

新北市 丹鳳 高級中學(國中部)113 學年度 七八 年級第 1 學期 校訂 課程計畫 設計者： 陳若懿

一、課程類別：(請勾選並於所勾選類別後填寫課程名稱)

1. ☐ 統整性主題/專題/議題探究課程：_____
2. ☐ 社團活動與技藝課程：_____
3. ☒ 特殊需求領域課程： 生活管理
4. ☐ 其他類課程：_____

二、課程精進：(本學期新創課程免填)

上一學期課程審閱意見	本學期課程精進內容
通過	

✍ 上述表格自 113 學年度起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☆ 本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

三、學習節數：每週(1)節，實施(22)週，共(22)節

四、課程內涵：(至多勾選3項)

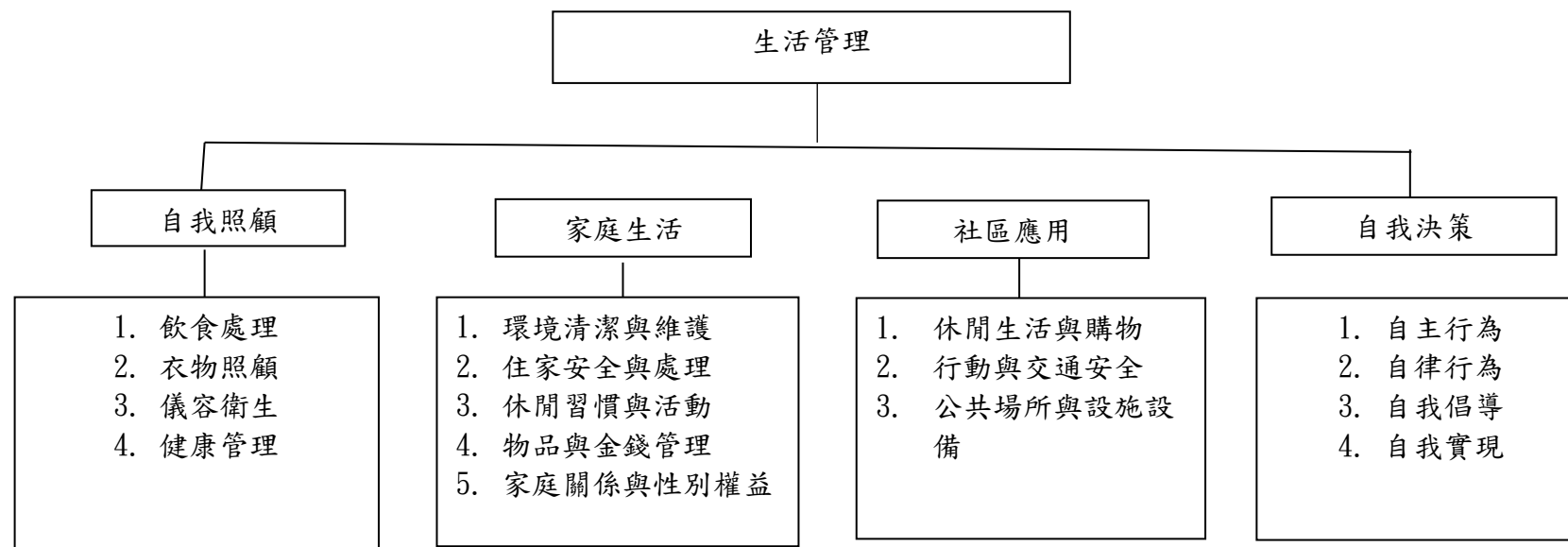
總綱核心素養	學習目標
依總綱核心素養項目及具體內涵勾選。 ☒ A1身心素質與自我精進 ☐ A2系統思考與解決問題 ☐ A3規劃執行與創新應變 ☒ B1符號運用與溝通表達 ☒ B2科技資訊與媒體素養	1. 能透過檢視自己儀容、收納回收、分類物品、清潔環境的活動，達成保持個人及環境整潔的目標，以展現身心素質與自我精進的素養。 2. 能透過學習正確廚房電器的活動，達成順利料理簡單食材，解決生理基本需求的目標，以展現身心素質與自我精進的素養。 3. 能透過規劃運用金錢及實際採買的活動，以達成說明自己規劃及選擇適當物品的目標，以展現符號運用與溝通表達的能力。

