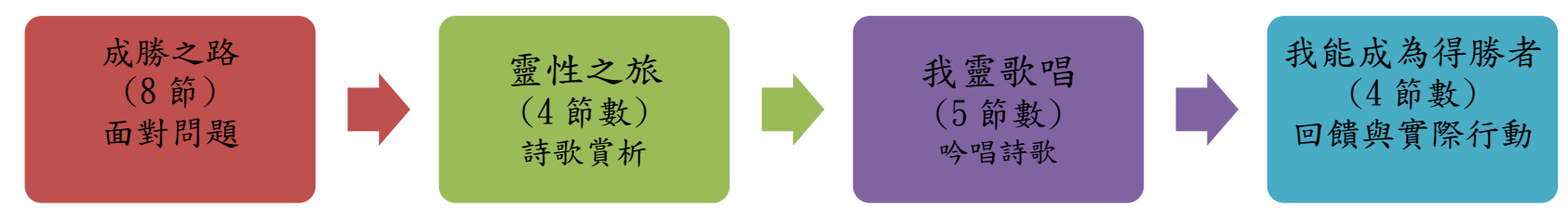


臺南市公(私)立東區長榮中學 112 學年度第一學期七年級彈性學習 人生哲學 課程計畫(■普通班□特教班)

課程名稱	問題處理	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. ■ 統整性探究課程 (■主題□專題□議題) 2. □ 社團活動與技藝課程 (□社團活動□技藝課程)—— 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 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				
設計理念	選擇與責任： <input type="checkbox"/> 了解自我特質， <input type="checkbox"/> 分析個人的獨特性， <input type="checkbox"/> 做出合宜選擇並 <input type="checkbox"/> 肩負責任。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 <input type="checkbox"/> 具備良好的身心發展知能與態度，並 <input type="checkbox"/> 展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。				
課程目標	學生能夠 <input type="checkbox"/> 具備良好的自我特質、 <input type="checkbox"/> 展現負責的態度。				
配合融入之 超學科領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input 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 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 type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input 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 type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育				
表現任務	1 透過課堂學習，能 <input type="checkbox"/> 探究面對問題，並願意下決心克服它，能 <input type="checkbox"/> 運用實際生活中，必須尋求別人幫助的問題。 2 <input type="checkbox"/> 主動參與分組討論活動學習團隊合作。 3 在日常生活中 <input type="checkbox"/> 實踐課堂所學勇敢拒絕誘惑、並集中在能改變的事務上並付諸行動。				
課程架構脈絡					
 <pre> graph LR A[成勝之路 (8節) 面對問題] --> B[靈性之旅 (4節數) 詩歌賞析] B --> C[我靈歌唱 (5節數) 吟唱詩歌] C --> D[我能成為得勝者 (4節數) 回饋與實際行動] </pre>					

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

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	課程大綱介紹及問題處理課程簡介		課本內容	能遵守課程守則、認識課程內容		課堂參與、作業、心得	得勝者協會:問題處理
第 2~8 週	1	成勝之路-面對問題	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,實踐生命意義。 生 J5 覺察生活中的各種迷思,在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨,尋求解決之道。	成勝之路-我能成為得勝者	能覺察得勝者真正的含意、能認識自己優、缺點	體驗遊戲、課本作業、分組討論、腦筋急轉彎遊戲、	課堂參與表現及課本作業表現	得勝者協會:問題處理
第 9~12 週	1	靈性之旅-詩歌賞析	綜 J C2 運用合宜的人際互動技巧,經營良好的人際關係,發揮正向影響力,培養利他與合群的態度,提升團隊效能,達成共同目標。	靈性之旅~詩歌賞析	分享歌的美,分析歌詞的正向能量	以小組進行分詩歌作者的生命故事、分享不同年代詩歌的特色對社會的影響。	課堂參與表現	自編詩歌本
第 13~17 週	1	我靈歌唱-吟唱詩歌	綜 J C2 運用合宜的人際互動技巧,經營良好的人際關係,發揮正向影響力,培養利他與合群的態度,提升團隊效能,達成共同目標。 品 J1 溝通合作與和諧	我靈歌唱~吟唱詩歌	察覺歌詞的意境	團隊吟唱、分組討論分享詩歌詞對自我生命的「神聖的態度」、詩歌影片分享	課堂參與表現	自編詩歌本

