

臺南市公(私)立永康區西勢國民中(小)學 114 學年度第一學期低年級彈性學習 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	特殊需求-生活管理	實施年級 (班級組別)	一、二年級	教學節數	每週共(2)節，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	1. 滿足學生個別需求 2. 提升學生自我照顧							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	生活管理 特生-P-A1 具備個人生活自理能力，建立良好的生活習慣，參與家庭活動、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。							
課程目標	培養學生生活自理能力							
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	學生能夠在日常生活中實際執行							
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
9/1-10/17 9/1 開學日	14	我會吃午餐	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-2 進食技巧。 特生 A-sP-4 食物的認識。 特生 A-sP-7	1. 能仿說午餐菜單內容 2. 能依序執行用餐活動流程	一、餐前準備： 1. 教師出示當日午餐菜單圖卡，帶領學生逐項認識常見食物及其圖字卡（如魚、肉、青菜、湯、水果），練習	觀察評量 實作評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				餐前準備與餐後收拾的技巧。 特生 A-sP-8 用餐禮儀。	3. 能在規定時間內用完午餐 4. 能在用餐後收拾便當盒及桌面	看圖仿說午餐菜名。 2. 認識餐具及其圖字卡（湯匙／筷子／便當盒／餐袋），練習正確歸位。 3. 學生依依步驟進行午餐準備：擦桌子、洗手、拿餐具、排隊、盛飯菜。 二、用餐時： 1. 使用視覺計時器輔助學生掌握用餐時間，培養良好用餐節奏。 2. 認識基本用餐禮儀，例如：用餐姿勢正確、適量取食、口含食物不說話等。 三、用餐後： 1. 用餐後，學生依老師口頭指示將便當盒掛回指定處，並擦拭桌面。 2. 認識餐具及其圖字卡（湯匙／筷子／便當盒／餐帶），練習正確歸位與擦拭桌面。		
10/20-11/28 10/30、31 第一次定期評量	14	我會穿衣服	特生 1-sP-8 維持衣著整潔，並每日換洗貼身衣物。 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-1 衣物穿脫技巧。 特生 B-sP-2 衣物的認識。	1. 能辨識衣物種類（如外套、上衣、褲子等） 2. 能配對正確的衣物部位（如袖子	一、認識衣物 出示實物或圖卡，引導學生認識上衣、褲子、外套等衣物名稱與功能。（搭配圖字卡、實際觸摸衣物） 二、衣物配對遊戲 操作黏貼板讓學生將衣物對應貼到正確部位，如「袖子	觀察評量 實作評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			特生 1-sP-10 視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。		穿手、褲管穿腳) 3. 能由他人協助穿脫衣褲	對手」、「褲管對腳」。 三、穿衣分解練習 教師示範穿衣步驟，學生在教師肢體協助下跟著練習分段穿衣，如「先穿一邊袖子，再穿另一邊」。 四、實際操作練習 學生在教師肢體協助下實際操作穿外套、拉拉鍊，依圖示流程完成穿衣任務。 五、情境模擬活動 學生練習依情境選擇並穿好適當衣物。		
12/1-1/20 1/13、14 第二次定期評量 1/20 休業式	14	我會上廁所	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 1-sP-15 表現如廁時的禮儀。	特生 C-sP-1 如廁技巧。 特生 C-sP-2 如廁禮儀。	1. 能表達如廁需求（口語、手勢或圖卡表達） 2. 能培養正確如廁習慣（如如廁後沖水、洗手、不玩水）	一、表達如廁需求 1. 練習使用口語、手勢或圖卡表達「我要上廁所」，進行情境角色扮演（如：看到圖卡就舉手）。 二、培養如廁習慣 透過影片或繪本學習正確如廁行為，搭配實際練習與情境模擬（如「上完廁所記得沖水小挑戰」）。	觀察評量 實作評量	自編

◎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)立永康區西勢國民中(小)學 114 學年度第二學期低年級彈性學習 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	特殊需求-生活管理	實施年級 (班級組別)	一、二年級	教學節數	每週共(2)節，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	1. 滿足學生個別需求 2. 提升學生自我照顧							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	生活管理 特生-P-A1 具備個人生活自理能力，建立良好的生活習慣，參與家庭活動、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。							
課程目標	培養學生生活自理能力							
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	學生能夠在日常生活中實際執行							
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 1-7 週 第二週為春 節假期	12	我會洗手	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。 特生 C-sP-4 個人清潔用品	1. 能在老師 口頭提示下 辨識洗手時 機(如：吃 飯前、上廁	一、認識洗手時機 透過圖片、影片或繪本認 識什麼時候該洗手(例 如：吃飯前、上完廁所 後)。	觀察評量 實作評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				的認識。 特生 C-sP-5 個人清潔。	所後、玩耍後) 2. 能依序完成洗手步驟 (打開水龍頭→沾濕雙手→搓洗手心手背→沖水→關水→擦手) 3. 能在教師提醒下完成洗手流程 4. 能培養良好的洗手習慣 (如不玩水、不弄濕衣服)	二、洗手步驟練習 教師使用洗手流程圖，帶著學生跟著圖卡一步步練習正確洗手動作。 三、實際操作與情境模擬 在教師協助下，實際在洗手台練習洗手，模擬如廁後、午餐前等不同情境，並強化正確步驟。 四、良好習慣建立活動 介紹洗手時「不玩水、不濕衣」的規範，搭配正向增強方式強化良好行為。		
第 8-14 週	14	我會洗臉	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 具備良好的口鼻衛生習慣。	特生 C-sP-3 身體的清潔方式。 特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。 特生 C-sP-5 個人清潔。	1. 能辨識洗臉部位 (如額頭、臉頰、下巴、鼻子) 2. 能依序完成洗臉步驟 (開水龍頭→沾水→搓洗臉部→毛巾擦乾)	一、認識臉部位 利用臉部位圖卡或照鏡子，引導學生認識額頭、眼睛、臉頰、下巴、鼻子等部位。 二、認識洗臉工具 教師出示毛巾實物，引導學生辨識並學習正確使用方法。 三、洗臉步驟教學與實作 教師示範正確洗臉流程，	觀察評量 實作評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					3. 能在提醒下完成洗臉流程。 4. 能培養正確洗臉習慣（不玩水、不弄濕衣服）	搭配洗臉圖卡，引導學生實際操作（沾水→搓洗→擦乾）。 四、情境模擬練習 模擬運動後、吃完飯洗臉情境，讓學生練習按步驟洗臉。		
第 16-21 週	14	我會刷牙	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。 特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。 特生 C-sP-5 個人清潔。	1. 能辨識牙刷、牙膏等刷牙用品 2. 能依序完成刷牙步驟（漱口→刷牙→漱口→洗牙刷→擦嘴） 3. 能在提醒下完成刷牙流程 4. 能培養正確刷牙習慣（如不咬牙刷、漱口水要吐掉、不玩水） 5. 能至全聯挑選自己的	一、認識刷牙用品 出示牙刷、牙膏、漱口杯等實物，讓學生觀察、摸一摸、學一學名稱與用途。 二、刷牙步驟教學 活動內容：播放刷牙教學影片或教師示範，搭配圖卡引導學生記住刷牙步驟。 三、實際操作練習 提供個人牙刷組，在教師肢體協助下引導學生實際練習刷牙步驟（漱口→刷牙→漱口→洗牙刷→擦嘴）。 四、正確習慣建立 透過繪本或角色扮演學習不咬牙刷、漱口水要吐掉、不玩水的正確行為。	觀察評量 實作評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				潔牙用具。			
--	--	--	--	-------	--	--	--

- ◎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。