

## 臺南市立建興國民中學 112 學年度第一學期九年級 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)	九年級(3A)	教學節數	本學期共( 21 )節			
彈性學習課程 四類規範	3. <input 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	國三的孩子正值會考壓力、學業成績、情緒困擾…等等，身障生或許也跟一般生一樣或多或少都有壓力。希望能透過這些課程，能讓身障學生學習及練習保持正向如何紓壓，維持身心健康。							
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. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 3. 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、家庭和社區等各種情境的能力							
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 type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" 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	1. 能學到實用的人際互動技巧，並多加練習 2. 口語跟非口語給人印象不同，後者最常影響彼此的互動，須留意細節部分 3. 面對壓力及負向情緒，能以正面思維跟心情來扭轉							
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
第一週 8/27~9/02	1	討論升國三的心 境	特社3-IV-1 能在課堂 或小組討論尊重他人不	特社 C-I-1 學校規則的認	1. 能進行自我 介紹(姓名、興	1. 認識國三的生活 常態	1. 自我介紹 2. 影片欣賞	口語問答 觀察評量
第二週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

9/03~9/9			同的意見	識與遵守。	趣、專長及未來想從事的行業) 2. 能與同學討論特定的話題	2. 注意自己的儀態表現 3. 了解每個人的差異	3. 情境演練	
第三週 9/10~9/16	1	討論升國三可能面臨的挑戰	特社3-IV-2 服從指令 規劃步驟完成複雜的工作。					
第四週 9/17~9/23	1		特社3-IV-3 配合老師的指令，遵守不同學習情境和器材的使用規則與安全					
第五週 9/24~9/30	1	人際衝突之你我他	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 B-IV-4 拒絕的技巧	1. 當衝突發生時，能說出解決的方法 2. 當衝突發生時，能選擇正確的解決方法 3. 能適時安慰他人的情緒	1. 衝突的情境 2. 想方設法	口語問答 觀察評量	自選教材 (網路影片) 學習單
第六週 10/01~10/07	1		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。					
第七週 10/9~10/14	1		特社2-IV-13 在面對兩難的情境時，主動選擇對自己較為有利的情境。					
第八週 10/15~10/21	1							
第九週 10/22~10/28	1							
第十週 10/29~11/04	1	你說我聽	特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。	特社 B-I-2 溝通的媒介	1. 能依情境適當回答問題 2. 能依情境表達自己意見 3. 能等待輪流說話及不隨便插話	1. 認識傾聽的行為 2. 實際演練表現傾聽的行為	實作評量 口頭評量	自選教材 (網路影片) 學習單
第十一週 11/05~11/11	1		特社 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。					
第十二週 11/12~11/18	1		特社 2-I-5 依情境適當回答問題					

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					4. 能主動引起話題開始與人進行談話 5. 能以他人可接受的方式提出自己的意見			
第十三週 11/19~11/25	1	知己知彼	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。	1. 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。	1. 認識矛盾的情緒 2. 就自己的經驗進行分享討論 3. 畫情緒與分享回饋	實作評量 口頭評量	自選教材 (網路影片)學習單
第十四週 11/26~12/02	1							
第十五週 12/03~12/9	1							
第十六週 12/10~12/16	1							
第十七週 12/17~12/23	1	人際闖關秘笈	特社 1-IV-8 遭遇不如意時，主動轉移注意力，並以內在語言自我鼓勵。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 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；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	1. 主動擬訂計畫解決問題。 2. 能在面對各項問題情境，並評估自己解決問題的能力。	口語問答 觀察評量	自選教材 (網路影片)學習單
第十八週 12/24~12/30	1							
第十九週 12/31~01/06	1							
第二十週 01/07~01/13	1	尊重他人意見 (一)	特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息與人溝通。	特社 B-IV-1 科技媒體的運	1. 能接納他人的意見 4-2 能	1. 我的秘密日記 2. 道聽塗說?	口語問答 觀察評量	自選教材 (網路影

## C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第二十一週 01/14~01/20	1	尊重他人意見 (二)	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。	用。	表達自己的看法		片、繪本)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。

◎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。

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	九年級	教學節數	本學期共( 18 )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) 2. <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 3. <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 checked="" 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	國三的孩子正值會考壓力、學業成績、情緒困擾…等等，身障生或許也跟一般生一樣或多或少都有壓力。希望能透過這些課程，能讓身障學生學習及練習保持正向如何紓壓，維持身心健康。							
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. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 3. 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、家庭和社區等各種情境的能力							
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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" 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	1. 能表達讓自己感受到壓力的情境，並分享會採取的抒壓策略 2. 能適時尋求外在的援助，具有解決問題的能力 3. 面對壓力及負向情緒，能自我調適							
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
第一週 2/11~2/17	1	情緒解讀與分辨	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。	1. 能認識各種不同的情緒 2. 能表達自己的情緒	1. 情緒臉譜 2. 心情特攻隊 (桌遊)	口語問答 觀察評量	學習單
第二週	1	能表達自己的正						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

2/18~2/24		向或負向情緒						
第三週 2/25~3/2	1	能分辨他人的正向或負向情緒		特社 I-J-3 問題解決的技巧	1. 能認識各種不同的情緒 2. 能表達自己情緒	1. 情緒臉譜 2. 心情特攻隊(桌遊)	口語問答 觀察評量	學習單
第四週 3/03~3/9	1	正向或負向情緒引發原因						
第五週 3/10~3/16	1	壓力覺察	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。	1. 能學會控制自己的情緒 2. 接納他人給予的建議	1. 壓力體驗活動 2. 限時的桌遊遊戲	口語問答 觀察評量	學習單
第六週 3/17~3/23	1	壓力與表現	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。					
第七週 3/24~03/30	1							
第八週 3/31~4/6	1	壓力因應策略						
第九週 4/07~4/13	1		特社 2-I-13 分辨與因應不適當的觸摸或語言，必要時主動尋求協助。	特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。	1. 能分辨危險的情境(時間或地點) 2. 能分辨危險人物的行為特質	1. 時事新聞 2. 影片欣賞	口語問答 觀察評量	學習單
第十週 4/14~4/20	1		特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。	特社 II-J-5 愛慕與追求的方式	3. 能知道身體界線拒絕他人不當碰觸 4. 能稱讚他人優點			
第十一週 4/21~4/27	1	有愛無礙	特社 2-IV-15 與他人相處，分辨危險情境或危險人物，採取正當的防衛措施。					
第十二週 4/28~5/4	1		特社 2-IV-17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體或活動。	特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。	1. 能理解健康的男女相處之道 2. 能尊重不同的型別傾向並發展正當的友	情境演練	口語問答 觀察評量	學習單
第十三週 5/05~5/11	1	健康的性別關係						
第十四週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

5/12~5/18			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。		誼			
第十五週 5/19~5/25	1		特社 2-IV-22 尊重他人的性別傾向或認同。					
第十六週 5/26~6/1	1		特社 2-IV-23 在面對爭吵或分手的情境，冷靜面對結果，並尋求適當協助 保護自己。					
第十七週 6/2~6/8	1	同理心與溝通技巧	特社 2-IV-5 運用科技媒體表達 和接受不同的意見 或感受。	特社 B-IV-2 同理心的培養。	1. 分辨同情心與同理心 2. 能知道展現同理心的重要概念 3. 能在適當情境中表達對他人感受的同理	情境演練	口語問答 觀察評量	學習單
第十八週 6/9~6/15	1							
第十九週 06/16~6/22 (6/17 畢業典禮)	0							

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。