臺南市立白河國民中學 112 學年度第一學期全年級彈性學習 特殊需求-生活管理課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	生活管理	實施年級 (班級組別)	全年級	教學節數	每週(2)節，本學期共(　42　)節
彈性學習課程 四類規範	**3.■特殊需求領域課程** 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 資優類:□創造力□領導才能□情意發展□獨立發展 其他類:□藝術才能班及體育班專門課程 **4.□其他類課程** □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				
設計理念	提升學生生活自理能力，並建立良好人際互動。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 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。				
課程目標	1.培養生活自理能力，融入家庭、學校與社區生活，表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。 2.選擇並建立良好的生活習慣，以維持身心健康。 3.建立正確理財觀念，培養良好消費習慣。 4.建立時間管理觀念，能判斷事務完成優先順序。				
配合融入之領	■國語文　□英語文　□英語文融入參考指引　□本土語	□性別平等教育　□人權教育　■環境教育　□海洋教育　□品德教育 □生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育　□能源教育 ■安全教育　□防災教育　□閱讀素養　□多元文化教育			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

域或議題	□數學 □社會 □自然科學 □藝術 ■綜合活動 □健康與體育 □生活課程 □科技 □科技融入參考指引	□生涯規劃教育 ■家庭教育 □原住民教育□戶外教育 □國際教育
表現任務		

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	健康飲食	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-sA-4 遵守有益身體健康的飲食原則，並理解飲食與疾病的 關	特生 A-sP-2 進食技巧。 特生 A-sA-1 烹調用具的認識與使用。 特生 A-sA-2 食物烹調前的處理。 特生 A-sA-6 廚房的清洗及收納。	1.能正確使用常見加熱工具。 2.能確實清潔各式餐具與廚房用具。 3.能了解健康飲食原	1.使用常見加熱電器(烤箱、微波爐、卡式爐等)來加熱餐點。 2.使用常見清潔器具來清洗自己的餐具與廚房用具。 3.健康的飲食習慣。	觀察評量 實作評量 演練	無

			係。		則。			
第八週 ~ 第十四週	14	自我健康管理	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 1-sA-12 表現疾病預防的健康行為。	特生 D-sP-3 常見疾病的預防與處理。 特生 D-sP-4 健康的生活習慣。 特生 D-sP-5 安全用藥。	1.能養成良好個人衛生習慣。 2.能了解常見疾病預防方式。 3.能具備基本用藥知識。	1.良好個人衛生習慣的重要性。 2.常見傳染疾病的預防。 3.藥品使用與保存方式。	觀察評量 演練 口語表達	無
第十五週 ~	14	理財小達人	特生 2-sP-1 妥善保管個人財物並避免遺失。	特生 E-sP-1 日常財物的使用與	1.能列舉儲蓄的管道。	1.在商店挑選與預算相符的商品。	觀察評量 演練	無

第二十一週			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 3-sP-4 認識消費場所及完成消費行為。	保管。 特生 E-sP-4 消費與儲蓄。 特生 E-sP-5 記帳的技能。	2.能列舉合適的日常消費場所。 3.能簡單紀錄收支。	2.在收支簿做簡單紀錄。 3.依照消費項目挑選合適的消費地點。	口語表達	

◎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。

臺南市立白河國民中學 112 學年度第二學期全年級彈性學習 特殊需求-生活管理課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	生活管理	實施年級 (班級組別)	全年級	教學節數	每週(2)節，本學期共(40)節
彈性學習課程四類規範	**3.■特殊需求領域課程** 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 資優類:□創造力□領導才能□情意發展□獨立發展 其他類:□藝術才能班及體育班專門課程 **4.□其他類課程** □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				
設計理念	提升學生生活自理能力，並建立良好人際互動。				

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 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。
課程目標	1.培養生活自理能力，融入家庭、學校與社區生活，表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。 2.選擇並建立良好的生活習慣，以維持身心健康。 3.建立正確理財觀念，培養良好消費習慣。 4.建立時間管理觀念，能判斷事務完成優先順序。
配合融入之領域或議題	■國語文 □英語文 □英語文融入參考指引 □本土語 □數學 □社會 □自然科學 □藝術 ■綜合活動 □健康與體育 □生活課程 □科技 □科技融入參考指引 □性別平等教育 □人權教育 ■環境教育 □海洋教育 □品德教育 □生命教育 □法治教育 □科技教育 □資訊教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 □閱讀素養 □多元文化教育 □生涯規劃教育 ■家庭教育 □原住民教育 □戶外教育 □國際教育
表現任務	

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	家庭用電安全	特生 2-sP-8 安全使用個人及家中物品或家電。 特生 2-sP-10 處理家中損壞物品並注意自身安全。	特生 G-sP-3 用電安全。 特生 G-sA-1 家電用品的使用與維護。 特生 G-sA-2 家用修繕工具的使用。	1.能列舉使用電器的注意事項。 2.能正確使用家庭常見修繕工具。	1.認識家庭常見電器。 2.電器使用注意事項。 3.認識家庭常見修繕工具與使用方式。	觀察評量 實作評量 口語表達	無
第八週 ~ 第十四週	14	防範詐騙	特生 3-sA-3 辨識各種詐騙行為及避免受騙。 特生 3-sA-4 因應不同的危險情境，採取適當的措	特生 E-sP-6 金融機構的認識。 特生 E-sA-5 金融詐騙的認識與防範。 特生 K-sA-3 各	1.能列舉所在地的金融機構。 2.能列舉自己可能使用金融機構功能。 3.能了解常見金	1.認識在地金融機構。 2.生活中常用的金融機構功能。 3.認識常見金融詐欺方式。 4.遇到詐欺所能採取的應	觀察評量 演練 口語表達	無

			施。	種詐騙行為的認識與防範。	融詐騙模式。	變方式。		
第十五週 ~ 第二十週	12	環境衛生你我他	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 2-sA-3 落實資源回收與再利用。 特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	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.能正確使用各種清潔打掃用具。 2.能維持環境整潔。 3.能正確做好資源回收與分類。	1.認識各種打掃工具與清潔劑。 2.認識資源回收分類，將各類垃圾做正確分類。 3.依範圍與緊急性做打掃順序的排列。 4.個人常用日常物品的清潔與保管。	觀察評量 實作評量 口語表達	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。