

臺南市立北區成功國民中學 113 學年度第一學期七年級彈性學習特殊需求課程計畫(□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)	七、九年級	教學節數	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	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情，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-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-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. 能運用正確的人際互動技巧，嘗試融入同儕團體中，增加與同儕互動的機會。 3. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理負面情緒。							
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 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 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 checked="" 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 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	情境演練、口語問答、實作評量、觀察評量，透過自然情境的觀察、互動溝通等多元方式，了解學生的學習歷程成效。							
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	認識新朋友 人際關係的建立	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 A-I-3 自 我優弱勢的 察覺	1. 建立新的 人際關係 2. 瞭解團體 規範的運作	1. 簡易自我介紹。透過老師提 點，找出自己的特色，進一步 介紹自己。 2. 透過桌遊、學習單等學習活	實作評量 觀察評量 口頭評量 同儕互評	自選教材(影片、 繪本…等)、網路 資源 學習單、桌 遊
第二週	1							
第三週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第四週	1		特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話	特社 B-I-3 人際關係的建立	模式 3. 能說出或寫出自己的特質及優缺點	動，由其他人列出觀察到的特點，組合成個人特色，學習欣賞自己及他人的獨特性。	自我評量
第五週	1		特社 3-I-5 遵守教室規則 特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見	特社 B-II-3 團體的基本規範	4. 透過團體互動觀察他人，並能說出或寫出他人的特質及優缺點	3. 發掘他人的長處，練習如何與他人合作、互動並學習團體合作精神。	
第六週	1	情緒萬花筒	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒 特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 B-I-1 溝通訊息的意義 特社 B-I-3 人際關係的建立	1. 認識情緒的生理與心理反應 2. 學習情緒管理	1. 利用圖卡認識情緒的種類。 2. 利用桌遊討論與分享如何表達情緒 3. 透過影片、繪本、分享等學習處理負面情緒的方法	
第七週	1						
第八週	1						
第九週	1						
第十週	1						
第十一週	1	學校基本適應技巧	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話 特社 3-I-5 遵守教室規則	特社 B-II-3 團體的基本規範 特社	1. 能遵守上課規範。 2. 能進行小組合作與討論。	1. 分享目前在學校適應上遇到的困境，討論、分享適當的是應技巧。 2. 透過影片、繪本或桌遊等進行課程，觀察學生反應，並於	
第十二週	1						
第十三週	1						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第十四週	1		特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則	C- I -1 學校規則的認識與遵守	3. 能尋求資源解決問題。	適當時機給予機會教育		
第十五週	1		特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。	社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。				
第十六週	1		特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作 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。 特社 A-V-2 表達與傾聽的時機。				
第十七週	1	處理負面情緒	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 A- I -2 壓力的察覺與面對	學習緩和情緒的各種方法	1. 透過影片、桌遊互動來片學習「停下來」的原則 2. 學習緩和強烈情緒的方式（暫時離開、轉移注意力、找人傾訴）		
第十八週	1		特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力	特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法				
第十九週	1		特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳					
第廿週	1							
第廿一週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			的情緒處理技巧 特社 1-III-2 嘗 試使用抒解壓力 的方法					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

臺南市立北區成功國民中學 113 學年度第二學期七年級彈性學習特殊需求課程計畫 (□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)	七、九年級	教學節數	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	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情，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-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-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. 能運用正確的人際互動技巧，嘗試融入同儕團體中，增加與同儕互動的機會。 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。							
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 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 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 checked="" 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 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	情境演練、口語問答、實作評量、觀察評量，透過自然情境的觀察、互動溝通等多元方式，了解學生的學習歷程成效。							
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	情緒表達	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力	特社 A-II-1 基本情緒的表	1. 了解影響情緒的因素 2. 學習新的	1. 從繪本閱讀中了解情緒會受過去經驗影響 2. 從影片或生活範例中學習	實作評量 觀察評量 口頭評量	自選教材(影片、繪本…等)、網路資源 學習單、桌
第二週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第三週	1		特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧 特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通	達 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-IV-2 同理心的培養	經驗，導出正向情緒 3. 了解情緒表達的模式，學習更好的情緒掌控方式	新的經驗 3. 情緒反應模式的情境演練 透過影片與討論思考、分享更佳的情緒管理方式	同儕互評 自我評量	遊
第四週	1							
第五週	1							
第六週	1							
第七週	1	尊重性別的不同	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 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權 特社 2-II-6 了解性器官的隱私性及轉移觸摸的注意力 特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物 特社 2-I-2 了解人與人之間喜	特社B-I-5 性別互動的基本禮儀 特社B-II-5 危險情境的判別 特社B-IV-4 拒絕的技巧 特社B-IV-5 愛慕與追求的方式	1. 學會並說出與不同性別的適當相處 2. 如何分辨危險情境下可以採取哪些正當的防衛措施 3. 學會拒絕他人不當的觸摸或語言 4. 用適當的方式表達對他人的欣賞	1. 透過分享與老師的講解、影片介紹和討論，學習與不同性別相處 2. 分辨危險情境或危險人物的線索 3. 透過影片討論，學到在危險情境下或與危險人物相處時，可以採取哪些正當的防衛措施。 4. 學到可以使用哪些適當的技巧拒絕他人不當的觸摸或語言。 5. 能學到可以使用哪些適當的物質或活動表達對他人的欣賞或喜歡。 6. 學會知道自己身體的隱私處在哪裡，並說出自己不願意被別人碰觸的地方，進一步學		
第八週	1							
第九週	1							
第十週	1							
第十一週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異 特社2-III-6展現合宜行為以維持長時間的友誼			習尊重每個人的意願，不侵犯對方身體	
第十二週	1	如何表達不喜歡	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 特社2-III-2區辨別人非善意行為是提醒，還是威脅到了自己的適應與生存 特社2-III-7在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕	特社B-II-2表達與傾聽的時機 特社B-IV-4拒絕的技巧 特社C-II-1學習成員之間的關懷與表達	認識不友善的語言或行為 學習慾遇到別人惡意言 行攻擊時的處理方法	學習拒絕別人惡意言行的各種方式(請你不要這樣說，我不喜歡、保持冷靜、不理會、離開現場)	
第十三週	1						
第十四週	1						
第十五週	1						
第十六週	1						
第十七週	1						
第十八週	1						
第十九週	1						
第廿週	1						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第廿一週	1		<p>試使用抒解壓力的方法。</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-III-2 壓力的替代與紓解方法。</p> <p>特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。</p> <p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p>	<p>處理壓力。</p> <p>5. 能找出抒解壓力的方式。</p> <p>6. 能學習運用已知的方式抒解壓力。</p>			
------	---	--	--	--	--	--	--	--

◎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。