

新北市立正德國民中學 115 學年度 七 年級第 2 學期校訂課程計畫 設計者：邱萬儀

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：_____

課程精進：（本學期新創課程免填）

各學年(自 112 學年度起)同一學期課程審閱意見	本學期課程精進內容
無	

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。

◎ 當學期課程初、複審後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及精進內容。

學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

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 ☐ 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	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. 能透過情緒調節與壓力管理活動，達成辨識與適當抒發壓力目標，以展現身心素質與自我精進素養。 2. 能透過我訊息與進階溝通演練活動，達成適當使用口語與非口語溝通目標，以展現符號運用與溝通表達素養。 3. 能透過同理心與衝突解決活動，達成建立友善關係與團隊合作目標，以展現人際關係與團隊合作素養。

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，並標註當年級部份。）

第 1 週：情緒小高手 — 情緒命名與記憶配對桌遊。

第 2 週：情緒追追追 — 小偉和爸爸的故事情境討論。

- 第 3 週：情緒我來猜 — 覺察表情與比手畫腳接力賽。
- 第 4 週：特質大拍賣(上) — DISC 線上測驗與特質辨別。
- 第 5 週：特質大拍賣(下) — 動物屬性與特質競標遊戲。
- 第 6 週：情緒優勢力 — 畫出自畫像與優勢小挑戰。
- 第 7 週：第一次定期評量週 — 考前情緒安撫與準備。
- 第 8 週：情緒甜甜圈 — 呼拉圈同理心與身體界線體驗。
- 第 9 週：B.E.S.T. 溝通技巧 — 跨文化微電影溝通組合賞析。
- 第 10 週：FIG 邁步練習(上) — 介紹我認為/我想要換位思考。
- 第 11 週：FIG 邁步練習(下) — 朋友黏人與人際界線情境交換演練。
- 第 12 週：感受徒步之旅(上) — 操場徒步與交通安全。
- 第 13 週：感受徒步之旅(下) — 生態園感受表達與複述。
- 第 14 週：第二次定期評量週 — 考前情緒安撫與準備。
- 第 15 週：建立良好關係 — 雪中送炭與關懷行動。
- 第 16 週：我訊息的概念與句型判讀 — 觀察感受原因需要請求四步驟。
- 第 17 週：衝突情境突圍活動 — 我訊息的四個角落與情境籤。
- 第 18 週：情緒小精靈 — 認識大腦與身心容納之窗影片賞析。
- 第 19 週：情緒大富翁(上) — 認識調節三大法。
- 第 20 週：情緒大富翁(下) — 我的火山(看透假議題與深層需要)。
- 第 21 週：期末評量週與結業式 — 以終為始指南針羅盤與安全宣導。

課程融入議題情形：

勾選注意事項，請仔細閱讀。

安全教育(交通安全)、戶外教育及性別平等教育為教育部每年檢視重點，各學年請至少規劃融入 2 項為原則。

融入議題於當週素養導向教學規劃的學習重點中，一定要摘錄議題的實質內涵。

每一融入議題須規劃全學年至少 4 節課(亦即，上下學期各至少 2 節課)的深化課程內容，撰寫於當週單元/主題名稱與活動內容欄位要有融入課程引導說明。

總體課程架構中，應載明前開任一議題融入彈性學習課程之實施年級及每學期實施節數(上下學期各至少 2 節課)，並敘明議題融入之單元/主題名稱、實施節數及教學重點，且非以班級會自治活動、班級輔導、全校性活動、社團等宣導活動，或提供部分學生選習之課程形式辦理。

是否融入安全教育(交通安全)： ☒ 是(第 12、13 週) ☐ 否

是否融入戶外教育： ☒ 是(第 12、13 週) ☐ 否

是否融入性別平等教育： ☒ 是(第 3、8 週) ☐ 否

其他議題融入情形(有的請打勾)：

☐ 人權教育、 ☒ 環境教育、 ☐ 海洋教育、 ☐ 科技教育、 ☐ 能源教育、 ☐ 家庭教育、 ☐ 原住民族教育、 ☒ 品德教育、 ☒ 生命教育、
☐ 法治教育、 ☐ 資訊教育、 ☐ 防災教育、 ☒ 生涯規劃教育、 ☐ 多元文化教育、 ☐ 閱讀素養教育、 ☒ 國際教育教育、 ☒ 性侵害防治教育

