

臺南市私立安南區瀛海中學 113 學年度第一學期七年級彈性學習 班級自治活動 課程計畫 (■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	班級自治活動	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	3. □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. ■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	培育學生獨立思考、道德思辨與實踐能力，具備對公共事務的關懷能力、民主法治、關心環境，主動參與公益、關懷生命。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 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。							
課程目標	能獨立思考、道德思辨與實踐，能具備人文關懷、民主法治，能與人溝通互動並主動參與社會公益。							
配合融入之領 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 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 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 checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" type="checkbox"/> 科技教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" 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	參與活動、討論發表、實際操作							
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	自編自選教材 或學習單
第 1 週 ~	2	友善校園	人 J4 了解平等、正義	友善校園 主題討論	1、能開班會 討論制定班	召開班會討論： (1)班級自治規範。	討論發表 班會會議	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 2 週			的原則，並在生活中實踐。		規。 2、能認識霸凌、知道如何減少霸凌事件	(2)校園霸凌行為有哪些，請舉例？ (3)網路霸凌行為有哪些，請舉例？ (4)如何減少霸凌事件？	記錄	
第 3 週 ~ 第 4 週	2	校園安全 校園防災	環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	校園防災 主題宣導 校園安全 主題討論	1、能知道當上課中地震發生時，應如何反應？ 2、能說出如何在校園中注意自己的安全	1、校園安全宣導講座 2、召開班會討論： (1)上課中發生地震，應如何處理？ (2)怎樣在校園中注意自己的安全？	口頭發表 心得報告 討論發表 班會會議 記錄	自編討論題綱
第 5 週 ~ 第 6 週	2	生涯檔案建置 智力測驗	涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。	生涯檔案 建置 智力測驗	1、能理解生涯檔案的定義 2、能說出生涯檔案的功能性與重要性 3、能繕寫生涯檔案紀錄本 4、能理解智力測驗的目	1、說出生涯檔案的定義 2、說出生涯檔案的功能性 3、完成智力測驗	繕寫生涯 檔案紀錄本 智力測驗 施作	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 7 週 ~ 第 8 週	2	海綿生態 環保節能	環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。 環 J9 了解氣候變遷減緩與調適的涵義，以及臺灣因應氣候變遷調適的政策。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。	海綿生態 校園介紹 環保節能 主題討論	的 1、能理解海綿生態校園的意義 2、能認識熱島效應的定義 3、能說出天候與環境的改變、危機有哪些？ 4、能說明環保節能的措施有哪些？	1、說明海綿生態校園的意義 2、說明熱島效應的定義 3、召開班會討論： (1)天候與環境的改變、危機有哪些？ (2)環保節能的措施有哪些？	口頭發表 班會會議 記錄	自編討論題綱
第 9 週	1	敬師愛友	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 生 J17 愛自己與愛他人的能力。 品 J9 知行合一與自我反省。 品 EJU6 欣賞	尊師重道、友愛 同學主題 討論	1、能說出師生互動時應有哪些禮貌？ 2、能說出朋友間互動時應有哪些禮貌？ 3、能分享學習歷程中最	召開班會討論： (1)師生互動、同學互動老師 互動時該注意哪些禮貌？ (2)學習歷程中最敬佩的老師？最要好的朋友？為什麼	口頭發表 班會會議 記錄	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			感恩		敬佩的老師？為什麼？ 4、能分享學習歷程中最要好的朋友？為什麼？			
第 10 週 ~ 第 12 週	3	性侵害與法律常識宣導	性 J5 辨識性騷擾、侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題	性騷擾、侵害與性霸凌的防治	省思與他人的性別權力關係，培養平等互動的能力	1、性騷擾、侵害與性霸凌的防治宣導講座 2「如果天空不下雨」影片 欣賞(來源：衛服部)	心得報告 討論發表	https://www.youtube.com/watch?v=3jpXv0nd08U (來源：衛服部) 自編討論題綱
第 13 週	1	性別平等接納包容	性 J1 接納自我與尊重 納自我與尊重 納自我與尊重 他人的性傾向、性別特質與認同。 性 J4 認識身體自主權相 關議題，維護自己 與尊重他人的身體 性 J12 省思與他人的	性別教育主題宣導 兩性平權主題討論	1、能說出生活中傳統兩性刻板印象？ 2、能說出生活中兩性平權相關事務？ 3、能理解不同性別之間能互相尊重	1、性別平等教育宣導講座 2、召開班會討論： (1) 生活中傳統兩性刻板印象？ (2) 生活中應有相關兩性平權事務？	口頭發表 心得報告 討論發表 班會會議記錄	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			性別權力關係，促進平等與良好的互動。					
第 14 週 ~ 第 15 週	2	家庭教育：我也是 SUPER Junior—新世代的子職角色	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。	認識子職角色	1. 能理解並感恩家人對家庭付出的辛勞。 2. 能規劃家人共同的休閒活動。	小組討論子職角色的內容	課堂討論	自編討論題綱
第 17 週 ~ 第 18 週	2	環境保護	能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。	環境保護主題	1、能了解資源回收的分類有哪些？ 2、能說明如何做到垃圾減量？ 3、法令規定環境保護相關措施	1、「垃圾分類與資源回收」影片欣賞(來源：教育雲教育媒體影音) 2、召開班會討論： (1)資源回收的分類有哪些？ (2)請同學分享如何做到垃圾減量？ (3)法律規定環境保護相關措施	心得報告 討論發表 班會會議 記錄	https://video.cloud.edu.tw/video/co_video_content.php?p=300527 (來源：教育雲教育媒體影音) 自編討論題綱
第 19 週 ~ 第 21 週	3	網路使用規範	法 J3 認識法律之意義與制定。 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。	網路使用 自主自律 與法律規範	1、能了解使用網路時，如何避免個人資料外洩 2、能說明使用網路時，	1、網路安全宣導講座 2、「網路交友三思而後行」影音宣導(來源：全民資安素養網) 3、召開班會討論： (1)使用網路時，如何避免個人資料外洩	心得報告 討論發表 班會會議 記錄	https://isafe.moe.edu.tw/animation/2177?user_type=2&topic=7 (來源：全民資安素養網) 自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			資 J12 了解資訊科技 相關之法律、 倫理及社會議 題，以保護自 己與尊重他 人。		要注意那些 網路禮儀? 3、能從網路 使用違法案 例了解網路 使用規範重 要性	(2)使用網路時，要注 意那些網路禮儀?		
--	--	--	--	--	---	-------------------------	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

