

臺北市立興雅國民中學 113 學年度學習課程計畫

課程名稱		☐ 領域課程： ☒ 特殊需求領域課程：資源班-社會技巧-跨年級-B 組		
班型		☐ 特教班 ☒ 資源班		
實施年級		☐ 7 年級 ☒ 8 年級(B 組) ☐ 9 年級	節數	每週 <u>1</u> 節
核心素養具體內涵		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。 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。 特社-J-A3 具備運用優弱勢與資源，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。 特社-J-B3 具備藝術發表的能力，增進生活的豐富性，並能自我肯定。 特社-J-C1 具備道德實踐能力，並參與學校與社區關懷生命與生態環境的活動，主動遵守法律規約。		
學習重點	學習表現	特社 1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。 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 1-IV-7 根據優弱勢能力，設定努力或學習的目標。 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-12 面對他人的抱怨，安撫對方情緒緩和衝突，並有效分析自己的困難。 特社 2-IV-17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體或活動。 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-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。		
	學習內容	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。 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。 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。		
課程目標 (學年目標)		1. 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。 2. 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。 3. 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。		
學習進度 週次/節數		單元子題	單元內容與學習活動	
第 1 學期	第 1-5 週	建立班上人際關係。	1. 適當介紹自己獨特及優點的地方。 2. 欣賞同學的獨特性，建立友誼。 3. 主動尋求興趣道合的朋友。 4. 主動爭取加入班上團體活動。	

	第 6-9 週	學校適應能力	1. 傾聽他人說話會簡短摘要對方談話的內容。 2. 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見或想法。
	第 10-13 週	增進班上人際互動能力	1. 積極主動參與班上小組或團體活。 2. 與班上同學共同從事活動，分享彼此的感受或想法。 3. 在同儕友誼關係出現狀況時有修補的方法。
	第 14-17 週	提升學校適應能力	1. 服從師長指令規劃步驟完成複雜的工作。 2. 配合老師的指令，遵守不同學習情境。 3. 在遇到困難時，會尋求特定對象或資源的協助。
	第 17-21 週	增進人際溝通	1. 接受他人不同的意見或想法。 2. 以他人可接受的方式提出自己的意見。 3. 會禮貌的中斷別人的談話。
第2學期	第 1-5 週	增進人際溝通	1. 會覺察別人談話中所隱含的語意。 2. 表達對他人情緒的理解。 3. 鼓勵他人嘗試使用策略解決壓力。
	第 6-10 週	提升自我效能	1. 從自己成功的經驗做自我努力肯定。 2. 根據自己的優勢及弱勢能力設定目標。
	第 11-15 週	面對不同情緒	1. 分辨自己的正向或負向情緒。 2. 表達或紓壓自己的情緒。
	第 16-20 週	面對不同壓力	1. 在面對壓力時，能自我控制負面的情緒。 2. 會分析失敗的原因。 3. 聽從他人的建議嘗試解決。
議題融入		無	
評量規劃		上學期/下學期 口語評量、實作評量、作業評量。	
教學設施 設備需求		電子白板、電腦相關設備、喇叭、投影機	
教材來源		教師自編教材、網路資源、社會技巧訓練課程實例彙編	
備註			