

臺南市公(私)立北區文賢國民中學115學年度第1學期八年級彈性學習 特殊需求 課程計畫 ( ☐普通班/ ☐藝才班/ ☐體育班/ ☒特教班 )

| 學習主題名稱                   | 情緒控制技巧                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 實施年級<br>(班級組別) | 八年級                                       | 教學節數                       | 本學期共( 21 )節                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                         |                         |                |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|
| 彈性學習課程<br>四類規範           | 3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程<br>身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用<br>資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展<br>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程<br><input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學 |                |                                           |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                         |                         |                |
| 設計理念                     | 課程目的是培養孩子面對真實生活世界，處理真實生活問題的能力，並運用報導文本及影片等媒材引導學生從多元角度做議題探討，在同儕互動學習的過程中，對情緒的處理方式及人際關係有新的看見及學習。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                                           |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                         |                         |                |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>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。<br>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) 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。<br>(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。<br>(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<br>或議題           | <input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語<br><input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動<br><input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                |                                           |                            | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育<br><input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育<br><input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育<br><input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 |                                                         |                         |                |
| 表現任務                     | 評量過程兼顧知識、能力和態度等實踐能力及素養的提升。質性的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<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>議題實質內涵       | 學習內容<br>(校訂)               | 學習目標                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 學習活動                                                    | 學習評量                    | 自編自選教材<br>或學習單 |
| 第1-3周                    | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 請求協助           | 特社2-I-11<br>在被他人誤解或<br>誣賴時，主動尋<br>求大人或同儕的 | 特社B-I-4<br>衝突的原因<br>及情境分析。 | 能在面對衝<br>突情境時請<br>求他人協助                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1. 討論何種情境需要請求協助及請求協助的方法<br>2. 討論規納可協助的對象與<br>管道(含實體與網路) | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單          |

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

|         |   |        |                               |                          |                    |                                                                                                       |                         |       |
|---------|---|--------|-------------------------------|--------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------|
|         |   |        | 協助。                           |                          |                    | 2. 練習請求協助的步驟<br>3. 演練請求協助的題目                                                                          |                         |       |
| 第4-6周   | 3 | 處理錯誤   | 特社1-V-5<br>發揮自己的優勢<br>去解決問題。  | 特社A-IV-3<br>問題解決的<br>技巧。 | 能在面對問題時<br>勇於承擔並處理 | 1. 討論常見的犯錯的生活經驗與原因<br>2. 討論犯錯的結果是否可以處理及如何處理<br>3. 了解每一個人皆會犯錯及如何面對的正確的態度<br>4. 演練處理錯誤的題目               | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第7-9周   | 3 | 處理興奮情緒 | 特社1-III-1<br>聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 | 特社A-IV-3<br>問題解決的<br>技巧。 | 能學會處理興奮情緒並學習處理技巧   | 1. 討論遇到哪些事時會很興奮，請學生用雙手做出動作，會的在頭上打○，不會的在胸前打×。<br>2. 討論在這些場合中，這樣的舉動對不對<br>3. 能說出處理興奮的步驟<br>4. 演練處理興奮的情境 | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第10-12周 | 3 | 處理憤怒   | 特社1-III-1<br>聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 | 特社A-IV-3<br>問題解決的<br>技巧。 | 能學會處理憤怒的情緒並學習處理技巧  | 1. 能說出自己的大部分憤怒原因<br>2. 能說出原本處理憤怒的方法並做自我檢討。<br>3. 討論自己能力所及的前提下，適當憤怒的處理方法<br>4. 演練處理憤怒的問題               | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第13-15周 | 3 | 處理嘲弄   | 特社1-III-1<br>聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 | 特社A-IV-3<br>問題解決的<br>技巧。 | 能了解何謂嘲弄並學習處理技巧     | 1. 討論甚麼是嘲弄<br>2. 討論曾經遇到的嘲弄及感受<br>3. 練習處理嘲弄的步驟<br>4. 演練處理嘲弄的題目                                         | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第16-18周 | 3 | 處理挫折   | 特社1-I-3<br>學習面對可能遭遇的失敗。       | 特社A-IV-3<br>問題解決的<br>技巧。 | 能在面對挫折時處理挫折情緒      | 1. 討論曾經的挫折相關生活經驗。<br>2. 能說出原本處理挫折的方法並做自我檢討。                                                           | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