臺南市私立安南區瀛海中學 113 學年度第二學期七年級彈性學習 班級自治活動 課程計畫 (■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	班級自治活動	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	3. □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. ■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	培育學生獨立思考、道德思辨與實踐能力，具備對公共事務的關懷能力、民主法治、關心環境，主動參與公益、關懷生命。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 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。							
課程目標	能獨立思考、道德思辨與實踐，能具備人文關懷、民主法治，能與人溝通互動並主動參與社會公益。							
配合融入之領 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 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 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 checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" type="checkbox"/> 科技教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" 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	參與活動、討論發表、實際操作							
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	自編自選教材 或學習單
第1週 ~	2	友善校園 拒菸反毒	人J4 了解平等、正義	友善校園、 拒菸反毒	1、能說出菸、 毒對青少年	1、「防治藥物濫用」反毒 宣導講座	口頭發表 心得報告	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 2 週			的原則，並在生活中實踐。 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J11 道德規範與道德判斷之間的關係與衝突。 生 J12 公共議題中的道德思辨。	主題討論	的危害 2、能認識新型毒品相關資訊。 3、能拒絕菸、毒的處理應對方式	2、召開班會討論： (1)新型毒品及其呈現樣態有哪些？ (2)菸、毒品對青少年的危害 (3)拒絕菸、毒的處理應對方式	討論發表 班會會議 記錄	
第 3 週 ~ 第 4 週	2	校園安全 校園防災	環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	校園防災 主題宣導 校園安全 主題討論	1、能知道當上課中地震、海嘯、火災發生時，應如何反應？ 2、能說出如何在校園中注意自己的安全	1、校園安全宣導講座 2、召開班會討論： (1)上課中發生地震、海嘯、火災，應如何處理？ (2)怎樣在校園中注意自己的安全？	口頭發表 心得報告 討論發表 班會會議 記錄	自編討論題綱
第 5 週 ~ 第 6 週	2	品德教育 三好校園 三貌運動	J9 知行合一與自我反省。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策	品德教育 三好校園 與三貌運動	1、能知道三好校園的意涵 2、能認識本校三貌運動 3、能養成	1、「品德教育」宣導講座 2、召開班會討論：建立品德校園應有的行為	口頭發表 心得報告 討論發表 班會會議 記錄	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			略。品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與		知 善、樂與行的 品德素養			
第 7 週 ~ 第 9 週	3	家庭教育	家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式 家 J12 家庭生活中的性別角色與分工	家庭教育 家庭不同角色需求和諧的家庭互動	1、能理解家庭中不同角色的需求，進而創造家人互動共好的意識與責任 2、能主動做家事 3、能表達對家人的關懷？	1、「給家人的一句話」小卡傳情活動 2、召開班會討論： (1)家庭中有那些不同角色，做哪些事？ (2)如何表達對家人的關懷？	完成「給家人的一句話」小卡片 口頭發表 班會會議 記錄	自編討論題綱
第 10 週	1	海洋教育	海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練與水域求生技能	海洋教育 西式划船 體驗 測功儀	1、能說出海洋休閒與水域活動 2、能操作測功儀 3、能正確使	1、測功儀操作講解 2、救生衣使用時機與穿戴方式 3、召開班會討論： (1)海洋休閒與水域活動有哪些？	態度檢核 口頭發表 實務操作 班會會議 記錄	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					用救生衣，並知道使用時機	(2)水域活動的休閒感？		
第 11 週	1	性侵害與法律常識	性 J5 辨識性騷擾、侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題	性騷擾、侵害與性霸凌的防治	省思與他人的性別權力關係，培養平等互動的能力	1、性騷擾、侵害與性霸凌的防治宣導講座 2「如果天空不下雨」影片 欣賞(來源：衛服部)	心得報告 討論發表	https://www.youtube.com/watch?v=3jpXv0nd08U (來源：衛服部) 自編討論題綱
第 12 週 ~ 第 14 週	3	性別平等 接納包容	性 J1 接納自我與尊重 納自我與尊重 納自我與尊重 他人的性傾向、性別特質與認同。 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體 性 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。	性別教育 主題宣導 兩性平權 主題討論	1、能說出生活中傳統兩性刻板印象？ 2、能說出生活中兩性平權相關事務？ 3、能理解不同性別之間能互相尊重	1、性別平等教育宣導講座 2、召開班會討論： (1) 生活中傳統兩性刻板印象？ (2) 生活中應有相關兩性平權事務？	口頭發表 心得報告 討論發表 班會會議 記錄	自編討論題綱
第 15 週	2	交通安全	綜 1d-III-1	行的安全	1、能瞭解交	1、「行的安全」宣導講	心得報告	https://168.motc.gov.tw/

