

臺南市立歸仁國民中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習 班級輔導 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	To be a better man	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: ☐ 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	從培養個人自律出發，進而發展與學校同儕互動、瞭解並遵守社會規範及認知世界趨勢							
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-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	1. 發展個人的主體意識，以及自律自治、自發精進與自我實現的素養。 2. 提升獨立思考、價值判斷、理性決定與創新應變的素養。 3. 發展民主社會所需之溝通互動、團隊合作、問題解決及社會參與等公民實踐的素養。 4. 發展友善的互動知能與態度，建立良好的人際關係，與健康的情感表達和互動，培養團體合作與服務領導的素養，開發及管理各項資源，發揮未來想像，經營與創新生活，並能省思生活美學議題，提升生活品質，展現生活美感。							
配合融入之領域 或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☒ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☒ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☒ 科技融入參考指引			☐ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☐ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 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	討論表決班級事務以及議題探討							
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 週至 第 5 週	5	個人自律與班級 自治	公民 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念。 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。	公民 Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Cc-IV-1 民主社會中的政治參與為什麼 很重要？ Cc-IV-2 公民主社會中為什麼常用投票來做為重要的參與形式？ Cc-IV-3 公平投票有哪些基本原則？	透過召開班會，選舉幹部及制定班規，瞭解民主社會運作的機制，與公平投票的原則。	一、召開班會選舉班級幹部，由導師先說明幹部選舉辦法及幹部職責。 二、由導師指定或學生公推一人擔任臨時主席主持選舉流程。 三、選出班級幹部，及下次會議主席記錄。 四、制定班級常規，請學生說明班規之重要性，並指導學生訂定班規。	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 上台發表	學習單
第 6 週至 第 10 週	5	團隊合作與榮譽 競爭	公民 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念。 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能	公民 Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Cc-IV-1 民主社會中的政治參與為什麼 很重要？ Cc-IV-2 公民主社會中為什麼常用投票來做	透過運動會討論，培養分工合作態度以及凝聚班級向心力。	運動會活動討論 (一) 一、準備活動： 1. 指導學生規劃對運動會相關活動。 二、發展活動： 1. 藉由討論，瞭解各班籌劃項目 2. 成立工作小組，規劃相關事宜主題 三、綜合活動： 1. 分享討論後的心中	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 上台發表	學習單

			以同理心與他人討論。 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。	為重要的參與形式？ Cc-IV-3 公平投票有哪些基本原則？ Ca-IV-3 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？ 輔導活動 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。		想法。 校慶運動會活動討論（二） 一、準備活動： 1. 指導各班規劃對運動會相關活動。 二、發展活動： 1. 藉由討論，確認工作進度。 2. 由活動籌備，讓學生學習團體合作之精神。 三、綜合活動： 1. 分享討論後的心中想法。		
第 11 週至 第 16 週	6	性別平等從我做起	公民 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念。 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人	公民 Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Cc-IV-1 民主社會中的政治參與為什麼 很重要？ Cc-IV-2 公民主社會中為什麼常用投票來做為重要的參與	透過性別議題討論，使學生瞭解遇到性騷擾時該如何保護自己，以及培養學生尊重彼此性別差異的態度。	性騷擾防治 一、準備活動： 1. 蒐集性騷擾防治的資料。 二、發展活動： 1. 明白人身自主權的重要性。 2. 遇到性騷擾時，該如何反應、求助。 三、綜合活動： 1. 討論、教師回饋、記錄。	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 上台發表	學習單

		討論。 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。 社 2a-IV-2 關注生活周遭的重要議題及其脈絡，發展本土意識與在地關懷。 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。 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。	形式？ Cc-IV-3 公平投票有哪些基本原則？ Ca-IV-3 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？ 輔導活動 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。 輔 Db-IV-1 生	性別平等教育 一、準備活動： 1. 老師事先收集性別平等的資料。 二、發展活動： 1. 討論哪些情況屬於性別刻板印象或性別歧視？自己如何避免此種思考？ 2. 當遇到此種情況，練習如何以語言做正確的回應？ 三、綜合活動： 1. 有獎徵答。		
--	--	--	--	--	--	--

