

臺南市私立安平區慈濟中學附設國中部 114 學年度第 1 學期七年級(國一)彈性學習課程計畫(■普通班)

學習主題名稱	班週會	實施年級 (班級組別)	七年級(國一)各班	教學節數	預定每週三下午第五六節，扣除社團活動，本學期共 9 天 18 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	班會課程為重要公民素養培養的過程。藉由會議的提案設計，引發學生思考與反省，並能從討論過程中練習表達意見、批判對話，做出決議、進一步能參與公民行動。同時融入班級內與校內重要活動，例如：制定班規、推舉優良學生、參與校慶主題設計與發想、設計班呼等任務表現，凝聚班級同儕共識，培養團隊分工與合作之能力，在體驗中學習成長，達到全人教育的目標。 週會課程則以通識知能學習為設計主軸，融入十二年國教的 19 項議題與聯合國永續發展目標（SDGs）安排合適的學習內容，結合講座、活動或是參訪等多元方式，提供學生多元體驗與視野。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 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	家庭教育、性別平等教育、家庭暴力防治教育、環境教育、性侵害防治教育等法定重要議題，與運動會、戶外教育、班級自治議題等，透過體驗、實踐、基本與文素養等形式，探討公民議題，學會處理日常生活中的問題，養成道德是非判斷的能力，進而遵守社會道德規範，主動關心公共議題與培養公民意識，關懷生態環境。				
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. 能進行班會流程： (1) 班會開始、主席報告、宣讀上次會議決議案執行情形 (2) 幹部工作報告、討論提案（主題週單元） (3) 臨時動議、推選下次班會代表、導師講評、散會				

2. 全班每次 3 人擔任主席、司儀、紀錄，同學盡可能不重複，讓每個學生皆能體會民主議事的開會過程。
3. 評量方式規劃：班會紀錄簿、教師觀察、口語評量；班級主題週討論單、班級活動後心得撰寫及學習單，學生將其蒐集至學習歷程檔案夾，期末需撰寫學期個人學習省思回饋。
4. 參與學校安排講座並認真聽講與互動；學校大型活動並規畫及參與各班班級事務安排內容、表達自己想法。
5. 能參與並完成各班表演活動，活動結束參與討論與檢討。

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	2	班會一【友善校園週-民主素養】	綜 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。 綜 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 品 J2 重視群體規範與榮譽	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。	1. 理解培養良好品格的重要性 2. 分辨日常行為的優劣 3. 列舉良好品格的行為範例	人權起步走—人權教育 人權兩公約宣導 一、班級公約討論 教學活動： 師生交流討論	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能說出友善校園的定義。	教學影片與班級討論報告
第 2 週	2	班會一【友善校園週-民主素養】	綜 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-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dc-IV-1 同理心、	1. 理解培養良好品格的重要性 2. 分辨日常行為的優劣 3. 列舉良好品格	人權起步走—人權教育 人權兩公約宣導 紫錐花宣導 一、班級事務討論 二、議題討論 單元內容：	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。	教學影片與班級討論報告

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			綜 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 品 J2 重視群體規範與榮譽	人際溝通、衝突 管理能力的培養與正 向經營人際關係。	的行為範例	1. 了解友善校園的意義：在關懷、平等、安全、尊重、友善的基礎上，營造溫馨和諧的校園，讓學生能夠進行快樂而有效的學習。 2. 了解反霸凌的意義與作為。 教學活動： 反霸凌影片觀賞 師生交流討論	2. 學生能說出友善校園的定義。 3. 學生能說出霸凌的類型。 4. 學生能宣示反霸凌決心。	
第 3 週	0	社團時間						
第 4 週	2	校本課程 慈懿日活動【敬師奉茶】	國語文-1-IV-1 以同理心，聆聽各項發言，並加以記錄、歸納。 公-1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 綜合-1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。	國語文-Ac-IV-3 文句表達的邏輯與意義。 公-Ab-IV-2 學生們在校園中享有哪些權利？如何在校園生活中實踐公民德性？ 童-Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	學生能夠藉由各類活動完成任務，從中習得蒐集、分析並開發資源，做出合宜的決定與運用，並進一步能規劃與解決問題、執行展演活動。	1. 於導師與慈誠懿德的引導之，下填寫感恩小卡贈送自己敬愛的師長。 2. 各班邀約任課老師行政老師到班接受奉茶與小組事先準備好的表演 3. 身體力行參與校內敬師活動。	形成性評量 1. 確實完成小卡製作與奉茶儀式及演出 2. 於邀約的過程中，明白應對進退的禮儀 3. 從與師同樂的過程中，拉近與老師的距離，並感受師恩的偉大	
第 5 週		社團時間						

