

新北市 文山 國民中學 110 學年度 8~9 年級第 1 學期校訂課程計畫 設計者：魏秀芬

一、課程類別：

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
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input checked="" type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input checked="" type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 建立良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。 2. 具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。 3. 運用優弱勢與資源的能力，執行問題解決計畫，並分析優缺點與行為後果，以因應生活情境的改變。 4. 學習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。 5. 具備與人分享科技資訊的基本素養，透過資訊及媒體傳遞訊息，感受科技對人際互動的影響。 6. 養成道德實踐能力，參與學校與社區關懷生命與生態環境的活動，願意遵守法律規約。 7. 透過傾聽他人、表達自我需求具、尊重他人與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。

四、課程架構：



五、本學期達成之學生圖像素養指標：(打 V 處為本課程計畫達成之素養指標)

圖像	向度	素養指標			
		正向		健康	
陽光	正向健康	1.關懷尊重	V	1.身心平衡	V
		2.正面思考	V	2.快樂生活	V
飛鷹	宏觀卓越	宏觀		卓越	
		1.溝通表達	V	1.靈活創新	V
		2.放眼國際		2.追求榮譽	
碧水	適性學習	適性		學習	
		1.欣賞接納	V	1.終身學習	V
		2.適性揚才	V	2.活學活用	V
獅子	領導勇敢	領導		勇敢	
		1.解決問題	V	1.自信創新	
		2.獨立思考	V	2.勇於承擔	V

六、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 8/30~9/3 至 第二週 9/6~9/10	處人-特社 2 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-6 適當介紹自己 獨特的地方， 主動尋求志同 道合的朋友。	溝通與人際的互 動-特社 B 特社 B-IV-2 同理心的培養。 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表 達。	【單元一】人格特質認識 活動一 1. 認識人格特質命名 2. 了解每個人獨一無二的特質 3. 覺察朋友、家人的性格及優點 4. 能保留正向內容激勵自己，察 覺負向內容保護自己。 活動二 1. 學習禮貌的談話態度，找有興 趣的話題。 2. 用正向語言與人溝通互動。 3. 定期生活應對檢核，評估目標 達成的成效。	2 小時	教學資源 教學 PPT、教具、 學習單 自編教材 學習策略 同理心 情境演練 小組討論	1. 口頭發表 2. 參與態度 3. 觀察記錄	性別平等 生涯規劃	(8/30 開學)
第三週 9/13~9/17 至 第四週 9/20~9/24	處人-特社2 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	溝通與人際的互 動-特社 B 特社 B-IV-2 同理心的培養。 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表 達。	【單元二】禮貌的應對 活動一 1. 適當介紹自己獨特的地方。 2. 表達對自己特質的正向感受。 3. 表達欣賞不同朋友的特質。 4. 學習自我覺察內在的感受，禮 貌地表達自己的想法。 活動二 1. 區辨各種溝通訊息(語調、表 情、動作等)。 2. 欣賞不同朋友的獨特性。	2 小時	教學資源 教學 PPT、音樂、 影片 自編教材 學習策略 自我覺察 情境演練 小組遊戲	1. 口頭發表 2. 觀察記錄 3. 參與態度	性別平等 生涯規劃 閱讀素養	

	<p>的獨特性，建立不同層次的友誼。</p> <p>特社2-IV-8 根據喜好主動加入團體，並替團體爭取榮譽。</p>		<p>3. 同理心的培養體驗遊戲。</p> <p>4. 自我察覺表達自己想加入的組別，並願意一起參加活動。</p> <p>5. 願意參與小組競賽活動。</p> <p>6. 參與班際活動時，能有適當的表現，不退縮、不強出頭。</p>					
<p>第五週 9/27~10/1 至 第六週 10/4~10/8</p>	<p>處人-特社2 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。</p> <p>特社2-IV-8 根據喜好主動加入團體，並替團體爭取榮譽</p> <p>特社2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。</p>	<p>溝通與人際的互動-特社 B 特社 B-IV-2 同理心的培養。</p> <p>特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。</p>	<p>【單元三】團隊合作</p> <p>活動一</p> <p>1. 學生分享一件自己有興趣的事或團康活動。</p> <p>2. 提供幾個情境，讓學生說出喜歡的原因。</p> <p>3. 學生討論列出遵守團體規範，</p> <p>4. 練習依情境回應他人的邀請或主動加入團體。</p> <p>活動二</p> <p>1. 主動參與分工，展現積極的態度。</p> <p>2. 在團體中能妥善管理自己的情緒。</p> <p>3. 遇到困難會有禮貌的尋求協助。</p> <p>4. 與他人共同從事活動，表達自己的想法，同理對方的感受或想法。</p>	2 小時	<p>教學資源 教學 PPT、教具、 語句卡 情境卡 自編教材</p> <p>學習策略 自我覺察 小組討論 角色扮演</p>	<p>1. 口頭發表</p> <p>2. 實作觀察</p> <p>3. 參與態度</p>	<p>性別平等 生涯規劃</p>	

