**生活.技能**

**黄莹桦**

**壹、前言**

如果今天你家里的水喉漏水，灯管闪烁不停，电插头损坏了，衣纽脱落了，你会怎么做？请人帮忙处理?或是自己动手做？其实以上所说的情况并不难处理。有些也许只需花些许的时间就能完成而且还可以省下不少钱。随着二十一世纪的降临，现今社会推崇男女平等，故大家都应该学会各种技能。谁说木工只有男生做？谁说缝纫只有女生才做的？

回想起以前在初一生活技能课里学会了如何维修三角插头后的某一天刚好家里的电器无法操作，我便趁机向妈妈提议让我检查是否是插头的问题而进行维修。结果我成功发现是因为插头里的其中一条电线脱落了。进行维修后，电器便可以继续使用了，这个举动让妈妈对我大赞不已且省下了不少维修费。

生活是一门很重要的课，包含了最基本的衣食住行，所以我们在日常生活里必需学会各种求生技能。每个人对生活技能的诠释也许不同，如有些专家认为社会心理和人际技巧是生活技能，有些人则把生活技能诠释为当在生活中遇到各种困难时都能去解决的生活态度与技能。从小我们都依靠着各种技能生存。但随着科技的发达，加上父母担心孩子的安危，凡事不让孩子动手，让孩子失去了学习基本生活技能的机会。

**贰、概念**

随着社会的进步，在不断推动的教育风潮中，强调孩子的生活技能，透过生活技能的活化学习，培养孩子面对真实生活的能力。因此，让孩子有机会学习处理自己切身的生活问题并享受学习过程，已成为目前社会的重要课题之一。

不难发现，在讲究升学的社会价值系统中，当孩子的课业成为生活的重心时，许多孩子回到家中的工作与责任就只是做功课、读书及学习才艺课，其他生活的「重要事物」都由父母来处理，因而孩子对真实生活的应对能力是显然不足的。

生活技能科主要概念是透过手动实习来培养生活能力，增加对生活技能的学习兴趣，同时培养学生的独立性、自信心与责任感，也为面对未来真实生活，建立正确态度与观念。

生活技能科涵盖自然科学、人文社会与生活艺术，提升生活之实践教育活动。透过对生活技能（缝、烹、修、造）的认知、体验与实作等学习，据以达到：

1. **培养学生独立自主及信心**

透过学习简单的烹调方法、缝纫、木工及电工以应付日常生活的需要，从而建立学生的能力与信心。加强学生自我照顾的能力，应付未来独立生活的需要，并将在学校学习到的经验落实于自己日常生活中，与家人分享。

1. **提升学生的沟通，建立团体精神，自我管理和问题处理的能力**

透过小组分工，准备整洁的实践环境。从分工中协调人际间的关系，并且学懂如何了解自己和他人。每堂课后，学生都必须分工打扫及整理，养成负责任的态度。

1. **提高学生对技能工作的技巧和安全知识，以及培养良好的工作态度和习惯**

上课时，学生也学习如何在安全的情况下使用适当的工具于解决问题。从而强调工具的危险性，和正确使用方法。当然如何降低风险则取决于使用者的态度，生活亦如是。

1. **发挥创造力，发掘潜能及发展个人特长和个性**

现今社会讲求独特的创意，鼓励自己动手（DIY，Do It Yourself），连商业都趋向这个趋势如：IKEA（宜家居家）提倡顾客自己动手做，同时发挥创意及省下不少钱。透过各种实践课也能够锻炼孩子的动手操作能力，发挥孩子的创造力、想像力。同时发掘非学术上的潜能，形成个人兴趣，从而发展个人特长和个性。

1. **了解并尊重多元的生活文化，培养宽广的世界观**

身在一个多元文化的国家里，了解并尊重多元的生活文化是非常重要的。透过各种族服装课程了解各种族文化并学会尊重差异。此外，华人节日与食物的课程加以实践烹调可以提高学生对中华文化的了解。学生在节日时若能呈现一些简单的食物，肯定会让父母与家人感到欣慰。

**叄、尊孔生活技能科**

尊孔独中现有的生活技能科目包含了政考科的综合生活技能课程（Kemahiran Hidup Bersepadu）和尊孔独中生活技能科校本课程。

**1 政考科生活技能课程**

马来西亚教育部把综合生活技能科（Kemahiran Hidup Bersepadu）列为初中必修科，并把这科列为初三PT3必考科。综合生活技能课程备有多项单元供学生按个人兴趣选修其中一项，然后在指定的尺度和时限内完成。

