

臺南市立建興國民中學 115 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)	九年級(3B)	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		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 8/31-9/4 8/31 開學日	1	來交朋友吧	特社2-IV-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友	特社B-IV-3 優勢的呈現與表達。	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，而建立不同的互動情	1. 自我介紹 2. 影片欣賞 3. 情境演練	口語問答 觀察評量

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第二週 9/7-9/11	1		誼。 特社2-IV-8			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。		
第三週 9/14-9/18	1		根據喜好主動加入團體，並替團體爭取榮譽。					
第四週 9/21-9/25 中秋連假 (9/25-9/28)	1							
第五週 9/28-10/2 中秋連假 (9/25-9/28)	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 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 10/5-10/9 第一次段考	1		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。					
第七週 10/12-10/16	1		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。					
第八週 10/19-10/23	1							
第九週 10/26-10/30 光復節連假	1							
第十週 11/2-11/6 校慶運動會	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 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	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 11/9-11/13	1		特社 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十二週 11/6-11/20 第二次 段考(國三)	1		度。 特社 2-I-5 依情境適當 回答問題		3. 能等待輪流 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 11/23-11/27	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 11/30-12/4	1							
第十五週 12/7-12/11	1							
第十六週 12/14-12/18	1							
第十七週 12/21-12/25 行憲紀念日連假	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	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 12/28-1/1 元旦連假 戶外教學週	1							
第十九週 1/4-1/8	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					妥善處理各種 衝突情境的能力			
第二十週 1/11-1/15	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	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 1/18-1/20 第三次段考 休業式(1/20)	1	尊重他人意見 (二)	留正向內容激勵 自 己，察覺負向內容 保 護自己。					

◎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 115 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)	九年級(3B)	教學節數	本學期共(18)節			
彈性學習課程 四類規範	1. ☐ 統整性探究課程 (□主題□專題□議題) 2. ☒ 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 3. ☐ 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	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 2/11-2/12 2/11 開學	1	你懂不懂我的明白	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

日								
第二週 2/15-2/19	1							
第三週 2/22-2/26	1			特社 I-J-3 問題解決的技巧	1. 能認識各種不同的情緒 2. 能表達自己情緒	1. 情緒臉譜 2. 心情特攻隊 (桌遊)	口語問答 觀察評量	學習單
第四週 3/1-3/5 228 連假	1							
第五週 3/8-3/12	1		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 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 3/15-3/19	1		特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。					
第七週 3/22-3/26 第一次段考	1	輕鬆克服壓力						
第八週 3/29-4/2	1							
第九週 4/5-4/9 清明連假	1		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 B-I-5 性別互動的基本禮儀。	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	1. 時事新聞 2. 影片欣賞	口語問答 觀察評量	學習單
第十週 4/12-4/16	1		特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。	特社 II-J-5 愛慕與追求的方式	3. 能知道身體界線拒絕他人不當碰觸 4. 能稱讚他人優點			
第十一週 4/19-4/23	1	友達以上 戀人未滿	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。					

日								
第二週 2/15-2/19	1							
第三週 2/22-2/26	1			特社 I-J-3 問題解決的技巧	1. 能認識各種不同的情緒 2. 能表達自己情緒	1. 情緒臉譜 2. 心情特攻隊 (桌遊)	口語問答 觀察評量	學習單
第四週 3/1-3/5 228 連假	1							
第五週 3/8-3/12	1		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 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 3/15-3/19	1		特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。					
第七週 3/22-3/26 第一次段考	1	輕鬆克服壓力						
第八週 3/29-4/2	1							
第九週 4/5-4/9 清明連假	1		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 B-I-5 性別互動的基本禮儀。	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	1. 時事新聞 2. 影片欣賞	口語問答 觀察評量	學習單
第十週 4/12-4/16	1		特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。	特社 II-J-5 愛慕與追求的方式	3. 能知道身體界線拒絕他人不當碰觸 4. 能稱讚他人優點			
第十一週 4/19-4/23	1	友達以上 戀人未滿	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。					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十二週 4/26-4/30 勞動節連假	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 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 5/3-5/7 第二次段考	1		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。					
第十四週 5/10-5/14	1		特社 2-IV-22 尊重他人的性別傾向或認同。					
第十五週 5/17-5/21	1		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。					
第十六週 5/24-5/28	1							
第十七週 5/31-6/4	1	同理心與溝通技巧	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 6/7-6/11 畢業典禮 (6/9)	1							

◎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。

