

臺北市立中崙高中(國中部) 115 學年度學習課程計畫

領域/ 科目 名稱	☐ 八大領域/科目： ☒ 特殊需求領域：社會技巧 註：若領域有分科，須註明科目名稱。	每週節數	每週共 (1) 節
班型		實施年級	
☐ 特教班 ☒ 資源班		☐ 七年級 ☐ 八年級 ☐ 九年級 ☒ 跨年級 (<u>7、8、9</u> 年級)	
學習 重 點	學習 表現	特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。 特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。 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-7 欣賞不同朋友的獨特性，建立不同層次的友誼。 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	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-2 同理心的培養。 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-IV-2 尊重與接納家庭的多元文化。	
課程目標 (學年目標)		1. 認識並欣賞個體自己和他人不同的特質、能力。 2. 認識不同階段環境變化的差異和發展任務。 3. 能辨識遭遇困難的情境並選擇適當問題解決策略回應。 4. 能辨識需要被拒絕的情境並以適當技巧態度表達拒絕。 5. 能用具有同理心的技巧和方式回應他人。	
第一學期			
週次	單元名稱	單元內容	
第 1- 7 週	解鎖新鮮人	1. 認識國小到國中個體在生理、生活上的變化。 2. 認識學校中不同處室、人員可以協助解決問題的資源。 1. 了解和演練在新環境中的問題解決策略和技巧	
第 8-14 週	壓力管理大師	1. 認識及感受個體有壓力時的身心變化。 2. 了解引發自己和他人壓力感受的來源。	

		認識及練習壓力預防因應技巧
第 15-21 週	最佳暖暖包	1. 體驗及區辨具有同理和缺乏同理的言行舉止 2. 演練以同理心的方式處理身邊人的情緒。
第二學期		
週次	單元名稱	單元內容
第 1- 7 週	溫柔地拒絕	1. 分享被人拒絕和拒絕他人的經驗和感受。 2. 辨別需要表現拒絕的情境。學習及演練適當的拒絕技巧。
第 8-14 週	角度大不同	1. 透過雅量、3D 圖案等不同視覺經驗學習不同觀點的解讀。 能從媒體或生活事件說明不同人、身分者的思考。
第 15-20 週 7、8 年級第 15~20 週 9 年級第 15~18 週	世界這麼多人	1. 認識對於不同物種、種族或特質者的偏見與歧視。 認識與欣賞自己和不同個體的特色。