# 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)<br>2.□特殊需求領域課程<br>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<br>資優類:□創造力□領導才能□情意發展□獨立發展<br>其他類:□藝術才能班及體育班專門課程<br>3.■其他類課程<br>□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。<br>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。<br>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<br>□數學☑社會□自然科學□藝術□綜合活動<br>☑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<br>☑生命教育☑法治教育□科技教育☑資訊教育□能源教育<br>☑安全教育☑防災教育□閱讀素養☑多元文化教育<br>☑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<br>校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵 | 學習內容<br>(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<br>8/31~9/4 | 1 | 友善校園全校性宣導 | 人 J4<br>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<br>9/7~9/11 | 1 | 愛班愛校有品德 | 2a-IV-1<br>體認人際關係的重 | 輔 Dc-IV-1<br>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<br>9/14~9/18 | 1 | 防災教育 | 環 J12<br>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<br>9/21~9/25 | 1 | 教師節感恩活動 | 國 6-IV-6<br>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<br>9/28~10/2 | 1 | 休閒運動 | 綜 1b-IV-1<br>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<br>10/5~10/9 | 1 | 創造多元化生活 | 綜 V-U-A2<br>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<br>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<br>10/12~10/16 | 1 | 我的志願我追夢 | 1c-IV-1<br>澄清個人價值觀,並統整個人能力、特 | 家 Dd-IV-2<br>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<br>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<br>10/19~10/23 | 1 | 微電車交通安全 | 社 3d-IV-3<br>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<br>10/26~10/30 | 1 | 月經教育要平權 | 健 1b-IV-1<br>表達對性別與文化多樣性的理解與尊重<br>健2a-IV-1<br>展現自尊與尊重他人的態度與行為 | 健 Db-IV-1<br>瞭解青春期生理變化與性別特徵，發展正向性別態度<br>健 Dc-IV-1<br>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<br>11/2~11/6 | 1 | 親情倫理 | 綜 1a-IV-1<br>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<br>11/9~11/13 | 1 | 性教育、愛滋病防治宣導 | 健 4a-IV-2<br>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<br>11/16~11/20 | 1 | 傳家之寶家有規 | 2a-IV-1<br>體認人際關係的重 | 家 Dc-IV-1<br>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<br>11/23~11/27 | 1 | 菸害防制宣導 | 健 4a-IV-2<br>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<br>11/30~12/4 | 1 | 性別差異齊尊重 | 綜 2b-IV-2<br>在團體活動中展現尊重與互助的行為。<br>綜 3a-IV-2<br>關心社會與生活中的多元文化與價值。 | 綜 2b-IV-2<br>了解互動中尊重與同理的行為表現。<br>綜 3a-IV-2<br>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<br>12/7~12/11 | 1 | 互相表白暖心窩 | 2a-IV-1<br>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<br>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<br>12/14~12/18 | 1 | 杜絕家庭暴力生 | 家 J5<br>了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 | 公 Ba-IV-5<br>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<br>12/21~12/25 | 1 | 零塑運動一起做 | 海 J19<br>了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 | 自 Na-IV-6<br>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<br>12/28~1/1 | 1 | 環保教育 | 環 J4<br>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<br>1/4~1/8 | 1 | 關懷世界愛地球 | 環 J4<br>了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。<br>環 J5<br>了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢 | 自 Na-IV-6<br>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<br>1/11~1/15 | 1 | 珍惜生命誠可貴 | 1d-IV-2<br>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<br>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<br>1/18~1/20 | 1 | 親密關係要注意 | 2a-IV-2<br>培養親密關係的表達與處理知能。 | 家 Db-IV-3<br>合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。<br>健 Db-IV-5<br>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）<br>2. □特殊需求領域課程<br>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<br>資優類:□創造力□領導才能□情意發展□獨立發展<br>其他類:□藝術才能班及體育班專門課程<br>3. ■其他類課程<br>□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。<br>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。<br>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<br>□數學☑社會□自然科學□藝術□綜合活動<br>☑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<br>☑生命教育☑法治教育□科技教育☑資訊教育□能源教育<br>☑安全教育☑防災教育□閱讀素養☑多元文化教育<br>☑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<br>校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵 | 學習內容<br>(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<br>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<br>2/15~2/19 | 1 | 友善校園 | 人 J4<br>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<br>2/22~2/26 | 1 | 性別平等拒騷擾 | 性 J5<br>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<br>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<br>3/1~3/5 | 1 | 防震防災演練 | 環 J12<br>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<br>3/8~3/12 | 1 | 遠離性暴力威脅 | 性 J5<br>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<br>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<br>3/15~3/19 | 1 | 憂鬱自傷防治 | 人 J8<br>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<br>3/22~3/26 | 1 | 模範生推薦會 | 社 3d-IV-1<br>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<br>3/29~4/2 | 1 | 能源大使我最行 | 能 J2<br>了解減少使用傳統能源對環境的影響。 | 綜-J-A2<br>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<br>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。<br>綜-J-C1<br>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<br>4/5~4/9 | 1 | 現代公民我驕傲 | 公 Aa-IV-2<br>現代公民必須具備哪些基本的德性？為什麼？<br>公 Ab-IV-2<br>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<br>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<br>4/12~4/16 | 1 | 看見差異懂尊重 | 綜 2c-IV-2<br>展現尊重差異、接納多元的態度，促進人際關係的和諧。<br>綜 2b-IV-3<br>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<br>理解情緒與行為在人際互動中的影響。<br>綜 2b-IV-3<br>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<br>4/19~4/23 | 1 | 認識身體自主權 | 性 J4<br>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。<br>性 J13<br>了解多元家庭型態的性別意涵。 | Db-IV-3<br>多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。<br>Db-IV-5<br>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<br>4/26~4/30 | 1 | 反毒宣講 | 健 4a-IV-2<br>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<br>5/3~5/7 | 1 | 母親節感恩活動 | 綜 1a-IV-1<br>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<br>5/10~5/14 | 1 | 網路成癮要注意 | 健 Bb-IV-1<br>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。<br>健 Aa-IV-2<br>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<br>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<br>5/17~5/21 | 1 | 視力保健宣導 | 健 4a-IV-2<br>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<br>5/24~5/28 | 1 | 交通安全 | 社 3d-IV-3<br>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<br>5/31~6/4 | 1 | 家長職業達人宣導 | 綜 1c-IV-2<br>探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意<br>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<br>6/7~6/11 | 1 | 正確用藥宣導 | 健 4a-IV-2<br>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<br>6/14~6/18 | 1 | 多元文化 | 人 J5<br>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<br>6/21~6/25 | 1 | 生命教育 | 人 J8<br>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 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 | |