

臺南市立建興國民中學 112 學年度第一學期八年級 社會技巧 課程計畫(普通班/藝才班/體育班/特教班)

課程名稱	社交技巧	實施年級 (班級組別)	八年級(2B)	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-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 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-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 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 type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引			性別平等教育 人權教育 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 品德教育 生命教育 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	1	本國/各國初次	特社 2-J-3	特社 III-J-1	1-1 能進行自	1. 認識打招呼 用語	1. 自我介	口語問答

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

8/27~9/02		打招呼方式	人際互動(四)。	尊重與服從班級的多元意見	我介紹(姓名、興趣、專長) 1-2 能與同學討論特定的話題	與情境 2. 注意自己的儀態表現 3. 了解各國文化差異	紹 2. 影片欣賞 3. 情境演練	觀察評量
第二週 9/03~9/9	1	各國手勢代表的意思差異	1. 能介紹自己 2. 欣賞不同文化的優點與差異					
第三週 9/10~9/16	1	打招呼需要注意的細節(一)	3. 能與他人分享彼此的感覺					
第四週 9/17~9/23	1	打招呼需要注意的細節(二)						
第五週 9/24~9/30	1	人際關係的重要	特社 2-J-4 1, 能與他人和睦相處建立友善的關係	特社 I-J-3 學習問題解決的技巧	2-1 當衝突發生時, 能說出解決的方法	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	人際互動的技巧(一)	2 能主動加入團體	特社 II-J-2 具備同理心	2-2 當衝突發生時, 能選擇正確的解決方法			
第七週 10/9~10/14	1	人際互動的技巧(二)	3. 能適當回應他人邀請進入團體		2-3 能適時安慰他人的情緒			
第八週 10/15~10/21	1	人際互動的技巧(三)						
第九週 10/22~10/28	1	人際互動的技巧(四)						
第十週 10/29~11/04	1	聊天的技巧(一)	特社 3-J-1 學校基本適應(一) 1 能持續傾聽他人說話。	特社 III- J 1-1 能在兩難的情境, 嘗試選擇對自己較為有利的情境	2-1-1-4 能依情境適當回答問題 2-1-1-5 能依情境表達自己意見 2-1-1-6 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	聊天的技巧(三)	2 能適當使用非口語方式與人溝通(如: 以眼神注視他人)		2-2-1-1 能主動引起話題開始與人進行談話 2-3-1-2 能以他人可接受的方式提出自己的意見			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第十二週 11/12~11/18	1	傾聽技巧練習	3-b-1 學校基本適應技巧 1.能持續傾聽他人說話 (如:保持安靜、目光注視對方等) 2.能在傾聽他人說話適時以身體動作或口語回應 (如:點頭或以嗯、喔表示對說話內容回應)			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
第十三週 11/19~11/25	1	肢體語言的表達 (一)	特社 3-J-1 學校基本適應 (一)。 1 能因應對話中隱含之意表現合宜行為 2 以適當身體動作或口語表達需求。			1. 認識不同情境表達需求的方式 2. 實際演練不同情境下表達需求	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	肢體語言的表達 (二)						
第十五週 12/03~12/9	1	肢體語言的表達 (三)						
第十六週 12/10~12/16	1	解讀非口語的意思						
第十七週 12/17~12/23	1	情緒與理智關係 探索一正向思維	特社 2-J-4 處理衝突 (四) 1. 在無法執行他人的要求時,能說出自己的困難 2. 在面對兩難的情境時,能選擇較正確合理的情境 3. 能傾聽他人說話,表現出同理他人的感受 (如:我知道你現在一定很難過)	特社 I-J-1 兩難情境的處理(故事引導) 特社 I-J-3 問題解決的技巧(情境演練)	面對兩難的情境能正確選擇能用合宜的態度拒絕他人	1. 兩難情境演練 2. 拒絕的藝術	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	分析衝突原因						
第十九週 12/31~01/06	1	同理他人的心情						
第二十週 01/07~01/13	1	尊重他人意見 (一)	特社 2-J-2 基本溝通 (四) 1. 能接受他人不同意見 2. 用適當方式提出自己的意見 3. 能表達對他人情緒的	特社 I-J-3 問題解決技巧 特社 III-J-1 尊重與服從班級的多元意見	4-1 能接納他人的意見 4-2 能表達自己的看法	1. 我的秘密日記 2. 道聽塗說?	口語問答 觀察評量	自選教材 (網路影片、繪本)學習單
第二十一週 01/14~01/20	1	尊重他人意見 (二)						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

