

新北市 丹鳳 高級中學(國中部)113學年度七年級第 1學期校訂課程計畫 設計者：鄭淑丹

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、課程精進：(本學期新創課程免填)

上一學期課程審閱意見	本學期課程精進內容
通過	

※上述表格自 113 學年度起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☆本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

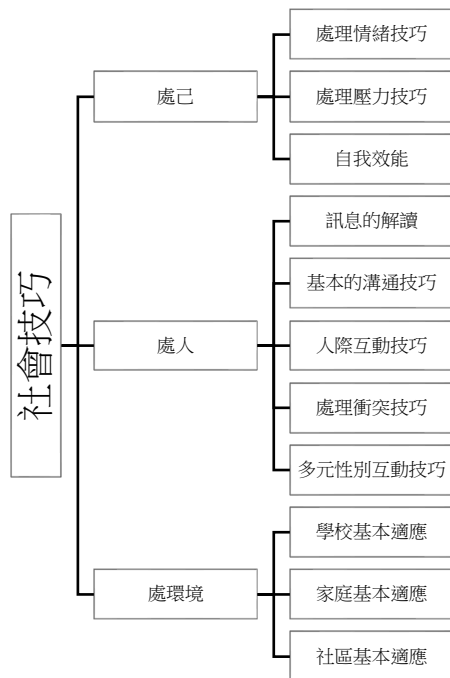
三、學習節數：每週(1)節，實施(22)週，共(22)節。

四、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(至多以3個指標為原則)。 ☒ 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	因校訂課程無課程綱要，故學習目標由各校自行撰寫，請務必與總綱核心素養相互對應。 學習目標敘寫方式請依「能透過……活動，達成……目標，以展現……素養」格式撰寫。 1. 能透過情境演練與反思活動，達成認識自我、接納自己的目標，以展現良好的身心發展素養。 2. 能透過情境演練與反思活動，達成運用適當策略解決問題的目標，以展現系統思考及解決問題的素養。 3. 能透過團體互動回饋與自我反思活動，達成具備擬定或調整問題的目標，以展現彈性態度及提升問題解決的素養。 4. 能透過團體互動回饋活動，達成同理心溝通的目標，以展現人際關係與團隊合作素養。

- ☐ 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

五、課程架構：(本部分務必填寫，不可刪除。若有跨年段延續課程，請務必一起呈現。)



六、課程融入議題情形：(若有融入議題當週，素養導向教學規劃的學習重點，一定要摘錄議題的實質內涵。其中安全教育、戶外教育及生命教育為教育部每年檢視重點，至少融入2項為原則。)

1. 是否融入安全教育(交通安全)：■是(第__2__週) □否

2. 是否融入戶外教育：□是(第__週) ■否

3. 是否融入生命教育議題：■是(第__9__週) □否

4. 其他議題融入情形(有的請打勾)：■性別平等、□人權、□環境、□海洋、■品德、■法治、□科技、□資訊、□能源、□防災、

□家庭教育、■生涯規劃、□多元文化、□閱讀素養、□國際教育、□原住民族教育

七、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 08/26~08/30	特社3-II-1 在課堂或小組 討論中適當表 達與回應意 見。 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 B-II-3 團 體的基本規 範。	單元一【團體形成】 1. 體驗探究仁慈:踏進/踏出活動 2. 共同擬訂班級公約 3. 實踐班級公約	1	教學資源 海報、麥克筆、跳繩 學習策略 體驗活動 分享討論	體驗活動 分享討論		08/30 開學
第二週 09/02~09/06	特社 3-III-1 遵守不同課堂 的規則。 特社 3-III-2 主動參與課堂 或小組討論，	特社 C-I-1 學 校規則的認識 與遵守。 特社 C-II-1 學 習成員之間的 關懷與表達。	單元二【國中生活】 1. 探究規定的意義 2. 認識及瞭解校規的意義 3. 知道違反校規需要承擔的責任	1	教學資源 A4 白紙、 彩色筆 學習策略 分享討論	實作 分享討論	法治教育 法 J9 進行學生 權利與校園法 律之初探。	

