

*6-2-4 彈性學習課程—其他類課程

桃園市青溪國民中學 114 學年度 第一學期 七年級 彈性學習課程 班/週會 課程計畫			
每週節數	1 節		設計者 學務團隊
核心素養	A 自主行動	☒ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☒ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☒ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☒ C3. 多元文化與國際理解	
融入議題		☒ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☒ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 資訊科技教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☒ 防災教育 ☒ 家庭教育 ☒ 生涯規劃教育 ☒ 多元文化教育 ☐ 閱讀素養教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民教育	
學習重點	學習表現	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	
	學習內容	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 法 J3 認識法律之意義與制定。 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。 防 J7 繪製校園的防災地圖並參與校園防災演練。 輔-Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。	

		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。 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。 輔-Ac-IV-1生命歷程、生命意義與價值的探索。 童-Cb-IV-3露營中的活動領導、溝通與問題解決。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 家-Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。		
學習目標		1. 能夠學習聆聽他人發表意見，並且歸納及思考。 2. 能夠在團體中善用觀察方法，並且精確表達自己的見聞。 3. 能透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 4. 能學習書寫自己的想法和意見，並且善於與他人溝通。		
評量方式		每學期評量【 2 】次：紙筆測驗【 0 】次、多元評量【 2 】次 1. 心得分享 2. 平時表現		
週次 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	班級自治(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	幹部訓練	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
2	班級自治(2)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
3	營養教育講座	了解六大類食物，如何吃得營養、吃得健康。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
4	防災教育	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。	防災演練	實際操作 心得分享
5	健康促進講座	了解如何建立良好生活習慣，維持身心靈健康。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
6	情感教育	閱讀情感教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
7	性平教育(1)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊重同理。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
8	性平教育(2)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊重同理。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

9	反毒教育(1)	認識毒品，學會如何拒絕誘惑，保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
10	反毒教育(2)	認識毒品，學會如何拒絕誘惑，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
11	家庭教育(1)	認識家庭，了解如何和家人相處成長。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
12	家庭教育(2)	認識家庭，了解如何和家人相處成長。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
13	生命教育(1)	藉由分享生命故事，鼓勵更多孩子勇於面對生命的各項挑戰。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
14	生命教育(2)	藉由分享生命故事，鼓勵更多孩子勇於面對生命的各項挑戰。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
15	生涯教育(1)	探討生涯規劃，認識不同職業。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
16	生涯教育(2)	探討生涯規劃，認識不同職業。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
17	品德教育(1)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
18	品德教育(2)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
19	法治教育(1)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
20	法治教育(2)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
21	期末回顧與檢討	回顧本學期學習狀況。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

桃園市青溪國民中學 114 學年度 第二學期 七年級 彈性學習課程 班/週會 課程計畫			
每週節數	1 節	設計者	學務團隊

核心素養	A 自主行動	☒ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☒ A3. 規劃執行與創新應變
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養
	C 社會參與	☒ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☒ C3. 多元文化與國際理解
融入議題		☒ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☒ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 資訊科技教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☒ 防災教育 ☒ 家庭教育 ☒ 生涯規劃教育 ☒ 多元文化教育 ☐ 閱讀素養教育 ☒ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民教育
學習重點	學習表現	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。
	學習內容	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 法 J3 認識法律之意義與制定。 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。 戶 J7 參加學校辦理的隔宿型戶外教學及考察活動，參與地方相關事務。 輔-Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 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。 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。 輔-Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 童-Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。

		童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 家-Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。		
學習目標	1. 能夠學習聆聽他人發表意見，並且歸納及思考。 2. 能夠在團體中善用觀察方法，並且精確表達自己的見聞。 3. 能透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 4. 能學習書寫自己的想法和意見，並且善於與他人溝通。			
評量方式	每學期評量【 2 】次：紙筆測驗【 0 】次、多元評量【 2 】次 1. 心得分享 2. 平時表現			
週次 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	班級自治(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	幹部訓練	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
2	班級自治(2)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
3	戶外教育	提倡學校師生走出教室外，經由操作、觀察、探索、互動、反思等歷程，整合感官及經驗學習，並透過人際互動及團隊合作，發展社會覺知技能，養成尊重及關懷他人之情操。	戶外教育	學習單 心得分享
4	反霸凌講座	了解何謂霸凌，學習如何尊重他人保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
5	能源教育	增進能源基本概念，養成節約能源的思維、習慣和態度。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
6	環境教育(1)	認識環境保育、環保等概念，激發同學愛護環境的精神。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
7	環境教育(2)	認識環境保育、環保等概念，激發同學愛護環境的精神。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
8	性平教育(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

