

## 彈性學習課程計畫(校訂課程)

111 學年度嘉義縣中埔國民中學 七 年級第一、二學期彈性學習課程 自治活動 教學計畫表 設計者：嚴孝謹 (表十三之一)

### 一、課程四類規範(一類請填一張)

1.  統整性課程 ( 主題  專題  議題探究)
2.  社團活動與技藝課程 ( 社團活動  技藝課程)
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

### 二、本課程每週學習節數：1

### 三、課程目標：

1. 能展現自己興趣多元能力，接納自我以促進個人成長。
2. 能體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響。
3. 聆聽他人意見，並表達個人觀點。
4. 具同理心，並能相互學習與合作。
5. 能關懷生態環境與重視其他物種的生存權。

### 四、本學期課程內涵：

#### 第一學期：

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/自 編自選教材或 學習單
1 週	校園民主生活	A2 系統思考 與解決問題 C1 道德實踐 與公民意識	社-J-C1 培養道德思辨與 實踐能力、尊重人 權的態度，具備民 主素養、法治觀 念。 社 3c-IV-2 理解成員特質並 相互學習與合作。	理解同學特質，以實踐 民主法治幹部的同學。	班級幹部選舉 1. 自我介紹，並說出小學 我曾擔任過什麼幹部。 2. 我覺得我適合擔任什 麼樣的職務？	能勇於發表 自己的優 點，提供給 同學們認識	班級幹部選舉 學思達如何讓 「班級幹部選 舉」從「不主 動和被迫」變 成「主動與自 願」，甚至勇 於競選？(網 路資料)

2 週	校園民主生活	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	人 J3 了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則。 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？	了解學生在校享有之權利，並透過議會形成共識，以實踐公民德性。	民主議事會 1. 認識開會議程 2. 訂定班級公約	參與討論，並發表個人看法。	影片：公民叮：友善校園與終身學習(4)-開班會囉
3 週	打造美感教室	B3 藝術涵養與美感素養 C2 人際關係與團隊合作	藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。視 1-IV-1 能使用構成要素和形式原理，表達情感與想法。	能使用構成要素表達生活美感。	以埔中三好校園為主軸，融合班級特色及其他議題。	提出個人看法，並參與製作。	
4 週	防災易起來	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	防 J3 臺灣災害防救的機制與運作。 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。	理解災害防救機制與運作，並能做出解決與克服困境的方法。	1. 說出對地震的看法？ 2. 如果發生地震了，該怎麼辦保護自身安全？	參與討論，並發表個人看法。	影片：易讀版防震須知
5 週	從「心」開始-感恩與祝福	B3 藝術涵養與美感素養 C2 人際關係與團隊合作	視 1-IV-1 能使用構成要素和形式原理，表達情感與想法。 綜 b-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。	與他人溝通與合作使用構成要素和形式原理，表達情感與想法。	敬師活動 1. 製作溫馨且具創意的卡片，表達對教師的期待與祝福。 2. 由班長帶領全班向老師勇敢表達「老師，謝謝您！祝您教師節快樂！」	1. 完成卡片製作。 2. 參與活動向師長表達感恩的心。	

					3. 中午於教室播放謝師歌曲-「奉獻」		
6 週	美化綠化愛校園	A3 規劃執行與創新應變 B3 藝術涵養與美感素養	綜 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	運用美學於日常生活中，並維護環境之美	透過實地探索了解校園環境，並善用工具維護校園環境。	參與校園美化綠化工作，營造友善校園。	
7 週	交通安全用路環境篇	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 綜 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	覺察環境危險情境，探討事故發生的因素。	利用 google map 認識上放學路段，並探討可能造成交通事故的原因。	完成學習單，並分享撰寫內容。	學習單：你不可不知-上下學路線危險分析
8 週	交通安全行人篇	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 綜 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	探討事故發生的原因，並能評估或運用最佳處理策略。	1. 交通法規全都錄 宣導最新的交通法規 2. 影片欣賞：行人綠燈過馬路，竟然也被撞？！ 3. 道路殺手「內輪差」現身說法	參與討論，並發表以下看法： 1. 行人穿越馬路時，應該注意哪三件事情？ 2. 為何一般的用路人都要避免跟大型車並行，可能發生哪些危險？什麼是內輪差？ 3. 是否曾在校園周邊看過哪些交通事故或危險情況？應該如何避免？	影片：道路交通管理處罰條例第 78 條