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 6 週		社團時間						
第 7 週		第一次段考週						
第 8 週		社團時間						
第 9 週		反霸凌教育	綜 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。 綜 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 品 J2 重視群體規範與榮譽	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 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。	1. 理解培養良好品格的重要性 2. 分辨日常行為的優劣 3. 列舉良好品格的行為範例	人權起步走—人權教育 人權兩公約宣導 紫錐花宣導 一、班級事務討論 二、議題討論 單元內容： 1. 了解友善校園的意義：在關懷、平等、安全、尊重、友善的基礎上，營造溫馨和諧的校園，讓學生能夠進行快樂而有效的學習。 2. 了解反霸凌的意義與作為。 教學活動： 反霸凌影片觀賞 師生交流討論	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能說出友善校園的定義。 3. 學生能說出霸凌的類型。 4. 學生能宣示反霸凌決心。	教學影片與班級討論報告
第 10 週		永續發展：環保節能	綜合-1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 綜合-3c-IV-2 展現多元社會	童-Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	學生能夠藉由各類活動完成任務，從中習得蒐集、分析並開發資源，做出合宜的決定與運用，並進一步能規劃	一、引導同學為校慶班級攤位提案討論 二、引導同學根據活動前置、當天與後續，進行分組分工 三、對每階段同學執行狀況進行統整與修正 四、強調推廣蔬食與節能環	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能分辨性別歧視	1. 能了解進場動線及停留位置。 2. 能清楚校慶流程。 3. 尊重並欣賞校慶活動及演出。 4. 能在擺攤與享受美食之餘，將

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			生活中所應具備的能力。 健體-2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。		與解決問題、執行校慶義賣活動。	保的重點，把握園遊會討論的核心觀念	的言語及行為 3. 學生能具體舉例如何尊重不同的性別特質。	節能環保的概念寓於中，進而推廣環保與蔬食
第 11 週		社團時間						
第 12 週		校本課程 慈懿日活動【性別平等】	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J8 解讀科技產品的性別意涵。 性 J9 認識性別權益相關法律與性別平等運動的楷模，具備關懷性別少數的態度。	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。健 Db-IV-2 青春身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。健 Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。健 Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明	1. 理解正確的性別互動方式與態度 2. 分辨性騷擾、性侵害、性霸凌 3. 示範違反性自主行為發生時的處理方式	性別平等教育 一、班級事務討論 二、議題討論 單元內容： 透過性別平等教育影片，以及相關議題的討論，引導學生瞭解並尊重不同的性別特質、性別認同與性傾向，讓學生認知個體差異並不會影響能力 1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能分辨性別歧視的言語及行為 3. 學生能具體舉例如何尊重不同的性別特質。	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能分辨性別歧視的言語及行為 3. 學生能具體舉例如何尊重不同的性別特質。	多媒體教材教育與教師自製簡報 PPT

