

臺南市立建興國中 115 學年度第一學期七年級彈性學習 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 (中系統)	社交技巧	實施年級 (班級組別)	1B(跨障別)	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	1. ☒ 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 2. ☐ 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	透過遊戲、學習單等不同的上課方式，培養面對問題時的解決之道，能妥善處理問題，促進人際互動。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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 -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 -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	(一) 培養處理情緒、壓力與提升自我的技巧，運用訊息促進多元的人際互動與解決衝突。 (二) 透過接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 (三) 培養理解與表達的溝通技能，以有效且流暢的溝通方式促進人際互動與社會參與。							
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	學習過程兼顧知識、能力和態度等實踐能力及素養的提升，評量方式掌握多元評量的精神，包含非正式(口頭提問、教師觀察等)及正式(實作、訪談、回饋單等)的評量，並重視情意、態度層面的評量，透過自然情境的觀察、互動溝通等多元方式，了解學生的學習歷程成效。							
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 8/31-9/4 8/31 開學日	3	情緒的 辨識及	特社 1-IV-1 分辨與表達	特社 A-IV-1 兩難情緒的 處理。	1. 了解自己的情 緒	1. 能了解情緒種 類	口頭提問、觀 察、實作、學習	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫

第二週 9/7-9/11		應對	矛盾與情緒。 特社 1-IV-2 分析不同處理方式 引發的行為後果。	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。	2. 表達自己的情緒 3. 分辨自己情緒正向極負向情緒的強度。 4. 如何處理自己的負向情緒 5. 找出適合自己處理負向情緒方式	透由桌遊進行討論與分享。 2. 討論延伸到日常生活中自己的情緒強度 3. 能表達自己情緒 4. 藉討論分享自己處理的負向情緒的方式。 5. 藉彼此討論，從中找出適合處理負向情緒方式	單	
第三週 9/14-9/18								
第四週 9/21-9/25 中秋連假 (9/25-9/28)	3	傾聽你我他	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 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 能理解對方所表達之意思	1. 傾聽的技巧及態度 2. 區辨各種溝通訊息的正向與負面的情緒和意圖 1. 正確解讀兩方之間傳遞的訊息	口頭提問、觀察、實作、學習單	自編教材
第五週 9/28-10/2 中秋連假 (9/25-9/28)								
第六週 10/5-10/9 第一次段考								
第七週 10/12-10/16	4	人際互動與溝通技巧	特社 2-IV-16 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語	特社 B-IV-2 同理心的培養。	1. 能以尊重的態度與人溝通互動 2. 能了解簡單溝通的技巧	1. 人際互動中的要素(尊重、同理、負責等) 2. 討論上述要素如何影響與他	口頭提問、觀察、實作、學習單	自編教材
第八週 10/19-10/23								

C6-1 彈性學習課程計畫

第九週 10/26-10/30 光復節連假 第十週 1/2-11/6 校慶運動會			言。 特社 2-IV-18 使用適當方式表達對人的欣賞，以及接受各種結果。			人的溝通 3. 分析不同處理態度和方法可能引發的行為後果 4. 演練在不同情境下如何與人溝通		
第十一週 11/9-11/13 第十二週 11/6-11/20 第二次段考(國三) 第十三週 11/23-11/27 第十四週 11/30-12/4	4	適當的表達及拒絕不合情誼之事	特社 2-IV-16 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言。 特社 2-IV-18 使用適當方式表達對人的欣賞，以及接受各種結果。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 能依當下情境適當回應他人	1. 認識口語及非口語溝通 2. 有哪些是非口語溝通?什麼情況下會使用到非口語溝通? 3. 演練非口語溝通，當他人無法理解時如何運用其他非口語語言使他人理解自己之意思 4. 演練並分析在不同情境下如何適當的利用口語非口語回應他人	口頭提問、觀察、實作、學習單	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫

第十五週 12/7-12/11	2	察覺衝突情境	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。	1. 能覺察當下情境 2. 能覺察當下自我情緒	1. 衝突發生時自己或他人可能有的反應，並找出引發衝突的可能原因 2. 分析衝突當下雙方可能出現的情緒，並該如何調適	口頭提問、觀察、實作、學習單	自編教材
第十六週 12/14-12/18								
第十七週 12/21-12/25 行憲紀念日連假	2	表達衝突情境	特社 1-IV-5 從可行策略中選擇適當的抒解壓力方式	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 能以適當的態度及方法面對當下情境 2. 能以適當的態度表達當下之感受	1. 當面對衝突時可以如何向對方或是第三者表達當下感受及情境 2. 分析並思考面對衝突時可以解決的方法	口頭提問、觀察、實作、學習單	自編教材
第十八週 12/28-1/1 元旦連假 戶外教學週								
第十九週 1/4-1/8	3	問題解決策略	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 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 能妥善處理衝突情境	1. 何謂[我訊息]? 演練如何運用我訊息 2. 演練在不同情境下如何運用我訊息回應他人	口頭提問、觀察、實作、學習單	自編教材
第二十週 1/11-1/15								
第二十一週 1/18-1/20 第三次段考 休業式 (1/20)								

