

臺南市東區私立長榮中學國中部 115 學年度第一學期七年級彈性學習團體活動時間-班級輔導課程計畫

學習主題 名稱	班級 輔導	實施年 級 (班級 組別)	七 (普通班)	教學節數	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					旨在全面支持學生的身心發展，提升學生的社會技能和情感健康，並有效整合校內外的資源，包括教師、家長、社區組織和專業機構，根據學生的反饋和需求，動態調整課程內容和形式，確保課程的有效性和適應性。
本教育階段 總綱核心 素養 或校訂素 養					J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、尊重人權、法治觀念與環境倫理以及在地與全球意識，並主動參與社會公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 J-C2 具備同理、利他、合群能理性溝通的知能與態度，培育與人合作及和諧互動的素養(能尊重、包容、欣賞他人，並能運用合宜的人際互動技巧，適切表達自己的意見與感受，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，提升團隊效能，達成共同目標)。 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.發展個人主體意識並懂得理性溝通與包容，以期培養自律自治與自我實現的素養。 2.培養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。 3.對於社會議題培養其獨立思考、價值判斷、與創新應變的素養。 4.發展友善的互動知能與態度與健康的情感表達和互動，以期建立良好的的人際關係，培養團體合作與服務領導的素養。
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 ☒ 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 ☐ 原住民族教育 ☒ 戶外教育 ☐ 國際教育

