

臺南市立仁德國民中學115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/□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	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	選擇與責任：個人(組織)追求發展或參與事務時，必須做出合宜選擇並負起應有責任。							
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-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 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	培養學生具備生活實踐能力，涵養關愛自己、社會與自然環境的情懷。							
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								
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	1	整潔	品 EJU4 自律負責。	1.端正儀容 2.愛護環境	1.保持服裝儀容整齊。 2.力求校園及教室環境清潔。 3.愛惜公共物品，注意公共衛生。	請主席主導班級同學，針對討論題綱進行討論。 1.打掃秘訣經驗分享：掃地注意事項?拖地注意事項?擦窗戶注意事項?掃廁所注意事項? 2.推選班上最佳整潔典範同學為?	學生互評	

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

第2~3週	2	性別平等教育	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。	性霸凌防治	1. 能瞭解性霸凌之定義。 2. 能分辨出性霸凌之行為。 3. 能避免做出性霸凌之行為	聆聽性別平等宣導。	能說出何謂性霸凌，及與性騷擾之差異	輔諮中心教材
第4週	1	交通安全教育	能瞭解交通規則，並能確實遵守	1. 常見違規行為。 2. 交通安全知識。	1. 能瞭解並遵守交通規則。 2. 能瞭解易發生危險之情境，並避免讓自己置身其中。	聆聽「交通安全」講座	能正確回答交通安全之相關問題	
第5~6週	2	環境教育	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。	氣候之變遷與原因	能瞭解氣候之變遷，並能以實際行動友善環境。	1. 觀賞「環境教育」影片 2. 填寫學習單	完成「環境教育」學習單	「環境教育」學習單
第7週	1	正義	品 EJU8 公平正義。 涯 J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。	1. 友善校園 2. 感恩正義	1. 勿將霸凌別人當作玩笑，如果自己或同學被霸凌欺負，要勇敢的尋求師長協助。 2. 對於對的事，能勇敢表達自己的想法。 處事公平、公正、不偏	請主席主導班級同學，針對討論題綱進行討論。 1. 同學或朋友被欺負了，為朋友兩肋插刀，以牙還牙、尋仇報復是不是勇敢的表現？為什麼？ 2. 看到好朋友考試作弊或投機取巧，你該怎麼做？	學生互評	

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

					私。			
第8週	1	霸凌防制	J19 了解社會上有不同的群體和文化，能尊重並欣賞其差異	不同的群體和文化之差異性	1. 能瞭解霸凌的定義。 2. 能欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	1. 觀看霸凌防制影片。 2. 填寫學習單	完成「霸凌防制」學習單	「霸凌防制」學習單
第9週	1	科學園遊會	能學習科學知識並做手動。		1. 學習科學知識。 2. 學習動手做的能力。	在科學園遊會進行闖關活動。	完成闖關活動	
第10週	1	健康促進	能瞭解自身健康狀況，並增進自身健康的照護能力。	1. 視力保健 2. 口腔衛生	1. 能瞭解視力保健之方法。 2. 能增進口腔衛生知能。	聆聽「健康促進」講座	能正確回答健康促進之相關問題	
第11週	1	運動會進場練習	具備合群的態度與班級榮譽感，培養團隊之默契與班級向心力。		能與同學培養默契，整齊一致完成動作。	練習隊伍行進之動作	能正確完成指定之動作	
第12-13週	2	環境教育	環J2 了解人與遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。	動物保育	1. 瞭解動物保育的重要性。 2. 認識臺灣保育類動物。	1. 觀賞「環境教育」影片 2. 填寫學習單	完成「環境教育」學習單	
第14週	1	性別平等	性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	學習自我認同及與異性相處之道。	1. 能認識自我的性別特質。 2. 能學習與異性相處之道。	聆聽「性別平等」講座	能正確回答性別平等之相關問題	
第15週	1	人權教育	J15 認識基本人權的意涵，並能	憲法對人權之保障	1. 能認識基本人權。	1. 觀看人權介紹影片。 2. 填寫學習單	能說出何謂基本人權	

