

環彈性學習課程課程計畫 第四類課程

宜蘭縣 五結國民中學 113 學年度 第一 學期 全校 年級 自治活動 課程計畫

課程名稱	自治活動	實施年級	全校	本學期教學總節數	22 節
課程類別	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題探究課程 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第三類 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 第四類 其他類(自治活動)				
課程目標	1.瞭解性別角色發展多樣化與差異性。消除性別歧視與偏見，尊重社會多元化現象。建構不同性別和諧、尊重、平等的互動模式。 2.增進家人關係與家庭功能。 3.學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇 4.了解藥物濫用之種類、用藥行為特性及濫用各種藥物對生理、心理之作用 5.了解交通設施騎乘或駕駛交通工具，遵守交通規則。 6.推動「校園反霸凌」，整合學校行政、教學、空間環境、心理輔導、健康服務、社區合作等策略，預發校園霸凌及霸凌發現、處理及追蹤輔導流程，達成營造友善校園 7.培養學生對各種環境破壞及污染的覺知，與對自然環境與人為環境美的欣賞與敏感性 8.讓學生認識在地文化、食物及了解農業與自然的關係，以培養學生對食物的意識、土地的情感				

對應總綱 核心素養	<input checked="" type="checkbox"/> A1 <input type="checkbox"/> A2 <input type="checkbox"/> A3 <input checked="" type="checkbox"/> B1 <input type="checkbox"/> B2 <input type="checkbox"/> B3 <input checked="" type="checkbox"/> C1 <input checked="" type="checkbox"/> C2 <input type="checkbox"/> C3			
週次	活動名稱	學習目標	學習活動	評量
第 1 週	校園安全 宣導	學生能了解校園 專科教室、處室 位置及安全死角	1.以平面圖介紹校園位置 2.實際帶學生在校園中走一 次	態度評量
第 2 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德 行	認識現代公民 應具備的公民 德行
第 3 週	家庭教育	增進家人關係與 家庭功能	影片欣賞，填寫學習單	態度評量 活動參與
第 4 週	家庭教育	增進家人關係與 家庭功能	影片欣賞，填寫學習單	態度評量 活動參與
第 5 週	法治教育	培養法律基本素 養	法治教育講座	活動參與與互 動學習

第 6 週	法治教育	培養法律基本素養	法治教育講座	活動參與與互動學習
第 7 週	技職教育探索	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	技職體系參訪-聖母護校	態度評量 活動參與
第 8 週	技職教育探索	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	技職體系參訪-聖母護校	態度評量 活動參與
第 9 週	悅聽文學	鼓勵學生在閱讀作品主題思想之餘，也能了解創作者的人文關懷與時代背景。	由教師講述、文學導讀及評析，引導學生對文學代表性作家，有深一層的認識，並賞析其重要文學作品。	態度評量 活動參與
第 10 週	悅聽文學	鼓勵學生在閱讀作品主題思想之餘，也能了解創作者的人文關懷與時代背景。	由教師講述、文學導讀及評析，引導學生對文學代表性作家，有深一層的認識，並賞析其重要文學作品。	態度評量 活動參與
第 11 週	職場參訪	學生注重自我覺察、生涯覺察及	職場參訪-溪河水產	態度評量 活動參與

		生涯探索與進路選擇		
第 12 週	職場參訪	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	職場參訪-溪河水產	態度評量 活動參與
第 13 週	性侵害防治宣導	增加相關危險意識與自我防護措施	實際案例分享與因應策略之研討	活動參與與師生問答
第 14 週	性侵害防治宣導	增加相關危險意識與自我防護措施	實際案例分享與因應策略之研討	活動參與與師生問答
第 15 週	生命教育體驗	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 16 週	生命教育體驗	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 17 週	交通安全宣導	探究導致交通事故的內外因素	講座宣導	活動參與

第 18 週	交通安全 宣導	探究導致交通事 故的內外因素	講座宣導	活動參與
第 19 週	品德教育	鼓勵同學敦品勵 學、見賢思齊， 增進同儕互相學 習	品德教育模範生選舉	活動參與
第 20 週	品德教育	鼓勵同學敦品勵 學、見賢思齊， 增進同儕互相學 習	品德教育模範生選舉	活動參與
第 21 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德 行	認識現代公民 應具備的公民 德行
第 22 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德 行	認識現代公民 應具備的公民 德行

