

臺南市立後甲國民中學 115 學年度第一學期八年級彈性學習 特殊需求領域 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)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	八年級	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 ☐ 獨立研究 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	運用桌遊、自選教材及線上資源等多元方式，藉由口語表達、角色扮演、情境演練與分組討論，引導學生認識自我、理解他人、適應情境，發展合適且健康的紓壓管道，並在校園人際交往中學會與同學進行合宜的互動，清楚覺察並遵守彼此的身體界線，進而增進其社會互動能力與日常適應力，幫助其在學校及生活中更從容地應對挑戰。				
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-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、處己：辨識及處理自身情緒，學習合適且健康的紓壓調適策略，培養問題解決能力。 2、處人：順利接收及解決訊息，培養良好溝通方式，掌握與同學合宜互動之分寸，注意並尊重身體界線，促進良好互動關係。 3、處情境：遵守上課與人際規範，妥善處理衝突，進而適應學校生活。				
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	適應校園生活的基本技巧、情緒表達與管理能力、溝通表達與理解他人、合適的壓力辨識與紓壓技巧、合宜互動與身體界線覺察能力。				

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 、 第 4 週	4	適應校園生活的 基本技巧	特社 3-II-1 在課堂或小組討論中適當表達與回應意見。 特社 3-III-1 遵守不同課堂的規則。 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 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 A-V-2 表達與傾聽的時機。	1、能遵守上課規範。 2、能進行小組合作與討論。 3、能尋求資源解決問題。	1、請學生輪流分享自身所遇到與本次教學主題相關的困境。 2、以與社交技巧相關之線上資源或桌遊等進行課程，觀察學生反應，並於適當時機給予機會教育。	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 桌遊
第 5 週 、 第 9 週	5	溝通表達與合宜 互動技巧	特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。 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	特社 B- I -2 溝通的媒介。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。	1、培養訊息處理能力 2、能適當的開啟與延續話題。 3、能掌握與同學合宜互動的說話語氣與態度。	1、請學生輪流分享自身所遇到與本次教學主題相關的困境。 2、引入「合宜與不合宜互動」情境劇影片，討論不同的溝通方式對人際關係的影響。	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 自編情境 學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			己，察覺負向內容保護自己。					
第 10 週 ~ 第 16 週	7	情緒表達與管理能力	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。 特社 A-V-1 強烈情緒的表達。	1、能正確分辨自身當下的情緒。 2、能用合適的方式抒發自身情緒。 3、能處理複雜情緒。	1、請學生輪流分享自身所遇到與本次教學主題相關的困境。 2、以與社交技巧相關之線上資源或桌遊等進行課程，觀察學生反應，並於適當時機給予機會教育。	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 桌遊
第 17 週 ~ 第 21 週	21	壓力辨識與合適紓壓策略	特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-III-2 嘗試使用紓解壓力的方法。 特社 1-V-2 在面對壓力時有效處理自己的情緒。	特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	1、能辨識壓力來源。 2、能選擇合適且健康的管道正確抒發壓力（如運動、聽音樂、靜心） 3、能適當的控制調節壓力。	1、壓力大風吹：請學生分享近期面臨的課業或人際壓力。 2、合適紓壓方式：引導學生體驗並找出適合自己的健康紓壓方式（如正念呼吸、畫畫等），並討論不當紓壓可能帶來的後果。	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 桌遊

臺南市立後甲國民中學 115 學年度第二學期八年級彈性學習 特殊需求領域 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)	社會技巧	實施年級 (班級組別)	八年級	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 ☐ 獨立研究 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	運用桌遊、自選教材及線上資源等多元方式，藉由口語表達、角色扮演、情境演練與分組討論，引導學生認識自我、理解他人、適應情境，辨識自己與他人的身體界線、深化同儕人際關係，學會拒絕不舒服的肢體碰觸，以安全、尊重、合宜的方式與同學互動、化解衝突，進而增進其社會互動能力與日常適應力，幫助其在學校及生活中更從容地應對挑戰。				
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-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、處己：提升自我效能，增加自信心。 2、處人：培養良好人際互動方式，學會尊重身體界線、習得被拒絕與面臨人際衝突時之正確、和平應對技巧。				
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	了解自我，發展潛能、人際互動技巧、面臨被拒應對方式、處理衝突技巧				