- ☐ B3藝術涵養與美感素養
- ☐ C1道德實踐與公民意識
- ☐ C2人際關係與團隊合作
- ☐ C3多元文化與國際理解

4. 能透過使用平面圖及網路資源搜尋目的地等資訊，達成認識校園及社區並順利使用其中資源的目標，以展現科技資訊與媒體的素養。

五、課程架構：

生活管理課程架構圖



六、本課程融入議題情形(若有融入議題當週，素養導向教學規劃的學習重點，一定要摘錄議題的實質內涵。其中安全教育、戶外教育及生命教育為教育部每年檢視重點，至少融入2項為原則。)

1. 是否融入安全教育(交通安全)：■是(第 14, 20, 21, 22 週) □否
2. 是否融入戶外教育：□是(第___週) ■否
3. 是否融入生命教育議題：■是(第__3, 21__週) □否
4. 其他議題融入情形(有的請打勾)：□性別平等、□人權、□環境、□海洋、□品德、□法治、□科技、□資訊、□能源、■防災、
□家庭教育、□生涯規劃、□多元文化、□閱讀素養、□國際教育、□原住民族教育

七、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 08/26~08/30	特生3-sP-1 獨立行動的能力。 特生3-sP-6 能描述自己所在的位置。 特生4-sP-4 能解決日常生活的問題	特生 K-sP-1 就讀學校的認識。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。	單元一：認識校園環境 1. 老師帶學生看校園平面圖，教導學生方位概念。 2. 老師帶學生實際走遍校園重要地點。 3. 學生能說出自己班級所在教室的大樓名稱和校門口到教室間的路線。	1	教學資源 校園重要地點照片 PPT 校園平面圖 學習策略 記住關鍵詞 如星光樓和藝能課相關	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力		8/30 開學

第二週 09/02~09/06	特生3-sP-1 獨立行動的能力。 特生3-sP-6 能描述自己所在的位置。 特生4-sP-4 能解決日常生活的問題	特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。	單元二:認識學校位置及學校附近地標 1. 老師先示範使用 google 地圖查詢學校及學校附近地標。(如捷運站、機場捷運站) 2. 讓學生一一操作，能知道社區內有哪些公共資源可以使用。 3. 學生練習使用 google 地圖，規劃從學校到各社區內的公共設施路線。(如輔大醫院)	1	教學資源 Google 地圖 學習單 學習策略 示範 實作	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度		
第三週 09/09~09/13	特生 2-sP-11 辨識並了解居家緊急事件與天然災害的因應措施，及其適宜的求助方式 特生 2-sA-7 熟練居家緊急事件及天	特生 G-sP-5 其他居家安全。 特生 G-sP-7 天然災害的認識 特生 G-sA-4 天然災害的應變。	單元三:住家安全與處理(地震) 1. 透過四月地震新聞讓學生認識地震並知道可能發生的危險。 2. 教導學生看懂防災地圖，練習說出在學習中心或是在原班時要在哪裡避難。 3. 說明生命的可貴，要	1	教學資源 地震災區影音資訊 學校防災地圖 學習策略 視覺提示 口頭提醒	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度	防災教育 防 J7 繪製校園的防災地圖並參與校園防災演練。 生命教育 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義	

