

臺南市公(私)立東區裕文國民中(小)學 115 學年度第 1 學期 1-3 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	我會表達	實施年級 (班級組別)	1-3 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	經由小組活動學習適當的人際互動技巧。以情境式的討論提升自我察覺及處理情緒的能力，進而建立良好的自我概念。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。							
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-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。							
課程目標	能適當地與人溝通、學習紓解自己的情緒與壓力、遵守團體規範							
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	1. 能以他人可接受的方式，表達及提出自己的意見及需求。 2. 能了解班級規定並遵守，判斷自己的行為是否合宜不越界。							
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 1 週	9	開口說哈囉！——打招呼的藝術	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 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-2 壓力	1. 能做自我介紹。 2. 認識適當的人	1. 課前暖身 2. 情境模擬 3. 分享討論	實作評量 口頭評量 操作評量	影片、繪本、 自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 2 週			特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 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 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 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-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-3 在監督或協助下完成複雜的工作。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。	的察覺與面對。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 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。	際互動方式。 3. 認識不適當的人際互動方式。 4. 能判別對話的訊息並能正確做出回應 5. 能夠表達自己的經驗及感想 6. 能說出自己的喜好與感受 7. 能表達自己遇到的困難 8. 從別人的話題中，找到共同聊天的主題	4. 演練活動 5. 回饋與修正 6. 學生自評/互評		
第 3 週								
第 4 週								
第 5 週								
第 6 週	12	生氣不亂發——情緒我來管一管	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 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 2-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 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。	1. 能瞭解團體的基本規範。 2. 能適當表現被團體接受的行為。 3. 能反省自己的行為。 4. 能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作。 5. 能理解與尊重每個人有不同的身體界線。	1. 課前暖身 2. 情境模擬 3. 分享討論 4. 演練活動 5. 回饋與修正 6. 學生自評/互評	實作評量 口頭評量 操作評量	影片、繪本、 自編教材
第 7 週								
第 8 週								
第 9 週								
第 10 週								
第 11 週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 12 週	21	聆聽有禮貌—— 當個專心小耳朵	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 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 2-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。	1. 認識遊戲規則。 2. 遵守遊戲規則。 3. 培養遊戲技巧。 4. 接受遊戲結果的勝敗。	1. 實際操作 2. 討論遊戲的分享和心得 3. 回饋與修正	實作評量 口頭評量 操作評量	影片、繪本、 自編教材
第 13 週								
第 14 週								
第 15 週								
第 16 週								
第 17 週								
第 18 週								
第 19 週								
第 20 週								
第 21 週								

◎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(私)立東區裕文國民中(小)學 115 學年度第 2 學期 1-3 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	我會表達	實施年級 (班級組別)	1-3 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	經由小組活動學習適當的人際互動技巧。以情境式的討論提升自我察覺及處理情緒的能力，進而建立良好的自我概念。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。							
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-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。							
課程目標	能適當地與人溝通、學習紓解自己的情緒與壓力、遵守團體規範							
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				☐ 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			
表現任務	1. 能以他人可接受的方式，表達及提出自己的意見及需求。 2. 能了解班級規定並遵守，判斷自己的行為是否合宜不越界。							
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 1 週	17	换位思考眼鏡——站在別人角度想一想	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 特社 2-I-1 了解別人發出的訊	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-I-3 人際	1. 能做自我介紹。	1. 課前暖身	實作評量 口頭評量 操作評量	影片、繪本、自編教材
第 2 週					2. 認識適當的人際互動方式。	2. 情境模擬		
					3. 認識不適當的人際互	3. 分享討論		
						4. 演練活動		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 3 週			息，是要我注意或是有事情要溝通。 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 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-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境。 特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。	關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	動方式。 4. 能判別對話的訊息並能正確做出回應 5. 能夠表達自己的經驗及感想 6. 能說出自己的喜好與感受 7. 能表達自己遇到的困難 8. 從別人的話題中，找到共同聊天的主題	5. 回饋與修正 6. 學生自評/互評		
第 4 週								
第 5 週								
第 6 週								
第 7 週								
第 8 週								
第 9 週								
第 10 週	12	請、謝謝、對不起——禮貌三寶隨身帶	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 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 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 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-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境。 特社 3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。 特社 3-II-3 在監督或協助下完成複雜的工作。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 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。	1. 能瞭解團體的基本規範。 2. 能適當表現被團體接受的行為。 3. 能反省自己的行為。 4. 能說出行為與後果的連結。 5. 能察覺情境中的正負訊息 6. 遇到兩難時，願意主動與大人表示求助 7. 練習說出遇到問題的解決技巧。	1. 課前暖身 2. 情境模擬 3. 分享討論 4. 演練活動 5. 回饋與修正 6. 學生自評/互評	實作評量 口頭評量 操作評量	影片、繪本、自編教材
第 11 週								
第 12 週								
第 13 週								
第 14 週								
第 15 週								
第 16 週	13	你說我聽，我說你聽——輪	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。	1. 認識遊戲規則。 2. 遵守遊戲規則。	1. 課前暖身 2. 情境模擬	實作評量 口頭評量	影片、繪本、自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 17 週		流說話好溝通	特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 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 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 2-II-5 無法執行他人的期待，以適當的方式回應困境。 特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。	特社 A-II-3 自我接納與激勵。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	3. 培養遊戲技巧。 4. 接受遊戲結果的勝敗。	3. 分享討論 4. 演練活動 5. 回饋與修正 6. 學生自評/互評	操作評量	教材
第 18 週								
第 19 週								
第 20 週								
第 21 週								

◎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。