

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

114 學年度嘉義縣義竹國民中學七、八、九年級第一二學期彈性學習課程教學計畫表 設計者：顏佩怡（表十二之一）

一、課程名稱：自由講堂

二、課程四類規範(一類請填一張)

1. ☐統整性探究課程 (☐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

三、本課程每週學習節數： 1 節

四、課程設計理念：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；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，體察個人與團體的關係，與他人有效溝通與合作，完成分內工作。

五、課程架構：(請參閱本縣課程計畫平台公告範例，需呈現領域規劃)

自由講堂

第一學期

第二學期

校園宣導、
學校活動

5

自我、家
庭、生涯

4

品德與人
權 法治

4

人際溝通
與性平

5

校園宣導、
學校活動

4

自我、家
庭、生涯

6

人際溝通
與性平

5

國家安全
與國際觀

3

六、課程目標：整個學期的課程主要內涵及發展方向。

- 1.藉由各式各樣的重要議題宣導，引導學生關心社會、時事議題，並在討論時，能聆聽不同意見，並嘗試發表自己意見。
- 2.在各項宣導進行時，能專心聆聽、思考歸納演講重點。
- 3.能夠在團體中善用觀察，並且嘗試表達自己的見聞，過程中訓練邏輯思辨能力與口語表達能力。

七、配合融入之領域或議題(有勾選的務必出現在學習表現)：

☐ 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
--	--

八、本學期課程內涵

第一學期

教學進度	單元/主題 名稱	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	1.認識情緒的來源與分類，了解不同情緒的表現方式。 2.透過情境模擬練習傾聽與回應的技巧。 3.引導學生討論如何控制衝動情緒，培養三思而後言的習慣。	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.能舉例解釋個人的種種需求。 2.想像自己的價值觀與生活方式在不同的時間空間下會有什麼變化。	1.探討個人基本需求（生理、安全、社交等），並舉生活實例。 2.小組討論與角色扮演，讓學生思考不同情境下需求的變化。 3.透過價值澄清，引導學生認識自我價值，學習尊重多元差異。	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 3 週	校園宣導活動(2)安全防災，遠離災害環境教育議題	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作	環 J11 了解天然災害的人為影響因子。	由模擬災害及培養應變能力,建立正確的防災知識,	1.練習防災應變技能（如地震掩護、火災逃生路線規劃等）。 2.辨識常見災害警示標誌，建立災前預防意識。 3.演練緊急應變流程，強化學生災害發生時的判斷與應對能力。	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。	舉例解釋個人的種種需求與人類繁衍的關係。	1.認識基本需求（生理、安全、社交等）與人際互動的重要性。 2.引導學生了解家庭結構與親職功能對個人成長的影響。 3.小組討論不同家庭型態對子女教養的影響與可能挑戰。	討論及舉手發言踴躍程度	影片 學習單
第 5 週	自我、家庭與生涯(3)家暴防治--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。	分析人際，群己，群體相處可能產生的衝突。	1.分析人際互動中常見衝突類型（溝通誤解、價值觀差異等）。 2.運用角色扮演練習衝突的處理技巧與溝通方式。 3.透過實例分析群體互動中情緒與立場的平衡。	1.課程參與度 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。	舉例解釋個人的種種需求與人類繁衍的關係。	1.探討生命歷程與生理、心理需求的變化。 2.分析生命意義與價值，連結親情與家庭的角色。 3.進行生命教育活動，強化對「家庭、成長、責任」的理解。	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。	舉例指出人類之異質性組合，可產生同質性組合所不具備的功能及衍生的問題。	介紹人類性別、氣質、價值觀等多元差異，了解異質性組合的可能優勢與挑戰。	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。		引導學生討論青春期的身心變化與對性別認同的影響。	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。	舉例指出人類之異質性組合，可產生同質性組合所不具備的功能及衍生的問題。	透過影片或故事分析尊重性別差異的實際情境。	1.課程參與度 2.學習單 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。	舉例指出人類之異質性組合，可產生同質性組合所不具備的功能及衍生的問題。	討論家庭中性別角色的分工及其對家庭互動的影響。	1. 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.具備生活中所需的法律知識。 2.說明個人如何爭取保障及權利分證解決的機制及司法系統的基本運作程序與原則。	1.介紹社會保險種類（如勞保、健保等）及其基本功能與目的。 2.說明參與社會保險的權利義務及申請流程。 3.利用生活化情境或新聞案例分析社會保險與生活的關聯性。 4.鼓勵學生思考如何為自身爭取合理的社會保障。	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。	1.認識服務學習的目的與核心價值（同理、尊重、責任）。 2.規劃與參與實際的服務活動，並在過程中學習合作與分工。 3.引導學生進行服務後反思，撰寫學習心得或進行口頭分享。	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	1.認識民主政治的基本概念與實施方式。 2.探討政策形成與民意關係，了解公民參與的重要性。 3.舉例說明學生可參與的公共事務管道（如：投票、公共論壇） 4.透過模擬議會或班級自治活動體驗民主實作。	討論及舉手發言踴躍程度	課本