	然災害的因應措施。		保護自己的人身安全，也要有憐憫受難者受災戶的心。 4. 利用 QA 讓學生知道可以做哪些事來減低地震來臨時造成的傷害。					
第四週 09/16~09/20	特生 2-sP-11 辨識並了解居家緊急事件與天然災害的因應措施，及其適宜的求助方式 特生 2-sA-7 熟練居家緊急事件及天然災害的因應措施。	特生 G-sP-5 其他居家安全。 特生 G-sP-7 天然災害的認識 特生 G-sA-4 天然災害的應變。	單元四：住家安全與處理(地震) 1. 透過 QA 協助學生建立正確觀念險。(如不可回到傾斜的樓中取物) 2. 透過學習單，圈選出正確答案(避免地震所造成的傷害)。	1	教學資源 防震防災短片(含居家及休閒場所) 學習單 學習策略 視覺提示 口頭提醒	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度		9/17 中秋節
第五週 09/23~09/27	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。	特生 F-sP-1 環境衛生的觀念。	單元五：環境整潔(教室、廁所清潔打掃) 1. 透過短片 QA，讓學生了解環境整理與維持個人	1	教學資源 清潔相關影片 清潔工具、清潔劑 學習策略 示範	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力		

	特生 2-sP-7 正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。	特生 F-sP-2 清潔用品的認識與使用。 特生 F-sP-3 清掃工作的技能。	物品整潔的重要。(如教室自己的抽屜) 2. 引導學生說出特教辦公室及廁所清潔工具、清潔劑名稱及其用途。 3. 老師示範如何拿掃把、拖把、畚斗、抹布、馬桶刷、地板刷、菜瓜布等。 4. 學生一一操作，老師評分。		視覺提示 口頭提醒			
第六週 09/30~10/04	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 2-sP-7 正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。	特生 F-sP-2 清潔用品的認識與使用。 特生 F-sP-3 清掃工作的技能。	單元五：環境整潔 (特教幸福工坊物品分類) 1 透過短片 QA，了解分類與維持個人物品整潔的重要。 2. 引導學生說出物品如何分類(包括大小、用途、材質等)。 3. 引導學生說出那些物品可以丟棄(如破損、髒汙等)。 4. 老師示範如何分類收納及丟掉不需要的物品。	1	教學資源 整理分類相關影片 斷捨離影片 清潔工具、清潔劑 紙箱、各式櫥櫃 學習策略 示範 視覺提示 口頭提醒	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度		

			5. 學生一一操作，老師評分。					
第七週 10/07~10/11	特生 2-sP-7 正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。特生 2-sA-3 落實資源回收與再利用。	特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。	單元六：垃圾分類與資源回收 1. 透過短片 QA，了解資源回收的意義及廢物再利用的概念。 2. 老師拿不同的回收物，學生能正確區分，該放到哪個回收箱 3. 學生能看出特教辦公室後走廊回收區是否有放錯位置的回收品。	1	教學資源 環保短片 回收短片 衛生組分類表 學習策略 示範 視覺提示 口頭提醒糾正	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 合作能力		10/10 國慶日
第八週 10/14~10/18	特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。特生 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。	特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。 特生 C-sP-5 個人清潔。 特生 C-sA-3 簡易儀容裝扮的技巧。 特生 D-sP-4 健康的生活習慣。	單元七：儀容整潔與個人衛生習慣 1. 老師讓同學拿小鏡子查看自己的嘴巴是否擦乾淨、頭髮是否雜亂、臉上是否乾淨。如果雜亂，現場教導如何梳。 2. 老師讓同學看大鏡子，自己的衣服是否	1	教學資源 小鏡子、梳子 學校手提袋、書包、資料夾、夾鏈袋 整理書包手提袋抽屜影片 學習策略 觀察 示範 口頭提醒	1. 觀察記錄 2. 參與態度		10/15、16 第一次段考

