

台南市私立崑山中學 103 學年度第 1 學期 一年級彈性領域一班會課程計畫

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	8/31-9/6	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	9/7-9/13	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	9/14-9/20	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	9/21-9/27	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	9/28-10/4	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	10/5-10/11	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	10/12-10/18	第一次段考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		
八	10/19-10/25	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	10/26-11/1	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	11/2-11/8	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	11/9-11/15	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	健康 7-1-5 綜合 2-1-1 綜合 4-2-4	1	口語 實操	自編	環境	

			作。						
十二	11/16-11/22	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	11/23-11/29	第二段考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		
十四	11/30-12/6	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	12/7-12/13	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	12/14-12/20	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	12/21-12/27	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	12/28-1/3	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	1/4-1/10	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	1/11-1/17	總複習							
二十一	1/18-1/20	期末考	1. 評量自己的學習效果。		1	紙筆	各科教科書		

台南市私立崑山中學 103 學年度第 2 學期第 1、2 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
一	01/21-01/25	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	01/26-01/27	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	