

臺南市公(私)立安平區安平國民小學一一四學年度第一學期智能障礙組彈性學習 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	我能自己來	實施年級 (班級組別)	低年級組	教學節數	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	生活管理： (一) 培養個人日常生活飲食、穿著、行動等基礎事務處理的能力，選擇並建立良好生活習慣，以維持身心健康。 (二) 養成個人清潔與安全維護、參與休閒活動能力。 (三) 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。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特生-P-A1 具備個人基本飲食、穿著、行動等生活管理能力，建立良好的衛生習慣，探索個人休閒興趣，並於生活中開始生涯覺知與探索，對自身事務展現尋求協助、表達想法、選擇與決定的行為。 特生-P-B3 透過探索休閒興趣、嗜好，參與學校活動、認識社區資源與公共設施設備，體驗生活美學，增加對美的感知與生活的豐富性。 特生-P-C1 理解、遵守有關飲食、穿著、沐浴、行動、休閒等各項個人基本生活事務之規範與禮儀，並展現自我管理、自我調整的能力，以增加責任感與團體意識。				
課程目標	1. 能維持個人穿著、衛生，建立良好的衛生習慣。 2. 能建立身體自主及保護，並解決日常生活的問題。 3. 能參與團體活動，促進活動參與能力，培養個人休閒興趣。				
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	1. 能參與活動，並透過情境演練習得正確衛生習慣。 2. 能透過情境演練習得自我保護，並解決日常生活問題。 3. 能參與團體活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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 9/01-9/05	2	生活小達人(1) ①我會刷牙 ②我會把衣服穿好	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-19 隨時整理與保持儀容整潔。	特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 B-sP-1 衣物穿脫技巧。 特生	1. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，正確刷牙。 2. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，觀察並保持服裝儀容。	1. 提供步驟圖卡，在口語引導下學習依照步驟完成獨立刷牙/服裝儀容檢查。 2. 透過情境演練，辨認什麼情況該刷牙/服裝儀容檢查。 3. 當遇到困難時，能主動向同學/老師求助。	1. 能透過反覆練習培養基本的生管理力，保持個人衛生習慣（刷牙、服裝儀容）。	自編自選教材
第二週 9/08-9/12	2							
第三週 9/15-9/19	2							
第四週 9/22-9/26	2							
第五週 9/29-10/03	2	生活小達人(2) ①我會洗手 ②我會把衣服掛好	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-19 隨時整理與保持儀容整潔。	特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。	1. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，正確洗手。 2. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，觀察並正確收納衣物。	1. 提供步驟圖卡，在口語引導下學習依照步驟完成獨立使用洗手乳/肥皂洗手。 2. 透過情境演練，正確把外套/衣服掛好。	3. 能透過反覆練習培養基本的生管理力，保持個人衛生習慣（刷牙、服裝儀容）。	自編自選教材
第六週 10/06-10/10	2							
第七週 10/13-10/17	2							
第八週 10/20-10/24	2							
第九週 10/27-10/31	2	我會保護自己 ①認識我的身體	特生 I-sP-4	特生 2-sP-15	1. 能透過視覺圖卡與口	1. 運用多媒體教材，認識身體的部位。	1. 透過學習單可用紅	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十週 11/03-11/07	2	②身體紅綠燈	身體隱私與界限的認識與保護。 特生 I-sP-5 身體自主權的維護與尊重。	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。	語，正確辨認身體部位。 2. 能透過影片及操作活動說出身體不可碰觸的部位。	2. 透過綠色和紅色標示身體可碰觸的部位和不可碰觸的部位。 3. 透過情境演練，當遇到有人觸碰隱私部位時，能適時口語表達反抗並離開現場。	色圓點貼標示身體不可碰觸的部位。 2. 可用適當口語表達不可碰觸身體的隱私部位。	