第 16 週	校園宣導活動(3) 防火宣導 環境教育議題	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。	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。	1.教導地震、火災、水災等災害應變與逃生原則並實地演練防災避難流程與團體疏散合作技巧。 2.強化急救常識與應變能力。 3.結合生命教育，培養助人為善與危機處理的積極態度。	搶答	影片
第 17 週	校園宣導活動(4)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。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。	藉由校慶，讓學生體驗校慶的意義與其樂趣，增加和同儕間的互動，學習主動關懷、參與及分享、讚美他人。	1.分組設計、製作校慶邀請卡、海報及園遊會攤位裝飾。 2.討論參與活動項目，及班級表現型態。	班級整體積分	海報
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判斷，並且傳達選舉必須公正，不可以用物質或脅迫方式影響同學的投票決定。	1.透過小組討論或辯論活動，練習理性表達與意見交流。 2.訓練學生查找資料、整理資訊並進行議題分析與簡報分享。	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。	1.教導評估與批判各類社會現象或政策的觀點與價值。 2.鼓勵學生對社會議題提出建設性建議與方案。	1.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。	藉由相關影片，勾勒生活中行動支付的使用，引導誠實納稅對日常生活的影響，並提醒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正確租稅觀念。	1.示範與練習常見的行動支付與電子票證工具使用方法。 2.探討行動支付帶來的便利與潛在風險（如詐騙、資訊安全）。 3.區辨網路廣告與詐騙手法，培養正確消費與保護個資的觀念。 4.結合實例或影片分析數位金融生活的優點與限制。	搶答	影片
第 21 週	第三次段考						

※身心障礙類學生: □無

■有-智能障礙(3)人、學習障礙(5)人、語言障礙(1)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)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.安排1-2位友善同儕，提供同儕輔導，協助特殊需求學生進行相關活動與完成學習單。

2.課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令...等。

特教老師簽名：林士殷(打字即可)

普教老師簽名：顏佩怡(打字即可)

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 環境教育議題	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。	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	1.分析近年重大天災案例(如地震、颱風、土石流)與人為破壞的關聯。 2.建立學生正確的環境災害觀念與應變能力。 3.透過演練與模擬活動提升學	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

				災能力,才能有效減低傷害,共同維護全體學生安全.	生的求生與協助能力。		
第 3 週	人際與性平 (1) 友情序曲	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.學會拒絕邀約的技巧並了解兩性交往的安全守則。 2.了解結婚必須經歷一段漫長的交往，且彼此身心發育成熟，也經過深思熟慮後而作的決定。	1.探討兩性交往的基本原則與安全界線。 2.練習表達拒絕的語言與行為策略，強化自我保護能力。	1.問答 2.角色扮演。 3.參與度	1.課本 2.蒐集相關法律條文
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.了解生命的重要性。 2.了解青少年懷孕可能導致的不良後果，進而學會珍惜生命、尊重生命。	1.引導學生思考婚姻與伴侶關係的責任與成熟條件。 2.模擬日常交往情境，培養尊重與理性互動態度。	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。	舉例解釋個人的種種需求與家庭生活環境的關係。	1.介紹家庭在個人生活中扮演的角色與功能。 2.探討家庭環境如何影響個人需求（生理、安全、情感等）。	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。	了解現在家庭可能會面臨的問題	1.分析不同家庭型態下的支持系統與挑戰。 2.鼓勵學生分享家庭互動經驗並學習尊重多元家庭。	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.了解自己的潛能與感受，欣賞與接納自己，探索與發展自我價值， 2.確立適切的人生觀，並促進個人與家庭健全發展，追求幸福人生。	1.進行生命教育活動，提升自我接納與自尊。 2.探討幸福人生的定義與實踐方法。 3.運用多元學習方式鼓勵學生探索價值、累積生命經驗。	提問 學習單完成度	影片 學習單
第 9 週	自我、家庭	A1 身心素質與自	1c-IV-1 澄清個人價	1.能舉例解釋個人的種種需	1.分析個人在不同生命階段的	1.課程參與度	1.課本

