

114 學年度嘉義縣新港國民中學七、八年級第一二學期彈性學習課程教學計畫表 設計者：陳玟君 (表十二之一)

一、課程名稱：生活職人

二、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

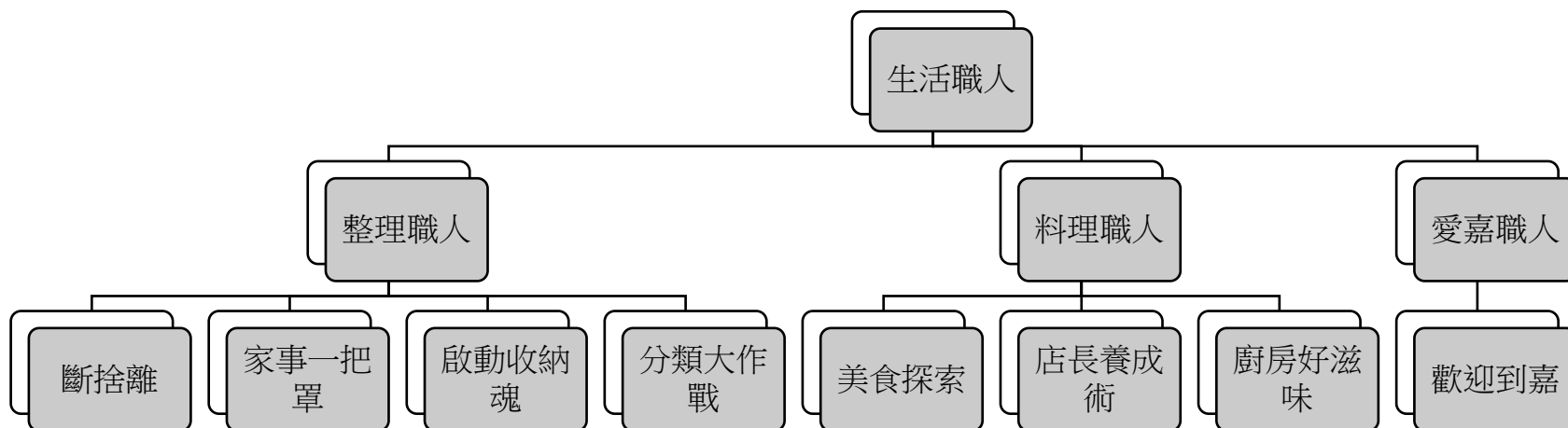
三、本課程每週學習節數：1 節

四、課程設計理念：

1、促進學生獨立自主的能力，搭配學校願景，讓學生能成為更好的自己。

2、自理能力下包含照顧自己和照顧環境，搭配學校願景，培養生命智慧和生活美感。

五、課程架構：(請參閱本縣課程計畫平台公告範例，需呈現領域規劃)



六、課程目標：整個學期的課程主要內涵及發展方向。

七、配合融入之領域或議題(有勾選的務必出現在學習表現)：

<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育
---	---

八、本學期課程內涵  
第一學期

教學進度	單元/主題名稱	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
1-5	斷捨離！	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題。(重整) 議題融入 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	1、運用斷捨離策略，處理日常雜物議題。 2、能妥善辨別日常雜物，師生共同規畫日常活動空間。	一、斷捨離 1、介紹斷捨離概念。 2、說明斷捨離的步驟。 3、請學生回答斷捨離的相關問題。 二、斷捨離實作 1、複習斷捨離概念與步驟。 2、帶領學生依斷捨離步驟完成生活雜物整理。 三、資源回收 1、參觀學校資源回收場，了解資源回收的分類與流程。 2、依學校的分類方式把可回收的物品進行資源回收。	實作評量： 1、能依教師指定完成斷捨離步驟。 2、能依分類原則將雜物資源回收。	網路影片：如何開始斷捨離  簡單生活的 5 個正確步驟
6-10	啟動收納魂	J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能	綜 2d-IV-1 合作下進行合宜的活動，豐富個人	1、與人合作下依建議佈置空間，豐富個人生活。	一、物品分類與標示 1、請學生合作將要上架的用品依資料、	實作評量： 1、能與人分工合	