		他人的意見，學會自律。		
9	性平教育(2)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊重同理。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
10	法治教育(1)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
11	法治教育(2)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
12	品德教育(1)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
13	品德教育(2)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
14	生涯教育(1)	探討生涯規劃，認識不同職業。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
15	生涯教育(2)	探討生涯規劃，認識不同職業。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
16	安全教育(1)	教導學生確保生命安全，避免非預期的各種傷害。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
17	安全教育(2)	教導學生確保生命安全，避免非預期的各種傷害。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
18	多元文化教育(1)	認識文化的豐富與多樣性，尊重文化差異性。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
19	多元文化教育(2)	認識文化的豐富與多樣性，尊重文化差異性。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
20	情感教育	閱讀情感教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
21	期末回顧與檢討	回顧本學期學習狀況。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

桃園市青溪國民中學 114 學年度 第一學期 八年級 彈性學習課程 班/週會 課程計畫			
每週節數	1 節		學務團隊
核心素養	A 自主行動	☒ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☒ A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	☒ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☒ C3. 多元文化與國際理解	
融入議題		☒ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☒ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 資訊科技教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☒ 防災教育 ☒ 家庭教育 ☒ 生涯規劃教育 ☒ 多元文化教育 ☐ 閱讀素養教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民教育	
學習重點	學習表現	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。	
	學習內容	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 法 J3 認識法律之意義與制定。 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。 防 J7 繪製校園的防災地圖並參與校園防災演練。 輔-Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔-Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 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。 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。	

		輔-Ac-IV-1生命歷程、生命意義與價值的探索。 童-Cb-IV-3露營中的活動領導、溝通與問題解決。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 家-Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。		
學習目標	1. 能夠學習聆聽他人發表意見，並且歸納及思考。 2. 能夠在團體中善用觀察方法，並且精確表達自己的見聞。 3. 能透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 4. 能學習書寫自己的想法和意見，並且善於與他人溝通。			
評量方式	每學期評量【 2 】次：紙筆測驗【 0 】次、多元評量【 2 】次 1. 心得分享 2. 平時表現			
週次 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	班級自治(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	幹部訓練	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
2	班級自治(2)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
3	營養教育講座	了解六大類食物，如何吃得營養、吃得健康。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
4	防災教育	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。	防災演練	實際操作 心得分享
5	健康促進講座	了解如何建立良好生活習慣，維持身心靈健康。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
6	情感教育	閱讀情感教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
7	性平教育(1)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊重同理。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
8	性平教育(2)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊重同理。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

9	反毒教育(1)	認識毒品，學會如何拒絕誘惑，保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
10	反毒教育(2)	認識毒品，學會如何拒絕誘惑，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
11	家庭教育(1)	認識家庭，了解如何和家人相處成長。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
12	家庭教育(2)	認識家庭，了解如何和家人相處成長。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
13	生命教育(1)	藉由分享生命故事，鼓勵更多孩子勇於面對生命的各項挑戰。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
14	生命教育(2)	藉由分享生命故事，鼓勵更多孩子勇於面對生命的各項挑戰。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
15	生涯教育(1)	探討生涯規劃，認識不同職業。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
16	生涯教育(2)	探討生涯規劃，認識不同職業。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
17	品德教育(1)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
18	品德教育(2)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
19	法治教育(1)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
20	法治教育(2)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
21	期末回顧與檢討	回顧本學期學習狀況。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