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			性 J10 探究社會中資源運用與分配的性別平等，並提出解決策略	智抉擇。		造無偏見歧視之性別友善環境。 教學活動： 1. 觀賞性別平等教育影片 2. 討論性別平等相關議題 3. 完成省思學習單		
第 13 週		第二次段考週						
第 14 週		社團時間						
第 15 週		心理健康	綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 綜 1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J7 快樂與幸福之間的關係。	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應	1. 透過性向理解與興趣考量，思索未來職涯可能 2. 分析家庭環境職業所帶來的影響 3. 列舉可以維持興趣與延續興趣寓於生活的方法	一、透過講座互動進行討論 二、議題討論 1. 回憶之前生命教育講座與輔導室職業達人活動 2. 鼓勵學生探索生命的意義，珍惜生命的價值 3. 以期增加學生正向思考能力並勇於面對挫折。 4. 分析個人興趣與能力，思考未來職業與應當充實的才能，進行增能規畫。	1. 學生能參與達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能說出自己生命的意義為何。 3. 學生能具體說出面對挫折的方法。	分組討論學習單
第 16 週		社團時間						
第 17 週		校本課程 慈懿日活動【歲末祝福】	綜合-1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能	童-Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊	學生能夠藉由各類活動完成任務，從中習	全校以集會方式，回顧今年校園生活點滴，並透過頒發福慧紅包的儀式，使同學省	形成性評量 檢核點如下 1. 同學能感	集會活動 節目流程 影片回顧

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			力，接納自我，以促進個人成長。 綜合-3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 健體-2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。	合作與團體動力的提升。	得蒐集、分析並開發資源，做出合宜的決定與運用，並進一步能規劃與解決問題、執行展演活動。	思過去，展望未來。	受校園團隊生活的和諧 2. 學生能夠省思過去更懂得珍惜時間 3. 對未來有新的期許與具體規畫	頒發紅包儀式
第 18 週		社團時間						
第 19 週		交通安全	綜 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。 綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 綜 1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	1. 理解培養交通安全與用路人常識的重要性 2. 透過實例深入交通安全的日常危機感 3. 列舉良好品格的行為範例	一、透過講座互動進行討論 二、議題討論 1. 回憶上放學路況交通等等狀況 2. 鼓勵學生探索生命的意義，珍惜生命的價值 3. 以期增加學生正向思考用路人守則具危機意識與真正面對危機時的有效處理方式	1. 學生能參與達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能說出自己生命的意義為何。 3. 學生能具體說出面對挫折的方法。	分組討論學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			源，促進心理 健康。					
第 20 週		第三次段考週						
第 21 週		休業式						

- ◎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。

臺南市私立安平區慈濟中學附設國中部 113 學年度第 2 學期七年級(國一)彈性學習課程計畫(普通班)

學習主題名稱	班週會	實施年級 (班級組別)	七年級(國一)各班	教學節數	預定每週三下午第五六節，扣除社團活動
彈性學習課程 四類規範	4. 其他類課程(戶外教育、班級或校際交流、自治活動、班級輔導)				
設計理念	班會課程為重要公民素養培養的過程。藉由會議的提案設計，引發學生思考與反省，並能從討論過程中練習表達意見、批判對話，做出決議、進一步能參與公民行動。同時融入班級內與校內重要活動，例如：制定班規、推舉優良學生、參與校慶主題設計與發想、設計班呼等任務表現，凝聚班級同儕共識，培養團隊分工與合作之能力，在體驗中學習成長，達到全人教育的目標。 週會課程則以通識知能學習為設計主軸，融入十二年國教的 19 項議題與聯合國永續發展目標（SDGs）安排合適的學習內容，結合講座、活動或是參訪等多元方式，提供學生多元體驗與視野。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 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	家庭教育、性別平等教育、家庭暴力防治教育、環境教育、性侵害防治教育等法定重要議題，與運動會、戶外教育、班級自治議題等，透過體驗、實踐、基本與文素養等形式，探討公民議題，學會處理日常生活中的問題，養成道德是非判斷的能力，進而遵守社會道德規範，主動關心公共議題與培養公民意識，關懷生態環境。				
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. 能進行班會流程： (1) 班會開始、主席報告、宣讀上次會議決議案執行情形 (2) 幹部工作報告、討論提案（主題週單元） (3) 臨時動議、推選下次班會代表、導師講評、散會 2. 全班每次輪流 3 人擔任主席、司儀、紀錄，次同學盡可能不重複，讓每個學生皆能體會民主議事的開會過程。 3. 評量方式規劃：班會紀錄簿、教師觀察、口語評量；班級主題週討論單、班級活動後心得撰寫及學習單，學生將其蒐集至學習歷程檔案夾，期末需撰寫學期個人學習省思回饋。 4. 參與學校安排講座並認真聽講與互動；學校大型活動並規畫及參與各班班級事務安排內容、表達自己想法。 5. 能參與並完成各班表演活動，活動結束參與討論與檢討。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

