

## 參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

113 學年度嘉義縣義竹國民中學七年級第一二學期彈性學習課程 自由講堂 教學計畫表 設計者：顏佩怡、吳盈潔 (表十二之一)

### 一、課程四類規範(一類請填一張)

- 統整性課程 ( 主題  專題  議題探究)
- 社團活動與技藝課程 ( 社團活動  技藝課程)
- 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、課程設計理念：藉由自由講堂課程，體察個人與團體的關係，並透過思考、表達與行動深化，包含探索自我與家庭發展過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法；並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊；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；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。

### 四、課程架構：(請參閱本縣課程計畫平台公告範例)



## 五、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 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1 週	校園宣導活動(1)班級規範制訂	A2 系統思考與解決問題	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。	控制情緒 回話前三思 學會傾聽	輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 觀賞腦筋急轉彎片段，認識情緒，及思考情緒下因應方式。	口頭回答紀錄 視察 學習單	學習單、 會議記錄簿
第 2 週	自我、家庭與生涯(1) 尊重與珍惜生命	A1 身心素質與自我精進	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。	1.認識自己，包含特質、興趣、專長等。 2.了解自己與他人的不同，能表達與同理。	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.同學分享及發言情形	1.學習單 2.影片
第 3 週	校園宣導活動(2)安全防災，遠離災害	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作	環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。 環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環境教育議題	1 讓學生知道台灣自然環境脆弱,加上近年來人為破壞,造成許多重大災情. 2.藉由模擬災害防災及培養應變能力,讓學生平日就建立正確的防災知識,提升抗災能力,才能有效減低傷害,共同維護全體學生安全.	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度 3.活動參與度	課本、影片、學習單
第 4 週	自我、家庭與生涯(2) 家庭生活	A1 身心素質與自我精進	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。	1.從家庭樹了解自己與家人的關係。 2.分享與發表自己的家庭樹。	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。(副)	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.同學分享及發言情形	1.學習單 2.影片

第 5 週	自我、家庭與生涯(3)家庭暴力防治--家庭協奏曲	A2 系統思考與解決問題	2a-IV-2 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	1.從家庭樹看見自己的角色與任務。 2.了解家人對自己的期待。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 6 週	自我、家庭與生涯(4)高齡教育家庭與社會中的長者	A2 系統思考與解決問題	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。	1.分析家人中有哪些是高齡者，了解他們的需求。 2.知道自己能為高齡的家人做什麼。	輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 7 週	第一次段考						
第 8 週	人際與性平(1)你(妳)和我的不同	A1 身心素質與自我精進	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	1.介紹身體界線。 2.畫一畫自己的身體界線。	青春期身心變化的調適	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 9 週	人際與性平(2)和諧的性別關係	A1 身心素質與自我精進	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。	1.了解身體界線的性別差異。 2.生理性別與性別氣質。	Dd-IV-1 尊重性別差異的多樣性	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 10 週	人際與性平(3)性侵害犯罪防治教育	A2 系統思考與解決問題	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。	1.了解身體自主權與性自主權。	Dd-IV-1 尊重性別差異的多樣性 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 11 週	人際與性平(4)家庭暴力防治	A2 系統思考與解決問題	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。	1.了解性騷擾與性霸凌。 2.討論如何防治。	Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，親密關係的發展歷程及家庭建立的預備。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單

第 12 週	人際與性平 (5) /少年的法律常識	C1 道德實踐與公民意識	社 2a-IV-2 關注生活周遭的重要議題及其脈絡，培養本土意識與在地關懷。	1.了解性平法。 2.了解處理程序與規定。	公 2a-V-1 關注社會生活相關課題及其影響。	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度	課本、影片、學習單
第 13 週	品德與人權 (1) 社會關懷與服務	C1 道德實踐與公民意識	3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。	尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	童 Ba-IV-1 服務學習的意義、價值與信念的理解及落實。 童 Bb-IV-1 多元族群服務需求的評估。 介紹社區服務，邀請加入活動。	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度	課本、影片、學習單
第 14 週	第二次段考						
第 15 週	品德與人權 (2) 模範生政見發表	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作	公 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。	1.推行民主法治教育，輔導學生積極參與校內自治活動 2.透過模擬選舉方式，加強學生愛校，參與治校，以奠定將來行使民權之基礎 3.發掘領導人才，協助學校推展各項活動。	公 Ca-IV-2 行政機關在政策制定前，為什麼應提供人民參與和表達意見的機會？ 公 Ca-IV-3 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？	討論及舉手發言踴躍程度	課本
第 16 週	校園宣導活動(4) 防火宣導	A1 身心素質與自我精進	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。 環 J13 參與防災疏散演練。 融入環境教育	1.認識災害成因；養成災害風險管理與災害防救能力 2.強化防救行動之責任、態度與實踐力。環境教育議題	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。	搶答	影片
第 17 週	校園宣導活動(3)校慶活動週	C2 人際關係與團隊合作	4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德	校慶是學校重要慶典的活動，本教學設計，藉由校慶的探討，讓學生體驗校慶的意義與其樂趣，並透過邀請卡、海	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行 Cb-IV-1 運動精神的實踐、運動營養攝取知識、自我所需營養素的簡易攝取規劃	班級整體積分	海報

