臺南市公立新化區新化國民小學109學年度第一學期五年級彈性學習**社會技巧、生活管理**課程計畫

(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教材來源 | 班級自編 | 教學節數 | **每週（6）節 本學期共（123）節** | | | | |
| 課程目標 | |  | | --- | | 1.以實作課程培養學生基本生活  2.提升情緒察覺和表達的能力。  3.提升壓力處理的能力。  4.提升自我效能。 | | | | | | | |
| 相關領域 | 社交技巧、綜合、生活管理 | | | | | | |
| 能力指標  (總綱核心素養) | |  | | --- | | 社交技巧 1-b-1處理情緒技巧  1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒  1-2-1-4 能分辨他人複雜的正向或負向情緒  1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒  1-b-2 處理壓力的技巧  1-2-2-1 能在面對壓力時表達自己負面的情緒  1-2-2-4 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法  1-2-2-5 能嘗試使用抒解壓力的方法  1-b-3 自我效能  1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力  1-2-3-4 能以各種形式自我獎勵  ------------------------------------------------  生活管理  3-2-2-2 能遵守上下學途中交通規則（如：走行人穿越道、注意看左右有無來車等）  3-2-2-3 能遵守指示搭乘交通工具  3-1-2-4 能辨識社區環境中常見交通工具  3-2-1-3能在社區的消費場所（如：超商、餐廳、電影院等）中進行消費，表現消費相關行為（如：對帳、索取統一發票等）  3-2-1-4 能遵守社區休閒活動規則（如：禮讓、安全性等）  2-2-1-1 能維護個人私領域內之環境秩序（如：整齊地吊掛衣物、整理書桌等）  2-2-1-2 能清理個人私領域內務（如：整理學校置物櫃、打掃房間、鋪床等）  2-2-1-3 能做到資源回收（如：資源分類、進行回收等）  2-2-1-4 能運用一般清潔用品（如：清潔工具-吸塵器等） | | | | | | | |
| 融入議題之能力指標(議題實質內涵) | 【生涯發展教育】1-2-1 培養自己的興趣、能力。  【資訊教育】 4-3-1 能應用網路的資訊解決問題。 | | | | | | |
| 教學期程 | 能力指標-代號  (學習內容、學習表現) | | | 單元名稱 | 節數 | 表現任務 (評量方式) | 備註  融入議題能力指標 |
| 第一週  8/31-9/5 | 1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒  1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒  1-2-2-1 能在面對壓力時表達自己負面的情緒  1-2-2-4 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法  2-2-1-1 能維護個人私領域內之環境秩序（如：整齊地吊掛衣物、整理書桌等）  2-2-1-2 能清理個人私領域內務（如：整理學校置物櫃、打掃房間、鋪床等）  2-2-1-3 能做到資源回收（如：資源分類、進行回收等） 2-2-1-4 能運用一般清潔用品（如：清潔工具-吸塵器等） | | | (配合109上第一主題)  1.餐前準備(清潔與準備)-上 2.餐後準備(清潔與歸位)-上 3.我不會，怎麼求救?-上 | 5 | 觀察、實作 | 【生涯發展教育】  1-2-1  【資訊教育】  4-3-1 |
| 第二週  9/6-9/12 | 6 | 觀察、實作 |
| 第三週  9/13-9/19 | 6 | 觀察、實作 |
| 第四週  9/20-9/26 | 6 | 觀察、實作 |
| 第五週  9/27-10/3 | 6 | 觀察、實作 |
| 第六週  10/4-10/10 | 6 | 觀察、實作 |
| 第七週  10/11-10/17 | 6 | 觀察、實作 |
| 第八週  10/18-10/24 | 3-2-1-3能在社區的消費場所（如：超商、餐廳、電影院等）中進行消費，表現消費相關行為  3-2-1-4 能遵守社區休閒活動規則（如：禮讓、安全性等）  1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒  1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒  1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力  1-2-3-4 能以各種形式自我獎勵 | | | (配合109上第二主題)  1.衣服弄髒了，可以怎麼做?-上  2.我不想做，怎麼辦?-上 | 6 | 觀察、實作 | 生涯發展教育】  1-2-1  【資訊教育】  4-3-1 |
| 第九週  10/25-10/31 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十週  11/1-11/7 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十一週  11/8-11/14 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十二週  11/15-11/21 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十三週  11/22-11/28 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十四週  11/29-12/5 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十五週  12/6-12/12 | 3-2-2-2 能遵守上下學途中交通規則（如：走行人穿越道、注意看左右有無來車等）  3-2-2-3 能遵守指示搭乘交通工具  3-1-2-4 能辨識社區環境中常見交通工具  1-2-2-4 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法  1-2-2-5 能嘗試使用抒解壓力的方法  1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力  1-2-3-4 能以各種形式自我獎勵 | | | (配合109上第三主題)  1.我想要做00事.該怎麼表達?  -上  2.來我家玩啊! -上 | 6 | 觀察、實作 | 生涯發展教育】  1-2-1  【資訊教育】  4-3-1 |
| 第十六週  12/13-12/19 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十七週  12/20-12/26 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十八週  12/27-1/2 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十九週  1/3-1/9 | 6 | 觀察、實作 |
| 第廿週  1/10-1/16 | 6 | 觀察、實作 |
| 第廿一週  1/17-1/20 | 4 | 觀察、實作 |