9 週	交通安全保 腦篇	A2 系統思考 與解決問題 C1 道德實踐 與公民意識	安 J4 探討日常 生活發生事故的 影響因素。 綜 3a-IV-1 覺察 人為或自然環境 的危險情境，評估 並運用最佳處理 策略，以保護自己 或他人。	探討事故發生的原因， 並能評估或運用最佳 處理策略。	專人到校演講，分享實際 案例，探討交通安全的重 要性。	專心聆聽， 並發表個人 看法。	
10-11 週	生命教育你 我牠	A2 系統思考 與解決問題 C1 道德實踐 與公民意識	環 J2 了解人與周遭動 物的互動關係，認 識動物需求，並關 切動物福利。 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。	了解人與周遭動物的 互動關係，並探索生命 的意義及尊重及珍惜 自己與他人生命。	影片欣賞 1. 【民視異言堂】十二夜 過後 2. 告別十二夜悲歌	參與討論， 並發表個人 看法。	
12 週	生涯教育講 座	A2 系統思考 與解決問題 B1 符號運用 與溝通表達	涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 綜 1cIV 3 運用生 涯規劃方法與資 源，培養生涯抉擇 能力，以發展個人 生涯進路。	覺察自己能力與興趣， 並運用生涯規劃資源， 培養抉擇能力。	專人到校演講與分享	專心聆聽， 並發表個人 看法。	
13 週	向菸毒說 NO，向健康 說 YES	A2 系統思考 與解決問題 B1 符號運用 與溝通表達 C2 人際關係 與團隊合作	環 E5 覺知人類的 生活型態對其他 生物與生態系的 衝擊。 健體 4b-IV-3 公 開進行健康倡導， 展現對他人促進 健康的信念或行 為的影響力。	覺知生活型態對健康 的衝擊，並倡道及展現 對促進健康的信念或 行為。	專人到校演講與分享，並 習得菸毒問題解決策略。	專心聆聽， 並勇於分享 所聞	
14 週	樂 FUN 埔 中，運動競 賽我最行	B1 符號運用 與溝通表達 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-B1 具備情 意表達的能力，能 以同理心與人溝 通互動，並理解體 育與保健的基本 概念，應用於日 常生活中。	理解運動會競賽，並能 理性溝通及表現利他 的態度。	校慶活動討論 1. 請同學寫出曾經參加 的運動競賽項目。 2. 說明校慶運動會各項 競賽，將適合人員寫於黑	了解運動規 則與賽事， 並評估同儕 運動能力， 選派適當人	

			2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。		板上。	員參與校慶體育競賽項目。	
15 週	樂 FUN 埔中，美化綠化愛校園	A3 規劃執行與創新應變 B3 藝術涵養與美感素養	綜 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	運用美學於日常生活中，並維護環境之美	善用工具維護校園環境，並營造校慶運動會氛圍。	提供想法並參與校園美化綠化工作。	
16 週	閃耀校運，樂 FUN 埔中	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體 1d-IV-3 應用運動比賽各種策略。 健體 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	展現運動潛能，並應用比賽策略解決比賽情境的問題。	校慶運動會 參與趣味競賽及大隊接力。	參與運動會各項活動，並適時的為同學加油打氣。	
17-18 週	危機就在你身邊—校園霸凌	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 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。	正視生活上的各種歧視，並採取行動因應以關懷或保護弱勢。	透過欣賞影片來探討在校園裡常有的霸凌行為，並能說出因應的方法。	參與討論，並發表個人看法。	影片： 1. 生活與法律-被霸凌時，如何保護自己 2. 青春法學園-無所不在的校園霸凌 (1) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=jvnJ">https://www.youtube.com/watch?v=jvnJ</a>

							KD0gqNA (2) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ev_txb9w_cU">https://www.youtube.com/watch?v=ev_txb9w_cU</a> (3) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=AkfbeC1RLGY">https://www.youtube.com/watch?v=AkfbeC1RLGY</a> 3. 青春法學園-校園霸凌事件簿 (1) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=z4nBFfq0IVQ">https://www.youtube.com/watch?v=z4nBFfq0IVQ</a> (2) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8dq0HhD3oCU">https://www.youtube.com/watch?v=8dq0HhD3oCU</a> (3) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=E0LhDZgqvD4">https://www.youtube.com/watch?v=E0LhDZgqvD4</a> 4. 中視【超級法律王】校園霸凌/國中篇
19週	品德教育—不要再當獨	A2系統思考與解決問題	品 J8 理性溝通與問題解決。	能體認人際關係的重要性，並學習理性溝	藉由青春orz反省篇影片欣賞，探討如何勇於承認	參與討論，並發表個人	1. 新北市國民中學品德教育

