

臺南市立六甲國民中學 113 學年度第一學期七年級彈性學習 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)	七年級	教學節數	每週 1 節，本學期共(22)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 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	個人生活能力解決							
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。							
課程目標	能料理簡單餐食並完成清潔。							
配合融入之領域 或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" 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 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 checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引			<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input 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	實作評量、觀察評量、口頭評量							
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
第一週 8/30	7	快樂清潔工 評量	特生 2-sP-7 正確 使用環境清潔用 品，並從事簡單 的家務清潔工作 與資源回收。	特生F-sP-1 環境衛生的 觀念。 特生F-sP-2 清潔用品的	1. 培養學生清 潔環境能力 2. 學習使用各 項清潔用品 能做資源回收	打掃資源班教室及特教辦公室	實作評量 口頭評量	自編教材
第二週 9/2~9/6								
第三週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

9/9~9/13				認識與使用。				
第四週 9/16~9/20				特生F-sP-3 清掃工作的技能。				
第五週 9/23~9/27				特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。				
第六週 9/30~10/4								
第七週 (一段) 10/7~10/11								
第八週 10/14~10/18	7	健康營養師 評量	特生1-sP-5選擇乾淨新鮮且保存期限內的食物。 特生1-sP-6自我檢視並控制飲食行為和習慣。 特生 1-sA-4 遵守有益身體健康的飲食原則，並理解飲食與疾病的關係。	特生A-sP-1 飲食需求的表達。 特生A-sA-4 食物的認識。 特生A-sA-5 食物的處理。 特生A-sA-3 食物的選購 特生 A-sA-5 食物的保存方法	養成正確的飲食習慣	使用學校營養午餐菜單，引導學生說出六大類食物名稱及營養份。	實作評量 口頭評量	自編教材
第九週 10/21~10/25								
第十週 10/28~11/1								
第十一週 11/4~11/8								
第十二週 11/11~11/15								
第十三週 11/18~11/22								
第十四週 (二段) 11/25~11/29								
第十五週 12/2~12/6	8	料理偶像 評量	特生1-sA-1烹調用具使用前能清洗潔淨。	特生A-sA-1 烹調用具的認識與使	提升烹調能力	開設點心坊:使用蒸煮炒炸等料理方式實作餐食，蒸:碗粿/煮:南瓜濃湯/炒:炒飯麵/炸:	實作評量 口頭評量	自編教材
第十六週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

12/9~12/13			特生1-sA-2使用	用。		炸薯條	
第十七週			適當方式加熱、	特生A-sA-2			
12/16~12/20			沖泡、烹調簡易	食物烹調前			
第十八週			餐食。	的處理。			
12/23~12/27			特生 1-sA-3 選擇	特生A-sA-3			
第十九週			適宜的用餐場所	食物的選			
12/30~1/3			與安全的飲食行	購。			
第二十週			為。	特生 A-sA-4			
1/6~1/10				食物的烹調			
第二十一週				方式			
(三段)							
1/13~1/17							
第二十二週							
1/20							

◎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。

臺南市立六甲國民中學 113 學年度第二學期七年級彈性學習 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)	七年級	教學節數	每週 1 節，本學期共(22)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 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	培養及規劃家庭休閒活動以及實現自我。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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	使用社區及各種相關資源。 學習各種生活經驗，規劃生涯。 運用各種感官描述家庭旅遊經驗，增進戶外觀察與推理能力							
配合融入之領域 或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" 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 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 type="checkbox"/> 性別平等教育 <input 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 checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	實作評量 口頭評量							
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
第一週 2/5~2/8	7	全境擴散 評量	特生 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。 特生 1-sP-24 認識身體構造、器官、常見疾病及	特生 D-sP-3 常見疾病的預防及處理。 特生 D-sP-4 健康的生活	說出與配對出常見的傳染疾病及傳染方式。	1. 了解討論世界各地近期流行病的起源地及傳染途徑。 2. 認識各級醫療單位。	口頭評量	自編教材
第二週 2/10~2/14								
第三週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

2/17~2/21			症狀。 特生 1-sP-23 描述不適 症狀，請求協助或表達就醫需求。	習慣。1 特生 D-sP-7 社區醫療資源的認識。				
第四週 2/24~2/27								
第五週 3/3~3/7								
第六週 3/10~3/14								
第七週 (一段) 3/17~3/21								
第八週 3/24~3/28	7	家庭樂 評量	特生2-sP-12培養對休閒活動的認識與興趣。 特生 2-sA-5 從事安全的個人和家庭休閒活動。	特生H-sP-1 休閒活動的認識。 特生H-sP-2 休閒活動的選擇。 特生 H-sA-1 休閒活動內容與時間規劃	理解旅行運動等休閒活動相關知能。	1. 討論分享自己及家庭休閒活動。 2. 參加各項校外教學活動。	實作評量 口頭評量	自編教材
第九週 3/31~4/2								
第十週 4/7~4/11								
第十一週 4/14~4/18								
第十二週 4/25								
第十三週 4/28~5/2								
第十四週 (二段) 5/5~5/9								
第十五週 5/12~5/16	8	社區走讀 評量	特生3-sP-2認識社區環境與資源。	特生K-sP-5 購物的流程與技巧。	使用各項媒體查詢相關資訊。	討論社區的各項公共場所及功能，參觀各項社區場所。	實作評量 口頭評量	自編教材
第十六週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

5/19~5/23			特生3-sP-2認識消費場所及完成消費行為。	特生K-sP-3社區活動的參與。	參與各項社區活動			
第十七週 5/26~5/29								
第十八週 6/2~6/6			特生3-sA-2 依需求善用社區資源	特生K-sA-1 社區資源與設施使用				
第十九週 6/9~6/13								
第二十週 6/16~6/20								
第二十一週 (三段) 6/23~6/27								
第二十二週 6/30								

◎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。