

臺南市公立永康區鹽行國民中學 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                   |    | 生活管理   | 實施年級<br>(班級組別)   | 七年級      | 教學節數 | 本學期共( 21 )節  |      |                |
| 彈性學習課程<br>四類規範           |    | 3. <span style="color: red;">■特殊需求領域課程</span><br>身障類： <span style="color: red;">■生活管理</span> <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<br>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<br>其他類： <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程<br><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                     |    | 透過實際操作啟發其生活經驗，以達到自我獨立，並建立更好的能力參與社區生活。  |  |          |      |  |      |                |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>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。<br>J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。<br>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. 認識日常生活有關的知識，培養生活自理能力，表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。<br>2. 管理住家生活品質，熟練各項生活技能，為個人獨立生活做準備。  |  |          |      |  |      |                |
| 配合融入之領域或議題               |    | <input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <span style="color: red;">□英語文融入參考指引</span> <input type="checkbox"/> 本土語<br><input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <span style="background-color: black; color: black;">■綜合活動</span><br><input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <span style="color: red;">□科技融入參考指引</span>   |  |          |      | <span style="background-color: black; color: black;">■</span> 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<br><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<br><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<br><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                     |    | 1. 觀察評量 2. 問答回饋 3. 參與態度 4. 情境演練  |  |          |      |  |      |                |
| 課程架構脈絡                   |    |  |  |          |      |  |      |                |
| 教學期程                     | 節數 | 單元與活動名稱  | 學習表現<br><span style="color: red;">校訂或相關領域與<br/>參考指引或<br/>議題實質內涵</span> | 學習內容(校訂) | 學習目標 | 學習活動   | 學習評量 | 自編自選教材<br>或學習單 |

|                       |    |  |   |   |  |   |   |         |
|-----------------------|----|--|---|---|--|---|---|---------|
| 第 1 週<br>～<br>第 10 週  | 10 | <p>&lt;奇數週&gt;<br/>環境清潔：掃地、拖地</p> <p>&lt;雙數週&gt;<br/>儀容整潔</p>    | <p>特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。</p> <p>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。</p> <p>特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。</p> <p>特生 1-sA-9 適時修剪指甲與頭髮。</p> <p>特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。</p> <p>特 1-sP-20 具備良好的口鼻衛生習慣。</p> <p>特生 1-sP-18 具備洗髮、梳髮、整髮的技能。</p> | <p>特生 F-sA- 1 環境衛生的觀念。</p> <p>特生 F-sP- 3 清掃工作的技能。</p> <p>特生 C-sA-1 青春期的清潔衛生。</p> <p>特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。</p> <p>特生 C-sP- 5 個人清潔。</p> | <p>1. 能熟練使用掃把、畚斗清掃教室。</p> <p>2. 能熟練清洗、擰乾 2 種拖把(棉線拖把、海棉拖把)，並用拖把清潔教室。</p> <p>3. 能打理個人服儀、建立良好衛生習慣並自我檢視。</p> <p>4. 能覺察他人觀感或回饋，調整個人服儀與衛生表現。</p> | <p>1. 使用掃把、畚斗有順序、策略將教室清掃乾淨。</p> <p>2. 能按步驟使用棉線拖把、水桶或海棉拖把擠水，並有順序、策略將教室清掃乾淨。</p> <p>3. 洗拖把時能檢查水桶的水，當水變髒時能適時去換水</p> <p>4. 會梳頭髮(綁髮)和維持髮型整齊</p> <p>5. 能照鏡子觀察自己的儀容並進行修正</p> <p>6. 討論、分享他人的觀感與回饋，並進行衛生習慣與儀容的修正</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 問答回饋</p> <p>3. 參與態度</p> <p>4. 實作練習</p> | 網路資源學習單 |
| 第 11 週<br>～<br>第 21 週 | 11 | <p>&lt;奇數週&gt;<br/>環境清潔：使用抹布清潔</p> <p>&lt;雙數週&gt;<br/>收納個人物品</p> | <p>特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。</p> <p>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。</p> <p>特生 1-sP-11 分類物品並收納保管。</p>   | <p>特生 F-sA- 1 環境衛生的觀念。</p> <p>特生 F-sP- 3 清掃工作的技能。</p> <p>特 生 F-sA-1 居家物品的擺放與收納。</p>   | <p>1. 能熟練地使用抹布進行清潔</p> <p>2. 能進行教室個人空間的規劃(抽屜、置物櫃、椅子下方)</p> <p>3. 能規劃並整齊收納自己的物品</p>   | <p>1. 能確實清洗抹布、擰乾並擦拭門框、窗框</p> <p>2. 能確實清洗抹布、擰乾並擦拭桌椅、櫃子</p> <p>3. 討論、分享他人的觀感與回饋，並進行個人物品規劃與收納的修正</p>   |   |         |