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第 18~21 週	1	成勝之路- 我能成為得勝者	<p>人際關係。</p> <p>生 J5 覺察 生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。</p> <p>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。</p>	成勝之路-我能集中力量在能改變的事	能察覺那些事物是可能改變的，那些事物是不能改變的、能瞭解自己可以改變的事並付諸行動能立定志向，付諸行動	遊戲、故事分享、課本作業、小組進行勵志短篇故事分享	作業書寫	得勝者協會:問題處理
-----------	---	------------------	---	-------------------	---	---------------------------	------	------------

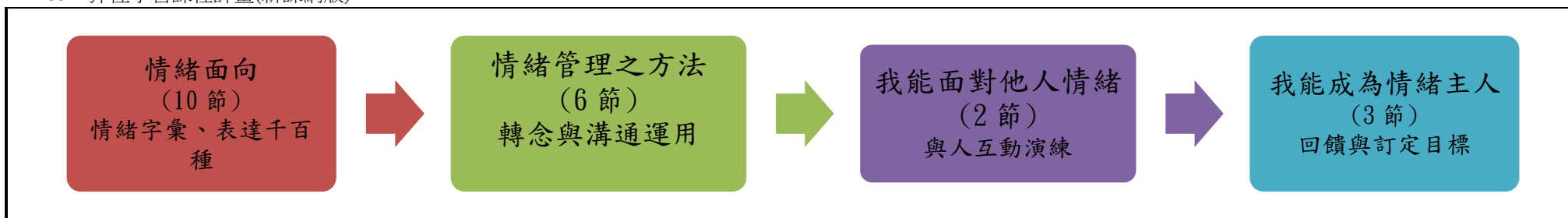
◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

臺南市公(私)立東區長榮中學 112 學年度二學期七年級彈性學習 人生哲學 課程計畫(普通班 特教班)

課程名稱	情緒管理	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	1. <input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input checked="" 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 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	選擇與責任: <input type="checkbox"/> 了解自我特質, <input type="checkbox"/> 分析個人的獨特性, <input type="checkbox"/> 做出合宜選擇並 <input type="checkbox"/> 肩負責任。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 <input type="checkbox"/> 具備良好的身心發展知能與態度, 並 <input type="checkbox"/> 展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。				
課程目標	學生能夠 <input type="checkbox"/> 具備良好的自我特質、 <input type="checkbox"/> 展現負責的態度。				
配合融入之 超學科領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input 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 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 type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input 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 type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育				
表現任務	1 透過完成課本作業, <input type="checkbox"/> 察覺情緒管理的重要性、 <input type="checkbox"/> 運用實例學生能有正向的情緒的表達方式。 2 <input type="checkbox"/> 主動參與分組討論活動學習團隊合作。 3 在日常生活中 <input type="checkbox"/> 實踐課堂所學認識情緒並未情緒命名, 有效表達改善人際關係。				
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	課程大綱介紹及情緒管理課程簡介		課本內容	能遵守課程守則、認識課程內容		課堂參與、作業、心得	得勝者協會:情緒管理
第2~10週	1	情緒面向~ 情緒字彙、表達千百種	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,實踐生命意義。 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係	情緒面向~ 我能對自己情緒負責	1. 運用建立團體成員彼此的關係、幫助學生覺察情緒的定義與重要性 2. 覺察活動豐富學生的情緒感受字彙、	體驗遊戲、課本作業、影片故事分享	活動參與及課本書寫	得勝者協會:情緒管理
第11~16週	1	情緒面向情緒管理之方法~ 轉念與溝通運用	綜-J- C2 運用合宜的人際互動技巧,經營良好的人際關係,發揮正向影響力,培養利他與合群的態度,提升團隊效能,達成共同目標。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	情緒管理之方法~ 我能緩和強烈情緒	1. 運用問題處理原則找出具體可行緩和情緒的方法 2. 運用實例與討論學習了解自己,以及轉換自己情緒的方法	引導討論、故事分享、課本作業、勵志短文分享	小組參與表現及課本書寫	得勝者協會:情緒管理
第17~18週	1	我能面對他人情緒~	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他	我能面對他人的情緒	運用主題活動幫助學生了解情緒對人	遊戲、小組討論、課本作業、影片故	活動及小組參與表現	得勝者協會:情緒管理

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

		與人互動演練	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 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。		際關係的正負面的影響	事分享		
第 19~21 週	1	情緒面向~ 我能成為情緒的主人	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, 實踐生命意義。 生 J4 分析 快樂、幸福與生命意義之間的關係	情緒面向~ 我能成為情緒的主人	分享情緒的重要性與特性、運用演練將情緒管理三部曲做完整的操作、幫助學生了解學習成效並訂定未來目標	遊戲、故事分享、課本作業、小組進行角色扮演	課本作業書寫	得勝者協會:情緒管理

◎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。