

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	七年級	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	協助學生提升自我、促進人際互動並具備適應環境的能力與技巧，進而達成社會參與。							
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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 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-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 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。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。							
課程目標	1. 能理解與遵守社會基本規範。 2. 能融入與適應學校多元活動。 3. 能辨識與處理情緒壓力問題。 4. 培養理解與表達的溝通技能。							
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	觀察、口語表達、學習態度。							
課程架構脈絡								
教學期程	節	單元與活動名稱	學習表現	學習內容（校訂）	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

	數		校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵					或學習單
第 1～7 週	7	《處環境：新手篇》 心動航空，航向「新 東」～國中新手修煉 秘笈	特社 3-III-1 遵守 不同課堂的規 則。 特社 1-IV-7 根據 優弱勢能力，設 定努力或學習的 目標。 特社 3-IV-1 能在 課堂或小組討論 尊重他人不同的 意見。 特社 3-IV-2 服從 指令規劃步驟完 成複雜的工作。 特社 3-IV-3 配合 老師的指令，遵 守不同學習情境 和器材的使用規 則與安全。 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 3-IV-5 願意 參與學校的活 動。	特社 C-III-1 不同 學習情境變化的 適應與調整。 特社 C-IV-1 尊重 與接納學校的多 元意見。 特社 C-V-1 學校 的參與及合作。 特社 A-IV-3 問題 解決的技巧。	1. 能理解國中 與國小的環 境差異。 2. 能知道並遵 守國中校 規。 3. 能在課堂或 活動中遵守 秩序。 4. 能為自己設 定能努力達 成的學習目 標。 5. 能在遇到困 難時尋求師 長協助解決 問題。 6. 能配合參與 學校多元活 動。	1. 教師介紹並 進行主題活 動。 2. 學生能發表 自己的經 驗。 3. 學生能專心 聆聽他人的 發表，並能 回饋自己的 想法。 4. 師生共同討 論與分享。	觀察 口語表達 學習態度	自編教材 網路資源
第 8～14 週	7	《處己：情緒篇》 防「爆」少年團 ～情緒管理大師養成 記 I	特社 1-I-1 分辨與 表達基本的正向 或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試	特社 A-I-1 基本 情緒的認識與分 辨。 特社 A-II-1 基本	1. 能認識基本 的情緒並理 解情緒與外 顯行為的關	1. 教師介紹並 進行主題活 動。 2. 學生能發表	觀察 口語表達 學習態度	自編教材 網路資源

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			因應與處理基本的情緒及壓力。 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。	情緒的表達。 特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。	連性。 2. 能覺察自己與他人情緒及外顯行為的變化。 3. 能運用語言或非語言方式表達個人情緒。 4. 能運用語言或非語言方式回應他人情緒。	自己的經驗。 3. 學生能專心聆聽他人的發表，並能回饋自己的想法。 4. 師生共同討論與分享。		
第 15~21 週	7	《處己：情緒篇》 防「爆」少年團 ～情緒管理大師養成 記 II	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 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-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-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 能認識情緒衝動。 2. 能理解情緒衝動的原因。 3. 能理解無法控制情緒衝動引發的後果。 4. 能找出控制情緒衝動的策略。 5. 能學習運用策略控制情緒衝動。	1. 教師介紹並進行主題活動。 2. 學生能發表自己的經驗。 3. 學生能專心聆聽他人的發表，並能回饋自己的想法。 4. 師生共同討論與分享。	觀察 口語表達 學習態度	自編教材 網路資源

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			受的方式回應。					
--	--	--	---------	--	--	--	--	--

臺南市立新東國民中學 115 學年度第二學期七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)	七年級	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	協助學生提升自我、促進人際互動並具備適應環境的能力與技巧，進而達成社會參與。							
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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 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-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 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。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。							
課程目標	1. 能理解與遵守社會基本規範。 2. 能融入與適應學校多元活動。 3. 能辨識與處理情緒壓力問題。 4. 培養理解與表達的溝通技能。							
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	觀察、口語表達、學習態度。							
課程架構脈絡								
教學期程	節	單元與活動名稱	學習表現	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

	數		校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵					或學習單
第 1～7 週	7	《處己：壓力篇》 防「爆」少年團 ～我的解壓日記	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 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。 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-I-2 壓力的察覺與面對。 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。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 能覺察壓力。 2. 能找出壓力源。 3. 能理解壓力與情緒的關連性。 4. 能面對與處理壓力。 5. 能找出抒解壓力的方式。 6. 能學習運用已知的方式抒解壓力。	1. 教師介紹並進行主題活動。 2. 學生能發表自己的經驗。 3. 學生能專心聆聽他人的發表，並能回饋自己的想法。 4. 師生共同討論與分享。	觀察 口語表達 學習態度	自編教材 網路資源
第 8～14 週	7	《處人：溝通-理解篇》 I got you! ～我懂你！	特社 2-I-1 了解別人發出的訊息，是要我注意或是有事情要溝通。 特社 2-I-2 了解人與人之間喜歡、親密與不喜歡、排斥的表現及差異。 特社 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。 特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語	特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 能理解他人發出溝通訊息的目的。 2. 能認識生活中常見的溝通媒介。 3. 對他人發起的溝通行為能保持傾聽態度。 4. 能解讀他人溝通訊息的主要內容。 5. 能判斷他人	1. 教師介紹並進行主題活動。 2. 學生能發表自己的經驗。 3. 學生能專心聆聽他人的發表，並能回饋自己的想法。 4. 師生共同討論與分享。	觀察 口語表達 學習態度	自編教材 網路資源

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 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。		溝通訊息為正向或負向。			
第 15～21 週	7	《處人：溝通-表達篇》 明明白白我的心～你懂我的意思嗎？	特社 2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社 2-I-5 依情境適當回答問題。 特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。 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 B-II-2 表達與傾聽的時機。 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。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	1. 能依情境選擇適合表達的時機。 2. 能依情境選擇適合表達的主題。 3. 能選擇適當的溝通媒介作為表達方式。 4. 能依自我需求做適當的表達。	1. 教師介紹並進行主題活動。 2. 學生能發表自己的經驗。 3. 學生能專心聆聽他人的發表，並能回饋自己的想法。 4. 師生共同討論與分享。	觀察口語表達學習態度	自編教材 網路資源