，促進校園生活適應。。							
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-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
課程目標	1. 控制自身情緒：辨識情緒強度，並與混齡同儕一起練習放鬆技巧。 2. 辨別他人情緒：從具體情境判斷同儕的心情，並給予簡單關懷。 3. 理解感受與互動：在混齡遊戲中正確請求加入，並遵守規則輪流。							
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	適當的與同儕互動，適應校園生活。							
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
1-3 週	3	主題一：我的情緒溫度計 (情緒繽紛卡)	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力	特社 A-II-1 基本情緒的表達	能辨識並說出驚訝、尷尬、失望等情緒。	1. 介紹情緒溫度計，認識開心、生氣、難過等情緒強度。 2. 學生分享引發不同情緒的經驗。	實作評量 口語問答	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						3. 製作個人專屬的情緒溫度計。		
4-7 週	4	主題一：我的情緒溫度計 (我有好方法)	特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理	能運用「計數法」或「深呼吸」來讓自己冷靜。	1. 觀摩五年級的轉念技巧，並練習中階冷靜法(從 1 數到 10)。 2. 帶領二年級一起做深呼吸放鬆。 3. 製作個人冷靜錦囊袋。	行為觀察 實作評量	自編自選教材
8-10 週	3	主題二：情緒雷達掃描器 (發生什麼事?)	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	特社 B-II-1 訊息解讀的技巧	能從故事情境或同學的遭遇，猜測對方的心情。	1. 看圖說故事：猜猜圖片中的人為什麼難過？ 2. 觀察五年級學長的表情演練，進行情緒搶答。 3. 學習將「情境」與「情緒」連結。	口語問答 遊戲評量	自編自選教材
11-14 週	4	主題二：情緒雷達掃描器 (溫暖的回應)	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 B-II-2 表達與傾聽的時機	當同學難過或遇到困難時，能展現基本的關懷(問：你還好嗎)。	1. 學習同理心句型：「你還好嗎？」、「需要幫忙嗎？」。 2. 混齡演練：當二年級跌倒時，上前關心並陪同找老師。 3. 社交故事閱讀與討論。	行為觀察 實作評量	自編自選教材
15-17 週	3	主題三：友誼搭建橋樑 (我想一起玩)	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 B-II-3 團體的基本規範	能使用合宜的語句，向正在遊戲的同學請求加入。	1. 探討如何加入別人的遊戲才不會被拒絕。 2. 混齡角色扮演：向正在玩桌遊的二、五年級說「我可以一起玩嗎？」。 3. 練習被拒絕時的替	口語問答 行為觀察	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						代方案。		
18-21 週	4	主題三：友誼搭 建橋樑 (遊戲好夥伴)	特社 3-II-2 在 小組中分工合作 完成自己的工作	特社 C-II- 1 學習成員 之間的關懷 與表達	能在混齡團體遊戲 中遵守規則，並接 受與他人交換物 品。	1. 與學長弟一起進行 桌遊活動。 2. 練習遊戲中的等 待、輪流，以及接受 「交換玩具」的要 求。 3. 期末同樂會：擔任 遊戲關主的小助手。	實作評量 綜合評量	自編自選教材

◎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。

臺南市歸仁區歸仁國民小學 115 學年度第 2 學期四年級彈性學習 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)	四年級	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	下學期延續混齡架構，重點放在「社會意圖的理解」與「小組合作」。配合五年級的衝突解決與二年級的基礎合作，四年級學生將學習區分同儕行為的「故意」與「不小心」，並在混齡任務中承擔中階的指定分工（例如：協助引導二年級，或配合五年級的指令），學會清楚且有禮貌地表達自身需求，提升團體適應力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-E-A1 具備辨識、表達情緒的能力。 特社-E-A2 具備運用策略冷靜與抒發壓力的能力。 特社-E-C2 具備理解他人感受並學習與人分享、互動。							
課程目標	1. 控制自身情緒：在面臨作息改變或挫折時，能減少衝動行為。 2. 辨別他人情緒：區分同儕「故意」與「不小心」的行為，學會表達需求。 3. 理解感受與互動：在混齡小組中完成指定分工任務，並使用禮貌用語。							
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	適當的與同儕互動，適應校園生活。							
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
1-3 週	3	主題一：遇到困難怎麼辦 (變變變，沒關係)	特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果	特社 A-II-3 自我接納與激勵	當事情跟計畫不一樣時，能保持情緒平穩不生氣。	1. 配合五年級「問題大小」概念，學習將「改變」視為中/小問題。 2. 視覺提示卡應用：	實作評量 口語問答	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						遇到突發狀況(如換教室)時的應對。 3. 幫助二年級安撫情緒。		
4-7 週	4	主題一：遇到困難怎麼辦 (失敗後的笑容)	特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理	遊戲輸了時能控制情緒，說出「下次再來」。	1. 探討「輸贏」的意義，練習有風度地接受失敗。 2. 混齡競賽：在活動中體驗輸贏，並示範給二年級看如何不哭鬧。 3. 給勝利者掌聲的練習。	行為觀察 實作評量	自編自選教材
8-10 週	3	主題二：玩笑還是嘲笑？ (他是故意的嗎？)	特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物	特社 B-II-4 衝突情境的因應	能區分同學的碰撞或行為是「意外」還是「刻意」。	1. 觀看社交短片，分析「不小心碰到」與「故意推人」的差異。 2. 學習在生氣前先問：「你是不小心的嗎？」。 3. 討論誤會發生時的處理方式。	口語問答 角色扮演	自編自選教材
11-14 週	4	主題二：化解衝突小使者 (我會說清楚)	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 B-II-4 衝突情境的因應	能清楚用口語表達自己的需求與感受，減少衝突。	1. 學習「我訊息」表達法：我覺得...因為...。 2. 混齡溝通演練：清楚向五年級表達意見，向二年級說明規則。 3. 練習好好說「請把那個還給我」。	行為觀察 實作評量	自編自選教材
15-17 週	3	主題三：合作無間大挑戰	特社 3-II-2 在小組中分工合作	特社 C-II-3 學習成員	能在混齡小組任務中，完成被指派的	1. 認識團隊合作中的「角色分配」。	實作評量 同儕評量	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		(小組分工會)	完成自己的工作	之間的關懷與表達	專屬工作。	2. 混齡積木/勞作任務：聽從五年級指揮，並協助遞送材料給二年級。 3. 體會合作完成作品的成就感。		
18-21 週	4	主題三：不同的聲音 (說話有禮貌)	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 B-II-2 表達與傾聽的時機	在與不同年級同儕互動時，能主動使用請、謝謝、對不起。	1. 複習禮貌三寶(請、謝謝、對不起)的使用時機。 2. 情境演練：不小心犯錯時的道歉、接受別人幫忙時的道謝。 3. 期末混齡分享會：互相給予正向的回饋與感謝。	行為觀察 綜合評量	自編自選教材

◎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。