

臺南市市立南區大成國民中學 112 學年度第 1 學期 7+8+9 年級彈性學習 生活管理 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	生活管理	實施年級 (班級組別)	7+8+9	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■特殊需求領域課程 身障類: ■生活管理 □社會技巧 □學習策略 □職業教育 □溝通訓練 □點字 □定向行動 □功能性動作訓練 □輔助科技運用 資優類: □創造力 □領導才能 □情意發展 □獨立發展 其他類: □藝術才能班及體育班專門課程 4. □其他類課程 □本土語文/新住民語文 □服務學習 □戶外教育 □班際或校際交流 □自治活動 □班級輔導 □學生自主學習 □領域補救教學							
設計理念	能有效管理自己的生活起居							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	1. 能有效執行自我照顧層面的基本能力 2. 能獨立使用社區常見場所							
配合融入之領 域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	紙筆測驗、實作評量、觀察評量							
架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1 週 8/30(三) 開學	3	社區生活	特生 3-sP-2 認 識社區環境與資 源	特生 K-sP- 1 就讀學校 的認識	1、認識校園 環境中各場 所之位置與 功用。 2、透過實地	1. 先由教師利用校園平面圖 介紹學校使用空間 2. 新生用電腦查詢各處室辦 理的業務內容。 3. 舊生可以帶領新生認識校	紙筆測驗 實作評量	自編教材
第 2 週								
第 3 週								

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境	特生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範	探索了解校園環境。 3. 知道校園危險場所，清楚上課、下課及放學時的安全行為	園環境並能說明各活動場所的特色 4. 教師帶領學生前往校園較易發生意外或是人煙較稀少的地方，並說明注意事情		
第 4 週 9/23(六) 調整上班、上課(補原 10/9 課程)	6	個人衛生 飲食與健康管理	特生 1-sP-15 具備洗手、洗臉及使用牙線的技能 特生 1-sP-21 辨識及避免使用不潔或遭受汙染的食物 特生 1-sP-28 使用家中常備藥品，遵守用藥安全，並配合醫囑	特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識 特生 C-sP-5 個人清潔 特生 A-sA-3 食物的選購 特生 A-sA-5 食物的保存方法 特生 D-sP-5 安全用藥	1. 能準確執行臉部清潔工作 2. 能學會牙線使用 3. 能讀懂食品上的說明 4. 能依照食物特性進行保存 5. 能讀懂藥袋上的說明	1. 透過藥妝店 DM 教導認識學生各類清潔用品，並能依照使用順序進行排列 2. 實地演練臉部清潔的動作 3. 由老師示範牙線棒與牙線的使用方式後，再請學生操作 4. 透過食物包裝，向學生說明食物的製造成分、製造日期、有效期限與保存方法等 5. 學生對於食品有一定認識之後，前往全聯購物中心進行購物挑戰(由老師列出購買清單) 6. 學生能依據購買的物品說出有效期限及保存方式 7. 教導學生讀懂藥袋上註明的藥物服用時間與方法 8. 教導學生服用藥物的禁忌與注意事項	實作評量 紙筆測驗 觀察評量	自編教材
第 5 週 9/29(五) 中秋節								
第 6 週								
第 7 週 10/12(四)、13(五) 第一次段考 10/9(一) 調整放假(原 9/23 放假) 10/10(二) 國慶日								
第 8 週								
第 9 週								

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 10 週	8	健康管理	特生 1-sA-10 處理青春期的身體變化與性需求 特生 1-sA-16 使用急救箱處理簡易外傷 特生 1-sA-15 熟悉社區醫療資源並能自行就醫	特生 D-sP-1 身體器官與功能的認識 特生 D-sP-6 簡易外傷的處理 特生 D-sP-7 社區醫療資源的認識 特生 D-sA-1 青春期的身心健康 特生 D-sA-3 就醫知能	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能清楚了身體上的第二性徵 2. 能了解青春期的生理改變並知道如何因應 3. 能分辨常見藥品並知道如何使用 4. 能實際處理身體上的小傷口或不適 5. 能認識家裡附近的藥局以及醫療院所 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過影片認識身體上的第二性徵與青春期的變化 2. 透過實物認識青春期相關的衛生用品與使用方法 3. 教師與同學討論青春期在心理與生理上的變化 4. 透過學習單學習正確的性教育知識 5. 準備簡易醫藥箱向學生說明藥品的名稱與使用方法 6. 實際使用醫藥箱處理傷口 7. 請學生準備各人的健保卡，先認識健保卡上的資訊以及使用方法 8. 透過電子地圖搜尋家裡附近的藥局及醫療院所 	實作評量 紙筆測驗 觀察評量	自編教材
第 11 週								
第 12 週								
第 13 週 11/23(四)、 24(五) 第二次段考								
第 14 週 12/1(五) 校慶運動會								
第 15 週								
第 16 週								
第 17 週	社區參與	特生 3-sP-1 獨立行動的能力 特生 3-sP-2 認識社區環境與資源 特生 3-sP-4 認識消費場所與完	特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識 特生 K-sP-5 購物的流程與技巧	<ol style="list-style-type: none"> 1. 依據食衣住行原則歸類出社區附近環境的特色 2. 能前往賣場完成購 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 使用平板電子地圖，依照需求找出距離最近的店家 2. 能到水交社的 7-11 完成購物行為 3. 能到水交社的全聯購物中心完成購物行為 4. 能分辨商品應有的單價以 	實作評量 紙筆測驗 觀察評量	自編教材	
第 18 週 12/27(三) ~29(五) 九年級 校外教學 12/28(四) 、29(五) 七、八年級 校外教學								
第 19 週								

