

臺南市公(私)立永康區大橋國民小學 113 學年度第一學期中低年級彈性學習 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)	中低年級	教學節數	每周( 2 )節，本學期共( 42 )節			
彈性學習課程 四類規範	<b>3. ■特殊需求領域課程</b> 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 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 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 <b>4. <input type="checkbox"/>其他類課程</b> <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							
設計理念	根據學生能力規劃生活所需具備之技能，並於生活管理中融入不同領域與議題，引導學生於課程中逐步完善及提升生活自理能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。							
課程目標	1. 學生能建立基本生活自理能力，並將各樣技能應用及類化至家庭、社會等不同環境中，培養良好的生活習慣。 2. 學生能藉由各式的實作及情境融入，練習及熟悉技能的步驟和注意要點，並逐步調整修正。							
配合融入之領域 或議題	<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 type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input 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 type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育							
表現任務	實作、觀察							
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
08/30-08/31	每周 4 節	整潔大作戰	特生 1-sP-16 具備洗手、洗 臉、刷牙及使用 牙線的技能。 特生 1-sP-20	特生 C-sP-5 個 人清潔。 特生 F-sP-1	1. 能維持個 人的整潔。 2. 能在提示 或協助下，表 現出正確的	1. 學習及練習自己或在協助 下，正確地進行刷牙、漱口 等基礎個人衛生清潔活動。 2. 學習及練習建立良好的衛 生習慣，維持座位整潔及勤	1. 實作評 量 2. 觀察評 量	自編教材
09/01-09/07								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

09/08-09/14			具備良好的口鼻衛生習慣。 特生 1-sA-9	環境衛生的觀念。 特生 F-sP-2 清潔用品的認識與使用。	個人清潔技巧。 3. 能在提示或協助下, 表現出正確的環境清潔技巧。	洗手。 3. 學習及練習自己或在協助下, 正確地進行洗臉、修剪指甲等進階個人衛生清潔活動。 4. 學習及練習自己或在協助下, 正確地使用拖把、掃把、綁垃圾袋進行環境的清潔。		
09/15-09/21			適時修剪指甲與頭髮。 特生 2-sP-6	特生 F-sP-3 清掃工作的技能。				
09/22-09/28			維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 2-sP-7	特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。				
09/29-10/05			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。					
10/06-10/12								
10/13-10/19	每周4節	友善食光	特生 1-sP-1 覺察及表達飢餓和飽足的生理反應。	特生 A-sP-1 飲食需求的表達。	1. 能以目標方式表達飲食需求。	1. 學習及練習自己或在協助下, 正確地透過目標行為(溝通圖卡、肢體動作、口語等)表達飲食需求。	1. 實作評量 2. 觀察評量	自編教材
10/20-10/26			特生 1-sP-2 使用適當的餐具進食。	特生 A-sP-2 進食技巧。	2. 能在提示或協助下, 表現適當的用餐禮儀。	2. 學習及練習自己或在協助下, 於用餐時不說話、不隨意離座、維持桌面整潔等。		
10/27-11/02			特生 1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。	特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。	3. 能在提示或協助下, 剝除食物包裝及使用餐具進食。	3. 學習及練習自己或在協助下, 將食物外包裝剝除或打開, 以及正確地使用餐具進食。		
11/03-11/09			特生 1-sP-4 表現合宜的用餐	特生 A-sP-7 餐				
11/10-11/16								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

11/17-11/23			禮儀與協助餐後整理。	前準備與餐後收拾的技巧。 特生 A-sP-8 用餐禮儀。				
11/24-11/30								
12/01-12/07	每周4節	安全好煮意	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 2-sP-8 安全使用個人及家中物品或家電。 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。	特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣 特生 A-sP-9 簡易餐食的製作。 特生 A-sA-1 烹調用具的認識與使用。	1. 能在提示或協助下，正確且安全的操作廚房家電。 2. 能在提示或協助下，將烹調器具清洗乾淨。 3. 能在提示或協助下，正確表現出火災時的應對和自救方式。	1. 學習及練習自己或在協助下，正確且安全的操作廚房家電，進行食物的烹飪。 2. 學習及練習自己或在協助下，在使用烹調器具前後，將其清洗潔淨。 3. 學習及練習自己或在協助下，當在家中遇到火災時，如何自救以及展現適當的應對方式。	1. 實作評量 2. 觀察評量	自編教材
12/08-12/14								
12/15-12/21								
12/22-12/28								
12/29-01/04								
01/05-01/11								
01/12-01/18								
01/19-01/20								

