

## 臺北市立瑠公國民中學 114 學年度學習課程計畫

<b>課程名稱</b>	<input type="checkbox"/> 八大領域/科目： <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域：社會技巧 <small>註：若領域有分科，須註明科目名稱。</small>		
<b>班型</b>	<input type="checkbox"/> 特教班 <input checked="" type="checkbox"/> 資源班		
<b>實施年級</b>	<input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 跨年級（7、8、9）	<b>節數</b>	每週 <u>1</u> 節
<b>核心素養 具體內涵</b>	<p>可結合總綱、相關領綱、或校本指標</p> <p>特社-J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。</p> <p>特社-J-A2 具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。</p> <p>特社-J-A3 具備運用優、弱勢與資源的能力，執行問題解決計畫並分析不同方式的優缺點與行為後果，以因應生活情境的改變。</p> <p>特社-J-B1 具備察覺他人語言和非語言溝通目的與意圖，並以同理心的角度與人溝通。</p> <p>特社-J-C2 具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。</p>		
<b>學習重點</b>	<b>學習表現</b>	<p>可結合相關領綱或調整</p> <p>特社1-J-2-1 在面對壓力時自我控制負面的情緒。</p> <p>特社2-J-2-1 接受他人不同的意見或感受。</p> <p>特社2-J-2-2 以他人可接受的方式提出自己的意見。</p> <p>特社2-J-4-1 在面對衝突情境時，自我控制負面的情緒。</p> <p>特社2-J-5-1 與他人相處時分辨危險情境或危險人物的線索。</p> <p>特社1-J-2-4 從可行策略中自行選擇適當的方式。</p> <p>特社2-J-2-2 以他人可接受的方式提出自己的意見。</p> <p>特社2-J-2-3 禮貌的中斷別人的談話。</p> <p>特社2-J-4-4 在不願遵從的要求時，禮貌地說明原因。</p> <p>特社2-J-5-5 適當使用某些物質或活動表達對他人的欣賞或喜歡及讚美。</p>	
	<b>學習內容</b>	<p>可結合相關領綱或調整</p> <p>特社 I-J-2 壓力的控制與調整。</p> <p>特社 II-J-2 同理心的培養。</p> <p>特社 II-J-3 優勢的呈現與表達及適時讚美。</p> <p>特社 II-J-4 拒絕的技巧。</p> <p>特社 I-J-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 II-J-3 優勢的呈現與表達。</p> <p>特社 II-J-4 拒絕的技巧。</p>	
<b>課程目標 (學年目標)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。</li> <li>運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞或讚美他人，以及妥善處理衝突情境的能力。</li> </ol>		

		3. 提升學生在面對壓力時自我控制負面情緒的能力。 4. 培養學生能接受他人不同意見或感受，並引導以他人可接受方式提出自己的意見。 5. 培養學生在面對衝突情境時，以適當方式自我控制負面的情緒。 6. 訓練學生分辨危險情境或危險人物的線索。 7. 提升學生能夠從可行策略中自行選擇適當方式的能力 8. 教導學生以他人可接受的方式提出自己的意見，及能判斷適當時間禮貌的中斷別人談話。 9. 培養學生在不願遵從的要求時，能夠禮貌地說明原因的能力。	
學習進度 週次/節數		單元主題	單元內容與學習活動
第1學期	第1-5週	讚美他人	了解讚美的重要，如何正確讚美他人，並實際演練。
	第6-11週	平心靜氣(1)	了解生氣的優缺點及如何正視情緒，並實際演練。
	第12-16週	平心靜氣(2)	了解自己和他人的底線，習得如何避免導火線，正確表達自己的想法。
	第17-21週	平心靜氣(3)	遇到讓自己生氣的情境時如何讓自己冷靜下來，並搭配適應運動改善情緒。
第2學期	第1-3週	問題解決	搭配故事情境，引導學生在不同情境皆能以適合策略解決問題。
	第4-9週	溝通零距離	引導學生判斷適合中斷談話的對象、時間及地點，帶領學生討論議題及進行中斷的情境演練。
	第10-15週	拒絕技巧	與學生共同定義並說明合理的要求不得隨意拒絕，須符合無法達成的條件才能有禮貌拒絕並進行演練。
	第16-20週	交友我最行	小組討論同儕間較常出現的交友方式，並逐一檢核討論後，作為交友方式的選擇並進行角色演練。
議題融入		性別平等教育	
評量規劃		實作評量、觀察、口頭評量	
教學設施 設備需求		電腦，單槍投影機，學習單	
教材來源		<input type="checkbox"/> 教科書 <input checked="" type="checkbox"/> 自編	
備註			