◎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。

臺南市立建興國中 115 學年度第二學期七年級彈性學習 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 (中系統)		社交技巧	實施年級 (班級組別)	1B(跨障別)	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		透過遊戲、學習單等不同的上課方式，培養面對問題時的解決之道，能妥善處理問題，促進人際互動。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		特社-J-A2-具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。 特社-J-B1-具備察覺他人語言和非語言溝通目的與意圖，並以同理心的角度與人溝通。 特社-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		(一) 透過辨識與處理壓力和情緒，培養擬定或調整問題解決計畫的能力。 (二) 透過接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 (三) 透過傾聽、表達需求或參與討論的方式，培養適應教室、家庭和社區等各種特定情境的能力。						
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		學習過程兼顧知識、能力和態度等實踐能力及素養的提升，評量方式掌握多元評量的精神，包含非正式(口頭提問、教師觀察等)及正式(實作、訪談、回饋單等)的評量，並重視情意、態度層面的評量，透過自然情境的觀察、互動溝通等多元方式，了解學生的學習歷程成效。						
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 2/11-2/12 2/11 開學	3	知己知 己，百戰	特 1-IV-7 根 據優弱勢能	特社 B-IV-3 優 勢的呈現與表	1. 能認識自我優勢及 弱勢	1. 自我探索學習單 -認識自我	口頭提問、觀 察、實作、學	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫

日		百勝	力，設定努力或學習的目標。	達。	2. 能察覺自己與他人對自己之看法	2. 周哈里窗-思考並發覺4個我 3. 這些不同的我對自己生活中會有哪些影響	習單	
第二週 2/15-2/19								
第三週 2/22-2/26								
第四週 3/1-3/5 228連假	4	如何融入團體生活	特社 2-IV-14 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌的說明拒絕的原因。	特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	1. 能理解團體中之成員各有特質 2. 能理解並遵守團體規範 3. 能使自己之行為符合團體規範	1. 認識不同特質及其所代表之涵義 2. 何謂規範?為何要有規範?生活中有那些規範? 3. 團體規範之目的以及形成之可能原因 4. 當遇到自己不想遵守之規範時可以怎麼處理	口頭提問、觀察、實作、學習單	自編教材
第五週 3/8-3/12			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。					
第六週 3/15-3/19								
第七週 3/22-3/26 第一次段考								
第八週 3/29-4/2	3	人際溝通與表達	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-2 同理心的培養。	1. 能接受不同意見 2. 能同理他人	1. 溝通的技巧以及怎麼使用不同的溝通技巧 2. 同理心之意義 3. 當雙方意見不一時可以怎麼表達及處理	口頭提問、觀察、實作	自編教材
第九週 4/5-4/9 清明連假								
第十週 4/12-4/16								
第十一週 4/19-4/23	3	人際互動與溝通	特社 2-IV-18 使用適當方式	特社 A-IV-3 問題解決的技巧	1. 能以尊重的態度與人溝通互動	1. 與人相處不可能想法完全一致，	口頭提問、觀察、實作	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫

第十二週 4/26-4/30 勞動節連假		4/21-4/24 全國中等校 運動會停課	表達對人的欣 賞，以及接受 各 種結果。	特社 B-IV-2 同 理心的培養	2. 能了解簡單溝通的 技巧	當遇到衝突時， 可能是因何原因 而導致之 2. 衝突有不同類型 之情境(肢體、 語言等)，不同 情境可如何處理 3. 可以如何與他人 建立友善良好之 關係		
第十三週 5/3-5/7 第二次段考								
第十四週 5/10-5/14								
第十五週 5/17-5/21	2	訊息解讀 與表現	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 A-IV-3 問題解決的技巧	1. 能理解對方所表達 之意思	2. 理解何謂符號、 符號於生活中對 我們有哪些影 響？符號與溝通 有何關聯？ 3. 符號是如何傳遞 訊息？別人傳遞 訊息時我會如何 解讀。	口頭提問、觀 察、實作、學 習單	自編教材
第十六週 5/24-5/28								
第十七週 5/31-6/4	2	處理衝突 情境	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 A-IV-3 問 題解決的技巧。 特社 A-IV-2 壓 力的控制與調 整。	1. 能有效處理面對衝 突時之情緒 2. 能了解一些處理情 緒之方法	1. 前面講過衝突， 對學生而言，衝 突是甚麼？ 2. 面對衝突時自己 可以利用各種方 法來調適自己之 情緒	口頭提問、觀 察、實作、學 習單	自編教材
第十八週 6/7-6/11 畢業典禮 (6/9)								
第十九週 6/14-6/18	2	問題解決 策略	特社 1-IV-9 主動擬定與分	特社 A-IV-3 問題解決的技巧	1. 能適當回應他人之 期待	1. 思考當在不同情 境下，別人對我	口頭提問、觀 察、實作、學	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫

			析問題解決方式的優缺點及其後果。		2. 能理解不同問題有不同方式可解決	的要求我都可以做到嗎?對方提任何要求都可以嗎?	習單	
第二十週 6/21-6/25						2. 當自己做不到或想拒絕時，可以用哪些方法處理。		
第二十一週 6/28-6/30 第三次段考 休業式 (6/30)								