

臺南市公(私)立新營區新國民中(小)學 111 學年度第 1 學期三年級彈性學習社會技巧課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	三/Q	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■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. □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	處理情緒技巧、人際互動技巧							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 特社-E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
課程目標	運用繪本、多媒體教學、遊戲、學習單、角色扮演、故事講述、討論與問題澄清、表達與分享等方式進行教學，在與他人互動中及模擬情境中，指導合宜社會技巧的行為與態度。							
配合融入之領域或議題	<input checked="" 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 type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 性別平等教育 <input 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 checked="" 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	實作評量、口頭評量、角色扮演							
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
01	1	教室規則我最了	特社1-I-5 在 遭逢不如意事	特社 A-I-2 壓	1. 說明學生 理解班級公	運用繪本、多媒體教學、遊 戲、學習單、角色扮演、故事	觀察 口語	自編自選教材 學習單
02	1	教室規則我最了						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

03	1	教室規則我最了	<p>件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。</p> <p>特社2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。</p> <p>特社2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。</p>	<p>力的察覺與面對。</p> <p>特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。</p> <p>特社 B-I-3 人際關係的建立。</p>	<p>約的內容。</p> <p>2. 協助學生如何遵守的班級規定。</p> <p>3. 上課時能帶齊上課必備物品(鉛筆盒、聯絡簿、課本等)。</p>	<p>講述、討論與問題澄清、表達與分享等方式進行教學，在與他人互動中及模擬情境中，指導合宜社會技巧的行為與態度。</p>	<p>演練操作</p>
04	1	我要跟大家一起玩	<p>特社2-I-6 主動打招呼和自我介紹。</p>	<p>特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。</p>	<p>1. 協助學生辨識、了解人際互動的流程(開始、結束)。</p>		
05	1	我要跟大家一起玩	<p>特社2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。</p>	<p>特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。</p>	<p>2. 引導學生加入桌遊的方法，並給予情境演練。</p>		
06	1	我要跟大家一起玩	<p>特社2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。</p>	<p>特社 B-IV-1 科技媒體的運用。</p>	<p>3. 討論人際互動過程中會產生的情緒反應。</p>		
07	1	我懂你的心情	<p>特社2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正</p>	<p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p>	<p>1. 能明白同理心的涵義</p>		
08	1	我懂你的心情		<p>特社 B-IV-4 拒</p>	<p>2. 能以同理心對待和</p>		
09	1	我懂你的心情					

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	絕的技巧。	幫助同學			
10	1	EQ 達人	特社1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。 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2-IV-14 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌的說明拒絕的原因。		1 能發覺自己情緒的變化，學習用正確的用語適當表達情緒。			
11	1	EQ 達人			2 能察覺他人情緒並適當回應			
12	1	EQ 達人			1. 討論何謂能被接受的發言時機及態度才能被大家接受。			
13	1	被接受的說話態度 (一)			2. 明列出「正確發言」的步驟及圖示並實際演練。			
14	1	被接受的說話態度 (一)			3. 提供情境並實際演練。			
15	1	被接受的說話態度 (一)			1. 討論生氣的生理反應			
16	1	心情紅綠燈			2. 怎樣讓別人知道你生氣了			
17	1	心情紅綠燈						
18	1	心情紅綠燈						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					<p>3. 討論生氣的原因</p> <p>4. 生氣可以如何舒緩</p> <p>5. 生氣可以如何轉移</p>		
19	1	和壓力好好相處			<p>1 能認識因壓力而產生的焦慮反應</p> <p>2 能透過運動放鬆身心減輕焦慮的感覺</p>		
20	1	和壓力好好相處					
21	1	和壓力好好相處					

臺南市公(私)立新營區新國民中(小)學 111 學年度第二學期三年級彈性學習 社會技巧課程計畫 (普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	三/Q	教學節數	每週(1)節，本學期共(20)節			
彈性學習課程 四類規範	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	處理情緒技巧、人際互動技巧							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	1. 包含處理情緒技巧、處理壓力技巧與自我效能 2. 包含訊息的解讀、基本溝通技巧、人際互動技巧、處理衝突技巧、多元性別互動技巧。							
課程目標	特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 特社-E-A3 具備認識自我、接納自己，以及考量優、弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫，充實多元的生活經驗。 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 特社-E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 特社-E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。							
配合融入之領 域或議題	<input checked="" 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 type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 性別平等教育 <input 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	實作評量、口頭評量、角色扮演							
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
01	1	我不是噴火龍	特社 1-I-1 分辨 與表達基本的正	特社 A-I -1 基本情	1 能知曉每 個人生氣時	運用繪本、多媒體教學、遊 戲、學習單、角色扮演、故事	觀察 口語	自編自選教材 學習單
02	1	我不是噴火龍						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

03	1	我不是噴火龍	向或負向情緒。 特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反	緒的認識與分辨。 特社 A-I-2 壓力的察覺與面	會有不同的情緒強度 2 討論亂發情緒可能造成的結果。	講述、討論與問題澄清、表達與分享等方式進行教學，在與他人互動中及模擬情境中，指導合宜社會技巧的行為與態度。	演練 操作 學習單
04	1	我會聰明面對嘲笑	應。 特社 1-I-3 學習	對。 特社 B-I-1 溝通訊	1 會告訴對方自己的感覺，「你這樣說我很不舒服」「你愛怎麼想就怎麼想，說別人就是說自己」		
05	1	我會聰明面對嘲笑	面對可能遭遇的失敗。	息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。	2 會選擇離開那些嘲笑自己的人。		
06	1	我會聰明面對嘲笑	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	3 會以自我語言鼓勵自己。		
07	1	被拒絕的時候			1. 討論即使有禮貌、遵守規則還是被拒		
08	1	被拒絕的時候	特社 2-I-5 依情境適當回答問題。		絕的原因。		
09	1	被拒絕的時候	特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。		2. 討論被拒絕後可以做哪些事情來發洩或轉移。		

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

10	1	輸了並不丟臉要 賴更丟臉	<p>特社 2-I-7 了解 與人相處的情 境、簡單規則， 建立友善 的關係。 特社 2-I-8 分辨 與表達衝突的原 因、情境與後 果。</p>	<p>1. 能接受 失敗的事實 2. 能恭喜 贏的一方</p>			
11	1	輸了並不丟臉要 賴更丟臉					
12	1	輸了並不丟臉要 賴更丟臉					
13	1	怎麼做才不討 人厭		<p>1. 引導討論 並明列出受 歡迎的遊 戲、活動參與 者的特質。 2. 指導「運 動家精神」並 於遊戲、活動 中實際演練。</p>			
14	1	怎麼做才不討 人厭					
15	1	怎麼做才不討 人厭					
16	1	拒絕別人		<p>1. 能說出適 當拒絕別人 要求的重要 性 2 具有「適當 拒絕別人要 求」的觀念 3 能說出適當 拒絕別人的 理由</p>			
17	1	拒絕別人					
18	1	換個角度大不同		<p>1 能覺察自 己的情緒的 轉變並接受</p>			
19	1	換個角度大不同					
20	1	換個角度大不同					

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					他 2 學習換個 角度看事 情，透過轉換 想法來改變 情緒。			
--	--	--	--	--	---	--	--	--