**臺北市立興福國民中學 111學年度學習課程計畫**

|  |  |
| --- | --- |
| **課程名稱** | □八大領域/科目： ■特殊需求領域：社會技巧(A組) 註：若領域有分科，須註明科目名稱。 |
| **班型** | □特教班 ■資源班 |
| **實施年級** |  □7年級 □8年級 □ 9年級 ■跨年級（7、8、9） | **節數** | 每週 1 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-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。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-C2具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。特社C-I-1 學校規則的認識與遵守。 |
| **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-2 分析不同處理方式引發的行為後果。特社1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。特社1-IV-4 聽從他人的建議，嘗試解決被拒絕的困境。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-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2-IV-1 運用科技媒體接收他人的訊息，以及解讀科技媒體訊息上的意義。特社2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。特社2-IV-10 在同儕友誼關係出現狀況時有修補的策略。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-14 在無法接受個人或團體的要求]時，禮貌的說明拒絕的原因。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。 |
| **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-1 科技媒體的運用。特社 B-IV-4 拒絕的技巧。特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。 |
| **課程目標****（學年目標）** | 1.能透過團體活動學習分享、聆聽、表達自我以及禮貌拒絕。2.能找到與同儕之間互動的平衡，在爭執過後，能表達自我感受並能尊重他人想法。3.遇到困難時，能尋求周遭資源來解決或是主動求助。 |
| **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** | 1-2 | 自我介紹 | 能了解並介紹自己的特質(如:優點、缺點、專長等)能接納同學的特質建立不同層次的友誼 |
| 3-4 | 了解學習社會技巧的重要性 | 介紹社會技巧的重點及重要性，與介紹之後上課用桌遊教材。 |
| 5-8 | 遊戲互動了解同理心與尊重 | 1.了解尊重與同理心的重要性。2.辨識尊重及不尊重的行為,能在不同的桌遊遊戲中，遵守不同的遊戲規則。3.學習同理技巧，如傾聽、將心比心。4.利用幽默感及喜好，以友善的態度交友。5. 給予公平競爭的機會，爭取榮譽感。 |
| 9-13 | 遊戲互動找到自己的優缺點 | 1.尋找適當措辭，找出自己眼中的他人優缺點能從他人的建議中選擇適合的選項。2.在遊戲中找到自己喜好的部分，提出說明舉例。3.. 給予公平競爭的機會，爭取榮譽感。 |
| 14-17 | 遊戲互動發現言語的力量 | 1.能與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。2.能運用科技媒體接收他人的訊息，以及解讀科技媒體訊息上的意義。3.能區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。4.對於不好聽的話以及聽後會高興的話可以分辨並適切回應內容。 |
| 18-20 | 情緒紅綠燈 | 1. 能表達自己對特定情境的情緒面向與強度
2. 能說明引發自我情緒的原因及自我的反應有哪些
3. 能分析不同處理方式引發的行為後果（如：生氣打人會被處罰）
4. 能分辨他人對特定情境的情緒面向與強度
5. 能根據情境及情緒強烈程度，說明可被接受的方式表達自己的各種情緒（如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等）；在面對衝突情境時，選擇可被接受的方式回應（如：「謝謝你的建議，我會改進!」或「聽你這樣說我很難過!」等）
 |
| **第****2****學期** | 1-2 | 壓力是什麼? | 1.認識壓力種類、產生壓力的原因。2.了解壓力的後果。3.學習以較符合社會期待的方式處理壓力。4.學習調適壓力的方法。5.檢視自己常出現的壓力並思考適合自己的調適方法。 |
| 3-4 | 情境觀察小幫手 | 1.學習辨識他人情緒。2.學習辨識他人表達訊息的意圖。3.辨識他人對自身行為或言語的感受。4.學習站在他人角度著想，調整自身行為或言語。 |
| 5-8 | 時間規劃師 | 1.檢視自己一整天的作息時間，討論可修正的部分。2.規劃每日讀書、休閒等時間，讓學習與放鬆可以並進。3.協助學生設立短期、中期及長期目標。 |
| 9-12 | 學習培養自信心 | 1.面對學習引發的情緒壓力學習如何排解。2.透過他人的學習故事分享，增進學習自信心。3.能透過休閒日常或事課業培養喜好事物，爭取榮譽培養自信心。 |
| 13-20 | 團隊合作，缺一不可! | 1.了解團隊合作的重要性及意義。2.學習團隊合作之溝通技巧。3.由實際的活動任務參與，學習團隊合作方法。4.能學習團隊出現狀況問題時要如何應對及尋求協助。 |
| **議題融入** | 性別平等教育 |
| **評量規劃** | 實作評量(30％)、口語評量(20％)、同儕互評(15％)、課堂觀察(35％)  |
| **教學設施****設備需求** | 桌遊牌卡、電腦、投影機 |
| **教材來源** | □教科書 ■自編 |
| **備註** |  |