|         |   |      |                                    |                    |          |                                                                                   |                         |       |
|---------|---|------|------------------------------------|--------------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------|
|         |   |      |                                    |                    |          | 3. 討論自己能力所及的前提下，適當處理挫折的方法<br>4. 演練處理挫折的步驟                                         |                         |       |
| 第19-21周 | 3 | 表現關注 | 特社2-I-7<br>了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 | 特社B-I-3<br>人際關係的建立 | 能主動和人打招呼 | 1. 討論對別人表現關注的重要性<br>2. 討論不同情境及對象應如何表現出合宜的關注<br>3. 練習對別人表現關注的步驟<br>4. 演練對別人表現關注的題目 | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |

◎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。

臺南市公(私)立北區文賢國民中學115學年度第2學期八年級彈性學習 特殊需求 課程計畫 ( ☐普通班/ ☐藝才班/ ☐體育班/ ☒特教班 )

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                |                                           |                          |                       |                                                                |                         |                |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------|--------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|
| 學習主題名稱                   | 情緒控制技巧                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 實施年級<br>(班級組別) | 八年級                                       | 教學節數                     | 本學期共( 21 )節           |                                                                |                         |                |
| 彈性學習課程<br>四類規範           | <b>3. <input checked="" type="checkbox"/>特殊需求領域課程</b><br>身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用<br>資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展<br>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br><b>4. <input type="checkbox"/>其他類課程</b><br><input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                |                                           |                          |                       |                                                                |                         |                |
| 設計理念                     | 課程目的是培養孩子面對真實生活世界，處理真實生活問題的能力，並運用報導文本及影片等媒材引導學生從多元角度做議題探討，在同儕互動學習的過程中，對情緒的處理方式及人際關係有新的看見及學習。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                |                                           |                          |                       |                                                                |                         |                |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>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。<br>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) 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。<br>(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。<br>(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               | <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div> <input type="checkbox"/>國語文   <input type="checkbox"/>英語文   <input checked="" type="checkbox"/>英語文融入參考指引   <input type="checkbox"/>本土語<br/> <input type="checkbox"/>數學   <input type="checkbox"/>社會   <input type="checkbox"/>自然科學   <input checked="" type="checkbox"/>藝術   <input checked="" type="checkbox"/>綜合活動<br/> <input type="checkbox"/>健康與體育   <input type="checkbox"/>生活課程   <input checked="" type="checkbox"/>科技   <input type="checkbox"/>科技融入參考指引             </div> <div> <input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育   <input type="checkbox"/>人權教育   <input type="checkbox"/>環境教育   <input type="checkbox"/>海洋教育   <input type="checkbox"/>品德教育<br/> <input checked="" type="checkbox"/>生命教育   <input type="checkbox"/>法治教育   <input checked="" type="checkbox"/>科技教育   <input type="checkbox"/>資訊教育   <input type="checkbox"/>能源教育<br/> <input type="checkbox"/>安全教育   <input type="checkbox"/>防災教育   <input type="checkbox"/>閱讀素養   <input type="checkbox"/>多元文化教育<br/> <input checked="" type="checkbox"/>生涯規劃教育   <input type="checkbox"/>家庭教育   <input type="checkbox"/>原住民教育   <input type="checkbox"/>戶外教育   <input type="checkbox"/>國際教育             </div> </div> |                |                                           |                          |                       |                                                                |                         |                |
| 表現任務                     | 評量過程兼顧知識、能力和態度等實踐能力及素養的提升。質性的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<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>議題實質內涵       | 學習內容<br>(校訂)             | 學習目標                  | 學習活動                                                           | 學習評量                    | 自編自選教材<br>或學習單 |
| 第1-3周                    | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 解讀肢體語言         | 特社2-II-1<br>解讀他人口語與<br>非口語溝通的情<br>緒及目的，並反 | 特社B-II-1<br>訊息解讀的<br>技巧。 | 能學會解讀<br>非言語溝通<br>的技巧 | 1. 討論常見/曾見過的各種<br>肢體語言及其代表的意義<br>2. 情境練習-表演者演出各<br>種情境，及表現出各種肢 | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單          |

