

## 臺南市立安平國民中學 110 學年度第一學期 七年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共( 21 )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) 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	透過社會技巧課程引導學生認識自己的情緒，掌握並選擇適當的情緒來面對他人及處理事物，以達良好的社會適應。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	1. 認識日常情緒反應，增加情緒感受字彙。 2. 增進情緒管理的自我能力，能清楚表達個人情緒。 3. 學習積極傾聽，能將心比心感受他人的想法。							
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 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	觀察、情境演練、口語問答、實作評量							
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 1-3 週 8/30-9/17	3	認識情緒	特社 1-IV-1 分辨 與表達矛盾的情 緒。 特社 2-IV-2 區辨	特社 A-IV-1 兩難情緒的處 理。	認識日常各種 情緒反應。	1. 進行繪本導讀和觀賞 教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、 網路資源、學 習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。			答。		
第 4-6 週 9/20-10/8	3	我能對自己的情緒負責	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	認識情緒，增進情緒管理的自我能力。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 7-9 週 10/11-10/29	3	情緒調色盤	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	增加情緒感受字彙，清楚表達個人情緒。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 10-12 週 11/1-11/19	3	我的喜怒哀樂	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	認識情緒的重要性與特性，瞭解情緒是可以改變的。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。					
第 13-15 週 11/22-12/10	3	情緒表達千百種	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	認識各種情緒表達的方式，並察覺自己習慣的情緒表達模式。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 16-18 週 12/13-12/31	3	我能緩和強烈的情緒	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的方式回應。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	學習應用「停下來」原則，緩和強烈情緒。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 19-21 週 1/3-1/21	3	我能面對他人的情緒	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 B-IV-2 同理心的培養。	學習積極傾聽，能將心比心感受他人的想法。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			內容保護自己。 特社 2-IV-12 面 對他人的抱怨，安 撫對方情緒緩和 衝突，並有效分析 自己的困難。					
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

◎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。

臺南市立安平國民中學 110 學年度第二學期 七年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫 ( 普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班 )

學習主題名稱 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共( 20 )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 ) 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	透過社會技巧課程引導學生認識自己的情緒，掌握並選擇適當的情緒來面對他人及處理事物，以達良好的社會適應。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	1. 察覺並接納自己的情緒，瞭解引發情緒的原因、調整焦點、改變想法。 2. 應用「我-訊息」來溝通情緒，建立良好的人際關係。 3. 激發思考和創意，並學習運用評估原則，選擇最佳方法解決問題。							
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 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	觀察、情境演練、口語問答、實作評量							
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 1-3 週 2/11-2/25	2	情緒管理三部曲 (一)面對情緒	特社 1-IV-1 分辨 與表達矛盾的情 緒。 特社 2-IV-2 區辨	特社 A-IV-1 兩難情緒的處 理。 特社 A-IV-2	察覺並接納自 己的情緒。	1. 進行繪本導讀和觀賞 教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、 網路資源、學 習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	壓力的控制與調整。		答。		
第 4-5 週 2/28-3/11	2	情緒管理三部曲 (二)轉換情緒	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	瞭解引發情緒的原因、調整焦點、改變想法。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 6-7 週 3/14-3/25	2	情緒管理三部曲 (三)有效表達情緒	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	應用「我-訊息」來溝通情緒，建立良好的人際關係。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 8-10 週 3/28-4/15	3	我能決定要面對問題	特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 特社 2-IV-12 面對他人的抱怨，安撫對方情緒緩和	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	學習發掘和面對問題，不消極逃避。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			衝突，並有效分析自己的困難。					
第 11-12 週 4/18-4/29	2	我能勇敢拒絕誘惑	特社 2-IV-19 懂得保護自己，正確判斷及因應禮物或金錢的誘惑。	特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	學習分辨及拒絕不良的誘惑或習慣。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 13-15 週 5/2-5/20	3	我能找出好方法來解決問題	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 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 1-IV-9 主動擬定與分析問題解決方式的優缺點及其後果。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	激發思考和創意，並學習運用評估原則，選擇最佳方法解決問題。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 16-18 週 5/23-6/10	3	我能尋求他人的幫助	特社 1-IV-4 聽從他人的建議，嘗試解決被拒絕的困境。 特社 3-IV-4 在遇到困難時，依問題性質尋求特定對象或資源的協助。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	學習尋求別人意見和幫助。	1. 進行繪本導讀和觀賞教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	口頭評量 觀察評量 實作評量 自我評量	繪本、影片、網路資源、學習單
第 19-21 週	3	我能積極行動解	特社 1-IV-2 分析	特社 A-IV-3	明白事情緊急	1. 進行繪本導讀和觀賞	口頭評量	繪本、影片、

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

6/13-6/30		決問題	不同處理方式引發的行為後果。 特社 1-IV-9 主動擬定與分析問題解決方式的優缺點及其後果。	問題解決的技巧。	重要的優先順序，集中力量面對挑戰。	教學短片。 2. 師生討論與彼此分享。 3. 依學習單提問進行回答。	觀察評量 實作評量 自我評量	網路資源、學習單
-----------	--	-----	--	----------	-------------------	--	----------------------	----------

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

◎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。