

## 參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

111 學年度嘉義縣新港國民中學特殊教育數理資優班班第一二學期 特殊需求領域 九年級情意課程 教學計畫表 設計者：施嶸旭老師 (表十三之二)

一、教材來源：自編 編選-參考教材

二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：數理資優生 902 兩人、903 兩人，語文資優班三人，共 7 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程(學年)目標
情-J-A1 具備對成功的合宜觀點，有效擬定自我精進計畫，發展優勢、面對弱勢。具備樂觀思考、並能激發正向情緒，追求精進、挑戰與心靈成長。	1.了解自己的特質及優缺點。 2.了解資優生的特質，並思考該如何面對自己資優生的身份。 3.了解自我期待及他人期待，並思索合理的因應之道。
情-J-A2 具備對壓力的多元觀點，發展應對壓力的多元策略，反思挫敗的意義，面對並有效調適負面情緒，持續強化生命韌性，解決問題。	4.培養學生的自我管理能力和問題解決能力。 5.依據自己的特質及優弱勢能力，思索未來的生涯發展，並試著規畫未來的生涯。 6.透過討論和團體活動的方式，培養學生與他人互助合作的能力與態度。
情-J-B1 適切的表達意見與感受，運用同理心與合宜的溝通技巧，促進良好的人際關係。	7.透過報告與角色扮演，來了解合理表達自己情感的方式 8.面對人生困難時該如何有效積極的處理。
情-J-C1 具備合宜的道德觀，關懷他人與社會需求，關注資優學生與社會的關聯，展現社會參與及服務的善行。	9.面對人生的失落與悲傷，可以有哪些方法解決失落與悲傷 10.找尋興趣可能為自己帶來的各種好處 11.連結我與社區之間的關聯，並且探索自己可以替社區貢獻甚麼力量 12.思索學生對世界有什麼關聯，了解自己應該對社會與世界有什麼權利與義務

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 週	開學	1a-IV-3 能評述自己	特情C-III-1	學習應對進退	使用大地遊戲與活動促	能參與活動，

	相見歡	受完美主義影響的程度。	人際溝通的態度與技巧。		使同學能互相協助了解暑假規劃與分享生活經驗、課程介紹	並在活動中說明自己的簡單興趣與特徵
第 2-4 週	認識自我完美主義	1a-IV-3 能評述自己受完美主義影響的程度。 1a-IV-4 能調整自己完美主義的標準以符合現實狀況。 1a-IV-5 能將資優學生的好勝特質轉換為正向的堅忍毅力或成就動力。	特情 A-IV-2 完美主義的類型、表現與影響。 特情 A-IV-3 完美主義的應對與調整。	認識完美主義、表現類型與行為	透過短片討論，完美主義的應對與調整	了解完美主義的基本定義  能說出或寫出自己曾經有哪些類似完美主義的特性  能分享說明完美主義以給自己帶來的好處與麻煩  透過同儕分享如何調整自己的完美主義來面對生活適應世界
第 5-7 週	友誼聯絡網	3a-IV-3 能運用同理心與有效的溝通技巧，增進人際關係。	特情 C-IV-1 情感關係的發展。	了解朋友的定義，並建立良好正向的人際關係	透過活動覺察自己與朋友和同學的互動模式	透過影片案例，了解中學生可能遇到那些友情之間的衝突或障礙

						透過戲劇，換位思考，了解需要幫助的同學的心情，並透過六頂思考帽法提出解決問題的方案
第 8-9 週	網路交友	3a-IV-1 能運用合宜方式表達意見與感受。	特情 C-III-7 資訊使用的倫理規範。  特情 C-IV-2 同理心的內涵與實踐方法：對他人情緒的感同身受、支持與分享交流。	1.了解網路交友 2.了解網路交友陷阱 3.知道如何破解網路交友 4.正向的網路交友方式	透過戲劇演出，能探討網路交友陷阱，以及如何解決問題	能說明現在網路交友的手機程式或網路平台  能說明網路交友的陷阱，並且討論出因應模式
第 10-12 週	認識自我人際溝通與衝突	3b-IV-1 能分析科技與媒體對個人與環境的影響。	特情C-IV-3 團隊中的角色、衝突與有效運作技巧。	1.對話與行為的應對進退 2.拒絕技巧 3.如何表現出適當的情緒反應	透過演練及情境討論人際衝突，建立合理的人際溝通與互動	透過小組討論與分享，了解人際溝通上可能遇到的衝突種類

						透過劇本撰寫了解人際關係衝突有何種因應對策
第 13-16 週	認識自我期待 認識他人期待	1d-IV-1 能學習探索人生意義與價值。 1a-IV-2 能認識自身限制對學習與生活的影響與程度。	特情A-IV-6 學習目標與期望設定的影響。	1.認識自己 2.面對自己 3.能否接受挑戰? 4.這些期許是否合理?	1.讓學生分享自己對自己的期許 2.猜測自己可能被期許的範疇是什麼? 3.去詢問親戚朋友對於自己的期許有哪些?	分享自己對自己的期望是什麼  能說明自己在人生中長程(終生)、中期(大學前)、短期(國中)的簡易規劃  透過對話了解師長、家人、對自己的期望
第 17-18 週	時間管理	1a-IV-2 能認識自身限制對學習與生活的影響與程度。 1b-IV-2 能擬定適合自己能力的學習計畫。	特情 B-IV-4 各種學校內外充實學習機會與升學管道。	1.學會安排輕緩急 2.如何克服遲到或來不及的狀況 3.學會安排時間，處理問題	1.透過分享了解自己是 否有時間管理上的問題 2.檢視自己是不是忙碌 行資優生 3.請同學發表：自己都是如何安排好大小事項	能分享與說明 從一天的時間分配到一整個禮拜的時間規劃  學會使用番茄