桃園市青溪國民中學 114 學年度 第二學期 八年級 彈性學習課程 班/週會 課程計畫					
每週節數		1 節		設計者	學務團隊
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 ■A3. 規劃執行與創新應變			
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 □B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養			
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 ■C3. 多元文化與國際理解			
融入議題		■性別平等教育■人權教育■環境教育□海洋教育■品德教育 ■生命教育■法治教育□資訊科技教育□能源教育□安全教育 ■防災教育■家庭教育■生涯規劃教育■多元文化教育□閱讀素養教育 ■戶外教育教育□國際教育□原住民教育			
學習重點	學習表現	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。			
	學習內容	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 法 J3 認識法律之意義與制定。 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。 輔-Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 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。 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。 輔-Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。			

		童-Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 家-Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。		
學習目標	1. 能夠學習聆聽他人發表意見，並且歸納及思考。 2. 能夠在團體中善用觀察方法，並且精確表達自己的見聞。 3. 能透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 4. 能學習書寫自己的想法和意見，並且善於與他人溝通。			
評量方式	每學期評量【 2 】次：紙筆測驗【 0 】次、多元評量【 2 】次 1. 心得分享 2. 平時表現			
週次 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	班級自治(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	幹部訓練	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
2	班級自治(2)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
3	反霸凌教育	了解何謂霸凌，學習如何尊重他人保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
4	反霸凌講座	了解何謂霸凌，學習如何尊重他人保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
5	能源教育	增進能源基本概念，養成節約能源的思維、習慣和態度。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
6	環境教育(1)	認識環境保育、環保等概念，激發同學愛護環境的精神。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
7	環境教育(2)	認識環境保育、環保等概念，激發同學愛護環境的精神。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
8	性平教育(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
9	性平教育(2)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊	班會討論	同儕評量 學習單

		重同理。		聯絡簿每日省思
10	法治教育(1)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
11	法治教育(2)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
12	品德教育(1)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
13	品德教育(2)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
14	生涯教育(1)	探討生涯規劃，認識不同職業。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
15	生涯教育(2)	探討生涯規劃，認識不同職業。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
16	安全教育(1)	教導學生確保生命安全，避免非預期的各種傷害。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
17	安全教育(2)	教導學生確保生命安全，避免非預期的各種傷害。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
18	多元文化教育(1)	認識文化的豐富與多樣性，尊重文化差異性。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
19	多元文化教育(2)	認識文化的豐富與多樣性，尊重文化差異性。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
20	情感教育	閱讀情感教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
21	期末回顧與檢討	回顧本學期學習狀況。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

桃園市青溪國民中學 114 學年度 第一學期 九年級 彈性學習課程 班/週會 課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	學務團隊
核心素養	A 自主行動	■A1. 身心素質與自我精進 ■A2. 系統思考與問題解決 ■A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	■B1. 符號運用與溝通表達 □B2. 科技資訊與媒體素養 □B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	■C1. 道德實踐與公民意識 ■C2. 人際關係與團隊合作 ■C3. 多元文化與國際理解		
融入議題		■性別平等教育□人權教育□環境教育□海洋教育■品德教育 ■生命教育■法治教育□資訊科技教育□能源教育□安全教育 ■防災教育■家庭教育■生涯規劃教育■多元文化教育□閱讀素養教育 □戶外教育教育□國際教育□原住民教育		
學習重點	學習表現	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。		
	學習內容	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 法 J3 認識法律之意義與制定。 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。 防 J7 繪製校園的防災地圖並參與校園防災演練。 輔-Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 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。 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。		

		輔-Ac-IV-1生命歷程、生命意義與價值的探索。 童-Cb-IV-3露營中的活動領導、溝通與問題解決。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 家-Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。		
學習目標		1. 能夠學習聆聽他人發表意見，並且歸納及思考。 2. 能夠在團體中善用觀察方法，並且精確表達自己的見聞。 3. 能透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 4. 能學習書寫自己的想法和意見，並且善於與他人溝通。		
評量方式		每學期評量【 2 】次：紙筆測驗【 0 】次、多元評量【 2 】次 1. 心得分享 2. 平時表現		
週次 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	班級自治(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	幹部訓練	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
2	班級自治(2)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
3	營養教育講座	了解六大類食物，如何吃得營養、吃得健康。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
4	防災教育	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。	防災演練	實際操作 心得分享
5	戶外教育	提倡學校師生走出教室外，經由操作、觀察、探索、互動、反思等歷程，整合感官及經驗學習，並透過人際互動及團隊合作，發展社會覺知技能，養成尊重及關懷他人之情操。	戶外教育	學習單 心得分享
6	健康促進講座	了解如何建立良好生活習慣，維持身心靈健康。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
7	性平教育(1)	了解何謂性別平等，理	週會講座	同儕評量

