

臺南市公(私)立善化區陽明國民小學 115 學年度第一學期 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		社會技巧	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共(40)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		1. 透過情境討論與角色扮演，提升中年級學生解讀他人非語文訊息與理解複雜情緒的能力。 2. 藉由合作型活動與桌遊，培養遵守團體潛規則、輪流、分享與互助等進階同儕互動技巧。 3. 協助學生建立更具體的壓力覺察與情緒調節策略（如：我訊息、正向自我對話），提升解決同儕衝突的協商能力。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。 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		1. 能辨識複雜情緒並運用正向策略管理自己的情緒。 2. 能運用合宜的溝通媒介與同理心與同儕建立良好互動。 3. 能在團體中展現合作精神，並在衝突情境中使用協商策略。						
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、問答、實作、角色扮演						
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	1	新學期新希望			1. 能用完整	1. 暑假見聞分享	觀察、問答	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		(回顧暑假與期待)			的句子向同學分享暑假趣事。2. 能專心聆聽同學發言。	2. 訂定三年級的社交小目標		
第二週～第四週	6	察言觀色我最棒(讀懂別人的心)	特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的。 特社 2-II-5 依情境與對象，適切表達自己的想法與需求。	特社 B-II-1 複雜訊息的解讀技巧。特社 B-II-2 多元溝通媒介與表達方式。	1. 能解讀他人的臉部表情、語氣與肢體動作代表的意義。2. 能針對別人的非語文訊息給予適當的回應。	1. 「表情猜謎」默契遊戲 2. 影片無聲片段推論 3. 情境圖卡判讀演練	觀察、實作、問答	1. 表情與情境卡 2. 演練 PPT 3. 網路影片 4. 桌遊
第五週～第八週	8	心情調色盤(情緒覺察與調節)	特社 1-II-1 覺察與分辨自己與他人較複雜的情緒。 特社 1-II-2 察覺壓力來源，並運用策略調節情緒。	特社 A-II-1 複雜情緒的認識與分辨。特社 A-II-2 壓力的察覺、評估與因應策略。	1. 能說出「尷尬、嫉妒、焦慮、委屈」等中年級常見的複雜情緒。2. 能演練「深呼吸、數數、離開現場」等情緒降溫法。	1. 製作個人「情緒溫度計」 2. 繪本導讀與討論 3. 「情緒急救箱」策略演練	觀察、實作、問答	1. 演練 PPT 2. 情緒相關繪本 3. 數位社會性課程 4. 桌遊
第九週～	8	朋友大富翁	特社 2-I-7 了解與	特社 B-I-3	能在老師引	1. 與人相處溝通和互動策略	觀察、問	1. 情境圖卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十二週			人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。	人際關係的建立。	導下與同學合作	指導 2. 情境演練 3. 看圖卡和繪本理解情境以及回應的方式 4. 玩桌遊	答、實作	2. 情境演練 PPT(包含學生實際案例) 3. 繪本 4. 桌遊
第十三週 ～ 第十六週	8	溝通好幫手(我訊息與傾聽)	特社 2-II-5 依情境與對象，適切表達自己的想法與需求。特社 1-II-4 察覺自己與他人對事物的看法不同，並給予尊重。	特社 B-II-2 多元溝通媒介與表達方式。 特社 B-II-5 尊重多元差異。	1. 能使用「我訊息」(我覺得...因為...)表達真實感受。 2. 在別人發表不同意見時，能不隨意插嘴並給予尊重。	1. 「我訊息」句式照樣造句 2. 傳聲筒遊戲(練習傾聽) 3. 換位思考演練(如果我是他)	觀察、問答、實作	1. 演練 PPT 2. 「我訊息」學習單 3. 繪本 4. 桌遊
第十七週 ～ 第二十週	8	EQ 高手	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 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-4 察覺自己與他人對自己	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 B-II-1 訊息解讀的	1. 能在面對負面情緒時，採取正向的方法處理負面情緒 2. 依據他人的情緒反應，做具同理心的回應	1. 經驗分享討論 情緒管理策略指導	觀察、實作、問答	1. 情境演練 PPT(包含學生實際案例) 2. 數位社會性課程 EQ 學園好人氣養成班

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			的看法或態度。 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。	技巧。				
第二十一 週	1	學習大豐收(學 期課程總結)			能分享本學 期自己進步 最多的社交 技巧。	1. 社交技巧大富翁(總複習) 2. 期末心得分享與頒獎	觀察、問答	複習用自製桌遊/ 大富翁

臺南市公(私)立善化區陽明國民小學 115 學年度第二學期 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	社會技巧	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共(40)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	1. 延續上學期，進一步訓練學生對「話中有話」(如玩笑、嘲諷)的訊息解讀能力。 2. 針對中年級常見的同儕壓力，教導學生如何正向轉念、堅定拒絕與自我倡議保護自己。 3. 深化衝突處理的「雙贏協商」概念，讓學生能在意見不合時主動尋求共識，並適時向師長求助。 4. 藉由桌遊活動及情境演練帶領學生學習如何與他人溝通和互動。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