◎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。

臺南市公(私)立永康區大橋國民小學 113 學年度第二學期中低年級彈性學習 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)	中低年級	教學節數	每周( 2 )節，本學期共( 42 )節			
彈性學習課程 四類規範	<b>3. <input checked="" type="checkbox"/>特殊需求領域課程</b> 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 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 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 <b>4. <input type="checkbox"/>其他類課程</b> <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							
設計理念	根據學生能力規劃生活所需具備之技能，並於生活管理中融入不同領域與議題，引導學生於課程中逐步完善及提升生活自理能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。							
課程目標	1. 培養學生自我保護意識及方式，了解自己的身體隱私及界線，並尊重他人與自己的身體自主權。 2. 認識常見的交通號誌及告示內涵，學會避開危險處，逐步培養獨立行動的能力。 3. 練習及熟習衣物的穿脫和收納技巧，學習根據天氣搭配適宜的穿著，並將其應用於生活中。							
配合融入之領域 或議題	<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 type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input 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 checked="" 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 type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	實作、觀察							
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
02/05-02/08	每周 4 節	不要摸我!	特生 2-sP-13 區辨隱私的場所 和行為，並維護 自己和家人的隱 私權。	特生 I-sP-4 身 體隱私與 界限的認 識與保護。	1. 能認識自 己的身體隱 私部位及尊 重他人身體 自主權。	1. 學習及練習自己或在協助 下，表達自己的身體隱私 處，並學習尊重他人。 2. 學習及練習建立隱私場所 的概念，區辨何謂隱私場所。	1. 實作評 量 2. 觀察評 量	自編教材
02/09-02/15								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

02/16-02/22			特生 2-sP-14 接受自己的性別氣質，保護自己並尊重他人的身體自主權。	特生 I-sP-5 身體自主權的維護與尊重。	2. 能區辨隱私場所。 3. 能在提示或協助下，表現出適當的自我保護及求助技巧。	3. 學習及練習自己或在協助下，以適當的方式制止他人的不當觸摸或言語騷擾(含性騷擾、性侵害、性霸凌)。 4. 學習及練習自己或在協助下，以適當方式預防他人不當觸摸或言語騷擾(含性騷擾、性侵害、性霸凌)。 5. 學習及練習自己或在協助下，在遭遇他人不當觸摸或言語騷擾(含性騷擾、性侵害、性霸凌)時，以適當方式進行求助。		
02/23-03/01			特生 2-sP-15 辨識家庭暴力、性騷擾、性侵害、性霸凌等行為，並能自我保護及求助。	特生 I-sP-6 性騷擾、性侵害與性霸凌的認識。				
03/02-03/08								
03/09-03/15								
03/16-03/22								
03/23-03/29	每周 2 節	馬路安全行	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。	特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。	1. 能在提示或協助下，認識常見的交通號誌。	1. 學習及練習自己或在協助下，正確的分辨不同交通號誌的代表意義及功能。	1. 實作評量 2. 觀察評量	自編教材
03/30-04/05			特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。	特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。	2. 能在提示或協助下，遵守基本的交通規則。	2. 學習及練習自己或在協助下，正確的表現出基本交通規則(遵守紅綠燈、行走在行人穿越道、人行道等)。		
04/06-04/12			特生 3-sP-5 遵守公共場所及設施的使用規範。		3. 能在提示或協助下，認識常見的交通、施工警示工具及號誌。	3. 學習及練習自己或在協助下，正確的分辨交通警示工具及號誌(三角錐、施工告示、禁止進入、封鎖線等)。		
04/13-04/19								
04/20-04/26								
04/27-05/03								
05/04-05/10								
05/11-05/17	每周	我會整理衣物	特生 1-sP-8 維持衣著整潔，	特生 B-sP-1 衣	1. 能在提示或協助下，選	1. 學習及練習自己或在協助下，根據場合性質或天氣，	1. 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

05/18-05/24	4 節		並每日換洗貼身衣物。	物穿脫技巧。	擇合適的衣物、穿著。	挑選適合的衣物搭配。	2. 觀察評量
05/25-05/31			特生 1-sP-9 選擇適當場所並完成衣物穿脫與更換。	特生 B-sP-2 衣物的認識。	2. 能在提示或協助下，穿脫不同款式的衣物。	2. 學習及練習自己或在協助下，穿脫不同款式衣物(鈕扣衣物、拉鍊衣物、領子衣物、皮帶等)。	
06/01-06/07			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-sP-3 衣物的清潔與收納。	3. 能在提示或協助下，將衣物吊掛或摺疊收納。	3. 學習及練習自己或在協助下，將衣服使用衣架或曬衣夾吊掛；或將衣物折疊整齊收納。	
06/08-06/14			特生 1-sP-11 分類衣物並收納保管。	特生 B-sA-2 服裝禮儀。			
06/15-06/21							
06/22-06/28							
06/29-06/30							

◎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。