

## 參、彈性學習課程計畫

### 【 七 】年級彈性學習課程計畫

上學期( 21 )週共( 105 )節、下學期( 20 )週共( 100 )節，合計( 205 )節。

上學期					
週次	類別 節數	統整性主題/專題/議題探究課程 (科技美學 1、英閱視界 1)	社團活動與技藝課程 (社團活動 1)	特殊需求領域課程	其他類課程 (班級輔導 1、學校行事 1)
第一週	2	1	0	0	2
第二週	2	1	0	0	2
第三週	2	1	0	0	2
第四週	2	1	0	0	2
第五週	2	1	0	0	2
第六週	2	1	0	0	2
第七週	2	1	0	0	2
第八週	2	1	0	0	2
第九週	2	1	0	0	2
第十週	2	1	0	0	2
第十一週	2	1	0	0	2
第十二週	2	1	0	0	2

第十三週	2	1	0	2
第十四週	2	1	0	2
第十五週	2	1	0	2
第十六週	2	1	0	2
第十七週	2	1	0	2
第十八週	2	1	0	2
第十九週	2	1	0	2
第二十週	2	1	0	2
第二十一週	2	1	0	2
總計	42	21	0	42

下學期				
週次 \ 類別 節數	統整性主題/專題/議題探究課程 (科技美學 1、英閱視界 1)	社團活動與技藝課程 (社團活動 1)	特殊需求領域課程	其他類課程 (班級輔導 1、學校行事 1)
第一週	2	1	0	2
第二週	2	1	0	2
第三週	2	1	0	2
第四週	2	1	0	2

第五週	2	1	0	2
第六週	2	1	0	2
第七週	2	1	0	2
第八週	2	1	0	2
第九週	2	1	0	2
第十週	2	1	0	2
第十一週	2	1	0	2
第十二週	2	1	0	2
第十三週	2	1	0	2
第十四週	2	1	0	2
第十五週	2	1	0	2
第十六週	2	1	0	2
第十七週	2	1	0	2
第十八週	2	1	0	2
第十九週	2	1	0	2
第二十週	2	1	0	2
總計	40	20	0	40

#### 四、其他類課程計畫-班級輔導課程計畫

(一)實施年級：111 學年度【 七 】年級

(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)本學年課程架構：(請依學校實際情形填列，表格請自行增刪)

(三)上學期課程架構：

項 目	認識新同學與友善校園	品格教育與素養形塑	性別教育與自我成長	自我期許與生命教育			
課程內容	新生訓練與友誼建立，班級凝聚力與友善校園的營造	正確人生觀與價值觀以及人際相處模式分享	性別教育與身體成長變化的認識，以及正確的兩性相處	釐清自我價值，肯定自我存在，並學會尊重與和諧相處			
節 數	5	5	5	6			
總 節 數	21 節						

下學期課程架構：

項目	人際關係	時間規劃	情緒密碼				
課程內容	如何交朋友	做一個有效率的人	認識自己				
節數	7	7	6				
總節數	20 節						

(四)上學期課程內涵：

項目：班級輔導								
教學期程	主題/單元名稱	核心素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學資源	備註
1-5 週	認識新同學與友善校園	綜 -J-A1 綜 -J-C2	1. 能探索個人的興趣、特質、個性。 2. 合宜的性別互動與態度的培養。	1. 新生訓練與常規建立。 2. 同儕相處與友誼建立。 3. 班級凝聚力與友善校園的營造。	5	1. 口語評量。 2. 資料紀錄與生涯檔案。 3. 與同儕相處的過程，質性分析。 4. 其他。	教材分享、ppt教學、學習單、教具與數位媒體、電子白板	品德教育 環境教育
6-10 週	品格教育與素養形塑	綜-J-C2	1. 能探索個人的興趣、特質、個性。	1. 釐清人生觀與價值觀。 2. 學習正確的人際相處模式，培養同理心。 3. 品格教育活動與生活素養教學。	5	1. 口語評量與閱讀筆記。 2. 資料整理，態度檢核。 3. 課堂問答與同學互平等。 4. 其他。	教材分享、ppt教學、學習單、教具與數位媒體、電子白板	品德教育 生命教育
11-15 週	性別教育與自我成長	綜 J-A1 綜-J-C2	1. 能探索個人的興趣、特質、個性。	1. 覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。 2. 適當的呈現自我，並能與他人共同完成一件事。 3. 了解自己與他人在團體中的角色，	5	1. 口語評量與閱讀筆記。 2. 分組報告，態度檢核。 3. 課堂問答與同學互平等。 4. 其他。	教材分享、ppt教學、學習單、教具與數位媒體、電子白板	性別教育 健康促進