			穿好，檢查口袋是否有食物外包裝等。 3. 老師讓同學看書包整理前及整理後的影片，要同學說出差異處。 4. 老師示範用資料夾、夾鏈袋來收納書包雜物，讓學生當場練習。					
第九週 10/21~10/25	特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。 特生 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。	特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。 特生 C-sP-5 個人清潔。 特生 C-sA-3 簡易儀容裝扮的技巧。 特生 D-sP-4 健康的生活習慣。	單元七：儀容整潔與個人衛生習慣 1. 學生觀看影片後，並回答簡單問題。例如自己用什麼洗面乳，怎麼洗臉。 2. 老師示範用洗面乳洗臉後，學生也練習正確洗臉方式。 3. 老師示範使用指甲剪修剪指甲後，學生練習。	1	教學資源 洗面乳 毛巾 浴帽 洗臉影片 指甲剪 學習策略 示範 口頭提醒 問答	1. 觀察記錄 2. 參與態度		
第十週 10/28~11/01	特生 1-sP-19 隨時整理	特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。	單元七：儀容整潔與個人衛生習慣	1	教學資源 梳子、洗髮精 DM、小鏡子	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度		

	與保持儀容整潔。 特生 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。	特生 C-sP-5 個人清潔。 特生 C-sA-3 簡易儀容裝扮的技巧。 特生 D-sP-4 健康的生活習慣。	1. 老師播放影片，詢問學生簡單問題，如洗頭頻率，洗頭的好處。 2. 引導學生從DM中挑選合適自己的洗髮精。 3. 完成學單		整理頭髮相關影片 學單 學習策略 問答			
第十一週 11/04~11/08	特生 2-sP-1 妥善保管個人財物並避免遺失。 特生 2-sP-5 記錄個人日常生活收支，購物前衡量自身財力與實際需求。 特生 4-sA-1 規劃與管理自己的生活。	特生 E-sP-1 日常財物的使用與保管。 特生 E-sP-4 消費與儲蓄。 特生 E-sP-5 記帳的技能。 特生 L-sP-4 自我管理技巧。	單元八：個人物品與金錢管理 1. 根據幾週前學習中心校外教學，詢問學生購物的經驗，一次最多花多少錢，買了之後的感想。 2. 老師讓學生觀看使用零用錢的影片。 3. 完成學單(列出什麼是想、什麼是需要的，及自己的儲蓄習慣) 4. 告知下次上課要到合作社實際花費。	1	教學資源 使用零用錢影片 合作社物品照片 合作社價目表 學單 學習策略 視覺提示 (50-30-20 花錢比例)	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度		

第十二週 11/11~11/15	特生 2-sP-2 建立簡單的儲蓄行為 特生 2-sA-2 規劃日常生活的費用及收支管理事宜。 特生 4-sA-1 規劃與管理自己的生活。	特生 E-sP-1 日常財物的使用及保管 特生 E-sP-2 金錢的概念 特生 L-sP-4 自我管理技巧。	單元八:個人物品與金錢管理 1. 詢問最常到合作社的時間，最常買什麼。 2. 老師帶學生到合作社，引導學生看標價。 3. 學生在當下做出是否要購買（自己的錢夠不夠用）。 4. 學生回教室後，分享心得，並為下次的購買做計畫。（如吃太多熱狗造成吃不下營養午餐）	1	教學資源 學校合作社 學習策略 口頭提醒 視覺提醒	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度		
第十三週 11/18~11/22	特生 2-sP-2 建立簡單的儲蓄行為。 特生 2-sA-2 規劃日常生活的費用及	特生 E-sP-6 金融機構的認識。 特生 E-sA-2 金融機構的運用。	單元八:個人物品與金錢管理 1. 老師引導學生輪流說出 1-2 項郵局及銀行的功能及其服務項目。	1	教學資源 郵局網站 各種空白表單 明信片 學習策略 示範	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度		

