

一、一般班級各年級彈性學習課程之課程計畫

(一)班週會

1. 設計理念與目的
2. 課程架構
3. 七年級班週會課程計畫

桃園市立桃園國民中學 108 學年度第 1 學期 7 年級 彈性學習課程 班週會 課程計畫				
每週節數	2 節		設計者	柯幸旻
校本課程指標	健康活力	1-1-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境進行觀察，進而察覺個人差異與問題，能正向樂觀以對。		
	友善合作	2-1-1 聆聽他人的發言，讓對方充分表達意見，並簡要記錄。 2-2-1 發揮個人專長，欣賞他人長處，並合作共好。		
	自主創新	3-1-1 透過日常觀察的事物與環境提出感興趣的問題，並創新思考。		
	多元國際	4-1-1 聆聽他人見解並提出看法，接納包容不同的文化。		
課程目標	發展身心健康環境，展現個別生命活力。 建立友善同理態度，營造異同共存合作。 培養全人自主能力，突破既有積極創新。 接納欣賞多元文化，提升國際競合能力。			
融入之議題	融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育或原住民族教育等議題			
週次日期	單元名稱/內容		週次日期	單元名稱/內容
1	尚未開學		12	聯課 班會：運動會預備
2	聯課 班會：認識學生自治的意義及會議流程、選舉班級幹部		13	週會 5 節反霸凌宣導 6 節營養衛教宣導 班會：品格教育-我的核心價值(學習單)
3	週會 5 節交通安全宣導 6 節健康促進宣導 班會：訂定班規、發揮學生自治的精神		14	聯課 班會：自主學習
4	聯課 班會：自我探索、生涯規劃		15	段考
5	週會 圖書館利用介紹教育 班會：自主學習		16	聯課 班會：我如何使用網路學習？其中的利弊與預防。
6	聯課 班會：認識學生市府團隊的權利與義務、推舉小市長候選人。(推薦表)		17	週會 探究演講 班會：戶外教育-我的旅遊計畫(討論統計表)
7	週會 自主學習		18	聯課 班會：感恩-歲末感恩活動

	班會：自主學習		
8	段考	19	元旦放假
9	週會 5 生涯講座 班會：運動會的合作與競爭	20	週會 自主學習 班會：自主學習
10	聯課 班會：自主學習	21	聯課 班會：自主學習
11	週會 運動會預備活動 班會：運動會預備	22	

桃園市立桃園國民中學 108 學年度第 2 學期 7 年級 彈性學習課程 班週會 課程計畫					
每週節數		2 節		設計者	柯幸旻
校本 課程指標	健康 活力	1-1-2運用問題解決策略，處理生活議題，進而培養克服生活逆境的能力			
	友善 合作	2-1-2體認人們對生活事物與環境有不同的感受並加以尊重 2-2-2能與他人有效互助及分享，並合作完成份內工作			
	自主 創新	3-3-2能選用適當的資訊科技組織思維並進行有效的表達			
	多元 國際	4-3-1尊重不同文化的差異性，並欣賞其文化之美			
課程目標		發展身心健康環境，展現個別生命活力。 建立友善同理態度，營造異同共存合作。 培養全人自主能力，突破既有積極創新。 接納欣賞多元文化，提升國際競合能力。			
融入之 議題		融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育或原住民族教育等議題			
週次 日期	單元名稱/內容		週次 日期	單元名稱/內容	
1	聯課 班會：認識學生自治的意義及會議 流程、選舉班級幹部		12	聯課 班會：閱讀的重要-我最喜歡得一本 書	
2	週會 5 節交通安全宣導 6 節健康促進宣導 班會：訂定班規、發揮學生自治的 精神		13	週會自主學習 班會：自主學習	
3	聯課 班會：多元文化的探討、包容與接		14	段考	

	納		
4	週會 圖書館利用介紹教育 班會：自主學習	15	聯課 班會：能建立正確的飲食觀，並有規律的運動興趣
5	聯課 班會：法治教育	16	週會 探究演講 班會：能認識不同的升學管道，並且認識自己的興趣及特質。
6	週會 自主學習 班會：自主學習	17	聯課 班會：能建立正確的交通或用路觀念，以降低交通傷害。
7	段考	18	週會 安全防災教育 班會：暑假休閒安全探討
8	聯課 班會：人權-國際公約	19	聯課 班會：生命教育
9	週會 5 生涯講座 班會：性平-性別平等	20	週會 自主學習 班會：自主學習
10	聯課 班會：國際教育與交流	21	段考
11	週會 5 節反霸凌宣導 6 節營養衛教宣導 班會：家庭教育-母親節（學習單）	22	