		解彼此差異性，學會尊重同理。		學習單 聯絡簿每日省思
8	性平教育(2)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊重同理。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
9	反毒教育(1)	認識毒品，學會如何拒絕誘惑，保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
10	反毒教育(2)	認識毒品，學會如何拒絕誘惑，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
11	家庭教育(1)	認識家庭，了解如何和家人相處成長。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
12	家庭教育(2)	認識家庭，了解如何和家人相處成長。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
13	生命教育(1)	藉由分享生命故事，鼓勵更多孩子勇於面對生命的各項挑戰。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
14	生命教育(2)	藉由分享生命故事，鼓勵更多孩子勇於面對生命的各項挑戰。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
15	生涯教育(1)	探討生涯規劃，認識不同職業。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
16	生涯教育(2)	探討生涯規劃，認識不同職業。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
17	品德教育(1)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
18	品德教育(2)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
19	法治教育(1)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
20	法治教育(2)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

21	期末回顧與檢討	回顧本學期學習狀況。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
----	---------	------------	------	------------------------

桃園市青溪國民中學 114 學年度 第二學期 九年級 彈性學習課程 班/週會 課程計畫				
每週節數	1 節		設計者	學務團隊
核心素養	A 自主行動	☒ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☒ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☐ B2. 科技資訊與媒體素養 ☐ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	☒ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☒ C3. 多元文化與國際理解		
融入議題		☒ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☒ 生命教育 ☒ 法治教育 ☐ 資訊科技教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☒ 防災教育 ☒ 家庭教育 ☒ 生涯規劃教育 ☒ 多元文化教育 ☐ 閱讀素養教育 ☒ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民教育		
學習重點	學習表現	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。		
	學習內容	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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。 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 法 J3 認識法律之意義與制定。 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。		

		輔-Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。 輔Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 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。 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。 輔-Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 童-Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。 童 Db-IV-1 自然景觀的欣賞、維護與保護。 家-Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。		
學習目標		1. 能夠學習聆聽他人發表意見，並且歸納及思考。 2. 能夠在團體中善用觀察方法，並且精確表達自己的見聞。 3. 能透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 4. 能學習書寫自己的想法和意見，並且善於與他人溝通。		
評量方式		每學期評量【 2 】次：紙筆測驗【 0 】次、多元評量【 2 】次 1. 心得分享 2. 平時表現		
週次 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	班級自治(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	幹部訓練	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
2	班級自治(2)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
3	反霸凌教育	了解何謂霸凌，學習如何尊重他人保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
4	反霸凌講座	了解何謂霸凌，學習如何尊重他人保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
5	能源教育	增進能源基本概念，養成節約能源的思維、習慣和態度。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
6	環境教育(1)	認識環境保育、環保等概念，激發同學愛護環境的精神。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
7	環境教育(2)	認識環境保育、環保等概念，激發同學愛護環境的精神。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思

8	性平教育(1)	如何在班級中表達自己的意見，以及學會尊重他人的意見，學會自律。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
9	性平教育(2)	了解何謂性別平等，理解彼此差異性，學會尊重同理。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
10	法治教育(1)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
11	法治教育(2)	認識日常生活相關法律，學會如何尊重他人，保護自己。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
12	品德教育(1)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
13	品德教育(2)	閱讀品德教育故事	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
14	生涯教育(1)	探討生涯規劃，認識不同職業。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
15	生涯教育(2)	探討生涯規劃，認識不同職業。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
16	安全教育(1)	教導學生確保生命安全，避免非預期的各種傷害。	週會講座	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思
17	安全教育(2)	教導學生確保生命安全，避免非預期的各種傷害。	班會討論	同儕評量 學習單 聯絡簿每日省思