	收管理事宜。 特生 4-sA-1 規劃與管理自己的生活。	特生 L-sP-4 自我管理技巧。 特生 E-sA-3 個人預算、收支與管理。	2. 老師藉由劃撥單、存款單等表單說明其功用。 3. 老師講解明信片的功用及書寫格式並帶著學生完成(包括熟悉自家住址)，寄回家中。 4. 藉由 Google 地圖介紹同學學校或住家附近郵局或銀行的位置。		口頭提醒			
第十四週 11/25~11/29	特生 2-sP-2 建立簡單的儲蓄行為 特生 2-sA-2 規劃日常生活的費用及收管理事宜。 特生 4-sA-1 規劃與管理	特生 E-sP-6 金融機構的認識。 特生 E-sA-2 金融機構的運用。 特生 E-sA-3 個人預算、收支與管理。 特生 L-sP-4 自我管理技巧。	單元八：個人物品與金錢管理 1. 老師帶學生實際到學校附近郵局(包含途中經過的 ATM)走一趟。詢問學生簡單問題，如沿途重要地標，如郵筒為何分兩色。	1	教學資源 郵局 郵筒 沿途地標 學習策略 實地參訪 操作	1. 觀察記錄 2. 參與態度	交通安全 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	

	自己的生 活。		2. 提醒注意行路安全，如騎樓高低差或是人行道或大路口時。 3. 教師引導學生，能遵守公共場所秩序及公共設備的使用規範。(抽號碼牌、買郵票等)					
第十五週 12/02~12/06	特生 1-sP-5 選擇乾淨新鮮且於保存期限內的食物。特生 1-sP-6 自我檢視並控制飲食行為和習慣	特生 A-sP-4 食物的認識 特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 A-sA-5 食物的保存方法。	單元九:飲食處理 1. 老師準備各樣空包裝空罐，引導學生找出保存期限。 2. 看完影片，老師問學生如何從各項食物外觀判斷食物是否新鮮或損壞。 3. 看超商 DM，引導學生檢視自己平日的飲食習慣，是否營養不均衡。	1	教學資源 各類有外包裝的食品 相關影片 超商 DM 學習策略 視覺提示 口頭回答	1. 觀察記錄 2. 參與態度		12/04、05 第二次段考
第十六週 12/09~12/13	特生 1-sA-1 烹調用具使用前後能清洗潔淨。特生 1-sA-2 使用適當方式加熱、沖	特生 A-sP-5 食物的處理。 特生 A-sP-7 餐前準備與餐後收拾的技巧。 特生 A-sP-9	單元九:飲食處理 1. 老師帶領學生，學習烹調食物前的準備工作。(如認識廚房電器用品)	1	教學資源 烹飪流程圖 微波爐 牛奶及其他飲品 學校園遊會攤位 DM 學習策略 示範	1. 觀察記錄 2. 參與態度		

	泡、烹調簡易餐食。 特生 1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。	簡易餐食的製作。 特生 A-sA-1 烹調用具的認識與使用。	2. 老師講解微波爐功用、使用禁忌並示範操作微波爐。 3. 學生使用微波爐加熱牛奶。 4. 老師示範清潔微波爐，並口頭問學生步驟。 5. 說明園遊會的食物大概的料理過程及買回享用的規則(如不要隔到下一餐才吃、如果外觀及味道都變了，就得丟棄)		口頭提示			
第十七週 12/16~12/20	特生 1-sA-1 烹調用具使用前後能清洗潔淨。 特生 1-sA-2 使用適當方式加熱、沖泡、烹調簡易餐食。 特生 1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮	特生 A-sP-5 食物的處理。 特生 A-sP-7 餐前準備與餐後收拾的技巧。 特生 A-sP-9 簡易餐食的製作。 特生 A-sA-1 烹調用具的認識與使用。	單元九: 飲食處理 1. 老師講解電鍋原理功用、使用禁忌，並示範操作電鍋。 2. 學生使電鍋蒸包子、地瓜和雞蛋。 3. 老師示範清潔電鍋，並口頭問學生步驟，及注意事項(如不可把電鍋浸到水中)	1	教學資源 烹飪流程圖 電鍋 雞蛋 包子 地瓜 學習策略 示範 口頭提醒	1. 觀察記錄 2. 參與態度		

