

臺南市公立 東 區 忠孝國民中學 109 學年度第一學期三年級彈性學習 特殊需求-社會技巧 課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週(二)節 本學期共(40)節		
課程目標	情緒處理技巧 壓力處理技巧 自我效能 訊息解讀 人際互動技巧 多元性別互動技巧				
相關領域	國語文 綜合活動				
能力指標 (總綱核心素養)	特社-J-A2具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。 特社-J-B1具備察覺他人語言和非語言溝通目的與意圖，並以同理心的角度與人溝通。 特社-J-B2具備與人分享科技資訊的基本素養，感受科技對人際互動的影響。				
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)	性別平等教育 人權教育 法治教育 資訊教育				
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 08/30-09/05	特社1-J-1 處理情緒的技巧(四)。 3.分析不同處理方式引發的行為後果。 特社1-J-2 處理壓力的技巧(四)。 2.分析失敗的原因。 3.聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 特社1-J-3 自我效能(四)。 1.從自己成功的經驗做自我肯定。 2.根據自己的優勢及弱勢能力設定	開學- 聯絡學校了解個案狀況	1	口頭評量	性別平等教育 人權教育 法治教育 資訊教育
第二週 09/06-9/12		情緒大解密 1	1	口頭評量 觀察評量	
第三週 09/13-09/19		情緒大解密 2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量	
第四週 09/20-09/26		情緒大解密 3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量	
第五週 09/27-10/03		情緒大解密 4	1	口頭評量 觀察評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	努力或學習目標。			實作評量
第六週 10/04-10/10	4. 以內在語言自我鼓勵。	我的壓力火山 1	1	口頭評量 觀察評量
第七週 10/11-10/17	特社2-J-1 訊息解讀(四)。 2. 解讀科技媒體訊息上的意義(符號、表情、代碼)。	我的壓力火山 2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第八週 10/18-10/24	3. 區辨各種溝通訊息的正向與負面的情緒和意圖。 4. 將各種溝通訊息轉化，保留正向的目的，警惕激勵自己。	我的壓力火山 3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第九週 10/25-10/31	5. 將各種溝通訊息轉化，察覺負向的目的，警惕保護自己。	我的壓力火山 4	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十週 11/01-11/07	特社2-J-3 人際互動技巧(四)。	其實我真的很不錯 1	1	口頭評量 觀察評量
第十一週 11/08-11/14	1. 適當介紹自己獨特的地方。 3. 主動尋求志同道合的朋友。 6. 與他人共同從事活動分享彼此的感受或想法。	其實我真的很不錯 2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十二週 11/15-11/21	特社2-J-5 多元性別互動技巧(四)。	其實我真的很不錯 3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十三週 11/22-11/28	1. 與他人相處時分辨危險情境或危險人物的線索。	其實我真的很不錯 4	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十四週 11/29-12/05	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。	網路世界停看聽 1	1	口頭評量 觀察評量

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

第十五週 12/06-12/12	5. 適當使用某些物質或活動表達對他人的欣賞或喜歡。	網路世界停看聽 2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十六週 12/13-12/19		網路世界停看聽 3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十七週 12/20-12/26		網路世界停看聽 4	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十八週 12/27-01/02		人際病毒特搜隊 1	1	口頭評量 觀察評量
第十九週 01/03-01/09		人際病毒特搜隊 2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第二十週 01/10-01/16		人際病毒特搜隊 3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第二十一週 01/17-01/20		休業式	1	

◎「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 東 區 忠孝國民中學 109 學年度第一學期三年級彈性學習 特殊需求-社會技巧 課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週(二)節 本學期共(36)節		
課程目標	情緒處理技巧 壓力處理技巧 自我效能 訊息解讀 人際互動技巧 多元性別互動技巧				
相關領域	國語文 綜合活動				
能力指標 (總綱核心素養)	特社-J-A2具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。 特社-J-B1具備察覺他人語言和非語言溝通目的與意圖，並以同理心的角度與人溝通。 特社-J-B2具備與人分享科技資訊的基本素養，感受科技對人際互動的影響。				
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)	性別平等教育 人權教育 法治教育 資訊教育				
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 02/17-02/20	特社1-J-1 處理情緒的技巧(四)。 3.分析不同處理方式引發的行為後果。 4.根據情境或情緒強烈程度，選擇可被接受的方式表達自己的各種情緒。 特社1-J-2 處理壓力的技巧(四)。 3.聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境。 4.從可行策略中自行選擇適當的方式。	開學- 與個案討論學習目標	1	口頭評量	性別平等教育 人權教育 法治教育 資訊教育
第二週 02/21-02/27		情緒風向球 1	1	口頭評量 觀察評量	
第三週 02/28-03/06		情緒風向球 2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量	
第四週 03/07-03/13		情緒風向球 3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量	
第五週 03/14-03/20		壓力調節閥 1	1	口頭評量 觀察評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

第六週 03/21-03/27	<p>特社1-J-3 自我效能(四)。 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。</p> <p>特社2-J-1 訊息解讀(四)。 5. 將各種溝通訊息轉化，察覺負向的目的，警惕保護自己。 6. 正確解讀兩性之間傳遞的訊息，是正向合理，或是歧視，還是具有高度的性暗示。 7. 具備正確使用網路的基本法律常識。</p> <p>特社2-J-3 人際互動技巧(四)。 6. 與他人共同從事活動分享彼此的感受或想法。 7. 在同儕友誼關係出現狀況時有修補的策略。</p> <p>特社2-J-5 多元性別互動技巧(四)。 5. 適當使用某些物質或活動表達對他人的欣賞或喜歡。</p>	壓力調節閥2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第七週 03/28-04/03		壓力調節閥3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第八週 04/04-04/10		我的青春不迷網1	1	口頭評量 觀察評量
第九週 04/11-04/17		我的青春不迷網2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十週 04/18-04/24		我的青春不迷網3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十一週 04/25-05/01		我的青春不迷網4	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十二週 05/02-05/08		夢想實踐家1	1	口頭評量 觀察評量
第十三週 05/09-05/15		夢想實踐家2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量
第十四週 05/16-05/22		夢想實踐家3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

第十五週 05/23-05/29	13. 在法律的保障下，以適當的方式 與他人維持友誼關係。	預見愈來愈好的自己 1	1	口頭評量 觀察評量	
第十六週 05/30-06/05		預見愈來愈好的自己 2	1	口頭評量 觀察評量 實作評量	
第十七週 06/06-06/12		預見愈來愈好的自己 3	1	口頭評量 觀察評量 實作評量	
第十八週 06/13-06/19		畢業週-整理資料	1	口頭評量	
第十九週 06/20-06/26	個案畢業				
第二十週 06/27-06/30					

◎「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。