			思辨和實踐能力。 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。	報的製作及園遊會設置，和表演活動的練習，增加和同儕間的互動，學習主動關懷、參與及分享、讚美他人。	輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。(副)		
第 18 週	品德與人權 (3) 模範生選舉 投票	C1 道德實踐與公民意識	公 1c-IV-1 運用公民知識，提出自己對公共議題的見解。 社 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。	教導同學對於候選人的政見做適當的判斷，並且傳達選舉必須公正廉潔，不可以用物質或是脅迫的方式影響同學的投票決定。	公 Ca-IV-3 中學生如何參與校園公共事務的決策過程？	討論及舉手發言踴躍程度	課本
第 19 週	品德與人權 (4) 社會的運作、治理及參與實踐	C1 道德實踐與公民意識	社 1a-IV-1 發覺生活經驗或社會現象與社會領域內容知識的關係。	舉例說明自己可以決定自轉並具有參與群體發展的權利。	公 Ab-IV-1 民主國家中，權力與權利有什麼差別？	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 20 週	校園宣導活動(5)租稅教育宣導	C1 道德實踐與公民意識	社 3a-IV-1 發現不同時空脈絡中的人類生活問題，並進行探究。 社 2a-IV-1 敏銳察覺人與環境的互動關係及其淵源。	公 Bp-IV-1 為什麼會出現貨幣？貨幣有何功能？ 公 Bp-IV-2 使用儲值卡和使用貨幣買東西有什麼不同？ 公 Bp-IV-3 使用信用卡和使用貨幣買東西有什麼不同？	藉由相關影片，勾勒出生活中行動支付的使用，引導出誠實納稅對日常生活的影響，並提醒民眾購物消費以載具儲存雲端發票並設定獎金匯款帳戶及培養市民正確的租稅觀念。	搶答	影片
第 21 週	第三次段考						
<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙(2)人、學習障礙(1)人、情緒障礙(2)人、語言障礙(1)人、(自行填入類型/人數)</p>							

※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): 自由講堂課程無需調整

特教老師簽名: 林士殷

普教老師簽名: 顏佩怡

## 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
第 1 週	校園宣導活動(1) 交通安全宣導	C1 道德實踐與公民意識	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。	改善校內行車秩序, 保障師生安全。 預防交通意外事故, 培養學生處理事故之能力。 配合政府政令, 宣導交通安全觀念。	童 c-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。 輔 b-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	搶答	影片
第 2 週	校園宣導活動(2) 安全防災, 遠離災害	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作	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。 環 J13 參與防災疏散演練。 環境教育議題	1 讓學生知道台灣自然環境脆弱, 加上近年來人為破壞, 造成許多重大災情。 2.藉由模擬災害防災及培養應變能力, 讓學生平日就建立正確的防災知識, 提升抗災能力, 才能有效減低傷害, 共同維護全體學生安全。	Ba-II-3防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。 Ba-III-4緊急救護系統資訊的取得與突發事故的處理。	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度 3.活動參與度	課本、影片、學習單
第 3 週	人際與性平(1)	A1 身心素質與自我精進	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的	1.討論交友的重要性。 2.認識交往的管道。	Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動, 以及交友約	1.問答 2.角色扮演。	1.課本 2.蒐集相

