**臺北市立中正國民中學 111 學年度學習課程計畫**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **課程名稱** | | □領域課程：  ▓特殊需求領域課程：生活管理  註：若有分組，須註明組別 | | | |
| **班型** | | □特教班▓資源班 | | | |
| **實施年級** | | □7年級 □8年級 □ 9年級  ▓跨年級(七、八、九) | | **節數** | 每週 1 節 |
| **核心素養**  **具體內涵** | | 可結合總綱、相關領綱、或校本指標  特生-P-A1 具備個人生活自理能力，建立良好的生活習慣、在國中生活中開始生涯覺知與探索，對自身事務展現尋求協助、表達想法、選擇與決定的行為。  特生-A-A3 具備自我管理、自我調整、自我評鑑、自我倡導等策略以規劃執行家庭、學校與社區生活中各項事務，並因應突發事件，增進彈性適應能力。  特生-P-A2 覺察及理解生活自理問題，具備表達需求、尋求協助等問題解決能力，並藉由自我管理、自我倡導等策略增進系統性思考的能力。 | | | |
| **學習重點** | **學習**  **表現** | 可結合相關領綱或調整  特生1-sP-6 具備食、衣、行三種能力。  特生1-sP-19隨時整理與保持儀容整潔。  特生1-sP-22具備危險意識，並能主動或依指示遠離危險情境。  特生2-sA-6遵守網路及各類資訊平台的使用規範。  特生3-sP-5遵守公共場所及設施的使用規範。  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4-sP-5能反省自己的行為與學習表現。  特生4-sA-1規劃與管理自己的生活。  特生4-sA-2能為自己做的決定負責。 | | | |
| **學習**  **內容** | 可結合相關領綱或調整  特生A-sP-6飲食的衛生習慣。  特生B-sA-2服裝禮儀。  特生C-sP-5個人清潔。  特生I-sA-5性騷擾與霸凌的防護及求助。  特生L-sA-1國中自我生涯規劃的技巧。  特生L-sA-2自我訂定的目標執行與檢核。  特生L-sA-3教師引導之下，生活中遇到問題的解決策略。 | | | |
| **課程目標**  **(學年目標)** | | 1.在110年六月前，每周至少給五種課堂模擬情境，連續三次服裝儀容正確率達80%。  2.在110年六月前，每周至少實際口頭說出個人清潔的正確方式，正確率達80%。  3.在110年六月前，每周至少分享一個免費的資源，正確率達80%。  4.在110年六月前，每月能與同儕分享自我訂定的目標、執行方式和檢討，正確率達80%。  5.在110年六月前，每周至少給一種生活常遇到的難題解決的策略，正確率達80%。 | | | |
| **學習進度**  **週次/節數** | | **單元主題** | **單元內容與學習活動** | | |
| **第**  **1**  **學期** | 1-9 | 自我照顧 | 1. 能檢查衣服破損情形，並協助縫補。 2. 能選擇適合自己的衣服尺寸 3. 能適時修剪自己的頭髮和指甲 4. 能察覺他人觀感，修正儀容衛生 5. 能依照個人體質、經濟狀況選擇適合自己的清潔用品。 6. 各種清潔用品的認識與實際操作。 | | |
| 10-15 | 性騷擾怎麼辦 | 1. 能說出性騷擾的定義。 2. 遇到各類的霸凌時，如何處理。 3. 遇到性騷擾時，如何處理。 4. 探討新聞報導案例與了解法律基本常識。 5. 模擬情境演練與討論。 | | |
| 16-21 | 生涯規劃一 | 1. 了解高中與高職的特質與需具備的能力 2. 各科系介紹。 | | |
| **第**  **2**  **學期** | 1-5 | 運用資源 | 1. 認識道路交通規則 2. 認識社區有什麼資源 3. 了解各大社區資源網站，如:社區大學、救國團、升學網站等。 4. 能學會看地圖、捷運地圖、Google Map。 | | |
| 6-10 | 生涯規劃二 | 1.自我生涯規劃的技巧。  2.透過各類牌卡了解自己適合的職業與優缺點  3.學會使用目標執行檢核表並實際在生活中執行。  4.為達成的目標，與同儕互相探討分享如何執行。  5. 能表達對生涯規劃的想法，並與他人討論。 | | |
| 11-20 | 獨立自主與管理 | 1.生活中遇到的例子探討，並教導解決策略。  2.人際關係中遇到的例子探討，並教導解決策略。  3.課業中遇到的例子探討，並教導解決策略。  4.給予他人回饋模擬情境練習。 | | |
| **議題融入** | | 若未融入議題，即寫無  生涯教育、資訊教育、性別教育 | | | |
| **評量規劃** | | 依上下學期，敘寫評量項目(筆試、口試、表演、實作、作業、報告、資料蒐集整理、鑑賞、晤談、實踐、檔案評量、自我評量、同儕互評)，評量結果得以等第、數量或質性文字描述紀錄等  實際演練、口頭回答、平日生活實踐、同儕互評。 | | | |
| **教學設施**  **設備需求** | | 1. 單槍、電腦。 2. 動畫、繪本。 3. 字卡、圖卡。 | | | |
| **教材來源** | | □教科書 ▓自編 | | | |
| **備註** | |  | | | |