

## 臺北市立北投國民中學 110 學年度學習課程計畫

|              |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |    |        |
|--------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------|
| 課程名稱         |      | <input type="checkbox"/> 領域課程：<br><input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程：社會技巧                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |    |        |
| 班型           |      | <input type="checkbox"/> 特教班 <input checked="" type="checkbox"/> 資源班                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |        |
| 實施年級         |      | <input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級<br><input checked="" type="checkbox"/> 跨年級(七、八、九)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 節數 | 每週 1 節 |
| 核心素養<br>具體內涵 |      | 可結合總綱、相關領綱、或校本指標<br>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。<br>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。<br>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。<br>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<br>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<br>特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。<br>特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果<br>特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。<br>特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。<br>特社1-IV-6 分析失敗的原因，並從成功的經驗自我肯定。<br>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。<br>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。<br>特社1-V-2 在面對壓力時有效處理自己的情緒。<br>特社1-V-3 主動尋求資源或策略以處理被拒絕的困境。<br>特社2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。<br>特社2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。<br>特社2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。<br>特社2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。<br>特社2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。<br>特社2-II-3 遵守團體規範，並依情境回應他人的邀請或主動加入團體。<br>特社2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。<br>特社2-II-6 了解性器官的隱私性及轉移觸摸的注意力。<br>特社2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。<br>特社2-III-4 依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。特社2-III-13 覺察與因應身體碰觸或情感互動時不對等的權力關係。<br>特社2-III-14 勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。<br>特社2-III-15 保持與他人相處時的身體界限 |    |        |
|              | 學習內容 | 可結合相關領綱或調整<br>特社A- II -2 壓力源的評估與處理。<br>特社A-IV-3 問題解決的技巧。<br>特社A- V -2 問題解決的外在資源。<br>特社B- I -3 人際關係的建立。<br>特社B- I -4 衝突的原因及情境分析。<br>特社B- I -5 性別互動的基本禮儀<br>特社B- II -4 衝突情境的因應。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |    |        |

|                |         |                                                                                                                                |                                                                                                                                             |
|----------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |         | 特社B-Ⅲ-2 話題的開啟與延續。<br>特社B-Ⅲ-4 自我需求與困難的表達。<br>特社B-Ⅳ-5 愛慕與追求的方式。<br>特社B-V-3 友誼維持的技巧。<br>特社B-V-4 協商技巧與求助資源。<br>特社B-V-5 危險預防與責任的處理。 |                                                                                                                                             |
| 課程目標<br>(學年目標) |         | 在與人相處的情境中，能以問題解決模式來表達(現)自己、改善困境，以達到自處和與人相處的平衡狀態                                                                                |                                                                                                                                             |
| 學習進度<br>週次/節數  |         | 單元子題                                                                                                                           | 單元內容與學習活動                                                                                                                                   |
|                | 第一～二週   | 我怎麼這麼棒!!                                                                                                                       | 目標:能夠欣賞、稱讚自己<br>1. 感受並練習正向思考的 empowerment<br>2. Brainstorming:<br>值得自我欣賞的地方與理由<br>3. 分析歸納<br>透過分析演練事件，發想並歸納出自我增強的向度與內容<br>4. 透過(觀察)演練，再度修正。 |
|                | 第三～四週   | 差勁的我，怎麼辦？                                                                                                                      | 目標:能夠說出自己的不如意、缺點，且能選出可改善的目標，進而想出解決策略<br>1. 說出感到差勁的事件<br>2. Brainstorming:<br>3. 分析歸納<br>4. 透過(觀察)演練，再度修正。                                   |
|                | 第五～七週   | 讓你讓我知道我的心情                                                                                                                     | 目標:能夠自我覺察並讓他人知道自己的情绪<br>1. Brainstorming:<br>2. 分析歸納<br>3. 透過(觀察)演練，再度修正。                                                                   |
|                | 第八～十週   | 第一印象好重要                                                                                                                        | 目標:能夠理解並表現好的第一印象<br>1. Brainstorming:<br>2. 分析歸納<br>3. 透過(觀察)演練，再度修正。                                                                       |
|                | 第十一～十三週 | 與新朋友的互動                                                                                                                        | 目標:能夠覺知處於新關係建立期間，並且發展適切互動策略。<br>1. Brainstorming:<br>2. 分析歸納<br>3. 透過(觀察)演練，再度修正。                                                           |
|                | 第十四～十六週 | 維持友好的關係                                                                                                                        | 目標:能夠進一步交往、維持友誼<br>1.brainstorming:<br>甲、關於「聆聽、分享自己或對方興趣」的可能話題。<br>乙、適宜的心情分享的內容<br>丙、聆聽與表達的注意要項<br>2.歸納整理上述的內容<br>3.藉由狀況題實地演練               |
|                | 第十七～十九週 | 喝咖啡～聊是非                                                                                                                        | 目標:能夠知道閒聊的功能、地雷區後，並發展閒聊策略<br>1. Brainstorming:<br>2. 分析歸納<br>3. 透過(觀察)演練，再度修正。                                                              |

