

臺南市公立永康區大橋國民小學 113 學年度第一學期高年級彈性學習 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) | 高年級 | 教學節數 | 每周(4)節，本學期共(84)節 | | | |
|--------------------------|--|----------------|---|---|--|--|----------------------------|----------------|
| 彈性學習課程 四類規範 | 3. ■特殊需求領域課程 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 4. <input type="checkbox"/>其他類課程 <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 | 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 | | | 覺察及表達飢餓和飽足的生理反應。 特生 1-sP-2 | 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 | | | 使用適當的餐具進食。 特生 1-sP-3 | 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 | | | 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。 特生 1-sP-4 | 特生 A-sP-7 餐 | | | | |
| 11/10-11/16 | | | 表現合宜的用餐 | | | | | |

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 | | | | |
| 11/24-11/30 | | | | A-sP-8 用餐禮儀。 | | | | |
| 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。

臺南市公立永康區大橋國民小學 113 學年度第二學期高年級彈性學習 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) | 高年級 | 教學節數 | 每周(4)節，本學期共(84)節 | | | |
| 彈性學習課程 四類規範 | 3. ■特殊需求領域課程 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 4. □其他類課程 <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 checked="" 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 checked="" 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。 2. 能在提示或協助下，遵守基本的交通規則。 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。 | 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。 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)。 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)。 | 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。 | | | | |
| 04/06-04/12 | | | 特生 3-sP-5 遵守公共場所及設施的使用規範。 | | | | | |
| 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 | 特生 | 2. 能在提示 | 2. 學習及練習自己或在協助 | | |
| 06/01-06/07 | | 選擇適當場所並完成衣物穿脫與更換。 | B-sP-2 衣物的認識。 | 或協助下，穿脫不同款式的衣物。 | 下，穿脫不同款式衣物(鈕扣衣物、拉鍊衣物、領子衣物、皮帶等)。 | | |
| 06/08-06/14 | | 特生 1-sP-10 | 特生 | 3. 能在提示 | 3. 學習及練習自己或在協助 | | |
| 06/15-06/21 | | 視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。 | B-sP-3 衣物的清潔與收納。 | 或協助下，將衣物吊掛或摺疊收納。 | 下，將衣服使用衣架或曬衣夾吊掛；或將衣物折疊整齊收納。 | | |
| 06/22-06/28 | | 特生 1-sP-11 | 特生 | | | | |
| 06/29-06/30 | | 分類衣物並收納保管。 | B-sA-2 服裝禮儀。 | | | | |

◎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。