

臺南市立沙崙國際高中國中部 114 學年度第一學期八年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班■情緒障礙巡迴班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節 *9/1(一)至 1/20(二)共 21 週			
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	引導學生建立於學校及社區適應所需的能力。							
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.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 ■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 <input type="checkbox"/> 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 ■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 <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	實作評量、口頭測驗							
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(第三、四類)

第 1 週至 第 5 週	5	自我探詢	<p>特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。</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 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。</p> <p>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。</p>	<p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 B-IV-2 同理心的培養。</p> <p>特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。</p>	學習觀察環境並適當尋求協助	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確認情境 2. 觀察環境 3. 想一想尋求協助的方法 4. 選擇方法 5. 實際執行 	實作評量、口頭測驗	自編自選教材
第 6 週至 第 10 週	5	生活分享與規範	<p>特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。</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 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。</p>	<p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 B-IV-2 同理心的培養。</p> <p>特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。</p>	學習適當的溝通技巧	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確認情境 2. 想一想如何溝通(口頭/書面) 3. 選擇方法 4. 實際行動 	實作評量、口頭測驗	自編自選教材
第 11 週至 第 16 週	6	衝動行為控制	<p>特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。</p> <p>特社 1-IV-4 聽從他人的建議，嘗試解決被拒絕的困境。</p> <p>特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。</p>	<p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。</p>	學習所有行為須承擔責任	<ol style="list-style-type: none"> 1.以案例分享各種事件的因果並分析 2.提出多種可能的解決方式 3.選擇最安全且合宜的方式作為行動目標 	實作評量、口頭測驗	自編自選教材
第 17 週至	5	我有高 EQ	特社 1-I-3 學習面對可	特社 A-I-2 壓力的	1.能在面對	1.感受自己的情緒	實作評量、口頭	自編自選

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 21 週 *1/20(一) 休業式			能遭遇的失敗。 特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 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 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。 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。	察覺與面對。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。	衝突情境時，有效處理自的負面情緒。 2. 能在面對同儕的抱怨或衝突時自我反省。 3. 能主動與同儕協商提出雙方都可接受的方法解決衝突。	狀態 2. 說明與示範新技巧。 3. 遠離事發環境 4. 演練與回饋。以合適方式抒發負向情緒 5. 和師長說明自我想法	測驗	教材
		衝突情緒控管	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 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。 特社 3-IV-2 服從指令規劃步驟完成複雜的工作。	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	學習與同儕建立適當的互動方式	1. 面對衝突情境可冷靜並暫停動作 2. 緩和自我情緒 3. 選擇符合情境之方式回應衝突 與師長說明衝突來由和調整應對方式	實作評量、口頭測驗	自編自選教材

◎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。

臺南市立沙崙國際高中國中部 114 學年度第二學期八年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班■情障巡迴班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級	八年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(20)節
--------	------	------	-----	------	------------------

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

		(班級組別)			*2/11(三)至 6/30(二)共 21 週			
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. <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	引導學生建立於學校及社區適應所需的能力。							
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.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 checked="" 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 checked="" 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 type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input 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 checked="" 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	實作評量、口頭測驗							
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 週至 第 6 週	5(第 二 週 春 節 放假)	網 路 世 界 你、我、他	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。	特社 B-IV-1 科技媒體的運用。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多	1.能了解網 路媒體 溝通 訊息之情緒 表 達與意	1.透過 LINE 表情 貼圖介紹了解 網 路溝通訊息表達 及網路交友新聞	觀察評量、實 作評量、學生 自評	自 編 自 選 教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			<p>特社 2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。</p> <p>特社 2-IV-4 具備正確使用網路的基本法律常識。</p> <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>	元意見。	<p>圖。</p> <p>2.能瞭解網路個資及隱私保護之重要性。</p> <p>3.能了解基本網路禮儀及相關法律常識。</p> <p>4.了解網路世界中的性別平等議題</p>	<p>案例分享。</p> <p>2.透過了解網路沉迷並建立正確網路使用態度及安全互動方式。</p> <p>3.網路世界之心理健康:社群中的隱私保護</p> <p>4.透過影片欣賞:網路詐騙:了解網路世界中之禮儀(性別平等)及基礎法律常識</p> <p>◆TVBS 新聞—假小三反問「你愛我嗎？」</p> <p>惡整 LINE 詐騙集團」</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=T4xTF3u29Pw(網路新聞)</p> <p>◆ 詐騙電話的各種狀況</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=3s3ZqD5DrXA(影片)</p>		
第 7 週至第 11 週	5	壓力停想做	<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 3-IV-1 能在課堂</p>	<p>特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。</p> <p>特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多</p>	<p>學習辨識自己的壓力及適當紓發</p>	<p>5. 判斷情緒及壓力來源</p> <p>6. 想一想及緩和情緒</p>	實作評量、口頭測驗	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			或小組討論尊重他人不同的意見。	元意見。		7. 選擇適切 紓壓方法 實際行動		
第 12 週至 第 17 週	6	衝突情緒控 管	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 3-IV-1 能在課 堂或小組討論尊重他 人不同的意見。 特社 3-IV-2 服從指 令規劃步驟完成複雜 的工作。	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多 元意見。	學習與同儕 建立適當的 互動方式	4. 面對衝突 情境可冷靜並暫 停動作 5. 緩和自我 情緒 6. 選擇符合 情境之方式回應 衝突 與師長說明衝突 來由和調整應對 方式	實作評量、口 頭測驗	自編自選 教材
第 18 週至 第 21 週 *6/30(一)休 業式	4	建立良好關 係	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。 特社 3-IV-1 能在課 堂或小組討論尊重他 人不同的意見。	特社 B-IV-3 優勢的 呈現與表達。 特社 C-IV-1 尊重與 接納學校的多元意 見。	學習在學校 建立良好朋 友關係	1. 挖掘自我 興趣及優勢 2. 和相同興 趣朋友聊天 能接受並尊重他 人的正反回饋	實作評量、口 頭測驗	自編自選 教材

◎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。