		<p>力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。</p>	<p>及家庭生活。 (重) 議題融入 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p>		<p>各科用具、活動用品等方向分類。 2、請學生合作使用便利貼和紙筆記錄每一箱裡的用品。 3、請學生合作製作標籤貼製作在外箱記錄每一箱的用品。 二、生活空間測量 1、說明如何測量長度。 2、練習測量和記錄長度。 3、請學生合作測量和記錄貨架長度。 三、收納用品採買 1、請學生合作計算和記錄所需收納用品的大小與數量。 2、請學生合作計算和記錄要採買的收納用品所需的金額。 3、介紹常見的大賣場與販賣的商品種類。 4、說明採買的流程、</p>	<p>作完成指令內容。 2、能依建議或指令將物品分類、上架。 3、能與人合作記錄數量、長度……等資訊。 4、能在賣場找到所需採買的用品。</p>	
--	--	---	--	--	--	--	--

					<p>說明商品擺放原則，請學生在賣場找到所需的收納用品。</p> <p>四、日常用品上架</p> <p>1、依引導和指令將物品放入收納箱，並將之前製作好的標籤貼在收納箱外。</p> <p>2、引導學生依資料、各科用具、活動用品等分類將物品上架。</p>		
11-15	店長養成術	J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	<p>高組： 數 d-IV-1 理解表格內每樣物品的數量，並統計出總量，最後能說出總量結果。 (重)</p> <p>數 n-IV-4 能用正比的概念解決日常生活問題 (重)</p>	<p>高組：</p> <p>1、能統計每樣商品的總量，並把結果正確說出。</p> <p>2、能用正比的概念計算需要食材量。</p> <p>3、能依據食譜完成成品。</p> <p>4、能依據步驟組合完成成品和訂購袋的黏貼。</p>	<p>一、訂單統計和備料計算</p> <p>1、上課開始前，老師說明，接下來我們要開店當店長，會有備料、製作、開店販售、分裝、配送等單元。</p> <p>2、引導學生分工統計目前訂單。</p> <p>3、引導學生分工依食譜和製做的總量計算所需的材料量。</p> <p>4、引導學生分工盤點已有</p>	<p>實作評量：</p> <p>高組：</p> <p>1、能正確統計每樣商品的總量。</p> <p>2、能依表格記錄的內容正確說出。</p>	

			<p>特職 3-III-2 依據不同分類架構進行排列整理。</p> <p>特職 3-IV-1 閱讀手冊進行操作工作。</p> <p>特職 3-IV-2 依據步驟組合完成成品。</p> <p>特職 3-III-1 表現移動與負重能力完成指定工作。</p> <p>低組： 特職 3-III-4 依據工作項目維持適當專注時間。</p> <p>特職 3-IV-2 依</p>	<p>5、能依訂購表格分裝每袋訂購內容。</p> <p>6、能依收貨地點分類每筆訂單。</p> <p>7、能運送商品並送達收貨人手中，並請對方完成簽收。</p> <p>低組： 1、能依據被分配到的工作維持適當的專注時間。</p> <p>2、能依據步驟組合完成成品和訂購袋的黏貼。</p> <p>3、能運送商品並送達收貨人手中，並請對方完成簽收。</p>	<p>材料</p> <p>5、引導學生分工計算待採買材料。並列成購物清單。</p> <p>二、分工合作製作成品</p> <p>1、引導學生依食譜分工完成成品。</p> <p>三、商品分裝</p> <p>1、老師示範如何依訂單內容分裝。</p> <p>2、高組依訂單分裝，低組由老師協助指導。</p> <p>四、配送</p> <p>1、老師示範如何依訂購人收貨地點分類訂單。</p> <p>2、指導學生依收貨地點分類訂單</p> <p>3、分組送貨並請對方簽收訂購商品；高組學生送貨，低組由老師帶領。</p>	<p>3、能依食譜正確完成成品。</p> <p>4、能依訂購表格分裝每袋訂購內容。</p> <p>5、能正確依收貨地點分類每筆訂單。</p> <p>6、能正確運送商品並送達收貨人手中</p> <p>7、送貨後，能請對方簽收。</p> <p>低組： 8、能依據</p>	
--	--	--	---	--	---	---	--

			<p>據步驟組合完成成品。</p> <p>特職 3-III-1 表現移動與負重能力完成指定工作。</p>			<p>被分配到的工作維持適當的專注時間。</p> <p>9、能依據步驟組合完成成品和訂購袋的黏貼。</p> <p>10、能正確運送商品並送達收貨人手中</p> <p>11、送貨後，能請對方簽收。</p>	
16-20	美食探索	J-A1 具備良	高組	高組	一、美食 DIY	實作評量：	

