

一、課程類別：(請勾選並於所勾選類別後填寫課程名稱)

1. ☐ 統整性主題/專題/議題探究課程：_____ 2. ☐ 社團活動與技藝課程：_____ ☐
 3. ☒ 特殊需求領域課程：社會技巧 4. ☐ 其他類課程：_____

二、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習目標
☒ A1身心素質與自我精進 ☒ A2系統思考與解決問題 ☐ A3規劃執行與創新應變 ☒ B1符號運用與溝通表達 ☐ B2科技資訊與媒體素養 ☐ B3藝術涵養與美感素養 ☒ C1道德實踐與公民意識 ☒ C2人際關係與團隊合作 ☐ C3多元文化與國際理解	1. 認識自己在不同情境中的情緒，選擇適當的表達方式。 2. 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。 3. 具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。 4. 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。

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 至 第二週	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C-IV-1 尊重與接納學 校的多元意 見。	單元一 認識社會技巧課 活動一： 1. 相見歡 2. 課程及環境簡介 活動二： 1. 團體規範 2. 自我介紹	2	自編教材	1. 學習單 2. 參與態度 3. 實作評量 4. 團體合作能力	品德 生命	☐ 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點 費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第三週 至 第五週	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B-IV-3 優勢的呈現與 表達。 特社B-III-3 自我經驗的分 享。	單元二 請求協助 活動一：國中新生 1. 適應新生活 2. 討論遇到的困難 活動二：誰來幫幫我 1. 求助管道 2. 對話練習	3	自編教材 學習單	1. 學習單 2. 參與態度 3. 實作評量 4. 團體合作能力	生命 品德	☐ 實施跨領域 或跨目協同教 學(需另申請 授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第六週 至 第八週	特社1-IV-1 分辨與表達矛 盾的情緒。	特社A-II-3 自我接納與激 勵。	單元三 認識情緒 活動一：情緒百百種 1. 情緒臉譜	3	自編教材 學習單	1. 學習單 2. 參與態度 3. 實作評量	生命 家庭教育 品德	☐ 實施跨領域 或跨目協同教

		特社A-IV-2 壓力的控制與調整。	2. 情緒自畫像 活動二:情緒象限 1. 情緒的面向 2. 情緒強度 活動三:情緒記憶 1. 我的成長地圖 2. 自我覺察			4. 團體合作能力		學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目: _____ 2. 協同節數: _____
第九週 至 第十一週	特社1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。	特社A-III-1 複雜情緒的處理。 特社A-IV-1 兩難情緒的處理。	單元四 情緒反應 活動一 喜怒哀樂 1. 我常有的情緒 2. 負向情緒的影響 活動二 情緒想法 1. 想法類型 2. 受過去經驗影響 活動三 情緒的結果 1. 情緒行為 2. 行為的原因	3	自編教材 學習單	1. 學習單 2. 參與態度 3. 實作評量 4. 團體合作能力	生命 品德	☐ 實施跨領域或跨目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目: _____ 2. 協同節數: _____
第十二週 至 第十四週	特社1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。	特社A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。 特社A-IV-3 問題解決的技巧。	單元四 情緒表達 活動一 情緒ABC 1. 想法和行為的關連 2. 體驗活動 活動二 情緒管理 1. 表達的方式 2. 對話演練	3	自編教材 學習單	1. 學習單 2. 參與態度 3. 實作評量 4. 團體合作能力	生命 品德	

第十五週 至 第十七週	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A-IV-3 問題解決的技巧。 特社A-V-1 強烈情緒的表達。	單元五 緩和情緒 活動一 覺察負向情緒 1. 處理情緒的重要 2. 情緒的來源 活動二 緩和情緒的方法 1. 暫時離開 2. 轉移注意力 3. 找人傾訴 4. 情境演練	3	自編教材 學習單	1. 學習單 2. 參與態度 3. 實作評量 4. 團體合作能力	生命 品德	☐ 實施跨領域或跨目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十八週 至 第二十週	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B-IV-2 同理心的培養。 特社B-IV-3 優勢的呈現與表達。	單元六 面對他人情緒 活動一 情緒辨識 1. 觀察他人五官、表情、動作 2. 學習辨識他人情緒 活動二 同理心 1. 認識同理心 2. 技巧練習：傾聽、尊重他人想法	3	自編教材 學習單	1. 學習單 2. 參與態度 3. 實作評量 4. 團體合作能力	生命 品德	☐ 實施跨領域或跨目協同教學(需另申請授課鐘點費)
第廿一週	段考週							

六、本課程是否有校外人士協助教學

☒ 否，全學年都沒有(以下免填)

☐ 有，部分班級，實施的班級為：_____

☐ 有，全學年實施

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		☐ 簡報 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☐ 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明：			

*上述欄位皆與校外人士協助教學與活動之申請表一致