

臺南市立東原國民中學 114 學年度第一學期七、八、九年級彈性學習 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		自治活動	實施年級 (班級組別)	七八九	教學節數	本學期共(21)節		
彈性學習課程 四類規範		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 checked="" 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		學習民主法治之會議程序，培養互相尊重的美德以及守法守德的觀念。從每週相關議題的探討中，了解學校各面向之宣導，以及現今社會之重要時事。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 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。						
課程目標		經由學生：自我表達能力激發，相關議題集思廣益、自發性提案討論、表決等方式，養成服從多數，尊重少數的風度，使民主法治思想落實於校園，並促使社會更和諧而友善。						
配合融入之領域或議題		<input checked="" 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 checked="" 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 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 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		相關議題 題綱討論和自發性的提案討論、表決等方式						
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

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 1、2 週	2	友善校園你我他	人 J3 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。	公 Bc-IV- 2 文化有什麼關係？ 公 Bc-IV-3 日常生活規範與社會規範如何隨著時間與空間而變動？臺灣社會之族群、性別、性傾向身心障礙相關規範如何變動？ 1. 請試著說明「尊重、包容、法治」的意義 2. 你覺得每個人能夠享有的「人權」是哪些？ 3.在校園裡，你覺得學生應該享有那些「人權」？	了解友善校園「尊重、包容、法治」的意義以及對「人權」意義了解	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿
第 3、4 週	2	友善校園反霸凌	人 J3 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程	公 Bc-IV-3 日常生活規範與社會規範如何隨著時間與空間而變動？臺灣社會之族群、性	學習如何防範霸凌事件和如何通報及處理	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論、表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。	別、性傾向身心障礙相關規範如何變動？ 1.我們該如何防範霸凌事件的發生？又該如何幫助遭受霸凌的人走出傷痛的陰霾？ 2.當我被霸凌時該怎麼辦？ 3.當發現暴力衝突的發生時要如何通報及處理？				
第 5、6 週	2	世界清潔愛地球	環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J5 了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢	自Na-IV-6人類社會的發展必須建立在保護地球自然環境的基礎上 1. 你 知 道「資源回收」有哪些項目嗎？ 2. 在 你 的 生 活 中，可 以 如 何 減 少「塑膠」的使用？	地 球 只 有 一 個，守護地球人人有責	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿
第 7、8 週	2	校園安全：防震、防災	環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會	1. 假如在學校時正好發生地震或天然災害時，	防震、防災知道正好發生地震或天然災害時，逃生的順	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			發展與經濟產業的衝擊。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。	你知道逃生的順序嗎？請舉例說明之。 2. 請列舉「緊急避難包」需準備的東西及放置的位置？3. 是否知道自己居家附近的緊急避難所？如何查詢？	序和緊急避難所		表決	
第 9、10 週	2	健康促進學校：健康促進護眼睛	健1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 健2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。 1. 當你埋首書堆或使用3C產品時，每40~50分鐘要休息10分鐘並「凝視遠方」，目的為何？ 2. 在強烈的陽光下活動，若要保護眼睛，該戴上「遮陽	健康促進保護眼睛，靈魂之窗健康第一	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

				帽及太陽眼鏡」,要如何選擇適合的產品?				
第 11、12 週	2	健康衛生護口腔	健1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 健2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。 1. 剛吃完東西,應該直接刷牙還是先漱口? 2. 傳統牙刷還是「電動牙刷」的效果比較好? 3. 每天至少要刷牙幾次?	口腔衛生、牙齒保潔	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿
第 13、14 週	2	生命教育：不用懷疑看人生，要用自信看未來	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索1.當你在家裡或學校遇到傷心難過的事情，你可以怎麼辦？ 2.在報紙或新聞中，你曾經看過什麼自殺事	防治自殺 瞭解生命的可貴	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

				件嗎？3.假設你或你身邊的人有了輕生的念頭，你會怎麼做呢？				
第 15、16 週	2	犯罪被害：預防與保護認知	公 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念 公 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。	公 Bc-IV-1 為什麼會有社會規範？法律與其他社會規範有什麼不同？ 1. 我們該如何預防犯罪行為？ 2. 如果身邊有親友是犯罪被害人，我們可以為他做些什麼？	守法觀念的重要，並且能夠遵守校規	相關議題題綱討論 提案討論表決	相關議題題綱討論 提案討論表決	班級對話紀錄簿
第 17、18 週	2	菸害防制拒吸毒	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康概念。	菸害防制 Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭 1、你知道抽菸會對身體造成什麼影響？ 2、當發現同學抽菸時要如	瞭解青少年抽菸的壞處如何通報及處理	相關議題題綱討論 提案討論表決	相關議題題綱討論 提案討論表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 19-21 週	3	健康促進學校：傳染疾病要防治	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	何通報及處理? 健Fb-IV-4新興傳染病與慢性病的防治策略 1.在密閉空間，疾管局規定要「戴口罩」的原因為何? 2.你知道「新冠肺炎」和「流感」、「感冒」的症狀，最大不同在哪裡?	認識傳染病以及慢性病的防治	相關議題題綱討論 提案討論表決	相關議題題綱討論 提案討論表決	班級對話紀錄簿
-----------	---	----------------	----------------------------	--	---------------	--------------------	--------------------	---------