		<p>好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p>	<p>特生 1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。</p> <p>特生 1-sA-1 烹調用具使用前後能清洗潔淨。</p> <p>特生 1-sA-2 使用適當方式加熱、沖泡、烹調簡易餐食。</p> <p>特生 1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理。</p> <p><b>低組</b></p> <p>特生 1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。</p> <p>特生 1-sP-4 表</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、能辨別廚房常用的烹調用具。</li> <li>2、能依指令進行食物烹調前的處理。</li> <li>3、能依指令進行食物簡易烹調。</li> <li>4、能依指令進行廚房的清洗及收納。</li> </ol> <p><b>低組</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、協助下能進行餐前準備。</li> <li>2、能把碗裡的飯菜吃完而不灑落。</li> <li>3、協助下能進行餐後整理。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、材料和工具介紹，並詢問學生有工具製作過的料理。</li> <li>2、說明製作主題。</li> <li>3、教師示範</li> <li>4、學生個別操作，教師在旁協助。</li> <li>5、享用並分享成果。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、學生能依指令進行食物和工具在烹調前的處理和清洗。</li> <li>2、學生能依指令進行食物烹調。</li> <li>3、學生能依指令進行食物烹調後的清潔。</li> <li>4、能表現出合宜的用餐禮儀。</li> </ol>	
--	--	---	---	--	--	--	--

			現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理				
<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p>■有-智能障礙(2)人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症(1)人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1. 實作搭配口訣或步驟化提示。</p> <p>2. 先觀察並分享觀察到的，再看老師示範，再由學生練習。</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名：陳玟君(打字即可)</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：(打字即可)</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
1-5	分類大作戰!	J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能	特職 3-III-2 依據不同分類架構進行排列整理。	1、依據廚房用品、用途進行排列整理。 2、能運用標籤紙和告	活動一：分門別類 1、帶領學生到餐飲教室，請學生把所有工	實作評量： 1、能依指令分類	

		<p>力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。</p>	<p>(綜合)1b-IV-2 (簡)運用問題解決策略，處理生活議題。</p> <p>議題融入 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p>	<p>示牌提醒大家物品的歸位位置。</p> <p>3、能製作物品清單來處理物歸原位的問題。</p> <p>4、運用廚房工具，規畫每個物品的放置位置。</p>	<p>具都擺放在桌上。</p> <p>2、請學生把相同的工具擺放在一起。</p> <p>3、請學生把工具依使用情境、類型或大小分類擺放。</p> <p>活動二：物品清單</p> <p>1、老師準備學習單。</p> <p>2、老師引導學生說出每一箱的內容物和大分類。</p> <p>3、請高組學生記錄每一箱的內容物，形成物品清單。</p> <p>活動三：貼標籤</p> <p>1、老師示範如何使用標籤機。</p> <p>2、高組學生打字。</p> <p>3、低組學生整理空間和在指定的位置貼上標籤紙。(工具和開關標示)</p> <p>活動四：告示牌</p> <p>1、老師以圖片介紹什麼是告示牌。</p>	<p>廚房用品。</p> <p>2、能正確操作標籤機。</p> <p>3、能依指定內容正確打字。</p> <p>4、能依指令完成適當的排版。</p> <p>5、能在指定位置貼上標籤和告示牌。</p> <p>6、能依指令操作護貝機。</p>	
--	--	---	--	--	---	---	--

					<p>2、說明教室是公共空間，使用規則需要大家一起維護，就像訂班規一樣大家一起遵守。</p> <p>3、與學生一同討論使用餐飲教室的規則有哪些。</p> <p>4、高組學生使用軟體製作教室守則，低組學生使用護貝機護貝守則。</p> <p>5、引導學生將守則張貼在教室顯眼處。</p>		
6-10	家事一把罩	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。	<p>(綜合)1c-IV-2 (簡)探索工作世界，提升個人價值與生命意義。</p> <p>(綜合)1b-IV-2 (簡)運用問題解決策略，處理生活議題。</p>	<p>1、能依指令清潔窗戶、桌面、地板。</p> <p>2、能依檢核表清潔個人座位區。</p> <p>3、能依指令清潔冰箱。</p> <p>4、能依指令進行清潔後器材的整理與歸位。</p>	<p>活動一：</p> <p>1、老師示範今天要打掃的工作。</p> <p>2、學生練習。</p> <p>3、老師依學生表現給予協助。</p> <p>4、指導學生進行場地恢復和善後。</p> <p>活動二：</p>	<p>實作評量：</p> <p>1、能聽從老師的指令完成教室清潔。</p> <p>2、協助下能進行清潔工作。</p>	

