

110 學年度嘉義縣大林國民中學特殊教育資優資源班第一二學期特殊需求領域情意課程教學計畫表 設計者：賴愉方

一、教材來源：自編 編選-參考優質特教網教材

二、本領域每週學習節數：外加 抽離 1 節

三、教學對象：9 年級 4 人

四、核心素養、學年目標、評量方式

領域核心素養	課程（學年）目標
<p>特情-J-A3</p> <p>具備主動與執行規劃學習的能力,發展對努力與成就關聯的合宜觀點,透過多元管道試探生涯發展的機會與目標。</p> <p>特情-J-B1</p> <p>適切的表達意見與感受,並能以同理的態度,表達意見與溝通,促進良好的人際關係。</p> <p>特情-J-C2</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠自我試探並找到自我定位。 2. 能夠藉由職場上的楷模進行仿效。 3. 能夠分析自己的優弱勢,發展適合自己的一套學習計畫。 4. 能夠保持正向的動機面對挑戰。 5. 能夠找到適合自己的紓壓方式。 6. 能夠保持正向的情緒並駁斥非理性信念。

了解自己對家人、同儕的影響，具備理解 他人立場的能力，
參與各類團體活動，與團隊成員合作 及和諧互動。

五、本學期課程內涵：第一學期評量

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-7 週	我是誰-自我探索	<p>特情 1b-IV-2 擬定適合自己能力的學習計畫。</p> <p>特情 1b-IV-4 辨識自己的優弱勢能力。</p> <p>特情 2d-III-1 探索自己的生涯興趣與性向。</p>	<p>特情 A-III-4 學習目標與期望的類型，如：精熟型目標與表現型目標；追求成功與避免失敗。</p> <p>特情 A-III-2 對於具有才能者的迷思。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠主動進行自我探索，發覺自己的個人特質、興趣、能力。 2. 能夠與同儕合作討論。 3. 能夠勇於分享自己的想法。 4. 能夠運用心智圖表達思考。 5. 能夠自行設定讀書計畫。 	<p>活動一：「猜猜我是誰」，一人一張小卡，正面寫下個人特質，背面寫下姓名，寫完後放入籤筒，由老師抽出一張猜出是哪一位同學，進而引入課程主題。</p> <p>活動二：運用腦力激盪法(六三五法)討論資優的特質，並對照前一個活動中是否有不同之處，討論「外界對資優生有哪些刻板印象」、「若再次遇到外界對資優生的刻板印象要如何澄清」並上台分享。</p> <p>活動三：詢問家長、老師、同學對資優的看法或期待，並於課堂中進行分享。</p> <p>活動四：將自己的生命故事，用棉線製作一條生命線，在高低起伏之處標上發生的事情，曾經參加過哪些比賽與獲獎的經歷、有哪些特殊才藝或技能、這些技能或才藝是否是個人的興趣，</p>	<p>口頭評量</p> <p>實作評量</p> <p>檔案評量</p>

					<p>並上台分享。</p> <p>活動五：上台分享自己喜歡的工作、家長從事的行業、家長對自己期待從事的工作。</p> <p>活動六：填寫人格特質問卷，將所屬特質加總，依據高低分排列出實際型、探究型、藝術型、社會型、企業型、事務型，討論各個類型具備的人格特質，並進行分享。</p> <p>活動七：運用腦力激盪將這六種類型的人格列出工作類型，寫在海報上進行發表。</p> <p>活動八：選擇自己分數高的人個類型中且有興趣的職業，思考該職業所需具備的特質與能力，聯想典範人物並進行分享。</p> <p>活動九：觀看「How to Mind Map」影片，將繪製心智圖的步驟與重點進行整理，並上台分享。</p> <p>活動十：利用心智圖作自我介紹，整合前面的活動，內容包含個人的特質、興趣、能力、嚮往的工作。</p> <p>活動十一：觀看「成功，任何人都可以！」影片，進行問題與討論。</p>	
--	--	--	--	--	--	--

					<p>活動十二：分享自己的成功經驗與失敗經驗，當時的感受、想法與收穫。</p> <p>活動十三：會考將近，設定目標與一讀書計畫，並檢視完成度。</p>	
第 8-14 週	追求成功-人生勝利組	<p>特情 2d-III-2 能認識多樣職業領域的楷模。</p> <p>特情 2d-IV-2 仿效角色楷模，探索自己的生涯角色 定位。</p> <p>特情 2d-IV-3 試探並找出適合自己的生涯發展方向。</p>	<p>特情 A-IV-5 成就、成功的定義與條件。</p> <p>特情 B-IV-6 多元的職場與典範。</p> <p>特情 B-IV-7 生涯試探的途徑。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠運用 KJ 法發展更多元的點子。 2. 能夠勇於分享自己的想法。 3. 能夠運用曼陀羅思考法表達思考。 4. 能夠運用 5W1H 法討論問題。 5. 能夠進行自我反思。 	<p>活動一：觀看「一禪小和尚：成功-到底怎麼樣才算成功？」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動二：運用 KJ 法進行成功大搜查，將成功的定義與代表人物寫在便條紙上，最後將相公定義的彙整在一起。</p> <p>活動三：選擇一個成功人士，收集相關資料，上台報告。</p> <p>活動四：觀看「成功的定義是什麼」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動五：介紹行為動機分為兩種類型，一為追求成功導向，二為逃避失敗導向，根據自己的經驗，分享偏向哪一種動機。</p> <p>活動六：運用曼陀羅思考法描繪心目中的成功樣貌，並進行分享。</p> <p>活動七：選擇一位職業的楷模，透過 5W1H 上台報告，分享「成功是什麼」、「影響</p>	<p>口頭評量</p> <p>實作評量</p> <p>檔案評量</p>