				學會尊重規範。				
16-21 週	自我期許與生命教育	綜 J-A1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能探索個人的興趣、特質、個性。</li> <li>2. 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立良好的時間觀念，並且培養自律的學習態度。</li> <li>2. 能分析個人面對困境的思考模式，並提出因應與調適的策略。</li> <li>3. 能運用合宜的策略，調適人生困境，正向思考模式。</li> </ol>	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口語評量與閱讀筆記。</li> <li>2. 資料整理與編寫，態度檢核。</li> <li>3. 課堂問答與同學互平等。</li> <li>4. 其他。</li> </ol>	教材分享、ppt 教學、學習單、教具與數位媒體、電子白板	生命教育 品德教育

下學期課程內涵：

項目：班級輔導								
教學期程	主題/單元名稱	核心素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學資源	備註
1-7 週	人際關係如何交朋友	綜-J-B1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自我悅納、尊重差異與自我成。</li> <li>2. 尊重多元性別差異。</li> <li>3. 合宜的性別互動與態度的培</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、覺察生活中性別的差異與困擾，並澄清性別刻板印象的觀念。</li> <li>2、討論有關性別特質、性別特徵、性別多樣性可</li> </ol>	7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口語評量：性別事件簿中 7 能寫出因為性別差異的困擾。</li> <li>2. 紙筆評量：推理時間小組 討論報告能指出性別刻板印象。</li> </ol>	電腦、投影機、影音播放設備、色筆、海報紙。	

			養。	能受到的不平等對待， 並 反思在學校、家庭、社會 性別平等的重要觀念。 3、發現性霸凌與性騷擾 的問題，並學習適當的 因 應行為，以實際推廣性 別 平等觀念				
8-14 週	時間規劃 做一個有效 率的人	綜 -J-A2	1. 建立良好的時 間 觀念。 2. 能運用表格 規 劃 時間。 3. 能執行制定 的 計 畫。	1. 建立良好的時間 觀 念。 2. 能運用表格規劃 時間 能執行制定的計 畫	7	態度檢核、資料蒐集整 理、觀察記錄、分組報 告、參與討論、課堂問 答、作業、實測、實務 操 作、作品展覽、…… 等。	ppt 學習單	

15-20 週	情緒密碼 認識自己	綜 J-A1	正向思考模 式、活習慣與態 度的培養。 2. 情緒與壓力成 因、影響與調 適。 3. 重大心理困擾 與失落經驗因 應。	1. 能說出個人或家庭產 生變化時的情緒感受與 原因。 2. 能蒐集個人或家庭產 生變化時可協助自我調 適的相關資源。 3. 能分析個人面對困境 的思考模式，並提出因 應 與調適的策略。 4. 能運用合宜的策略， 調 適人生困境，正向思考 模 式。	6	1. 學生能透過表情與肢體 7 展。 2. 現表達自身情 緒。 3. 學生能覺察並表達 自己 的情緒狀態。	ppt 學習單	
---------	--------------	--------	---	--	---	--	---------	--

#### 四、其他類課程計畫-學校行事課程計畫

(一)實施年級：111 學年度【 七八九 】年級

(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)本學期課程架構：(請依學校實際情形填列，表格請自行增刪)

項 目	品德教育	教導處(教務相關) 行事活動	教導處(學務相關) 行事活動	輔導室 行事活動	總務處 行事活動	
課程內容	中心德目	主題活動及宣導	主題活動及宣導	主題活動及宣導	主題活動及宣導	
節 數	4	4	5	5	3	