			<p>特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。</p> <p>特職 3-III-2 依據不同分類架構進行排列整理。</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p>		<p>1、老師示範和說明檢核表上個人座位區的清潔範圍和工作項目。</p> <p>2、學生依檢核表項目逐項完成。</p> <p>完成後老師檢查，並依狀況給予改進建議。</p>	<p>觀察評量：</p> <p>1、能不用提醒而主動做下一步的清潔工作。</p> <p>2、能依老師建議進行加強清潔。</p>	
11-15	廚房好滋味	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	<p>(綜合)1c-IV-2 (簡)探索工作世界，提升個人價值與生命意義。</p> <p>特職 4-IV-3 使用安全防護配備。</p> <p>特社 3-IV-3 配合老師的指令，</p>	<p>1、探索攤販的工作世界，提升個人價值與生命意義。</p> <p>2、操作機台時能全程戴隔熱手套。</p>	<p><b>活動一</b>：爆米花的故事</p> <p>1、說明爆米花的由來。</p> <p>2、介紹爆米花的基礎原料：玉米粒、油、糖。</p> <p>3、說明爆米花的原理：</p> <p>4、說明爆米花不成功可能的原因：溫度不夠或玉米粒太老。</p> <p><b>活動二</b>：爆米花機觀察家</p> <p>1、請學生觀察爆米花機</p>	<p>實作：</p> <p>1、能操作爆米花機製作爆米花</p> <p>2、協助下能製作爆米花的宣傳單。</p>	<p>網路資源：「<a href="#">爆米花是怎麼產生的？為什麼玉米粒爆開時會發出砰一聲？</a>」</p>

		<p>遵守不同學習情境和器材的使用規則與安全。</p> <p>特職 3-IV-2 依據步驟組合完成成品。</p> <p>(自然) po-IV-1(簡) 能從學習活動及日常經驗中，進行各種有計畫的觀察，進而能察覺問題。</p> <p>(科技) 運 m-V-2 (重整)能利用資訊科技創作製作文宣。</p>	<p>3、能依步驟完成食品。</p> <p>4、面對沒經驗過的事物(如：爆米花機、爆鍋、抽屜等)能先進行由外到內的觀察，並說明可能的功能。</p> <p>2、能用 canva 製作爆米花的文宣</p>	<p>的外觀和內部構造。</p> <p>2、請學生輪流分享觀察到的構造。</p> <p>3、老師從外到內介紹每一個構造(開關、壓克力板和平台、爆鍋、抽屜)。</p> <p>4、老師示範如何拆下爆鍋。</p> <p>5、學生練習拆下爆鍋。</p> <p>6、老師示範如何抽取抽屜。</p> <p>7、學生練習抽取抽屜。</p> <p><b>活動三</b>：開爆啦</p> <p>1、介紹材料和工具。</p> <p>材料：玉米粒、油、糖。</p> <p>工具：勺子3支(下玉米粒、下油、下糖各1支，共3支)、隔熱手套、鍋子2(裝不良品和成品各1)、鏟子(盛裝爆</p>	
--	--	---	--	--	--

					<p>米花用)、濕抹布 2 條 (擦爆鍋用)、刷子(清除黏鍋的玉米粒)</p> <p>2、老師示範如何操作。</p> <p>(1)戴：戴上隔熱手套，穿圍裙，直到換人或結束操作才可脫下。</p> <p>(2)開：首次打開電熱開關，等加熱燈熄了，預熱完成(約 10~15 分鐘)，即可開始製作爆米花。</p> <p>(3)油：開啟攪拌馬達，加入奶油使其均勻溶解。(奶油約 50 公克)</p> <p>(4)玉：加入玉米粒(玉米粒約 100 公克)</p> <p>(5)糖：爆開第一聲後加入糖(白特砂糖約 100 公克)</p> <p>(6)倒：等到爆米花全部爆開後(沒聽到聲音時)，便可以把在鍋子中的爆米花倒出，並用矽</p>	
--	--	--	--	--	---	--