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	特社 1-IV-3 面對壓力時適當調整情緒。	特社 A-IV-1 基本情緒的認識與分辨。	單元一：情緒小高手 【品德教育融入】 活動一：情緒記憶配對桌遊。藉由圖卡幫助學生覺察情緒發生的情境並練習命名配對，落實「品 J1 溝通合作與和諧人際關係」。	1	情緒圖卡	遊戲學習	觀察記錄	品德教育 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第二週	特社 1-IV-3 面對壓力時適當調整情緒。	特社 A-IV-1 基本情緒的認識與分辨。	單元二：情緒追追追 【生命教育融入】 活動一：小偉和爸爸的故事情境討論。引導學生覺察外顯情緒下的真實情緒並完成情緒樹，實踐「生 J5 覺察生活中的各種迷思，尋求解決之道」。	1	情境 PPT	故事討論	學習單	生命教育 生 J5 覺察生活迷思尋求解決之道。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第三週	特社 2-IV-1 解讀他人口語與非口語溝	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	單元三：情緒我來猜 【性別平等教育融入】 活動一：比手畫腳接力賽與情境故事朗讀。覺察自己在情緒下的行為反應，並尊重不同	1	學習單	角色扮演	參與態度	性別平等 性 J1 尊重他人的性別特質。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費)

	通的情緒及目的。		性別特質者的情緒表達方式，落實「性 J1 接納自我與尊重他人的性別特質」。						協同科目：_____ 協同節數：_____
第四週	特社 1-IV-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。	特社 A-IV-3 自我優弱勢的察覺。	單元四：特質大拍賣(上) 【生涯規劃教育融入】活動一：DISC 線上測驗。透過平板測驗引導學生初步探索並認識自己人際溝通風格特質的傾向，實踐「涯 J3 覺察自己的能力與興趣」。	1	線上測驗	實作演練	學習單	生涯規劃 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____
第五週	特社 1-IV-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。	特社 A-IV-3 自我優弱勢的察覺。	單元四：特質大拍賣(下) 【生涯規劃教育融入】活動二：特質拍賣競標遊戲。以競標方式蒐集與隊員動物屬性最相關的特質卡，加深對自我特質的認識，落實「涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀」。	1	圖卡籌碼	遊戲學習	觀察記錄	生涯規劃 涯 J4 了解自己的人格特質。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____
第六週	特社 3-V-3 掌握有效資源尋求解決困難。	特社 C-III-1 適應不同學習情境。	單元五：情緒優勢力 【性侵害防治教育融入】活動一：畫出自畫像與優勢小挑戰。引導學生認識自身優勢，並教導在遭遇不當對待時，運用自身優勢尋求外部資源的自我保護意識，落實「性 J5 運用資源解決問題」。	1	情緒骰子	實作體驗	口語發表	性侵害防治 性 J5 運用資源解決問題。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____

第七週	特社 1-IV-3 面對壓力時適當調整情緒。	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	【第一次定期評量週】 【生涯規劃教育融入】 考前情緒安撫：引導學生寫下應考擔憂，練習轉換焦慮，落實「生 J5 覺察生活中的各種迷思... 進行價值思辨，尋求解決之道」。	1	白板、筆	腦力激盪	參與態度	生命教育 生 J5 覺察迷思尋求解決之道。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第八週	特社 2-IV-1 解讀他人口語與非口語溝通。	特社 B-IV-1 學習成員之間的關懷。	單元六：情緒甜甜圈 【性別平等教育融入】 活動一：呼拉圈同理心。利用呼拉圈讓學生體驗人際距離，學習尊重他人的身體自主權，實踐「性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人」。	1	呼拉圈	體驗學習	實作評量	性別平等 性 J4 維護身體自主權。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第九週	特社 2-IV-2 適當使用口語、非口語溝通。	特社 B-IV-2 訊息解讀的技巧。	單元七：B. E. S. T. 溝通技巧 【國際教育融入】 活動一：微電影跨文化溝通組合賞析。運用影片討論人物呈現的姿勢(B)、眼神(E)等溝通技巧，了解不同文化間的溝通差異，實踐「國 J9 運用跨文化溝通技巧參與國際交流」。	1	微電影	影片賞析	觀察記錄	國際教育 國 J9 運用溝通技巧參與交流。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第十週	特社 2-IV-3 分辨與採用適當的方式解決衝突。	特社 C-IV-1 學習成員之間的關懷與表達。	單元八：FIG 邁步練習(上) 【國際教育融入】 活動一：介紹 FIG 步驟。站在 A 腳印與 B 腳印練習「我覺得/我認為/我想要」，學習同理不達。	1	腳印圖卡	角色扮演	實作演練	國際教育 國 J5 尊重與欣賞不同文化價值。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____

