

台南市私立崑山中學 104 學年度第一學期 一年級 彈性領域—班會課程計畫

一 本學期學習目標

1. 認識自己，肯定自己，超越自己
2. 友愛同學，關懷他人
3. 生涯發展，升學試探

二 教學計畫表

週次	日期	單元名稱	課程學習目標	能力指標	節數	評量方式	教材來源	六大議題	備註
一	08/31-09/04	新學期，新展望	1. 收心準備新的課程。 2. 了解自己可以在新的班級積極參與，快樂學習。	綜合 3-4-3 綜合 2-4-1 綜合 1-4-1	1	口語	課本	家政	
二	09/07-09/11	訂定讀書計劃	1. 能訂定讀書複習計劃	社 5-1-2	1	紙筆	自編	生涯	
三	09/14-09/18	生涯規劃	1. 能認識自己，做好生涯規劃。 2. 能確實修正並執行新的讀書計劃。	社 5-1-2 綜合 3-2-2	1	口語	自編	生涯	
四	09/21-09/25	合作學習	1. 能積極培養團隊默契。 2. 能知道如何扮演自己在班上的角色。	綜合 1-1-2 綜合 3-1-2 社會 5-4-4	1	口語	自編	家政	
五	9/29-10/02	合作學習	1. 能積極培養團隊默契。 2. 能知道如何扮演自己在班上的角色。	綜合 1-1-2 綜合 3-1-2 社會 5-4-4	1	口語	自編	家政	
六	10/05-10/08	兩性間的相處之道	1. 能建立兩性相處的正確觀念，並採用合宜的方式進行兩性互動。	健康 1-3-3 健康 6-3-4 健康 1-3-4 兩性 3-4-4	1	口語	課本	人權	
七	10/12-10/16	第一次段考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		
八	10/19-10/23	做時間的主人——學習與休閒	1. 能了解正確的生活形態。 2. 認識休閒活動的意義及重要性，並能妥善安排休閒生活。	綜合 1-4-2 綜合 2-4-1 綜合 2-4-2	1	口語	自編	生涯	
九	10/26-10/30	濫用藥品	1. 認識毒品分類。 2. 能認清毒品、藥品對身體的傷害。	健康 2-3-5	1	口語	課本	生涯	
十	11/02-11/06	生涯宣導	1. 探索自我的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2. 學習如何尋找並運用職業世界的資訊。 3. 培養生涯規劃的能力。	綜合 1-3-3 綜合 2-4-3 綜合 3-3-3 綜合 4-3-2	1	口語	自編	生涯	
十一	11/09-11/13	我們只有一個地球	1. 能了解資源回收再利用的重要性。 2. 落實資源回收的工作。	健康 7-1-5 綜合 2-1-1 綜合 4-2-4	1	口語 實操	自編	環境	

十二	11/16-11/20	運動競賽	1. 藉由學校活動，能培養愛校精神。 2. 能發揮創意和團隊精神。 3. 能鍛鍊健康的體魄，展現活力體能。	綜合 4-2-1 綜合 4-2-2 綜合 4-2-3	1	實操	自編	家政	
十三	11/23-11/27	第二段考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		
十四	11/30-12/04	社區關懷	1. 能了解社區並提供實質幫助。	綜合 1-4-2	1	口語	自編	家政	
十五	12/07-12/11	生命教育	1. 能尊重生命、愛惜生命進而快樂成長	綜合 1-4-1 綜合 3-4-2	1	口語	自編	人權	
十六	12/14-12/18	校園溫馨情	1. 聖誕同歡晚會	綜合 1-1-1 綜合 1-3-1	1	實操	自編	家政	
十七	12/21-12/25	談談社交禮儀	1. 認識社交活動，能藉由烹調提升學習合作精神，並得到樂趣。	健康 2-3-5	1	口語	自編	環境	
十八	12/28-12/31	敲開友誼大門	1. 談交友的重要。 2. 能慎選朋友。	綜合 1-4-1	1	口語	課本	人權	
十九	01/04-01/08	談視力保健	1. 能自我視力保健。 2. 了解視力保健的重要性。	健康 2-3-5	1	口語	課本	家政	
二十	01/11-01/15	總複習							
二十一	01/18-01/22	期末考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		