<p>第七週 10/11~10/15 至 第八週 10/18~11/22</p>	<p>處己-特社 1 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。</p>	<p>自我的行為 與效能-特社 A 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。</p>	<p>【單元四】接納自我 活動一 1. 提供情境，讓學生表達自己的想法，可能會出現的情緒。 2. 分辨與表達心裡要與不要的矛盾的情緒。 3. 討論分析哪些是正面或負面情緒，及其帶來的影響。 活動二 1. 條列出造成矛盾的原因。 2. 小組討論問題解決的方法。 3. 探討壓力的控制與調整方法。</p>	<p>2 小時</p>	<p>教學資源 教學 PPT、教具、 情緒卡 情境籤 自編教材 學習策略 行為分析表 小組討論</p>	<p>1. 口頭發表 2. 參與態度 3. 合作情形</p>	<p>性別平等 生涯規劃</p>	<p>10/11~10/15 (段考週)</p>
<p>第九週 11/25~11/29 至 第十週 11/11~11/5</p>	<p>處己-特社 1 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。</p>	<p>自我的行為 與效能-特社 A 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。</p>	<p>【單元五】心情調節 活動一 1 表達自己的正向、負向感受。 2. 理解分析情境卡的訴求。 3. 覺察壓力對身心引起的變化。 4. 體驗感受平靜的情緒。 5. 說明了解遇到的問題是什麼。 活動二 1. 寫出自己目前最想解決的一個問題。 2. 學生討論問題解決的目標-(列舉具體、可達成)。 3. 設定合理的問題解決的方法</p>	<p>2 小時</p>	<p>教學資源 情境卡 語句卡 自編教材 學習策略 問題解決策略 行為分析表 紓壓法 小組討論</p>	<p>1. 口頭發表 2. 學習單 3. 參與態度</p>	<p>性別平等 家庭教育 生涯規劃</p>	
<p>第十一週</p>	<p>處己-特社 1 特社 1-IV-3 在面對壓力，</p>	<p>自我的行為 與效能-特社 A 特社 A-III-3</p>	<p>【單元六】問題解決 活動一 1. 提供情境，讓學生表達自己的想法，可能會出現的情緒。</p>	<p>2 小時</p>	<p>教學資源 教學 PPT、教具、 提問卡 情境籤</p>	<p>1. 口頭發表 2. 參與態度 3. 合作情形</p>	<p>性別平等 家庭教育 生涯規劃</p>	

<p>11/8~11/12 至 第十二週 11/15~11/19</p>	<p>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-IV-6 分析失敗的原因，並從成功的經驗自我肯定。</p>	<p>行為與後果之間的關係與評估。 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。</p>	<p>2. 分辨與表達心裡壓力的情緒與反應。 3. 腦力激盪問題解決的策略。 4. 行為與後果之間的關係評估。 5. 預測此方法可能的後果。 活動二 1. 依據壓力表分析，覺察已出現身心反應如肚子痛、睡不著。 2. 表達壓力造成生活上的困擾。 3 學生討論選擇適合的策略。 4. 評估策略執行的效果。 5. 小組討論提出解決的辦法。</p>		<p>自編教材 學習策略 壓力分析表 行為後果分析 小組討論</p>			
<p>第十三週 11/22~11/26 至 第十四週 11/29~12/3</p>	<p>處人-特社 2 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-4 具備正確使用網路的基本法</p>	<p>溝通與人際的互動-特社 B 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。</p>	<p>【單元七】訊息解讀 活動一 1. 透過閱讀報紙或網路資訊，讓學生閱讀後，說出內容大意。 2. 辨識正向與負向情緒意圖。 3. 教師示範演練，上台同學對帶有正向目的和負向目的訊息的運用。 活動二 1. 查詢網路的基本法律常識。 2. 教導同學對有正向目的和負向目的訊息判讀與運用。 3. 小組討論，分析訊息判斷具體可行的作法。 4. 討論使用網路的基本法律常識。 5. 對事件判讀分析，停、聽、看覺察自己內在感受，學習自我</p>	<p>2 小時</p>	<p>教學資源 教學 PPT、教具、報紙、雜誌、網路資源 法律常識教材 自編教材 學習策略 角色扮演 小組討論</p>	<p>1. 口頭發表 2. 角色扮演 3. 參與態度</p>	<p>資訊科技 性別平等 生涯規劃 閱讀素養</p>	<p>11/29~12/3 (段考週)</p>

