

臺南市延平國民中學 112 學年度第一學期七八年級混齡 彈性學習 生活管理 課程計畫(□普通班/■特教班)

學習主題名稱	特殊需求-生活管理	實施年級 (班級/組別)	七八年級混齡 (向日葵班)	教學節數	每週(2)節，本學期共(42)節
彈性學習課程 四類規範	<p>3. ■特殊需求領域課程</p> <p>身障類：■生活管理□社會技巧□學習策略□職業教育□溝通訓練□點字□定向行動□功能性動作訓練□輔助科技運用</p> <p>資優類：□創造力□領導才能□情意發展□獨立發展</p> <p>其他類：□藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. □其他類課程</p> <p>□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</p>				
設計理念	<p>學校應及早培養學生成人生活所需具備之能力進行教學，針對日常生活中自我照顧、家庭生活、環境應變、社交參與等能力加以訓練，當特殊需求學生的生活管理能力增長時，其獨立功能及生活品質也會提升，將可縮短其適應環境的時間。如能儘早學會生活重要日常生活技能，實際運用於生活中，將有助於社區參與與群體生活的融合。</p>				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>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> <p>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> <p>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>				
課程目標	<p>1. 養成處理個人或居家環境清潔與安全維護生活能力，熟練各項生活技能，為個人獨立生活做準備。</p> <p>2. 表現自我覺察、自我管理與自我決策的行為與態度，並倡導個人權益以促進自我實踐。</p>				
配合融入之領域 或議題	<p>■國語文 □英語文 □英語文融入參考指引 □本土語</p> <p>□數學 ■社會 □自然科學 □藝術 ■綜合活動</p> <p>■健康與體育 ■生活課程 □科技 □科技融入參考指引</p>		<p>■性別平等教育 □人權教育 ■環境教育 □海洋教育 ■品德教育</p> <p>□生命教育 □法治教育 □科技教育 □資訊教育 □能源教育</p> <p>■安全教育 □防災教育 □閱讀素養 □多元文化教育</p> <p>■生涯規劃教育 ■家庭教育 □原住民教育 □戶外教育 □國際教育</p>		
表現任務	<p>教師示範、口頭問答、課堂觀察(上課表現)、實際操作、分享及討論</p>				

課程架構脈絡

教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選 教材或學 習單
第一週 ~ 第七週	14	我是 清潔高手	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-1 環境衛生的觀 念。 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。 特生 F-sP-4 垃圾分類與資 源回收。	1. 學習使用掃把、畚箕，教 導正確的掃地步驟及要領。 2. 學習擰乾抹布，並能用抹 布將桌子、椅子、置物櫃、 窗台擦拭乾淨。 3. 學習使用拖把、擠水器， 教導正確的拖地步驟及要 領。 4. 學習刷洗手台、刷洗馬 桶，能正確選用清潔劑。 5. 學習將資源回收正確分 類。 6. 學習將垃圾袋打結綁 好，並拿至子母車丟棄。 7. 能按時完成工作，並主動 幫忙。	老師講解示範 後，學生實際 操作練習。選 用清潔劑、工 具，並能互相 幫忙完成清潔 工作。	教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作	無
第八週 ~ 第十四週	14	生活自理家	特生 1-sA-6 使用適當方式洗濯 及晾曬衣物。 特生 1-sA-7 整理及收納個人衣 物。	特生 B-sP-1 衣物穿脫技巧。 特生 B-sP-2 衣物的認識。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與 收納。	1. 建立生活常規 2. 學習正確的刷牙習慣 3. 打點個人服儀 4. 了解服裝穿搭 5. 認識衣服洗標的意義 6. 我會摺衣服 7. 刷洗衣物、手套與襪子	1. 引起動機 2. 老師講解示 範 3. 學生實際操 作練習 4. 課堂問答 5. 分組練習	教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作	無

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			特生1-sP-10 視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。	特生B-sA-2 服裝禮儀。 特生C-sP-5 個人清潔。				
第十五週 ~ 第二十一週	14	用心過生活	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-4 表現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理。	特生A-sP-4 食物的認識。 特生A-sA-3 食物的選購。 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。	1. 認識新鮮食材 2. 了解保存期限 3. 認識食品分類 4. 看懂簡易食譜 5. 認識烹飪器具 6. 培養用餐禮儀 7. 認識世界飲食文化	1. 引起動機 2. 老師講解示範 3. 學生實際操作練習 4. 課堂問答 5. 分組練習	口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作 紙筆作業	無

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第4類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

