

臺南市延平國民中學 114 學年度第一學期 七年級彈性學習 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	特殊需求-生活管理	實施年級 (班級/組別)	七年級 (向日葵班)	教學節數	每週(2)節，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	學校應及早培養學生成人生活所需具備之能力進行教學，針對日常生活中自我照顧、家庭生活、環境應變、社交參與等能力加以訓練，當特殊需求學生的生活管理能力增長時，其獨立功能及生活品質也會提升，將可縮短其適應環境的時間。如能儘早學會生活重要日常生活技能，實際運用於生活中，將有助於社區參與與群體生活的融合。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
課程目標	1. 養成處理個人或居家環境清潔與安全維護生活能力，熟練各項生活技能，為個人獨立生活做準備。 2. 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。				
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	教師示範、口頭問答、課堂觀察(上課表現)、實際操作、分享及討論				

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
第一週 ~ 第七週	14	我是 清潔高手	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-2 清潔用品的認識與使用。 特生 F-sP-3 清掃工作的技能。 特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。	1. 學習使用掃把、畚箕，教導正確的掃地步驟及要領。 2. 學習擰乾抹布，並能用抹布將桌子、椅子、置物櫃、窗台擦拭乾淨。 3. 學習使用拖把、擠水器，教導正確的拖地步驟及要領。 4. 學習刷洗手台、刷洗馬桶，能正確選用清潔劑。 5. 學習將資源回收正確分類。 6. 學習將垃圾袋打結綁好，並拿至子母車丟棄。 7. 能按時完成工作，並主動幫忙。	老師講解示範後，學生實際操作練習。選用清潔劑、工具，並能互相幫忙完成清潔工作。	教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作	無
第八週 ~ 第十四週	14	用電安全	特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。 特生 3-sA-4 因應不同的危險情境，採取適當的措施。	特生 G-sP-3 用電安全。 特生 G-sP-6 意外事件的認識。 特生 G-sA-3 意外事件的處理。	1. 認識用電的安全守則。 2. 認識家庭常見的意外事件。 3. 知道如何處理意外事件。	1. 老師示範講解後，搭配影片教學。 2. 學生於課堂上輪流操作。	教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作	無

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

第十五週 ~ 第二十一週	14	電器的操作 與使用	特生 1-sA-2 使用適當方式加熱、沖泡、烹調簡易餐食。 特生 3-sA-4 因應不同的危險情境，採取適當的措施。 特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	特生 G-sA-1 家電用品的使用與維護。 特生 G-sA-2 家用修繕工具的使用。 特生 G-sA-3 意外事件的處理。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。	1. 會操作電風扇。 2. 會使用電冰箱，並能適當保存食物(冷凍或冷藏)。 3. 會使用電鍋，並做簡易食物製備。 4. 會使用烤箱，並做簡易食物製備。 5. 會使用吸塵器，並將指定區域清掃乾淨。	1. 老師示範講解後，搭影片教學。 2. 學生於課堂上輪流實際操作。	口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作 紙筆作業	無
--------------------	----	--------------	---	--	--	--	---	---

◎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。

臺南市延平國民中學 114 學年度第一學期 七年級彈性學習 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	特殊需求-生活管理	實施年級 (班級/組別)	七年級 (向日葵班)	教學節數	每週(2)節，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	學校應及早培養學生成人生活所需具備之能力進行教學，針對日常生活中自我照顧、家庭生活、環境應變、社交參與等能力加以訓練，當特殊需求學生的生活管理能力增長時，其獨立功能及生活品質也會提升，將可縮短其適應環境的時間。如能儘早學會生活重要日常生活技能，實際運用於生活中，將有助於社區參與與群體生活的融合。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
課程目標	1. 培養處理個人日常生活飲食、穿著、沐浴、行動與購物等基礎事務的能力，選擇並建立良好的生活習慣，以維持身心健康。 2. 參與日常生活中社區各項活動，了解社區環境與資源並遵守社區規範，促進社區參與能力。				
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	教師示範、口頭問答、課堂觀察(上課表現)、實際操作				

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
第一週 ~ 第七週	12	烹調高手	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 1-sA-3 選擇適宜的用餐場 所與安全的飲食行 為。	特生 A-sA-1 烹調用具的認識 與使用。 特生 A-sA-4 食物的烹調方式。 特生 A-sA-6 廚房的清洗及收 納。	1. 會洗菜、削皮、切菜 2. 會辨別調味料 3. 會使用瓦斯爐 4. 會簡易餐食料理（蒸 蛋、水餃、泡麵、蛋花湯、 風味飯…） 5. 會清潔烹調用具	老師講解示範 後，學生實際練 習食材處理、烹 調、清潔等，互 相分享成果。	教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作	無
第八週 ~ 第十四週	14	青春向前行	特生 3-P-13 能從事社區靜態／ 動態休閒活動。	特生 XI-P-1 社區常見休閒活 動的認識。 特生 XI-P-6 常見社區休閒活 動的消費行為。	1. 能說出平常從事的休 閒活動 2. 能說出如何安排休閒 活動(看電影、逛百貨公 司…) 3. 能說出休閒活動可能 的消費。	1. 搭大眾運輸工 具校外教學：看 電影 2. 搭大眾運輸工 具校外教學：逛 百貨公司或觀光 工廠	教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作	無

第十五週 ~ 第二十一週	14	交通達人	特生 3-P-6 能遵守指示搭乘交通工具。 特生 3-P-7 能遵守搭乘大眾交通工具之禮儀。 特生 3-A-6 能依據個人的條件選擇適合的交通工具。	特生 X-P-2 常見交通號誌與標線的類別與功能。 特生 X-P-3 乘車的安全守則與禮儀。 特生 X-A-1 交通路線地圖或地標的使用。 特生 X-A-3 社區交通工具的選用與安排。 特生 X-A-4 長途交通工具的選擇與使用。	1. 認識常見交通號誌的類別與功能。 2. 認識乘車的安全守則與禮儀。 3. 會看交通路線地圖 4. 會看火車時刻表 5. 能遵守指示搭乘交通工具。	1. 認識交通號誌、交通安全規則、乘車禮儀。 2. 透過網路查詢公車路圖、火車時刻表。 3. 依據目的地選擇交通工具。	教師示範 口頭問答 課堂觀察 (上課表現) 實際操作 紙筆作業	無
--------------------	----	------	---	--	---	--	--	---

◎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。