

臺南市公立安南區安南國民中學 109 學年度第 1 學期八年級彈性課程計畫

(普通班 / 藝才班 / 體育班 / 特教班)

課程名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	八年級/D02	教學節數	本學期共(42)節
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學				
設計理念	教導學生建立正向溝通技巧。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 B2 科技資訊與媒體素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作				
課程目標	培養處理情緒、壓力與提升自我的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校、家庭和社區的各項活動。				

配合融入之領域或議題		<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育				
表現任務		口語表達、文字或圖像表達、技能鍛鍊與動態操作						
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	2	8/31(一)開學 人際你我他	特社2-II-1 解讀	特社B-II-1	1. 在群體中建立正向溝通模式。 2. 理解正向拒絕的方法。 3. 認識處理衝突的基本技巧。	1. 討論活動。 2. 綜合活動。	1. 紙筆評量 2. 口頭評量 3. 觀察評量 4. 實作評量	自編自選教材
第 2 週	2	人際你我他	他人口語與非口	訊息解讀的				
第 3 週	2	人際你我他	語溝通的情緒及	技巧。				
第 4 週	2	人際你我他						
第 5 週	2	人際你我他						
第 6 週	2	第 1 次段考 10/7(三)-10/8(四) 人際你我他	目的，並反思自	特社B-II-2				
第 7 週	2	人際你我他	己是否有應留意	表達與傾聽				
第 8 週	2	人際你我他						
第 9 週	2	運動會 11/6(五) 人際你我他	或改善之處。	的時機。				
第 10 週	2	人際你我他	特社2-II-2 主動	特社B-II-3				
第 11 週	2	人際你我他						
第 12 週	2	人際你我他	引起話題，並禮	團體的基本				
第 13 週	2	第 2 次段考 11/24(二)-11/5(三) 人際你我他	貌地表達和傾聽	規範。				
第 14 週	2	戶外教育 12/2(三)-12/4(五) 人際你我他	他人的意見。	特社B-II-4				
第 15 週	2	人際你我他						
第 16 週	2	人際你我他						

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第 17 週	2	人際你我他	特社2-II-3 遵守 團體規範，並依 情境回應他人的	衝突情境的 因應。				
第 18 週	2	人際你我他						
第 19 週	2	人際你我他						
第 20 週	2	第 3 次段考 1/14(四)-1/15(五) 人際你我他						
第 21 週	2	休業式 1/20(三) 人際你我他	邀請或主動加入 團體。 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B-II-5 危險情境的 判別。 特社B-III-1 正負向訊息 的判斷。 特社B-III-2 話題的開啟 與延續。 特社B-III-3 自我經驗的 分享。				

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			<p>特社2-III-5 明瞭每個人都有獨特的地方，交友時不以單一標準或條件選擇。</p> <p>特社3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。</p> <p>特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。</p> <p>特社3-I-5 遵守教室規則。</p>	<p>特社B-III-4 自我需求與困難的表達。</p> <p>特社 B-III-5 多元性別互動與自主。</p>				
--	--	--	---	---	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

◎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。

臺南市公立安南區安南國民中學 109 學年度第 2 學期八年級彈性學習飛閱安中課程計畫

(普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

課程名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	八年級/D02	教學節數	本學期共(40)節
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學				
設計理念	教導學生處理負向情緒。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 B2 科技資訊與媒體素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作				
課程目標	培養處理情緒、壓力與提升自我的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校、家庭和社區的各項活動。				

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

配合融入之領域或議題		<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引				<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育			
表現任務		口語表達、文字或圖像表達、技能鍛鍊與動態操作							
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	2	2/17(三)開學 壓力變動力	特社 1-III-1 聽從	特社A-I-2 壓力的	1. 認識壓力帶來的生理和心理變化。	1. 討論活動。	1. 紙筆評量	自編自選教材	
第 2 週	2	壓力變動力	建議選擇較佳的情緒處理技巧。	特社A-I-3 自我優	2. 認識可能會帶來壓力的情境。	2. 綜合活動。	2. 口頭評量		
第 3 週	2	壓力變動力			特社A-II-2 壓力	3. 認識壓力情價下的問題解決技巧。	3. 觀察評量		
第 4 週	2	壓力變動力	特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社A-II-3 自我	4. 認識正向紓解壓力的方式。	4. 實作評量			
第 5 週	2	壓力變動力			特社A-III-2 壓力				
第 6 週	2	壓力變動力							
第 7 週	2	第 1 次段考 3/30(二)- 3/31(三) 壓力變動力	自己與接受不可能	特社A-II-3 自我					
第 8 週	2	壓力變動力	每個人都喜歡自己的事實。	特社A-III-2 壓力					
第 9 週	2	壓力變動力							
第 10 週	2	壓力變動力							
第 11 週	2	壓力變動力							
第 12 週	2	3 年級第 2 次段考 5/5(三)-5/6(四) 壓力變動力							
第 13 週	2	1、2 年級第 2 次段考 5/12(三)-5/13(四) 國中教育會考 5/15(六)- 5/16(日)							

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

		壓力變動力					
第 14 週	2	壓力變動力	特社 1-III-4 以各	的替代與紓解方			
第 15 週	2	壓力變動力	種形式自我安慰與	法。			
第 16 週	2	壓力變動力	獎勵。	特社A-III-3 行為			
第 17 週	2	壓力變動力		與後果之間的關			
第 18 週	2	畢業典禮 6/15(二) 壓力變動力	特社 1-III-5 使用	係與評估。			
第 19 週	2	第 3 次段考 6/24(四)-6/25(五) 壓力變動力	策略解決問題，但				
第 20 週	2	休業式 6/30(三)	不過度重視結果或 成敗。 特社1-IV-5 從可行 策略中，選擇適當 的紓解壓力方式。 特社1-IV-6 分析失 敗的原因，並從成 功的經驗自我肯 定。	特社 A-V-2 問題 解決的外在資 源。			

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			<p>特社3-I-3 遇到困難時，等待時機求助。</p> <p>特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。</p> <p>特社3-I-5 遵守教室規則。</p>					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

◎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。