

臺南市公(私)立南區新興國民中學 113 學年度第一學期七、八、九年級彈性學習 特殊需求 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)	資源班 七、八、九年級	教學節數	本學期共(22)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■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. □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	學生在不同階段所要面對的課題不盡相同，而飲食、交通與服裝儀容是生活中很重要的環節。學生透過課堂的學習與實作，學習健康飲食、交通安全和衣物整理的相關知識與技能，並應用於日常生活中，提升其生活自理能力。							
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-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。							
課程目標	1. 能理解飲食問題對健康的影響，進而養成健康的飲食習慣，並做好自我管理。 2. 能確實遵守交通安全規則，以及具備面對突發的交通意外應變處理能力。 3. 能了解衣物的種類與性質，學習適宜的收納、洗滌方法與服裝選購行為。							
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 checked="" 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 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 checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	口頭評量、實作評量、學習單							
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	健康管理大師	特生 1-sP-5 選擇乾淨新鮮且於保存期限內的食	特生 A-sP-4 食物的認識。 特生 A-sP-6 飲食的衛生習	1. 在教師指導下能說出「我的餐盤」中的六大類食物。 2. 在教師指導下能說	1. 觀看衛福部「我的餐盤」相關影片及寫學習單，認識六大類食物。	口頭評量 實作評量 學習單	自編教材 網路資源 學習單
第二週								

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第三週			物。	慣。	出指定食物所含的營養標示成份。	2. 透過影片說明與實作演練，辨識食品的營養標示、保存期限與正確的保存方式。		
第四週			特生 1-sP-6 自我檢視並控制飲食行為和習慣。	特生 A-sA-5 食物的保存方法。	3. 在教師指導下能說出食物的保存期限與保存方法。	3. 操作電腦計算自己的BMI，檢視自我體位。		
第五週			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。		4. 在教師指導下能計算自己的身體質量指數(BMI)及理想體重，並檢視自我體位是否合乎標準。	4. 觀看 youtube 影片，連結生活實例，討論相關的食安問題與正確的飲食衛生習慣。		
第六週					5. 在教師指導下能和同儕討論跟飲食與疾病相關的議題。			
第七週								
第八週								
第九週	6	安全上路	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。	特生 J-sP-1 交通工具的認識。	1. 在教師指導下能說出 YouBike 的使用規範。	1. 觀看各類交通工具影片認識其特性，並分享自身使用交通工具的經驗。	口頭評量	自編教材
第十週			特生 3-sP-5 遵守公共場所及設施的使用規範。	特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。	2. 在教師指導下能說出至少三項騎乘腳踏車須遵守的交通規則。	2. 教師以影片講解道路交通安全規則。	實作評量	網路資源
第十一週			特生 3-sP-6 能描述自己所在的位置。	特生 J-sA-1 交通路線規劃與轉乘技能。	3. 在教師指導下能說出至少三項行人須遵守的交通規則。	3. 學生練習使用 google map 規劃路線，找到目的地。	學習單	學習單
第十二週			特生 3-sA-1 能處理自身所遇的意外事件。	特生 J-sA-2 交通事故的處理。	4. 在教師指導下能使用 google map 輸入自己所在位置及目的地規劃路線。	4. 觀看交通事故影片，與同儕討論交通安全相關議題以及交通事故的處理方式。		
第十三週								
第十四週				特生 L-sP-3				

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	簡易生活問題的解決策略。	5. 在教師指導下能說出交通事故的處理方式。			
第十五週	8	衣Q百分百	特生 1-sP-10 視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。 特生 1-sP-11 分類衣物並收納保管。 特生 1-sA-6 使用適當方式洗濯及晾曬衣物。 特生 1-sA-7 整理及收納個人衣物。	特生 B-sP-2 衣物的認識。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。 特生 B-sA-1 衣物選購。	1. 在教師指導下能依照天氣狀況或場合選擇適合的衣物。 2. 在教師指導下能說出衣物的尺碼，並挑選出适合自己身形的衣物。 3. 在教師指導下能將衣物按照季節、功能，分類整理好。 4. 在教師指導下能說出至少二種洗滌標示所代表的意思。 5. 在教師指導下能說出選購衣物時應注意的事項。	1. 觀看影片學習如何穿著合宜，並檢視自己平時穿搭的適切性。 2. 透過實作練習辨識衣物的尺碼。 3. 觀看衣物收納整理影片，實際練習分類與收納衣物，再選出適合自己的收納方法。 4. 藉由影片與圖片說明認識各種洗滌標示，並了解正確洗滌衣物的重要性。 5. 與同儕分享選購衣物的經驗及考量的因素。	口頭評量 實作評量 學習單	自編教材 網路資源 學習單
第十六週								
第十七週								
第十八週								
第十九週								
第二十週								
第二十一週								
第二十二週								

