

四、其他類課程

(一)實施年級：112 學年度【八】年級—生活輔導

(二)節數分配：每週學習節數(1)節，上學期(21)週(21)節、下學期(20)週(20)節，合計(41)節。

(三)本學期課程規劃(表十三)：(請依學校實際情形填列，表格請自行刪減)

項 目	核心素養	學習目標	表現任務	備註
生活輔導	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 透過課程，學習時間管理已獲得更佳的學習效果，並讓班級事務與學習運作順暢， 2. 班上同學有良好的互動，培養學生對班級的隸屬感、團體榮譽感。 3. 培養班級自制、自律能力，形成有效且積極的學習環境。	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。 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。 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	

(四)本學期課程內涵(表十四)：(請依據其他類課程規劃安排分別編寫課程計畫)

項目：生活輔導				
教學進度	主題/單元名稱	學習活動	節數	備註
上學期 第(1)週-第(7)週	(一)充實生活	1.暑假生活分享(1): 收心操，作業分享、接納多元暑假生活、關心同學，準備投入學業生活。 2. 健康休閒活動(2):認識有益身心的活動、休閒活動種類介紹、經驗分享	7	若有連結必要之法定議題，請備註。

		3. 教室佈置(4): 討論教室佈置主題、班級美化工作討論、工作分配		
第(8)週-第(12)週	(二)體能訓練	1.體能訓練(4): 棒次安排、跑步練習、接棒默契訓練 2.□校慶隊呼練習(1): 隊呼口號、動作討論、練習	5	
第(13)週-第(17)週	(三)健康促進活動	1. 愛眼護眼保視力(1): 護眼宣導-落實戶外活動、防近視每天戶外活動120(分鐘)、遵守用眼 3010 2. 餐後潔牙宣導(1):潔牙正確方式與時段、在校零含糖、零甜食之宣導 3. 健康體位五大指標宣導(1): 一人一運動、自主健康管理習慣、營養午餐無剩食 4. 正確就醫與用藥宣導(1):認識全民健保、正確用藥知能 5. 無菸無檳的健康生活宣導(1): 了解菸檳對自己及他人的傷害、無菸檳校園情境佈置、指導拒絕菸檳技巧	5	
第(18)週-第(21)週	(四)生活禮儀認識	1. 禮儀常識建立(1): 禮儀常識建立 2. 日常禮儀演示(2): 禮儀常規訓練 3. 實作及經驗分享(1): 反思及口語表達	4	
下學期 第(1)週-第(3)週	(一)許我一個新生活 新計畫	1. 寒假生活分享(1): 收心操，作業分享 2. 各組分享討論(2): 新生活計畫分組討論、報告	3	
第(4)週-第(8)週	(二)有效時間管理	1. 規律生活(1): 生活時間分配、維持生活規律方法分享 2. 有效率的讀書方法(2): 有效率的讀書方法分享與討論、如何筆記 3. 網路使用(2): 用的網路資源、路成癮及陷阱	5	
第(9)週-第(14)週	(三)珍惜生命規劃未 來	1. 認識自我、提升自信(2): 找出自己的優點、自我精進及超越方法介紹 2. 升學管道介紹(3): 升學管道介紹、找出合適的升學方向 3. 各行各業甘苦談 (2): 各行各業介紹、堅持的重要性	6	
第(15)週-第(20)週	(四)落實低碳生活與 環保意識	1. 碳足跡介紹(1): 認識碳足跡、綠色消費重要性 2. 環境氣候議題 探討(2): 氣候變遷與全球暖化、氣候變遷將對生物生存造成的影響: 討論節能省電方法、經驗分享 3. 落實居家生活節能省電(1): 討論節能省電方法、經驗分享 4. 落實校園環保 (2): 垃圾分類方式、校園回收方法	6	

四、其他類課程

(一)實施年級：112 學年度【八】年級一班週會

(二)節數分配：每週學習節數(1)節，上學期(21)週(21)節、下學期(20)週(20)節，合計(41)節。

(三)本學期課程規劃(表十三)：(請依學校實際情形填列，表格請自行刪減)

項 目	核心素養	學習目標	表現任務	備註
班週會	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-B1 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. 透過班會活動，讓學生學會如何召開班會(召開班會的流程)，提供學生參與學校相關活動及事務的管道，進而培養學生自治及表達意見的能力。 2. 透過週會舉辦活動及研習，結合融入各議題，讓學生對各議題內容有更多的認識與了解。透過學生自治活動，培養學生自治能力。	1. 學會如何召開會議 2. 學會主動表達意見，並尊重、包容不同的意見及想法	