◎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。

臺南市立東原國民中學 114 學年度第二學期七、八、九年級彈性學習 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		自治活動	實施年級 (班級組別)	七八九	教學節數	本學期共(20)節		
彈性學習課程 四類規範		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 checked="" 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		學習民主法治之會議程序，培養互相尊重的美德以及守法守德的觀念。從每週相關議題的探討中，了解學校各面向之宣導，以及現今社會之重要時事。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 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。						
課程目標		經由學生：自我表達能力激發，相關議題集思廣益、自發性提案討論、表決等方式，養成服從多數，尊重少數的風度，使民主法治思想落實於校園，並促使社會更和諧而友善。						
配合融入之領域或議題		<input checked="" 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 checked="" 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 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 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		相關議題題綱討論和自發性的提案討論、表決等方式						
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	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

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			參考指引或 議題實質內涵					
第 1 週	1	生命教育： 不用懷疑看 人生，要用 自信看未來	1d-IV-2 探 索生命的意 義與價值， 尊重及珍惜 自己與他人 生命，並協 助他人。	輔 Ac-IV- 1 生命歷程、 生命意義與價 值的探索1.當 你在家裡或學 校遇到傷心難 過的 事情，你可以 怎麼辦？ 2.在報紙或新聞 中，你曾經看 過什麼自殺事 件嗎？3.假設 你或你身邊的 人有了輕生的 念頭，你會怎 麼做呢？	防治自殺 瞭 解生命的可貴	相關議題題綱討論提 案討論表決	相關議 題題綱 討論提 案討論 表決	班級對話紀錄簿
第 3、4 週	2	生涯發展與 規劃	1c-IV-1 澄清 個人價值 觀， 並統 整個人能 力、特質、 家人期許及 相關生涯與 學資 訊。	輔 Ca-IV- 1 生涯發展、 生涯轉折與 生命意義的 探索 輔 Ca-IV- 2 自我生涯 探索與統 整。 1.你如 何規劃自己 的讀書、睡 覺與休閒時 間？2.在選擇 志願的時	知道如何規劃 自己的讀書、 睡覺與休閒時 間、如何選擇 志願	相關議題題綱討論提 案討論表決	相關議 題題綱 討論提 案討論 表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

				候，有哪些因素會影響選擇？ 3.當你的志願與家人的意見不同時，你會如何處理？				
第 5、6 週	2	友善校園：反網路霸凌	人 J3 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。	公 Bc-IV-3 日常生活規範與社會規範如何隨著時間與空間而變動？臺灣社會之族群、性別、性傾向身心障礙相關規範如何變動？ 1.在「臉書」的即時動態上，對同學惡意謾罵或散播不實言論，是否構成「網路霸凌」？ 2.當你遇到了網路霸凌，該如何求助？	瞭解網路霸凌的原因和如何以正面的思考去面對它	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿
第 7、8 週	2	交通安全來保腦	公 1a-IV-1 理解公民知識	交通安全公 Bc-IV-	熟悉交通標誌和交通規則，	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			的核心概念 公 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。	1 為什麼會有社會規範?法律與其他社會規範有什麼不同? 1. 在上學途中有看過哪些常見的交通	並且建立安全意識		討論提案討論表決	
第 9、10 週	2	空氣汙染與防治	環 J8 了解台灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。	Me-IV-3 空氣品質與空氣汙染的種類、來源及一般防治方法。1.因應空氣品質惡化通報，民眾應如何做好自我保護? 2.戴口罩的口訣是「開戴壓密」，確實的方法為何?	了解空汙的嚴重性和防治方法	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿
第 11、12 週	2	防災教育動起來	環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。 環 J12 認識	1. 假如在學校時正好發生地震或天然災害時，你知道逃生的順序嗎？請舉例說明之。	防震、防災知道正好發生地震或天然災害時，逃生的順序和緊急避難所	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			不同類 型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	2. 請列舉「緊急避難包」需準備的東西及放置的位置？ 3.是否知道自己居家附近的緊急避難所？如何查詢？				
第 13、14 週	2	法治教育：民主法治與尊重 (含兒童權利公約)	公 1a - IV -1 理解公民知識的核心概念 公 1c-IV -1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。	公 Bc -IV -1 1. 當別人意見與我不同時，怎麼辦？ 2.什麼特質的候選人(如：班級幹部)值得我們投票給他？ 3.雖然是經過大家決議通過的事情，但內心不喜歡，該如何面對？ 4.甚麼是兒童權利公約？我們平常有甚麼需	瞭解尊重少數、服從多數的民主素養 瞭解兒童權利公約的意義	相關議題 題綱討論 提案討論 表決	相關議題 題綱討論 提案討論 表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

				要 注意到的？				
第 15、16 週	2	性別平等拒騷擾	性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。	Db-IV-7 健康性價值觀的建立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。1. 哪些行為算是「性騷擾」的行為？ 2. 哪些性騷擾行為最常出現在班級或是同學、朋友間？ 3. 在面對性騷擾時，你覺得自己應該如何面對並阻止它？ 4. 學校能夠提供的協助是？	知道哪些行為算是「性騷擾」的行為和如何制止它繼續發生或是阻止它	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿
第 17、18 週	2	生涯發展：我的志願	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人	採取行動，才能逐步實現自己目前立定的志願？	學習立定志願。因為有了努力奮鬥的目標，才顯得出生命的意義和	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			期許及相關生涯與學資訊。		價值。			
第 19-21 週	3	家庭教育：傳家之寶	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係	家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫 1. 如果你有一台像哆啦A夢一樣的時光機，你最想回到兒時的哪段時光？為什麼？ 2. 我家有哪些很棒的家規，是我覺得可以繼續傳承的？3.或是不合理的「家規」，我覺得可以如何修正？	知道家規的重要並且傳承與實踐	相關議題題綱討論提案討論表決	相關議題題綱討論提案討論表決	班級對話紀錄簿

◎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。