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

		☐ 健康與體育 ☒ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引						
表現任務		1. 學生能夠有個人主體意識，主動發表自己的看法和意見。 2. 學生能夠說明探討不同議題的重點和內容，並主動討論表決班級事務。						
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 2 週	2	法治教育 民主素 養教育	民主投票	1. 現代公民必須具備哪些基本素養。 2. 民主社會中政治參與的重要性。 3. 公民投票的重要性。 4. 公平投票的基本原則。	透過召開班會，選舉班級幹部、制定班規，去瞭解民主社會運作的機制，與公平投票的原則。以期達成個人自律自治與提升民主素養。	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。 (由導師指定或學生公推一人擔任臨時主席主持選舉流程。 二、選出班級幹部。 三、制定班級常規，請學生討論班規之重要性，並輔導學生訂定班規。	1. 課堂表現 (參與度及積極程度) 2. 上台發表	
第 4 週	2	兒童權利公約	1. 了解兒童有哪些權利	1. 維護兒童生存與發展權。 2. 優先考量兒少最佳利益	透過專題演講、影片討論，讓學生了解兒童權利公約之內容。	一、活動主題：巧克力的黑暗面 二、影片連結 20161230 中天新聞 巧克力的黑暗面 成千上萬童工苦澀 https://www.youtube.com/watch?v=Rd_qK0e2Dt4 三、議題討論 1. 公平交易是否是解決貧困問題的有效方法？	1. 課堂表現 (參與度及積極程度) 2. 上台發表	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						2. 我們可以做什麼來幫助那些受到剝削的兒童?這是否是我們的責任? 四、專題演講		
第 6 週	2	法治教育	1. 法律基礎知識的掌握：學生了解憲法、基本法、民法、刑法等法律的基本內容和原則。 2. 權利與義務的認識：清楚自身的權利與義務，理解公民在法律中的地位。	法律與法治的意義	1. 守法行為：自覺遵守法律規範，不做違法的事。 2. 參與法治活動：積極參加與法律相關的講座、模擬法庭、校內法治宣傳活動等。 3. 依法維權：在受到侵害時，懂得通過合法途徑維護自身權益。	一、活動主題：認識國民法官 二、影片連結 什麼是國民法官?我可以當國民法官嗎? https://www.tph.moj.gov.tw/4421/4475/632364/1139738/post 三、議題討論 1. 請問國民法官如何產生?其資格為何? 2. 國民法官可以協助審理什麼案件? 3. 如果有機會,你願意擔任國民法官嗎?為什麼?	1. 課堂表現 (參與度及積極程度) 2. 上台發表	
第 8 週	2	生命教育	1. 對生命懷有感恩與敬畏，珍惜個人及他人的生命。 2. 能體會他人的情感與處境，展現同理心。	終極關懷	1. 幫助學生理解生命的尊嚴、平等與獨特性，培養尊重生命的態度。 2. 了解生命的價值與意義，認識生命的多樣性與珍貴。	一、活動主題：希望的魔法 二、影片連結 嘉義市殯葬管理所 112 年生命教育影片徵片比賽第一名-希望的魔法 https://youtu.be/ldhn80PA6dk?si=sVY4Fb1FLWIdsEmE 三、議題討論 1. 分享彼此有無面對親友離世的經驗? 2. 思考面對親友的離世,我們可以透過怎樣的方式協助自己盡快回復正常的生活?	透過課堂討論、實務活動(如服務學習)、自省與反思的方式來達成。	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 10 週	2	家庭教育 家庭暴力防治 教育	1. 了解家庭教育對個人與社會影響 2. 了解如何防治家庭暴力	家庭互動關係 與溝通技巧	1. 了解何謂子職 2. 了解動機、情緒、壓力與溝通間的關係，並應用於親子關係 3. 瞭解家暴法保護對象及相關法規瞭解相對人違反保護令之法律效果	一、活動主題：陪伴「三心二意」：親子關係長長久久 二、影片連結 參考資料：青少年幸福家庭教育-親子衝突 https://www.youtube.com/watch?v=VOLA4FVkJcQ 三、議題討論 1. 如何邀請孩子如何共學？ 2. 如何聊心事-如何放下情緒轉換心情？ 3. 如何做到溝通三心(信心、耐心、寬心) 四、專題演講	1. 課堂表現 (參與度及積極程度) 2. 上台發表	
第 12 週	2	安全防災教育	在模擬災害情境中展示自救與互救能力。	災害風險的管理	1. 綜合運用各種災害的防災知識與技能，提升自救與互救的能力。	2. 活動主題：防颱總動員 3. 影片連結 1. 地震、颱風、火災、水災 好可怕？四招教你安全應對！ 賑災基金會 X 臺灣吧 https://www.youtube.com/watch?v=V1GNAcgRG1U 2. 防颱準備 https://www.tfdp.com.tw/cht/index.php?code=list&ids=18 4. 議題討論 1. 台灣每年約有 1000 次有感地震、3-4 個颱風侵襲，一定要準備一個防	1. 課堂表現 (參與度及積極程度) 2. 上台發表 3. 觀察並評估學生在綜合防災演練中的表現，特別是應變能力與協作精神。	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						災背包,有備無患。請問,防災背包中要準備什麼物品?請舉例說明。 5. 2. 颱風來臨前,要做什麼準備,請至少列舉兩件事。		
第14週	2	資訊教育	1. 培養數位公民意識,尊重智慧財產權,注重資訊安全與隱私保護。 2. 展現數位倫理,避免不當使用資訊科技(如網路霸凌或侵權行為)。	從AI到量子技術的全球影響力	1. 培養學生對智慧財產權、資訊安全、網路隱私等議題的正確認知與行為。 2. 鼓勵學生利用資訊科技進行創意發想與專案實作,培養創新能力。	3. 活動主題:改變未來的黑科技 4. 文章連結 除了AI,還有哪些科技將影響全世界?120位專家票選「10大未來黑科技」預示投資新方向 https://www.wealth.com.tw/articles/c088ea8e-91a2-4cb9-8319-e17b8be6a18d 三、議題討論 1. 你認為以上的未來科技,哪一項是對未來社會影響最重要的黑科技? 5. 2. 從你認為的最重要的未來科技,可以應用在哪些領域?它們如何改變我們的世界?	分組討論並分享心得。	
第16週	2	品德教育 性別平等教育	1. 理解性別平等的基本概念,包括性別多樣性和性別角色的社會影響。 2. 學會分析道德兩難問題,形成合乎倫理的解決方案。	身體自主權的尊重與維護與性別權力關係與互動	學生的心靈是一畝良田,所有學習的果效都由心發出。 誠如聖經箴言 4:23 你要保守你心,勝過保守一切,因為一生的果效是由心發出。 透過課程安排及討論活動,幫助學生更積極面對生命,看重自	一、活動主題:戀愛練工坊~愛情的選擇題。 二、相關網頁 1. 勵馨基金會: https://www.goh.org.tw/about/ 2. 未成年懷孕求助網站: https://257085.sfaa.gov.tw/ 三、議題討論 1. 面對非預期的懷孕有哪四種抉擇方式?分別的困難點是什麼?	透過故事討論、角色扮演、案例分析及多元文化活動來達成,從而促進學生全方位的成長與發展。	

					己、尊重他人、與神建立良好的關係，以提升靈性生命成為身、心、靈整合的全人。	2. 避孕的方式有哪些？ 3. 在愛情裡，兩個人對感情進展速度的想法如果不一致，我還不想和交往對象發生性行為，我可以怎麼做？		
第 18 週	2	安全逃生教育	1. 熟悉校園及家庭的安全逃生路線和避難場所。 2. 鼓勵學生在緊急情況下與他人合作，協助弱勢群體進行安全撤離。	日常生活安全	1. 掌握基本的逃生知識，如低姿匍匐前進、掩護頭部、正確使用滅火器等。 2. 在實際演練或緊急情況中，能快速且有序地撤離至安全地點。	一、活動主題：日常生活安全 二、相關影片 1. 火場生存術(完整版-中文) https://www.youtube.com/watch?v=oQMLIpCp-D8 2. 【60 秒破除火場迷思】防火宣導影片 https://www.youtube.com/watch?v=s15CfLMW20s 3. 如何防火保命 內政部提醒:預防 7 要點、逃生 6 要訣 https://www.moi.gov.tw/News_Content.aspx?n=2&s=139079 4. 火災知識 https://www.tfdp.com.tw/cht/index.php?code=list&ids=17 三、議題討論 1. 請問「火災預防 7 要點」分別是哪 7 點？ 2. 請問火警時,應變逃生 6 要訣「5 不 1 原則」為何？ 3. 請問遭遇火災,第一件事情要做什么？	透過模擬演練、案例影片、災害遊戲體驗及實務操作訓練來實現，幫助學生在危機中具備自救與互助能力。	無