	律常識。		保護的選擇與決定。					
第十五週 12/6~12/10 至 第十六週 12/13~12/17	處人-特社 2 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-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。	溝通與人際的互動-特社 B 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。 特社 B-IV-2 同理心的培養。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	【單元八】生活大小事 活動一 1. 記錄每位學生生活中與他人曾經發生衝突的事件。 2. 表達生活周遭發生衝突事件，對自己的影響與看法。 3. 學生輪流抽取事件卡，情境演練發生衝突時的應對方式。 4. 每演練完一個事件，其他同學評分和給予正向回饋。 活動二 1. 找一位同學扮演安撫情緒者，其他衝突狀況，則可增加安撫者。 2. 透過角色扮演，練習表現出同理他人的言詞與行為。 3. 學習控制自己情緒，並選擇可被接受的方式回應。 4. 最後安撫者與抱怨者，表達自己的心情與感受。	2 小時	教學資源 衝突事件紀錄表 事件卡 情緒卡 自編教材 學習策略 衝突處理機制 角色扮演 小組討論	1. 口頭發表 2. 觀察記錄 3. 情境演練 4. 參與態度	資訊科技 家庭教育 生涯規劃 閱讀素養	
第十七週 12/20~12/24 至 第十八週 12/27~12/31	處環境-特社3 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	家庭與社會的參與-特社 C 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。 特社 C-IV-2	【單元九】尊重他人 活動一 1. 提供情境表達每個人的想法與作為，尊重他人不同的意見。 2. 針對情境，提出對老師、同學及家人表達感謝的重要。 3. 能以口頭或行動表達對師長和家人的感謝。	2 小時	教學資源 教學 PPT、教具、學習單 自編教材 學習策略 表達尋求協助 表達感謝方式	1. 口頭發表 2. 學單書寫 3. 參與態度	生活科技 家庭教育 生涯規劃 環境教育	

	<p>步驟完成複雜的工作。 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。</p>	<p>尊重與接納家庭的多元文化。</p>	<p>活動二 1. 服從指令規劃步驟完成。 2. 在遇到困難時，尋求信任的老師或同學，表達自己需要協助部分。 3. 說出對師長和同學表達感謝的具體行動方案。 4. 做出對班級或學校付出的行動- (列舉具體、可達成)。 5. 做出對家庭付出的行動- (列舉具體、可達成)。</p>		<p>角色扮演 小組討論</p>			
<p>第十九週 1/3~1/7 - 第二十週 1/10~1/14 至 第二十一週 1/17~1/20</p>	<p>處人-特社 2 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。 處環境-特社3 特社3-IV-5 願意參與學校、家庭、社區或部落的活動與聚會</p>	<p>溝通與人際的互動 -特社 B 特社 B-IV-2 同理心的培養。 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。 家庭與社會的參與-特社 C 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。 特社 C-IV-3 尊重與接納社區的多元文化。</p>	<p>【單元十】團隊合作 活動一 1. 主動爭取適合工作項目，展現積極的態度。 2. 在團體中能妥善管理自己的情緒。 活動二 1. 遇到困難會有禮貌的尋求協助- (列舉具體、可達成)。 2. 重視團體榮譽，以口頭或行動鼓勵團員。 3. 分享參與團體活動的感受或想法。 4. 總複習</p>	3 小時	<p>教學資源 教學 PPT、教具、學習單 自編教材 學習策略 表達感謝 團隊合作 小組討論</p>	<p>1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度</p>	<p>生活科技 家庭教育 生涯規劃 環境教育</p>	1/17~1/20 段考週