

台南市崑山中學 103 學年度第 2 學期 3-21 週
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
三	2/24 2/28	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	3/02 3/07	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	3/09 3/14	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	3/16 3/21	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	3/23 3/28	第一次段考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		
八	3/30 4/04	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	4/06 4/11	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	4/13 4/18	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	4/20 4/25	環境問題面面觀	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	4/27 5/02	運動休閒	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	5/04 5/09	第二段考	1. 評量自己的學習效果		1	紙筆	各科教科書		
十四	5/11 5/16	志工服務	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	5/18 5/23	生命教育	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	5/25 5/30	節慶文化	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	6/01 6/06	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	6/08 6/13	情緒控管	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	6/15 6/20	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	6/22 6/27	期末考	1. 評量自己的學習效果		1	紙筆	各科教科書		
二十一	6/29 6/30	休業式							