				活議題的問題 解決、危機因 應與克服困境 的方法。				
第 17 週至 第 21 週	5	就愛我們不一樣	<u>公民</u> 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念。 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。 社 2a-IV-2 關注生活周遭的重要議題及其脈絡，發展本土意識	<u>公民</u> Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Cc-IV-1 民主社會中的政治參與為什麼 很重要？ Cc-IV-2 公民主社會中為什麼常用投票來做為重要的參與形式？ Cc-IV-3 公平投票有哪些基本原則？ Ca-IV-3 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？ <u>輔導活動</u> Dc-IV-1 同理	透過本土語文(新住民語)與多元文化議題的討論分享，使學生了解族群文化差異性以及社會維持多元文化的重要性。	多元文化教育 一、準備活動： 1. 學生蒐集自家的母語俚語 二、發展活動： 1. 瞭解班上同學來自於哪些族群？ 2. 家中長輩使用的語言是什麼？平時如何對話？ 3. 分享過年時，有哪些不同文化的習俗？ 三、綜合活動： 1. 母語對文化傳承的影響 人權教育 一、準備活動： 1. 蒐集人權教育資料。 二、發展活動： 1. 瞭解不論種族、性別、宗教、政治、言	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 上台發表	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			與在地關懷。 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。 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。	心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。		論、出身，所有人類的尊嚴與權利，都是生而自由與平等的。 2. 討論校規與法律的制訂，與保障人權有何關連？ 三、綜合活動： 1. 分享參與討論之感想。		
--	--	--	---	---	--	--	--	--

◎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。

臺南市立歸仁國民中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習 班級輔導 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱	To be a best man	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: ☐ 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	從培養個人自律出發，進而發展與學校同儕互動、瞭解並遵守社會規範及認知世界趨勢							
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-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	1. 發展個人的主體意識，以及自律自治、自發精進與自我實現的素養。 2. 提升獨立思考、價值判斷、理性決定與創新應變的素養。 3. 發展民主社會所需之溝通互動、團隊合作、問題解決及社會參與等公民實踐的素養。 4. 發展友善的互動知能與態度，建立良好的人際關係，與健康的情感表達和互動，培養團體合作與服務領導的素養，開發及管理各項資源，發揮未來想像，經營與創新生活，並能省思生活美學議題，提升生活品質，展現生活美感。							
配合融入之領域 或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☒ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☒ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☒ 科技融入參考指引			☐ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☐ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 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	討論表決班級事務以及議題探討							
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 週至 第 5 週	4	三反五反健康大躍進:反菸.反毒反霸凌	公民 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。	公民 Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Ca-IV-3 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？ 輔導活動 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 知道菸害對人體健康的傷害 2. 知道毒品對人體健康及家庭社會的危害 3. 知道霸凌對個人心理的傷害及加害者的法律責任	反菸 一、準備活動： 1. 準備討論主題 二、發展活動： 1. 討論吸菸及二手菸對健康的危害 2. 討論哪些是接觸菸害的可能場所？ 3. 吸菸對生活作息、人際互動、社會安全的影響 三、綜合活動： 1. 導師做綜合式總結 反毒 一、準備活動： 1. 準備討論主題 二、發展活動： 1. 討論吸毒對健康的危害 2. 討論哪些是毒販滲透的可能場所？ 3. 吸毒對生活作息、人際互動、社會安全的影響 三、綜合活動： 1. 導師做綜合式總結 反霸凌 一、準備活動：	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 分組上台發表 3. 繪製小組的校園安全地圖	學習單
-----------------	---	--------------------	--	---	--	--	--	-----

