

臺南市公立北區成功國民中學 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
普通班/藝才班/體育班/特教班)

教材來源	自編教材	教學節數	每週(1)節 本學期共(21)節
課程目標	1. 能辨識與處理自我的情緒；察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式；認識自我與接納自己的優弱勢能力，並進而學習擬定或調整問題解決計畫的能力； 2. 能表達或分享自己的意見、適當評論對他人意見的看法、具備結交朋友及建立長期友誼的能力；強調與他人（指同性或異性之間）相處時能分辨並拒絕不適當的語言或動作，做到彼此尊重及欣賞；分辨衝突的情境、原因及後果，與妥善處理各種衝突情境的能力； 3. 在教室情境能適當傾聽、表達需求或參與課堂討論，並能遵守教室或團體的規範。		
相關領域	國文、社會、綜合		
能力指標 (總綱核心素養)	1-3-1-3能分析不同處理方式引發的行為後果(如：生氣打人會被處罰) 1-3-1-4能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(如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等) 1-4-1-1能根據情境或情緒強烈程度，選擇適當的方式表達自己的各種情緒(如：以適當的口語或非口語方式表達情緒等) 1-4-2-1能在面對壓力時有效處理自己的負面情緒 1-4-2-4能不斷嘗試各種抒解壓力的方法，找出適合自己的有效方法 1-4-2-5能持續使用有效的方式抒解壓力 1-1-3-2能察覺他人對自己的看法或態度 2-2-1-2能禮貌地表達自己意見 2-3-1-1能接受他人不同的意見或感受 2-3-1-2能以他人可接受的方式提出自己的意見 2-1-2-6能與他人和睦相處建立友善的關係 2-1-2-7能在團體中遵守基本規範		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	<p>2-2-2-3能展現合宜行為以維持長時間的友誼</p> <p>2-1-3-2能表達衝突所引發的情緒反應</p> <p>2-1-3-8能在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助</p> <p>2-1-3-9能在面對同儕衝突（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等）主動尋求 大人協助</p> <p>2-1-3-12能在無法執行大人的要求或期待時，表達自己的困難</p> <p>2-2-3-1能在面對衝突情境時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒</p> <p>2-2-3-10能在面對同儕的衝突（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等）時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒</p> <p>2-4-3-1能在面對衝突情境時，有效處理自己的負面情緒</p> <p>2-2-4-4能保持與不同性別相處時的身體界線</p> <p>3-1-1-8能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作</p> <p>3-2-1-2能在監督或協助下完成複雜的工作（如：舉辦班級慶生會或教室布置工作等）</p> <p>3-4-1-5 能遵守規定獨立使用專科教室（如：注意安全、物歸原處、場地復原等）</p>				
<p>融入議題之能力指標 (議題實質內涵)</p>	<p>資訊教育、家政教育、人權教育、生涯發展教育</p>				
<p>教學期程</p>	<p>能力指標-代號 (學習內容、學習表現)</p>	<p>單元名稱</p>	<p>節數</p>	<p>表現任務(評量方式)</p>	<p>備註 融入議題能力指標</p>
<p>一 0831-0904</p>	<p>1-3-1-3能分析不同處理方式引發的行為後果（如：生氣打人會被處罰）</p>	<p>處己:</p> <p>1-b-1 處理情緒技巧、</p> <p>1-b-2 處理壓力的技巧</p>	<p>1</p>	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評量</p> <p>3. 口頭回答</p> <p>4. 實作練習</p>	<p>資訊教育</p> <p>3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。</p> <p>3-4-6 能規劃出問題解決的程序。</p> <p>3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。</p>
<p>二 0907-0911</p>	<p>1-3-1-4能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（如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等）</p>		<p>1</p>		
<p>三 0914-0918</p>			<p>1</p>		
<p>四 0921-0926</p>	<p>1-4-1-1能根據情境或情緒強烈程度，選擇適當的方式表達自己的各種情緒（如：以適當的口語或非口語方式表</p>		<p>1</p>		
<p>五 0928-1002</p>			<p>1</p>		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

