

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	八年級 A 組	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	<p>3. ■特殊需求領域課程</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. □其他類課程</p> <p><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</p>							
設計理念	使用適當策略處理自己情緒/壓力及遇到的問題並應用到學校及家庭情境中。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>							
課程目標	<p>1. 能使用適當策略處理自身壓力及情緒。</p> <p>2. 能使用適當策略解決遇到的問題。</p>							
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 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 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 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 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 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	口頭評量、觀察評量及實作評量							
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
第一周 至 第八周	8	情緒處理技巧 I	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	1. 能正確說出 3 種以上情緒管理技巧。 2. 能判斷當下適合使用的處理情緒策略。 3. 能說出 3 種以上抒發壓力	1. 討論 請學生分享自己遇到情緒/壓力狀況時處理方式及成效 2. 教導 教導學生情緒/壓力相關處理技巧 3. 實際演練 帶領學生依學習到之內容進行練習	口頭評量 觀察評量 實作評量	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第九周 至 第十五周	7	釐清誤會	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 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。	特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	方式。 1. 能完整說出衝突發生經過並說明衝突原因。 2. 以適當方式表達自己的看法及想法。 3. 能在衝突後，說出至少 2 種面對該衝突時，修正後的應對方式。	1. 討論 請學生分享自己遇到的衝突狀況 2. 教學 (1)教導學生衝突處理技巧 (2)教導學生以適當方式說出衝突過程 3. 實際演練 帶領學生依學習到之內容進行練習	口頭評量 觀察評量 實作評量	無
第十六周 至 第二十一周	6	問題解決策略 I	特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。 。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 。	1. 能自行列出自己常遇到的問題。 2. 能提出至少兩種的問題解決策略。	1. 討論 請學生分享自己在學校及家庭生活中常遇到的問題 2. 教學 (1)教導學生如何自我察覺並列出自己遇到的問題 (2)教導學生問題處理策略 3. 實際演練 帶領學生依學習到之內容進行練習	口頭評量 觀察評量 實作評量	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。

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	八年級 A 組	教學節數	本學期共(20)節			
彈性學習課程 四類規範	<p>3. ■特殊需求領域課程</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. □其他類課程</p> <p><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</p>							
設計理念	使用適當策略處理自己情緒/壓力及遇到的問題並應用到學校及家庭情境中。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>							
課程目標	<p>1. 能使用適當策略處理自身壓力及情緒。</p> <p>2. 能使用適當策略解決遇到的問題。</p>							
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 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 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 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 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 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	口頭評量、觀察評量及實作評量							
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
第一周 至 第七周	6(第二週春節)	情緒處理技巧 II	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	1. 面對困難情境時，能以適當方式處理自己的情緒。	1. 教學重點 教導學生遇到不同情緒及狀況時，可使用情緒/壓力相關處理技巧 2. 實際演練 模擬不同情境，讓學生練習於情境中以適當方式處理問題	口頭評量 觀察評量 實作評量	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

放假)								
第八周 至 第十四周	7	接受訊息與 表達訊息	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。 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 B-IV-1 科技媒體的運 用。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	1. 能正向鼓勵 自己。 2. 能使用適當 方式應對不喜 歡的情境。	1. 教學重點 (1)教導學生分辨正負向訊息 (2)教導學生如何應對正負向訊息 (3)教導學生如何在情境中使用適 當表達方式應對 2. 實際演練 帶領學生依學習到之內容進行練習	口頭評量 觀察評量 實作評量	學習單
第十五周 至 第二十一周	7	問題解決策略 II	特社 1-IV-9 主動擬 定與分析問題解決 方式的優缺點及其 後果。	特社 A-IV-3 問題解決的技 巧。	1. 能使用適當 方式解決自己 在學校及家庭 常遇到的問 題。	1. 教學重點 教導學生遇到學校及家庭中不同狀 況時，可使用之相關處理技巧 2. 實際演練 模擬不同情境，讓學生練習於情境 中以適當方式處理問題	口頭評量 觀察評量 實作評量	無

◎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。