(四)本學期課程內涵(表十四)：(請依據其他類課程規劃安排分別編寫課程計畫)

項目：班週課程				
教學進度	主題/單元名稱	學習活動	節數	備註
第 1 週	友善校園	1. 討論並訂定班級公約 2. 你知道甚麼是「校園霸凌」？要如何防制校園霸凌問題？	1	

		3. 你知道甚麼是「復仇式色情」?要如何杜絕「復仇式色情」? 4. 對於校園親密關係暴力事件要如何防治及處理?		
第 2 週	友善校園	1. 你知道你自己角色的職責嗎? 2. 當你不滿意被分配到的工作, 你該怎麼做? 3. 當你答應他人的事情無法如期完成, 你該怎麼做	1	
第 3 週	反毒教育	1. 請說出吸毒和抽菸的後遺症? 2. 如何選擇正確的休閒活動及場所?	1	
第 4 週	國防教育	1. 學生如何落實全民國防教育? 2. 你覺得男生(或女生)是否需要當兵?請討論? 3. 當地震發生時, 應如何進行避難?	1	
第 5 週	生命教育	1. 生命的意義何在? 2. 如何提升自己的自信心並且保持愉快的心情? 3. 當你面對失敗而心灰意冷時, 怎麼做才讓自己快樂一點?	1	
第 6 週	家庭暴力防治教育	1. 如何防治家庭暴力? 2. 當你和父母親(或家裡主要照顧你的親人)有爭執或意見不合時, 你會有什麼樣的情緒和態度?你該如何處理?	1	
第 7 週	環境教育	1. 為何要落實節能減碳的行動? 2. 請從食衣住行育樂等方面舉出我能落實的環保行動?	1	
第 8 週	家庭教育	1. 如何建立親子關係?如何做一個懂事孝順的好孩子? 2. 為什麼要孝順父母?	1	
第 9 週	犯罪被害人保護週	1. 如何預防自己被害? 2. 你知道被害後有哪些相關保護措施?	1	
第 10 週	性別平等教育	1. 你是否曾經遇到性騷擾的情況, 如果有, 你如何處理與面對? 2. 如果你的朋友遇到性騷擾或性侵害時你該如何幫助他? 3. 哪些行為是屬於性騷擾?哪些行為是性別歧視?我們應該如何消除性別歧視? 4. 何謂「性霸凌」?聽說玩阿魯巴遊戲或稱呼他人「娘砲」之類的綽號, 也屬於「性霸凌」嗎?	1	
第 11 週	生涯發展教育	1. 校外教學活動目的為何?	1	

		2. 如何提升、發展自我潛能？ 3. 班上有哪些多才多藝的同學？如何給予展現機會？		
第 12 週	品德教育	1. 在網路上利用部落格或留言揭發他人隱私或互相攻訐是否已經傷害到對方或觸犯法律？請討論。 2. 人與人相處常因言語衝突而產生誤解，該如何減少誤會並營造和諧的班級氣氛？	1	
第 13 週	性別平等教育	1. 甚麼是性別平等？有哪些實際的例子？ 2. 如何達到兩性之尊重、溝通？	1	
第 14 週	交通安全教育	1. 你知道有那些應遵守的交通規則？你做到了哪些交通安全規定？想想看，有哪些方法可以讓大家更重視交通安全的重要？ 2. 行人用路、騎腳踏車必須注意那些交通規則？	1	
第 15 週	法治教育	1. 請說出你曾聽過或看過的青少年犯罪案例，並說出你的感受？ 2. 請討論要如何減少青少年犯罪問題？ 3. 請討論青少年犯罪有可能受到何種處罰？會有何影響？	1	
第 16 週	人權議題	1.請分別說出經濟、社會和文化權利國際公約及公民權利和政治權利國際公約中所保障的權利有哪些？ 3. 有哪些與人權有關的新聞或議題？ 4. 請想想，為何要重視人權議題，並立法保障？	1	
第 17 週	品德教育	努力不一定會成功，但成功的背後一定是付出很多的努力。 1. 某天，你在學校上課，身體「稍微」不適，你會如何做？是請假回家？還是繼續上課呢？ 2. 回想自己，曾經有過什麼目標？最後達成了沒？原因為何？	1	
第 18 週	健康促進	1. 三餐以外，你是否有吃甚麼食物或零食，請分析他們的營養價值，是否妥適？ 2. 請討論如何保健身體，有哪些方法？	1	
第 19 週	品德教育	1. 說出自己班上的優點有哪些？ 2. 說出班上還有哪些地方可以更進步？ 3. 說出如何使我們班級更好？	1	
第 20 週	品德教育	1. 說出這學期自己認為最成功的一件事情？ 2. 說出這學期自己認為最失敗的一件事情？ 3. 請分享本學期自己或班級發生的事物及感想。	1	