臺南市公立永康區鹽行國民中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習 社會技巧 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<br>(班級組別) | 七年級                                 | 教學節數   | 本學期共( 20 )節 |      |      |                |
| 彈性學習課程<br>四類規範           | <b>3. ■特殊需求領域課程</b><br>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<br>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<br>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br><b>4. <input type="checkbox"/>其他類課程</b><br><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                     | 透過實際操作啟發其生活經驗，以達到自我獨立，並建立更好的能力參與社區生活。  |                |                                     |  |             |      |      |                |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>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。<br>J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。<br>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. 認識日常生活有關的知識，培養生活自理能力，表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。<br>2. 管理住家生活品質，熟練各項生活技能，為個人獨立生活做準備。  |                |                                     |  |             |      |      |                |
| 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<br><input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動<br><input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input 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<br><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<br><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<br><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                     | 1. 觀察評量 2. 問答回饋 3. 參與態度 4. 情境演練  |                |                                     |  |             |      |      |                |
| 課程架構脈絡                   |  |                |                                     |  |             |      |      |                |
| 教學期程                     | 節數   | 單元與活動名稱        | 學習表現<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>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<br>或學習單 |

|                       |    |   |  |   |  |  |   |         |
|-----------------------|----|---|--|---|--|--|---|---------|
| 第 1 週<br>～<br>第 10 週  | 9  | <p>&lt;奇數週&gt;<br/>環境清潔：掃地、拖地</p> <p>&lt;雙數週&gt;<br/>青春期自我衛照顧</p> | <p>特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。</p> <p>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。</p> <p>特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。</p> <p>特生 1-sA-10 處理青春期的身體變化。</p> <p>特生 1-sA-12 表現疾病預防的健康行為。</p> | <p>特生 F-sA- 1 環境衛生的觀念。</p> <p>特生 F-sP- 3 清掃工作的技能。</p> <p>特生 C-sA-1 青春期的清潔衛生。</p> <p>特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。</p> <p>特生 C-sP- 4 個人清潔用品的認識。</p> <p>特生 D-sA-3 就醫知能。</p> <p>特生 D-sA-5 社區醫療資源的運用。</p> | <p>1. 能熟練使用掃把、畚斗清掃教室。</p> <p>2. 能熟練清洗、擰乾 2 種拖把(棉線拖把、海棉拖把)，並用拖把清潔教室。</p> <p>3. 建立良好的個人衛生與清潔習慣</p> <p>4. 建立就醫知能並了解如何運用社區醫療資源</p> | <p>1. 使用掃把、畚斗有順序、策略將教室清掃乾淨。</p> <p>2. 能按步驟使用棉線拖把、水桶或海棉拖把擠水，並有順序、策略將教室清掃乾淨。</p> <p>3. 洗拖把時能檢查水桶的水，當水變髒時能適時去換水</p> <p>4. 認識青春期生理的變化。</p> <p>5. 青春期的個人衛生清潔。</p> <p>6. 建立就醫知能並了解如何運用社區醫療資源</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 問答回饋</p> <p>3. 參與態度</p> <p>4. 實作練習</p> | 網路資源學習單 |
| 第 11 週<br>～<br>第 21 週 | 11 | <p>&lt;奇數週&gt;<br/>環境清潔：使用抹布清潔</p> <p>&lt;雙數週&gt;<br/>性騷擾防治</p>   | <p>特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。</p> <p>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。</p> <p>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</p>   | <p>特生 F-sA- 1 環境衛生的觀念。</p> <p>特生 F-sP- 3 清掃工作的技能。</p> <p>特生 F-sA-1 居家物品的擺放與收納。</p> <p>特生 I-sA-3 性別多樣性的認識與尊重。</p>  | <p>4. 能熟練地使用抹布進行清潔</p> <p>5. 能進行教室個人空間的規劃(抽屜、置物櫃、椅子下方)</p> <p>6. 能規劃並整齊收納自己的物品</p> <p>7. 能了解辨識生活中常見的性騷擾</p>                    | <p>1. 能確實清洗抹布、擰乾並擦拭門框、窗框</p> <p>2. 能確實清洗抹布、擰乾並擦拭桌椅、櫃子</p> <p>3. 透過影片欣賞與繪本閱讀，認識何謂性騷擾與性侵害</p> <p>4. 討論生活中曾看過或發生的性騷擾例子</p>  |   |         |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|  |  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>體自主權。</p> <p>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。</p> | <p>特生 I-sA-5 性騷擾、性侵害與性霸凌的防護及求助。</p> <p>特生 I-sP-6 性騷擾、性侵害與性霸凌的認識。</p> | <p>行為</p> <p>8. 了解性騷擾相關法律與罰則</p> <p>9. 能拒絕不當的碰觸或侵犯，不受金錢的誘惑出賣身體</p> <p>10. 了解遭遇性騷擾與性侵害時，有哪些求助管道</p> |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|

◎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。