第十一週 11/10-11/14	2							
第十二週 11/17-11/21	2							
第十三週 11/24-11/28	2	交通安全 ①我會看紅綠燈 ②我會過馬路 ③走路停看聽 ④常見的交通工具	特生 J-sP-1 交通工具的認識。 特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。	1. 能在看到紅燈時，停在安全位置等待。 2. 能在看到綠燈時，注意來車並通過馬路。	1. 運用多媒體教材，了解過馬路可能會碰到的危險。 2. 透過圖卡引導，了解安全過馬路的步驟。	1. 能透過實作練習正確通過馬路。	自編自選教材
第十四週 12/01-12/05	2							
第十五週 12/08-12/12	2							
第十六週 12/15-12/19	2							
第十七週 12/22-12/26	2	環境整潔－ ①我會使用掃把 ②我會使用拖把	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-3 清掃工作的技能。	1. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，正確使用掃把。 2. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，正確使用拖把。	1. 提供步驟圖卡，在口語引導下學習依照步驟完成獨立掃地/拖地。 2. 透過情境演練，辨認什麼情況該掃地/拖地。 3. 當遇到困難時，能主動向同學/老師求助。	1. 能透過反覆練習，維護環境整潔。	自編自選教材
第十八週 12/29-1/02	2							
第十九週 1/05-1/09	2							
第廿週 1/12-1/16	2							
第廿一週 1/19-1/20	2	環境整潔－ ①我會擰抹布 ②我會擦桌子	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清	特生 F-sP-1 環境衛生的	1. 能透過視覺化步驟引導與口	1. 提供步驟圖卡，在口語引導下學習依照步驟完成獨立洗抹布、擰抹布。	1. 能透過反覆練習，維	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			潔。	觀念。 特生 F-sP-3 清掃工作的 技能。	語提示， 正確使用 抹布。	2. 了解抹布的用途，並學習 使用抹布清潔不同的地 方。	護環境 整潔。	
--	--	--	----	-------------------------------------	---------------------	------------------------------------	------------	--

- ◎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)立安平區安平國民小學一一四學年度第二學期智能障礙組彈性學習 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	我能保護自己	實施年級 (班級組別)	低年級組	教學節數	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	生活管理： (一) 培養個人日常生活飲食、穿著、行動等基礎事務處理的能力，選擇並建立良好生活習慣，以維持身心健康。 (二) 養成個人清潔與安全維護、參與休閒活動能力。 (三) 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。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	特生-P-A1 具備個人基本飲食、穿著、行動等生活管理能力，建立良好的衛生習慣，探索個人休閒興趣，並於生活中開始生涯覺知與探索，對自身事務展現尋求協助、表達想法、選擇與決定的行為。 特生-P-B3 透過探索休閒興趣、嗜好，參與學校活動、認識社區資源與公共設施設備，體驗生活美學，增加對美的感知與生活的豐富性。 特生-P-C1 理解、遵守有關飲食、穿著、沐浴、行動、休閒等各項個人基本生活事務之規範與禮儀，並展現自我管理、自我調整的能力，以增加責任感與團體意識。				
課程目標	1. 能維持個人穿著、衛生，建立良好的衛生習慣。 2. 能建立身體自主及保護，並解決日常生活的問題。 3. 能參與團體活動，促進活動參與能力，培養個人休閒興趣。				