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 週	2	開學日準備週	公-1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 綜合-1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 綜合-3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 設-a-IV-4 能針對科技議題養成社會責任感與公民意識。	公-Ab-IV-2 學生們在校園中享有哪些權利？如何在校園生活中實踐公民德性？ 童-Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	1. 友善校園講座宣導 2. 登革熱防疫 3. 民主素養 4. 新班級班規與班務交代	藉由講座刑事，講者與聽者的互動，對環境認識與維護環境整潔 釐清人民的基本權利與個人生涯發展的關係。 在講座之後，能夠在班上訂立出班會流程並制定班規，認識班會中各個職位的功能，學習如何參與班級事務	形成性評量 檢核點如下 1. 能理解人民的基本權利（如生存權、教育權、工作權）。 2. 能說出擁有／沒有人權對生活的影響。 3. 能理解召開班會的意義與功能。 4. 投入參與表達意見。	多媒體教材教育與教師自製簡報PPT
第 2 週	0	春節假期						
第 3 週	0	社團時間						
第 4 週	0	和平紀念日						
第 5 週	0	社團時間						
第 6 週	0	段考						
第 7 週	2	校內本位課程 慈懿日【性別平等友善校園】	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 性 J7	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 健 Db-IV-2 青春期身心	1. 理解正確的性別互動方式與態度 2. 分辨性騷擾、性侵害、性霸凌 3. 示範違反性	性別平等教育 一、班級事務討論 二、議題討論 單元內容： 透過性別平等教育影片，以及相關議題的討論，引導學生瞭解並尊重不同	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能分	多媒體教材教育與教師自製簡報PPT

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J8 解讀科技產品的性別意涵。 性 J9 認識性別權益相關法律與性別平等運動的楷模，具備關懷性別少數的態度。 性 J10 探究社會中資源運用與分配的性別不平等，並提出解決策略	變化的調適與性衝動健康因應的策略。 健 Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。 健 Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。	自主行為發生時的處理方式	的性別特質、性別認同與性傾向，讓學生認知個體差異並不會影 1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能分辨性別歧視的言語及行為 3. 學生能具體舉例如何尊重不同的性別特質。 響能力及建立友誼，期能營造無偏見歧視之性別友善環境。 教學活動： 1. 觀賞性別平等教育影片 2. 討論性別平等相關議題 3. 完成省思學習單	辨性別歧視的言語及行為 3. 學生能具體舉例如何尊重不同的性別特質。	
第 8 週	0	社團時間						
第 9 週	0	社團時間						
第 10 週	2	團隊合作【妙手生活團隊展演】	綜合-1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 綜合-3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 健體-2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。	童-Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	學生能夠藉由各類活動完成任務，從中習得蒐集、分析並開發資源，做出合宜的決定與運用，並進一步能規劃與解決問題、執行校慶義賣活動。	一、引導同學為班際籃球賽分組與戰略提案討論 二、引導同學根據活動前置、當天與後續，進行分組分工 三、對每階段同學執行狀況進行統整與修正	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能明白並具備運動家精神 3. 學生能具體舉例如何尊重不同的性別特質。	1. 能了解進場動線及停留位置。 2. 能清楚賽事流程。 3. 尊重並欣賞彼此的表現。 4. 能在運動競賽的過程中鍛鍊身心與團隊精神

