

臺南市公立永康區大橋國民中學 114 學年度第 1 學期七~九年級彈性學習 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： ☐ 生活管理 ■ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☐ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類： ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類： ☐ 藝術才能班及體育班專門課程						
		4. ☐ 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學						
設計理念		透過本課程，希望學生能建立對情緒和壓力的認知與表達，並學習社交技能與人互動，增加學校適應與培養家庭社會的參與力。						
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-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.能建立情緒與壓力的覺察與認知，學習適當處理情緒與壓力與提升自我的技巧。 2.運用訊息促進人際互動與解決衝突，增加個人參與學校活動的質量。						
配合融入之領域 或議題		☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ■ 綜合活動 ☐ 健康與體育 ■ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引				■ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ■ 品德教育 ■ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ■ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育		
表現任務		口語評量 實作評量 觀察						
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 1~7 週	7	情緒總動員	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 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 -1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-Ⅱ-1 基本情緒的表達。 特社 A- I -3 自我優弱勢的察覺。 特社 A-Ⅲ-1	1.能建立情緒詞彙庫，命名與辨識情緒 2.能建立情緒表情與情緒姿態圖鑑	1.課室規則與自我介紹：建立本學期課室與團體規範，並進行自我介紹。 2.直接教學與討論：認識並說出情緒詞彙、辨識與歸類情緒四象限、討論範例經驗、回溯個人經驗並評估、討論與發展情緒因應與管理策	口語評量 實作評量 觀察	學習單

			特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。	複雜情緒的處理。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社 A-V-1 強烈情緒的表達。 社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 A-V-2 問題解決的外在資源。 特社 A-V-3 正向思考的技巧	3.能連結情緒行為與想法 4.能發展情緒因應策略與情緒管理力	略 3.實際演練：情境題目，個人或小組實地演練。 4.回饋與摘要：師與同儕就演練內容回饋，師摘要重點，就情境或情緒強烈程度，選擇可被接受的方式表達自己的情緒。分析不同處理方式引發的行為後果。 5.總結與回饋：修正再演練、複習本單元，擬定自我期望與未來可行的做法。		
第 8~14 週	7	聽說你我，有時還有讀空氣	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 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。 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-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。 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-II-1 解讀他	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-II-3 團體的基本規範。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分	1.能辨識自己的傾聽能力並建立適當的傾聽技巧 2.能覺察並正確解讀他人的語言與非語言訊息 3.能發展適當的肢體語言與他人互動 4.能學習等待並且在適當時機發言 5.能認識團	1.引起動機：輪流分享個人交友的正負例經驗。 2.直接教學與討論：辨識與解讀肢體語言、認識人際團體規則與潛規則、回溯個人交友經驗並且評估、討論範例經驗、討論與發展交友技能。 3.實際演練：情境題目，個人或小組實地演練。 4.回饋與分享：教師與同儕就演練內容回饋。 5.總結與自我回饋：修正再演練、複習本單元，擬定自己的交友期望以及可達成目標的執行方式。	口語評量 實作評量 觀察	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社 2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。	享。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	體人際規範並執行 6.能以適當方式開啟一段人際關係			
第 15 ~ 21 週	7	我們不一樣-- 對話與溝通	特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 特社 2-III-4 依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。 特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。 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 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 2-III-9 理性評估被誤解的原因，並清楚表達自己的立場以及說明事實。	特社 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	1.能辨識自己的溝通能力現況。 2.能運用適當技巧和他人互動。 3.能運用適當方式拒絕他人的請託或要求。	1.引起動機：檢核自己的溝通能力，並且輪流分享自己的對話與溝通實例。 2.直接教學與討論：教導對話與溝通的注意事項及適當的互動技巧、教導拒絕技巧、辨識個人意願以及評估自己能否完成他人請託。 3.實際演練：情境題目，個人或小組實地演練。 4.回饋分享：教師與同儕就演練內容回饋。 5.總結與自我回饋：修正再演練、複習本單元，擬定自我期望與未來可行的做法。	口語評量 實作評量 觀察	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。

