新北市 忠孝 國民中學 111 學年度 七、八、九 年級第 一 學期校訂課程計畫　設計者：蔡雅芝、許瑋純、謝宜婷

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(20)週，共(20)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習目標
依總綱核心素養項目及具體內涵勾選。 ■ 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	一、能透過說明、討論及情境演練等活動方式，學習情緒控管和問題解決能力，以展現相關素養。 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-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 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-U-A3 具備擬定或調整問題的能力，並以彈性、創新互利的態度，提升問題解決的效能與個人的彈性適應力。 二、能透過傾聽他人、表達自我需求及參與團體討論完成簡單的工作，培養適應學校團體生活的能力。 特社-E-C1 具備理解道德與是非判斷的能力，並遵守學校基本規範與法律的約束。

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 1-2 週 8/30(二) - 9/9(五)	特社 3-I-5 遵守教室規則。	特社 B-Ⅱ-3 團體的基本規範。 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。	【Hello！ Let's go】 1. 老師自我介紹，並說明社會技巧課之重要性與預定教學內容。 2. 說明上課流程：每堂課老師皆會以步驟化的方式教導同學處理跟自己相處、跟別人相處的技巧。 3. 種一棵規範樹，形成上課規範。 4. 演練及回饋 5. 記憶力大考驗：老師將每位同學之自我介紹作業單收齊後，隨意抽幾張，告訴同學除了姓名之外的訊息，同學需以搶答的方式答出該位同學之姓名並指出人。	2	粉彩紙 彩色筆 大骰子 規範樹海報	1. 觀察 2. 口頭評量 3. 參與態度 4. 課堂演練		8/30 開學日 9/9 中秋節連假
第 3-5 週	特社 1-IV-3	特社 A-IV-2	【解題達人】	3	冰桶挑戰圖	1. 觀察	品德教育	

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						
9/12(一) - 9/30(五)	在面對壓力時，適當的調整情緒。 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-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。 特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。 特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。	壓力的控制與調整。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 由冰桶挑戰圖~思『冷靜』聯想法討論。 2. 引導學生從眾多冷靜的方式中，選擇適合自己的方法。 3. Youtube：一隻手也能投!不向命運低頭，獨掌投手投出一片天。 4. 影片討論：引導學生評估自己解決問題的能力及可能後果。 5. 教學步驟說明：靜、思、GO！ 6. 教師舉出自身或他人的經驗與實例，再透過『角色扮演』等技巧，具體示範給學生看。 7. 情境演練：從籤筒中抽出情境籤。		Youtube：一隻手也能投!不向命運低頭，獨掌投手投出一片天 情境籤 討論單	2. 口頭評量 3. 參與態度 4. 角色扮演 5. 情境演練	生涯規劃	
第 6-9 週 10/3(一) - 10/28(五)	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。	【反求諸己】 1. Youtube：華人世界，劉謙背後的故事 2. 影片討論：引導學生思	4	Youtube：華人世界，劉謙背後的故事 Youtube：唐朝小栗子-錯誤的勇氣	1. 觀察 2. 口頭評量 3. 參與態度 4. 角色扮演	品德教育 生涯規劃	第 7 週 段考評量週

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						
	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。		考已是「台灣青少年魔術大賽冠軍」得主，但在就讀高中期間發生了什麼事，讓他想要再修正自己的表演方法？劉謙後來改用什麼方法，讓自己的演出更加精湛？ 3. 引導學生思考，失敗或問題解決成效不好的可能原因。引導學生依據思考的新方法，修正並執行問題解決做法。 4. Youtube：唐朝小栗子-錯誤的勇氣。 5. 影片討論：引導學生思考犯了錯，只要能及時改過，永遠都不嫌晚。失敗沒關係，再重新修正就好。 6. 教學步驟說明：靜、思、修。 7. 教師舉出自身或他人的經驗與實例，再透過		情境籤 討論單	5.情境演練		

