臺南市公立 南區 新興國民中學108學年度第一學期 8與9 年級彈性學習 特需-生活管理 課程計畫(□普通班/■資源班)

教材來源	自編	教學節數	**每週（ 1）節　本學期共（ 20）節**
課程目標	1. 能維持個人儀容整潔，保持頭髮、臉部及服裝整齊清潔。 2. 能學會衣物的清潔與整理，清洗、晾晒與收納自己的衣物。 3. 能做簡單的自我照顧，意外傷害了能做簡易處理尋求與醫療支援。		
相關領域	特需-生活管理		
能力指標 （總綱核心素養）	1-3-3-4 能覺察他人觀感修正儀容衛生表現。 1-3-3-1 能選用適合自己的清潔用品(如：個人體質、經濟狀況、購買便利性等)。 1-3-2-2 能使用不同方式（如：洗衣機、手洗貼身衣物等）洗滌晾曬衣物 1-2-2-5 能依據衣物材質保管衣物（如：折疊、吊掛等） 1-3-4-2 能使用急救箱處理外傷 1-3-4-1 能遵照醫囑自行上藥或服藥(如劑量指示、外用、內服…等)		
融入議題之能力指標 （議題實質內涵）	家政教育 3-1-2 察覺自己的生活禮儀與習慣。 3-2-3 養成良好的生活習慣。 2-2-4 養成收拾衣物的習慣。 2-3-2 瞭解穿著與人際溝通的關係。 3-3-4 認識並能運用社區資源。 3-4-4 運用資源分析、研判與整合家庭消費資訊，以解決生活問題。 生涯發展教育 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 資訊教育 1-2-1 能瞭解資訊科技在日常生活之應用。		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

教學期程	能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
第 1 週至第 7 週	1-3-3-4 能覺察他人觀感修正儀容衛生表現。 1-3-3-1 能選用適合自己的清潔用品(如：個人體質、經濟狀況、購買便利性等)。 1-3-3-3 能適時修剪自己的頭髮或指甲。	個人儀容整潔 (保持頭髮、臉部及服裝整齊清潔)	1	1.操作評量 2.口頭評量 3.觀察評量	家 3-1-2 家 3-2-3。
第 8 週至第 14 週	1-3-2-2 能使用不同方式（如：洗衣機、手洗貼身衣物等）洗滌晾曬衣物	衣物的清潔與整理 (清洗、晾晒與收納)	1	1.操作評量 2.口頭評量 3.觀察評量	家 2-2-4 家 2-3-2 家 3-2-3

第 15 週至第 22 週	1-3-4-2 能使用急救箱處理外傷 1-3-4-1 能遵照醫囑自行上藥或服藥(如劑量指示、外用、內服…等) 1-3-4-3 能表現減少傳染病散播的行為(如感冒時會自己戴好口罩、能避開有傳染性疾病的人) 1-3-4-4 能描述自己意外經過，尋求適當協助	自我照顧-受傷了怎麼辦(意外傷害與醫療用藥)	1	1.操作評量 2.口頭評量 3.觀察評量	生 3-3-3 資 1-2-1 家 3-3-4 家 3-4-4

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標（學習重點）序號」，及是否為「自編」單元，或主題課程。
◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。
◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

臺南市公立 南區 新興國民中學 108 學年度第二學期 8 與 9 年級彈性學習 特需-生活管理 課程計畫(□普通班/■資源班)

教材來源	自編	教學節數	**每週（ 1）節　本學期共（ 20）節**
課程目標	1.能瞭解健康與飲食的關係，認識均衡飲食的重要。 2.能整理個人物品，包含上學用品及資料夾整理…等。 3.能認識住家安全與災難的處理預防，包含地震、颱風與用電安全…等。		
相關領域	特需-生活管理		
能力指標 （總綱核心素養）	1-3-1-6 能分析個人飲食與疾病關係，遵守適合身體健康的飲食原則（如：糖尿病飲食控制、胃病少量多餐等）。 1-3-1-1 能設定用餐計畫購買食物 4-3-1-3 能嘗試獨立解決問題 4-3-2-3 能在完成指定工作任務時自我肯定 4-3-2-4 能自省後改善個人缺點 4-3-4-1 能具備對個人能力之正確認知 2-3-2-2 能在天然災害發生時，注意到可能的危險(如：地震時不要搭乘電梯、颱風天不外出) 2-3-2-3 能列舉發生天災之應變措施(如防颱時可以儲備物資、加強門窗、地震時躲避安全處)		
融入議題之能力指標 （議題實質內涵）	家政教育 1-1-1 察覺食物與健康的關係。 1-2-2 察覺自己的飲食習慣與喜好。 1-2-3 選用有益自己身體健康的食物。 1-4-1 瞭解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 3-4-5 瞭解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-2-3 養成良好的生活習慣。 3-3-6 利用科技蒐集生活相關資訊 環境教育 2-2-1 瞭解生活周遭的環境問題及其對個人、學校與社區的影響。		

	海洋教育 4-2-4 探討颱風對生活的影響。 4-2-5 說明並做好基本的防颱措施。 資訊教育 1-2-1 能瞭解資訊科技在日常生活之應用。				
教學期程	能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
第 1 週至第 7 週	1-3-1-6 能分析個人飲食與疾病關係，遵守適合身體健康的飲食原則（如：糖尿病飲食控制、胃病少量多餐等)。 1-3-1-1 能設定用餐計畫購買食物	健康與飲食 (均衡飲食、早餐的重要、飲食與健康關係)	1	1. 操作評量 2. 口頭評量 3. 觀察評量	家 1-1-1 家 1-2-2 家 1-2-3 家 1-4-1
第 8 週至第 14 週	4-3-1-3 能嘗試獨立解決問題 4-3-2-3 能在完成指定工作任務時自我肯定 4-3-2-4 能自省後改善個人缺點 4-3-4-1 能具備對個人能力之正確認知	個人物品整理 (上學用品及資料夾整理)	1	1. 操作評量 2. 口頭評量 3. 觀察評量	家 3-4-5 家 3-2-3 環 2-2-1

第 15 週至第 21 週	2-3-2-2 能在天然災害發生時，注意到可能的危險(如：地震時不要搭乘電梯、颱風天不外出) 2-3-2-3 能列舉發生天災之應變措施(如防颱時可以儲備物資、加強門窗、地震時躲避安全處)	住家安全與處理-災難處預 (地震 颱風 與用電安全)	1	1.操作評量 2.口頭評量 3.觀察評量	海 4-2-4 家 4-2-5 家 4-1-3 家 3-3-6 資 1-2-1

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標（學習重點）序號」，及是否為「自編」單元，或主題課程。
◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。
◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。