

臺南市公立安南區海佃國民中學 112 學年度第一學期跨年級彈性學習 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 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	跨年級 (7.8.9 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	基於總綱之自發、互動與共好的理念，由自主行動、溝通互動與社會參與三大面向，引導學生經由體驗、探索、實踐、省思的學習活動，協助學生學習與發展。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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-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	培養處理情緒、壓力與提升自我能力的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校、家庭和社區的各項活動。							
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			<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input 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 type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" 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	口頭問答							
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

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

第一週～ 第五週	5	認識自我—外觀 (「處己」向度)	<p>特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。</p> <p>特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。</p> <p>特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。</p> <p>特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。</p> <p>特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。</p> <p>特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。</p>	<p>特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。</p> <p>特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。</p> <p>特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。</p> <p>特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。</p> <p>特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。</p>	能辨識情緒與壓力，並處理情緒，培養問題解決的能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「情緒」的種類 2. 引發不同情緒的原因 3. 「正向」或「負向」情緒 4. 認知「壓力」對身體的影響 5. 說出生活中的壓力來源 6. 面對壓力的抒壓方式 7. 對圖卡或圖像的認知及表達 8. 繪本或影片分享討論 	口頭問答	自編自選教材
第六週	1	反思與回饋	略	略	略	課程回顧	口頭問答	略

第七週～第十三週	7	溝通—訊息解讀 (「處人」向度)	<p>特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。</p> <p>特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。</p> <p>特社 2-IV-1 運用科技媒體接收他人的訊息，以及解讀科技媒體訊息上的意義。</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>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-1 溝通訊息的意義。</p> <p>特社 B-IV-1 科技媒體的運用。</p> <p>特社 B-I-2 溝通的媒介。</p> <p>特社 B-I-3 人際關係的建立。</p> <p>特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。</p>	能解讀訊息，學習尊重、欣賞他人	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分辨科技媒體口語與非口語方式 2. 解讀科技媒體訊息的意義 3. 適當使用科技媒體口語與非口語方式與人溝通 4. 活動：打招呼〈一個口語加上一個非口語方式〉 5. 「傾聽」的技巧 6. 練習「表達」的方式 7. 活動：我說你畫、雞同鴨講（比手畫腳） 8. 繪本或影片分享討論 	口頭問答	自編自選教材
----------	---	---------------------	--	--	-----------------	---	------	--------

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			<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 2-I-11 在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助。</p>					
第十四週	1	反思與回饋	略	略	略	課程回顧	口頭問答	略
第十五週～第十九週	5	人際互動 (「處人」向度)	<p>特社 2-IV-6 適當介紹自己獨特的地方，主動尋求志同道合的朋友。</p> <p>特社 2-IV-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友誼。</p> <p>特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。</p> <p>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。</p> <p>特社 2-IV-15</p>	<p>特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。</p> <p>特社 B-IV-4 拒絕的技巧。</p> <p>特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。</p>	學習尊重、欣賞他人，積極參與團體活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 創意的自我介紹方式 2. 練習「自我介紹」 3. 活動：團隊合作相關活動 4. 對圖卡或圖像的認知及表達 5. 繪本或影片分享討論 	口頭問答	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			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。 特社 2-IV-16 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言。					
第二十週	1	反思與回饋	對應本學期學習表現	對應本學期學習內容	對應本學期學習目標	課程回顧	口頭問答	略
第二十一週	1	學習資料整理	略	略	略	略	略	略

◎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。

臺南市公立安南區海佃國民中學 112 學年度第二學期跨年級彈性學習 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 (中系統)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	跨年級 (7.8.9 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	基於總綱之自發、互動與共好的理念，由自主行動、溝通互動與社會參與三大面向，引導學生經由體驗、探索、實踐、省思的學習活動，協助學生學習與發展。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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-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	培養處理情緒、壓力與提升自我能力的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突，進而參與學校、家庭和社區的各項活動。							
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			<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input 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 type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" 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	口頭問答							
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

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

第一週～ 第六週	6	自我效能 (「處己」向度)	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>特社 1-V-2 在面對壓力時有效處理自己的情緒。</p> <p>特社 1-V-4 持續嘗試與使用有效的方式抒解壓力。</p>	<p>特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。</p> <p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 A-V-2 問題解決的外在資源。</p> <p>特社 A-V-3 正向思考的技巧。</p>	提升自我價值，增進衝突處理及問題解決的能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生活中壓力的來源 2. 引起壓力的各種原因 3. 認識紓解壓力的方法 4. 製做「我的小書」 5. 察覺自己的優勢及弱勢能力（自我觀點） 6. 察覺他人對自己的看法或態度（他人觀點） 7. 對圖卡或圖像的認知及表達 8. 繪本或影片分享討論 	口頭問答	自編自選教材
第七週	1	反思與回饋	略	略	略	課程回顧	口頭問答	略
第八週～ 第十二週	5	人際互動 (「處人」向度)	<p>特社 2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。</p> <p>特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。</p> <p>特社 2-IV-17 以平等、尊重的</p>	<p>特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。</p> <p>特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。</p> <p>特社 B-V-3 友誼維持的技巧。</p>	透過傾聽、表達需求，增進處理各種情境的能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分辨人際的「你我他」 2. 活動；團體動力活動 3. 圖卡或圖像的認知及表達 4. 繪本或影片分享討論 	口頭問答	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			<p>態度與他人共同參與團體或活動。</p> <p>特社 2-IV-22 尊重他人的性別傾向或認同。</p> <p>特社 2-V-7 與不同特質的朋友互動，選擇適當的回饋，調整自己的行為以維持友誼。</p>					
第十三週	1	反思與回饋	略	略	略	課程回顧	口頭問答	略
第十四週～第十六週	3	處理衝突 (「處人」向度)	<p>特社 2-V-10 在面對衝突情境，有效處理自己的情緒。</p> <p>特社 2-V-12 反省衝突原因，以便事前避免正面衝突。</p>	特社 B-V-4 協商技巧與求助資源。	透過情緒管理，以增進處理衝突的能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分辨衝突所造成的後果 2. 如何做「選擇」 3. 認識解決衝突的方法 4. 圖卡或圖像的認知及表達 5. 繪本或影片分享討論 	口頭問答	自編自選教材
第十七週～第十八週 (第十八週，九年級畢業)	2	家庭社區適應 (「處環境」向度)	<p>特社 3-IV-6 在節慶或傳統祭儀的情境時，適切地回應應景的話。</p> <p>特社 3-IV-8 在節慶、傳統祭</p>	<p>特社 C-IV-4 尊重與接納家庭的多元文化。</p> <p>特社 C-V-3 社區的參與及合作。</p>	透過討論的方式，培養適應家庭及社區情境的能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識多元家庭 2. 尊重與接納家庭的多元文化 3. 介紹我的社區 4. 增廣多元文化的視角 5. 如何讓社區更美麗 6. 繪本或影片分享討論 	口頭問答	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

			儀或喪事時，察覺不同文化背景，有不同的儀式或因應方式。 特社 3-V-9 與家人參與社區或部落的聚會或活動時，主動表達及協助處理事務。					
第十九週	1	反思與回饋	對應本學期學習表現	對應本學期學習內容	對應本學期學習目標	課程回顧	口頭問答	略
第二十週	1	學習資料整理	略	略	略	略	略	略

◎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。