

臺南市公立北區文賢國民中學115學年度第一學期九年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫(■特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	九年級/社會C組	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	幫助學生學習運用適當的方法表達自己的情緒和感受，同時也能覺察及辨認他人情緒，進而同理、體諒他人，進而培養出解決衝突和自我肯定的能力。							
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	1. 學習運用策略調節自己的情緒。 2. 培養解決衝突和自我肯定的能力。							
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. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量							
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1-5週	5	1. 我不怕壓力	特社1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。	1-1能認識因壓力而產生的焦慮情緒。	1. 情境引導：當有壓力時，身體或心理會有什麼感受？	1. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量	影片、簡報和學習單

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

			情緒的反應。 特社1-IV-3 在面對壓力時， 適當的調整情 緒。 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-2 壓力的控制 與調整。	1-2能透過運 動配合呼吸放 鬆身心，減輕 焦慮感覺。	2. 壓力檢測。 3. 變身橡皮筋人。 4. 心得分享，綜合討論。		
第6-10週	5	2. 我會聰明面對 嘲笑	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2-III-2 區辨別人非善 意行為是提醒， 還是威脅到了 自己的適應與 生存。	特社A-IV-3 問題解決的 技巧。	2-1能認識面 對嘲笑後所產 生的各種情 緒。 2-2能用聰明 及幽默的方式 面對別人的嘲 笑。	1. 情境引導：在日常生活 中有沒有遇過被同學嘲 笑的事情呢？ 2. 受嘲笑的愛迪生。 3. 心得分享，綜合討論。	1. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量	影片、簡報和學習 單
第11-15週	5	3. 我也可以是人 氣王	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2-IV-7 欣賞不同朋友的 獨特性，建立不 同層次的友誼。	特社 B-IV-3 優勢的呈現 與表達。	3-1能認識受 歡迎的人際特 質。 3-2能覺知和 欣賞自己的優 勢特質。 3-3能調整自 己弱勢特質。 3-4能尊重和 欣賞他人的特 質。	1. 情境引導：你覺得好朋 友會用那些形容詞來形 容你？ 2. 我的人氣特質大蒐集。 3. 心得分享，綜合討論。	1. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量	影片、簡報和學習 單
第16-21週	6	4. 我會勇敢面對	特社2-I-8 分辨與表達衝突 的原因、情境與	特社 B-I-4 衝突的原因 及情境分	4-1能了解尊 重他人的重 要。	1. 情境引導：你或你朋友 有被欺負的經驗嗎？ 2. 認識『校園霸凌』。	1. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量	影片、簡報和學習 單

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

			後果。 特社2-I-9 避免爭鬥或危險的場合以保護自己。 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。	析。	4-2能勇敢表達自己的情緒或想法。 4-3能知道與應用遇到霸凌的因應方式。	3. 心得分享，綜合討論。		
--	--	--	--	----	--	---------------	--	--

◎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。

臺南市公立北區文賢國民中學115學年度第二學期九年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫(■特教班)

學習主題名稱		社會技巧	實施年級 (班級組別)	九年級/社會C組	教學節數	本學期共(19)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		幫助學生學習運用適當的方法表達自己的情緒和感受，同時也能覺察及辨認他人情緒，進而同理、體諒他人，進而培養出解決衝突和自我肯定的能力。						
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		1. 學習運用策略調節自己的情緒。 2. 培養解決衝突和自我肯定的能力。						
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 ☒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. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量						
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1-5週	5	5. 爸媽我們有話 好好說	特社3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協	特社 C-I-2 家庭成員互 動的技巧。	5-1能覺察自 己與家人的溝 通方式。	1. 情境引導：你覺得跟父 母溝通最大的困擾是什 麼？	1. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量	影片、簡報和學習 單

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

			助。		5-2能在遇到衝突時勇敢面對與和解。 5-3能對家人用適當的方式表達自己的想法。	2. 和好三步驟。 3. 三明治溝通法。 4. 心得分享，綜合討論。		
第6-10週	5	6. 我會用智慧解決問題	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-IV-3 問題解決的技巧。	6-1能勇敢表達自己的情緒或想法。 6-2能體會他人的處境與情緒。	1. 情境引導：你曾經遇到被老師或同學誤會的困擾嗎？ 2. 我的心情臉譜。 3. 我想對你說。 4. 心得分享，綜合討論。	1. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量	影片、簡報和學習單
第11-15週	5	7. 我為自己加油	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 B-IV-3 優勢的呈現與表達。	7-1能學習他人成功面對挑戰的態度與方法。 7-2能學習樂觀積極正向態度去試著解決問題。 7-3能肯定自我的價值。	1. 情境引導：你覺得自己學習方面比較大的困擾是什麼？ 2. 為自己加油。 3. 心得分享，綜合討論。	1. 口頭評量 2. 實作評量 3. 觀察評量	影片、簡報和學習單
第16-19週	4	8. 我的青春札記	特社2-III-15	特社B- I -5	8-1能覺察自	1. 情境引導：進入青春期	1. 口頭評量	影片、簡報和學習

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

			保持與他人相處時的身體界限。	性別互動的基本禮儀。	己對青春期身心變化時的情緒。 8-2能尊重他人的特質與界線。 8-3能學習和應用保護自己界線的方法。	後，面臨身心變化，你 在這方面有困擾嗎？ 2. 愛己真愛宣言。 3. 心得分享，綜合討論。	2. 實作評量 3. 觀察評量	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。