

新北市立正德國民中學生活教育實施目標與計畫

壹、依據

教育部頒「生活教育方案」暨「臺灣省推行國民生活須知實施計畫」。

貳、目標

- 一、養成整潔、樸實、守法、禮讓、勤學、勞動的良好習慣。
- 二、陶冶剛毅、敦厚、教親、敬長、愛鄉、愛國的基本品德。
- 三、建立健康、活潑、敬業、樂群、樂觀、進取的正確人生觀。

參、原則

- 一、兼重道德認知與行為實踐。
- 二、兼重校內生活與校外生活。
- 三、兼重社會規範與創新意願。

肆、實施內容

一、日常生活教育：

(一) 端正生活教育：

1. 穿戴衣帽，整潔合身、儀容端正，態度大方。
2. 進食時保持良好姿態，喝湯不宜有聲，碗盤筷匙不宜撞擊作響。
3. 不對人噴嚏、呵欠，並須掩口。
4. 行路須抬頭、挺胸、齊步、舉止莊重。
5. 行車走路，依序入座，保持謙恭禮讓態度。

(二) 改善生活環境：

1. 居室內外，經常灑掃，保持環境整潔。
2. 愛護花草樹木，維護自然景觀。
3. 不隨地吐痰、便溺，及塗污牆壁。
4. 注意公共衛生，不製造髒亂及污染。
5. 敦親睦鄰，建立良好的人際關係。

(三) 提昇生活品質：

1. 對人常說：「請、謝謝、對不起。」
2. 在公共場所要輕聲慢行，顯示高尚風度。
3. 對人打招呼，對事要忍讓。
4. 常保持禮貌、微笑之良好態度。
5. 培養愛整潔、守秩序、守時、守法的生活習慣。

二、健康生活教育：

(一) 增進身體健康：

1. 早睡早起、鍛鍊身體，增進健康。
2. 常理髮、勤沐浴、衣服常換洗、指甲常修剪。
3. 注意飲食衛生，不暴飲、暴食。
4. 讀書、寫字保持正確姿態及光線，以防近視發生。
5. 利用休閒時間，多作有益健康運動。

(二) 保持心理健康：

1. 常保持愉快心情，並以助人為樂。
2. 培養藝術興趣，提倡正當娛樂，保持心理平衡。
3. 讀書時用心讀書，遊戲時盡情娛樂，工作時全力以赴。
4. 不談人私，不議人短，不炫己長。
5. 樂觀愉快，心胸開朗。

(三) 維護公眾安全：

1. 培養隨手關燈、關門及關水的好習慣。
2. 小心火燭，謹慎門窗。
3. 公共場所，依序進出，不爭先恐後。
4. 行路時，注意交通標誌，遵守交通規則。

三、道德生活教育：

(一) 啟迪向善意志：

1. 培養日行一善的服務美德。
2. 他人物品，未經同意，不擅自動用。
3. 重視團體利益，不求個人方便。
4. 培養榮譽觀念，競賽不取巧，考試不作弊。

(二) 維護倫理規範：

1. 有事出門，言明去處，逾時不歸及時通知。
2. 孝順父母，敬愛兄弟姊妹，友愛同學。
3. 乘坐車船，應讓座老弱婦孺及傷殘者，並照顧其上下。
4. 對尊長鞠躬致敬，對親友懇切問候。
5. 鄰居友好，要守望相助，疾病相扶持。

(三) 尊重人性尊嚴：

1. 培養領導他人，也接受他人領導的氣度。
2. 做人正直，不阿諛逢迎，卑躬屈膝。
3. 養成不爭名，不居功的美德。
4. 培養取予有道，光明磊落的胸襟。

四、學習生活教育：

(一) 提高學習興趣：

1. 培養閱讀及寫作興趣。
2. 不斷學習，深入思考，發掘問題，尋求解決。
3. 瞭解求學的重要，從書本中發現讀書的樂趣。
4. 走出教室，接近自然，觀察生態，追究奧秘。

(二) 培養學習習慣：

1. 養成善用零碎時間閱讀有益書刊的習慣。
2. 運動工具書，啟發自動學習精神。
3. 利用圖書館及資訊設備，蒐集資料幫助學習。
4. 書讀完再讀他書，不見異思遷，半途而廢。

(三) 增進學習效益：

1. 力學不倦，並須眼到、口到、耳到、手到、心到。
2. 閱讀書刊，研究問題，專心致志，融會貫通。
3. 從做中學習，從學習中求進步。
4. 激發做一事、作一物，必求成功的意念。

五、公民生活教育：

(一) 激勵良善自我：

1. 凡事先從本身做起，然後再要求別人。
2. 己所不欲，勿施於人，發揚人饑己饑，人溺己溺的同情心。
3. 凡事盡其在我，發揮良知良能。
4. 正己正人，移風易俗。

(二) 開創和諧社會：

1. 愛惜公物，發揮公德心。
2. 與人相處，相見道好，失禮道歉，委事道請，成事道謝。
3. 遵守公共秩序，發揮團隊精神。
4. 遇有糾紛尋求合理解決，不用爭吵或暴力。

(三) 忠愛國家民族：

1. 愛說國語，關心國事，敬愛國旗，效忠領袖。
2. 培養愛護國家，信賴政府的觀念。
3. 時時想到：今日國家培育我，明日報效國家恩。
4. 體認國家榮辱，激勵奮發圖強的愛國心。

