C6-1 彈性學習課程計畫

臺南市立建興國民中學114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)	3A	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	部分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	□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	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 8/25~8/31 9/1 開學	1	來交朋友吧	特社2-IV-7 欣賞不同朋友的獨特	特社B-IV-3 優勢的呈現與	1.能學習人際互動的技巧	1. 分析朋友的獨特性，依照其屬性，而	1.自我介紹 2.影片欣賞	口語問答 觀察評量

第二週 9/1~9/7	1		性，建立不同層次的友誼。 特社2-IV-8 根據喜好主動加入團體，並替團體爭取榮譽。	表達。		建立不同的互動情誼。 2.練習在小組中發表意見或完成小組所指派的任務。 3.模擬及演練團體活動的進行。 4.引導學生做上述演練及回饋心得。 1.	3.情境演練	
第三週 9/8~9/14	1							
第四週 9/15~9/21	1							
第五週 9/22~9/28	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。 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。	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 9/29~10/5	1							
第七週 10/6~10/12 （第一次定期考）	1							
第八週 10/13~10/19	1							
第九週 10/20~10/26	1							
第十週 10/27~11/2	1	口說與傾聽的藝術	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 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	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 11/3~11/9	1							
第十二週 11/10~11/16	1							

			特社 2-I-5 依情境適當回答問題		說話及不隨便插話 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 11/17~11/23	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 11/24~11/30 （第二次定期考）	1							
第十五週 12/1~12/7	1							
第十六週 12/8~12/14	1							
第十七週 12/15~12/21 (12/22-12/24 戶外教育)	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	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 12/22~12/28	1							
第十九週 12/29~1/4	1							

C6-1 彈性學習課程計畫

					力			
第二十週 1/5~1/11	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。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。	特社 B-IV-1 科技媒體的運用。	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 1/12~1/18 (第三次定期考)	1	尊重他人意見(二)						
第二十二週 1/19~1/25		1/20 休業式 1/21 寒假開始						

◎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114學年度第二學期九年級彈性學習 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	社會技巧	實施年級 (班級組別)	3A	教學節數	本學期共(17)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	部分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	□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	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 2/8~2/14 (2/11 開學)	1	情緒知多少	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

2/11-13 調整於 1/21-23 上課				特社 I-J-3 問題解決的技巧				
第二週 2/15~2/21 (14-20 日春節)	0							
第三週 2/22~2/28	1							
第四週 3/1~3/7	1							
第五週 3/8~3/14	1	優游壓力鍋	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-3 學習面對可能遭遇 的失敗。	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 3/15~3/21	1							
第七週 3/22~3/28	1							
第八週 3/29~4/4 (第一次定期考) (4/3-4/6 日) 清明連假	1							
第九週 4/5~4/11	1	友達以上 戀人未滿	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	特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。 特社 II-J-5 愛慕與追求的方	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 3.能知道身體界線拒絕他人不當碰觸	1.時事新聞 2.影片欣賞	口語問答 觀察評量	學習單
第十週 4/12~4/18	1							
第十一週 4/19~4/25	1							

			自主權。 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。	式	4.能稱讚他人優點			
第十二週 4/26~5/2	1	健康的性別關係	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 2-IV-19 懂得保護自己，正確判斷及因應禮物或金錢的誘惑。 特社 2-IV-22 尊重他人的性別傾向或認同。 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。	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誼	情境演練	口語問答 觀察評量	學習單
第十三週 5/3~5/9	1							
第十四週 5/10~5/16 (第二次定期考)	1							
第十五週 5/17~5/23	1							
第十六週 5/24~5/30	1							
第十七週 5/31~6/6	1	同理心與溝通技巧 (國三畢業典禮)	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 6/7~6/13	1							

C6-1 彈性學習課程計畫

◎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。