	或打開包裝等。							
第十八週 12/23~12/27	特生 1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理。 特生 1-sA-3 選擇適宜的用餐場所與安全的飲食行為。 特生 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力。	特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣 特生 A-sP-7 餐前準備與餐後收拾的技巧 特生 A-sP-8 用餐禮儀。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。	單元十：選擇適合的用餐環境及表現合宜的用餐禮儀 1. 學生看過用餐禮儀影片，老師讓學生搶答使用刀叉筷子等的時機及正確方式。 2. 老師示範後，讓學生實際選擇及操作各式餐具，並根據動作正確度來評分。 3 老師藉由學校附近店家圖片(中西式)說明合適的禮儀及不該有的行為。	1	教學資源 用餐禮儀短片 學習單 各樣餐具 學校附近餐飲店圖片 資訊 學習策略 示範 視覺提示 口訣	1. 觀察記錄 2. 參與態度		
第十九週 12/30~01/03	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。 特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。	特生 K-sA-1 社區資源與設施的運用。	單元十一：認識公共場所與設施設備（新莊區公所） 1. 老師舉例說明其服務項目，如獎助學金、免費法律諮詢、節慶相關活動、生活講座等。 2. 請學生逐一點進去感興趣的服務項目，完成學習單，例如申辦 e 服	1	教學資源 新莊區公所網站 相關新聞 學習策略 示範 視覺提示	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 學習單		01/01 元旦

			務、社會福利專區(了解身障者福利)等。					
第二十週 01/06~01/10	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。 特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。	特生 K-sA-1 社區資源與設施的運用。	單元十一:認識公共場所與設施設備 (新北市立圖書館新莊裕民分館) 1. 提醒注意行路安全,如騎樓高低差或是人行道及交叉路口時。 2. 老師示範如何用電腦查詢想要借閱的圖書,還有認識圖書館的其他服務項目(如講座、展覽、影片欣賞)。 3. 引導學生看懂圖書館的相關簡介及表件,並嘗試填寫。 4. 感受圖書館的寧靜舒適中,增進自己的閱讀動力。	1	教學資源 圖書館網站 圖書館相關申請表 學習策略 示範 視覺提示	1. 觀察記錄 2. 參與態度	交通安全 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	
第廿一週 01/13~01/17	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。	特生 K-sA-1 社區資源與設施的運用。	單元十一:使用社區設施(鴻金寶麻吉廣場)	1	教學資源 鴻金寶大樓 學習策略 視覺提示	1. 觀察記錄 2. 參與態度	交通安全 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 生命教育	01/16、17 第三次段考

	特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。		1. 提醒注意行路安全，如騎樓高低差或是人行道時。 2. 說明生命的重要性，特別是在鬧區人車擁擠，更要小心自己行路安全。在大樓各樓層陪同學生找出緊急逃生標示。 3. 引導學生遵守公共場所秩序及公共設備的使用規範。 4. 引導學生認識各樓層，了解其功用及使用方式，如在一樓購票，到四樓看電影。如到地下一樓買生鮮。				生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義	
第廿二週 01/20~01/24	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。 特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。	特生 K-sA-1 社區資源與設施的運用。	單元十一：使用社區設施 (學校對面大賣場) 1. 提醒注意行路安全，如騎樓高低差或是斑馬線時。 2. 老師提醒大賣場的規則，如注意安全及禮	1	教學資源 學校附近生鮮超市 相關法律條文 偷竊物品受罰的報導 學習策略 視覺提醒	1. 觀察記錄 2. 參與態度 3. 學習單	交通安全 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	01/20 休業式

			儀，特別注意不能偷竊，提醒學生要負該有的刑責。 3. 老師示範如何使用店內便民設備，如推車等。 4. 練習找出任務學單中的物品，並練習到結帳區結帳。		口頭提示			
--	--	--	--	--	------	--	--	--

七、本課程是否有校外人士協助教學

☒ 否，全學年都沒有(以下免填)

☐ 有，部分班級，實施的班級為：_____

☐ 有，全學年實施

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		☐ 簡報 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☐ 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明：			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。