	與生涯(4)生涯規劃與發展	我精進	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。	求。 2.想像自己的價值觀與生活方式在不同的時間空間下會有什麼變化。	價值選擇與需求變化。 2.引導學生反思生活中的抉擇與適應。 3.透過情境模擬，討論不同社會背景下的生活選擇差異。	2.學習單完成度 3.討論及舉手發言踴躍程度	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.能舉例解釋個人需求。 2.想像自己的價值觀與生活方式在不同的時間空間下會有什麼變化。	1.覺察自己的情緒與需求，練習用語言清楚表達。 2.透過角色扮演與人際互動，培養尊重他人意見的態度。 3.分析生活中常見誤解與衝突的原因及解決方式。	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(3)張老師協會-性別平等教育宣導	A1 身心素質與自我精進	a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	解構性別不平等現狀，避免淪入會刻板印象。 2..提供性別平等的學習經驗，實現多元性別教育機會均等。	1.分析媒體與文化中的性別刻板印象。 2.討論性別歧視行為的類型與防治方法。 3.引導學生欣賞與尊重不同性別角色的多元特質。	搶答	影片
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	1.介紹與青少年密切相關的法律知識（如霸凌、性騷擾、網路言論責任）。 2.分析實際生活案例，探討法律如何保護自己與他人。	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						
第 14 週	自我、家庭與生涯(6)生涯發展教育講座(二)	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。	探索生涯發展資源與自我關連，統整生涯資訊，規劃個人生涯抉擇，促進適性發展與彈性適應能力。	1.導入各領域職業介紹與高等教育資源，說明學群與職涯的連結。 2.指導學生製作個人生涯規劃表與簡歷，展現未來藍圖。	提問 學習單完成度	影片 學習單
第 15 週	國家與國際(1)國家	B2 科技資訊與媒體素養	能依據國際情勢與重要安全議題，探討對	具備自我文化認同的信念，積極關心全球議題及	1.探討全球重大議題（如氣候變遷、疫情、難民危機等）。	1.舉手踴躍程度	課本、影片、學習

	情勢與國防安全	C3 多元文化與國際理解給選項	於我國國家安全的影響。	國際情勢，發展國際理解、多元文化價值觀。	2.引導關注並分析國際新聞與事件背後的價值與衝突。	2.學習單完成程度	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。	1.透過模擬貿易談判、角色扮演等活動，提升學生對國際經濟互動的理解。 2.鼓勵關心全球經濟議題，培養全球視野的態度。	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。	營造溫馨、活力情境，展現學習歷程，型塑學生感恩情懷。	1.模擬職場面試、電話禮儀、簡報與溝通技巧訓練。 2.建立與工作態度認知，如守時、負責與團隊合作。 3.邀請職人分享實務經驗，激發職場生活的真實想像。	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/科技造成現代衝擊	A1 身心素質與自我精進 B2 科技資訊與媒體素養	資 a-IV-2 能了解資訊科技相關之法律、倫理及社會議題，以保護自己與尊重他人。	了解資訊科技合理使用原則，以及資訊倫理、法律及社會相關議題。 了解科技發展及運用。	1.介紹網路使用的法律責任與個資保護原則。 2.分析常見資安議題（如詐騙、隱私外洩、AI 誤用等）。 3.指導學生查證訊息來源與評估資訊真偽。	1.舉手踴躍程度 2.學習單完成程度	課本、影片、學習單
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	1.進行戲水安全教育宣導，強化正確觀海與防溺水意識。 2.結合戶外教學或生命教育，培養學生尊重自然與自我保護的能力。	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(3)人、學習障礙(5)人、語言障礙(1人)、情緒障礙(0)人、自閉症(0)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.安排 1-2 位友善同儕，提供同儕輔導，協助特殊需求學生進行相關活動與完成學習單。
- 2.課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令...等。

特教老師簽名：林士殷(打字即可)

普教老師簽名：顏佩怡(打字即可)

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。

九、社團清單表

社團名稱	七年級	八年級	九年級
1	國樂社團	國樂社團	
2	管樂社團	管樂社團	
3	桌球社團	桌球社團	