

學習主題名稱	生活管理	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共(63)節	
彈性學習課程 四類規範	<p>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</p> <p>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</p>					
設計理念	透過對日常生活中常見事務的理解，提升學生面對未來的生活適應能力。					
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-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。					
課程目標	1. 能在提示下依照貝氏刷牙法將牙齒刷乾淨，並完成刷牙流程。 2. 能在提示下使用毛巾將臉洗乾淨，並完成洗臉流程。 3. 能在提示下以適當方式表達生理需求，並精熟相關技巧。 4. 能在提示下完成個人和班級的餐前準備和餐後整潔工作，並解決在用餐過程中的突發狀況。					
配合融入之領域或 議題	<input 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 checked="" 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 type="checkbox"/> 安全教育 <input 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"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
表現任務	1. 問答與口頭發表 2. 實作評量 3. 觀察評量					

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
第一~二十一週 9/1~1/20	21 （ 每週 1 節 ）	單元一： 【刷牙洗臉小達人】 活動 1： 刷刷刷 活動 2： 洗洗洗	特生 1-SP-16 具備洗手、洗臉 刷牙及使用牙線 的技能。	特生 C-SP-3 身體的清潔 方式。	1. 能在提示 下依照刷 牙六口訣 完成刷 牙。 2. 洗臉時能 獨立弄濕 毛巾，並 將臉清洗 乾淨。	1. 透過示範、影片及圖片學 習刷牙的流程(水杯裝半 杯水→拿牙刷，擠牙膏→ 刷牙→漱口→洗牙刷和水 杯→收拾)，並實際演練。 2. 透過示範、影片和圖片學 習貝氏刷牙法清潔牙齒， 並在提示下實際演練。 3. 透過示範、影片和圖片學 習使用毛巾洗臉的步驟， 並在提示下實際演練。	1. 實作評量 2. 觀察評量	1. 刷牙流程影片 與圖片。 2. 貝氏刷牙法影 片和步驟圖。 3. 洗臉步驟口訣 的影片和圖 片。
第一~二十一週 9/1~1/20	21 （ 每週 1 節 ）	單元二： 【我會大聲說】 活動 1： 如廁需求 活動 2： 協助需求	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 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。	特生 C-SP-1 如廁技巧。	1. 有尿意或 便意時， 能以口語 或指認圖 示表達如 廁需求。 2. 上廁所能 將褲子褪 至膝蓋處 3. 能完成廁 後清潔及 衛生工作	1. 透過影片或圖片說明感到 尿意或便意時，要立刻說 「上廁所」、「尿尿」、「大 便」或指認圖片來表達如 廁需求。 2. 上廁所時練習將褲子褪至 膝蓋處而褲管不落地。 3. 練習廁後清潔擦拭的動 作。 4. 穿上褲子後，練習先按沖 水鈕再洗手。 5. 依照洗手的七步驟練習洗 手。	1. 實作評量 2. 觀察評量	1. 尿意、便意的 圖片和影片。 2. 如廁步驟流程 圖。 3. 洗手步驟口訣 及流程圖。 4. 學校生活常見 狀況情境的圖 片和影片。

					6. 透過影片或圖片說明在學校可能遇到哪些需要幫忙的狀況(如：水壺沒水要裝水、擦鼻涕時卻沒帶衛生紙…等)，並在引導下練習說「請幫忙……」或指認示意幫忙的圖片來表達需求。			
第一~二十一週 9/1~1/20	21 (每週 1 節)	單元三： 【用餐衛生 好禮儀】 活動 1： 餐前準備 活動 2： 用餐禮儀 活動 3： 餐後整潔	特生 1-SP-1 覺察及表達飢餓 和飽足的生理反 應。 特生 1-SP-2 使用適當的餐具 進食。 特生 1-SP-4 表現合宜的用餐 禮儀與協助餐後 整理。 特生 1-SP-16 具備洗手、洗 臉、刷牙及使用 牙線的技能。	特生 A-SP-1 飲食需求的 表達。 特生 A-SP-2 進食技巧 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. 能在提示 下完成餐 前準備工 作。 2. 用餐時保 持適當坐 姿。 3. 用餐時餐 具中的食 物能不掉 落至桌面 或地上。 4. 能在提示 下完成餐 後整潔工 作。 5. 能以口語 或動作表	1. 透過示範、影片及圖片學 習餐前準備工作的流程 (洗手→拿餐具→排隊)， 並實際演練。 2. 透過示範及提示，練習以 適當的坐姿進食。 3. 以適當餐具吃飯並練習以 碗就口，且食物不掉落至 桌面或地上。 4. 透過示範、影片及圖片學 習餐後整潔工作的流程 (收拾餐具→刷牙→桌面 噴灑酒精→使用抹布擦拭 桌面)，並實際演練。 5. 透過影片或圖片說明用餐 前中後可能遇到哪些需要 幫忙的狀況(如：不小心打 翻碗、想盛第二次…等)， 且在引導下練習說「請幫	1. 問答與口 頭發表 2. 實作評量 3. 觀察評量	1. 餐前準備工作 的影片和圖 片。 2. 餐後整潔工作 的影片和圖 片。 3. 學校用餐前中 後常見狀況情 境的圖片和影 片。

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					達用餐前 中後的需求。	忙……」或指認示意幫忙 的圖片來表達需求，並實 際演練。		
--	--	--	--	--	----------------	------------------------------------	--	--

