

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

113 學年度嘉義縣梅山國民中學 九 年級第 一、二 學期彈性學習課程 梅好技藝-家政職群 教學計畫表 設計者：陳怡伶 老師

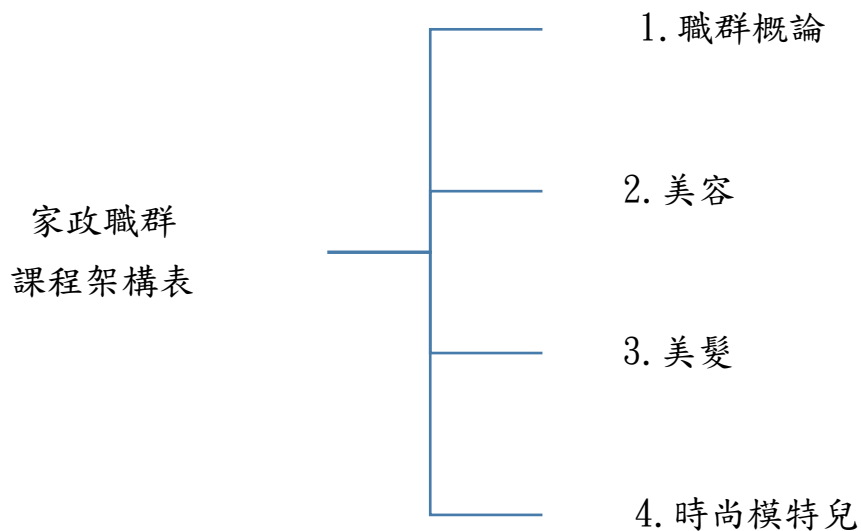
一、課程四類規範(一類請填一張)

1. ☐ 統整性探究課程 (☐ 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：3 節

三、課程設計理念：基於職業試探的理念，課程主要為試探性質，實作多於理論，使學生可多一些實務之學習，以加深對職業生涯的認識，並培養對工作倫理與職業道德的認識。

四、課程架構：



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
第 1 週	家政職群之基本介紹及職業安全與道德	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識家政職群。 2. 認識家政職群的基本技能及未來生涯進路發展。 3. 瞭解正確工作態度及職業道德的重要性。	職群概論、工廠安全 (融入交通安全教育)	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 2 週	皮膚保養	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	臉部基礎清潔	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 3 週	皮膚保養	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	臉部基礎清潔	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 4 週	臉部的按摩	A1 身心素質與自我精進	1c-IV- 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。2	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	基本按摩技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 5 週	臉部的按摩	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	基本按摩技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材

第 6 週	皮膚保養	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	敷面技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 7 週	皮膚保養 (第一次段考)	A1 身心素質與自我精進 (第一次段考)	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。(第一次段考)	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 (第一次段考)	敷面技巧(第一次段考)	1. 學習單 2. 實作評量 (第一次段考)	自編自選教材 (第一次段考)
第 8 週	按摩服務與實作	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	肩頸按摩技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 9 週	按摩服務與實作	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	肩頸按摩技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 10 週	按摩服務與實作	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	刮痧技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 11 週	按摩服務與實作	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	刮痧技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材

第 12 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	職群概論 色相環技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 13 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	紙藝設計	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 14 週	紙上化妝 (第二次段考)	B3 藝術涵養與美感素養 (第二次段考)	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 (第二次段考)	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 (第二次段考)	面具設計技巧 (第二次段考)	1. 學習單 2. 實作評量 (第二次段考)	自編自選教材 (第二次段考)
第 15 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	紙藝設計	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 16 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	紙圖彩妝技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 17 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	紙圖彩妝技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材 自編自選教材

第 18 週	基礎化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	一般彩妝技巧	1. 學習單 2. 實作評量	
第 19 週	基礎化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	一般彩妝技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 20 週	基礎化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	一般彩妝技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 21 週	基礎化妝 (第三次段考)	B3 藝術涵養與美感素養 (第三次段考)	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 (第三次段考)	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 (第三次段考)	發表與討論 (第三次段考)	1. 學習單 2. 實作評量 (第三次段考)	自編自選教材 (第三次段考)

※身心障礙類學生：☐無

■有-智能障礙(2)人、學習障礙(0)人、聽覺障礙(0)人、自閉症(1)人、(自行填入類型/人數)

※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. 請老師分組時安排加入熱心與接納的組別一同學習。
2. 座位安排盡量在前面容易看得到的地方，較易掌握該生活動狀況。
3. 提供成功經驗，增加成就感。
4. 三-1 陳生，操作類有興趣，個性較為衝動，特別注意安全。

5. 三-3 余生為智能障礙，平常對美容美髮手作類有興趣，在學習上需要較多的提示與示範協助，費生為自閉症理解不錯，平常也對美容美髮有興趣，能跟著完成。

6. 課程較難的部分都請課程調整，例如：簡化學習單內容，仿做。

特教老師簽名：鄭乃云老師、戴文玲老師

普教老師簽名：陳怡伶老師

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 (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
第 1 週	家政職群之基本介紹及職業安全與道德	A1 身心素質與自我精進	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識家政職群。 2. 認識家政職群的基本技能及未來生涯進路發展。 3. 瞭解正確工作態度及職業道德的重要性。	職群概論 工廠安全	1. 學習單 2. 實作評量	自編 自選教材
第 2 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。	職群概論 色相環技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編 自選教材
第 3 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 3. 習得化妝的創作及應用能力。	面具設計技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編 自選教材

