

臺南市立六甲國民中學 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/□體育班)

學習主題名稱 (中系統)		自治活動	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		1. ☐ 統整性探究課程 (☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題) 2. ☐ 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 3. ☒ 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		關係：藉由學生自治活動，提升班級內合作精神，並使學生之間進行互動與交流，以成為現代公民。						
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議題。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 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。						
課程目標		參與學生自治活動，擬訂相關班務計畫，並有效執行，成為具備民主素養與法治觀念的現代公民。						
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		能在學生自治活動踴躍發表自身意見，並培養自身民主素養，成為現代公民。						
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
第一週 8/31~9/4	1	友善校園全校性 宣導	人 J4 了解平等、正義的原 則，並在生活中實 踐。	友善校園環境	了解友善校園的 營造是需要校園 成員共同努力與 實踐	全校性演講	學習單	學習單
第二週 9/7~9/11	1	愛班愛校有品德	2a-IV-1 體認人際關係的重	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝	利用教室布置營 造品德教育之環	相關議題題綱 討論、提案討	相關議題題綱 討論、提案討	學習單

			要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	境。學習欣賞他人的優點和包容別人的缺	論、表決	論、表決	
第三週 9/14~9/18	1	防災教育	環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	防災演練	學習防災演練步驟，認識如何預防災難與危險。	全校性演練	學習單	學習單
第四週 9/21~9/25	1	教師節感恩活動	國 6-IV-6 運用資訊科技編輯作品，發表個人見解、分享寫作樂趣。	教師節感恩活動	認識教師節感恩活動的意義，認知尊師重道的重要性。	全校性活動	學習單	學習單
第五週 9/28~10/2	1	休閒運動	綜 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	體適能	省思本學習階段的學習目標是否達成及如何改善。	班級討論	班級討論	學習單
第六週 10/5~10/9	1	創造多元化生活	綜 V-U-A2 具備系統思考與後設思考的素養，並培養追求真理的情意與態度，以有效處理生活及生命各種議題。	生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	了解自我的價值觀	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第七週 10/12~10/16	1	我的志願我追夢	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	學習家人期許與自我發展衝突的處理。學習立定	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單

			質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。	志願，找出自己生命的意義和價值。			
第八週 10/19~10/23	1	微電車交通安全	社 3d-IV-3 執行具有公共性或利他性的行動方案並檢討其歷程與結果。	微型電動二輪車交通安全注意事項	養成遵守微電車交通安全法規的守法意識。	班級討論	學習單	學習單
第九週 10/26~10/30	1	月經教育要平權	健 1b-IV-1 表達對性別與文化多樣性的理解與尊重 健2a-IV-1 展現自尊與尊重他人的態度與行為	健 Db-IV-1 瞭解青春生理變化與性別特徵，發展正向性別態度 健 Dc-IV-1 探討性別平權與性別角色的社會期待與影響	學生能理解月經是自然現象，並尊重與包容不同性別的生理經驗。鼓勵學生破除對月經的歧視與偏見，建立同理心與尊重。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第十週 11/2~11/6	1	親情倫理	綜 1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	親情倫理	探索自我家庭的親情倫理，要如何在現有基礎下進行親情的維繫。	班級討論	學習單	學習單
第十一週 11/9~11/13	1	性教育、愛滋病防治宣導	健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	愛滋病防治	增強愛滋病的防治相關知能	全校性演講	學習單	學習單
第十二週 11/16~11/20	1	傳家之寶家有規	2a-IV-1 體認人際關係的重	家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與	知道家規的重要並且傳承與實踐	相關議題題綱討論、提案討	相關議題題綱討論、提案討	學習單