台南市崑山中學 104 學年度第 2 學期 一年級 彈性領域—班會課程計畫

一 本學期學習目標

1. 聯絡和推廣班內活動，發揚互助互愛之精神
2. 培養同學的服務精神和領導能力
3. 生涯發展，升學試探

二 教學計畫表

週次	日期	單元名稱	課程學習目標	能力指標	節數	評量方式	教材來源	六大議題	備註
一	02/15-02/19	新學期，新展望	1. 收心準備新的課程。 2. 了解自己可以在新的班級積極參與，快樂學習。	綜合 3-4-3 綜合 2-4-1 綜合 1-4-1	1	口語	課本	家政	
二	02/22-02/26	訂定年度生涯規劃	1. 能訂定讀書複習計劃 2. 能訂定目標，並逐步規劃實踐	社 5-1-2	1	紙筆	自編	生涯	
三	03/01-03/04	做自己，好自在	1. 能認識自己，做好生涯規劃。 2. 建構未來生涯藍圖，並努力實踐。	社 5-1-2 綜合 3-2-2	1	口語	自編	生涯	
四	03/07-03/11	我們這一家	1. 能瞭解家庭功能並找到自己在家庭中適切的位置。 2. 能知道如何扮演自己在家裡的角色。	綜合 1-1-2 綜合 3-1-2 社會 5-4-4	1	口語	自編	家政	
五	03/14-03/18	合作學習	1. 能積極培養團隊默契。 2. 能知道如何扮演自己在班上的角色。	綜合 1-1-2 綜合 3-1-2 社會 5-4-4	1	口語	自編	家政	
六	03/21-03/25	性別平等	1. 能建立兩性相處的正確觀念，並採用合宜的方式進行兩性互動。	健康 1-3-3 健康 6-3-4 健康 1-3-4 兩性 3-4-4	1	口語	課本	人權	
七	03/28-04/01	第一次段考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		
八	04/04-04/08	生涯規劃	1. 能了解正確的生活形態。 2. 認識休閒活動的意義及重要性，並能妥善安排休閒生活。	綜合 1-4-2 綜合 2-4-1 綜合 2-4-2	1	口語	自編	生涯	
九	04/11-04/15	濫用藥品	1. 認識毒品分類。 2. 能認清毒品、藥品對身體的傷害。	健康 2-3-5	1	口語	課本	生涯	
十	04/18-04/22	生涯宣導	1. 探索自我的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2. 學習如何尋找並運用職業世界的資訊。 3. 培養生涯規劃的能力。	綜合 1-3-3 綜合 2-4-3 綜合 3-3-3 綜合 4-3-2	1	口語	自編	生涯	

十一	04/25-04/29	環境問題面面觀	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解環境問題對地球和生活的影響。 2. 落實資源回收和環境保護的工作。 	健康 7-1-5 綜合 2-1-1 綜合 4-2-4	1	口語 實操	自編	環境	
十二	05/02-05/06	運動休閒	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藉由學校活動，能培養愛校精神。 2. 能發揮創意和團隊精神。 3. 能強健體魄，促進健康城市。 	綜合 4-2-1 綜合 4-2-2 綜合 4-2-3	1	實操	自編	家政	
十三	05/09-05/13	第二段考	<ol style="list-style-type: none"> 1. 評量自己的學習效果 		1	紙筆	各科教科書		
十四	05/16-05/20	志工服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 發揮服務精神，開發一己才能。 2. 能了解社區並提供實質幫助。 	綜合 1-4-2	1	口語	自編	家政	
十五	05/23-05/27	生命教育	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能尊重生命、愛惜生命。 2. 能了解生命的意義，正想面對人生。 	綜合 1-4-1 綜合 3-4-2	1	口語	自編	人權	
十六	05/30-06/03	節慶文化	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解節慶文化並融入府城特色小吃文化。 	綜合 1-1-1 綜合 1-3-1	1	實操	自編	家政	
十七	06/06-06/10	社交禮儀	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識社交活動，能藉由烹調提升學習合作精神，並得到樂趣。 	健康 2-3-5	1	口語	自編	環境	
十八	06/13-06/17	情緒控管	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識了解自身情緒的變化。 2. 能掌控情緒適應環境多變環境。 	綜合 1-4-1	1	口語	課本	人權	
十九	06/20-06/24	談視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能自我視力保健。 2. 了解視力保健的重要性。 	健康 2-3-5	1	口語	課本	家政	
二十	06/27-07/01	期末考	<ol style="list-style-type: none"> 1. 評量自己的學習效果 		1	紙筆	各科教科書		