

臺南市立大內國民中學112學年度第一學期七年級彈性學習 自治活動 課程計畫(普通班 特教班)

課程名稱	自治活動	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 2. <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) 3. <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input checked="" type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	培養學生具備民主素養、法治概念與互助合作精神。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 校訂：打造一所「愛」與「希望」的校園，培育「品德至上、健康第一、終身學習」的新世紀公民。							
課程目標	透過班級互動、學校活動，學習民主、法治觀念，進而關周遭事物，並尊重差異。							
配合融入之 超學科領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引				<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育			
表現任務	1、討論結果發表。2、演講紀錄。3、實作。4、成果發表。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域 與 參考指引或	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選教材 或學習單

			議題實質內涵					
第一週	1	幫助同學國中生活適應	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	了解學校規範	遵守學校規範	閱讀校規並討論如何實踐	討論實踐方法	無
第二週	1	性平宣導	性 E2 覺知身體意象對身心的影響。	學習異性相處	能和異性和平相處	分組討論和異性相處的方法	討論結果發表	無
第三週	1	防災教育	環 J13 參與防災疏散演練。	學習地震防逃演練	趴下、掩護、穩住的技巧	逃生演練	1. 趴下、掩護、穩住動作確實 2. 逃生三分鐘集結完畢	無
第四週	1	擬定合理的生活約定開會討論班級常規	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	討論班級生活公約	遵守班級生活公約	討論生活公約實現方法	討論生活公約內容	無
第五週	0	放假						
第六週	1	學習兩性相處之道	性 E2 覺知身體意象對身心的影響。	學習異性相處	能和異性和平相處	分組討論和異性相處的方法	討論結果發表	無

第七週	1	認識家庭暴力的方式	綜-J-B3運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	家庭暴力的種類	避免家庭暴力	分組討論家庭暴力法	討論結果發表	無
第八週	1	職業達人	綜-J-A1探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命的意義。	認識種植芒果工作內容	成為達人的成功要素	聽演講	演講記錄單	無
第九週	1	認識家庭暴力的方式	綜-J-B3運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	家庭暴力的種類	避免家庭暴力	分組討論家庭暴力法	討論結果發表	無
第十週	1	校慶活動	健體-E-C3具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	校慶運動會各種活動內容	表現自我榮耀班級	表演與比賽	表演與比賽成績	無
第十一週	1	健康與運動	校訂 作息規律、飲食 均衡 體能優質、身心	1. 認識均衡飲食的重要。 2. 運動對身體健康的重	均衡飲食與運動	分組討論家庭暴力法	討論結果發表	無

			和諧	要。				
第十二週	1	認識家庭暴力的方式	綜-J-B3運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	家庭暴力的種類	避免家庭暴力	分組討論家庭暴力法	討論結果發表	無
第十三週	1	英語單字大賽	英-J-B1具備聽、說、讀、寫英語文的基礎素養，在日常生活常見情境中，能運用所學字詞、句型及肢體語言進行適切合宜的溝通與互動。	英語單字讀寫	學會國中1200個英語單字	英語單字讀與寫	測驗	無
第十四週	1	戶外教育	E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。	博物館參訪	認識不同地區文化	學習單學習	學習手冊	無
第十五週	1	勤學	校訂 樂於學習、積極 進取 多元智能、學以 致用	正確的讀書方法、培養勤讀的風氣	瞭解讀書的意義和目的	分組討論	討論結果發表	無
第十六週	1	感恩	校訂 知福惜福、孝親 尊師 關懷鄉土、熱愛	1. 明瞭孝順的意義和重要。 2. 學習愛物惜	教愛師長、愛物惜物	分組討論	討論結果發表	無

			生命	物。				
第十七週	1	學習法規法律	社-J-C1 培養道德思辨與實踐能力、尊重人權的態度，具備民主素養、法治觀念、環境倫理以及在地與全球意識，參與社會公益活動。	認識青少年常用的法律	遵守法律	聽演講	演講記錄	無
第十八週	1	增進同學間的友誼，凝聚班級向心力	E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。	團結班級的方法	增進班級向心力	討論	討論結果發表	無
第十九週	1	增進同學間的友誼，凝聚班級向心力	E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。	團結班級的方法	增進班級向心力	討論	討論結果發表	無
第二十週	1	健康與飲食	校訂 作息規律、飲食 均衡 體能優質、身心 和諧	1. 認識均衡飲食的重要。 2. 運動對身體健康的重要。	均衡飲食與運動	分組討論	討論結果發表	無
第二十一週	1	增進同學間的友誼，凝聚班級向心力	E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。	團結班級的方法	增進班級向心力	討論	討論結果發表	無

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第2及4類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

◎彈性學習課程之第2類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無相關領域「學習表現」，敘明「無」即可。

臺南市立大內國民中學112學年度第二學期七年級彈性學習 自治活動 課程計畫(■普通班□特教班)