彈性學習課程課程計畫 第四類課程

宜蘭縣 五結國民中學 113 學年度 第二 學期 全校 自治活動 課程計畫

課程名稱	自治活動	實施年級	七、八年級	本學期教學總節數	21 節
課程類別	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題探究課程 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第三類 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 第四類 其他類(自治活動)				
課程目標	<p>1.瞭解性別角色發展多樣化與差異性。消除性別歧視與偏見，尊重社會多元化現象。建構不同性別和諧、尊重、平等的互動模式。</p> <p>2.增進家人關係與家庭功能。</p> <p>3.學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇</p> <p>4.了解藥物濫用之種類、用藥行為特性及濫用各種藥物對生理、心理之作用</p> <p>5.了解交通設施騎乘或駕駛交通工具，遵守交通規則。</p> <p>6.推動「校園反霸凌」，整合學校行政、教學、空間環境、心理輔導、健康服務、社區合作等策略，預發校園霸凌及霸凌發現、處理及追蹤輔導流程，達成營造友善校園</p> <p>7.培養學生對各種環境破壞及污染的覺知，與對自然環境與人為環境美的欣賞與敏感性</p> <p>8.讓學生認識在地文化、食物及了解農業與自然的關係，以培養學生對食物的意識、土地的情感。</p> <p>9.培養學生正面積極的防災態度與價值觀、防災行動技能以及處理災害的能力。</p>				

對應總綱 核心素養	<input checked="" type="checkbox"/> A1 <input type="checkbox"/> A2 <input type="checkbox"/> A3 <input checked="" type="checkbox"/> B1 <input type="checkbox"/> B2 <input type="checkbox"/> B3 <input checked="" type="checkbox"/> C1 <input checked="" type="checkbox"/> C2 <input type="checkbox"/> C3			
週次	活動名稱	學習目標	學習活動	評量
第 1 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德行	認識現代公民應具備的公民德行
第 2 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德行	認識現代公民應具備的公民德行
第 3 週	防災教育	培養學生對各種災害之警覺心及敏感度、建立學生正確的防災概念及知識。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與
第 4 週	防災教育	培養學生正面積極的防災態度與價值觀、防災行動技能以及處理災害的能力。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與

第 5 週	生涯發展教育講座	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 6 週	生涯發展教育講座	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 7 週	防災教育	培養學生對各種災害之警覺心及敏感度、建立學生正確的防災概念及知識。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與
第 8 週	防災教育	培養學生正面積極的防災態度與價值觀、防災行動技能以及處理災害的能力。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與
第 9 週	環境教育活動	認識現代公民應具備的公民德行	學習態度與日常實踐	實際參與體驗分享與討論

第 10 週	環境教育活動	認識現代公民應具備的公民德行	學習態度與日常實踐	實際參與體驗分享與討論
第 11 週	技職教育探索	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	社區高中職參訪-科系簡介及 DIY 作品	態度評量 活動參與
第 12 週	技職教育探索	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	社區高中職參訪-科系簡介及 DIY 作品	態度評量 活動參與
第 13 週	生命教育體驗	學生注重自我覺察、生涯覺察	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 14 週	生命教育體驗	學生注重自我覺察、生涯覺察	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 15 週	食農教育	認識宜蘭的農業生產與環境，透過學校午餐菜色，認識在地、當季與安全的食材。	邀請在地青農到校與學生分享宜蘭的友善耕作。	態度評量 活動參與

第 16 週	食農教育	<p>具備飲食相關知能及選擇能力，養成良好的飲食習慣，實踐健全的飲食生活。</p> <p>了解飲食生活與文化，能夠瞭解食物來源及餐食製備的辛勞，養成惜食與感恩的態度。</p>	邀請營養師到校分享飲食與健康的關係。	<p>態度評量</p> <p>活動參與</p>
第 17 週	生涯發展教育	學生注重生涯探索與進路選擇	邀集縣內外各校舉辦升學博覽會	<p>態度評量</p> <p>活動參與</p>
第 18 週	生涯發展教育	學生注重生涯探索與進路選擇	邀集縣內外各校舉辦升學博覽會	<p>態度評量</p> <p>活動參與</p>
第 19 週	菸害防制宣導	協助學生獲取防範各種菸（煙）危害應具備的知識、態度與能力	講座宣導	活動參與
第 20 週	菸害防制宣導	協助學生獲取防範各種菸（煙）危害應具備的知識、態度與能力	講座宣導	活動參與

