

0618超商課程

上課囉！！



請同學掃描QR code或點選網址聽上課鐘聲

<https://www.youtube.com/watch?v=4wDBYMrSljM>



上課流程

第一節	體能訓練
第二節	購物-工作態度-守紀律
第三節	購物-工作態度-守紀律
第四節	清潔練習

第一節-自主體能訓練



若家裡面就有飛輪或踏步機的同學可進行體能訓練，也可以掃描QR CODE 或點選網址一起來進行動態伸展操吧！

<https://reurl.cc/6yAKW5>

啲啲星球-海草舞



<https://reurl.cc/Q78Y80>

基本伸展操



請同學分享自己的學習狀況

項目	伸展操	跳舞(啲啲星球)	其他
<p>自我檢視學習狀況</p> <p>😊 滿意</p> <p>😐 尚可</p> <p>😄 加油</p>			

小複習

還記得上次的課程嗎，請同學試著回想說說看。

小複習(請唸讀一次)-負責任

1.會把老師**分配**給我的工作做好

2.會**保管**好自己的東西

3.會**記得**完成老師交代的事

4.用具使用後會**清洗乾淨**

5.工具使用完，清洗乾淨後再**放回原位**

6.工作時我**不隨意離開**工作崗位

7.會把工作**做好再休息**

8.休息過後會**馬上回到**工作崗位

9.**不管老師有沒有看著你**，都會把工作做好

10.不把工作推給別人做

第二、三節

• 工作態度-守紀律



除了負責任外，一個遵守紀律的團隊，
會具有良好的工作環境及效率！所以我們
今天就來教大家什麼是**守紀律**！

1.守紀律就是，上課的時候，不亂跑。

**作業單：請勾選出亂跑的不良後果

- ()1.會和人相撞
- ()2.會受傷
- ()3.別人會高興
- ()4.會撞到車子
- ()5.別人會生氣
- ()6.會跌倒



解答

**作業單：請勾選出亂跑的不良後果

(V) 1. 會和人相撞

(V) 2. 會受傷

() 3. 別人會高興

(V) 4. 會撞到車子

(V) 5. 別人會生氣

(V) 6. 會跌倒

2.守紀律就是，上課的時候不講話。



請同學想一想，上課時什麼時候可以講話？

解答



- 1.老師問問題時
- 2.有生理上的需求(感冒、如廁等)
- 3.舉手後老師同意發言

3. 守紀律就是，有話要說先舉手。

想一想，若沒有經過老師同意，上課一直發出聲音會怎樣？



解答



1. 干擾課程進行
2. 老師同學覺得很吵
3. 老師同學心情受到影響

4.守紀律就是，老師不在時也要保持安靜。

老師不在時可以做的事請打V，不可以做的請打X

()1. 讀書

()6. 騎車

()2. 跑步

()7. 勞作

()3. 操作簡易教具

()8. 遊戲

()4. 玩球

()9. 寫作業

()5. 打電腦

解答

老師不在時可以做的事請打V，不可以做的請打X

(**V**)1. 讀書

(**X**)6. 騎車

(**X**)2. 跑步

(**V**)7. 勞作

(**V**)3. 操作簡易教具

(**X**)8. 遊戲

(**X**)4. 玩球

(**V**)9. 寫作業

(**X**)5. 打電腦

5.守紀律就是，遵守老師的指示來做動作。

遊戲時間！

準備一隻藍筆和紅筆。



<https://reurl.cc/AkKypZ>

請點選網址或掃描QR code 跟著影片一起練習反應

6.守紀律就是，工具拿好不能任意玩弄。



請唸讀這些工具名稱



解答

菜	削	鋤	剪	釘
刀	皮	頭	刀	書
	刀			機

小複習

(請同學唸讀一次並自我檢核有沒有做到)

工作態度	自我檢核
1.上課的時候，不亂跑。	
2.上課的時候不講話。	
3.有話要說先舉手。	
4.老師不在時也要保持安靜。	
5.遵守老師的指示來做動作。	
6.工具拿好不能任意玩弄。	

請同學分享自己的學習狀況

項目	工作態度-守紀律
<p data-bbox="682 658 1192 722">自我檢視學習狀況</p> <p data-bbox="802 811 1100 896">😊 滿意</p> <p data-bbox="802 915 1100 1001">😐 尚可</p> <p data-bbox="802 1019 1100 1105">😄 加油</p>	

第四節-清潔練習或觀看環境教育影片(擇一)

- 請同學依據檢核表進行清潔練習

清潔項目	擦桌椅	掃地	拖地
自我檢核			

動物保護員
【下課花路米 1094】

<https://reurl.cc/3ajO1V>



預告下次上課內容

6/21工作態度學習-守紀律(二)！

課程結束！



請給自己掌聲鼓勵！