					<p>膠刮刀清除黏鍋的玉米粒。</p> <p>(7)挑：挑出焦黑的爆米花</p> <p>(8)拌：用鍋鏟把爆米花拌一拌，讓玉米渣掉入抽屜。</p> <p>(9)鏟：把爆米花鏟出大鍋子。</p> <p>(10)擦：用濕布擦拭鍋子(小心注意燙傷)蓋回上蓋即可。</p> <p>(11)洗：清洗濕抹布，待下一鍋備用</p> <p>(12)倒：將抽屜裡的玉米渣倒入不良品鍋內。</p> <p>3、學生練習。</p> <p>4、學生練習到精熟後，由學生操作，老師在旁提醒。</p> <p>活動四：廣告單製作 繪本：零用錢大作戰。 使用軟體：Canva</p>	
--	--	--	--	--	--	--

					廣告單內容： 1、要推銷的主角。 2、價錢 3、販售地點 4、醒目標語		
16-20	歡迎到嘉！	J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	家 J11 (減)執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 品 J8 理性溝通與問題解決。 戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 (綜合)3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，執行合宜的戶外活動。(減)特生 2-sP-12 培	1、認識身障資源與福利：愛心卡與公立景點門票優惠。 2、認識參訪地點。 3、積極參與班遊活動。 4、能分享班遊心得。	活動一：身障資源與福利 1' 引用「嘉義縣社會局」上的公開訊息，介紹身障資源與福利，包含：愛心卡與公立景點門票優惠。 2. 學生回答身障資源與福利相關問題。  活動二：旅行編織夢 1. 老師簡介嘉義縣在地旅遊景點。如：嘉大昆蟲館、北迴一館、北迴二館、獨角仙牧場、月桃故事館、冰的大本營、金桔觀光工廠、綠盈牧場、旺萊山鳳梨文	1、觀察：在班上時能踴躍參與討論。 2、觀察：校外教學時可擔當「神旅伴」。	嘉義縣社會局：身障資源與福利  各景點的網路遊記、門票、地點等介紹。

			<p>養對休閒活動的認識與興趣。</p> <p>特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。</p>		<p>化園區等。</p> <p>2. 給學生門票、地點等資訊請學生回答相關問題。</p> <p>3. 票選班上最愛景點。</p> <p><b>活動三</b> 成為一個神旅伴</p> <p>1、引導語：一群人一同出遊無疑是件快樂的事，不過，過程中總是有「人為」的突發狀況，以下讓我們來看看有哪些行為，是旅遊時伙伴們公認的神旅伴吧！</p> <p>2、舉例說明下列神隊友特質，也引導學生發表經驗：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 一起做功課，分擔工作的人。</li> <li>● 能誠實說明自己的期待和需求，一起討論後決定行動的人。</li> </ul>	
--	--	--	--	--	--	--

					<ul style="list-style-type: none"><li>● 喜歡省省的旅行，但不會錙銖必較只以省錢為目標的人。</li><li>● 遇到事情不會一直抱怨，而是想辦法解決問題的人。</li><li>● 和我興趣相投，同樣喜愛冒險也享受緩慢步調的人。</li><li>● 獨立自主，能一起也能各自活動的人。</li><li>● 樂於敞開心胸，觀察世界的人。</li><li>● 願意保持彈性，互相配合與尊重的人。</li></ul> <p>3、教師總結歸納： 想要有皆大歡喜的旅遊記憶，便從自身不當「雷旅伴」做起，每一次的旅遊都是一次童軍小隊</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--

					<p>分工及合作的具體展現，希望大家都可以成為其他人心目中的「神隊友」及「神旅伴」。</p> <p><b>活動四</b>：班遊 GO</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、行前裝備檢查。</li> <li>2、整隊出發。</li> <li>3、積極參與活動。</li> <li>4、平安回家</li> </ol> <p><b>活動五</b>：班遊回顧</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 照片回顧。</li> </ol> <p>列印喜愛的照片製作一日遊之遊記。</p>		
<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p>■有-智能障礙(2 )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症(1)人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實作搭配口訣提示。</li> </ol>							

2. 先觀察並分享觀察到的，再看老師示範，再由學生練習。

特教老師簽名：陳玟君(打字即可)

普教老師簽名：(打字即可)

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。