學習主題名稱	特殊需求-生活管理	實施年級 (班級/組別)	七八年級混齡 (向日葵班)	教學節數	每週(2)節，本學期共(40)節		
彈性學習課程 四類規範	<p>3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程</p> <p>身障類：<input checked="" type="checkbox"/>生活管理 <input type="checkbox"/>社會技巧 <input type="checkbox"/>學習策略 <input type="checkbox"/>職業教育 <input type="checkbox"/>溝通訓練 <input type="checkbox"/>點字 <input type="checkbox"/>定向行動 <input type="checkbox"/>功能性動作訓練 <input type="checkbox"/>輔助科技運用</p> <p>資優類：<input type="checkbox"/>創造力 <input type="checkbox"/>領導才能 <input type="checkbox"/>情意發展 <input type="checkbox"/>獨立發展</p> <p>其他類：<input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程</p> <p><input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流 <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>						
設計理念	<p>學校應及早培養學生成人生活所需具備之能力進行教學，針對日常生活中自我照顧、家庭生活、環境應變、社交參與等能力加以訓練，當特殊需求學生的生活管理能力增長時，其獨立功能及生活品質也會提升，將可縮短其適應環境的時間。如能儘早學會生活重要日常生活技能，實際運用於生活中，將有助於社區參與與群體生活的融合。</p>						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>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> <p>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> <p>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>						
課程目標	<p>1. 培養處理個人日常生活飲食、穿著、沐浴、行動與購物等基礎事務的能力，選擇並建立良好的生活習慣，以維持身心健康。</p> <p>2. 參與日常生活中社區各項活動，了解社區環境與資源並遵守社區規範，促進社區參與能力。</p>						
配合融入之領域 或議題	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input checked="" 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/>生活課程 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>科技融入參考指引 </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <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 checked="" type="checkbox"/>安全教育 <input checked="" type="checkbox"/>防災教育 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/>生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>原住民教育 <input checked="" type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育 </td> </tr> </table>					<input checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育
<input checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育						
表現任務	<p>教師示範、口頭問答、課堂觀察(上課表現)、實際操作</p>						

課程架構脈絡

教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自 選教材 或學習 單
第一週 ~ 第六週	12	居安思危	<p>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。</p> <p>特生2-sA-7 熟練居家緊急事件及天然災害的因應措施。</p>	<p>特生G-sP-6 意外事件的認識。</p> <p>特生G-sA-3 意外事件的處理。</p> <p>特生G-sP-7 天然災害的認識。</p> <p>特生G-sA-4 天然災害的應變。</p>	<p>1. 認識意外災害-地震、颱風、土石流</p> <p>2. 防災演練</p> <p>3. 認識滅火器與消防栓</p> <p>4. 準備救難背包</p>	<p>1. 引起動機</p> <p>2. 老師講解示範</p> <p>3. 學生實際操作練習</p> <p>4. 課堂問答</p> <p>5. 分組練習</p>	<p>教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作</p>	無
第七週 ~ 第十三週	14	我是烹調高手	<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-sA-3 選擇適宜的用餐場所與安全的飲食行為。</p>	<p>特生A-sA-1 烹調用具的認識與使用。</p> <p>特生A-sA-4 食物的烹調方式。</p> <p>特生A-sA-6 廚房的清洗及收納。</p>	<p>1. 會清洗蔬菜、削皮</p> <p>2. 會打蛋</p> <p>3. 會燒開水</p> <p>4. 會簡易餐食料理(蒸蛋、煎蛋、水餃、泡麵、蛋花湯、風味飯...)</p> <p>5. 會清潔烹調用具</p>	<p>老師講解示範後，學生實際練習食材處理、烹調、清潔等，互相分享成果。</p>	<p>教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作</p>	無

第十週 ~ 第二十週	14	交通達人	<p>特生 3-P-6 能遵守指示搭乘交通工具。</p> <p>特生 3-P-7 能遵守搭乘大眾交通工具之禮儀。</p> <p>特生 3-A-6 能依據個人的條件選擇適合的交通工具。</p>	<p>特生 X-P-2 常見交通號誌與標線的類別與功能。</p> <p>特生 X-P-3 乘車的安全守則與禮儀。</p> <p>特生 X-A-1 交通路線地圖或地標的使用。</p> <p>特生 X-A-3 社區交通工具的選用與安排。</p> <p>特生 X-A-4 長途交通工具的選擇與使用。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識常見交通號誌的類別與功能。 2. 認識乘車的安全守則與禮儀。 3. 會看交通路線地圖。 4. 會看火車時刻表。 5. 能遵守指示搭乘交通工具。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識交通號誌、交通安全規則、乘車禮儀。 2. 透過網路查詢公車路圖、火車時刻表。 3. 依據目的地選擇交通工具。 	<p>教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作 紙筆作業</p>	無
------------------	----	------	---	--	--	---	--	---

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。