

臺南市公立永康區大灣高中 115 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/■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。		
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		E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式，解決情緒問題。 E-A3 具備認識自我、接納自己，以及利用優弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫充實多元的生活經驗。 E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。 J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。 J-B2 具備與人分享科技資訊的基本素養，感受科技對人際互動的影響。 J-C2 具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。						
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		多元評量						
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	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 5 週	5	認識人與人之間的界線	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。 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-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 B-IV-2 同理心的培養。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	能辨識不同人際關係所需保持的適當距離與互動方式。	透過情境圖片、泡泡空間圖及生活案例討論，辨識不同對象（家人、老師、同學、陌生人）的互動界線。	多元評量	自編自選教材
第 6 週至 第 10 週	5	友誼中的安全感	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。 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 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 B-IV-2 同理心的培養。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	能辨識因擔心被冷落而產生的情緒，並說出至少兩種提升安全感的方法。	利用情境故事及情緒溫度計，討論害怕被排擠時的感受，練習正向自我對話及調適策略。	多元評量	自編自選教材
第 11 週至 第 16 週	6	衝動行為控制	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 特社 1-IV-4 聽從他人的建議，嘗試解決被拒絕的困境。 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 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。	學習所有行為須承擔責任。	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。	多元評量	自編自選教材

第 17 週 至 第 21 週	5	理解老師 與同學的 立場	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。	能從不同角色的角度分析事件，並理解他人做法背後可能的原因。	運用事件分析表及角色互換活動，分別扮演老師、同學及自己，討論各自的想法與需求。	多元評量	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。

臺南市公立永康區大灣高中 115 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/■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。
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	E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式，解決情緒問題。 E-A3 具備認識自我、接納自己，以及利用優弱勢能力，擬定與執行問題解決計畫充實多元的生活經驗。 E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫、作」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。 E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。 E-C2 具備理解他人感受並樂於與人互動的態度。 J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。 J-B2 具備與人分享科技資訊的基本素養，感受科技對人際互動的影響。 J-C2 具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。				
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		多元評量							
課程架構脈絡									
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	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	6	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 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-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 B-IV-1 科技媒體的運用。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	1. 能了解網路媒體溝通訊息之情緒表達與意圖。 2. 能瞭解網路個資及隱私保護之重要性。 3. 能了解基本網路禮儀及相關法律常識。 4. 了解網路世界中的性別平等議題。	1. 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。 2. 網路世界之心理健康:社群中的隱私保護。 3. 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。	多元評量	自編自選教材	
第 7 週至第 11 週	5	衝突中的溝通技巧	特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。 特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	能在情緒穩定的情況下，以適當方式提出自己的意見。	練習「我訊息」表達法及傾聽技巧，透過情境演練學習理性溝通與回應。	多元評量	自編自選教材	

			意見。					
第 12 週 至 第 17 週	6	成為理性又有 力量的朋友	特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 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 在遭遇不如意事件時，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。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。	能整合所學，選擇適當方式支持朋友，同時兼顧尊重與溝通。	設計不同校園情境，讓學生演練如何安慰朋友、協助朋友及向師長反映問題，最後進行自我檢核與回饋。	多元評量	自編自選教材
第 18 週 至 第 22 週	5	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友。 特社 3-IV-1 能	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	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。	多元評量	自編自選教材

			在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。	意見。				
--	--	--	--------------------	-----	--	--	--	--

◎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。