

112 學年度嘉義縣東榮國民中學七年級第一、二學期彈性學習課程職涯看見未來教學計畫表 設計者：阮嘉芳（表十三之一）

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)

2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)

3. 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

二、本課程每週學習節數：1

三、課程設計理念：

(一)東石位處台灣西南沿海偏鄉，近年來氣候變遷，地層下陷，人口老化等衝擊，對當地產業與在地居民健康產生程度不一的影響。

由健康照護起點，生活環境關懷，避免因健康造成殘障甚至生命危害，影響產業經濟，喚起學生重視環境、醫療與健康議題。

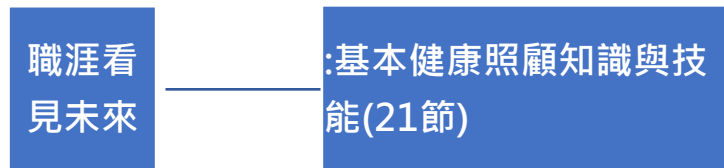
(二)激發學生技藝學習動機，提供符合學生需求、性向與興趣的課程，從做中學學習得到成就感，重拾學習信心。

(三)輔導學生對醫護健康衛生相關行業認識，探索個人生涯意向和職業試探，以利未來繼續高中（職）、五專實用技能班（課程）或其它適性選讀。

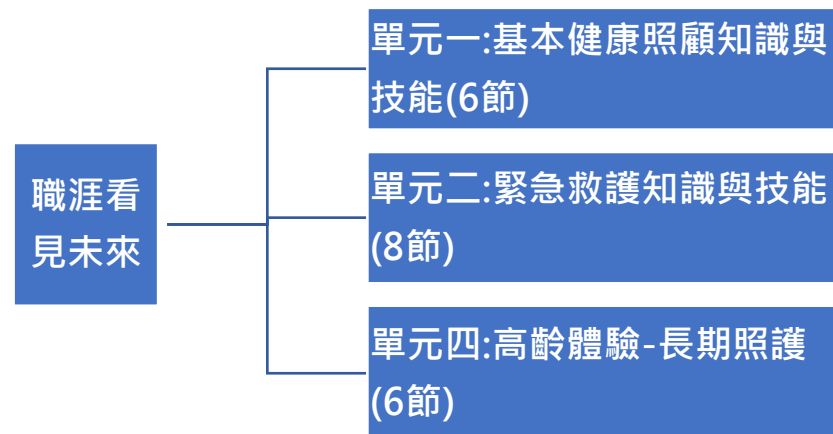
(四)由健康觀點出發，結合在地環境、產業與觀光需求，多角度面向內容適性探索，深化技藝教育扎根。

四、課程架構：

第一學期:



第二學期:



五、本學期課程內涵如下：

第一學期

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1~2 週	基本健康照顧知識與技能-健康與健康促進行為、認識自我職涯探索	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變	健 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 健 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	1. 學生能了解健康促進的概念，並了解生活型態的重要性。 2. 學生能做自我健康檢測。 3. 學生能從健康行為認識自我職涯探索。	1. 健康促進的概念，建立健康生活型態的重要性 2. 檢測健康促進行為 3. 認識自我職涯探索	1. 學習單評量 2. 學生實際操作簡易自我健康檢測	1. 自編教材 2. 學習單
3~4 週	基本健康照顧知識與技能-健康習慣養成	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變	健 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 健 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	1. 學生能對自己的身體健康負責任 2. 學生能對自己的心理健康負責任	1. 如何對自己的身體健康負責任 2. 如何對自己的心理健康負責任 3. 健康攻略王桌遊	1. 學習單評量	1. 自編教材 2. 學習單
5~6 週	基本健康照顧知識與技能-中西醫療趣	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題	健 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 健 1a-IV-4 理解	1. 由遊戲中說明中西醫歷史。 2. 引導學生醫護職涯多元選擇。	1. 了解中西醫學的歷史。 2. 讓學生了解醫護職涯內容。	1. 學生能完成學習單	1. 自編教材
7~8 週	基本健康照顧知識與技能-3D 列印技	A2 系統思考與解決問題 C1	健 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及	1. 學生能了解 3D 列印技術的原理在醫療客製化上的發展。 2. 學生讓了解堆疊技	1. 簡介 3D 列印技術的原理在醫療客製化上的發展 2. 利用實物展示與操作讓同學體會堆疊技術與	1. 學生能完成學習單	1. 自編教材