六 1005-1008	達情緒等) 1-4-2-1能在面對壓力時有效處理自己的負面情緒		1		
七 1012-1016 第一次段考週	1-4-2-4能不斷嘗試各種抒解壓力的方法，找出適合自己的有效方法		1		
八 1019-1023	1-4-2-5能持續使用有效的方式抒解壓力		1		
九 1026-1030	1-1-3-2能察覺他人對自己的看法或態度	處人	1		
十 1102-1106	2-2-1-2能禮貌地表達自己意見	2-b-1 基本溝通技巧、	1		
十一 1109-1113	2-3-1-1能接受他人不同的意見或感受 2-3-1-2能以他人可接受的方式提出自己的意見		1		
十二 1116-1120	2-1-2-6能與他人和睦相處建立友善的關係	2- b-2 人際互動技巧、	1		
十三 1123-1127 第二次段考週	2-1-2-7能在團體中遵守基本規範 2-2-2-3能展現合宜行為以維持長時間的友誼	2-b-3 處理衝突技巧	1		
十四 1130-1204	2-1-3-2能表達衝突所引發的情緒反應	處人	1		
十五 1207-1211	2-1-3-8能在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助		1		
十六 1214-1218	2-1-3-9能在面對同儕衝突(如：責罵、批評、嘲弄、欺負等)主動尋求 大人協助	2- b-2 人際互動技巧、	1		
十七 1221-1225	2-1-3-12能在無法執行大人的要求或	2-b-3 處理衝突技巧	1		
十八			1		
					<p>家政教育</p> <p>3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。</p> <p>3-4-2 展現合宜的禮儀以建立良好的人際關係。</p> <p>3-4-3 建立合宜的生活價值觀。</p> <p>4-4-1 肯定自己，尊重他人。</p> <p>人權教育</p> <p>1-4-4 探索各種權利可能發生的衝突，並瞭解如何運用民主方式及合法的程序，加以評估與取捨。</p> <p>2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。</p> <p>生涯發展教育</p>

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

1228-1231	期待時，表達自己的困難	處環境			1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。
十九 0104-0108	2-2-3-1能在面對衝突情境時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒		1		
二十 0111-0115	2-2-3-10能在面對同儕的衝突（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等）時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒		1		
二十一 0118-0120 第三次段考週	2-4-3-1能在面對衝突情境時，有效處理自己的負面情緒 2-2-4-4能保持與不同性別相處時的身體界線 3-1-1-8能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作 3-2-1-2能在監督或協助下完成複雜的工作（如：舉辦班級慶生會或教室布置工作等） 3-4-1-5 能遵守規定獨立使用專科教室（如：注意安全、物歸原處、場地復原等）		1		
		3-b-1 學校基本適應技巧			

◎「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。

臺南市公立北區成功國民中學 109 學年度第二學期三年級彈性學習特殊需求(社會技巧) 課程計畫
普通班/藝才班/體育班/特教班)