	活與人際溝通。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	1. 能運用正向自我對話調節挫折感與壓力。 2. 能因應不同情境與對象，展現合宜的進階社交溝通技巧。 3. 能面對同儕壓力與衝突，運用協商與自我倡議策略保護自己。							
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、問答、實作、角色扮演							
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	1	寒假樂分享(回顧與收心)			1. 能大方上台分享寒假見聞。2. 能適當提問以延續同學的話題。	1. 寒假九宮格分享活動 2. 新學期約定	觀察、問答	寒假九宮格學習單
第二週～第四週	6	聽懂你的心(進階傾聽與解讀)	特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的。特社 2-II-5 依情境與對象，適切表達自己的想法與需求。	特社 B-II-1 複雜訊息的解讀技巧。特社 B-II-2 多元溝通媒介與表達方式。	1. 能分辨「開玩笑」與「嘲笑/惡意」的不同。2. 能聽懂別人的弦外之音(如：同學說沒事，但表情在生氣)。	1. 語氣大考驗(同一句話不同語氣的意義) 2. 情境影片討論(玩笑還是欺負?) 3. 傾聽與提問演練	觀察、實作、問答	1. 語氣字卡 2. 演練 PPT 3. 網路影片 4. 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第五週～ 第八週	8	情緒不暴走(壓力與正向轉念)	特社 1-II-2 察覺壓力來源，並運用策略調節情緒。特社 1-II-3 運用正向的自我對話處理挫折。	特社 A-II-2 壓力的察覺、評估與因應策略。	1. 能找出讓自己感到壓力的事件(如:考試、交不到朋友)。 2. 能練習用「我可以試試看」等正向自我對話取代負面思考。	1. 壓力氣球遊戲 2. 「念頭轉換機」: 負向轉正向練習 3. 尋找我的紓壓小秘方	觀察、實作、問答	1. 壓力氣球 2. 轉念學習單 3. EQ 學園好人氣養成班 4. 桌遊
第九週～ 第十二週	8	友誼大考驗(同儕壓力與自我保護)	特社 2-II-6 面對同儕壓力時，能運用策略保護自己。 特社 2-II-3 展現與同儕合作、分享及互助的行為。	特社 A-II-3 自我倡議與保護。特社 B-II-3 友伴關係的建立與維繫。	1. 遇到同學起鬨或提出不合理要求時，能勇敢且堅定地拒絕。 2. 知道在遭遇困難或被孤立時，如何向合適的師長求助。	1. 繪本導讀：關於拒絕與勇氣 2. 拒絕三部曲演練(溫和且堅定) 3. 求助情境模擬	觀察、問答、實作	1. 拒絕演練 PPT 2. 繪本(如:說不的勇氣) 3. 角色扮演卡 4. 桌遊
第十三週 ～ 第十六週	8	說話藝術家(看場合說話)	特社 2-II-5 依情境與對象，適切表達自己的想法與需求。 特社 1-II-4 察覺自己與他人對事	特社 B-II-2 多元溝通媒介與表達方式。 特社	1. 能依據對象(長輩老師 vs. 平輩同學)切換適當的說話禮貌與詞彙。	1. 看場合說話配對遊戲 2. 實境演練：去辦公室找老師 vs. 去操場找同學 3. 價值觀小拍賣活動	觀察、問答、實作	1. 場合配對卡 2. 演練 PPT 3. 數位社會性課程 4. 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			物的看法不同，並給予尊重。	B-II-5 尊重多元差異。	2. 在表達自己意見的同時，不批評別人的喜好。			
第十七週 ～ 第二十週	8	衝突大解密(雙贏協商技巧)	特社 2-II-4 運用適當策略解決人際衝突，並能理性評估後果。特社 2-I-11 在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助。(保留課綱 I 階段此項作為過渡)	特社 B-II-4 衝突情境的因應與協商技巧。 特社 A-II-3 自我倡議與保護。	1. 發生爭執時，能練習「先冷靜，再溝通」。2. 能運用「協商」技巧(如猜拳、各退一步、交換)尋求雙方都能接受的結果。	1. 衝突降溫演練(停、看、聽) 2. 「雙贏談判桌」角色扮演 3. 處理被誤會的情境演練	觀察、問答、實作	1. 演練 PPT 2. 網路影片 3. 衝突情境圖卡 4. 桌遊
第二十一週	1	成長大滿貫(學期課程總結)			1. 能回顧本學期面對衝突與交友的進步經驗。2. 互相給予同學正向的讚美與回饋。	1. 優點大轟炸(讚美活動) 2. 學習檔案回顧與期末反思	觀察、問答	讚美小卡

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

--	--	--	--	--	--	--	--	--

- ◎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。