			要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係	參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫		論、表決	論、表決	
第十三週 11/23~11/27	1	菸害防制宣導	健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	菸害防治	增強菸害防治相關知能	全校性演講	學習單	學習單
第十四週 11/30~12/4	1	性別差異齊尊重	綜 2b-IV-2 在團體活動中展現尊重與互助的行為。 綜 3a-IV-2 關心社會與生活中的多元文化與價值。	綜 2b-IV-2 了解互動中尊重與同理的行為表現。 綜 3a-IV-2 認識生活中多元性別文化與性別平等觀念。	能參與討論並提出友善性別環境的具體行動方案。能在班級、學校中推動性別友善的自治行動（如班級公約修訂、倡議活動）。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第十五週 12/7~12/11	1	互相表白暖心窩	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	家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	營造和諧的家庭氣氛，懂得感恩家人的付出，並對家人表達愛的回饋。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第十六週 12/14~12/18	1	杜絕家庭暴力生	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	公 Ba-IV-5 公權力如何介入以協助建立平權的家庭和發揮家庭職能	認識何謂家庭暴力，並懂得如何自我保護。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第十七週 12/21~12/25	1	零塑運動一起做	海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。	自 Na-IV-6 人類社會的發展必須建立在保護地球自然環境的	知道減塑對環境的重要，並身體力行，以行動展現愛護環境。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單

				基礎上				
第十八週 12/28~1/1	1	環保教育	環 J4 了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。	永續發展	了解永續發展與地球永存的重要性,身為地球公民應如何達成。	班級討論	學習單	學習單
第十九週 1/4~1/8	1	關懷世界愛地球	環 J4 了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 環 J5 了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢	自 Na-IV-6 人類社會的發展必須建立在保護地球自然環境的基礎上	地球只有一個,守護地球人人有責	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第二十週 1/11~1/15	1	珍惜生命誠可貴	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-1 生命歷程、生命意義與價值的探索	防治自殺,瞭解生命的可貴。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第二十一週 1/18~1/20	1	親密關係要注意	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度,及親密關係的發展歷程。 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。	培養合宜的性別互動與態度。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單

臺南市立六甲國民中學 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/□體育班)

學習主題名稱 (中系統)	自治活動	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	1. ☐ 統整性探究課程 (☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題) 2. ☐ 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 3. ■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	關係：藉由學生自治活動，提升班級內合作精神，並使學生之間進行互動與交流，以成為現代公民。											
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議題。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 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。											
課程目標	參與學生自治活動，擬訂相關班務計畫，並有效執行，成為具備民主素養與法治觀念的現代公民。											
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	能在學生自治活動踴躍發表自身意見，並培養自身民主素養，成為現代公民。											
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				
第一週 2/8~2/12	1	2/11 開學(當週無 自治活動課程)						參考第一週行事曆				
第二週 2/15~2/19	1	友善校園	人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。	友善校園環境	了解友善校園的營造是需要校園成員共同努力與實踐	全校性宣導	學習單	學習單				

第三週 2/22~2/26	1	性別平等拒騷擾	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。	Db-IV-7 健康性價值觀的建立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。	知道哪些行為算是「性騷擾」的行為和如何制止它繼續發生或是阻止它。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第四週 3/1~3/5	1	防震防災演練	環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	防災演練	學習防災演練步驟，認識如何預防災難與危險。	全校性演練	學習單	學習單
第五週 3/8~3/12	1	遠離性暴力威脅	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。	公 Db-IV-1 個人的基本生活受到保障，和人性尊嚴及選擇自由有什麼關聯	了解性騷擾、性侵害與性霸凌。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第六週 3/15~3/19	1	憂鬱自傷防治	人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。	自傷防治	了解自傷防治的重要性，以及如何尋求專業協助。	全校性演講	學習單	學習單
第七週 3/22~3/26	1	模範生推薦會	社 3d-IV-1 規劃與執行社會領域的問題探究、訪查、創作或展演等活動。	模範生推薦	規劃學校的模範生選舉活動，以進行現代化公民投票。	全校性活動	課堂參與	
第八週 3/29~4/2	1	能源大使我最行	能 J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自	增進能源基本概念。養成節約能源的思維、習慣和態度。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單