◎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。

學習主題名稱	生活管理	實施年級 (班級組別)	資源班 七、八、九年級	教學節數	本學期共(22)節			
彈性學習課程 四類規範	3. 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. 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	學生在不同階段所要面對的課題不盡相同，而生涯規劃、防詐騙與防災知能是求學過程和生活中很重要的課題。學生透過課堂的學習與實作，學習生涯自我探索、預防詐騙和防震的相關知識與技能，並應用於日常生活中，及早做好生涯規劃，提升未來生活的基礎能力以及解決問題的能力。							
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-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。							
課程目標	1. 能了解自己的興趣、性向、個人特質，規劃適合自己的升學或就業生涯。 2. 能辨識生活中常見的詐騙行為，並採取適當的防範措施。 3. 能瞭解地震可能造成的傷害，並加強防災知能與應變能力。							
配合融入之領域 或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input 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	口頭評量、實作評量、學習單							
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	7	生涯探索	特生 4-sP-1	特生 L-sP-1	1. 在教師指導下能了	1. 透過學習單找出自	口頭評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第二週			認識自己並接受自己的特質。	自我目標的設定。	解自己的優勢、弱勢、興趣等特質。	己的興趣、能力、個人特質等。	學習單	網路資源 學習單
第三週			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. 在教師指導下能認識高中職十五職群的學習內容、就業發展等。	2. 老師介紹高中職的概況、學習內容、未來發展等。		
第四週			特生 4-sA-3 能表達對生涯規劃的想法，並與他人討論。		3. 在教師指導下能表達未來想升學或就業等生涯規劃想法。	3. 與師長或同儕討論未來想就讀的學校及職群、想從事的職業等。		
第五週					4. 在教師指導下能與師長或同儕討論欲從事該職業可能需要的升學進路。	4. 填寫生涯規劃學習單，訂定適合自己的生涯規畫短期目標。		
第六週					5. 在教師指導下能根據自己的生涯規劃訂定升學或就業的短期目標。			
第七週								
第八週	8	防詐總動員	特生 3-sA-3 辨識各種詐騙行為及避免受騙。	特生 E-sA-5 金融詐騙的認識與防範。	1. 在教師指導下能判斷常見的詐騙類型與手法。	1. 觀看新聞、宣導影片，辨識生活中的各種詐騙行為與話術。	口頭評量 學習單	自編教材 網路資源 學習單
第九週			特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	特生 K-sA-3 各種詐騙行為的認識與防範。	2. 在教師指導下能辨識網路詐騙模式及因應方式。	2. 學習詐騙的相關法律知識。		
第十週					3. 在教師指導下能說出反詐騙諮詢電話165。	3. 觀看宣導影片，學習遇到詐騙行為時的預防策略。		
第十一週					4. 在教師指導下能列	4. 觀看宣導影片，並與師長、同儕討論如果		
第十二週								

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第十三週					舉出如果遇到詐騙時，應該如何保護自己不受騙的方法。	受騙時可以尋求協助的方法。		
第十四週					5. 在教師指導下能說出如果受騙，可以尋求協助的方法。			
第十五週								
第十六週	7	天然災害知多少 ~地震	特生 1-sP-22 具備危機意識，並能主動或依指示遠離危險情境。 特生 2-sP-11 辨識並了解居家緊急事件與天然災害的因應措施，及其適宜的求助方式。	特生 G-sP-7 天然災害的認識。 特生 G-sA-4 天然災害的應變。	1. 在教師指導下能說出地震發生前要準備做的事。 2. 在教師指導下能說出緊急避難包裡面應放的物品和功用。 3. 在教師指導下在模擬地震情境中能做出「趴下、掩護、穩住」自保行為。 4. 在教師指導下能說出發生地震時，在家或在學校的逃生路線及避難處。 5. 能說出與家人的聯絡方式。	1. 透過圖片與新聞影片說明，了解地震會對我們的生活甚至生命造成影響與威脅，因此災前準備更加重要。 2. 觀看影片，學習防震需知。 3. 填寫學習單，指認地震避難包的內容物，並了解其功用。 4. 觀看影片，學習地震發生時自我保護就地避難的方法以及應變措施。	口頭評量 實作評量 學習單	自編教材 網路資源 學習單
第十七週								
第十八週								
第十九週								
第二十週			特生 2-sA-7 熟練居家緊急事件及天然災害的因應措施。					
第二十一週								
第二十二週								

◎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。