	友情序曲	C2 人際關係與團隊合作	行動，並反省修正。		會安全策略	3.參與度	關法律條文
第 4 週	人際與性平(2)兩性圓舞曲	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	1.認識友情的互動方式。 2.了解合宜的身體接觸。	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	1.問答 2.實作 3.觀察	1.課本 2.資料蒐集
第 5 週	自我、家庭與生涯(1)家庭重要特質	A1 身心素質與自我精進	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。	1.認識家庭型態。 2.討論家庭的價值觀。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 6 週	自我、家庭與生涯(2)家庭分工運作	C2 人際關係與團隊合作	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。	1.了解家庭可能會面臨的危機與問題。	輔 a-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。	1.課程參與度 2.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 7 週	第一次月考						
第 8 週	自我、家庭與生涯(3)生涯發展教育講座(一)	B2 科技資訊與媒體素養 C3 多元文化與國際理解給選項	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。	1.了解自己的個性與特質。 2.個性、特質與職科的關係。	輔a-IV-2自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 c-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。	提問 學習單完成度	影片 學習單
第 9 週	自我、家庭與生涯(4)生涯規劃與發展	A1 身心素質與自我精進	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。	1.認識做決定的參考因素。 2.規劃人生彩虹圖。	輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 10 週	自我、家庭與生涯(5)尊重與珍惜生命	A1 身心素質與自我精進	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。	1.了解自己的學習風格與學習策略。 2.發現每個人都是獨一無二的個體。	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。	1.課程參與度 2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	1.課本 2.影片 3.學習單
第 11 週	人際與性平	A1 身心素質與自	4a-IV-2 自我監督、	1.發現生活中性別不平等的	Db-IV-5 身體自主權維護的立	搶答	影片

	<b>(3)張老師協會-性別平等教育宣導</b>	<b>我精進</b>	<b>增強個人促進健康的行動，並反省修正。</b>	<b>事件。 2.分組討論可以怎麼改進。</b>	<b>場表達與行動，以及交友約會安全策略</b>		
第 12 週	人際與性平 (4)少年的法律常識	C1 道德實踐與公民意識	社 3d-IV-3 執行具有公共性或利他性	了解少年的法律常識	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？	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度	課本、影片、學習單
第 13 週	第二次月考						
<b>第 14 週</b>	<b>自我、家庭與生涯(6)生涯發展教育講座(二)</b>	<b>A1 身心素質與自我精進</b>	<b>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。</b>	<b>1.認識不同職業的甘苦談。 2.評估適合自己與不適合自己的部分。</b>	<b>輔Ca-IV-2自我生涯探索與統整。 輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</b>	<b>提問 學習單完成度</b>	<b>影片 學習單</b>
第 15 週	國家與國際 (1) 國家情勢與國防安全	B2 科技資訊與媒體素養 C3 多元文化與國際理解給選項	能依據國際情勢與重要安全議題，探討對於我國國家安全的影響。	具備自我文化認同的信念，積極關心全球議題及國際情勢，順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀。	全球安全情勢與發展 從地圖、新聞看見國家在哪裡？	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度	課本、影片、學習單
第 16 週	國家與國際 (2) 國際社會中的互動	C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解給選項	地 1a-IV-2 說明重要環境、經濟與文化議題間的相互關係。	1.了解國際社會中的經濟活動互動。 2.台灣加入經濟組織可能的利與弊。	地Cb-V-1東亞文化圈形成的環境背景。	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度	課本、影片、學習單
第 17 週 (畢業典禮)	校園宣導與學校活動(3)畢業校園生活回顧	C2 人際關係與團隊合作	1c-IV-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。	1.落實畢業典禮之教育儀式，增進學習的價值內涵。 2.營造溫馨、活力情境，展現學習歷程，型塑學生感恩情懷。	<b>看見學長姐畢業，思考自己的未來。</b>	活動參與度	文稿 影片製作軟體
第 18 週	國家與國際 (3) 資訊教育/科技造	A1 身心素質與自我精進 B2 科技資訊與媒	資 a-IV-2 能了解資訊科技相關之法律、倫理及社會議題，以保	1.了解資訊科技合理使用原則，以及資訊倫理、法律及社會相關議	資-IV-1個人資料保護 資-IV-2 資訊科技合理使用原則	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成	課本、影片、學習單



	成現代衝擊	體素養	護自己與尊重他人。	題。 了解科技發展及運用。	網路個資的重要性	程度	
第 19 週	校園宣導與學校活動(4) 海洋教育- 水域安全	A2 系統思考與解決問題	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。	體驗海洋休閒與重視戲水安全的親海行為	Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。	搶答	影片
第 20 週	第三次月考						

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(2)人、學習障礙(1)人、情緒障礙(2)人、語言障礙(1)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)：自由講堂課程無需調整

特教老師簽名：林士殷

普教老師簽名：顏佩怡

註：

- 1.請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。
- 2.社團活動及技藝課程每學期至少規劃 4 個以上的單元活動。