	術醫療應用	道德實踐與公民意識	減少健康風險的行動。	術在醫學上的應用。	創意發想。		
9~12週	基本健康照顧知識與技能-活用的解剖生理學	A2 系統思考與解決問題 C1 道德實踐與公民意識	健 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	1.學生能了解人體各器官位置與功能。 2.學生能認識常見疾病及併發症	1. 利用人體各系統模型認識器官相關位置和認識器官功能，並就此器官作用探討 2. 常見疾病的發病原因和併發症	1.學生上台指出各器官位置 2.學生討論與發表	1.人體系統模型 2.自編教材
13~15週	基本健康照顧知識與技能-我吃對食物了嗎?	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題	健 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 健 1a-IV-4 理解	1.學生能了解日常飲食正確攝取方法。	1. 瞭解日常飲食攝取正確方法 2. 食物王國大冒險桌遊	1.學生能完成學習單	1.自編教材
16~21	基本健康照顧知識與技能-測量血壓脈搏我最行	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題	綜 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	1.學生能了解生命徵象。 2.學生能實作測量血壓脈搏，並了解測量血壓脈搏的意義。	1. 說明生命徵象相關知識 2. 示範回示測量生命徵象技術	1.學生能實際測量血壓脈搏。	1.血壓測量儀。

※身心障礙類學生: 無

■有-智能障礙 1 人、腦性麻痺 1 人、學習障礙 2 人、身體病弱之全盲生 1 人(一位特教學生助理人員隨班上課)。

※資賦優異學生: 無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

1.無課程調整建議。

2.針對智能與學習障礙學生之教學歷程調整建議:

(1)給予學生之提問或指導建議簡短、明確。

(2)分組活動中，建議教師直接指定特殊生可完成之學習任務。

3.針對腦性麻痺學生之教學歷程調整建議:

(1)無法久站，座椅需有椅背，請師長允許其適當坐下休息。

(2)手部操作較慢，如有太多抄寫或其他手部動作，可指定/允許該生執行特定範圍或步驟即可。

(3)室內外移動速度上較有困難，建議可配合學生進行定點授課，或是其他學生移動，該生不移動等原則規畫活動。

(4)爬樓梯有困難，活動上如需課室間移動，請注意動線是否無障礙。請教師注意其行動安全，可安排同學協助，或是配合其行動速度。

4.針對全盲生之教學歷程調整建議：

(1)可與學生進行簡單题目的口語問答；可安排使其觸摸、操作之活動。

(2)如有單獨操作練習，請教師教導助理老師練習方式，可由助理人員與學生一對一練習。

(3)課室內外移動上之注意適性，同針對腦麻學生之提醒(3)、(4)。

特教老師簽名：謝佳臻

普教老師簽名：阮嘉芳

第二學期

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1~2 週	基本健康照顧知識與技能-健康與健康促進行為	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變	健 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 健 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	1. 學生能了解健康促進的概念。 2. 學生能明白生活型態與健康行為習慣的養成之關聯。 3. 學生能學會簡易檢測健康促進的行動。	1. 健康促進的概念建立 2. 健康生活型態的重要性 3. 檢測健康促進行為	1. 學生能討論後發表	1. 自編教材

3~4 週	<b>緊急救護知識與技能-壓力調適</b>	B1 符號運用與溝通表達 A2 系統思考與解決問題	綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 綜 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	1. 學生能夠藉由觀察了解自己及家人的健康狀況。 2. 學生能學會氧氣操作，並提供家協助。 3. 學生能評估家人狀況，並能臨時應變送家人就醫。	1. 介紹氧氣使用操作/情境病人練習 2. 學習如何幫助家人胸口悶痛時，你該怎麼辦？該如何協助家中大人就醫。	1. 學生情境表演	1. 自編教材
5-6 週	<b>高齡體驗-長期照護-疼惜阿公阿嬤、身歷「老」境</b>	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作	綜 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。 綜 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	1. 讓學生模擬老年所面臨各種生理退化及行動不便狀況。 2. 藉由模擬，讓學生能同理老人的情境，進而能同理。	1. 讓學生了解老年社會及老人照護已經是正在發生，是未來可預見的重要的議題 2. 讓學生能了解老人所面對生活的困難並能同理。	1. 學生能分組演練	1. 自編教材
7-8 週	<b>基本健康照顧知識與技能-按摩身體真舒暢</b>	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 A1 身心素質與自我精進 B3 藝術涵養	綜 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以深化服務情懷。 健 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的	1. 能了解與分享舒緩生活壓力的方法與實用小物。 2. 能手做精油，並學會精油按摩技巧。 3. 能從精油按摩中探究醫學，並讓學生思考中西醫的醫護歷史發	1. 精油使用目的 2. 精油種類與調配 3. 按摩技巧與互相抒壓 4. 由遊戲中說明中西醫歷史，引導學生醫護職涯多元選擇	1. 學生能實做精油 2. 學生能分組演練	1. 自編教材