综合生活技能科（Kemahiran Hidup Bersepadu）是为所有在籍初中一至初中三的学生而设立的学科。它是一门以主题作为实用技术导向的课程，故以实践课为主，透过实践方式来实现社区的创造性，发挥创意和生产力来提高生产力。整个课程主要在于提升个人的发展能力，技术表现和创造精神。这样的基本技能学生若能够充分学习，可培养学生独立自主，有信心地面对这个复杂且多端的世界。

综合生活技能课程主要分为：必修（teras）与副选修（pilihan elektif）。设计和技术（Reka Bentuk dan Teknologi）这项学习领域部分是每位学生必修的。学生必须学习的技能包括：

•设计 Reka bentuk

•电工 Elektrik

•种植 Tanaman

•缝纫 Jahitan

•基本水喉管 Kerja paip asas

•商务基础知识 Asas perniagaan

此外，学生可从四个领域中选择副选修。学生所做的选择将从初一维持至初三不变。

副选修课共有4类：

•KT - 技术技能 （**Kemahiran Teknikal）**

•ERT - 家政 （**Ekonomi Rumah Tangga）**

•SPN - 农业科学 （**Sains Pertanian）**

•PD - 贸易 （**Perdagangan）**

技术技能选修课 **Kemahiran Teknikal**

* 完成技术技能学习单元，提升学生对基本电气和机电的知识与技能。
* 电力的研究，学生可学习到电路串联和并联电路之间的电压、电流和电阻的关系。
* 学生可学习使用万用表测试电路的连续性和测量的固定电阻值。
* 除了电力的计算，学生也需学习计算电路串联和并联电路的电阻的公式。
* 学生有机会接触机电运动的概念，从中学习和了解组件如何以电子控制来提高机械机芯。

家政选修课 **Ekonomi Rumah Tangga**

* 学生可学习食物和食品处理，做饭和缝纫的知识与技能。
* 学生可亲自实践做早餐、早茶和下午茶的准备工作，以及学习做菜发明新食谱。
* 在服装方面，学生可学习识别织物的种类和掌握选择衣料的技能。
* 学生须完成缝纫和装饰裙子的功课。

农业科学选修课**– Sains Pertanian**

* 农业科学选修课提供了一个让学生了解堆肥和种植蔬菜的知识和技能平台。
* 学生可以勘探土壤和认识肥料的适宜性，然后提出计划种植什么蔬菜。
* 通过种植蔬菜，学生们将观察蔬菜的生长和生产以及使用肥料对种植的影响。

贸易选修课 **Perdagangan**

* 贸易和企业选修课为学生提供健全的商业惯例包括商业措施，并设立业务运作，以及介绍商业已存在的生产领域。
* 学生可了解各种企业的建立和运行的重要文件。
* 培养自强，自信，进取和竞争的正面态度。
* 学生间接地接触寻找并明智地使用商机在方法。
* 学生透过生产过程的概念，进而帮助他们做一个有系统的成本计算。

**2 尊孔独中生活技能科校本课程设置**

在修订尊孔独中生活技能科单修班课程时，我们采取参考综合生活技能科（Kemahiran Hidup Bersepadu）及台湾家政课的课程。当然这也取决于我校所能提供的设备与空间。在设定初一及初二课程时，主要是以老师为主导引领学生做。而初三课程则以学生自己设计自己动手做，老师作为指引。我们鼓励学生主动，抓住存在的智能，创意和发明的机会，间中更包含了艺术。同时提升学生的道德观念，积极的态度和良好的工作文化。