第 20 週	2	戶外教育 環境教育	1. 瞭解基本的生態原則，以及人類與自然和諧共生的關係。 2. 認識全球性的環境議題及其對人類社會的影響，並瞭解相關的解決對策。 3. 關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 4. 能藉由各種媒介探究國內外環境問題，歸納其發生的可能原因，並提出可能的解決方法。	1. 戶外教育的批判與思考、環境倫理。 2. SDGs17 個目標。	1. 了解自然環境的功能與人類的關係。 2. 了解台灣所面臨的汙染與危機。 3. 了解保護海洋的實際做法，並在生活中落實。	一、活動主題：永續生活型態、消失中的台灣石虎 二、相關影片 1. 什麼是永續發展目標 SDGs? https://www.youtube.com/watch?v=I1rkboxoYLDI&t=161s 2. 《地球的孤兒：台灣的精靈》台灣石虎：最強虎力計畫 https://www.youtube.com/watch?v=Tq_oPyHES1E 三、議題討論 1. 請討論 SDGs17 個目標，思考環境與人的關係？ 2. 為了達成永續生活型態，我們應如何身體力行？ 3. 對於瀕臨絕種的石虎，該如何保育與復育？	透過跨學科專題探究、實地考察、社區服務、與專家合作等方式實現，讓學生能在知行合一中體會永續發展的重要性。	
第 22 週	2	寒假安全教育 宣導、 詐騙防治、 交通安全	1. 掌握基本的防詐騙知識，如保護個人資料、辨識詐騙訊息的方法。 2. 能分析可疑資訊，識別詐騙訊息的特徵（如不合邏輯的內容、	1. 熟悉與詐騙防治相關的法律規範與處罰（如刑法第339條關於詐欺罪的規定）。 2. 熟練運用防詐騙資源（如反詐騙專線	1. 培養學生對詐騙手法的辨識能力，增強防範意識，減少受騙風險。 2. 遇到疑似詐騙情況時，能保持冷靜，採取正確的處置步驟，避免進一步損害。	一、活動主題：休業式 二、相關政令宣導	透過講座方式來實現，幫助學生提升防範詐騙的實務能力與法律素養。	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			急於要求匯款等)。	165、官方網站) 進行查詢與求助。				
--	--	--	-----------	--------------------	--	--	--	--