		與美感素養	概念。 綜 2d-IV-1 運用 創新能力，規劃 合宜的活動，豐 富個人及家庭生 活。	展與職涯選擇。			
9-10 週	基本健康 照顧知識 與技能- 美好新 「視」界	A1 身心素質 與自我精進 A2 系統思考 與解決問題	健 1a-IV-1 理解 生理、心理與社 會各層面健康的 概念。 健 1a-IV-4 理解	1.簡介視力不良意義與 嚴重性。 2.眼睛光明操	1. 讓學生了解視力不良 意義與嚴重性。 2. 示範眼睛光明操。	1.學生能分 組演練	1.自編教 材
11~12 週	緊急救護 知識與技 -我吃的 安全嗎? -社區超 商食品選 擇大PK	B3 藝術涵養與 美感素養 C2 人際關係與 團隊合作	綜 2d-IV-2 欣賞 多元的生活文 化，運用美學於 日常生活中，展 現美感。	1.學生能瞭解飲食與健 康的關係。 2.學生能思考健康飲食 與健康行為。	1. 實用營養學： 五大營養素、營養紅綠 燈、吃對食物才健康。	1.學生能完 成學習單 2.學生能分 組討論並發 表	1.自編教 材
13~14 週	緊急救護 知識與技 能- 急救外傷 簡易處理	A2 系統思考與 解決問題 C2 人際關係 與團隊合作	綜 3a-IV-1 覺察 人為或自然環境 的危險情境，評 估並運用最佳處 理策略，以保護 自己或他人。 綜 1b-IV-2 運用 問題解決策略， 處理生活議題， 進而克服生活逆 境。	1.學生能了解各種傷害 的原因及救護方法。 2.學生能實際操演，並 能擁有簡易緊急救護 的技能。	1. 情境案例模擬練習， 實例操作-燒傷、腳踏車 摔傷	1.學生能分 組操作演練	1.自編教 材
15~16 週	緊急救護 知識與技	A2 系統思考與 解決問題	綜 3a-IV-1 覺察 人為或自然環境	1.新冠肺炎管制措施與 照護指引。	1. 讓學生了解新冠肺炎 及照護知識。	1.學生能分 組操作演練	1.自編教 材。

	能- 新冠肺炎 之自我保 護道	C2 人際關係 與團隊合作	的危險情境，評 估並運用最佳處 理策略，以保護 自己或他人。 綜 1b-IV-2 運用 問題解決策略， 處理生活議題， 進而克服生活逆 境。	2.你洗手洗對了嗎?	2. 示範預防新冠肺炎正 確洗手方式。		
17~20 週	高齡體驗 -長期照 護- 服務學習 III--阿 公阿嬤小 學堂	C1 道德實踐 與公民意識 C2 人際關係 與團隊合作	健 4a-IV-2 自我 監督、增強個人 促進健康的行 動，並反省修 正。 健 4a-IV-3 持續 地執行促進健康 及減少健康風險 的行動。	1.能了解家中長輩用藥 安全與習慣。 2.能關懷與觀察家中長 輩身體狀況，並學習 簡易的清潔、按摩與 護理，舒緩長輩的不 舒適。	1. 關心長輩吃藥吃對 了。 2. 協助按摩長輩。 3. 協助長輩清潔臉部、 手部與足部護理。	1.學生能分 組演練。	1.自編教 材。

※身心障礙類學生: 無

■有-智能障礙 1 人、腦性麻痺 1 人、學習障礙 2 人、身體病弱之全盲生 1 人(一位特教學生助理人員隨班上課)。

※資賦優異學生: 無

有-(自行填入類型/人數, 如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

1.無課程調整建議。

2.針對智能與學習障礙學生之教學歷程調整建議:

(1)給予學生之提問或指導建議簡短、明確。

(2)分組活動中,建議教師直接指定特殊生可完成之學習任務。

3.針對腦性麻痺學生之教學歷程調整建議:

- (1)無法久站，座椅需有椅背，請師長允許其適當坐下休息。
- (2)手部操作較慢，如有太多抄寫或其他手部動作，可指定/允許該生執行特定範圍或步驟即可。
- (3)室內外移動速度上較有困難，建議可配合學生進行定點授課，或是其他學生移動，該生不移動等原則規畫活動。
- (4)爬樓梯有困難，活動上如需課室間移動，請注意動線是否無障礙。請教師注意其行動安全，可安排同學協助，或是配合其行動速度。

4.針對全盲生之教學歷程調整建議：

- (1)可與學生進行簡單題目的口語問答；可安排使其觸摸、操作之活動。
- (2)如有單獨操作練習，請教師教導助理老師練習方式，可由助理人員與學生一對一練習。
- (3)課室內外移動上之注意適性，同針對腦麻學生之提醒(3)、(4)。

特教老師簽名：謝佳臻

普教老師簽名：阮嘉芳

註：

- 1.請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。
- 2.社團活動及技藝課程每學期至少規劃4個以上的單元活動。