					<p>他成功的人物是誰」、「成功需要什麼條件或有和秘訣」、「他是如何成功的」、「他何時成功」、「他在什麼領域上成功」。</p> <p>活動八：寫一封給十年後自己一封信。</p> <p>活動九：觀看「2020年十大你必須具備的未來能力」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動十：介紹五個能力等級，並檢核自己的各個能力，未來應該加強哪些能力。</p> <p>活動十一：觀看「成功的八個秘訣」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動十三：自我檢視八個秘訣是否有達成，分享自己還缺乏哪些秘訣，應該要如何改善。</p>	
第 15-20 週	我的未來不是夢-未來藍圖	<p>特情 1b-IV-4 辨識自己的優弱勢能力。</p> <p>特情 2d-IV-3 試探並找出適合自己的生涯發展方向。</p>	<p>特情 B-IV-5 生涯發展相關訊息。</p> <p>特情 B-IV-7 生涯試探的途徑。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠運用周哈里窗進行自我探索。 2. 能夠運用價值澄清選擇重視的信念。 3. 能夠運用 SWOT 法分析自己的優弱勢。 4. 能夠勇於分享自己的想法。 5. 能夠進行自我反思。 	<p>活動一：將各種卡通人物寫在小卡上，抽到該人物，要講出該人物所扮演的各種角色。</p> <p>活動二：角色分門別類，將上個活動的角色進行分類與統整，並思考自己現在或十年後所扮演的角色有哪些。</p> <p>活動三：探討角色衝突，以自己為例，當面臨兩種角色</p>	<p>口頭評量</p> <p>實作評量</p> <p>檔案評量</p>

					<p>時，如達到平衡。</p> <p>活動四：觀看「把自己放對地方，就是天才！」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動五：運用周哈里窗將「開放我」、「隱藏我」填入，並讓其他同學寫上「盲目我」，最後探索自己的內心完成「未知我」。</p> <p>活動六：觀看「人生五顆球」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動七：介紹價值澄清，並透過慾望小卡選擇自己的人生五顆球。</p> <p>活動八：運用 DISC 小測驗，了解自己的性格，對於自己的盲點，提出改進的方式。</p> <p>活動九：利用 SWOT 分析法對自己進行優弱勢分析，並上台分享。</p>	
--	--	--	--	--	--	--

第二學期

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-6 週	天上掉下來的禮物-資優與完美主義	特情 3c-IV-3 以創意的 方式解決問題。	特情 A-IV-2 完美主義 的類型、表現與影響。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠分析自己的優弱勢。 2. 能夠勇於分享自己的想法。 3. 能夠進行自我反思。 	<p>活動一：從雅當夏娃的紅蘋果故事，引入主題資優就像是上天所給予的這顆智慧紅蘋果，但伴隨著苦難，而這個苦難就是完美主義。</p> <p>活動二：觀看「The Perfectionist Trap」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動三：填寫完美主義量</p>	<p>口頭評量</p> <p>實作評量</p> <p>檔案評量</p>

					<p>表，並思考自己對哪些事務的標準較高及原因。</p> <p>活動四：介紹幾位知名的資優名人，觀察他們的優弱勢，討論這個天上賦予的禮物究竟是資「優」還是資「憂」，並討論資優、全能與績優的差異。</p> <p>活動五：反思自己的優勢與弱勢、如何發揮自己的天賦。</p>	
第 7-13 週	壓力找上門，紓壓我最行	特情 2a-IV-1 主動探索、執行各種壓力調適的策略。	特情 A-IV-3 完美主義的應對與調整。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解自我壓力的來源。 2. 了解壓力對人體的影響。 3. 能夠運用有效的方式進行紓壓。 4. 能夠勇於分享自己的想法。 5. 能夠進行自我反思。 	<p>活動一：探索壓力經驗，曾經遇到過感覺壓力大的經歷，你是如何克服的。</p> <p>活動二：壓力 Q&A，回答對於壓力的觀念或迷思題目，以初步認識壓力。</p> <p>活動三：填寫壓力量表與 AB 型性格檢測表，了解自我壓力的指數及面對壓力的反應與對應方式。</p> <p>活動四：壓力對人身心靈的影響，分組討論面對壓力時，身心靈會有什麼反應與情緒，並上台分享。</p> <p>活動五：觀看「How to Make Stress Your Friend」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動六：提供面對壓力的情境，檢視自我的思考模式與應對方式。</p>	口頭評量 實作評量 檔案評量

					<p>活動七：介紹駁斥非理性信念的步驟並練習。</p> <p>活動八：找出生活中的壓力來源與紓壓的方式，並進行分享。</p>	
第 14-20 週	<p>人生中並不缺少「幸福」，只是缺少發現發現</p>	<p>特情 1d-V-2 探索快樂、幸福的內涵。</p> <p>特情 4a-IV-2 體察「助人為快樂之本」，了解利人與利己的關係，並對他人與社會主動提供服務。</p>	<p>特情 A-IV-9 追求幸福人生的多種典範。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解幸福的意義。 2. 能夠培養做善行的習慣。 3. 能夠對感恩的人表達感謝的心。 4. 能夠勇於分享自己的想法。 5. 能夠進行自我反思。 	<p>活動一：為自己的幸福指數評分，分享生活中幸福小故事。</p> <p>活動二：觀看「把愛傳下去」影片，進行問題與討論。</p> <p>活動三：分享全世界中印象深刻的善行。</p> <p>活動四：配合母親節或畢業活動，製作謝卡表達感謝。</p> <p>活動五：反思生活中的幸福的事物。</p>	<p>口頭評量</p> <p>實作評量</p> <p>檔案評量</p>