			能 J5 了解能源與經濟發展、環境之間相互的影響與關聯。	主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。				
第九週 4/5~4/9	1	現代公民我驕傲	公 Aa-IV-2 現代公民必須具備哪些基本的德性？為什麼？ 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	品 J2 重視群體規範與榮譽。	了解現代公民需有的基本德性，以及如何在校園生活中實踐。	相關議題題綱 討論、提案討論、表決	相關議題題綱 討論、提案討論、表決	學習單
第十週 4/12~4/16	1	看見差異懂尊重	綜 2c-IV-2 展現尊重差異、接納多元的態度，促進人際關係的和諧。 綜 2b-IV-3 在團體中能適當表達意見與情緒，並尊重他人表達。	綜 2b-IV-2 理解情緒與行為在人際互動中的影響。 綜 2b-IV-3 探討與練習溝通與衝突解決的方法。	尊重個體差異，理解多元共融的重要性。	相關議題題綱 討論、提案討論、表決	相關議題題綱 討論、提案討論、表決	學習單

第十一週 4/19~4/23	1	認識身體自主權	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J13 了解多元家庭型態的性別意涵。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。 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。	尊重彼此的差異，採取尊重的相處方式。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單
第十二週 4/26~4/30	1	反毒宣講	健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	毒品危害	了解毒品危害相關知能	全校性演講	學習單	學習單
第十三週 5/3~5/7	1	母親節感恩活動	綜 1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	母親節感恩活動	藉由母親節感恩活動，覺察自己與母親的聯繫及親情，進而養成尊親的想法。	全校性活動	學習單	學習單
第十四週 5/10~5/14	1	網路成癮要注意	健 Bb-IV-1 辨識可能危害身心健康的成癮行為，並採取健康的因應行動。 健 Aa-IV-2 面對生活壓力與情緒困擾時，能採取正向的表達與調適策略。	健 Bb-IV-1 探討成癮行為（如網路成癮、遊戲成癮等）對身心健康的影響，並培養自我控制與求助行動。	了解網路成癮對健康、人際與學業的負面影響。並能反思自己的網路使用習慣，並學會設立使用界限。	相關議題題綱討論、提案討論、表決	相關議題題綱討論、提案討論、表決	學習單

第十五週 5/17~5/21	1	視力保健宣導	健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	視力保健	增強視力保健相關知能	全校性演講	學習單	學習單
第十六週 5/24~5/28	1	交通安全	社 3d-IV-3 執行具有公共性或利他性的行動方案並檢討其歷程與結果。	交通安全注意事項	執行交通安全注意事項，並檢討是否有需要修正之處。	班級討論	學習單	學習單
第十七週 5/31~6/4	1	家長職業達人宣導	綜 1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	家長職業分享	探索未來生涯志向，利用家長職業分享提升生涯選擇的多元性。	全校性演講	學習單	學習單
第十八週 6/7~6/11	1	正確用藥宣導	健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	用藥安全	增強用藥安全相關知能	全校性演講	學習單	學習單
第十九週 6/14~6/18	1	多元文化	人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	多元文化	了解多元文化在臺灣的發展趨勢，並學習如何尊重其他文化。	班級討論	學習單	學習單
第二十週 6/21~6/25	1	生命教育	人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。	生命的意義	了解每個人的生命都有其意義，應珍惜生命。	班級討論	學習單	學習單
第二十一週	1	安全水域要知道	健 Cc-IV-1	健 Cc-IV-1	學生能說出常見	相關議題題綱	相關議題題綱	學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

6/28~6/30			水域休閒運動綜合應用	認識水域活動風險與安全守則，能遵守水域安全規範，正確選擇活動地點與裝備，並具備基本自救與救人知能。	水域風險與危險行為，並能理解不同水域（海邊、溪流、泳池）之安全守則。且能辨識適合進行水域活動的安全場所。	討論、提案討論、表決	討論、提案討論、表決	
-----------	--	--	------------	---	--	------------	------------	--