以下为尊孔单修班的2016年度生活技能课教学目标及实施重点：

1. **教学目标、实施重点**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序 | 目标 | 实施办法 |
| 1． | 培养学生生活自理能力 | 1.1 通过多样化的实践课(木工制作、电子制作、缝纫、餐理实务、烹饪)加强学生在各方面的手工技能。  1.2 通过实践课让学生运用各种工具，并通过老师指导强化运用技巧。  1.3 加强理论课知识，包括：强调工作的次序、故障探寻、缺点修饰，以培养学生解决问题的能力。 |
| 2． | 提升学生对技能科的兴趣，并获得一技之长迈向技能科发展 | 2.1 深入检讨与更新现有的自编课程，以深化现有的课程内容，使课程更具吸引力。  2.2 通过课程内容的熏陶，让学生打破“技能科是为成绩不好的学生而提供的教育”的错误观念，从而提升对技能课程的兴趣。  2.3 通过传授各种技能的基本知识，让学生掌握基本的技能条件。  2.4 通过精简的课程内容，让学生易学易明，巩固理论基础。 |
| 3． | 提供一个优良的学习环境让非学术性的学生发挥所长，以加强自信心 | 3.1 在单修班的课程里，实施至少60%实践课，40%理论课以提供更多发挥手工技能的机会。  3.2 在单修班里减少纸笔评鉴，增加实作评鉴。 |
| 4. | 培育社会技术性人才 | 4.1 掌握社会上各技术行业的趋势，实施定时修改现有的课程内容，以符合社会需求。  4.2 持续探讨及开发符合各技术行业的课程，例如：汽车维修、模具制作、化妆、美发等等。 |

以下为尊孔单修班的生活技能课程：

**尊孔独立中学**

**校本生活技能科新课纲**

初一

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序 | 内容 | 周数 |
| 1 | 工作室安全规则 |  |
| 1.1安全规则 | 1 |
|  | 1.2灭火器 |
|  |  |  |
| 2 | 木工 |  |
| 2.1 木工材料 | 3 |
|  | 2.2 接合物 |
|  | 2.3 工具 |
|  | 2.4 制作榫头：木头之间的结合 |
|  | 2.5 修饰工作 |
|  |  |  |
|  | 木工制作 | 5 |
|  |  |  |
| 3 | 餐饮实务 |  |
| 3.1 厨房和烹饪室的安全条规 | 1 |
|  | 3.2 华裔节庆饮食 |
|  | 3.3 常见的厨房用具的名称及用途 | 1 |
|  | 3.4 握刀的方式 |
|  | 3.5 实践活动 1（饺子） | 1 |
|  | 实践活动 2（汤圆） | 1 |
|  |  |  |
| 4 | 缝纫与服饰 |  |
| 4.1 缝纫室条规 | 1 |
|  | 4.2 布的种类 |
|  | 4.3 服饰选择与配搭 |
|  | 4.4 服饰的清洁与保养 | 1 |
|  | 4.5 认识缝纫工具 |
|  | 4.6 合缝法 （平针缝、回针缝） | 1 |
|  | 4.7 钩扣缝法（毛边缝,纽扣） | 1 |
|  | 4.8 成品制作（小提袋） | 6 |
|  |  |  |
| 5 | 基本电学 |  |
| 5.1 电的三兄弟 | 1 |
|  | 5.2 电源 |
|  | 5.3 工具 |
|  | 5.4 各类插头 |  |
|  | 5.5 荧光灯 | 1 |
|  | 5.6 家庭电路 |
|  | 5.7 电费表 |
|  | 实践活动 （安装三针插头） | 1 |
|  |  |  |
| 6 | 水喉工程 |  |
| 6.1 家庭水供系统 | 1 |
|  | 6.2 水喉种类 |
|  | 6.3 接喉的种类与功能 |
|  | 6.4 接喉材料 |
|  | 6.5 工具 |
|  | 6.6 抽水马桶 | 1 |
|  | 6.7 水龙头结构 |
|  | 6.8 排水管结构 |
|  |  |
|  |  | **28** |

初二

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序 | 内容 | 周数 |
| 1 | 木工制作(2) |  |
| 1.1材料种类 | 1 |
|  | 1.2接合器 |
|  | 1.3工具 |
|  | 1.4 制图 | 1 |
|  |  |  |
|  | 木工制作 | 5 |
|  |  |  |
| 2 | 布艺 |  |
|  | 2.1 马来西亚各种族之服装 | 2 |
|  | 2.2 量身 |
|  | 2.3 刺绣 |
|  | 2.4 合缝法及钩扣缝法 | 1 |
|  | 2.5 实践活动 - 旅行吊牌 | 4 |
|  |  |  |
| 3 | 餐饮实务 |  |
|  | 4.1餐饮服务 | 1 |
|  | 4.2西餐饮食礼仪 | 1 |
|  | 4.3 实践活动 1 （燕麦早餐） | 1 |
|  | 实践活动 2 （三文治） | 1 |
|  | 实践活动3（ondeh-ondeh） | 1 |
|  | 评量（餐桌摆设） | 1 |
|  |  |  |
| 4 | 电子学 |  |
| 4.1 电源 | 2 |
|  | 4.2 电子元件的名称、功用和符号 |
|  | 4.3工具 |
|  | 4.4 焊接方法 | 1 |
|  | 4.5 解读与看电路图 |
|  | 电工制作 | 5 |
|  |  |  |
|  |  | **28** |