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

|         |   |                |                                                  |                      |                  |                                                                                                  |                         |       |
|---------|---|----------------|--------------------------------------------------|----------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------|
|         |   |                | 思自己是否有應留意或改善之處。                                  |                      |                  | 體語言，輪流說出其意思並判斷是否合適。                                                                              |                         |       |
| 第4-6周   | 3 | 解讀別人的感覺        | 特社2-I-1<br>了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。              | 特社B-II-1<br>訊息解讀的技巧。 | 能學會解讀語言及非語言溝通的技巧 | 1. 透過範例引導，能了解同一事件，不同人有不同的感覺<br>2. 能尊重他人與自己不同的感覺。<br>3. 面對他人不同的感覺能給予尊重並表現合適的回應。<br>4. 演練解讀他人情緒的題目 | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第7-9周   | 3 | 察覺別人的語意(如:雙關語) | 特社2-II-1<br>解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。 | 特社B-II-1<br>訊息解讀的技巧。 | 能解讀他人的語意         | 1. 故事或事件引出主題: 察覺別人的語意(如:雙關語)<br>2. 情境演練，並從演練中給予學生適當的回饋                                           | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第10-12周 | 3 | 適當回應他人的話       | 特社2-I-3<br>適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。                    | 特社B-I-3<br>人際關係的建立   | 能適當回應他人的話語       | 1. 透過生活經驗分享，回顧自己曾有過哪些不當的回應並做自我檢討。<br>2. 透過常見的生活經驗，學習正確的回應他人。<br>3. 情境演練，並從演練中給予學生適當的回饋           | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第13-15周 | 3 | 如何提出自己的意見      | 特社2-I-7<br>了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。               | 特社B-II-2<br>表達與傾聽的時機 | 能適時表達自己的意見       | 1. 讓學生明白團體中可能有不同的意見，並透過範例說明舉例。<br>2. 透過範例引導，讓學生判斷範例中的表達方式是否                                      | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

|         |   |           |                                            |                       |              |                                                                                                            |                         |       |
|---------|---|-----------|--------------------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------|
|         |   |           |                                            |                       |              | 合宜，及可能帶給他人什麼樣的感受與後果。<br>3. 透過範例，教導學生正確合宜的提出自己的意見。                                                          |                         |       |
| 第16-18周 | 3 | 如何中斷別人的談話 | 特社2-I-12<br>與他人相處時，遵守基本的禮儀                 | 特社B-II-2<br>表達與傾聽的時機  | 在交談時能禮貌的結束談話 | 1. 透過範例引導，讓學生判斷範例中的打斷他人談話的方式是否合宜，及可能帶給他人什麼樣的感受與後果。<br>2. 透過範例，教導學生正確合宜的中斷別人的談話。                            | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |
| 第19-21周 | 3 | 如何持續與人聊天  | 特社2-III-4<br>依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。 | 特社B-III-2<br>話題的開啟與延續 | 在與他人談話時能延續話題 | 1. 透過範例讓學生了解「中斷話題」與「延續話題」的差別與對方可能的感受。<br>2. 透過範例讓學生判斷與感受何謂適當的延續話題。<br>3. 透過國中生常見的話題與情請，引導學生討論如何適當的回應並延續話題。 | 口頭提問<br>觀察<br>實作<br>學習單 | 自編學習單 |

◎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。