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

1/1(一) 開國紀念日			成消費行為 特生 3-sA-3 辨 識各種詐騙行為 及避免受騙	特生 K-sA- 3 各種詐騙 行為的認識 與防範	物 3. 認識網路 購物詐騙 行為	判斷是否可能為詐騙 5. 老師示範臉書上的廣告大 多是詐騙的原因		
第 20 週								
第 21 週 1/17(三)、 18(四) 第三次段考 1/19(五) 休業式								

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

臺南市市立南區大成國民中學 112 學年度第 2 學期 7+8+9 年級彈性學習 生活管理 課程計畫 (普通班/藝才班/體育班/特教班)

學習主題名稱	生活管理	實施年級 (班級組別)	7+8+9	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	3. <input checked="" type="checkbox"/>特殊需求領域課程 身障類: <input checked="" type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/>其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	能具有獨立在學校與社區行走的能力							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	1. 能了解自己的優弱勢能力並安排適合的活動 2. 能有效進行金錢管理 3. 能獨立使用社區常見場所							
配合融入之領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育							
表現任務	紙筆測驗、實作評量、觀察評量							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域 與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1 週 2/16(五) 開學	7	自我決策 自我管理	特生 4-sP-1 認識自己並接受	特生 L-sP-1 自我	1. 能知道 自己的	1. 讓學生透過線上測驗分析自己的人 格特質	實作評量 紙筆測驗	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 2 週			自己的特質	目標的設定	優劣勢能力	https://smarter01.com/knowning-self-quiz/	觀察評量	
第 3 週 2/28(三) 二二八和平 紀念日			特生 4-sP-3 能自行設定目標	特生 L-sA-1 自我生涯規劃的技巧	2. 能規劃適合自己的學習進度	2. 讓學生自己寫出興趣、喜歡與不喜歡的事情等等		
第 4 週			特生 4-sA-3 能表達對生涯規劃的想法，並與他人討論	特生 L-sA-2 目標的執行與檢核	3. 能規劃適合自己的休閒活動	3. 教導學生看懂自己的 IEP，從 IEP 內容中歸納出自己在學習與生活上的優劣勢		
第 5 週			特生 4-sA-4 執行自訂的目標		4. 能對高職科系有初步的認識與了解	4. 教導學生制定出個人的學習計畫，可先針對特定科目以及小範圍著手，學習計畫並須有檢核表，已確定自己每日(或每週)有達成目標		
第 6 週			並檢核結果			5. 教導學生擬定自己的休閒生活，計畫並須有檢核表，已確定自己每日(或每週)有達成目標		
第 7 週 3/26(二)、 27(三) 第一次段考						6. 透過 YT 與職校首頁向學生介紹高職相關科系		
第 8 週 4/4(四) 兒童節 4/5(五) 民族掃墓節	7	金錢管理 休閒生活	特生 2-sP-1 妥善保管個人財物並避免遺失	特生 E-sP-1 日常財物的使用與保管	1. 能自行準備每日上學的物品	1. 教師與學生共同設計應攜帶物品(包括零用錢部分)檢核表，並教導學生紀錄方法，每週一次課程帶來檢查	實作評量 紙筆測驗 觀察評量	自編教材
第 9 週			特生 2-sP-2 建立簡單的儲蓄行為	特生 E-sP-2 金錢的概念	2. 能記錄簡單的生活花費	2. 老師示範手機記帳軟體與紙本記帳，讓學生比較其中差別(有零用錢的同學可以實際紀錄一個月後與同學分享)		
第 10 週			特生 2-sP-5	特生 E-sP-3 塑膠貨幣與行動支付的認識與使用	3. 能了解信用卡與行動支付的使用方	3. 與學生討論若有零用錢可以做哪些使用與利用		
第 11 週			記錄個人日常生活收支，購物錢衡量自身財力與實際需求			4. 老師利用 YT 與 PPT 介紹信用卡與行動支付有哪些?以及使用信用卡及行動支付該注意的事項		
第 12 週								
第 13 週 5/9(四)、 10(五) 第二次段考								
第 14 週 5/18(六)、								

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

19(日)國中 教育會考				特生 E- sP-5 記帳 的技能 特生 E- sA-2 金融 機構的運 用	法 4. 能騰寫 銀行與 郵局的 存提款 單及匯 款單	5. 讓學生實際練習書寫包括郵局、銀 行的存提款單及匯款單 6. 說明除了臨櫃辦理之外，還可以利 用那些方式進行存提款與匯款		
第 15 週	6	社區資源使用 財務管理	特生 3-sP-1 獨 立行動的能力 特生 3-sP-4 認 識消費場所與 完成消費行為 特生 3-sA-2 依 需求善用各種 社區資源	特生 E- sA-4 繳納 費用的方 式 特生 K- sP-2 社區 環境與資 源的認識	1. 能了解 常見的 政府規 費項目 2. 能透過 iborn 操 作常見 規費的 繳納 3. 能使用 ATM 進行 提款與 轉帳	1. 老師設計 PPT 介紹常見的政府規費 項目(地價稅、房屋稅、個人所得 稅、牌照稅、燃料稅等) 2. 透過學習單學生能分辨各種稅收的 收費對象與徵收日期 3. 老師介紹 iborn 的使用方法(包括 繳費、列印、取票等) 4. 帶學生前往便利商店實際操作 iborn 5. 教師在教室先用 YT 介紹 ATM 的使 用方法 6. 帶學生前往 ATM 實際演練提款與轉 帳	實作評量 紙筆測驗 觀察評量	自編教材
第 16 週								
第 17 週								
第 18 週 6/10(一) 端午節								
第 19 週 6/17(一) 畢業典禮(暫 訂)								
第 20 週 6/26(三)、 27(四) 第三次段考								

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。