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	1. 能參與活動，並透過情境演練習得正確衛生習慣。 2. 能透過情境演練習得自我保護，並解決日常生活問題。 3. 能參與團體活動，並透過情境演練習得適當的互動方法。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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 1/19-1/23	2	生活能力訓練— ①我會上廁所 ②我會表達我要上廁所	特生 1-sP-12 覺察並表達如廁需求，能自行或由他人協助前往廁所。	特生 C-sP-1 如廁技巧。	1. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，正確如廁。	1. 提供步驟圖卡，在口語引導下學習依照步驟完成獨立如廁。	1. 能透過反覆練習培養基本的生活管理能力。	自編自選教材
第二週 2/16-2/20	0		特生 1-sP-13 依個人需求選擇合適且乾淨的便器。					
第三週 2/23-2/27	2		特生 1-sP-14 精熟如廁技巧，如攜帶衛生紙、穿脫褲子、擦拭、沖水、洗手等。					
第三週 3/1 3/6	2							
第四週 3/9 3/13	2	安全第一 1 認識安全電器 2 能辨認危險情境	特生 2-sP-8 安全使用個人及家中物品或家電	特生 3-sP-1 獨立行動的能力。	1. 能辨識安全的家電。 2. 能辨識危險情境並預防。	1. 運用多媒體教材，認識生活中常見的家電和使用方法。	1. 能透過圖卡說出正確的使用家電和避免危險情。	自編自選教材
第五週 3/16 3/20	2		特生 2-sP-9 辨識家中潛在危險處並注意自身與門戶安					
第六週 3/16 3/22	2							
第七週 3/23 3/27	2							

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第八週 3/30 4/3	2	性平教育— 3 我是身體的主人 ②身體的秘密	特生 I-sP-4 身體隱私與界限的認識與保護。 特生 I-sP-5 身體自主權的維護與尊重。	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。	1. 能說出身體有哪些部分不能被他人觸碰 2. 能說出如果保護自己的身體並表達不舒服的感受	1. 透過影片欣賞認識身體的界線，並以顏色標示出身體的紅燈區 2. 透過情境演練說出如何保護自己的身體 3. 能寫出三個求助對象	1. 能參與活動，並透過情境演練與人有適當的肢體接觸	自編自選教材
第九週 4/6 4/10	2							
第十週 4/13 4/17	2							
第十一週 4/20 4/24	2							
第十二週 4/27 5/1	2	生活能力訓練— ①能在夏天選擇適當的衣著 ②能選擇適當尺寸的衣物 ③能保持衣物整潔	特生 1-sP-7 表達穿著衣物的不適感並請求更換。 特生 1-sP-8 維持衣著整潔，並每日換洗貼身衣物。	特生 B-sP-2 衣物的認識。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。	1. 能辨認夏天適合穿的衣物長度與材質 2. 能每天更換乾淨的衣服	1. 透過多媒體教材，認識夏天的氣候變化，並能以二選一方式選擇適當的衣物 2. 透過多媒體教材，能維持衣物整潔，並知道衣物更換的時機	1. 能透過視覺引導辨認，選擇適當的穿著	自編自選教材
第十三週 5/4 5/8	2							
第十四週 5/11 5/15	2							
第十五週 5/18 5/22	2							
第十六週 5/25 5/29	2	生活能力訓練 認識便利商店	特生 3-sP-4 認識消費場所及完成消費行為。	特生 E-sP-2 金錢的概	1. 能透過操作活動，正確購	1. 運用多媒體教材，認識便利商店的功能。 2. 選擇自己想要的餐點，	1. 能透過實作練習正確點餐並	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十七週 6/1 6/5	2	①能知道購物流程 4 能選擇不同的付款方式		念。 特生 K-sP-5 購物的流程與技巧。	物。 2. 能透過操作活動，正確使用計算點數錢幣，付錢。	並學習口說付錢。 3. 買後，用錢幣或鈔票付錢。	正確付錢。	
第十八週 6/8 6/12	2							
第十九週 6/15 6/19	2							
第二十週 6/22 6/26	2	課程總結複習	。特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題	特生 F-sP-1 環境衛生的觀念。 特生 F-sP-3 清掃工作的技能。	1. 能透過視覺化步驟引導與口語提示，正確使用掃把/拖把/抹布	1. 提供步驟圖卡，在口語引導下學習依照步驟完成獨立清洗/擰乾抹布。 2. 提供步驟圖卡，在口語引導下學習依照步驟完成獨立掃地/拖地/擦桌子。	1. 能透過反覆練習，維護環境整潔。	自編自選教材
第廿一週 6/29 6/30	2							

◎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。