

壹、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(21)週共(105)節，合計(210)節。

上學期				
週次	類別 節數	統整性主題/專題/議題探究課程	社團活動與技藝課程	其他類課程
第 1 至 21 週		統整性主題課程每週 2 節 1. 讀寫有辦法 2. 讀繪讀會	社團活動每週 2 節 1. 機電整合社 2. 藤球社 3. 木球社 4. 舞蹈社	自治活動(週會)/班級 輔導(班會)每週 1 節
總 計		42 節	42 節	21 節

下學期				
週次	類別 節數	統整性主題/專題/議題探究課程	社團活動與技藝課程	其他類課程
第 1 至 21 週		統整性主題課程每週 2 節 1. 讀寫有辦法 2. 讀繪讀會	社團活動每週 2 節 1. 機電整合社 2. 藤球社 3. 木球社 4. 舞蹈社	自治活動(週會)/班級 輔導(班會)每週 1 節
總 計		42 節	42 節	21 節

四、其他類課程

(一)實施年級：114 學年度【 七 】年級

(二)節數分配：每週學習節數 (1) 節，上學期(21)週共 (21) 節、下學期(21)週(21)節，合計(42)節。

(三)本學期課程規劃(表十三)：

項 目	核心素養	課程目標	表現任務	備註
自治活動 (週會)	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-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-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。 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 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。	1. 培養學生學習議題有關的知識、技能和情意。 2. 養成批判思考及解決問題的能力，以提升面對議題的責任與能力	1. 學生能夠進行系統思考、具備民主法治的觀念與風度。 2. 學生能夠將所學應用於日常生活中。	

班級輔導 (班會)	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-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-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。 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 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。	1. 培養學生學習議題有關的知識、技能和情意。 2. 養成批判思考及解決問題的能力，以提升面對議題的責任與能力	1. 學生學生能夠積極參與班級自治或班級團體輔導。 2. 學生能夠使用完整語彙表達自我意見，並勇於上台報	
---	--	---	--	--

(四)上學期課程內涵(表十四)：

項目：自治活動(週會)				
教學進度	主題/單元名稱	學習活動	節數	備註
第(1)週	交通安全宣導	1. 認識騎乘單車該注意的交安規則。 2. 培養尊重行人優先的重要觀念。 3. 落實行人過路口該如何自保的要點。	1	【安全教育】 【交通安全】
第(3)週	防災教育宣導	1. 增進學生了解防災的重要性並運用防災知識、技能，緊急應變以保護自己與家人安全。 2. 培養學生對各種災害之警覺心及敏感度。	1	【防災教育】 【家庭教育】
第(6)週	健康促進宣導— 營養教育主題	1. 認識六大類食物。 2. 認識五大營養素及其功能。 3. 認識食品添加物。 4. 學習規劃均衡飲食，養成良好的飲食習慣。	1	
第(7)週	兒少性侵害與性剝削防治宣導	1. 認識兒少性侵害與性剝削意義。 2. 性侵害與性剝削犯罪之相關法律。 3. 性不得做為交易對象之宣導。 4. 網路安全及正確使用網路之知識。	1	【兒童及少年性剝削防治教育】 【性別平等教育】 【性侵害防治教育】
第(8)週	法治教育宣導	1. 能知道網購防詐小知識。 2. 能了解網路散布不當影片的法律責任。	1	【消費者保護教育】
第(9)週	性別平等教育宣導	1. 有關性別平等議題的演講。 2. 案例分享。 3. 有獎徵答。	1	【性別平等教育】
第(11)週	家暴及兒少保護宣導	1. 有關家暴及兒少保護議題之宣導活動。 2. 加強法治教育。 3. 有獎徵答。	1	【家庭暴力防治】 【性別平等教育】 【家庭教育】
第(13)週	戶外教育行前說明	1. 了解戶外活動行程與安全須知。 2. 知道團體規範與秩序的重要。	1	【戶外教育】
第(15)週	技職教育宣導	1. 促進學生對職業有所認識，以利未來職涯探索及發展。 2. 加強國中學生對技職體系之瞭解。	1	【生涯輔導】
第(17)週	校慶系列活動— 健康操比賽	1. 能努力參與各項活動。 2. 學習同儕互助與合作。	1	

第(19)週	家庭教育宣導—家務分工中的性別平等	1. 宣導共同分擔家務的性別平等概念，以提升性別平等意識。 2. 推廣「家務齊分擔幸福好簡單」觀念。	1	【性別平等教育】 【家庭教育】
第(21)週	環境教育— 環保由你我做起	1. 認識社區周圍環境。 2. 如何做好回收分類。 3. 協助社區掃街。	1	【環境教育】

項目：班級輔導(班會)

教學進度	主題/單元名稱	學習活動	節數	備註
第(2)週	友善校園	1. 認識網路霸凌的種類。 2. 討論哪些行為會助長網路霸凌？ 3. 校園網路霸凌衍生的相關問題。 4. 如何幫助遭受網路霸凌的自己或同學？	1	【性別平等教育】 【人權教育】 【法治教育】 【品德教育】 【安全教育】
第(4)週	生命的樂章	1. 人口老化的原因為何，其對社會的影響為何？ 2. 思考自己或家中將來會面臨到的老人問題，該如何因應。 3. 認識新興居住形態「青銀同居」，並說出自己的看法。	1	【生命教育】
第(5)週	從土地到餐桌— 談食農教育	1. 認同在地，讓農業更好，請討論家鄉的農業特色是什麼？ 2. 餐桌上的食物，你會關心什麼呢？有哪些行為是正確的食農教育觀念呢？	1	【食農教育】
第(10)週	網路成癮	1. 認識網路成癮的症狀。 2. 網路對生活的影響。 3. 請思考放學後花費多少時間在網路上，有哪些情況是必要的？哪些是可用其它更有意義的休閒方式取代。	1	【資訊教育】 【生涯規劃教育】
第(12)週	環境、能源教育	1. 我曾落實過哪些節能減碳的行為？ 2. 我還可以怎麼做讓地球環境更美好？	1	【環境教育】 【能源教育】
第(14)週	拒菸反毒	1. 新興毒品呈現的樣態有哪些？ 2. 菸、毒品對青少年的危害有哪些？ 3. 拒絕菸、毒品的應對方式？	1	
第(16)週	全力以赴— 運動會籌備	1. 運動會創意進場練習。 2. 運動會競賽項目練習。		