	並在小組中主動對他人提供協助。 特社 3-III-3 服從小組決議並完成指派的工作。	特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。	4. 國中新的階段開始，討論上下學時交通安全需要注意的事項 5. 繪製國中生活心智圖 6. 分享你眼中的國中生活				安全教育 (交通安全) 安 J1 理解安全教育的意義。	
第三週 09/09~09/13	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	單元三【身體知覺】 1. 建立身體知覺清單 2. 描述自己身體知覺 3. 體驗區辨自己舒服和不舒服的知覺 4. 找到讓自己專注身體知覺的方法。	1	教學資源 See learning 學習單 學習策略 體驗活動 分享討論	實作 分享討論 成果檔案		
第四週 09/16~09/20	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。	單元四【壓力調適】 1. 列出引發壓力的清單 2. 壓力搜查：壓力對身體造成的不適有哪些 3. 轉移至身體知覺 4. 建立紓壓方式，並實踐	1	教學資源 學習單 學習策略 體驗活動	情境演練 分享討論 成果檔案		9/17 中秋節

第五週 09/23~09/27	特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	單元五【保持冷靜】 1. 介紹保持冷靜四步驟(停下來、保持冷靜、慢慢呼吸、讚美自己) 2. 計畫、提示、實踐 *預測「使用保持冷靜」的時機及好處 3. 計畫一個冷靜的策略幫助自己處理狀況(緊急救助策略)	1	教學資源 學習單 學習策略 體驗活動 角色扮演	情境演練		
第六週 09/30~10/04	特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。	單元六【緊急救助策略】 1. 介紹並演練緊急救助策略 2. 覺察並說出使用緊急救助策略的身體知覺和感受(愉快、不愉快或中性) 3. 選擇適合自己的緊急救助策略並在需要時練習	1	教學資源 See learning 學習單 學習策略 體驗活動 分享討論	情境演練		
第七週 10/07~10/11	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。	單元七【探索情緒】 1. 討論情緒的概念，畫出情緒心智圖 2. 探索情緒和念頭的差異 3. 探索情緒和身體知覺的不同	1	教學資源 See learning 學習單 海報或電子白板 學習策略 體驗活動 分享討論	討論 口頭發表		10/10 國慶日

			4. 討論可以做些什麼培養對情緒的覺知					
第八週 10/14~10/18	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。	單元八【情緒家族-恐懼】 1. 討論與恐懼相關的情緒 2. 區分相似情緒的相似及相異之處 3. 探索恐懼情緒和身體知覺的線索 4. 探索恐懼情緒和信念的線索	1	教學資源 See learning 學習單 海報或電子白板 學習策略 分享討論	討論 口頭發表		10/15、16 第一次段考
第九週 10/21~10/25	特社 1-III-3 接納自己與接受不可能每個人都喜歡自己的事實。	特社 A-II-3 自我接納與激勵。	單元九【自我接納】 1. 共讀〈我們都是人〉繪本 2. 共同完成學習單 接納做為一個人，就會有各式各樣、正負並存的經驗、感受、特質。	1	教學資源 繪本、學習單 海報或電子白板 學習策略 分享討論	分享討論 觀察反思	生命教育 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	
第十週 10/28~11/01	特社 1-IV-7 根據優弱勢能力，設定努力或學習的目標。	特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。	單元十【我的優勢】 1. 了解我的優勢 2. 透過同學了解自己的優勢 3. 了解自己需要的支持	1	教學資源 學習單 學習策略 分享討論	實作 分享討論	生涯規劃教育 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

	特社 1-V-5 發揮自己的優勢去解決問題。	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。						
第十一週 11/04~11/08	特社2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。 特社2-III-16 以平等、尊重的態度與方式欣賞與對待各種性別的人。	特社 B- I -5 性別互動的基本禮儀。	單元十一【身體界線】 1. 說明身體自主權概念 2. 清楚了解自我感受 3. 善用明確拒絕 4. 尊重他人 5. 做出選擇 6. 建立安全網(社區、師長協助)	1	教學資源 學習單 學習策略 分享討論 角色扮演	分享討論 觀察反思	性別平等教育性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	
第十二週 11/11~11/15	特社2-IV-4 具備正確使用網路的基本法律常識。	特社 B-IV-1 科技媒體的運用。	單元十二【網路規範面面觀】 1. 思考哪些行為是違法的 2. 情境辨識，說出適當的決定 3. 角色扮演	1	教學資源 學習單 影片 學習策略 分享討論 角色扮演	分享討論 觀察反思 角色扮演		
第十三週 11/18~11/22	特社2-V-2 區辨與查證科技媒體訊息的真實性，不被誤導。 特社2-V-3 了解惡意欺騙或	特社 B-V-1 訊息真偽與詐騙的防範。	單元十三【訊息搜查】 1. 建立一份假消息的特徵 2. 腦力激盪查辦消息的方式 3. 詐騙的因應與處理	1	教學資源 學習單 學習策略 分享討論	分享討論 觀察反思		

