C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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(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/ 社會M 組	教學節數	本學期共(42)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	透過體驗、探索、實踐與省思的多元學習，引導學生適應團體生活，並強化其處理生活實務問題的能力。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 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-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. 學習接納自我及擬定問題解決策略，提升自我照顧與成長的技巧。 2. 運用適切的訊息解讀與表達，學習尊重、欣賞他人，並能妥善處理人際關係與溝通問題。 3. 透過傾聽與需求表達，建立多元互動模式，培養適應學校及社區生活並尋求協助的能力。				
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	口頭提問、實作評量、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週 至 7週	14	喜歡與接納自我	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 在遭逢不如意事件	特社A-I-3 自我優弱勢的察覺 特社A-II-3 自我接納與激勵。	1-1 能說出自己的優缺點 1-2 能說出自己的喜惡 1-3 能說出	1.自我名片：發給每人一張卡片，正面寫下自己的優點與缺點各2個；背面畫出或寫下 3 樣自己最喜歡與最討厭的事物（例如：食物、科目、運動）。	口頭提問 實作評量 觀察評量	無

			時，接受他人安慰並適當發洩情緒。 特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。 特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 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 B-Ⅲ-3 自我經驗的分享。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	某人的優缺點 1-4 能說出某人的喜惡 1-5 能接納自己與他人對自己不一樣的看法。 1-6 學會鼓勵自己的方式。	2. 兩人一組，互相交換名片介紹自己。 3.「天使與主人」：隨機配對，請學生觀察對方 2 節課。 （1）我發現他的優點是... （2）我發現他好像不太擅長...（缺點） （3）我注意到他很喜歡... （4）他似乎不喜歡... 4. 我眼中的我 VS 你眼中的我 5. 能量補給站：話語充電、行動充電。		
第 8 週 至 第 13 週	12	問題解決及尋求協助	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 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 A-Ⅲ-3 行為與後果之間的關係與評估。 社 A-IV-3 問題解決的技巧 特社 B-Ⅴ-4 協商技巧與求助資源。	2-1 能說出 2 種以上遇到問題時的解決方法。 2-2 能說出 2 種以上遇到問題時的可尋求協助資源（人或管道）。 2-3 能針對特定問題解決策略，說出優缺點。 2-4 能根據特定問題解決策略，預	1. 大腦點子王：老師拋出一個校園情境，請學生各自說出解決方法。 2. 求助急先鋒：準備不同的「求助對象圖卡」。老師給予不同緊急程度的情境，讓學生挑選最適合的 2 個救援管道。 3. 策略大解剖：挑選一個問題解決策略，請學生化身為「評審員」，說出該策略的優缺點。 4. 預言家實驗室：利用「如果...就會...」的接龍遊戲。請學生預測：如果我選擇「xxxxxx」，後面會發生什麼事？		

					測其帶來的後果。			
第 14 週 至 第 21 週	16	我好喜歡你 三年級畢業旅行	特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。 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 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。 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。 特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。	3-1 學會欣賞人的表現方式。 3-2 能接受表達對他人欣賞後可能會發生的結果。 3-3 能知道喜歡是不能勉強的。 3-4 能根據對方的反應或情境，調整自己表達喜歡的方式。	1.優點馬拉松：每人輪流擔任「讚美者」與「受讚美者」。「讚美者」必須在 30 秒內，說出對「受讚美者」的一個具體欣賞點。「受讚美者」只需微笑說「謝謝你的欣賞」。 2.告白便利貼的「多重結局」：寫了一張告白小卡給喜歡的朋友。請學生演練出三種可能的反應： (1) 對方害羞接受。 (2) 對方有禮貌地拒絕。 (3) 對方暫時沒有反應。 3. 情感偵探：利用不同的表情或對話截圖，請學生判斷：這時候如果想表達喜歡，該「繼續靠近」還是「退後一步，給予空間」？		

◎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。

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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(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/ 社會M 組	教學節數	本學期共(36)節 第18週畢業典禮
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	透過體驗、探索、實踐與省思的多元學習，引導學生適應團體生活，並強化其處理生活實務問題的能力。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 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. 透過辨識挫折情緒與處理壓力，學習接納被拒絕的感受，並擬定正向的問題解決策略。 2. 認識安全網路使用觀念，學習精確解讀網路訊息及提升風險辨識能力。 3. 學習妥善處理網路互動情境，並提升自我保護與社交品質。				
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	口頭提問、實作評量、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週 至 6週	12	我被拒絕了	特社1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。 特社1-V-3 主動	特社A-IV-3 問題解決的技巧。 特社B-Ⅲ-4 自我需求	1-1 能接受表達對他人欣賞後可能會發生的結果。	1.心情氣象站： (1) 準備紅、黃、藍三色卡片。老師給出情境，請學生選擇顏色代表當下的心情：紅色（憤怒）、黃色（尷尬/	口頭提問 實作評量 觀察評量	無