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

			了解憲法對人權保障的意義		2. 能認識兒童權利公約			
第16週	1	新興毒品	能瞭解毒品之危害，並拒絕毒品之誘惑。	毒品的種類	1. 能辨識毒品 2. 能瞭解毒品的危害 3. 能拒毒毒品的誘惑	1. 聆聽藥物濫用防制宣導 2. 填寫學習單	完成「新興毒品」學習單	「新興毒品」學習單
第17~18週	2	星光歌唱大賽	能欣賞他人的演出		能對別人的表演表達出欣賞之意。	欣賞星光歌唱大賽。	能欣賞別人的演出。	
第19週	1	三好校園-感恩	品 J7 同理分享與多元接納。	1. 知福惜福 2. 回饋付出	1. 滿足現在擁有的一切。 2. 以適當的方式向他人表達感謝。 3. 體貼他人心意，以感恩的態度面對生活，能夠主動協助他人。	討論如何如以具體行動達到學習目標。	學生互評	
第20週	1	生涯發展教育	涯 J4 了解自我的人格特質與價值觀。	瞭解自我人格特質與價值觀	能瞭解自我人格特質與價值觀。	1. 聆聽生涯發展教育演講。 2. 填寫學習單	完成「生涯發展教育」學習單	「生涯發展教育」學習單
第21週	1	防災教育	環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟	災害防治	強化防救行動之責任、態度與實踐力。	1. 觀賞「防災教育」影片 2. 填寫學習單	完成「防災教育」學習單	「防災教育」學習單

◎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。

臺南市立仁德國民中學115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/□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	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		選擇與責任：個人(組織)追求發展或參與事務時，必須做出合宜選擇並負起應有責任。						
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-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 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		培養學生具備生活實踐能力，涵養關愛自己、社會與自然環境的情懷。						
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								
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	1	盡責	品 EJU4 自律負責。	1.重視責任 2.勇於承擔	1.善盡學生應盡的義務與責任。 2.擔任班級及團體的工作能恪盡職責。 3.能對自己	請主席主導班級同學，針對討論題綱進行討論。 1.什麼是責任？目前身為學生的我們，應對誰負責任？ 2. 放學後，我們有哪些應該要完成的事？(如寫功課、做家事…) 3. 如果我不寫功課、不做打	學生互評	

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

					的言行負責。 。	掃工作、不做家事、不遵守交通規則…，會發生什麼事？		
第2~3週	2	性別平等教育	性J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	多元性別的尊重	1. 能瞭解何謂多元性別。 2. 能接納不同的性別。	1. 聆聽性平治宣導。	能說出何謂多元性別	輔諮中心教材
第4週	1	交通安全教育	能瞭解交通規則，並能確實遵守	1. 常見違規行為。 2. 交通安全知識。。	1. 能瞭解並遵守交通規則。 2. 能瞭解易發生危險之情境，並避免讓自己置身其中。	聆聽「交通安全」講座	能正確回答交通安全之相關問題	
第5週	1	拒絕毒品	能瞭解毒品之危害，並拒絕毒品之誘惑	拒絕毒品的方法	能拒毒毒品的誘惑	1. 聆聽藥物濫用防治宣導 2. 填寫學習單	完成「拒絕毒品」學習單	「拒絕毒品」學習單
第6週	1	性別平等	性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	學習接納與認同自我性別，並尊重他人的性別特質。	1. 能認同自我的性別，並破除性別刻板印象。 2. 能欣賞不同性別的特質。	1. 觀看影片。 2. 填寫學習單	完成學習單	
第7週	1	公德	品 J9 知行合一與自我反省。	1. 利己利人 2. 知行合一	1. 從自身做起，將自己的本分及工作做好，不成為團體的破壞份子及自私自利之人。 2. 遵守紀律時時放心中	請主席主導班級同學，針對討論題綱進行討論。 1. 哪些行為是有公德的表現？ 2. 在校園中，你曾發現有哪些缺乏公德心的行為？如何塑造校園公德心？ 3. 為何維護公共設施，才能享受生活的方便和安全？	學生互評	

