

新北市 金山高中 (國中部) 109 學年度 7、9 年級第 1 學期部訂課程計畫 設計者：張榕芸

一、課程類別：(請學校計畫不得與廠商提供計畫雷同，如雷同者，不予備查)

1. 國語文 2. 英語文 3. 健康與體育 4. 數學 5. 社會 6. 藝術 7. 自然科學 8. 科技 9. 綜合活動  
10. 特殊需求領域—生活管理

二、學習節數：每週( 1 )節，實施( 21 )週，共( 21 )節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	<p>特生-P-A1 具備個人生活自理能力，建立良好的生活習慣，參與家庭活動、探索個人休閒興趣，並於生活中開始生涯覺知與探索，對自身事務展現尋求協助、表達想法、選擇與決定的行為。</p> <p>特生-P-A2 覺察及理解生活自理問題，具備表達需求、尋求協助等問題解決能力，並藉由自我管理、自我倡導等策略增進系統性思考的能力。</p> <p>特生-P-B1 具備辨別、理解及使用生活自理相關符號之能力，促進對日常生活事務的理解以增加生活適應能力。同時透過表達自我需求、感覺、想法或尋求協助等策略，促使彼此理解與溝通，並提升參與各項事務的機會。</p> <p>特生-P-B3 透過探索休閒興趣、嗜好，參與家庭、學校與社區活動、認識相關資源，體驗生活美學，增加對美的感知與生活的豐富性。</p> <p>特生-P-C2</p>

藉由生活自理及參與團體休閒與家庭、學校、社區生活，增進對自我與他人的理解與責任感、嘗試透過溝通、協調以增加團隊參與的機會。

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習內容	學習表現						
第 1~8 週	特生F-sP-1 環境衛生的 觀念。 特生F-sP-2 清潔用品的 認識與使 用。 特生F-sP-3 清掃工作的 技能。	特生2-sP-6 維持個人物品 與環境的整齊 清潔。 特生3-sP-3 認識及避免常 見的危險情 境。	單元一：環境愛護小尖兵 第 1 週： 【清潔須知】 ● 環境衛生觀念 ● 常見的清潔用品 ● 依性質選擇清潔用品 ● 適量使用清潔劑 第 2 週： 【地板清潔】 ● 木頭地板 VS 磁磚地板 ● 選擇合適的清潔工具	8	ppt、實物、實作練習	1. 檢核表 2. 參與態度 3. 合作能力		<input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申請 授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<ul style="list-style-type: none"> <li>● 使用正確步驟及方式進行地板清潔</li> <li>● 同儕互評</li> </ul> <p>第3週：</p> <p>【窗戶清潔】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識窗戶清潔用品(抹布、玻璃刮刀、玻璃清潔劑……)</li> <li>● 正確使用刮刀</li> <li>● 依步驟進行窗戶清潔</li> <li>● 同儕互評</li> </ul> <p>第4週：</p> <p>【廚房清潔】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識廚房清潔用品</li> <li>● 選擇合適的清潔用品</li> <li>● 依步驟進行廚房清潔</li> <li>● 同儕互評</li> </ul> <p>第5-8週：</p> <p>【電器清潔】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 電扇清潔—說明及實作</li> <li>● 烤箱清潔—說明及實作</li> <li>● 冰箱清潔—說明及實作</li> <li>● 電鍋清潔—說明及實作</li> </ul>				
第9-15週	特生F-sP-2	(修)特生2-sP-6	<p>單元二：個人衛生清潔</p> <p>第9-11週</p> <p>【個人臉部清潔】</p>	7	ppt、實物、實作練習	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 參與態度</li> <li>2. 檢核表</li> </ol>	

	清潔用品的認識與使用。	維持個人清潔。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 為什麼需要清潔臉部</li> <li>● 認識臉部清潔用品</li> <li>● 各種清潔用品的功用</li> <li>● 正確使用脸部清潔用品的方式</li> <li>● 實作練習</li> </ul> <p>第 12~13 週</p> <p>【個人脸部保養】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 挑選合適的防曬用品</li> <li>● 正確使用防曬乳(用量、使用時機、使用方式)</li> <li>● 青春痘照護</li> <li>● 實作練習</li> </ul> <p>第 14 週</p> <p>【個人頭部清潔】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 確認自身頭皮及頭髮狀況(頭皮屑、髮質狀況…)</li> <li>● 依需求選擇適合的洗髮精</li> </ul> <p>第 15 週</p> <p>【個人身體清潔】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 選擇合適的清潔用品(肥皂、沐浴乳…)</li> <li>● 泡澡 vs 沖澡行不行(時機、注意事項)</li> </ul>					
--	-------------	---------	---	--	--	--	--	--

			● 確認清洗狀況					
第 16-20 週	特生A-sP-4 食物的認識。 特生A-sP-5 食物的處理。	特生1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。  (修)區辨原型食物及加工食品	單元三：食物知多少 第 16~17 週 【原型食物 VS 加工食品】 ● 什麼是原型食物？ ● 什麼是加工食品？ ● 食物選擇與健康的關係 ● 辨識食物/食品 第 18~19 週 【我會看保存期限】 ● 何謂保存期限？ ● 各種保存期限的寫法 ● 實作練習—過期與未過期分類 第 20 週 【食材處理】 ● 清洗—是否乾淨 ● 剝皮 ● 打開包裝 ● 剪、切、剝 ● 實作練習	5	ppt、實物、實作練習	1. 學習單 2. 檢核表		
第 21 週			期末總複習	1				