◎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。

臺南市公立永康區大橋國民中學 114 學年度第 2 學期七~九年級彈性學習 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(20)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■特殊需求領域課程 身障類: ☐ 生活管理 ☒ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☐ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類: ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類: ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☐其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學							
設計理念	透過本課程，希望學生能建立人我界線與網路交友技能、學習社交技能與人互動，增加學校適應與培養家庭社會的參與力。							
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-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.能建立合宜的人我界線，學習適當的人際互動技能。 2.能建立合宜的網路社交技能。							
配合融入之領域或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 健康與體育 ☒ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引 ☒ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☒ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☒ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育							
表現任務	口語評量 實作評量 觀察							
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 1~7 週	6	人際界線 (第二週不上課)	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-IV-15 與他	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-III -5 多元性別互	1.能知道身體界線並且尊重自己與他人的身體自主權。 2.能分辨校	1.課室規則介紹與分享自我目標：建立本學期課室與團體規範、輪流表達本學期社會技巧課程的自我期許。 2.直接教學與討論：認識並且能說出--身體界線與隱私部位、能辨識校園與生活社群	口語評量 實作評量 觀察	學習單

			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-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-III-13 覺察與因應身體碰觸或情感互動時不對等的權力關係。 特社2-III-14 勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。 特社2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。 特社2-IV-24 遵守法律對於性關係的規範。 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。	動與自主。 特社C- I -3 社區成員互動的技巧。	園與社區生活情境中危險人事/物/的特徵以及線索，以便自我保護。 3.遇到危險或感到不舒服的情境時，能及時辨識並且做出適當反應或求助。 4.能知道性別保護相關的基本法律常識。	媒體、情境中危險人/事/物的特徵與線索、校園與社區可以取得的求救資源，小組討論範例經驗、回溯個人經驗並評估、小組討論與發展校園與社區情境的自我保護方式。 3.實際演練：情境題目，個人或小組實地演練 4.回饋與摘要：師與同儕就演練內容回饋，師再摘要可行與不可行的做法以及先前討論的重點。 5.總結與回饋：修正再演練、複習本單元學習重點，讓學生輪流發言，老師再結論。		
第 8~14 週	7	21 世紀少年	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-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善	特社B- I -2 溝通的媒介。 特社B- II -1訊息解讀的技巧。 特社B-IV-4	1.能解讀科技媒體符號、表情、代碼訊息的意義及真偽。 2.能學習並	1.直接教學與討論：認識並且說出科技媒體符號、表情、代碼訊息、網路常用語、辨識網路訊息真偽、網路使用基本法律常識，討論範例經驗、回溯個人網路經驗並且評估、討論與發展適當的網	口語評量 實作評量 觀察	學習單

			的關係。 特社2-III-12 評估與遵守虛擬世界的規則，並清楚表達自己的需求和感受。 特社2-III-17在虛擬世界進行人際互動時，能維持平等、尊重的態度。	拒絕的技巧。 特社B-IV-5 愛慕與追求的方式。	建立正確網路使用的基本法律常識。 3.能了解網路使用適當/不當的新聞，從中學習正確網路使用行為。 4.能運用科技媒體進行安全且適當的交友與日常活動。	路使用行為。 2.實際演練：情境題目，個人或小組實地演練。 3.回饋與摘要：師與同儕就演練內容回饋，師摘要可行與不可行的作法。 4.總結與回饋：修正再演練、複習本單元學習重點，讓學生輪流發言。最後請學生寫下網路交友與網路生活的期許與計畫做法。		
第 15 ~ 21 週	7	我・我們	特社1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社2-II-1解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。 特社2-II-2主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。	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B- II -4 衝突情境的因應。 特社B-III-2 話題的開啟與延續。 特社B-IV-4 拒絕的技巧。特社B-IV-5愛慕與	1 能客觀評估他人言語或肢體回饋，並修正自己言行 2.說話與行動前，能評估對方接收訊息之後的可能感受與行動、自己必須承擔的後果，再決定該不該言行。	1.直接教學與討論：認識並分享常見社交情境用語、理性評估他人言語行為、討論範例經驗、回溯個人經驗並且評估、討論與發展適當的社交言語與行為。 2.實際演練：情境題目，個人或小組實地演練 3.回饋與摘要：師與同儕就演練內容回饋，師摘要可行與不可行的作法，並且再次摘要強烈建議的方式。 4.總結與回饋：修正再演練、複習本單元學習重點，讓學生輪流發言。最後讓學生寫下自己對社交生活的期許	口語評量 實作評量 觀察	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			特社2-III-5 明瞭每個人都有獨特的地方，交友時不以單一標準或條件選擇。 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。 特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。	追求的方式。 特社B-V-3 友誼維持的技巧。 特社C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。	3.能練習大部分的人能接受的方式，並判別適當時機提出自己的意見。	以及可以落實的做法。		
--	--	--	--	---	---	-------------------	--	--

◎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。