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						
			『角色扮演』等技巧，具體示範給學生看。 8. 情境演練：從籤筒中抽出情境籤。					
第 10-12 週 10/31(一) － 11/18(五)	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-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-V-6 遭遇不如意時，以正向思考方式調整心態。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 A-V-3 正向思考的技巧。	【自我激勵！Fighting】 1. 新聞報導－妥瑞氏兒迎戰霸凌-翻轉人生。 2. 新聞探討：曾柏穎為什麼被同學欺負、霸凌？他可以尋求哪些資源協助？在面對困境時，他有哪些正向思考或自我鼓勵的話語？ 3. 引導學生從以往成功經驗進行口頭自我肯定。 4. 文章：《在檀香山，為「我是誰」而苦惱》。 5. 文章探討：引導學生思考，什麼事讓歐巴馬苦惱萬分？高中時期的歐巴馬，經常因複雜的家庭關係與身份背景，而鬱鬱寡歡，當他情緒跌	3	新聞報導－妥瑞氏兒迎戰霸凌-翻轉人生 文章－《在檀香山，為「我是誰」而苦惱》。 情境籤 討論單	1.觀察 2.口頭評量 3.參與態度 4.角色扮演 5.情境演練	品德教育 生命教育 生涯規劃 多元文化 國際教育	10/10 雙十國慶連假

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						
			落谷底時，選擇用什麼方式來麻醉自己？而選擇這個方法有解決他的問題嗎？ 6. 引導學生能從自己成功的經驗做自我肯定。能在面對困境時持續自我鼓勵。在遭遇不如意事件時，能調整心態為正向思考的角度。 7. 教學步驟說明：靜、思、讚。 8. 教師舉出自身或他人的經驗與實例，再透過『角色扮演』等技巧，具體示範給學生看。 9. 情境演練：從籤筒中抽出情境籤。					
第 13-16 週 11/21(一) － 12/16(五)	特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。	特社 A-Ⅲ-2 壓力的替代與紓解方法。 特社 A-Ⅲ-3 行為與後果之間的關係與評估。	1. 【歡喜做!甘願受!】 2. 「我的這一班－拒絕上學的孩子」影片欣賞與討論。 3. 教師說明當我們遇到問	4	Youtube：我的這一班－拒絕上學的孩子 Youtube：我的這一班—反擊 情境籤	1.觀察 2.口頭評量 3.參與態度 4.角色扮演 5.情境演練	品德教育 生命教育	第 14 週 段考評量週

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						
			題時，必須想辦法解決，但並非所選擇方法都能順利解決問題。引導學生思考自己有沒有類似的問題，並重新思考解決問題。 4. 「我的這一班－反擊」影片欣賞與討論。 5. 教師說明當我們遇到問題時，必須想辦法解決，但並非所選擇方法都能順利解決問題。引導學生思考自己有沒有類似的問題，並重新思考解決問題。 6. 教學步驟說明：靜、思、果。 7. 教師舉出自身或他人的經驗與實例，再透過『角色扮演』等技巧，具體示範給學生看。 8. 情境演練：從籤筒中抽出情境籤。		討論單			

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 17-19 週 12/19(一) – 1/6(五)	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 A-IV-1 兩難情緒的處理 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	【情緒檢測儀】 1. 故事探討；『為什麼全世界的人都要跟我作對？』引導學生進行問題討論。 2. 讓學生思考，如果你是承哥，在故事的最後，你會採取哪些方法來處理自己的情緒？不同的處理情緒的方式可能會產生的結果又是什麼？ 3. 故事探討；『我到底怎麼了？』引導學生進行問題討論。 4. 讓學生思考，如果你是小潔，在故事的最後，你會採取哪些方法來處理自己 的情緒？不同的處理情緒的方式可能會產生的結果又是什麼？ 5. 教學步驟說明：靜、思、GO！不但要練習如何『正確辨別自己的情	3	《給中學生的情緒管理術》（親子天下，2015）中的一則故事『為什麼全世界的人都要跟我作對？』 《給中學生的情緒管理術》（親子天下，2015）中的一則故事『我到底怎麼了？』 情境籤 討論單	1.觀察 2.口頭評量 3.參與態度 4.角色扮演 5.情境演練	品德教育 生命教育	

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						
			緒』， 也要練習適當地『表達自己的情緒』。 6. 教師舉出自身或他人的經驗與實例，再透過『角色扮演』等技巧，具體示範給學生看。 7. 情境演練：從籤筒中抽出情境籤。					
第 20-21 週 1/9(一) - 1/20(五)	特社 3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社 3-I-5 遵守教室規則	特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守	【期末課程回顧】 1. 課程回顧討論 2. 心得發表及回饋	1	教學 PPT 獎勵品	1. 觀察 2. 口頭評量 3. 參與態度		第 21 週 段考評量週

七、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