			同背景與文化的想法，落實「國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值」。						_____ 協同節數：_____ _____
第十一週	特社 2-IV-3 分辨與採用適當的方式解決衝突。	特社 C-IV-1 學習成員之間的關懷與表達。	單元八：FIG 邁步練習(下) 【品德教育融入】活動二：朋友太黏人與人際界線的情境交換演練。讓學生交換位置複述對方心情並討論解決方法，實踐「品 J8 理性溝通與問題解決」。	1	情境籤筒	實作演練	學習單	品德教育 品 J8 理性溝通與問題解決。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第十二週	特社 2-IV-5 了解與人相處的情境、簡單規則。	特社 C-IV-2 適應不同學習情境。	單元九：感受徒步之旅(上) 【交通安全與戶外教育融入】活動一：安全移動至操場。實地走訪校園，學習在移動過程中注意交通安全與行走動線，並表達在戶外的心情，落實「安 J3 了解事故原因」及「戶 J1 善用戶外教學」。	1	校園環境	戶外踏查	參與態度	交通安全/戶外 安 J3 了解事故原因。 戶 J1 善用戶外教學。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第十三週	特社 2-IV-5 了解與人相處的情境、簡單規則。	特社 C-IV-2 適應不同學習情境。	單元九：感受徒步之旅(下) 【交通安全與戶外教育融入】活動二：生態園的感受表達。從操場移動到生態園，練習注意環境安全，並使用「我覺得…對嗎」複述夥伴的感受，實踐「安 J4 探討事故影響」與「戶 J3 理解環境關係」。	1	生態園	戶外踏查	口語發表	交通安全/戶外 安 J4 探討事故影響。 戶 J3 理解環境關係。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____

第十四週	特社 1-IV-3 面對壓力時適當調整情緒。	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	【第二次定期評量週】 【生涯規劃教育融入】 考前情緒安撫：檢討考試挫折，從中引導學生覺察個人學習的優勢與弱勢，結合「涯 J3 覺察自己的能力與興趣」。	1	學習單	討論法	參與態度	生涯規劃 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：____
第十五週	特社 2-IV-6 以平等、尊重的態度參與團體。	特社 C-IV-3 具備利他與合群的態度。	單元十：建立良好關係的意義 【環境教育融入】 活動一：雪中送炭。透過故事分享與同儕支持討論，引導學生不僅關心同學，也將愛護延伸至校園生態環境的維護，落實「環 J4 了解永續發展的意義與原則」。	1	動畫影片	討論法	觀察記錄	環境教育 環 J4 了解永續發展意義。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：____
第十六週	特社 2-IV-4 採用適當方式解決衝突。	特社 B-IV-1 表達與傾聽的時機。	單元十一：我訊息的概念與句型判讀 【品德教育融入】 活動一：認識我訊息。學習觀察、感受、影響、請求四步驟，判讀打翻飲料等情境主角的需要，落實「品 J8 理性溝通與問題解決」。	1	教學簡報	講述法	學習單	品德教育 品 J8 理性溝通與問題解決。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：____
第十七週	特社 3-IV-1 掌握有效資源尋求解決困難。	特社 C-IV-4 應用不同問題解決策略。	單元十二：衝突情境突圍活動 【性侵害防治教育融入】 活動一：「我訊息」的四個角落與情境籤。模擬遭受不當對待的情境，練習使用我訊息果斷拒絕並向大人求助，落實	1	桌牌、情境籤筒	角落教學	實作評量	性侵害防治 性 J5 辨識樣態並運用資源解決。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：____

			「性 J5 辨識性騷擾、性侵害樣態並運用資源解決」。						_____ 協同節數：_____ _____
第十八週	特社 1-IV-3 面對壓力時適當調整情緒。	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	單元十三：情緒小精靈 【生命教育融入】活動一：觀賞大腦與身心影片。討論課業壓力，認識「身心容納之窗」，學習接納考後的自己，實踐「生 J1 思考生活公共議題，培養理性溝通素養」。	1	影片	影片賞析	參與態度	生命教育 生 J1 培養理性溝通素養。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第十九週	特社 1-IV-3 面對壓力時適當調整情緒。	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	單元十四：情緒大富翁(上) 【品德教育融入】活動一：認識調節三大法。理解自己、調節舒壓、向外求助，發展專屬自己的放鬆方法，實踐「品 J1 溝通合作與和諧人際關係」。	1	學習單	經驗分享	觀察記錄	品德教育 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
第二十週	特社 1-IV-3 面對壓力時適當調整情緒。	特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	單元十四：情緒大富翁(下) 【環境教育融入】活動二：我的火山。透過火山爆發比喻情緒累積，學習看透表面的煙霧，探討內心真正的需要，落實「環 J12 認識災害伴隨的危險，學習預防與避難」。	1	火山圖卡	討論法	口語發表	環境教育 環 J12 認識災害學習避難。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____

第二十一週	特社 3-IV-2 規劃與執行個人目標。	特社 A-IV-4 生涯發展與目標設定。	【期末評量週與結業式】 【生涯/安全教育融入】 以終為始(指南針與羅盤)：針對單元一到十四進行總結，探索下一個階段的方向，並進行暑假出遊交通與人身安全宣導，落實「涯 J6 建立未來生涯願景」及「安 J8 演練校園災害預防」。	1	學習單	價值澄清	參與態度	生涯/安全教育 涯 J6 建立願景。 安 J8 演練預防。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目：_____ 協同節數：_____ _____
-------	----------------------	----------------------	---	---	-----	------	------	-------------------------------------	--

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。