六、勞動生活教育：

(一) 激發勤樸意願：

1. 居家生活親自動手，養成勤勞操作的習慣。
2. 服飾以整潔樸實為主，不奇裝異服。
3. 養成節約能源，勤個人儲蓄的美德。
4. 力行不奢侈，不浪費的個人樸素生活。

(二) 培養堅毅習性：

1. 養成自己事自己做，今日事今日畢習慣。
2. 讀書遊戲，專心致志，心不旁騖。
3. 辨是非、明善惡，不為暴力妥協。
4. 立定志向，持之以恆，不達目的，絕不終止。

(三) 熱心參與服務：

1. 協助料理家事，養成日常事務不依賴他人的習慣。
2. 配合社區服務，協助消除髒亂。
3. 養成為多數人服務，先之勞之美德。
4. 培養與人為善，助人為樂皆修養。

七、職業生活教育：

(一) 確立職業觀念：

1. 瞭解並肯定父兄職業及其對社會之貢獻。
2. 養成雙手萬能，職業平等的觀念。
3. 職業之精神在服務利他，並非利己。
4. 培養專業、樂業及敬業的精神。

(二) 建立職業倫理：

1. 體認父母工作的辛勞。
2. 崇敬每一正當行業的每一成員。
3. 盡心盡力求其在我，不嫉妒別人的成就。
4. 職業無貴賤，行行出狀元。

(三) 加強職業陶冶：

1. 參與討論，並瞭解各種職業內容。
2. 樂意接受職業陶冶及訓練。
3. 依性向和興趣，認識並選擇職業。
4. 學習一技之長，家庭工藝自己動手處理。

八、休閒生活教育：

(一) 提倡正當娛樂：

1. 培養運動興趣，如球類、操舟、旅遊、郵釣、拳術、游泳、舞蹈等以代替流俗的娛樂。
2. 不涉及不正當場所。
3. 踴躍參加學校社團及戶外育樂活動。
4. 培養音樂或其他藝術的一種嗜好。

(二) 培養生活情趣：

1. 每人至少學習一種才藝。
2. 利用閒暇觀賞音樂會、表演會、展覽會及其他藝文活動
3. 培養遊山玩水，接近大自然的興趣。
4. 多閱讀益智、勵志之書刊或電視。

(三) 陶冶高尚情操：

1. 聽樂觀劇，按時進退，保持寧靜，鼓掌中節。
2. 不奪人所好，不嫉人之能。
3. 養成待人有禮，處事有節，儀容端莊，舉止安詳的風度。
4. 培養不隨流俗，不盲目附和之高尚情操。

實施方法

一、加強相關課程教學效果：

- (一) 辦理教師教學方法研習，加強「公民與道德」課程教學，「公民與道德」課程，注重生活規範，中心德目，國民生活須知及社會好人好事的隨機教學，除觀念的認知外，並要求行為的實踐與情意的涵濡。
- (二) 健康教育應以良好的飲食衛生習慣，規律的生活，均衡的營養，保持心情愉快暨戶外活動安全為教學重點。
- (三) 社會科的教學，應強調個人的責任，分析個人與家庭、社會、國家三方面的關係，激發學生榮辱與共，愛鄉愛國的心理。
- (四) 團體活動與分組活動，應涵蓋多方面的組別，如棋盤、攝影、集郵、園藝、樂器吹奏、合唱、書法、國畫等等，培養學生休閒生活的興趣與技能，並透過活動，培養群性，建立樂觀進取的人生觀。

二、透過學生活動潛移默化：

- (一) 舉辦學生郊遊、旅行、露營、童子軍活動等，使學生體認大自然環境需要大家共同維護，團體生活必須分工合作，始能和諧快樂。
- (二) 舉辦班級慶生會，激發學生感恩的心理，進而教親、敬長，促使同學相互關懷，培養團體歸屬感。
- (三) 舉辦展覽會、表演會、音樂會及其他藝文活動，陶冶學生精神生活所必備的素養。
- (四) 加強整潔活動的實施，以養成學生勤勞、負責的美德，並體認環境整潔的維護，人人有責。

三、佈置環境實施情境教育：

- (一) 教室佈置密切配合生活教育的內容，如生活公約、行為實踐規條等，可採條列浮貼式，依實踐的進度可適時更換，始不致流於形式。
- (二) 文化走廊得設置生活教育專欄，如表揚優良事蹟（好人好事）專欄，激發學生見賢思齊的心理，並培養榮譽感。
- (三) 佈告欄得張貼文化中心或社教機構舉辦藝文活動的有關報導，並鼓勵學生陪同家人踴躍參加。
- (四) 學校樓梯間或公共集會場所，設計製作與生活教育有關且富有感性的標語，引起學生共鳴，進而樂於實踐。

四、教學效果評量：

- (一) 學校的評量項目：
 1. 教學正常化的考核。
 2. 生活教育實施計畫執行成果。
 3. 環境整潔衛生狀況的考評。
 4. 校園美化綠化工作的規劃及成果。
- (二) 學生的評量項目：
 1. 秩序。
 2. 禮貌。
 3. 整潔。
 4. 公德心。
 5. 責任感。