**臺北市立新民國民中學 109 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：社會技巧 | | | |
| **班型** | | □特教班 ▓資源班 | | | |
| **實施年級** | | ▓7年級 ▓8年級 ▓ 9年級 | | **節數** | 每週 1 節 |
| **核心素養**  **具體內涵** | | 可結合總綱、相關領綱、或校本指標  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-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** | 可結合相關領綱或調整  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-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-6 適當介紹自己獨特的地方，主動尋求志同道合的朋友。  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-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** | 可結合相關領綱或調整  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-Ⅳ-1 尊重與接納學校的多元意見。  特社C-I-1 學校規則的認識與遵守。 | | | |
| **課程目標**  **(學年目標)** | | 1. 能自我辨識生活事件中引發的複雜情緒。 2. 能運用習得的抒解壓力技巧調整情緒。 3. 能依據興趣及專長尋找志同道合的朋友一起從事活動。 4. 能運用習得的社會技巧處理同儕間的衝突。 5. 能遵守教室或團體的規範。 | | | |
| **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週 | 相見歡 | 1. 說明教室規則（如：上課鐘響要進教室、舉手後發言、不隨便離開座位等），及增強制度的運用。 2. 團體成員自我介紹（如：姓名、或班級等基本資料等）。 | | |
| 第2-5週 | 情緒自我辨識與處理(一) | 1. 以生活事件為例引導學生能察覺自己的情緒並做簡單的表達。 2. 透過影片故事學習分辨矛盾情緒（如：又生氣又羞愧）。 3. 以生活事件為例表達自己的矛盾情緒。 | | |
| 第6-9週 | 情緒自我辨識與處理(二) | 1. 以日常生活事件為例分析不同處理方式引發的行為後果。 2. 透過影片故事情境獲情緒強烈程度，以討論方式選擇可被接受的方式表達負向情緒。 | | |
| 第10-15週 | 抒解壓力 | 1. 以生活事件為例分析引起壓力的各種原因。 2. 學習面對壓力時自我控制負面的情緒的可行策略，並實際演練。 3. 認識轉移注意力的方式及自我鼓勵的內在語言，並實際演練。 | | |
| 第16-20週 | 分辨與處理衝突情境 | 1. 以實際生活事件引導學生檢視發生衝突的原因。 2. 就實際生活衝突事件，以討論方式選擇可行的自我修正方式。 3. 模擬演練面對衝突情境可被接受的回應方式。 | | |
| **第**  **2**  **學期** | 第1-6週 | 團體規範 | 1. 學習尊重他人不同的意見。 2. 認識並遵守不同學習情境的規範。 3. 運用檢核表實際檢核不同學習情境規範的遵守表現。 | | |
| 第7-10週 | 如何說不(一) | 1. 以生活事件為例引導學生分辨不願遵從他人要求的情境。 2. 以生活事件為例引導學生嘗試分析選擇隊自己教有利的情境。 | | |
| 第11-14週 | 如何說不(二) | 1. 學習分析自己無法接受要求的困難。 2. 提供無法接受要求時拒絕的技巧示範並模擬演練。 | | |
| 第15-20週 | 建立友誼 | 1. 認識自己的獨特性(興趣、專長)。 2. 模擬演練自我介紹。 3. 依據自己的興趣及專長尋求志同道合的朋友。 | | |
| **議題融入** | | 若未融入議題，即寫無  品德教育、生命教育、法治教育 | | | |
| **評量規劃** | | 依上下學期，敘寫評量項目(筆試、口試、表演、實作、作業、報告、資料蒐集整理、鑑賞、晤談、實踐、檔案評量、自我評量、同儕互評)，評量結果得以等第、數量或質性文字描述紀錄等  實作評量(35％)、觀察評量(35％) 、口語評量(30％) | | | |
| **教學設施**  **設備需求** | | 電腦、投影機 | | | |
| **教材來源** | | □教科書 ▓自編 | | | |
| **備註** | |  | | | |