第 4 週	紙上化妝	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 3. 習得化妝的創作及應用能力。	紙藝設計	1. 學習單 2. 實作評量	自編 自選教材
第 5 週	指甲彩繪	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 3. 習得化妝及指甲彩繪的創作及應用能力。	指甲彩繪(紙圖) 技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 6 週	指甲彩繪	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 3. 習得化妝及指甲彩繪的創作及應用能力。	指甲彩繪技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 7 週	指甲彩繪 (第一次段考)	B3 藝術涵養與美感素養 (第一次段考)	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 (第一次段考)	1. 認識美容的基本知識。 2. 習得皮膚保養、按摩、化妝的基本操作方法。 3. 習得化妝及指甲彩繪的創作及應用能力。 (第一次段考)	晶鑽彩繪技巧 (第一次段考)	1. 學習單 2. 實作評量 (第一次段考)	自編自選教材 (第一次段考)

第 8 週	洗髮技巧 與實作	B3 藝術涵養與 美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與 未來發展，提升 個人價值與生命 意義。	1. 認識美髮的基本知 識。 2. 習得按摩、洗髮、 編髮及電鉗操作的 基本技能。	洗髮技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 9 週	吹風的基本 技巧	B3 藝術涵養與 美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與 未來發展，提升 個人價值與生命 意義。	1. 認識美髮的基本知 識。 2. 習得按摩、洗髮、 編髮及電鉗操作的 基本技能。	吹風技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 10 週	護髮技巧 與實作	B3 藝術涵養與 美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與 未來發展，提升 個人價值與生命 意義。	1. 認識美髮的基本知 識。 2. 習得按摩、洗髮、 編髮及電鉗操作的 基本技能。	護髮技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 11 週	編髮的技 巧與實 作	B3 藝術涵養與 美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與 未來發展，提升 個人價值與生命 意義。	1. 認識美髮的基本知 識。 2. 習得按摩、洗髮、 編髮及電鉗操作的 基本技能。	編髮技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 12 週	梳髮的技 巧與實 作	B3 藝術涵養與 美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與 未來發展，提升 個人價值與生命 意義。	1. 認識美髮的基本知 識。 2. 習得按摩、洗髮、 編髮及電鉗操作的 基本技能。	梳髮技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 13 週	整髮的技 巧與實 作	B3 藝術涵養與 美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與 未來發展，提升 個人價值與生命 意義。	1. 認識美髮的基本知 識。 2. 習得按摩、洗髮、 編髮及電鉗操作的 基本技能。	整髮技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材

第 14 週	電鉗操作的技巧與實作 (第二次段考)	B2 科技資訊與媒體素養 (第二次段考)	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 (第二次段考)	1. 認識美髮的基本知識。 2. 習得按摩、洗髮、編髮及電鉗操作的基本技能。 (第二次段考)	標準冷燙技巧 (第二次段考)	1. 學習單 2. 實作評量 (第二次段考)	自編自選教材 (第二次段考)
第 15 週	電鉗操作的技巧與實作	B2 科技資訊與媒體素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美髮的基本知識。 2. 習得按摩、洗髮、編髮及電鉗操作的基本技能。	直立燙技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 16 週	電鉗操作的技巧與實作	B2 科技資訊與媒體素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 認識美髮的基本知識。 2. 習得按摩、洗髮、編髮及電鉗操作的基本技能。	電棒技巧	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 17 週	創意整體造型設計	B3 藝術涵養與美感素養	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。	1. 增進對美容的學習興趣並建立良好工作態度。 2. 增進對美髮的學習興趣並建立良好工作態度。	創意整體造型設計	1. 學習單 2. 實作評量	自編自選教材
第 18 週	畢業週	畢業週	畢業週	畢業週	畢業週	畢業週	畢業週

※身心障礙類學生：☐無

■有-智能障礙(2)人、學習障礙(0)人、聽覺障礙(0)人、自閉症(1)人、(自行填入類型/人數)

※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. 請老師分組時安排加入熱心與接納的組別一同學習。
2. 座位安排盡量在前面容易看得到的地方，較易掌握該生活動狀況。

3. 提供成功經驗，增加成就感。
4. 三-1 陳生，操作類有興趣，個性較為衝動，特別注意安全。
5. 三-3 余生為智能障礙，平常對美容美髮手作類有興趣，在學習上需要較多的提示與示範協助，費生為自閉症理解不錯，平常也對美容美髮有興趣，能跟著完成。
6. 課程較難的部分都請課程調整，例如:簡化學習單內容，仿做。

特教老師簽名：鄭乃云老師、戴文玲老師

普教老師簽名：陳怡伶老師

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。