	具有性侵害意圖的各種訊息。							
第十四週 11/25~11/29	特社 1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-II-1 基本情緒的表達。	單元十四【情緒家族 2-生氣】 1. 討論與生氣相關的情緒 2. 區分相似情緒的相似及相異之處 3. 探索恐懼情緒和身體知覺的線索 4. 探索恐懼情緒和信念的線索	1	教學資源 See learning 學習單 海報或電子白板 學習策略 分享討論	討論 口頭發表		
第十五週 12/02~12/06	特社 1-V-8 事先評估結果，並選擇對自己及他人皆有利的解決方法。	特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估。	單元十五【問題解決】 1. 分析問題本質 2. 腦力激盪思考解決方式 3. 預想行動的後果 4. 選擇最適合的方式行動 5. 根據行動的結果進行調整，並記錄行動的結果，供日後經驗參考 6. 情境演練，角色扮演	1	教學資源 學習單 情境卡、 角色扮演卡 學習策略 分享討論	討論 口頭發表 角色扮演		12/04、05 第二次段考

第十六週 12/09~12/13	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。	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。 特社 B-III-2 話題的開啟與延續。	單元十六【有效聆聽】 1. 列一份不具良好聆聽技巧清單 2. 討論一份良好聆聽技巧清單 3. 兩兩一組示範良好聆聽技巧與同儕回饋 4. 兩兩一組示範不良聆聽技巧與同儕回饋	1	教學資源 p.103-104 品格孩子的核心素養學習單 學習策略 分享討論	分享討論 觀察反思		
第十七週 12/16~12/20	特社2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。	特社 B-V-3 友誼維持的技巧。	單元十七【健康友誼】 1. 探索健康的關係符合那些要素 2. 比較健康與不健康的關係 3. 建立一份維持健康友誼的行為清單並檢核 4. 改善計畫	1	教學資源 品格孩子的核心素養學習單 學習策略 分享討論	分享討論 觀察反思	品德教育 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第十八週 12/23~12/27	特社 2-III-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。	特社 B-IV-2 同理心的培養。	單元十八【仁慈與慈悲】 1. 探究何謂真正的慈悲 2. 區辨真正的慈悲和表面的仁慈的差異 3. 情境演練與討論，討論角色展現的是真正的慈悲還是假意的仁慈 4. 總結慈悲的概念	1	教學資源 See learning 學習單 學習策略 分享討論 體驗活動	分享討論 觀察反思 情境演練		

第十九週 12/30~01/03	特社 2-III-1 以善意正向的 觀點，看待與 人相處的各種 互動行為。	特社 B-IV-2 同 理心的培養。	單元十九【相互依存】 1. 找到一個學生們有共 識重要的主題 2. 探索此主題延伸的相 互依存(需要他人幫助 的)的具體要素 3. 畫出心智概念圖 4. 歸納社會仰賴互助合 作的概念	1	教學資源 See learning 學習單 學習策略 分享討論 體驗活動	分享討論 觀察反思		01/01 元旦
第二十週 01/06~01/10	特社 2-III-1 以善意正向的 觀點，看待與 人相處的各種 互動行為。	特社 B-V-2 同 理他人的技 巧。	單元二十【同理他人】 1. 探索同理心概念 2. 情境影片，討論主角 的想法及心情 3. 換做自己是主角會希 望他人怎麼對待? 4. 練習安慰他人	1	教學資源 同理心討論卡 學習單 學習策略 分享討論 體驗活動	分享討論 觀察反思		
第廿一週 01/13~01/17	特社 3-II-7 在家庭、社區 或部落情境 時，主動向人 問候或表達感 謝。	特社 C-V-2 家 庭的參與及合 作。	單元二十一【表達感謝】 1. 表達正向感謝、做出對 家庭正向的行為。 2. 紀錄在存款單中。 3. 回顧一週你對自己家人的 貢獻。	1	教學資源 感恩存款單 學習策略 實作	分享討論 觀察反思		01/16、17 第 三次段考
第廿二週 01/20~01/24	特社 3-IV-5 願意參與學 校、家庭、社	特社 C-IV-1 尊 重與接納學校 的多元意見。	單元二十二【自我回顧】 1. 回顧自己這學期在班上 的貢獻及參與度。	1	教學資源 電子白板 學習策略 口頭發表	分享討論 觀察反思		01/20 休業式

	區或部落的活動與聚會。	特社 C-V-1 學校的參與及合作。	2. 回顧自己在學習中心的貢獻及參與度。 3. 擬定下學期的願景主題及達成的目標。					
--	-------------	--------------------	--	--	--	--	--	--

八、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

☒ 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及活動之申請表一致。