二、一般班級彈性學習課程之課程計畫

(二)聯課活動

1. 設計理念與目的

透過多元的聯課活動，融入重大議題，促進學生生活素養，學生作品得於學校五十週年校慶展出或於學校圖書館進行裝置藝術等，學生多元展能。

2. 課程架構：雙數週上課兩節，老師自行規劃安排課程內容，依學生興趣選擇社團參加。

3. 課程內容：

桃園市立桃園國民中學 108 學年度 7 年級 彈性學習課程 聯課 課程計畫			
節數	隔週：雙數週星期三下午連上 五六 2 節		負責處室 學務處
校本素養 課程指標	健康 活力	1-1-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境進行觀察，進而察覺個人差異與問題，能正向樂觀以對。 1-1-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而培養克服生活逆境的能力	
	友善 合作	2-2-1 發揮個人專長，欣賞他人長處，並合作共好。 2-2-3 落實具有公共性或利他性的行動並反思與修正	
	自主 創新	3-1-1 透過日常觀察的事物與環境提出感興趣的問題，並創新思考。 3-1-3 發揮個人不同特質專長，透過討論分享發展潛能並塑造個人優勢	
	多元 國際	4-2-1 能參與藝術活動培養對人文藝術的欣賞能力 4-2-2 能從日常經驗科技運用自然環境人文活動書刊及網路媒體中進行各種有計劃的觀察學習 4-3-1 尊重不同文化的差異性，並欣賞其文化之美	
課程目標	1. 培養學生健康身心，展現多元能力。 2. 接納欣賞多元文化，提升國際競合能力。 3. 提升閱讀素養及科普常識，促使學生能適性揚才。 4. 增進藝術手作能力，藉由服務學習，展現社會服務熱忱。		
融入之 議題	融入性別平等、人權、環境、品德、生命、法治、資訊、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、國際教育等議題		
名 稱	內 容		負責老師
健康促進/ 活力健身	第一學期：以健康促進學校為議題為主軸：視力保健、口腔衛生、健康體位、預防愛滋病、全民健保教育、正確用藥〉設計體驗及保健活動，如盲人體驗、牙線使用、健康體位計算等 第二學期：營養衛教講解、BMI 計算、運動種類介紹及選擇、執行各類活動等。		黃麗蓉
美工設計	英文單字設計、皂雕、立體桌曆、噴畫…等。		林文琪
創藝手作	主要透過壓克力顏料學習色彩上的運用，將顏料繪製在日常生活中的實用品或是透過剪貼、捏塑等其他媒材的應用設計出一幅作品作為家庭裝飾。		徐巧玲
色彩研究	視覺是我們與世界接觸的重要感官之一，而本社團將透過色彩知識配合繪畫實作，帶領學生認識日常生活及不同文化中的色彩。		徐英豪
英文歌曲 欣賞	配合外師，教唱英文歌曲，促使學生練習簡單的英文會話，提升音樂賞析及英文能力。		劉珞綾

悅讀報報	利用圖書館及數位閱讀資源，開啟學生多元閱讀：書籍、雜誌、報紙…等，提生閱讀素養。	江翊妘
從新聞看自然	藉由報章雜誌中科普新聞報導，探討自然科學的奧秘，蒐集資料，尋找科展探討的議題，深入探究或建立環境保護的觀念，珍惜地球。	莊國碩
籃球	增進學生體適能，培訓籃球技能：傳球控球運球投籃三步上籃、團隊戰術，NBA 影片欣賞，觀摩 SBL 比賽。	廖啟宏
服務學習	學習利他、建立公民意識，提供肢體與手工藝術的訓練，培養肢體與藝術素養，團隊合作能力，規劃服務行動，於週六進行服務學習及校外成果發表觀摩。	王詩瑜
越南文化	越南語會話的學習及越南文化的了解，越南美食的製作，提升越南新住民之子或一般學生對越南多元文化的認同。	阮紅蓉
有氧體適能	介紹 BMI、肌耐力爆發力訓練，運用各種運動技術加強各項適能：速耐力、柔軟度、肢體前彎、仰臥起坐等，練習有氧舞蹈等。	許素珞