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

~ 第 16 週			覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。 公 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解 安 J1 理解安全教育的意義。	與路權交通安全規範與新規定	通安全規範與事故處理方式，落實安全駕駛與路權觀念？ 2、能規劃上、放學安全路線 3、能知道上、放學路線愛心商家的	座 2、「路口慢看停」影音宣導(來源：交通安全路口網) 3、召開班會討論： (1)上、放學路線危險路段有哪些？ (2)上、放學路線愛心商家有哪些？	討論發表 班會會議 記錄	theme/video/post/ 1906121100474 (來源：交通安全路口網) 自編討論題綱
第 17 週 ~ 第 18 週	2	生涯教育	涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 綜 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我。	學習資源 探索與資訊整合運用 職群參訪	1、能統整學習經驗，以培養生涯規劃知能。 2、能了解參訪職群內容	1、安排高中職業職群參訪活動 2、填寫生涯輔導紀錄手冊	態度檢核 檔案評量	自編討論題綱
第 19 週 ~ 第 20 週	2	班級自治活動	綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 公 1a -IV-1	學習人際 溝通技巧 團隊合作 團體生活	1、能發展友善互動的態度，進而建立良好的人際關係。 2、能分享班	1、召開班會討論： (1)班級規範修訂檢討 (2) 分享班級團隊合作(或者不合作)的經驗，與產生的結果	討論發表 班會會議 記錄	自編討論題綱

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			理解公民知識 的核心概念		級團隊合作 (或者不合 作)的經驗， 與產生的結 果。			
--	--	--	-----------------	--	---	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。