						1. 準備討論主題 二、發展活動： 1. 討論霸凌的定義及形式。 2. 討論校園中可能發生霸凌的危險場所？ 3. 被霸凌者該如何自保？霸凌者的法律責任？ 三、綜合活動： 1. 導師做綜合式總結		
第 6 週至 第 10 週	5	團隊合作與榮譽競爭	<u>公民</u> 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念。 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能	<u>公民</u> Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Cc-IV-1 民主社會中的政治參與為什麼 很重要？ Cc-IV-2 公民主社會中為什麼常用投票來做為重要的參與形式？ Cc-IV-3 公平投票有哪些基本原則？	透過校慶園遊會討論，培養分工合作態度以及凝聚班級向心力。	校慶園遊會活動討論 (一) 一、準備活動： 1. 指導學生規劃對園遊會相關活動。 二、發展活動： 1. 藉由討論，瞭解各班籌劃項目 2. 成立工作小組，規劃相關事宜主題 三、綜合活動： 1. 分享討論後的想法。 校慶園遊會活動討論 (二) 一、準備活動：	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 上台發表	學習單

			以同理心與他人討論。	Ca-IV-3 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？ <u>輔導活動</u> Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。		1. 指導各班規劃對園遊會相關活動。 二、發展活動： 1. 藉由討論，確認工作進度。 2. 由活動籌備，讓學生學習團體合作之精神。 三、綜合活動： 1. 分享討論後的心中想法。		
第 11 週至 第 16 週	6	愈在地・愈國際	<u>公民</u> 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念。 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 <u>綜合</u> 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能	<u>公民</u> Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Cc-IV-1 民主社會中的政治參與為什麼 很重要？ <u>輔導活動</u> Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	藉由認識歸仁與猶太人過節的特有習俗，以培養學生關愛鄉土，開闊國際視野。	認識家鄉文化： <u>歸仁過半年節</u> 一、準備活動： 1. 指導學生蒐集對歸仁過半年節的資料。 二、發展活動： 1. 藉由討論，瞭解歸仁過半年節的歷史沿革與儀式進行。 2. 撰寫小組研究報告 三、綜合活動： 1. 分享討論後的心中想法。 培養國際視野 <u>猶太人過逾越節</u> 一、準備活動： 1. 指導學生蒐集對猶	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 上台發表	學習單

			以同理心與他人討論。			太人逾越節的資料。 二、發展活動： 1. 藉由討論，瞭解猶太人逾越節的歷史沿革與儀式進行。 2. 撰寫小組研究報告 三、綜合活動： 1. 分享討論後的心中想法。		
第 17 週至 第 21 週	5	交通安全與防溺宣導	公民 1a-IV-1 理解公民知識的核心概念。 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社會 綜合 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。	公民 Aa-IV-2 現代公民必須具備 哪些基本的德性？為什麼？ Cc-IV-1 民主社會中的政治參與為什麼 很重要？ 輔導活動 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 知道交通意外發生的原因及建立防禦駕駛(腳踏車)的習慣 2. 知道騎乘機車腳踏車不戴安全帽的後果 3. 知道溺水事件可能發生的場域 4. 知道戲水活動前必須具備的安全防護措施及觀念 5. 知道防溺措施的步驟及	交通安全 一、準備活動： 1. 播放學生常見的交通安全事故影片 二、發展活動： 1. 藉由討論，瞭解發生交通事件的原因及造成的傷害。 2. 撰寫小組研究報告 三、綜合活動： 1. 分享討論後的心中想法。 防溺宣導 一、準備活動： 1. 播放學生戲水活動發生溺水事件的新聞 二、發展活動： 1. 藉由討論，瞭解發生溺水事件的原因及	1. 課堂表現(參與度及積極度) 2. 上台發表	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

					CPR 的重要性	造成的傷害。 2. 撰寫小組研究報告 三、綜合活動： 1. 分享討論後的心中 想法。		
--	--	--	--	--	----------	--	--	--

◎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。