		看法					
--	--	----	--	--	--	--	--

◎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。

臺南市立建興國民中學 112 學年度第二學期八年級 社會技巧 課程計畫(普通班/藝才班/體育班/特教班)

課程名稱	社交技巧	實施年級 (班級組別)	八年級(2B)	教學節數	本學期共(20)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-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 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-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 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 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引			性別平等教育 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 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 安全教育 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 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-J-1 處理情緒 (四)	特社 1-J-3 問題解決的技巧	1-1 能認識各種不同的情緒	1. 情緒臉譜 2. 心情特攻隊	口語問答 觀察評量	學習單
第二週	1	能表達自己的正	1. 分辨自己的各種		1-2 能表達自己的情	(桌遊)		

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

2/18~2/24		向或負向情緒	情緒		緒			
第三週 2/25~3/2	1	能分辨他人的正向或負向情緒	2. 表達自己的情緒 3. 知道不同處理方式引發的行為後果 4. 根據情境選擇表達自己的各種情緒	特社 I-J-3 問題解決的技巧	1-1 能認識各種不同的情緒 1-2 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-J-2 處理壓力(四)	特社 I-J-2 壓力的控制與調整 特社 I-J-3 問題解決的技巧	2-1 能學會控制自己的情緒 2-2 能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	1. 在面對壓力時，能控制自我的情緒 2. 能接納他人的建議，嘗試解決問題					
第七週 3/24~3/30	1							
第八週 3/31~4/6	1	壓力因應策略	3. 從各項策略中自行選擇適當的方式					
第九週 4/07~4/13	1	災害/意外防治與應對	特社 2-J-5 多元性別互動(四)	特社 I-J-3 問題解決的技巧 特社 II-J-4 拒絕的技巧 特社 II-J-5 愛慕與追求的方式	3-1 能分辨危險的情境(時間或地點) 3-2 能分辨危險人物的行為特質 3-3 能知道身體界線拒絕他人不當碰觸 3-4 能稱讚他人優點	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	情感/身體界線之建立，性騷擾防治	1. 學會分辨危險情境及危險人物的行為表現 2. 能拒絕他人不當的觸摸或語言 3. 適當使用某些活動表達對他人欣賞					
第十一週 4/21~4/27	1	罵人的代價(法律常識)						
第十二週 4/28~5/4	1	新人際關係建立(一)	特社 3-J-2 他人基本適應(四)	特社 III-J-2 尊重與接納同學的多元文化	4-1 能主動打招呼 4-2 能已合宜的方式主動表達禮貌用語 4-3 能使用合宜的語氣及態度安慰他人	情境演練	口語問答 觀察評量	學習單
第十三週 5/05~5/11	1	新人際關係建立(一)	1. 在與陌生人互動時禮貌主動打招呼					
第十四週 5/12~5/18	1	新人際關係建立(二)	2. 禮貌主動詢問或表達謝謝					
第十五週 5/19~5/25	1	朋友矛盾與衝突						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第十六週 5/26~6/1	1	對朋友表示感謝	3. 在他人遭逢不如意，主動安慰他人					
第十七週 6/2~6/8	1	解決衝突(一)	特社 2-J-4 處理衝突(四)。	特社 I-J-3 學習問題解決的技巧	2-1 當衝突發生時能說出解決的方法	1. 衝突的情境	口語問答 觀察評量	學習單
第十八週 6/9~6/15	1	解決衝突(二)	1. 在面對衝突情境時，了解有什麼解決方式	特社 II-J-2 具備同理心	2-2 當衝突發生時能選擇正確的解決方法	2. 【情緒最佳策略】桌遊		
第十九週 06/16~6/22	1	同理心與溝通技巧(一)	2. 在面對衝突情境時，會選擇和緩方式回應		2-3 能適時安慰他人的情緒	3. 影片欣賞		
第二十週 6/23~6/29	1	同理心與溝通技巧(二)	3. 同理心的培養並用來溝通					

◎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。