

臺南市立土城高級中學國中部 115 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	每兩週上 2 節，本學期共(22)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		1. 透過班級自治活動培養人權法治觀念，了解民主意義與價值，包容不同意見，具備法治觀念，能服從領導並尊重群體的規範。 2. 透過師長講述及影片讓學生瞭解性別特質的刻板化對人造成的負影響，進而學會用合適的方法來表達情感及想法。 3. 透過講座，系統性的生涯檔案建置與管理，幫助學生認識自己、清楚自己與環境的互動關係，以及掌握足夠的生涯資訊，訂定適切於自己的生涯目標。 4. 藉由生涯檔案內容分析，協助學生建立生涯計畫概念、抉擇生涯進路，並做好生涯規劃之預備。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		校定素養 1. 多元學習-適切運用資訊科技：透過講座及宣導影片了解十五職群。 2. 創新精進-思辨研究：能運用生涯檔案，做好生涯規劃。 3. 展現自我-培養具體實踐能力：完成生涯檔案建置。 4. 辨識性別特質的刻板化對個人的影響。 5. 習得性別間合宜的情感表達方式。 6. 探究社會建構下，性別歧視與偏見所造成的困境。						
課程目標		1. 藉由班級自治活動認識民主法治程序。 2. 藉由班級自治活動體驗民主投票過程與規定。 3. 學習品德教育內涵，例如：守法、守時、尊重、禮貌、 公平、正義等。 4. 強化生涯檔案建置的必要性，結合生涯發展理論及學校生涯發展教育課程及活動，使學生能及早對升學及生涯規劃。 5. 破除性別刻板印象，及其造成的影響及困境，並學會用合適的方式來表達情感和想法。						
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		一、 量化部分：1. 學生畢業前每人能完成一本自己專屬的生涯檔案手冊。 						

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			指引或議題實質內涵					
第 1-2 週	2	班級自治活動 主題:訂定新學期班級新規定	1. 了解自己、尊重他人 2. 落實性別平等教育 3. 落實人權教育	1. 能瞭解班級自治的意義 2. 能制定並遵守班級公約	民主法治教育 人權教育 性別平等教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 3-4 週	2	週會:防災教育與演練	1. 認識各式災害 2. 討論在各種災害中保護自己的方法 3. 地震逃生演練實做	1. 能辨識各種人為的危險情境，並演練自我保護的方法 2. 能妥善運用空間，減低危險的發生	防災教育 全民國防教育	1. 觀賞宣導影片 2. 討論發表 3. 情境演練	專心收看並實際完成逃生演練	影片 學習單
第 5-6 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義。	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 7-8 週	2	週會:反霸凌宣導	1. 展現同理心 2. 學習拒絕霸凌的溝通技巧. 3 目睹或遭受霸凌時的求助途徑。	1. 認知面：能精確說出三種以上的霸凌類型。 2. 情意面：培養對受凌者的同理心，建立「零容忍」的校園正義感。 3. 技能面：熟記反霸凌求助專線(1953)並掌握「不隱瞞、不忽視、要勇敢」的應對技巧。	1. 認識霸凌的四大特性。 2. 能了解校園霸凌防制準則及相關法律後果。	1. 觀賞宣導影片 2. 討論發表	1. 自我評量 2. 口頭發表	影片
第 9-10 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義。	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 11-12 週	2	週會:毒品的危害宣導	使反毒、拒毒意識深耕於校園，營造清新健康的學習環境。	能建立正確毒品防制知識與尊重生命的真諦	毒品防制 生命教育	1. 聆聽講座 2. 完成學習單	專心聆聽、完成學習單或參與討論	學習單
第 13-14 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義。	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 15-16 週	2	週會：性別偏見與歧視	1. 辨識性別刻板印象 2. 覺察生活中常見的性別刻板印象自我覺察並修正	破除性別刻板印象，及其造成的影響及困境，並學會用合適的方式來表達情感和想法	1. 何謂性別刻板印象 2. 覺察生活中常見的性別刻板印象自我覺察並修正	了解並識別覺察與修正	專心聆聽並完成學習單或參與討論	學習單 或討論紀錄
第 17-18 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義。	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 19-20 週	2	週會：生涯發展教育講座	1. 了解生涯發展教育相關活動的內涵 2. 了解生涯輔導紀錄手冊的重要性 3. 展現自我-培養具體實踐能力：完成生涯檔案建置創新精進-思辨研究：生涯檔案之應用	了解生涯發展教育的重點及生涯檔案建置與應用的重要性。	1. 學生了解生涯檔案的建置要點及應用，以利於自我規劃與職涯探索 2. 自我檢視生涯輔導紀錄手冊生涯檔案之應用與未來規劃	1. 聆聽輔導室辦理講座，並與講師互動。 2. 探究職群完成學習單	上課聆聽並完成學習單	學習單
第 21 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義。	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄

