**臺北市立中正國民中學 110 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： | | | |
| **班型** | | □特教班 ■資源班 | | | |
| **實施年級** | | □7年級 □8年級 □ 9年級  ■跨年級(七、八、九) | | **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-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。  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-B2具備與人分享科技資訊的基本素養，感受科技對人際互動的影響。  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。 | | | |
| **學習重點** | **學習**  **表現** | 三向度的學習表現  1.處己（特社 1）：內容包含處理情緒的技巧、處理壓力的技巧與自我效能。  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-6 分析失敗的原因，並從成功的經驗自我肯定。  特社1-IV-7 根據優弱勢能力，設定努力或學習的目標。  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1-IV-9 主動擬定與分析問題解決方式的優缺點及其後果。  2.處人（特社 2）：內容包含訊息的解讀、基本溝通的技巧、人際互動的技巧、  處理衝突的技巧、多元性別互動的技巧。  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-2 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。  特社2-IV-3 正確解讀性別間傳遞的訊息，是正向合理，或是歧視，還是具有高度的性暗示。  特社2-IV-4 具備正確使用網路的基本法律常識。  特社2-IV-5 運用科技媒體表達和接受不同的意見或感受。  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-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友誼。  特社2-IV-8 根據喜好主動加入團體，並替團體爭取榮譽。  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-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-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-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2-IV-15 與他人相處，分辨危險情境或危險人物，採取正當的防衛措施。  特社2-IV-16 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言。  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2-IV-19 懂得保護自己，正確判斷及因應禮物或金錢的誘惑。  特社2-IV-20 分辨他人愛慕的言語及行為。  特社2-IV-21 能以適當方式抒解自己的性衝動。  特社2-IV-22 尊重他人的性傾向或性別認同。  特社2-IV-23 在面對爭吵或分手的情境，冷靜面對結果，並尋求適當協助保護自己。  特社2-IV-24 遵守法律對於性關係的規範。  3.處環境（特社 3）：內容包含學校基本適應、家庭基本適應和社區基本適應。  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-2 服從指令規劃步驟完成複雜的工作。  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。  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。  特社3-IV-5 願意參與學校、家庭、社區或部落的活動與聚會。  特社3-IV-6 在節慶或傳統祭儀的情境時，適切地回應應景的話。  特社3-IV-7 在親友遭逢不如意或喪事的場合時，主動安慰對方。  特社3-IV-8 在節慶、傳統祭儀或喪事時，察覺不同文化背景，有不同的儀式或因應方式。 | | | |
| **學習**  **內容** | A自我的行為與效能（特社 A）：面對情緒與壓力，培養接納自己和問題解決的能力。  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。  B溝通與人際的互動（特社 B））：善用訊息與人建立友誼，尊重彼此，妥善處理衝突。  特社B-Ⅳ-1 科技媒體的運用。  特社B-Ⅳ-2 同理心的培養。  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B-Ⅳ-5 愛慕與追求的方式。  C.家庭與社會的參與（特社 C）：遵守教室或團體規範，參與與適應家庭及社區的多元活動。  特社C-Ⅳ-1 尊重與接納學校的多元意見。  特社C-Ⅳ-2 尊重與接納家庭的多元文化。  特社C-Ⅳ-3 尊重與接納社區的多元文化。 | | | |
| **課程目標**  **(學年目標)** | | 1.自我概念-肯定自我、自我成長。 2.社交技巧-培養良好的人際關係技巧。 | | | |
| **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** | 1/14 | 自我概念-肯定自我 | 1-1. 能說出自我期許和改變。 | | |
| 1/14 | 自我概念-肯定自我 | 1-2. 能和同儕做小組討論自我的期許和改變。 | | |
| 1/14 | 自我概念-肯定自我 | 1-3. 能給自己自信。 | | |
| 1/14 | 自我概念-自我成長 | 1-4. 能和同儕做小組討論如何給自己自信。 | | |
| 1/14 | 自我概念-自我成長 | 1-5. 能給自己和別人讚美。 | | |
| 1/14 | 自我概念-自我成長 | 1-6. 能和同儕做小組討論如何給自己的優點及別人讚美。 | | |
| 1/14 | 自我概念-自我成長 | 1-7 能獨立完成社交技巧-猜猜我是誰的學習單 | | |
| **第**  **2**  **學期** | 1/14 | 社交技巧-培養良好的人際關係技巧 | 2-1. 能獨立完成 教朋友 學習單。 | | |
| 1/14 | 社交技巧-培養良好的人際關係技巧 | 2-2. 能審視自己的人際關係好壞。 | | |
| 1/14 | 社交技巧-培養良好的人際關係技巧 | 2-3. 能和同儕做小組討論做社交技巧練習。 | | |
| 1/14 | 社交技巧-培養良好的人際關係技巧 | 2-4. 能能和同儕做小組討論朋友間相處的禮貌方式。 | | |
| 1/14 | 社交技巧-培養良好的人際關係技巧 | 2-5. 經小組討論後，能說出5個增進人際關係的方法。 | | |
| 1/14 | 社交技巧-培養良好的人際關係技巧 | 2-6. 經小組討論後，能說出5個朋友間相處如何有禮貌的方法。 | | |
| 1/14 | 社交技巧-培養良好的人際關係技巧 | 2-7. 經小組討論後，能找出5個自己和朋友互動中不好的方式。 | | |
| **議題融入** | | 無  評量方式：A：問答 B：實際操作 C：觀察 D：紙筆　 E：作業　 F：其他 | | | |
| **評量規劃** | | 評量方式：A：問答 B：實際操作 C：觀察 D：紙筆　 E：作業　 F：其他  評量標準與結果：可使用ａ.百分比 b.次數（通過次數／總次數） c.時距（如持續之時間或頻率） d.點量表（如五點量表：1:達到0~20% 2:達到20~40% 3:達到40~60% 4:達到60~80% 5:達到80~100%） e.其他 | | | |
| **教學設施**  **設備需求** | | 教師依照教學環境做適當調整 | | | |
| **教材來源** | | □教科書 █自編 | | | |
| **備註** | |  | | | |