

## 壹、彈性學習課程計畫

### 【 九 】年級彈性學習課程計畫

上學期( 21 )週共( 126 )節、下學期( 18 )週共( 108 )節，合計( 234 )節。

| 上學期            |                                    |                                    |                             |
|----------------|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
| 類別<br>週次<br>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<br>1. 酷閱讀<br>2. 生命閱章 | 社團活動每週 3 節<br>1. 餐飲達人社<br>2. 設計文創社 | 自治活動(週會)/班級<br>輔導(班會)每週 1 節 |
| 總 計            | 42 節                               | 63 節                               | 21 節                        |

| 下學期            |                                    |                                    |                             |
|----------------|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
| 類別<br>週次<br>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 18 週     | 統整性主題課程每週 2 節<br>1. 酷閱讀<br>2. 生命閱章 | 社團活動每週 3 節<br>1. 食品加工社<br>2. 生活美學社 | 自治活動(週會)/班級<br>輔導(班會)每週 1 節 |
| 總 計            | 36 節                               | 54 節                               | 18 節                        |

(一)實施年級：114 學年度【 九 】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( 18 )週( 18 )節，合計( 39 )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<br>(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。<br>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。<br>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。<br>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<br>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。<br>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。<br>2. 學生能夠將所學應用於日常生活中。 |    |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                       |                                                                    |  |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--|
| <p style="text-align: center;"><b>班級輔導<br/>(班會)</b></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-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-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。</p> <p>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</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. 培養學生學習議題有關的知識、技能和情意。</p> <p>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</p> | <p>1. 學生學生能夠積極參與班級自治或班級團體輔導。</p> <p>2. 學生能夠使用完整語彙表達自我意見，並勇於上台報</p> |  |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--|

(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。<br>2. 培養尊重行人優先的重要觀念。<br>3. 落實行人過路口該如何自保的要點。                    | 1  | 【安全教育】                                  |
| 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。<br>2. 培養學生對各種災害之警覺心及敏感度。                | 1  | 【防災教育】<br>【家庭教育】                        |
| 第(6)週       | 健康促進宣導—<br>營養教育主題 | 1. 認識六大類食物。<br>2. 認識五大營養素及其功能。<br>3. 認識食品添加物。<br>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。<br>2. 性侵害與性剝削犯罪之相關法律。<br>3. 性不得做為交易對象之宣導。<br>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】<br>【性別平等教育】<br>【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。<br>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。<br>2. 案例分享。<br>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。<br>2. 加強法治教育。<br>3. 有獎徵答。                                    | 1  | 【家庭暴力防治課程】<br>【性別平等教育】<br>【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。<br>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。<br>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—<br>健康操比賽  | 1. 能努力參與各項活動。<br>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。<br>2. 推廣「家務齊分擔幸福好簡單」觀念。 | 1 | 【性別平等教育】<br>【家庭教育】 |
| 第(21)週 | 環境教育—<br>環保由你我做起  | 1. 認識社區周圍環境。<br>2. 如何做好回收分類。<br>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。<br>2. 討論哪些行為會助長網路霸凌？<br>3. 校園網路霸凌衍生的相關問題。<br>4. 如何幫助遭受網路霸凌的自己或同學？       | 1  | 【性別平等教育】<br>【人權教育】<br>【法治教育】<br>【品德教育】<br>【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？<br>2. 思考自己或家中將來會面臨到的老人問題，該如何因應。<br>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—<br>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？<br>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。<br>2. 網路對生活的影響。<br>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】<br>【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？<br>2. 我還可以怎麼做讓地球環境更美好？                                             | 1  | 【環境教育】<br>【能源教育】                                 |
| 第(14)週      | 拒菸反毒             | 1. 新興毒品呈現的樣態有哪些？<br>2. 菸、毒品對青少年的危害有哪些？<br>3. 拒絕菸、毒品的應對方式？                             | 1  |                                                  |
| 第(16)週      | 全力以赴—<br>運動會籌備   | 1. 運動會創意進場練習。<br>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?<br>2. 抒發情緒的管道有哪些? | 1 | 【品德教育】<br>【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?<br>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—<br>讓我們安心變老 | 1. 認識有哪些長照服務。<br>2. 知道如何申請長照服務。                                                        | 1  | 【家庭教育】<br>【長期照顧服務】<br>【失智症議題】 |
| 第(5)週  | 生命教育—<br>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。<br>2. 愛護動物學習同理心看待生命。<br>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。<br>2. 了解 HIV 的預防及治療                                          | 1  |                               |
| 第(10)週 | 環境教育處處在，<br>天天都是綠生活  | 1. 認識 6R3E。<br>2. 認識綠色飲食。<br>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。<br>2. 樹立學子參與社會福利工作之善良風氣。<br>3. 發揮「老吾老以及人之老」的精神。<br>4. 安排老化體驗活動。 | 1  | 【家庭教育】<br>【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。<br>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  |                               |

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?<br>2. 生活中, 你最常看到哪些違反交通安全的事情?<br>3. 騎乘微型電動二輪車要遵守那些規範?                       | 1  | 【安全教育】           |
| 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?<br>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?<br>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】<br>【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?<br>2. 你覺得家庭對一個人的影響大嗎? 會影響哪些層面?<br>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】<br>【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?<br>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?<br>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?<br>2. 在校園中, 如何保護自我的人身安全?<br>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】         |
| 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?<br>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?<br>2. 請從飲食和運動兩方面來探討。<br>3. 分享自己的早餐, 討論怎麼吃才健康?                            | 1  |                  |