初三

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序 | 内容 | 周数 |
| 1 | 制造业  1.1现代化的衣食父母（制造业） | 2 |
|  | 1.2群策群力的制造业 |
|  | 1.3一般成品制作方向与过程 |
|  | 1.4制图 |
|  | 1.5作业 （创意木工制作） | 4 |
|  |  |  |
| 2 | 电子学  2.1电子元件 | 1 |
|  | 2.2继电器 |
|  | 2.3变压器 |
|  | 电子制作 | 5 |
|  |  |  |
| 3 | 形象与流行 |  |
|  | 3.1形象的重要性 | 1 |
|  | 3.2 穿着原则 |
|  | 3.3 各年代的流行风格 |
|  | 实践活动 （创意成品制作） | 5 |
|  |  |  |
| 4 | 餐饮实务 |  |
|  | 4.1 均衡营养 | 1 |
|  | 4.2健康饮食原则 |
|  | 4.3食谱改善建议 |
|  | 4.4烹煮法 |
|  | 实践活动 1 马铃薯沙拉 | 1 |
|  | 实践活动 2 春卷 | 1 |
|  | 实践活动 3 肉汁鸡腿扒 | 1 |
|  |  | **22** |
|  |  |  |
| 4  (附加内容) | 引擎  4.1小引擎的构造和作用原理 | 2 |
|  | 4.2四行程循环引擎 |
|  | 4.3小引擎的基本操作 |
|  |  | **24** |

**肆、所面对的问题与解决之道**

1 空间：

1.1上课空间

本校现有的生活技能专用室计有可容纳大约28人的木工室，24人的电工室以及一间缝纫室。由于专用室的空间有限，倘若遇到同时有多个班级在同样时段内需要使用专用室的情况下将会面临空间使用问题。

在主任与各科任老师的协调下，以授课章节的需要性进行空间的使用，如：需先进行理论课教学则安排在课室，而进行实践课教学则在专用室授课。除此以外，一些实践课则选择在班上进行，如：把缝纫工具搬到课室去进行实践教学。

1.2 收纳空间

除此以外，随着学生人数的增长，生活技能科也面对收纳学生作品的空间问题。

尽量选择材料较小的材料提供与学生，在作品评分结束后尽快把作品归还于学生。

2学生

由于是实践动手做的课，若学生人数过多，将产生一定的危险，而且老师也无法一一兼顾。再加上，学生实践能力的差距也影响授课的情况。

学生人数多的班级，助理需要从旁协助老师看管学生。对于实践能力不强的学生，老师在休息节或放学时留下来特别辅助无法依时完成作品的学生。

3器具设备不足

由于学生人数增加，故原有的器具设备不足，如：缝纫机数量不足。

因此学生唯分批进行使用缝纫机，但以长远的计划来说，添置新的器材才是上策，因为这样可以减少学生等候使用器具的时间，同时也有更足够的时间深化上课内容。

\*当然很多的计划暂时无法进行因考量到新建大楼的空间使用。  
  
4师资问题/培训

由于现有的生活技能科老师都不是生活技能科本科生，同时有些老师还需要跨科教学，例如：当餐饮科教师要教导电木工及缝纫课时或相反的电木工课老师需教导餐饮课,故在教导此科时需要更多的时间去做备课。

随着教学上需求，修订新课程是必要的。但在修订后，老师则需学习新知识并重复进行备课或请教较有经验的老师以便可以胜任教课工作。

5助理

生活技能助理主要工作包括检查与记录原材料和设备的库存，提前准备老师上课所需的工具和材料，为所有工具进行标签，协助教师看管学生进行实践工作，维护和修理工具，确保生活技能室的开关门，管理生活技能室的整洁。但是在没有一个长期稳定助理或时常更换助理及助理身兼多职的情况下，这些工作则需回归到老师身上。