			尋求資源或策略以處理被拒絕的困境。 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-IV-18 使用適當方式表達對人的欣賞，以及接受各種結果。	與困難的表達。 特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。 特社 B-V-4 協商技巧與求助資源。	1-2 學會被拒絕後的調適方式。 1-3 能知道被拒絕後可找哪些人協助。 1-4 能和他人主動說出被拒絕後的心情。	沒關係）、藍色（沮喪）。 （2）進行情境演練：「我剛剛被拒絕了，我覺得很（顏色）。」 2. 情緒急救箱：請學生寫下或畫下三件能讓自己心情變好的「不傷人小事」。 3. 誰是我的救援投捕手？請學生在紙上畫一個大圓圈，區分為「校內」、「家裡」、「校外」，請學生想想想並寫下，如果被拒絕後心裡真的很難過，哪些人是你的「救援投手」？ 4. 拒絕後的「下一幕」：老師示範被拒絕後的「NG 行為」（生氣罵人、從此不理對方）與「OK 行為」（深呼吸、說謝謝並轉身去找別人玩）。請學生練習演練「OK 行為」的轉身瞬間。		
第 7 週 至 第 12 週	12	網路使用停看聽	特社 2-III-12 評估與遵守虛擬世界的規則，並清楚表達自己的需求和感受。 特社 2-III-17 在虛擬世界進行人際互動時，能維持平等、尊重的態度。 特社 2-IV-1 運	特社 B-IV-1 科技媒體的運用 特社 B-V-1 訊息真偽與詐騙的防範。	2-1 能知道正確的網路使用觀念。 2-2 能學習保護個人資料與隱私。 2-3 能知道不點可疑連結。 2-4 能知道不給陌生人	1. 安全點點名：教師描述不同的上網情境，若該行為安全，學生坐下；若不安全，學生需站起來並做出「停止」手勢。 2. 個資保衛戰：教師展示幾張模擬的「網路對話」或「遊戲中獎通知」截圖。學生化身為「數位小保鏢」，從中找出隱藏的陷阱（例如：詢問地址、要求提供遊		

			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-4 具備正確使用網路的基本法律常識。		密碼。 2-5 能學會辨別網路假訊息。 2-6 能知道不轉發未經證實的網路內容。	戲帳號密碼）。 3. 訊息過濾器：準備幾則網路上常見的訊息，請學生利用「查證小撇步」（如：檢查來源、搜尋關鍵字）來判斷訊息真偽。		
第 13 週 至 18 週	12	網路交友 第 18 週畢業典禮	特社 2-III-17 在虛擬世界進行人際互動時，能維持平等、尊重的態度。 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-4 具備正確使用網路的基本法律常識。 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 B-V-1 訊息真偽與詐騙的防範。 特社 B-V-3 友誼維持的技巧	3-1 能學會在網路互動中展現尊重態度。 3-2 能學習網路法律常識與防詐技巧。 3-3 能學習適當自我介紹以結交好友。 3-4 能學習維繫友誼與溝通互動的技巧。	1. 訊息停看聽：是朋友還是詐騙？ （1）老師展示幾種常見的網路對話情境（如：對方要照片、要借錢）。 （2）學生手持「紅燈（危險/不舒服）」與「綠燈（安全/有禮貌）」牌子進行評斷。 （3）討論當遇到紅燈情境時，如何使用「封鎖」或「告訴大人」來保護自己。 2. 我的網路名片： （1）發給學生空白名片，練習寫下/畫下三個優點或兩個興趣。 （2）練習不透露電話、住址等個資，只分享適合交友的正面資訊。 （3）進行「名片交換」，學習用一句有禮貌的話當開場白。 3. 友誼文字魔法師： （1）誤會的情境（例如：朋友很久沒回訊息）：練習將負面表達（如：「你為什麼		

						不理我！」）改造成正向表達（如：「我有事想找你，等你有空再回我喔」）。 （2）角色扮演：體會不同的說話方式帶給人的不同感受。		

◎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。