◎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	生活管理	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共(60)節
彈性學習課程 四類規範	<p>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</p> <p>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</p>				
設計理念	透過對日常生活中常見事務的理解，提升學生面對未來的生活適應能力。				
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-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。				
課程目標	1. 能在提示下完成個人寢具和衣著的整理。 2. 能在提示下建立良好的飲食、衛生和運動習慣。 3. 能在提示下完成個人和班級的餐前準備和餐後整潔工作，並解決在用餐過程中的突發狀況。				
配合融入之領域或 議題	<input 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 checked="" 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 checked="" 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 type="checkbox"/> 安全教育 <input 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"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育	
表現任務	1. 問答與口頭發表 2. 實作評量 3. 觀察評量				

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
第一~二十一週 2/11~6/30 註：第二週為 春節假期無上 課日，故該週 為 0 節	20 （ 每週 1 節 ）	單元一： 【整理小高手】 活動 1： 寢具的整理 活動 2： 衣著的整理	特生 2-SP-6 維持個人物品與 環境的整齊清 潔。 特生 1-SA-7 整理及收納個人 衣物。	特生 D-SP-4 健康的生活 習慣。 特生 B-SP-3 衣物的清潔 與收納。	1. 午休結束 後能在提 示下摺好 棉被，並 將枕頭和 棉被收進 寢具袋。 2. 能摺疊上 身衣物。 3. 能摺疊下 身衣物。 4. 能摺疊貼 身衣物和 襪子。	1. 透過示範及圖片學習收拾 寢具工作的流程(摺棉被→ 拿寢具袋→將枕頭、被子 裝進寢具袋→放至工作櫃 裡)，並實際演練。 2. 透過示範及圖片學習摺疊 上身衣物(短袖、長袖、連 帽、外套)。 3. 透過示範及圖片學習摺疊 下身衣物(短褲、長褲、裙 子)。 4. 透過示範及圖片學習摺疊 內褲和內衣。 5. 透過示範及圖片學習摺疊 襪子。	1. 實作評量 2. 觀察評量	1. 自製收拾寢具 工作步驟流程 圖。 2. 自備上身、下 身、貼身衣物 和襪子。
第一~二十一週 2/11~6/30 註：第二週為 春節假期無上 課日，故該週 為 0 節	20 （ 每週 1 節 ）	單元二： 【健康的生活】 活動 1： 飲食模範生 活動 2： 衛生模範生 活動 3： 運動模範生	特生 1-SP-6 自我檢視並控制 飲食行為和習 慣。 特生 1-SP-26 表現規律的生活 習慣與作息，從 事適當的運動與 休閒。	特生 A-SP-6 飲食的衛生 習慣 特生 D-SP-4 健康的生活 習慣	1. 能建立良 好的飲食 習慣。 2. 能建立良 好的衛生 習慣。 3. 能建立良 好的運動 習慣。	1. 透過生活中事件、影片及 自編教材引導學生區辨並 演練良好的飲食習慣，例 飯前洗手。 2. 透過生活中事件、影片及 自編教材引導學生區辨並 演練良好的衛生習慣，例 使用衛生紙擦鼻涕。 3. 透過影片及自編教材引導 學生區辨並演練良好的運	1. 實作評量 2. 觀察評量	1. 良好及不良飲 食習慣影片及 圖片。 2. 良好及不良衛 生習慣影片及 圖片。 3. 良好及不良運 動習慣影片及 圖片。

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					動習慣，例：運動前先做熱身運動。		
第一~二十一週 2/11~6/30 註：第二週為 春節假期無上 課日，故該週 為 0 節	20 (每週 1 節)	單元三： 【用餐衛生 好禮儀】 活動 1： 餐前準備 活動 2： 用餐禮儀 活動 3： 餐後整潔 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-1 覺察及表達飢餓 和飽足的生理反 應。 特生 1-SP-2 使用適當的餐具 進食。 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-1 飲食需求的 表達。 特生 A-SP-2 進食技巧 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. 能在提示 下完成餐 前準備工 作。 2. 用餐時保 持適當坐 姿。 3. 用餐時餐 具中的食 物能不掉 落至桌面 或地上。 4. 能在提示 下完成餐 後整潔工 作。 5. 能以口語 或動作表 達用餐前 中後的需 求。	1. 透過示範、影片及圖片學 習餐前準備工作的流程 (洗手→拿餐具→排隊)， 並實際演練。 2. 透過示範及提示，練習以 適當的坐姿進食。 3. 以適當餐具吃飯並練習以 碗就口，且食物不掉落至 桌面或地上。 4. 透過示範、影片及圖片學 習餐後整潔工作的流程 (收拾餐具→刷牙→桌面 噴灑酒精→使用抹布擦拭 桌面)，並實際演練。 5. 透過影片或圖片說明用餐 前中後可能遇到哪些需要 幫忙的狀況(如：不小心打 翻碗、想盛第二次…等)， 且在引導下練習說「請幫 忙……」或指認示意幫忙 的圖片來表達需求，並實 際演練。	1. 問答與口 頭發表 2. 實作評量 3. 觀察評量	1. 餐前準備工作 的影片和圖 片。 2. 餐後整潔工作 的影片和圖 片。 3. 學校用餐前中 後常見狀況情 境的圖片和影 片。

◎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。