老师本身需多了解助理工作范围，当欠缺助理时，老师需提前在下课或放学时间准备教材等。

6教材与课纲

由于是校本课程故还不够全面，很多内容无法纳入课程因需要考量空间限制。课程内容需考量各种因素如：餐饮课只教很基础的食谱，因要考量场地。缝纫课无法安排使用缝纫机的课程。

每年做检讨以确定自编书的实用性，除此以外，三年做一次全面的检讨以求课程内容与时代并进，融入最新科技。

**五、 展望**

在新大楼建设后，学生人数也会因此而增加，现在的专用室可能无法负荷当时的人数，唯有增加空间以便能更全面的实施与发展生活技能课。也许在规划新建大楼时，可考虑保留一些空间增做生活技能科专用室用途。

另，在现有的生活技能课里的餐饮课提高了学生对烹饪的兴趣进而使更多的学生选修高中餐饮科（为高中餐饮科打基础）。相信初中生活技能科也是向往技术学校的学生的垫脚石。

也许在未来随着科技的发展下，生活技能科可以持续探讨及开发符合各技术行业的课程，例如：汽车维修、模具制作、化妆、美发等等。甚至成为一门技能科如高中餐饮班或美术班。前提是必须有足够的资源与人力。

张志开亦于风雨中成长的马来西亚华文独中之过去、现在及未来的文章里提及独中应将 “生活技能”纳入初中课程，培养学生生活自理能力。随着技能课的发展趋势，故在未来的日子里，董总可以考虑出版生活技能科教科书并把此科列为必修课。

**陆、结语：**

在生活技能实践课里可以看见学生上课的另一面，同时分享学生成功亲自下厨，动手制作一个属于自己的作品（木工，缝纫）的那份喜悦是如此的感动。从孩子们动手做的过程中可看见学生的成长与进步。透过动手做的过程，让学生感受到学习和真实生活的关系，体会自己创造的成就。相信孩子们在动手做的过程中也学会了如何与其他同学互相合作。个人觉得生活技能科是否被列为考试科并不重要，最重要的是学生可以掌握基本的技能并加以运用到日常生活中。

最后，创意的课程需要更多的想像与激发，热情的教师需要团队的支持与合作。很感激在生活技能组里有了一群好伙伴的协同、共享、互助，让我不用孤军奋战，课堂上遇到的问题也能找到最好的解决窗口，就​​这样，合作与分享，让课程的发想与实践有了更大的发展与可能！我想借此机会好好感谢生活技能科科主任周志达老师愿意接受组员们提议并给予很多的宝贵意见。还有一班互相帮忙，互相体谅的生技组组员以及一直从旁协助的助理。当然不忘了感谢教务处具有如此的远见把这门课编排入单修班课程里，好让学生有机会学习生活技能。

也许生活技能科并不是考试必修科，但绝对是你生活里一门重要的学问～  
拥有好习惯或生活技能，不仅能让你拥有更好的生活，还能让你变得更加富有。

**参考资料**

* + - 1. 张志开“马来西亚华文独中之过去、现在及未来”，第十届全球校友联欢会纪念特刊

1. 【阅读材料】马来西亚华文独立中学教育改革纲领，<http://llgcultural.com/%E3%80%90%E9%98%85%E8%AF%BB%E6%9D%90%E6%96%99%E3%80%91%E9%A9%AC%E6%9D%A5%E8%A5%BF%E4%BA%9A%E5%8D%8E%E6%96%87%E7%8B%AC%E7%AB%8B%E4%B8%AD%E5%AD%A6%E6%95%99%E8%82%B2%E6%94%B9%E9%9D%A9%E7%BA%B2%E9%A2%86/>
2. <http://salmiahjaba.com/kemahiran-hidup-bersepadu/>
3. <http://www1.pep.com.cn/kcs/kcyj/kgsj/xbkc/201008/t20100824_708208.shtml>
4. <http://learning.sohu.com/20160814/n464090149.shtml>
5. <https://read01.com/A8JdMM.html>

图片：  
生技组员，助理  
木工，电工，餐饮，缝纫，水喉工程实践课  
出版的书