						鐘學習法
第 19-21 週	壓力管理 情緒管理	1a-IV-1 當產生學習或適應困難的問題時，能主動尋求協助以解決問題。 2a-IV-1 能主動探索、執行各種壓力調適的策略。	特情B-IV-1 壓力自我調適的檢核策略	1.能說出自己的壓力 2.能說明自己目前的情緒狀態是什麼 3.能具體說出自己需要什麼幫助	1.讓同學調查並分享一般同學會面臨的壓力 2.再導入自己可能有的壓力 3.分享排解壓力的方法 4.如何尋求同儕與師長的幫助	能說明壓力的來源與種類  透過情境引導，能找出面對壓力的方法並管理情緒，做出較佳的情緒反應

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 1-2 週	面對挫折的態度	1a-IV-2 能認識自身限制對學習與生活的影響與程度。 2a-IV-1 能主動探索、執行各種壓力調適的策略。 2b-IV-1 能接受自己或團體的挫敗並省思問題所在。	特情 B-IV-2 韌性／復原力／挫折容忍力的檢核策略	1.學會誠實面對自己的感覺或情緒 2.學會意識到自己的感覺或情緒 3.學會向朋友或師長尋求協助	1.讓同學寫出劇本，發想同學可能遇到的挫折有哪些 2.錄製影片或現場演出可能的挫折情境 3.請同學說出可能的解決方法	透過影片了解青少年可能遇到的挫折種類  透過上台解說、分享讓大家能理解不同的面對人生的態度
第 3-5 週	幽默感 自我監控與調整能	1a-IV-5 能將資優學生的好勝特質轉	特情C-IV-2 同理心的內涵與實踐方法：對他人情	1. 學會意識到自己的感覺或情緒 2.面對善意與非善意	1.讓同學衡量自己的幽默感在哪個範圍 2.模擬情境：在生氣、	了解幽默感是幽默自己而不是消遣別人

	力	換為正向的堅忍毅力或成就動力。 2b-IV-3 能以冷靜積極的態度處理問題。 2c-IV-2 能持續投入自己感興趣的領域。	緒的感同身受、支持與分享交流。  特情C-IV-3 團隊中的角色、衝突與有效運作技巧。	地開玩笑，該如何化解與面對 3.如何調整即將暴衝的情緒	窘迫、尷尬的局面下，如何四兩撥千金的用有高EQ處理事情的態度 3.如何保持愉快的心境	能分享生活周遭的幽默  能說明遇到挫折如何一笑置之
第 6-10 週	興趣與職業選擇 (1)各行各業的酸甜苦辣 (2)面對挑戰	1b-IV-4 能辨識自己的優弱勢能力。 1b-IV-5 能利用優勢能力帶動學習。 2d-IV-2 能仿效角色楷模，探索自己的生涯角色定位。 2d-IV-3 能試探並找出適合自己的生涯發展方向。	特情 B-IV-5 生涯發展相關訊息  特情 B-IV-6 多元的職場與典範  特情 B-IV-7 生涯試探的途徑	1.興趣密碼，發現自己的興趣傾向 2.能力密碼，發現自己在能力上的特點	1.職業訪談報告 2.透過同學的分享，了解自己的特質 3.透過發表，認識自己喜歡與專長的職業	能分享自己的興趣並開始思考未來可能的職業類型  透過訪談周遭親友，了解各行各業的酸甜苦辣
第 11-13 週	關懷與參與社區事務	2d-IV-3 能試探並找出適合自己的生涯發展方向。	特情D-IV-5 對社區的認識與參與	1.學會如何發想與規劃活動 2.學會如何分配工作 3.學習如何自動自發並協助同儕完成工	1.使用心智圖協助學生策劃與發想 2.使用魚骨圖協助學生策劃完成時間與任務驗收	透過與耆老的訪談，了解新港或家鄉地區的社區事務

		4c-IV-2 能以合宜的語言或行為表達對學校或班級規範的不同意見。 4c-IV-4 能與同儕良性合作學習以取代惡性競爭與比較。		作		能分享家鄉的特色並且能思考自己可能可以付出什麼努力改善家鄉特色
第 14-18 週	我與環境 規劃一場 我們的班遊	4c-IV-2 能以合宜的語言或行為表達對學校或班級規範的不同意見。 4c-IV-4 能與同儕良性合作學習以取代惡性競爭與比較。	特情C-IV-6 發揮創造力面對與解決生活問題。  特情 C-IV-7 綜合運用多種能力與形式，在生活中展現美感。	1.學會舉辦一場屬於資優班的小旅行 2.能了解旅行的過程中，所需要預先處理的功課 3.預算的規畫與限制	1.學習使用 googlemap 2.使用魚骨圖來完成旅行活動的節奏 3.善用 excell 表單統計預算規劃 4.小組分工合作	能選擇全班出遊的景點，並學習民主投票  能分工合作，學習購票、訂房、規劃出遊路線、雨天備案
第 19-21 週	規劃一場 屬於我們的 畢業典禮	4c-IV-2 能以合宜的語言或行為表達對學校或班級規範的不同意見。 4c-IV-4 能與同儕良性合作學習以取	特情C-IV-3 團隊中的角色、衝突與有效運作技巧。  特情C-IV-4	1.能在辦理過程中學會分工合作與協調 2.能學會規劃活動與設計計畫流程	1.辦一場資優班的畢業典禮 2.現場需要那些分工 3.畢業影片製作	能籌畫資優班簡易畢業典禮  能規劃典禮流程與活動分配

		代惡性競爭與比較。	資訊運用的辨識、評估與搜尋規劃。  特情 C-IV-5 資訊整合以解決生活問題的方法。			
--	--	-----------	--	--	--	--