◎ 教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎ 「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎ 「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎ 依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎ 若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。

臺南市立土城高級中學國中部 115 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 (中系統)	班級自治活動	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	每兩週上 2 節，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	1. 透過班級自治活動培養人權法治觀念，了解民主意義與價值，包容不同意見，具備法治觀念，能服從領導並尊重群體的規範。。 2. 透過師長講述及影片讓學生瞭解性別特質的刻板化對人造成的負影響，進而學會用合適的方法來表達情感及想法。 3. 透過講座，系統性的生涯檔案建置與管理，幫助學生認識自己、清楚自己與環境的互動關係，以及掌握足夠的生涯資訊，訂定適切於自己的生涯目標。 4. 藉由生涯檔案內容分析，協助學生建立生涯計畫概念、抉擇生涯進路，並做好生涯規劃之預備。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	校定素養 1. 多元學習-適切運用資訊科技：透過講座及宣導影片了解十五職群。 2. 創新精進-思辨研究：能運用生涯檔案，做好生涯規劃。 3. 展現自我-培養具體實踐能力：完成生涯檔案建置。 4. 辨識性別特質的刻板化對個人的影響。 5. 習得性別間合宜的情感表達方式。 6. 探究社會建構下，性別歧視與偏見所造成的困境。				
課程目標	1. 藉由班級自治活動認識民主法治程序。 2. 藉由班級自治活動體驗民主投票過程與規定。 3. 學習品德教育內涵，例如：守法、守時、尊重、禮貌、 公平、正義等。 4. 強化生涯檔案建置的必要性，結合生涯發展理論及學校生涯發展教育課程及活動，使學生能及早對升學及生涯規劃。 5. 藉由體育及學術活動增進自我學識及技能並凝聚班級向心力。				
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	一、 量化部分：1. 學生畢業前每人能完成一本自己專屬的生涯檔案手冊。 2. 學生應屆畢業就學率提高，未升學/未就業率下降。 二、 質性部分：1. 學生能透過參與講座，了解檔案建置重要性，更清楚自己的性向、興趣、特質與專長。 2. 學校能實際運用生涯檔案，正確指導學生生涯進路分析與建議。 三、能將民主精神落實在校園生活中。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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 1-2 週	2	班級自治活動 主題：訂定新學期班級新規定	1. 了解自己、尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	1. 能瞭解班級自治的意義 2. 能制定並遵守班級公約	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 3-4 週	2	週會：防災演練	1. 認識各式災害 2. 討論在各種災害中保護自己的方法 3. 地震逃生演練實做	1. 能辨識各種人為的危險情境，並演練自我保護的方法。 2. 能妥善運用空間，減低危險的發生	防災教育 全民國防教育	1. 觀賞宣導影片 2. 討論發表 3. 情境演練	1. 影片觀看 2. 口頭發表	影片 學習單
第 5-6 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 7-8 週	2	週會：校園安全英語活動	了解與校園安全有關之英語	校園安全英文 200 單字	理解並活用英文單字於生活之中	閱讀理解	作業評量	英語單字彙編題庫
第 9-10 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 11-12 週	2	週會：生涯發展教育講座	1. 多元學習-能說出十五職群 2. 了解生涯輔導紀錄手冊的重要性 3. 展現自我-培養具體實踐能力：完成生涯檔案建置創新精進-思辨研究：生涯檔案之應用	了解生涯發展教育的重點及生涯檔案建置與應用的重要性	1. 學生了解生涯檔案的建置要點及應用，以利於自我規劃與職涯探索 2. 了解高中職及五專職群內涵 3. 自我檢視生涯輔導紀錄手冊內容之應用與未來規劃	1. 聆聽輔導室辦理講座，並與講師互動。 2. 探究職群完成學習單	上課聆聽並完成學習單	學習單
第 13-14 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 15-16 週	2	週會：品德領袖選舉	1. 鼓勵學生五育均衡及適性發展 2. 了解自己欣賞他人	能效法同學優良表現	民主法治教育 品德教育	1. 討論發表 2. 楷模學習	1. 自我評量 2. 口頭發表	品德領袖選舉表
第 17-18 週	2	班級自治活動	1. 了解自己尊重他人 2. 落實人權教育 3. 班級自治	能瞭解班級自治的意義	民主法治教育 人權教育	1. 討論發表 2. 情境演練	1. 自我評量 2. 作業評量 3. 口頭發表	班會紀錄
第 19-21 週	2	週會：交通安全講座	1. 了解自己尊重他人 2. 落實法治教育	1. 加強尊重生命的意識	民主法治教育 人權教育	1. 觀賞宣導影片 2. 討論發表	1. 影片觀看 2. 口頭發表	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			2. 建立尊重路權與同理他人的態度。		3. 情境演練		
--	--	--	--------------------	--	---------	--	--

◎ 教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎ 「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎ 「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎ 依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎ 若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。