

五、114 學年度彈性學習課程計畫(特教部分校定課程)

(獨立式排課或合併式排課務必填寫)

☐融入式免填寫但仍需上傳本表件

☐融入式排課：填寫彈性學習及融入的部定領域名稱_____。(無須撰寫下表之課程計畫)

☒獨立式排課/合併式排課(須撰寫下表之課程計畫)

課程科目名稱	社會技巧	每週節數	1	任教班級	八年級： 葉 0 儒	教學者	高珉
學習重點	學習表現				學習內容		
	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 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-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受的方式回應。 特社 2-IV-13 在面對兩難的情境時，主動選擇對自己較為有利的情境。 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-1 兩難情緒的處理。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。 特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。		

	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-4 在遇到困難時，依問題性質尋求特定對象或資源的協助。					
第一學期						
教學期程	單元名稱	核心素養 (總綱/領綱)	教學重點	評量方式	教學資源	備註
第一週	做好情緒管理	特社-J-A1 特社-J-C1	1. 與情緒共舞-了解情緒沒有對錯，但情緒的表達有恰當與否。	實作評量 課堂觀察	電腦投影 平板	
第二週			2. 了解想法對於情緒的影響重大。			
第三週			3. 主觀與客觀-了解主觀經驗帶來的影響。			
第四週			4. 認識非理性的想法。			
第五週			5. 藉由桌遊與他人互動遊戲，做好自我的情緒管理。			
第六週						
第七週						
第八週	減壓訓練	特社-J-B3	1.學生實際演練「身心放鬆術」。	實作評量 課堂觀察	電腦投影 平板	
第九週			2.藉由遊戲「祝福不喜歡的人」，進行善意練習。			
第十週			3.人生很美好練習-提醒自己想起美好的事物。			
第十一週			4.藉由桌遊遊戲，放鬆考試帶來的壓力。			
第十二週						
第十三週						
第十四週						
第十五週	提升自我概念	特社-J-A1	1.認識自我概念的四大層面，「生理我」、「情緒我」、「社會我」、「智慧我」。	實作評量	電腦投影	
第十六週				課堂觀察	平板	
第十七週						

第十八週		特社-J-A3	2.學生實際演練「肯定的接納與批評」技巧三步驟：1.自信高手「三不曲」2.自信高手「回應法」3.自信高手「表達法」。 3.了解「生理我」的自我概念-如何看待自己以及想要做什麼 樣的自己。 4.了解「情緒我」的自我概念-認識「情緒本質」、「情緒強度」及「情緒持續度」的定義，了解自身情緒特質的優缺點。 5.了解「社會我」的自我概念-察覺並運用生活周遭的資源， 確認自己在團體中所扮演的角色。 6.了解「智慧我」的自我概念-透過學生分享課程內容			
第十九週		特社-J-B3				
第二十週						
第二十一週						
第二學期						
教學期程	單元名稱	核心素養 (總綱/領綱)	教學重點	評量方式	教學資源	備註
第一週	特教宣導	特社-J-A3 特社-J-B3	1. 發現我的不一樣，了解特教鑑定。 〈1〉 認識自閉症。 〈2〉 認識 ADHD。 〈3〉 認識學習障礙。 2. 一起討論我的事—帶領學生了解如何參與 IEP 會議。	實作評量 課堂觀察	電腦投影 平板	
第二週						
第三週						
第四週						
第五週						
第六週	增進溝通技巧	特社-J-A1	認識「我訊息」技巧三步驟並實際演練： 〈1〉 具體描述對方的行為 〈2〉 指出對方行為的後果	實作評量 課堂觀察	電腦投影 平板	
第七週		特社-J-B3				
第八週		特社-J-C1				
第九週						
第十週						

			〈3〉說出自己內心的感受。			
第十一週	人格特質 PAC 理論	特社-J-A3	1.認識人格特質 PAC 理論，P 父母分身、A 成人分身、C 兒童分身，這三個分身影響我們的行為和說話。 2.幫助學生了解自己，了解別人，了解人與人之間的差異。	實作評量 課堂觀察	電腦投影 平板	
第十二週						
第十三週						
第十四週		特社-J-B3				
第十五週						
第十六週	激發解決問題 的能力	特社-J-A1	1.解決問題的前提-了解衝動控制的重要性，並實際演練「衝動控制」技巧。 2.問題在哪裡-了解觀察與蒐集資料的重要性。 3.訂定目標-讓學生參與行動前要訂定目標的思考過程。 4.整合控制衝動技巧與解決問題能力，鼓勵學生落實生活經驗當中，並學會遵守團體規範。	實作評量 課堂觀察	電腦投影 平板	
第十七週						
第十八週						
第十九週		特社-J-B3				
第二十週						
第二十一週		特社-J-C1				

填表說明：

1. 週次、單元名稱、教學重點及評量方式須依課程規劃進度如實填寫。依教學課程內容、學校行事曆、重要節慶活動及學生需求，適時地將議題融入課程進行教學。議題融入請填入備註之欄位。(若無則免)
2. 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】。
3. 十九大議題：【性別平等】、【人權教育】、【環境教育】、【海洋教育】、【科技教育】、【能源教育】、【家庭教育】、【原住民族教育】、【品德教育】、【生命教育】、【法治教育】、【資訊教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【閱讀素養】、【戶外教育】、【國際教育】
4. 縣訂議題：【長照服務】、【失智症議題】。
5. 其他議題：【性剝削防治】、【職業試探】、【交通安全】、【媒體素養】、【消費者保護】。