總節數	<u>21</u> 節
-----	-------------

下學年課程架構：

項 目	品德教育	教導處(教務相關)行事活動	教導處(學務相關)行事活動	輔導室行事活動	總務處行事活動	
課程內容	中心德目	主題活動及宣導	主題活動及宣導	主題活動及宣導	主題活動及宣導	
節 數	4	4	5	5	3	
總節數	<u>21</u> 節					

(四)本學年課程內涵：(請依據其他類課程架構安排分別編寫課程計畫)

上學期課程內涵：

項目：學校行事								
教學期程	主題/單元名稱	核心素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學資源	備註
第一週 第五週 第九週 第十三週	中心德目	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-C1 培養道德思辨	1. 有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。  2. 具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養	1. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知。  2. 主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善	4	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	師資、融入之議題內容重點、.....

		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，關懷生命倫理議題與生態環境。	成社會責任感及公民意識。	與行善的品德。				
第二週 第六週 第十週 第十四週	教務相關 活動及主題	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。  J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	1.具備規劃及執行計畫的能力，因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。  2.具備善用科技、資訊與各類媒體之能力。	1.試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神。  2.培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。	4	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	
第三週 第七週 第十一週 第十五週 第二十週	學務相關 活動及主題	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及生命議題。  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.有效處理及解決生活、生命問題。  2.使具備利他與合群的知能與態度。	1.具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思。  2.具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。	4	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	

<p>第四週 第八週 第十二週 第十六週 第十八週</p>	<p>輔導相關 活動及主題</p>	<p>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。</p> <p>J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。</p>	<p>1.有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</p> <p>2.能以同理心與他人溝通並解決問題。能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。</p> <p>3.具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化。</p>	<p>1.具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知。</p> <p>2.具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力。</p> <p>3.積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</p>	<p>5</p>	<p>活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單</p>	<p>實務體驗分享 素材媒體 器材教具</p>	
<p>第十七週 第十九週 第二十一週</p>	<p>總務相關 活動及主題</p>	<p>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及生命議題。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態</p>	<p>1.有效處理及解決生活、生命問題。</p> <p>2.使具備利他與合群的知能與態度。</p>	<p>1.具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思。</p> <p>2.具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝</p>	<p>3</p>	<p>活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單</p>	<p>實務體驗分享 素材媒體 器材教具</p>	

		度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。		通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。				
--	--	----------------------	--	---------------------------	--	--	--	--

下學期課程內涵：

項目：學校行事								
教學期程	主題/單元名稱	核心素養	學習目標	教學重點	節數	評量方式	教學資源	備註
第一週 第五週 第九週 第十三週	中心德目	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-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，關懷生命倫理議題與生態環境。	1. 有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。  2. 具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識。	1. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知。  2. 主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。	4	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	師資、融入之 議題內容重 點、.....
第二週 第六週 第十週 第十四週	教務相關 活動及主題	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。  J-B2 具備善用科技、	1. 具備規劃及執行計畫的能力，因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。  2. 具備善用科技、	1. 試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神。  2. 培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、	4	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	

		資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	資訊與各類媒體之能力。	思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。				
第三週 第七週 第十一週 第十五週 第二十一週	學務相關 活動及主題	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及生命議題。  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.有效處理及解決生活、生命問題。  2.使具備利他與合群的知能與態度。	1.具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思。  2.具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。	4	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	
第四週 第八週 第十二週 第十六週 第十八週	輔導相關 活動及主題	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-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本	1.有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。  2.能以同理心與他人溝通並解決問題。能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。  3.具備自我文化認同的信念，並尊重	1.具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知。  2.具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力。  3.積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時	5	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	

		概念，應用於日常生活中。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。	與欣賞多元文化。	代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。				
第十七週 第十九週 第二十週	總務相關 活動及主題	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及生命議題。 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.有效處理及解決生活、生命問題。 2.使具備利他與合群的知能與態度。	1.具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思。  2.具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。	3	活動問答 班級討論 班級(個人)發表 學習單	實務體驗分享 素材媒體 器材教具	

