

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。 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。	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。	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	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 3. 學生能運 用最佳處理	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

			略、資源與規範。 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。	策略，以保護自己或他人。			
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 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	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。 3. 學生能運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	1. 了解中西醫學的歷史。 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

			自己或他人。				
7~8週	基本健康照顧知識與技能-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。 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 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	健 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促	1. 學生能了解人體各器官位置與功能。 2. 學生能認	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

		道德實踐 與公民意識	進健康及減少健康風險的行動。	識常見疾病及併發症			
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 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. 學生能了解日常飲食正確攝取方法。 2. 學生能運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	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	1. 學生能了解生命徵象。 2. 學生能實作測量血壓脈搏，並了	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。

			略，以保護自己或他人。 健 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	解測量血壓脈搏的意義。			
<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>							

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。 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。	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 覺察人為或自然	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。	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

			<p>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。</p>	<p>3. 學生能評估家人狀況，並能臨時應變送家人就醫。</p> <p>4. 學生了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p>			
5-6週	<p>高齡體驗-長期照護- 疼惜阿公阿嬤、身歷「老」境</p>	<p>C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p>	<p>1. 讓學生模擬老年所面臨各種生理退化及行動不便狀況。</p> <p>2. 藉由模擬，讓學生能同理老人的情境，進而能同理。</p> <p>3. 學生了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p>	<p>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</p> <p>讓學生能了解老人所面對生活的困難並能同理。</p>	<p>學生能分組演練</p>	<p>自編教材</p>

			健 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。				
7-8週	基本健康照顧知識與技能- 按按身體真舒暢	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 藝術涵養與美感素養	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。 健 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健	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展與職涯選擇。	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

			康風險的行動。				
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 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。	1.簡介視力不良意義與嚴重性。 2.眼睛光明操 3.學生了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	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。 健 4a-IV-3 持續地執行促進	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

			健康及減少健康風險的行動。				
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。 學生了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	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	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。

			己或他人。 綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題				
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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 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。	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。 3. 尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	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> <p>1. 給予學生之提問或指導建議簡短、具體。</p> <p>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。</p>							

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

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。