	行俠	C1 道德實踐 與公民意識	綜 a-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。	通，以正向態度解決問題。	個人錯誤，並接受他人指正與修正行為。	看法。	手冊 2. 參考影片網址 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NQu7nk5Q6yo">https://www.youtube.com/watch?v=NQu7nk5Q6yo</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-WtZS9ZcKjE">https://www.youtube.com/watch?v=-WtZS9ZcKjE</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1bNuYUUDupM">https://www.youtube.com/watch?v=1bNuYUUDupM</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=6GuWnslfduU">https://www.youtube.com/watch?v=6GuWnslfduU</a>
20 週	品德教育— 天使在身邊	A2 系統思考 與解決問題 C1 道德實踐 與公民意識	品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 綜 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。	落實關懷弱勢的行動，並反思關懷弱勢的策略。	青春 orz 關懷篇影片欣賞，並探討關懷的適切性與方法。	分組討論，並發表個人看法。	1. 新北市國民中學品德教育手冊 2. 參考影片網址 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=xly1lqMYM6c">https://www.youtube.com/watch?v=xly1lqMYM6c</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=CSXSzvuhffw">https://www.youtube.com/watch?v=CSXSzvuhffw</a>

							<a href="https://www.youtube.com/watch?v=VYLn5H7tcLo">https://www.youtube.com/watch?v=VYLn5H7tcLo</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=A4PUloziAjk">https://www.youtube.com/watch?v=A4PUloziAjk</a>
21 週	校園生活大回顧	A2 系統思考與解決問題 B1 符號運用與溝通表達 C1 道德實踐與公民意識	品 J9 知行合一與自我反省。 綜 a-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。	學習人際溝通技巧，並以正向態度自我反省。	班級檢討與建議 優點大轟炸與檢視個人行為表現	參與討論，並發表個人看法。	
<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: center;">特教老師簽名：</p> <p style="text-align: center;">普教老師簽名：嚴孝謹</p>							

第二學期：

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/自 編自選教材或 學習單
1 週	校園民主生活	A2 系統思考 與解決問題 C1 道德實踐 與公民意識	社-J-C1 培養道德 思辨與實踐能力、 尊重人權的態度， 具備民主素養、法 治觀念。 社 3c-IV-2 理解 成員特質並相互 學習與合作。	理解同學特質，以實踐 民主法治幹部的同學。	幹部選我一定行 1. 優點大轟炸，推舉適 合人選 2. 不記名投票，並選出 班級幹部	參與討論， 並發表個人 看法。	
2-3 週	青春與法同 行—網路犯 罪面面觀	A2 系統思考 與解決問題 C1 道德實踐 與公民意識	法 J9 進行學生 權利與校園法律 之初探。 綜 3a-IV-1 覺察 人為或自然環境 的危險情境，評估 並運用最佳處理 策略，以保護自己 或他人。	覺察危險情境，運用校 園法律保護自己或他 人。	透過實際案例分析，討論 青少年階段在網路上會 發生的犯罪情形	參與討論， 並發表個人 看法。	影片：中視 【超級法律 王】國中／網 路犯罪
4 週	適性入學宣 導	A1 身心素質 與自我精進 B2 科技資訊 與媒體素養	涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 綜 1c-IV-1 澄清 個人價值觀，並統 整個人能力、特 質、家人期許及相 關生涯與升學資 訊。	覺察自己的能力與趣， 統整個人能力、特質、 家人期許及相關生涯 與升學資訊。	專人到校演講與分享，並 對十二年國教適性入學 具有基本了解。	專心聆聽， 並從中習得 所需。	
5 週	租稅教育大 進擊	A1 身心素質 與自我精進 B2 科技資訊	科 J8 針對重大科 技議題養成社會 責任感與公民意 識。	養成社會責任感及執 行公共的行動方案	專人到校演講與分享， 並探討租稅教育在生活 中的重要性。	專心聆聽， 並發表個人 看法。	

		與媒體素養	社 3d-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。				
6 週	我們與惡的距離—淺談愛滋與反歧視	A2 系統思考與解決問題 B1 符號運用與溝通表達	性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 社 2b-1 感受個人或不同群體在社會或處境中的經歷與情緒，並了解其抉擇。	解析媒體傳遞的性別迷思、偏見與歧視，感受不同群體在社會中的經歷與情緒。	透過實際案例分析，討論臺灣對愛滋病的誤解與偏見	參與討論，並發表個人看法。	1. 民報：世界愛滋日／台灣對愛滋的五大誤解與偏見 2. 鳴人堂：楊貴智／當法律選擇保護喜歡安定的人—談愛滋退學案
7 週	美化綠化愛校園	A3 規劃執行與創新應變 B3 藝術涵養與美感素養	綜 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	運用美學於日常生活中，並維護環境之美	透過實地探索了解校園環境，並善用工具維護校園環境。	參與校園美化綠化工作，營造友善校園。	
8 週	「足」智多謀	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	安 J6 了解運動設施安全的維護。 健體 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 健體 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。	運動各種策略在比賽情境中，並能了解運動安全的維護與展現運動禮節。	班際足壘球賽 參與競賽並展現個人運動技能與運動家精神。	參與競賽並展現團隊合作之精神。	
9 週	愛的任務	A1 身心素質與自我精進 B3 藝術涵養與美感素養 C2 人際關係與	生 J17 愛自己與愛他人的能力。 音 1-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，	以歌唱及演奏展現愛自己及愛他人的能力。	歌誦母愛光輝	共同參與，並表達對母親的感恩	