|      |         |                  |                                                                                                                                   |
|------|---------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | 第二十週    | 總複習              | 複習一學期內容                                                                                                                           |
| 第2學期 | 第一、二週   | 讚美是一種藝術          | 目標:知道讚美重要,且能演練各種讚美方式<br>1. Brainstorming:<br>2. 分析歸納<br>3. 透過(觀察)演練,再度修正。                                                         |
|      | 第三、四週   | 優雅說出自己的不爽        | 目標:能夠說出並演示「不爽」的狀況以及表達方式<br>1.brainstorming<br>甲、不爽是什麼?<br>乙、怎麼會不爽?<br>丙、不爽時如何表現<br>2.歸納整理<br>3.透過(觀察)演練,再度修正。                     |
|      | 第五、六週   | 面對他人挑釁,我如何從容完成工作 | 目標:理解且接受挑釁的人是做錯事的人後而想辦法將干擾地完成原本的工作<br>1. brainstorming<br>甲、這是誰的錯<br>乙、我這麼生氣該如何? 丙、他不該被懲罰嗎? 丁、還有辦法完成工作?<br>2.歸納整理<br>3.演練         |
|      | 第七週     | 我長大了(生理變化)       | 目標:能分辨與說出關於「性」的正確之人事時地物 本次以【專家 Q&A 座談會模式】進行課程;(邀請健教教師擔任專家)<br>1. 能提出相關困惑或見解<br>2. 能就專家意見提出想法<br>3. 能說出自己的心得<br>4. 根據狀況題來表現其所學得的知能 |
|      | 第八、九週   | 在校色色時的處理         | 目標:覺察出自己生理(性興奮)變化,並演練處理策略<br>1. Brainstorming:<br>2. 分析歸納<br>3. 透過(觀察)演練,再度修正。                                                    |
|      | 第十、十一週  | 遇到變態的應變          | 目標:覺知變態方式並演練自我保護的方法<br>1. Brainstorming:<br>2.分析歸納<br>3.透過(觀察)演練,再度修正。                                                            |
|      | 第十二~十四週 | (被人)冒犯(他人)時的處理   | 目標:知道某些言語、動作是關於性議題會冒犯人的,並且發展保護因應之道<br>1. Brainstorming:<br>2.分析歸納<br>3.透過(觀察)演練,再度修正。                                             |
|      | 第十五、十六週 | 我喜歡上他(她)?!       | 目標:能夠知道心儀的理由與表白的適當做法<br>1.brainstorming<br>甲、為什麼喜歡上了?<br>乙、我這樣說/做,會接受我嗎?<br>2.歸納整理<br>甲、冷靜判斷出真正且適合的喜歡<br>乙、如何熱情又溫柔地表達告白?          |

|          |         |                                                                                                                       |                                                                                                                        |
|----------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |         |                                                                                                                       | 3.演練                                                                                                                   |
|          | 第十七週    | 拒絕百百種                                                                                                                 | 目標:知道並演練具體與暗喻性的拒絕方式<br>1.brainstorming<br>2.歸納整理<br>3.演練                                                               |
|          | 第十八、十九週 | 如何(回應)表白                                                                                                              | 目標:面對對方情感回應時,能夠理解自己才是自己的主人而能情緒穩定<br>1.brainstorming<br>甲、各種拒絕、接受、被拒絕的情形<br>乙、心痛、開心、煩惱的感覺是哪些<br>丙、我要如何面對<br>2.歸納整理 3.演練 |
|          | 第二十週    | 總複習                                                                                                                   | 總複習                                                                                                                    |
| 議題融入     |         | 若未融入議題,即寫無                                                                                                            |                                                                                                                        |
| 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<br>實作評量(40%)、自我評量(20%)、課堂觀察(40%) |                                                                                                                        |
| 教學設施設備需求 |         | 單槍、電腦、板書、地板教室                                                                                                         |                                                                                                                        |
| 教材來源     |         | □教科書 ■自編                                                                                                              |                                                                                                                        |
| 備註       |         |                                                                                                                       |                                                                                                                        |