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 ~ 第4週	4	了解自我， 發展潛能	特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。 特社 1-IV-6 分析失敗的原因，並從成功的經驗自我肯定。 特社 1-IV-7 根據優弱勢能力，設定努力或學習的目標。	特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 特社 A-II-3 自我接納與鼓勵。 特社 A-V-3 正向思考的技巧。	1、能找出自己的優、弱勢能力。 2、能以正確態度接納成功與失敗。 3、能設定符合自己能力的學習目標。	1、優弱勢大解密 提供「能力特質圖卡」(如：擅長運動、寫字慢、會算數學、容易分心)，引導學生挑選出符合自己的圖卡，分類貼在「我的強力盾牌(優勢)」與「我的修練場(弱勢)」海報上，並進行分享。 2、正向對話 透過桌遊觀察學生對失敗的反應，並於適當時機給予機會教育。當學生失敗時，暫停遊戲，引導學生練習「正向轉念」，例如從「我好爛」改為「這局沒過沒關係，我下局再試試看」，並由同儕給予口頭鼓勵。 3、目標階梯 引導學生針對弱勢能力或想挑戰的事，繪製「目標階梯圖」。例如：大目標	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

						是「期末考數學及格」，則拆解出本週可執行之目標階梯「每天寫 3 題數學題」。		
第 5 週 ↗ 第 10 週	6	建立友誼：身體界線與合宜互動	特社 2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社 2-III-6 展現合宜行為以維持友誼。	特社 B-I-3 人際關係的建立。 特社 B-V-3 友誼維持的技巧。 特社 B-IV-2 同理心的培養。	1、能以正確的方式與他人相處。 2、能分辨並尊重自己與他人的身體界線。	1、請學生輪流分享自身所遇到與本次教學主題相關的困境。 2、「人際社交氣象台」：利用圖卡和情境演練，教導「安全的人際距離」與「身體界線」。	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 桌遊
第 11 週 ↗ 第 14 週	4	面對拒絕，轉念找方法	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-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因。 特社 1-V-3 主動尋求資源或策略以處理被拒絕的困境。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。	1、以正確態度面對被拒絕的情境。 2、能分析被拒絕的原因。 3、能尋求被拒絕時的替代方法。	1、請學生輪流分享自身所遇到與本次教學主題相關的困境。 2、透過角色扮演或漫畫情境，分析「為什麼對方會拒絕？」。引導學生找出客觀原因（如：位置不夠、玩具正在使用中、對方累了），明白被拒絕往往是「情境限制」而非「針對個人」。進而討論替代方式，並在課堂中進行實際的情境排演。	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 桌遊

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第 15 週 、 第 21 週	7	衝突分析與 和平解決	特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。 特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。 特社 2-V-12 反省衝突原因，以便事前避免正面衝突。	特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。 特社 B-II-4 衝突情境的因應。 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	1、能瞭解發生衝突的原因 2、能理解「常以打鬧、越界方式玩鬧」容易演變成真實衝突之後果。 3、能改正自己的行為，減少因肢體越界與人發生衝突。	1、請學生輪流分享自身所遇到與本次教學主題相關的困境。 2、透過影片辨析，讓學生理解過度的肢體拍打、拉扯，就算自以為是開玩笑，也會演變成真實衝突。課中觀察學生反應，並於適當時機給予機會教育。	口頭回答 角色扮演 情境演練 分組討論	線上資源 桌遊
-----------------------	---	---------------	--	--	---	---	---	-----------------------