

臺南市立安南區安南國民中學 115 學年度第 1 學期八年級彈性學習班級活動課程計畫

(☐ 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)	八年級	教學節數	本學期共(42)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	教導學生維持自身的外觀的整潔，以及面對青春期的變化，進而建立合適的性別互動技巧。				
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-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 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。 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. 能學習衣物清洗的知識。 2. 能根據場合選擇合適的衣物穿著。 3. 能選用合適的清潔物品。 4. 能認識清洗身體各部位的方法。 5. 能理解男女身體構造的差異。 6. 能理解男女在青春期的生理變化。 7. 能處理自己因青春期而產生的身體變化。 8. 能理解身體自主權。 9. 能建立性別平等的概念。				
配合融入之領域或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☒ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☒ 健康與體育 ☒ 生活課程 ☐ 科技 ☒ 科技融入參考指引 ☒ 性別平等教育 ☒ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☒ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☒ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☒ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☒ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育				

表現任務		口語表達、文字或圖像表達、技能鍛鍊與動態操作						
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	煥然衣新	特生 1-sP-9 選擇適當場所並完成衣物穿脫與更換。 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-5 選購適合自己的衣物。 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 1-sA-8 檢查衣物破損情形並加以處理。	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。 特生 B-sA-2 服裝禮儀。	1.學習衣物清洗的知識。 2.學習衣物收納的方法。 3.根據場合選擇合適的衣物穿著。	1.教師講述。 2.影片欣賞。 3.綜合活動。	1.紙筆評量 2.口頭評量 3.觀察評量 4.實作評量	自編自選教材 線上媒材 相關影片
第 2 週	2	煥然衣新						
第 3 週	2	煥然衣新						
第 4 週	2	煥然衣新						
第 5 週	2	煥然衣新						
第 6 週	2	煥然衣新						

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 7 週	2	注意個人衛生	特生 1-sP-16 具備洗手、洗臉、刷牙及使用牙線的技能。	特生 C-sP-3 身體的清潔方式。	1. 能選用合適的清潔物品。	1. 教師講述。	1. 紙筆評量	自編自選教材
第 8 週	2	注意個人衛生	特生 1-sP-17 完整清潔身體各部位。	特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。	2. 能認識清洗身體各部位的方法。	2. 影片欣賞。	2. 口頭評量	線上媒材
第 9 週	2	注意個人衛生	特生 1-sP-18 具備洗髮、梳髮、整髮的技能。	特生 C-sP-5 個人清潔。	3. 能建立涼好的衛生習慣。	3. 綜合活動。	3. 觀察評量	相關影片
第 10 週	2	注意個人衛生	特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。	特生 C-sA-1 青春期的清潔衛生。				
第 11 週	2	注意個人衛生	特生 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。	特生 C-sA-2 個人清潔用品的選用。				
第 12 週	2	注意個人衛生	特生 1-sA-9 適時修剪指甲與頭髮	特生 C-sA-3 簡易儀容裝扮的技巧。				
第 13 週	2	注意個人衛生	特生 1-sA-11 選用適合自己的盥洗清潔及美容美髮用品。					
第 14 週	2	性別蹺蹺板	特生 1-sP-27 覺察並接受青春期的身心變化。	特生 C-sA-1 青春期的清潔衛生。	1. 能理解男女身體構造的差異。	1. 教師講述。	1. 紙筆評量	自編自選教材
第 15 週	2	性別蹺蹺板	特生 1-sA-10 處理青春期的身體變化及性需求。	特生 D-sP-1 身體器官與功能的認識。	2. 能理解男女在青春期的生理變化。	2. 影片欣賞。	2. 口頭評量	線上媒材
			特生 1-sA-10 處理青春期的身心變化。		3. 能處理自	3. 綜合活動。	3. 觀察評量	相關影片

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 16 週	2	性別蹺蹺板	理青春期的身體變化及性需求。	識。	己因青春		
第 17 週	2	性別蹺蹺板	特生 1-sA-17 主動吸取健康知識，增進自我健康。	特生 D-sP-2 身體構造與系統的認識。	而產生的身體變化。		
第 18 週	2	性別蹺蹺板	特生 2-sP-13 區辨隱私的場所和行為，並維護自己和他人的隱私權。	特生 D-sA-1 青春期的身心健康。	4.能理解身體自主權。		
第 19 週	2	性別蹺蹺板	特生 2-sP-14 接受自己的性別氣質，保護自己並尊重他人的身體自主權。	特生 I-sP-4 身體隱私與界限的認識與保護。	5.能建立性別平等的概念。		
第 20 週	2	性別蹺蹺板	特生 2-sP-15 辨識家庭暴力、性騷擾、性侵害、性霸凌等行為，並能自我保護及求助。	特生 I-sP-5 身體自主權的維護與尊重。			
第 21 週	2	性別蹺蹺板		特生 I-sP-6 性騷擾、性侵害與性霸凌的認識。			
				特生 I-sA-3 性別多樣性的認識與尊重。			
				特生 I-sA-5 性騷擾、性侵害與性霸凌的防護及求助。			