第 21 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德行	認識現代公民應具備的公民德行
--------	------	--------	----------------	----------------

彈性學習課程課程計畫 第四類課程

宜蘭縣 五結國民中學 113 學年度 第二 學期 全校 自治活動 課程計畫

課程名稱	自治活動	實施年級	九年級	本學期教學總節數	18 節
課程類別	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題探究課程 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第三類 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 第四類 其他類(自治活動)				
課程目標	1.瞭解性別角色發展多樣化與差異性。消除性別歧視與偏見，尊重社會多元化現象。建構不同性別和諧、尊重、平等的互動模式。 2.增進家人關係與家庭功能。 3.學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇 4.了解藥物濫用之種類、用藥行為特性及濫用各種藥物對生理、心理之作用 5.了解交通設施騎乘或駕駛交通工具，遵守交通規則。 6.推動「校園反霸凌」，整合學校行政、教學、空間環境、心理輔導、健康服務、社區合作等策略，預發校園霸凌及霸凌發現、處理及追蹤輔導流程，達成營造友善校園 7.培養學生對各種環境破壞及污染的覺知，與對自然環境與人為環境美的欣賞與敏感性 8.讓學生認識在地文化、食物及了解農業與自然的關係，以培養學生對食物的意識、土地的情感。 9.培養學生正面積極的防災態度與價值觀、防災行動技能以及處理災害的能力。				
對應總綱	<input checked="" type="checkbox"/> A1 <input type="checkbox"/> A2 <input type="checkbox"/> A3				
核心素養	<input checked="" type="checkbox"/> B1 <input type="checkbox"/> B2 <input type="checkbox"/> B3				
	<input checked="" type="checkbox"/> C1 <input checked="" type="checkbox"/> C2 <input type="checkbox"/> C3				

週次	活動名稱	學習目標	學習活動	評量
第 1 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德行	認識現代公民應具備的公民德行
第 2 週	環境教育	實際參與體驗	認識現代公民應具備的公民德行	認識現代公民應具備的公民德行
第 3 週	防災教育	培養學生對各種災害之警覺心及敏感度、建立學生正確的防災概念及知識。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與
第 4 週	防災教育	培養學生正面積極的防災態度與價值觀、防災行動技能以及處理災害的能力。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與
第 5 週	生涯發展教育講座	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 6 週	生涯發展教育講座	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與

第 7 週	防災教育	培養學生對各種災害之警覺心及敏感度、建立學生正確的防災概念及知識。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與
第 8 週	防災教育	培養學生正面積極的防災態度與價值觀、防災行動技能以及處理災害的能力。	邀請消防隊到學校，學生以輪站分組方式，體驗滅火器、消防水帶、煙霧室等情境式教學。	態度評量 活動參與
第 9 週	環境教育活動	認識現代公民應具備的公民德行	學習態度與日常實踐	實際參與體驗 分享與討論
第 10 週	環境教育活動	認識現代公民應具備的公民德行	學習態度與日常實踐	實際參與體驗 分享與討論
第 11 週	技職教育探索	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	社區高中職參訪-科系簡介及 DIY 作品	態度評量 活動參與
第 12 週	技職教育探索	學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇	社區高中職參訪-科系簡介及 DIY 作品	態度評量 活動參與

第 13 週	生命教育體驗	學生注重自我覺察、 生涯覺察	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 14 週	生命教育體驗	學生注重自我覺察、 生涯覺察	邀請職業達人及生命鬥士	態度評量 活動參與
第 15 週	食農教育	認識宜蘭的農業生產 與環境，透過學校午餐 餐菜色，認識在地、 當季與安全的食材。	邀請在地青農到校與學生 分享宜蘭的友善耕作。	態度評量 活動參與
第 16 週	食農教育	1.具備飲食相關知能及 選擇能力，養成良好 的飲食習慣，實踐健 全的飲食生活。 2.了解飲食生活與文 化，能夠瞭解食物來 源及餐食製備的辛 勞，養成惜食與感恩 的態度。	邀請營養師到校分享飲食 與健康的關係。	態度評量 活動參與
第 17 週	生涯發展教育	學生注重生涯探索與 進路選擇	邀集縣內外各校舉辦升學 博覽會	態度評量 活動參與
第 18 週	生涯發展教育	學生注重生涯探索與 進路選擇	邀集縣內外各校舉辦升學 博覽會	態度評量 活動參與
第 19 週	畢業			