課程名稱	自治活動	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共(20)節																																				
彈性學習課程 四類規範	<p>1. ■統整性探究課程 (■主題□專題□議題)</p> <p>2. □社團活動與技藝課程(□社團活動□技藝課程)</p> <p>3. □特殊需求領域課程 身障類:□生活管理□社會技巧□學習策略□職業教育□溝通訓練□點字□定向行動□功能性動作訓練□輔助科技運用 資優類:□創造力□領導才能□情意發展□獨立發展 其他類:□藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. □其他類課程 □本土語文/新住民語文□服務學習□戶外教育□班際或校際交流■自治活動□班級輔導□學生自主學習□領域補救教學</p>																																								
設計理念	培養學生具備民主素養、法治概念與互助合作、討論溝通協調等精神。																																								
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>J-A2 具備問題理解素養，培養思辨的能力，並能反思內容主題，應用於日常生活中，有效處理問題。</p> <p>J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。</p> <p>校訂：打造一所「愛」與「希望」的校園，培育「品德至上、健康第一、終身學習」的新世紀公民。</p>																																								
課程目標	透過班級互動、學校活動，學習民主、法治觀念，進而關周遭事物，並學會尊重差異。																																								
配合融入之 起學科領域或議題	<table border="0"> <tr> <td>■國語文</td> <td>■英語文</td> <td>□英語文融入參考指引</td> <td>□本土語</td> <td>□性別平等教育</td> <td>■人權教育</td> <td>■環境教育</td> <td>□海洋教育</td> <td>□品德教育</td> </tr> <tr> <td>□數學</td> <td>■社會</td> <td>□自然科學</td> <td>□藝術</td> <td>■綜合活動</td> <td>□生命教育</td> <td>■法治教育</td> <td>□科技教育</td> <td>□資訊教育</td> </tr> <tr> <td>■健康與體育</td> <td>□生活課程</td> <td>□科技</td> <td>□科技融入參考指引</td> <td>■安全教育</td> <td>■防災教育</td> <td>□閱讀素養</td> <td>□多元文化教育</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>□生涯規劃教育</td> <td>□家庭教育</td> <td>□原住民教育</td> <td>□戶外教育</td> <td>□國際教育</td> </tr> </table>					■國語文	■英語文	□英語文融入參考指引	□本土語	□性別平等教育	■人權教育	■環境教育	□海洋教育	□品德教育	□數學	■社會	□自然科學	□藝術	■綜合活動	□生命教育	■法治教育	□科技教育	□資訊教育	■健康與體育	□生活課程	□科技	□科技融入參考指引	■安全教育	■防災教育	□閱讀素養	□多元文化教育						□生涯規劃教育	□家庭教育	□原住民教育	□戶外教育	□國際教育
■國語文	■英語文	□英語文融入參考指引	□本土語	□性別平等教育	■人權教育	■環境教育	□海洋教育	□品德教育																																	
□數學	■社會	□自然科學	□藝術	■綜合活動	□生命教育	■法治教育	□科技教育	□資訊教育																																	
■健康與體育	□生活課程	□科技	□科技融入參考指引	■安全教育	■防災教育	□閱讀素養	□多元文化教育																																		
				□生涯規劃教育	□家庭教育	□原住民教育	□戶外教育	□國際教育																																	
表現任務	1、討論結果發表。2、演講紀錄。3、活動實作。4、成果發表。																																								

課程架構脈絡

教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習評量 (表現任務)	自編自選教材 或學習單
第一週	1	開學典禮	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	了解學校規範	遵守學校規範	閱讀校規並討論如何實踐	討論實踐方法	無
第二週	1	孝順為齊家之本	社-J-A1 探索自我潛能、自我價值與生命意義，培養合宜的人生觀。 社-J-C1 培養道德思辨與實踐能力、尊重人權的態度，具備民主素養、法治觀念、環境倫理以及在地與全球意識，參與社會公益活動。	了解孝順的意義	1. 使學生明瞭孝順的意義和重要性 2. 培養孝順父母、尊敬長上、友愛兄弟。	討論孝順應有的認識與做法	確實討論	無
第三週	1	1	禮節為治世之本	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他	了解禮節的意義及培養文質彬彬	1. 注重禮節與服儀	問候師長及遵守糾察隊相關	確實操作

				人， 適切表達自己的意見與感受，運用同理心 及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動	的態度	2. 遵守交通規則	指揮	
第四週	1	地震演練	環 J42參與防災疏散演練	學習地震防逃演練	趴下、掩護、穩住技巧	逃生演練	1. 趴下、掩護、穩住動作確實 2. 逃生三分鐘集結完畢	無
第五週	1	健康促進宣導	健體-E-A2具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	認識健康促進的各面向	保護自我身體健康	聽演講	演講記錄	無
第六週	1	反毒宣導	健體-J-C1具備生活中有關運動健康的道德思辨與實踐能力及 環境意識，並主動參與公益團體活動 ，關懷社會	了解毒品種類及毒品對身體健康的危害	1. 了解毒品分類 2. 了解新興毒品種類 3. 學習反毒八招 4. 觀看影片，確實反毒	聆聽演講、觀看影片	能說出反毒方式	無
第七週	1	學習評量						