第 21 週	交通安全	培養用路人正確道德觀及駕駛倫理	1	
下學期 第 1 週	防災教育	面對緊急災難時的態度及應變措施 包含水域防溺之宣導: 選擇戲水安全場所, 並隨時留意週遭變化, 避免憾事再度發生	1	
第 2 週	反毒宣導	識毒、反毒、拒毒方法	1	
第 3 週	國防教育	教導全民國防觀念, 了解台灣國際情勢、了解目前國防政策。	1	
第 4 週	健康管理	健康人生應具備良好飲食及生活規範, 並養成規律運動之習慣	1	
第 5 週	兒童人權	宣導人權教育、維護兒童人權、認識兒童權利公約	1	
第 6 週	社會服務	了解服務學習、了解志工服務、國際性志工團體介紹	1	
第 7 週	人口政策長照政策	宣導 112 年政府人口政策「婚育要把握攜手擁幸福, 愛無分性別兒女皆是寶」及「培育新住民數位零距離, 延攬好人才厚植競爭力」為宣導主題, 落實「樂婚、願生、能養」政策, 提升結婚及生育率, 緩和人口高齡化速度。」 宣導政府長照政策-長照對象、資源等介紹。	1	
第 8 週	友善教育	師生間能互信、互敬及互愛, 方能締造溫馨祥和之友善校園	1	
第 9 週	法治教育	培養同學正確之民主價值與觀念, 並藉由模範生選舉訓練同學適切行使公民權	1	
第 10 週	網路媒體	教導媒體識讀、網路交友、網路使用安全、智慧財產權等。	1	
第 11 週	家暴防治	熟知家庭暴力的定義與法規, 期能降低家暴事件發生之頻率	1	
第 12 週	環境能源	1. 深入了解目前海洋遭受破壞的嚴重程度, 藉以喚醒共同保育海洋的決心與作為 響應節約能源政策, 並落實於日常及校園生活中	1	
第 13 週	菸檳防治	戒除菸檳等成癮物質, 期能健全國民身心, 強健體魄	1	
第 14 週	性別平等暨	1.了解並認同性別平等之價值, 並推己及人, 建立男女及各類性別和諧共存之社會	1	

	性侵害與性騷擾防治	2.了解性侵害及性騷擾之定義，以及時保護自己或親友		
第 15 週	生命教育	憂鬱症防治宣導、情緒自我檢測、自殺防治等宣導	1	
第 16 週	防震防災	1. 請寫出抗震保命三步驟。 2. 請略述班級的避難演練路線、以及該注意事項。 3. 緊急避難包該怎麼準備?	1	
第 17 週	疾病防治	1. 癌症可以預防嗎? 請提出至少三種健康生活方式 2. 如何提升自身的免疫力? 請寫出三種致癌食品。 3. 你知道健保有給付哪些癌症篩檢嗎?	1	
第 18 週	藥物濫用防制	1. 感冒了,家裡有很多長輩去日本購買的藥品,我可以拿來吃嗎?該注意甚麼?(用藥五不原則) 2. 用藥應該注意甚麼? 藥物該如何保存? 藥物有那些分級? 3. 你看過網路哪些不實廣告?	1	
第 19 週	稅務宣導	1. 誠實納稅政府才能推動社會福利和公共建設,你知道每年政府徵收那些稅嗎? 2. 可以儲存雲端發票的載具有哪些? 3. 使用雲端發票有那些好處?	1	
第 20 週	兒童人權	1. 兒童人權或 CRC 是什麼? 2. 對於以下兒童人權: 生存權、健康權、平等權、遊戲權、參與權、受教權等,對照現今社會,你有何想法,如何改善? 3.請簡短紀錄兒童權利公約 CRC 宣導講座內容。	1	