		團隊合作	展現音樂美感意識。				
10 週	品德教育—青春 orz 感恩篇	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	品 EJU6 欣賞感恩 綜 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。	體認人際關係的重要性，並學習欣賞感恩，以正向的態度經營人際關係。	影片欣賞 探討如何看到他人背後的用心。	分組討論，並發表個人看法。	1. 新北市國民中學品德教育手冊 2. 影片網址 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5qNk5wgOWn0">https://www.youtube.com/watch?v=5qNk5wgOWn0</a>
11 週	品德教育—青春 orz 合作篇	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	品 J2 重視群體規範與榮譽。 綜 2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。	重視群體規範與榮譽，發揮個人正向影響，進而提升團體效能。	影片欣賞 探討如何與同學合作達成共同目標	分組討論，並統整看法進行發表。	1. 新北市國民中學品德教育手冊 2. 影片網址 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=K3RI nNLIEiw">https://www.youtube.com/watch?v=K3RI nNLIEiw</a>
12 週	美化綠化愛校園	A3 規劃執行與創新應變 B3 藝術涵養與美感素養	綜 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	運用美學於日常生活中，並維護環境之美	透過實地探索了解校園環境，並善用工具維護校園環境。	參與校園美化綠化工作，營造友善校園。	
13 週	動感籃球，快樂我秀	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	安 J6 了解運動設施安全的維護。 健體 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 健體 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨	運動各種策略在比賽情境中，並能了解運動安全的維護與展現運動禮節。	運動各種策略在比賽情境中，並能了解運動安全的維護與展現運動禮節。	參與競賽並展現團隊合作之精神。	

			和實踐能力。				
14週	揮汗「排」場，綻放青青	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	安 J6 了解運動設施安全的維護。 健體 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 健體 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。	運動各種策略在比賽情境中，並能了解運動安全的維護與展現運動禮節。	運動各種策略在比賽情境中，並能了解運動安全的維護與展現運動禮節。	參與競賽並展現團隊合作之精神。	
15-16週	水上安全樂無邊	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 健體 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	應用思考與分析能力，解決水域活動情境的問題。	探討從事水域活動的危險情境，並演練預防與處理方法。	分組操作與發表	1. 導遊 2. 力學 3. 安全 4. 起海民 水影片位學教全起海民 域影：生 21 育宣葉水空搜 安(育部網水影連意救 全製)能游泳站域片?外一
17週	愛海無句從校園做起	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。 綜 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。	了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性，進而運用策略與行動促進環境永續發展。	探討人類的消費行為對生態環境的影響，如何從校園做起？	參與討論，並發表個人看法。	影片： 1. 不要膠下去 2. 【文茜世界周報】全球暖化衝擊海洋生態塑膠垃圾快超越魚類
18-19週	地球發燒了	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。	能發現臺灣的氣候問題及趨勢，並願意付諸公民價值與行動。	探討地球暖化對嘉義地區可能的影響？愛惜地球，我們可以做什麼？	參與討論，並發表個人看法。	影片： 1. 一分鐘看懂臺灣氣候變遷科學報告 2017

			社 2c-IV-2 珍視重要的公民價值並願意付諸行動。				2. 氣候變遷對台灣影響
20 週	美化綠化愛校園	A3 規劃執行與創新應變 B3 藝術涵養與美感素養	綜 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。 童 Db-IV-2 人文環境之美的欣賞、維護與保護。	運用美學於日常生活中，並維護環境之美	透過實地探索了解校園環境，並善用工具維護校園環境。	參與校園美化綠化工作，營造友善校園。	
21 週	校園生活大回顧	A2 系統思考與解決問題 B1 符號運用與溝通表達 C1 道德實踐與公民意識	品 J9 知行合一與自我反省。 綜 a-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。	學習人際溝通技巧，並以正向態度自我反省。	班級檢討與建議 優點大轟炸與檢視個人行為表現	參與討論，並發表個人看法。	

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1.

2.

特教老師簽名：

普教老師簽名：嚴孝謹

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。