第八週	1	放假						
第九週	1	體育活動	<p>健體-J-A1具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄</p> <p>健體-J-C2具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育互相合作及人和諧互動的素養</p>	球類競賽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解球類運動規則 2. 了解運動家精神 3. 瞭解團隊合作的重要性 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 講解規則 2. 實際操作球類比賽 	實作	無
第十週	1	體育活動	<p>健體-J-A1具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄</p> <p>健體-J-C2具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康</p>	球類競賽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解球類運動規則 2. 了解運動家精神 3. 瞭解團隊合作的重要性 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 講解規則 2. 實際操作球類比賽 	實作	無

			生活中培育互相合作及人和諧互動的素養					
第十一週	1	生涯發展宣導	人 J23 認識教育權、工作權與個人生涯發展的關係	職業達人宣導	1. 見賢思齊 2. 指引人生方向	聆聽講座	填寫生涯手冊	無
第十二週	1	忠勇為愛國之本	J27 理解戰爭、和平對人類生活的影響	了解忠勇愛國的意義	1. 使同學了解忠勇的意義及重要性 2. 培養學生堅毅奮發忠貞愛國的優美德行	觀看陸海空軍影片	分享心得	無
第十三週	1	助人為快樂之本	J18 了解平等、正義的原則，並能在生活中實踐 J19 了解社會上有不同的群體和文化，能尊重並欣賞其差異 J20 正視社會中的各種歧視，並能採取行動來關懷與保護弱勢	了解助人的意義	1. 了解幫助他人的意義 2. 培養幫助他人的美德	聆聽經驗分享與觀看影片	口頭分享助人經驗	無
第十四週	1	助人為快樂之本	J18 了解平等、正義的原則，並能在生活中	了解助人的意義	1. 了解幫助他人的意義 2. 培養幫助他人	聆聽經驗分享與觀看影片	口頭分享助人經驗	無

			<p>實踐</p> <p>J19 了解社會上有不同的群體和文化，能尊重並欣賞其差異</p> <p>J20 正視社會中的各種歧視，並能採取行動來關懷與保護弱勢</p>		的美德			
第十五週	1	英語朗讀與自我介紹	英-J-B1具備聽、說、讀、寫英語文的基礎素養，在日常生活情境中，能用運所學字詞、句型及肢體語言進行適切合宜的溝通與互動	精熟課程內容及所學詞彙及語法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熟讀英文課本中的朗讀內容 2. 寫出英語自我介紹內容且能表現 	觀看及學習他人朗讀及自我介紹方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能朗讀出課文內容 2. 能進行一分鐘的英語自我介紹 	無
第十六週	1	學問為濟世之本	國-J-A2透過欣賞各類文本，培養思辨的能力，並能反思內容主題，應用於日常生活中，有效處理問題。	閱讀班級讀物	<ol style="list-style-type: none"> 1. 使學生了解讀書的意義和目的 2. 指導學生正確的讀書方法、培養勤學的風氣 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 閱讀班級讀物 2. 撰寫或分享讀書心得 	能書寫讀書心得	無

			國-J-B3具備欣賞文學與相關藝術的能力並培養創作的興趣，透過文本的反思與分享，印證生活經驗，提升審美判斷力					
第十七週	1	學問為濟世之本	<p>國-J-A2透過欣賞各類文本，培養思辨的能力，並能反思內容主題，應用於日常生活中，有效處理問題。</p> <p>國-J-B3具備欣賞文學與相關藝術的能力並培養創作的興趣，透過文本的反思與分享，印證生活經驗，提升審美判斷力</p>	閱讀班級讀物	<ol style="list-style-type: none"> 1. 使學生了解讀書的意義和目的 2. 指導學生正確的讀書方法、培養勤學的風氣 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 閱讀班級讀物 2. 撰寫或分享讀書心得 	能書寫讀書心得	
第十八週	1	信義為立業之本	社 J-C2培養道德思辨與實踐能	了解誠信的重	1. 使學生了解誠	1. 聆聽經驗分享與觀看影片	口頭分享助人經驗	無

			力、尊重人權的態度，具備民主素養、法治觀念、環境倫理以及在地與全球意識，參與社會公益活動	要性	信的意義與價值 2. 培養學生中誠信實、富於正義的人格	2. 能區分何者為真正的道義		
第十九週	1	信義為立業之本	社 J-C2 培養道德思辨與實踐能力、尊重人權的態度，具備民主素養、法治觀念、環境倫理以及在地與全球意識，參與社會公益活動	了解誠信的重要性	1. 使學生了解誠信的意義與價值 2. 培養學生中誠信實、富於正義的人格	1. 聆聽經驗分享與觀看影片 2. 能區分何者為真正的道義	口頭分享助人經驗	無
第二十週	1	休業式						

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第2及4類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

◎彈性學習課程之第2類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無相關領域「學習表現」，敘明「無」即可。