第 11 週	2	職業達人分享【性 向認識與生涯探 索】	綜 1b-IV-2 運用問題解決 策略，處理生 活議題，進而 克服生活逆 境。 綜 1d-IV-1 覺察個人的心 理困擾與影響 因素，運用適 當策略或資 源，促進心理 健康。 生 J4 了解自 己的渴望與追 求，如何以適 當的方法達成 目標。 生 J7 快樂與 幸福之間的關 係。	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模 式、生活習 慣與態度的 培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力 的成因、影 響與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困 擾與失落經 驗的因應	1. 理解心理 困擾調適的重 要性 2. 分析可能 造成情緒低落 的原因 3. 列 舉可以調 適 情緒的方 法	一、班級事務討論 二、議題討論 1. 回憶之前生命教育講座與 輔導室職業達人活動 2. 鼓勵學生探索生命的意 義，珍惜生命的價值 3. 以期增加學生正向思考能 力並勇於面對挫折。 4. 分析個人興趣與能力，思 考未來職業與應當充實的才 能，進行增能規畫。	1. 學生能參 與班級事務 討論，表 達自己看法 並尊重他人 發言。 2. 學生能說 出自己生命 的意義為 何。 3. 學生能具 體說出面對 挫折的方 法。	分組討論學習單
第 12 週	2	國中藝文講座【藝 術與生活】	綜 1b-IV-2 運用問題解決 策略，處理生 活議題，進而 克服生活逆 境。 綜 1d-IV-1 覺察個人的心 理困擾與影響 因素，運用適 當策略或資 源，促進心理	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模 式、生活習 慣與態度的 培養。	1. 透過藝術 創作感受 生活之美 2. 理解心理 困擾調適 可透過藝 術行為進 行緩解分 析可能造 成情緒低 落的原因 3. 列舉可以	一、班級事務討論 二、議題討論 單元內容： 舉辦生命教育講座，藉由講 師分享人生經歷， 鼓勵學生探索生命的意義， 珍惜生命的價值， 以期增加學生正向思考能力 並勇於面對挫折。 教學活動： 1. 講師進行演講 2. 講師與學生討論生命議題	1. 學生能參 與班級事務 討論，表 達自己看法 並尊重他人 發言。 2. 學生能說 出自己生命 的意義為 何。 3. 學生能具 體說出面對	分組討論學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			健康。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J7 快樂與幸福之間的關係。	輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應	調適情緒的方法與藝術功能的拓展		挫折的方法。	
第 13 週	0	段考						
第 14 週	2	班會【閱讀素養教育週】	綜合-1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 綜合-3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。 健體-2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。	童-Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	閱讀好書分享。	1. 分享自己的閱讀經驗與心得。 2. 推薦好書與同學共讀。	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能明白並體會閱讀的美好與分享的樂趣	口頭報告與聯絡簿心得分享
第 15 週	0	社團時間						
第 16 週	2	校內本位課程 慈懿日 【反霸凌】	綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 綜 1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習	了解霸凌的定義並能反霸凌	分組討論以下問題 你曾經霸凌或看到有人被霸凌的狀況嗎？你的感受是什麼？ 如果時間可以重來，你會用什麼態度去面對這情況？ 並選出各組代表進行小組結論報告	1. 學生能參與班級事務討論，表達自己看法並尊重他人發言。 2. 學生能明白並體會閱讀的美好與	口頭報告與聯絡簿心得分享

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J7 快樂與幸福之間的關係。	慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應			分享的樂趣	
第 17 週	0	社團						
第 18 週	0	社團						
第 19 週	0	社團						
第 20 週	0	段考						

◎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。