		3. 培養學生榮譽感與運動家精神。		
第(18)週	情緒管理	1. 討論國中生的壓力的來源有哪些? 2. 抒發情緒的管道有哪些?	1	【品德教育】 【生涯規劃教育】
第(20)週	家庭教育	1. 家庭中有那些不同角色，做些事? 2. 如何表達對家人的關懷?	1	【家庭教育】

(四)下學期課程內涵(表十四)：

項目：自治活動(週會)				
教學進度	主題/單元名稱	學習活動	節數	備註
第(2)週	菸害防制宣導	能知道菸對身體的傷害並拒絕菸害。	1	
第(3)週	長照與失智症宣導— 讓我們安心變老	1. 認識有哪些長照服務。 2. 知道如何申請長照服務。	1	【家庭教育】 【長期照顧服務】 【失智症議題】
第(5)週	生命教育— 動物保護宣導	1. 認識動物生命的變化與發展歷程，學習尊重生命。 2. 愛護動物學習同理心看待生命。 3. 學習照顧動物及認識陪伴動物。	1	【安全教育】
第(7)週	模範生自我介紹與表演	表揚好人好事，激勵同學向上進取，並體驗公民與法治精神。	1	【品德教育】
第(9)週	愛滋病防治講座	1. 了解愛滋病毒的傳播途徑，並澄清常見迷思概念。 2. 了解 HIV 的預防及治療。	1	
第(10)週	環境教育處處在， 天天都是綠生活	1. 認識 6R3E。 2. 認識綠色飲食。 3. 落實綠色居家的作法。	1	【環境教育】
第(13)週	校園敬老宣導	1. 藉由生命關懷之議題，推展社會敬老觀念。 2. 樹立學子參與社會福利工作之善良風氣。 3. 發揮「老吾老以及人之老」的精神。 4. 安排老化體驗活動。	1	【家庭教育】 【品德教育】
第(15)週	自殺防治宣導	1. 自殺與自傷等議題其成因與處理。 2. 認識心理輔導與醫療支持系統。	1	【生命教育】

第(17)週	班際排球比賽	促進學生身心健康，養成良好運動習慣，提倡運動生活化。	1	
第(19)週	消防安全宣導	居安思危，提高防救災知能與技能。	1	【防災教育】
第(21)週	特教宣導	1. 加強人權教育，增進學生對身心障礙人士的關懷與尊重。 2. 增進學生對身心障礙學生的了解、接納及融合。 3. 激發學生熱愛生命，珍惜所有，培養感恩態度與包容心	1	【品德教育】 【人權教育】

項目：班級輔導(班會)

教學進度	主題/單元名稱	學習活動	節數	備註
第(1)週	交通安全教育	1. 上、放學路線危險路段有哪些？ 2. 生活中，你最常看到哪些違反交通安全的事情？ 3. 騎乘微型電動二輪車要遵守那些規範？	1	【安全教育】 【交通安全】
第(4)週	環境衛生的重要	1. 學校的回收室的垃圾分類有哪些項目？最容易丟錯的是？ 2. 日常生活中哪些行為可達節能減碳的效果？	1	【環境教育】
第(6)週	節能減碳	1. 如何將「節約能源」的理念落實在日常生活中？ 2. 關於資源的回收再利用，你有何看法？並該如何落實？	1	【環境教育】 【能源教育】
第(8)週	我的家庭	1. 你曾與家人一起經歷最印象深刻的事是什麼？感受如何？ 2. 你覺得家庭對一個人的影響大嗎？會影響哪些層面？ 3. 當你未來「成家」以後，你想營造什麼樣的家庭氣氛？	1	【家庭教育】 【品德教育】
第(11)週	健康促進	1. 空氣汙染現象對我們的健康造成什麼影響？又與全球氣候變遷之間有什麼關聯？ 2. 我們如何在生活中降低空氣汙染的形成？	1	
第(12)週	時間管理達人	1. 如何制訂適合於自己的時間表？ 2. 如何讓自己能按照自己所制定的事情來執行？	1	【生涯規劃教育】
第(14)週	性侵害犯罪防治	1. 校園有哪些死角及週邊危險熱點？ 2. 在校園中，如何保護自我的人身安全？ 3. 說出社區危險熱點及在校外，如何保護自我的人身安全？	1	【性別平等教育】 【性侵害防治】
第(16)週	水域安全	1. 戲水意外頻傳，到海邊應該注意哪些安全注意事項？ 2. 面對溺水等戲水事件，我可以怎麼做？	1	【安全教育】
第(18)週	健康促進	1. 如何促進身體健康及達成健康體位？ 2. 請從飲食和運動兩方面來探討。	1	

		3. 分享自己的早餐，討論怎麼吃才健康？		
第(20)週	期末檢討	1. 這學年中最懷念的事是什麼？最得意的是什麼？ 2. 學習上最需要克服的困難是什麼？希望師長給予什麼樣的協助？ 3. 新的學年，期許自己有什麼樣的改變？	1	【生涯規劃教育】