教材來源	自編教材	教學節數	每週(1)節 本學期共(18)節
課程目標	1. 能處理自己的情緒、壓力，並提升自我效能； 2. 能處理與他人有關的基本溝通、與人相處、兩性互動、處理衝突技巧； 3. 能處理與環境相關的事務，並具備在教室生存及社區內活動的基本應對進退能力。		
相關領域	國文、社會、綜合		
能力指標 (總綱核心素養)	1-3-1-4能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(如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等) 1-4-1-1能根據情境或情緒強烈程度，選擇適當的方式表達自己的各種情緒(如：以適當的口語或非口語方式表達情緒等) 1-4-2-1能在面對壓力時有效處理自己的負面情緒 1-4-2-4能不斷嘗試各種抒解壓力的方法，找出適合自己的有效方法 1-4-2-5能持續使用有效的方式抒解壓力 1-1-3-2能察覺他人對自己的看法或態度 2-3-1-2能以他人可接受的方式提出自己的意見 2-1-2-6能與他人和睦相處建立友善的關係 2-1-2-7能在團體中遵守基本規範 2-2-2-3能展現合宜行為以維持長時間的友誼 2-1-3-2能表達衝突所引發的情緒反應 2-2-3-1能在面對衝突情境時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒 2-4-3-1能在面對衝突情境時，有效處理自己的負面情緒 3-1-1-8能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	3-2-1-2 能在監督或協助下完成複雜的工作（如：舉辦班級慶生會或教室布置工作等） 3-1-2-1 能在看到熟悉的家人、鄰居、同學或老師時，主動打招呼 3-1-2-5 能在社區情境（如：商店、郵局、圖書館或醫院等）活動時，有禮貌的詢問/表達謝謝 3-1-2-9 能在看到同學生病或受傷時，表達安慰之意 3-2-2-3 能在過年或節慶時看到熟悉的家人、鄰居、同學或老師時，主動愉悅地說出應景的話				
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)	資訊教育、家政教育、人權教育、生涯發展教育				
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
一 0218-0220	1-3-1-4能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（如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等） 1-4-1-1能根據情境或情緒強烈程度，選擇適當的方式表達自己的各種情緒（如：以適當的口語或非口語方式表達情緒等） 1-4-2-1能在面對壓力時有效處理自己的負面情緒 1-4-2-4能不斷嘗試各種抒解壓力的方法，找出適合自己的有效方法 1-4-2-5能持續使用有效的方式抒解壓力 1-1-3-2能察覺他人對自己的看法或態	處己: 1-b-1 處理情緒技巧、1-b-2 處理壓力的技巧	1	1. 觀察學生 2. 態度評量 3. 口頭回答 4. 實作練習	資訊教育 3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 3-4-6 能規劃出問題解決的程序。 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 家政教育 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。 3-4-2 展現合宜的禮儀以建立良好
二 0222-0226			1		
三 0302-0305			1		
四 0308-0312			1		
五 0315-0319			1		
六 0322-0326 第一次段考週			1		
七 0329-0402		1			
八 0406-0409		處人:	1		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

九 0412-0416	度 2-3-1-2能以他人可接受的方式提出自己的意見	2-b-1 基本溝通技巧、	1		的人際關係。 3-4-3 建立合宜的生活價值觀。 4-4-1 肯定自己，尊重他人。 人權教育 1-4-4 探索各種權利可能發生的衝突，並瞭解如何運用民主方式及合法的程序，加以評估與取捨。 2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。 生涯發展教育 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	
十 0419-0423	2-1-2-6能與他人和睦相處建立友善的關係	2-b-2 人際互動技巧、	1			
十一 0426-0430	2-1-2-7能在團體中遵守基本規範	2-b-3 處理衝突技巧	1			
十二 0503-0507 第二次段考週	2-2-2-3能展現合宜行為以維持長時間的友誼	處環境:	1			
十三 0510-0514	2-1-3-2能表達衝突所引發的情緒反應		1			
十四 0517-0521	2-2-3-1能在面對衝突情境時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒		1			
十五 0524-0528	2-4-3-1能在面對衝突情境時，有效處理自己的負面情緒		1			
十六 0531-0604	3-1-1-8能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作		1			
十七 0607-0611	3-2-1-2 能在監督或協助下完成複雜的工作（如：舉辦班級慶生會或教室布置工作等）		1			
十八 0615-0618 畢業典禮	3-1-2-1 能在看到熟悉的家人、鄰居、同學或老師時，主動打招呼		3-b-1 學校基本適應技巧			1
	3-1-2-5 能在社區情境（如：商店、郵局、圖書館或醫院等）活動時，有禮貌的詢問/表達謝謝		3-b-2 社區基本適應技巧			1
	3-1-2-9 能在看到同學生病或受傷時，表達安慰之意					

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	3-2-2-3 能在過年或節慶時看到熟悉的家人、鄰居、同學或老師時，主動愉悅地說出應景的話				
--	---	--	--	--	--

◎「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。