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

◎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。

臺南市立安南區安南國民中學 115 學年度第 2 學期八年級彈性學習班級活動課程計畫

(☐ 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)	八年級	教學節數	本學期共(42)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	培養生活自理能力，融入家庭、學校與社區生活，表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。				
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-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 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。 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. 能製作個人的收支記錄表。 2. 能擬定個人生活所需的預算表。 3. 能從廣告中尋找優惠訊息並作價格的計算。 4. 能辨認常見的合格安全消費標章。 5. 能辨認常見的消費糾紛案例。 6. 能認識消費糾紛的解決方式。 7. 能認識儲蓄的重要性。 8. 能辨識常見居家藥品。 9. 能瞭解一般外傷的處理方式。 10. 能認識常見的急救的法，如：叫叫 CABD、哈姆立克法等。 11. 能認識正確的網路聊天禮儀。 12. 能分辨常見網路交友的陷阱。 13. 能了解在網路上保護個人資訊的重要性。				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

	14. 能分辨常見的網路詐騙手法。 15. 能建立使用網路資源時尊重智慧財產權的觀念。							
配合融入之領域或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☒ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☒ 健康與體育 ☒ 生活課程 ☒ 科技 ☒ 科技融入參考指引				☐ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☒ 生命教育 ☐ 法治教育 ☒ 科技教育 ☒ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☒ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☒ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☒ 戶外教育 ☐ 國際教育			
表現任務	口語表達、文字或圖像表達、技能鍛鍊與動態操作							
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	急救處理	特生 1-sA-13 描述受傷害的經過並尋求適當協助。	特生 D-sP-5 安全用藥。	1. 能辨識常見居家藥品。 2. 能瞭解一般外傷的處理方式。 3. 能認識常見的急救的法，如：CPR 哈姆立克法等。	1.教師講述。 2.影片欣賞。 3.綜合活動。	1.紙筆評量 2.口頭評量 3.觀察評量 4.實作評量	自編自選教材 線上媒材 相關影片
第 2 週	2	急救處理	特生 1-sA-15 熟悉社區醫療資源並能自行就醫。	特生 D-sP-6 簡易外傷的處理。				
第 3 週	2	急救處理	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 D-sP-7 社區醫療資源的認識。				
第 4 週	2	急救處理	特生 1-sA-14 使用急救箱處理簡易外傷。	特生 D-sA-2 簡易急救措施。				
第 5 週	2	急救處理	特生 1-sA-17 主動吸取健康知識，增進自我健康。	特生 D-sA-3 就醫知能。				
第 6 週	2	急救處理	特生 3-sP-1 獨立	特生 D-sA-4 健康檢查的認識。				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 7 週	2	急救處理	行動的能力。 特生 3-sA-1 能處理自身所遇的意外事件。	特生 D-sA-5 社區醫療資源的運用。				
第 8 週	2	消費停看聽	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. 能製作個人的收支記錄表。 2. 能擬定個人生活所需的預算表。 3. 能從廣告中尋找優惠訊息並作價格的計算。 4. 能辨認常見的合格安全消費標章。 5. 能辨認常見的消費糾紛案例。 6. 能認識消費糾紛的解決方式。	1. 教師講述。 2. 影片欣賞。 3. 綜合活動。	1. 紙筆評量 2. 口頭評量 3. 觀察評量 4. 實作評量	自編自選教材 線上媒材 相關影片
第 9 週	2	消費停看聽	特生 2-sP-2 建立簡單的儲蓄行為	特生 E-sP-2 金錢的概念。				
第 10 週	2	消費停看聽	特生 2-sP-5 記錄個人日常生活收支，購物前衡量自身財力與實際需求。	特生 E-sP-3 塑膠貨幣與行動支付的認識與使用。				
第 11 週	2	消費停看聽	特生 2-sA-1 具備儲蓄、使用塑膠貨幣及行動支付的技能。	特生 E-sP-4 消費與儲蓄。				
第 12 週	2	消費停看聽	特生 2-sA-2 規劃日常生活的費用及收支管理事宜。	特生 E-sP-5 記帳的技能。				
第 13 週	2	消費停看聽	特生 3-sP-4 認識消費場所及完成消費行為。	特生 E-sP-6 金融機構的認識。				
第 14 週	2	消費停看聽	特生 3-sA-3 辨識各種詐騙行為及避免受騙。	特生 E-sA-3 個人預算、收支與管理。 特生 K-sP-5				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				購物的流程與技巧。 特 生 K-sA-2 消費者權益的認識。				
第 15 週	2	網路安全	特 生 2-sA-6 遵守網路及各類資訊平台的使用規範。 特 生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。 特 生 3-sA-2 依需求善用社區資源。 特 生 3-sA-3 辨識各種詐騙行為及避免受騙。 特 生 3-sA-4 因應不同的危險情境，採取適當的措施。	特 生 E-sA-5 金融詐騙的認識與防範。 特 生 H-sP-2 休閒活動的選擇。 特 生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。 特 生 K-sA-3 各種詐騙行為的認識與防範。 特 生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。 特 生 L-sP-4 自我管理技巧。 特 生 L-sP-5	1. 能認識正確的網路聊天禮儀。 2. 能分辨常見網路交友的陷阱。 3. 能了解在網路上保護個人資訊的重要性。 4. 能分辨常見的網路詐騙手法。 5. 能建立使用網路資源時尊重智慧財產權的觀念。	1. 教師講述。 2. 影片欣賞。 3. 綜合活動。	1. 紙筆評量 2. 口頭評量 3. 觀察評量 4. 實作評量	自編自選教材 線上媒材 相關影片
第 16 週	2	網路安全						
第 17 週	2	網路安全						
第 18 週	2	網路安全						
第 19 週	2	網路安全						
第 20 週	2	網路安全						
第 21 週	2	網路安全						

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				自我負責。				
--	--	--	--	-------	--	--	--	--

- ◎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。