- ◎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。

臺南市東區私立長榮中學國中部 115 學年度第二學期七年級彈性學習團體活動時間課程計畫

學習主題名稱	班級輔導	實施年級 (班級組別)	七	教學節數	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	旨在全面支持學生的身心發展，提升學生的社會技能和情感健康，並有效整合校內外的資源，包括教師、家長、社區組織和專業機構，根據學生的反饋和需求，動態調整課程內容和形式，確保課程的有效性和適應性。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、尊重人權、法治觀念與環境倫理以及在地與全球意識，並主動參與社會公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 J-C2 具備同理、利他、合群能理性溝通的知能與態度，培育與人合作及和諧互動的素養(能尊重、包容、欣賞他人，並能運用合宜的人際互動技巧，適切表達自己的意見與感受，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，提升團隊效能，達成共同目標)。 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.發展個人主體意識並懂得理性溝通與包容，以期培養自律自治與自我實現的素養。 2.培養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。 3.對於社會議題培養其獨立思考、價值判斷、與創新應變的素養。 4.發展友善的互動知能與態度與健康的情感表達和互動，以期建立良好的人際關係，培養團體合作與服務領導的素養。				
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	1.學生能夠有個人主體意識，主動發表自己的看法和意見。 2.學生能夠說明探討不同議題的重點和內容，並主動討論表決班級事務。				
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	4	法治教育 人權教育	1. 理解公民知識及基本素養。 2. 學習聆聽他人意見，能正確表達自我觀點，並學習以同理心與眾人一起討論。	1. 現代公民必須具備哪些基本素養。 2. 民主社會中政治參與的重要性。 3. 公民投票的重要性。 4. 公平投票的基本原則。	透過召開班會，選舉班級幹部、制定班規，去瞭解民主社會運作的機制，與公平投票的原則。以期達成個人自律自治與提升民主素養。	1. 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。(由導師指定或學生公推一人擔任臨時主席主持選舉流程。 2. 選出班級幹部。 3. 制定班級常規，請學生討論班規之重要性，並輔導學生訂定班規。	1. 課堂表現(參與度及積極程度) 2. 上台發表	
第 3~4 週	4	防災教育	能綜合運用所學的防災知識與技能。 在模擬災害情境中展示自救與互救能力。	1. 各種災害情境模擬與綜合應對策略。 2. 模擬災害情境中展示自救與互救能力。	綜合運用各種災害的防災知識與技能，提升自救與互救的能力。	1. 地震避難演練。 2. 進行地震應變演練，評估學生的反應速度與避難姿勢的正確性。 3. 參觀消防局或觀看消防教育影片，學習火災自救技能。 4. 進行綜合防災演練，模擬多種災害情境。	1. 分組討論並分享避難心得。 2. 觀察並評估學生在綜合防災演練中的表	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 5~9 週							現，特別是應變能力與協作精神。	
	10	家庭教育/ 家庭暴力防治教育/ 兒童權利公約	了解家庭教育對個人與社會影響 了解如何防治家庭暴力 了結兒童有哪些權利。	1. 家庭教育相關案例 2. 家庭暴力防治相關影片 3. 兒童權利公約相關案例 /CRC 資訊網	1. 了解何謂子職 2. 了解動機、情緒、壓力與溝通間的關係，並應用於親子關係瞭解 家暴法保護對象及相關法規瞭解相對人違反保護令之法律效果。	1. 導師先說明講解。 2. 觀看相關議題影片 3. 班級分組討論上台發表。 4. 導師總結輔導說明。	1. 課堂表現（參與度及積極程度） 2. 上台發表	
第 10~13 週	8	安全教育	1、了解交通安全對個人及社會之重要性 2、了解用路人的權利了解	教育部國教署「國民中小學課程與教學資源整合平臺」/領域議題/相	1. 能辨識道路環境中常見的危險及安全過路口 2. 能安全騎	1. 導師先說明講解。 2. 觀看相關議題影片 3. 班級分組討論上台發表 導師總結輔導說明。	1. 課堂表現（參與度及積極程度） 2. 上台發表	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			如何安全騎乘自行車了解現行交通法規	關議題/檔案分享/安全教育專區	乘自行車 3. 了解搭乘大客車及事故避難逃生 4. 理解如何防範自行車事故傷害知悉交通法規			
第 14~15 週	4	品德教育 生命教育	1. 教育部品德教育促進方案 2. 生命教育中心聖經相關教材	1. 品德教育相關之文章及聖經故事。 2. 國內外生命鬥士相關之文章及故事。	學生的心靈是一畝良田，所有學習的果效都由心發出。 誠如聖經箴言 4:23 你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出。 透過課程安排及討論活動，幫助學生更積極面對生命，看重自己、尊重他	1. 導師先說明講解。 2. 班級分組討論上台發表。 3. 導師總結輔導說明。	1. 課堂表現（參與度及積極程度） 2. 上台發表	無

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 16~18 週					人、與 神建立良好的關係，以提升靈性生命成為身、心、靈整合的全人。			
	6	性別平等教育 性侵害防治教育	1. 性別平等教育法。 2. 教育部友善校園學生事務與輔導工作作業計畫。	1. 性別平等教育法 2. 目前與性別平等相關的社會議題	1. 培養學生具備正確的性別生理、心理知識，建立無性別歧視的教育環境。 2. 培養學生具備人際相處的正確性別態度與禮儀。 3. 增進師生對性別平等教育、性騷擾、性侵害或性霸凌防治的認知及處理能力。	1. 導師先說明講解。 2. 班級分組討論上台發表。 3. 導師總結輔導說明。	1. 課堂表現（參與度及積極程度） 2. 上台發表	
第 19~21 週	6	環境教育 海洋教育	1. 瞭解基本的生態原則，以及人類與自然和諧共生的關係。	1. 目前與環境污染相關的國際議題。	1. 了解海洋的功能與人類的關係。 2. 了解海洋	1. 導師先說明講解。 2. 班級分組討論上台發表。 3. 導師總結輔導說明。 4. 淨灘活動。	1. 課堂表現（參與度及積極程度）	

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			2. 認識全球性的環境議題及其對人類社會的影響，並瞭解相關的解決對策。 3. 關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。 4. 能藉由各種媒介探究國內外環境問題，歸納其發生的可能原因，並提出可能的解決方法。	2. 目前台灣附近海域污染破壞的現狀。 3. 目前國際針對保護海洋的實質做法。	所面臨的污染與危機。 3. 了解目前台灣附近海域的現狀。 4. 了解保護海洋的實際做法，並在生活中落實。		2. 上台發表	
--	--	--	---	---	---	--	---------	--

◎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。