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

					，努力讓校園生活及環境變得更好。 3.推己及人，發揮公德心，並具有公民意識。			
第8週	1	健康促進	能瞭解自身健康狀況，並增進自身健康的照護能力。	1. 菸害與檳榔防制 2. 性教育(含愛滋防治)	1. 能瞭解菸與檳榔之危害。 2. 能增進愛滋防治的知能。	聆聽「健康促進」講座	能正確回答健康促進之相關問題	
第9週	1	三好校園	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。	說好話、做好事	1. 凡是三思而行，不逞凶、不鬥狠，不意氣用事，不做意氣之爭。 2. 做錯事情勇於認錯並承擔後果。	討論如何如以具體行動達到學習目標。	學生互評	
第10~11週	2	環境教育	環J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。	森林保育	瞭解森林保育的重要性	1. 觀賞「環境教育」影片 2. 填寫學習單	完成「環境教育」學習單	「環境教育」學習單
第12週	1	生涯發展教育	涯 J4 了解自我的人格特質與價值觀。	瞭解自我人格特質與價值觀	能瞭解自我人格特質與價值觀。	1. 聆聽生涯發展教育演講。 2. 填寫學習單	完成「生涯發展教育」學習單	
第13~14週	2	健康促進	能瞭解自身健康狀況，並增進自身健康的照護能力。	1. 健康體位 2. 正確用藥	1. 能瞭解健康體位之重要性。 2. 能增進正確用藥知能。	聆聽「健康促進」講座	能正確回答健康促進之相關問題	
第15週	1	霸凌防制	J19 了解社會上	不同的群體	1. 能瞭解霸	1. 觀看霸凌防制影片。	完成「霸凌	「霸凌防制」學

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

			有不同的群體和文化，能尊重並欣賞其差異	和文化之差異性	凌的定義。 2. 能欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	2. 填寫學習單	防制」學習單	學習單
第16週	1	性別平等教育	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。	性騷擾、性侵害、性霸凌之定義與樣態	1. 能瞭解性騷擾、性侵害、性霸凌之定義。 2. 能分辨出性騷擾、性侵害、性霸凌之行為。 3. 能避免做出性騷擾、性侵害、性霸凌之行為	1. 聆聽性騷擾、性侵害、性霸凌的防治宣導。 2. 填寫學習單	完成「性騷擾、性侵害、性霸凌的防治」學習單	「性騷擾、性侵害、性霸凌的防治」學習單
第17~18週	2	畢業聯歡會	能欣賞他人的演出		能對別人的表演表達出欣賞之意。	欣賞畢業聯歡會。	能欣賞別人的演出。	
第19週	1	人權教育	J19 了解社會上有不同的群體和文化，能尊重並欣賞其差異	不同的群體和文化之差異性	能欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	觀看人權教育影片。	能分享觀看影片心得	
第20週	1	安全教育	能注意水域安全。	水域安全	1. 能判別水域安全與否 2. 玩水時能選擇安全的水域。 3. 避免不安全的戲水行為。	1. 觀看宣導影片 2. 聆聽「水域安全」講座	能正確回答水域安全之相關問題	
第21週	1	自省	品 J9 知行合一與自我反省。	1. 自我反省 2. 改過遷善	1. 知過能改、善莫大焉	請主席主導班級同學，針對討論題綱進行討論。		

C6-1彈性學習課程計畫(其他類)

					。 2.確實反省 、誠實面對 。 3.身體力行 、勇於改過 。	1. 說出這學期自己認為最成功的一件事？ 2. 說出這學期自己認為最失敗的一件事？ 3. 「每日三省吾身」，為什麼要自省？我如何與同學一起努力做好自省的功夫？		
--	--	--	--	--	---	---	--	--

◎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。