

臺東縣立關山國民中學 111 學年第一學期 校訂課程之彈性課程計畫格式

【格式 C】適用：其他類

校訂課程類別：其他類

課程種類：○本土語文/新住民語文 ○服務學習 ○戶外教育 ○班際或校際交流 ①自治活動 ●班級輔導○學生自主學習

課程名稱：班/週會

課程目標：

- (一) 能夠學習聆聽他人發表意見，並且歸納及思考。
- (二) 能夠在團體中善用觀察方法，並且精確表達自己的見聞。
- (三) 能透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。
- (四) 能學習書寫自己的想法和意見，並且善於與他人溝通。

課程總節數：20

設計者：訓育組

教學年級：全年級

教學規劃/進度表：

單元/主題名稱	學習重點		學習目標	教學活動概述	教學節數	教學資源	評量方式	議題融入實質內涵	備註
	學習內容	學習表現							
班級民主素養議題討論	輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。 輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。 童 Bb-IV-1 多元族群服務需求的評估。 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	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。 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。	能學習如何參與班級事務。	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見落實討論內容	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	
水域安全宣導講座	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	能專心聆聽水域安全宣導課程。	水域安全講座	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見落實討論內容	安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	

	Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。							
班級民主素養議題討論	家 Dd-IV-3 家人期許與自我發展之思辨。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。 家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 a-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。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	透班級討論思考與同儕的互動方式是否適宜	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	
防震教育/國防教育講座	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	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。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	能建立正確的防震或防災觀念，以降低傷害。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	防 J6 應用氣象局提供的災害資訊，做出適當的判斷及行動。 防 J7 繪製校園的防災地圖並參與校園防災演練。防 J8 繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。防 J9 瞭解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。	
班級民主素養議題討論	家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	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。 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	班級討論以凝聚班級內的向心力。	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	

		成分內工作。							
生命教育講座	<p>輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。</p> <p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p> <p>輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。</p> <p>輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	學習聆聽講師的分享，並且主動自省。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	<p>生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。</p> <p>生 J6 人生目的與意義。</p>	
班級民主素養議題討論	<p>輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。</p> <p>輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。</p>	<p>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。</p> <p>2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成成分內工作。</p>	透班級討論思考與同儕的互動方式是否適宜	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	<p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2 重視群體規範與榮譽。</p>	
職業達人講座	<p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。</p> <p>輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。</p> <p>輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。</p>	<p>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。</p> <p>1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。</p> <p>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。</p>	能認識不同的職業，並且認識自己的興趣及特質。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。</p>	

民主素養：謙遜包容	<p>輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。</p> <p>輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	<p>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。</p> <p>2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。</p>	不歧視不同族群的同伴，能學習用同理心對待他人	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	
性別平等教育宣導	<p>輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。</p> <p>輔 Dc-IV-2 團體溝通、互動與工作效能的提升。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	<p>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。</p> <p>2b-IV-2 體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響，並提升團體效能。</p>	能建立正確的性別平等觀念。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同	
班級民主素養議題討論	<p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p> <p>家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。</p> <p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p>	<p>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。</p> <p>2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。</p>	能學習遇到相關問題，如何因應及用語言解決困難。	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	
兒少保護及性侵害防治講座	<p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p> <p>輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。</p> <p>輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機</p>	<p>2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。</p> <p>3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。</p>	學習聆聽講師的分享，並且主動自省。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	<p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。</p>	

	因應與克服困境的方法。								
班級民主素養議題討論	輔 Ac-IV-2 珍惜、尊重與善待各種生命。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	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。 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。	透班級討論思考與同儕的互動方式是否適宜	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	
為地球做一件美好的事/低碳救地球	Na-IV-2 生活中節約能源的方法。 Na-IV-4 資源使用的5R(減量、抗拒誘惑、重複使用、回收與再生)。 Na-IV-5 各種廢棄物對環境的影響，環境的承載能力與處理方法。 Na-IV-6 人類社會的發展必須建立在保護地球自然環境的基礎上。 Na-IV-7 為使地球永續發展，可以從減量、回收、再利用、綠能等做起。 Me-IV-4 溫室氣體與全球暖化。 Nb-IV-1 全球暖化對生物的影響。	tm-IV-1 能從實驗過程、合作討論中理解較複雜的自然界模型，並能評估不同模型的優點和限制，進能應用在後續的科學理解或生活。 an-IV-1 察覺到科學的觀察、測量和方法是否具有正當性是受到社會共同建構的標準所規範。 an-IV-2 分辨科學知識的確定性和持久性會因科學研究的時空背景不同而有所變化。	學習聆聽講師的分享，並且主動自省。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	環 J4 了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 環 J7 透過「碳循環」，了解化石燃料與溫室氣體、全球暖化、及氣候變遷的關係。	
班級民主素養議題討論	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	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。	透班級討論思考與同儕的互動方式是否適宜	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	

		3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。							
職業達人講座	<p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界，突破傳統的性別職業框架，勇於探索未來的發展。</p> <p>輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。</p> <p>輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。</p>	<p>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。</p> <p>1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。</p> <p>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。</p>	能認識不同的職業，並且認識自己的興趣及特質。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
班級民主素養議題討論	<p>輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。</p> <p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p>	<p>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。</p> <p>2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p>	透班級討論思考與同儕的互動方式是否適宜	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	
交通安全講座	童 Cc-IV-1 戶外休閒活動的安全、風險管理與緊急事件的處理。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	能建立正確的 交通或用路觀念，以降低交通 傷害。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	<ol style="list-style-type: none"> 意見發表 尊重包容不同意見 落實討論內容 	安 J2 判斷常見的事故 傷害 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。	

	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。							
班級民主素養議題討論	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。	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。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	透班級討論思考與同儕的互動方式是否適宜	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	
家庭暴力防治講座	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	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。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	能學習遇到相關問題，如何因應及解決困難。	宣導講座	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	家 J3 家人的情感支持。家 J4 對家人愛與關懷的表達。家 J5 國中階段的家庭責任。家 J6 參與家庭活動。	
班級民主素養議題討論	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。	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。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	透班級討論思考與同儕的互動方式是否適宜	召開班會	1	PPT、投影機、學習單	1. 意見發表 2. 尊重包容不同意見 3. 落實討論內容	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。品 J2 重視群體規範與榮譽。	

		2c-1V-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。							
--	--	------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--

※議題融入實質內涵：不能只是填入議題名稱或代碼，應由議題融入說明手冊找出「完整」實質內涵(代碼+實質內涵)填入。

※若「議題融入實質內涵」屬「學習目標」且要「評量」，則該欄位可移至「學習目標」欄位之前。