

## C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

## 臺南市公立安南區安順國民中學 109 學年度第一學期三年級彈性學習社會技巧課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週(一)節 本學期共(21)節		
課程目標	(一) 透過辨識與處理壓力和情緒，培養選擇策略或問題解決的能力。 (二) 透過接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 (三) 透過參與、分享或討論的方式，培養人際適應的能力。				
相關領域	特殊需求領域				
能力指標 (總綱核心素養)	特社-J-A3 具備運用優弱勢與資源，執行問題解決計畫並分析不同方式的優缺點與行為後果，以因應生活情境的改變 特社-E-B3 具備藝術創作，促進多元感官發展與美感體驗的能力，培養到轉移注意力與心情的能力 特社-J-B3 具備藝術發表的能力，增進生活的豐富性與美感體驗，體驗自我放鬆與自我肯定的美好				
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)	性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。				
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 8/30-9/05 第二週 9/06-9/12 第三週 9/13-9/15 第四週 9/20-9/26 第五週 9/27-10/03	特社1-J-1 處理情緒的技巧 1. 分辨自己的矛盾情緒。 2. 表達自己的矛盾情緒。 3. 分析不同處理方式引發的行為後果。 4. 演練各種情境所需表達的情緒。	情緒分析及表達	5	角色演練、 情境觀察、 實作練習	
第六週 10/04-10/10 第七週 10/11-10/17 第八週 10/18-10/24 第九週 10/25-10/31 第十週 11/01-11/07	特社1-J-2 處理壓力的技巧 1. 在面對壓力時自我控制負面的情緒。 2. 分析失敗的原因。	壓力處理及策略應用	5	口頭提問、 情境觀察、	人 J5

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	<p>3. 聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。</p> <p>4. 從可行策略中自行選擇適當方式。</p>				
<p>第十一週 11/08-11/14</p> <p>第十二週 11/15-11/21</p> <p>第十三週 11/22-11/28</p> <p>第十四週 11/29-12/05</p> <p>第十五週 12/06-12/12</p>	<p>特社2-J-1 訊息解讀</p> <p>1. 解讀科技媒體訊息上的意義(符號、表情、代碼)。</p> <p>2. 區辨各種溝通訊息的正向與負面的情緒和意圖。</p> <p>3. 正確解讀性別之間傳遞的訊息,是否正向合理,或是帶有不當暗示的意圖</p>	<p>訊息解讀及</p> <p>性平教育的融入</p>	5	<p>口頭提問、</p> <p>情境觀察、</p> <p>紙筆測驗</p>	性 J6
<p>第十六週 12/13-12/19</p> <p>第十七週 12/20-12/26</p> <p>第十八週 12/27-01/02</p> <p>第十九週 01/03-01/09</p> <p>第二十週 01/10-01/16</p> <p>第二一週 01/17-01/23</p>	<p>特社2-J-3 人際互動技巧</p> <p>1. 適當介紹自己獨特的地方。</p> <p>2. 欣賞朋友的獨特性建立不同層次的友誼。</p> <p>3. 主動尋求志同道合的朋友。</p> <p>4. 與他人共同從事活動,分享或討論彼此的感受或想法。</p> <p>5. 在同儕友誼關係出現狀況時有修補的策略。</p>	<p>人際互動及友誼修補</p>	6	<p>口頭提問、</p> <p>情境觀察、</p> <p>實作練習</p>	人 J5

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

◎「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。

臺南市公立安南區安順國民中學 109 學年度第二學期三年級彈性學習社會技巧課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週(1)節 本學期共(18)節		
課程目標	(一) 透過了解自我優勢，培養自我激勵及設定學習目標的能力。 (二) 透過接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及溝通互動的能力。 (三) 透過參與、分享或討論的方式，培養人際適應及多元性別互動的能力。				
相關領域	特殊需求領域				
能力指標 (總綱核心素養)	特社-J-A3 具備運用優弱勢與資源，執行問題解決計畫並分析不同方式的優缺點與行為後果，以因應生活情境的改變 特社-E-B3 具備藝術創作，促進多元感官發展與美感體驗的能力，培養到轉移注意力與心情的能力 特社-J-B3 具備藝術發表的能力，增進生活的豐富性與美感體驗，體驗自我放鬆與自我肯定的美好				
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)	性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 性 J11 去除性別刻板與 性別偏見的情感 表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。				
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 2/14-2/20 第二週 2/21-2/27 第三週 2/28-3/06 第四週 3/07-3/13 第五週 3/14-3/20	特社2-J-3 人際互動技巧 1. 欣賞朋友的獨特性建立不同層次的友誼。 2. 能與志同道合的朋友維持友誼。 3.積極主動參與小組或團體活動以	團體的參與及性別   的互動	5	情境觀察、  實作練習	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	<p>爭取團隊榮譽。</p> <p>4. 能與不同性別共同從事活動分享彼此的感受或想法。</p>				
<p>第六週 3/21-3/27</p> <p>第七週 3/28-4/03</p> <p>第八週 3/04-4/10</p> <p>第九週 4/11-4/17</p> <p>第十週 4/18-4/24</p>	<p>特社2-J-2 基本溝通技巧</p> <p>1. 接受他人不同的意見或感受。</p> <p>2. 以他人可接受的方式提出自己的意見。</p> <p>3. 禮貌的中斷別人的談話。</p> <p>4. 覺察別人談話中所隱含的話意。</p>	<p>溝通表達的訓練</p>	5	<p>口頭提問、</p> <p>情境觀察、</p> <p>角色演練</p>	性 J11
<p>第十一週 4/25-5/1</p> <p>第十二週 5/02-5/08</p> <p>第十三週 5/09-5/15</p> <p>第十四週 5/16-5/22</p> <p>第十五週 5/23-5/29</p>	<p>特社2-J-5 多元性別互動技巧</p> <p>1. 與他人相處時分辨危險情境或危險人物的線索</p> <p>2. 在危險情境下或與危險人物相處時，採取正當的防衛措施</p> <p>3. 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言</p> <p>4. 與他人共同參與團體或活動</p>	<p>多元性別互動技巧</p>	5	<p>口頭提問、</p> <p>情境觀察、</p> <p>紙筆測驗</p>	性 J6
<p>第十六週 5/30-6/05</p> <p>第十七週 6/06-6/12</p> <p>第十八週 6/13-6/19</p>	<p>特社1-J-3 自我效能</p> <p>1. 從自己成功的經驗做自我肯定。</p> <p>2. 根據自己的優勢及弱勢能力設定</p>	<p>自我效能的提昇</p>	5	<p>口頭提問、</p> <p>情境觀察、</p>	人 J5

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	努力或學習目標。 3. 遭遇不如意事件時，主動轉移注意力。 4. 以內在語言自我鼓勵。			實作練習	
--	---	--	--	------	--

◎「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。