

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

113 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：蘇俊益 (表十二之一)

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：(請參閱本縣課程計畫平台公告範例)

第一學期:

第二學期:



五、本學期課程內涵
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 (學習活動內容及實施方式)	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	A1 身心素質與自我精進	健 1a-IV-1 理解生理、	1. 學生能了解健	1. 健康促進的概念，建立健康生活型態的重要性	1. 學習單評量	1. 自編教材學習單

	能- 健康與健康 促進行為、 認識自我職 涯探索	A2 系統思考 與解決問題 A3 規劃執行 與 創新應變	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。	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。 學生能從健 康行為認識 自我職涯探 索。	2. 檢測健康促進行為 認識自我職涯探索	學生實際操 作簡易自我 健康檢測	
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	基本健康照	A1 身心素質	健 1a-IV-1	1. 由遊戲中	1. 了解中西醫學的歷史。	1.學生能完	1.自編教材

週	願知識與技能- 中西醫療趣	與自我精進 A2 系統思考 與解決問題	理解生理、 心理與社會 各層面健康 的概念。 健 1a-IV-4 理解	說明中西 醫歷史。 2. 引導學生 醫護職涯 多元選 擇。	讓學生了解醫護職涯內容。	成學習單	
7~8 週	基本健康照 願知識與技 能- 3D 列印技術 醫療應用	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 3D 列印技 術的原 理在醫 療客製 化上的 發展。 學生讓了解 堆疊技術在 醫學上的應 用。	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創意發想。	1. 學生能完成學習單	1. 自編教材
9~12 週	基本健康照 願知識與技 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	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	的行動。 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。
<p>※身心障礙類學生: <input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙(3)人</p> <p>※資賦優異學生: <input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 給予學生之提問或指導建議簡短、具體。 2. 操作活動中，建議分步驟執行，並先由師長或同儕示範後進行，亦可由師長或指定同儕提示或協助。 3. 分組活動中，建議教師直接指定特殊生可完成之學習任務。 							

特教老師簽名：謝佳臻

普教老師簽名：蘇俊益

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。 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 檢測健康促進行為	學生能討論後發表	自編教材
3~4週	緊急救護知識與技能- 壓力調適	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	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	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

			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。	家協助。 3.學生能評估家人狀況，並能臨時應變送家人就醫。			
5-6週	高齡體驗-長期照護- 疼惜阿公阿嬤、身歷「老」境	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。 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 讓學生能了解老人所面對生活的困難並能同理。	學生能分組演練	自編教材
7-8週	基本健康照顧知識與技能- 按摩身體真舒暢	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係	綜 3b-IV-1 落實社會服務的關懷行動，以	1.能了解與分享舒緩生活壓力的方法與實用小	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	1.學生能實做精油 2.學生能分	1.自編教材

		與團隊合作 A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	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。	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 展與職涯選擇。	4. 由遊戲中說明中西醫 歷史，引導學生醫護職 涯多元選擇	組演練	
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。 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	緊急救護知識與技能- 新冠肺炎之自我 保護道	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	1.新冠肺炎管制 措施與照護指 引。 2.你洗手洗對了 嗎?	1. 讓學生了解新冠肺炎 及照護知識。 2. 示範預防新冠肺炎正 確洗手方式。	1.學生能分 組操作演練	1.自編教 材。

			略，處理生活議題，進而克服生活逆境。				
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。
<p>※身心障礙類學生: <input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙(3)人</p> <p>※資賦優異學生: <input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 給予學生之提問或指導建議簡短、具體。 2. 操作活動中，建議分步驟執行，並先由師長或同儕示範後進行，亦可由師長或指定同儕提示或協助。 3. 分組活動中，建議教師直接指定特殊生可完成之學習任務。 <p style="text-align: right;">特教老師簽名：謝佳臻 普教老師簽名：蘇俊益</p>							

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。