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標（學習重點）序號」，及是否為「自編」單元，或主題課程。

◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市公立新化區新化國民小學109學年度第二學期五年級彈性學習**社會技巧、生活管理**課程計畫

(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教材來源 | 班級自編 | 教學節數 | **每週（6）節 本學期共（ 117）節** | | | | |
| 課程目標 | |  | | --- | | 1.以實作課程培養學生基本生活  2.提升情緒察覺和表達的能力。  3.提升壓力處理的能力。  4.提升自我效能。 | | | | | | | |
| 相關領域 | 社交技巧、綜合、生活管理 | | | | | | |
| 能力指標  (總綱核心素養) | |  | | --- | | 社交技巧 1-b-1處理情緒技巧  1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒  1-2-1-4 能分辨他人複雜的正向或負向情緒  1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒  1-b-2 處理壓力的技巧  1-2-2-1 能在面對壓力時表達自己負面的情緒  1-2-2-4 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法  1-2-2-5 能嘗試使用抒解壓力的方法  1-b-3 自我效能  1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力  1-2-3-4 能以各種形式自我獎勵  ------------------------------------------------  生活管理  3-2-2-2 能遵守上下學途中交通規則（如：走行人穿越道、注意看左右有無來車等）  3-2-2-3 能遵守指示搭乘交通工具  3-1-2-4 能辨識社區環境中常見交通工具  3-2-1-3能在社區的消費場所（如：超商、餐廳、電影院等）中進行消費，表現消費相關行為（如：對帳、索取統一發票等）  3-2-1-4 能遵守社區休閒活動規則（如：禮讓、安全性等）  2-2-1-1 能維護個人私領域內之環境秩序（如：整齊地吊掛衣物、整理書桌等）  2-2-1-2 能清理個人私領域內務（如：整理學校置物櫃、打掃房間、鋪床等）  2-2-1-3 能做到資源回收（如：資源分類、進行回收等）  2-2-1-4 能運用一般清潔用品（如：清潔工具-吸塵器等） | | | | | | | |
| 融入議題之能力指標(議題實質內涵) | 【生涯發展教育】1-2-1 培養自己的興趣、能力。  【資訊教育】 4-3-1 能應用網路的資訊解決問題。 | | | | | | |
| 教學期程 | 能力指標-代號  (學習內容、學習表現) | | | 單元名稱 | 節數 | 表現任務 (評量方式) | 備註  融入議題能力指標 |
| 第一週  2/17-2/20 | 1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒  1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒  1-2-2-1 能在面對壓力時表達自己負面的情緒  1-2-2-4 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法  2-2-1-1 能維護個人私領域內之環境秩序（如：整齊地吊掛衣物、整理書桌等）  2-2-1-2 能清理個人私領域內務（如：整理學校置物櫃、打掃房間、鋪床等）  2-2-1-3 能做到資源回收（如：資源分類、進行回收等） 2-2-1-4 能運用一般清潔用品（如：清潔工具-吸塵器等） | | | (配合109下第一主題)  1.餐前準備(清潔與準備)-下  2.餐後準備(清潔與歸位)- 下  3.我不會，怎麼求救?- 下 | 5 | 觀察、實作 | 生涯發展教育】  1-2-1  【資訊教育】  4-3-1 |
| 第二週  2/21-2/272 | 6 | 觀察、實作 |
| 第三週  2/28-3/6 | 6 | 觀察、實作 |
| 第四週  3/7-3/13 | 6 | 觀察、實作 |
| 第五週  3/14-3/20 | 6 | 觀察、實作 |
| 第六週  3/21-3/27 | 6 | 觀察、實作 |
| 第七週  3/28-4/3 | 6 | 觀察、實作 |
| 第八週  4/4-4/10 | 3-2-1-3能在社區的消費場所（如：超商、餐廳、電影院等）中進行消費，表現消費相關行為  3-2-1-4 能遵守社區休閒活動規則（如：禮讓、安全性等）  1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒  1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒  1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力  1-2-3-4 能以各種形式自我獎勵 | | | (配合109下第二主題)  1.衣服弄髒了，可以怎麼做?- 下  2.我不想做，怎麼辦?- 下 | 6 | 觀察、實作 | 生涯發展教育】  1-2-1  【資訊教育】  4-3-1 |
| 第九週  4/11-4/17 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十週  4/18-4/24 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十一週  4/25-5/1 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十二週  5/2-5/8 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十三週  5/9-5/15 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十四週  5/16-5/22 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十五週  5/23-5/29 | 3-2-2-2 能遵守上下學途中交通規則（如：走行人穿越道、注意看左右有無來車等）  3-2-2-3 能遵守指示搭乘交通工具  3-1-2-4 能辨識社區環境中常見交通工具  1-2-2-4 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法  1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力  1-2-3-4 能以各種形式自我獎勵 | | | (配合109下第三主題)  1.我想要做00事.該怎麼表達?  -下  2.來我家玩啊! -下 | 6 | 觀察、實作 | 生涯發展教育】  1-2-1  【資訊教育】  4-3-1 |
| 第十六週  5/30-6/5 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十七週  6/6-6/12 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十八週  6/13-6/19 | 6 | 觀察、實作 |
| 第十九週  6/20-6/26 | 6 | 觀察、實作 |
| 第二十週  6/27-6/30 | 4 | 觀察、實作 |

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標（學習重點）序號」，及是否為「自編」單元，或主題課程。

◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。