

臺南市公(私) 新營區新進國民中(小)學 115 學年度第一學期全年級彈性學習 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 (班級組別)	一-六年級	教學節數	本學期共(105)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□獨立研究 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：以學生生活經驗為中心，讓學生習得個人自主、家庭生活、社區參與等能力與規範							
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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。							
課程目標	1. 培養個人日常生活飲食、穿著、沐浴、行動與購物等基礎 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。 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。 3. 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	實作評量							
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 1 週至 第 9 週	45	社交小高手	特生 4-sP-1 認識自己並接受自己的特質。 特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。 特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。	1. 能結交朋友 2. 能關愛他人 3. 會基本社交會話	1. 情緒與自我覺察 2. 基本社交禮儀 3. 溝通與互動技巧 4. 情境解題與衝	觀察 指認 實作 口語	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第 10 週 至 第 18 週	45	我會安排休閒活動	特生 4-sP-5 能反省自己的行為與學習表現。 特生 4-sA-6 獨立解決問題。	特生 L-sP-4 自我管理技巧。		突解決		
			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 3-sP-1 獨立行動的能力。 特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。	特生 H-sP-1 休閒活動的認識。 特生 H-sP-2 休閒活動的選擇。 特生 H-sA-1 休閒活動內容與時間的規劃。 特生 H-sA-2 邀請他人共同從事休閒活動的技巧。	1. 能說出或指出社區內育樂場所(公園、運動場、游泳池) 2. 能說出社區內育樂場所的特性與功能 3. 會依需求選擇適當的育樂場所	1. 認識室內靜態休閒活動 2. 認識與練習室內動態與桌遊休閒 3. 2. 認識與練習校園與戶外休閒	觀察 指認 實作 口語	自編教材
第 19 週 至 第 21 週	15	我會穿衣服	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 1-sP-9 選擇適當場所並完成衣物穿脫與更換。 特生 1-sP-10 視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。 特生 1-sP-11 分類衣物並收納保	特生 B-sP-1 衣物穿脫技巧。 特生 B-sP-2 衣物的認識。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。 特生 B-sA-1 衣物選購。 特生 B-sA-2 服裝禮儀。	1. 會衣物的辨認與選擇 2. 學會穿脫技巧	1. 穿衣辨識與感知 2. 動作拆解練習 3. 情境遊戲與視覺增強	觀察 指認 實作 口語	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			管。 特生 1-sA-5 選購適合自己的衣物。 特生 1-sA-6 使用適當方式洗濯及 晾曬衣物。 特生 1-sA-7 整理及收納個人衣物。 特生 1-sA-8 檢查衣物破損情形並 加以處理。					
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎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) 新營區新進國民中(小)學 115 學年度第二學期全年級彈性學習 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 (班級組別)	一到六年級	教學節數	本學期共(105)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 ☐ 獨立研究 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：以學生生活經驗為中心，讓學生習得個人自主、家庭生活、社區參與等能力與規範							
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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。							
課程目標	1. 培養個人日常生活飲食、穿著、沐浴、行動與購物等基礎 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。 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。 3. 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	實作評量							
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 1 週 至 第 3 週	15	我會穿衣服	特生 1-sP-7 表達穿著衣物的 不適感並請求更 換。	特生 B-sP-1 衣物穿脫技 巧。 特生 B-sP-2	1. 會衣物的辨認 與選擇 2. 學會穿脫技巧	1. 模擬不同氣候與場合 衣物與 穿脫	觀察 指認 實作 口語	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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 1-sP-10 視天氣、場合、 年齡、個人喜 好，選擇適合的 衣著。 特生 1-sP-11 分類衣物並收納 保管。	衣物的認 識。 特生 B-sP-3 衣物的清潔 與收納。 特生 B-sA-1 衣物選購。 特生 B-sA-2 服裝禮儀。				
第 4 週 至 第 12 週	45	災害的防範與應 變	特生 1-sP-22 具備危險意識， 並能主動或依指 示遠離危險情境 特生 3-sP-3 認識及避免常見 的危險情境。	特生 G-sP-6 意外事件的 認識。 特生 G-sP-7 天然災害的 認識。	1. 能列舉人為 災害的種類 (火災. 車 禍. 藥物中 毒. 意外傷 害) 2. 能學會人為 災害的防範 與應變 3. 能學會天然 災害的防範 與應變	1. 陌生人危機與自我 保護 2. 家庭與校園安全應 變 3. 遇到公共危機/暴力 事件的應變 4. 地震防災與演練 5. 火災防範與應變 6. 颱風防範與應變演 練	觀察 指認 實作 口語	自編教材
第 13 週 至 第 21 週	45	我長大了	特生 1-sP-27 覺察並接受青春 期之身心理變 化。 特生 1-sA-10	特生 D-sA-1 青春期的身 心健康。 特生 D-sP-2 身體構造與	1. 認識身體部 位. 功能. 變化 2. 整理與保持儀 容整潔。 3. 青春期的清潔	1. 認識身體部位 2. 了解身體的變化 3. 練習整理儀容 4. 練習使用臉部清潔用 品.	觀察 指認 實作 口語	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			處理青春期的身體變化及性需求。 特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。 特生 2-sP-13 區辨隱私的場所和行為，並維護自己和家人的隱私權。 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。 特生 1-sA-10 處理青春期的身體變化及性需求	系統的認識。 特生 C-sA-3 簡易儀容裝扮的技巧。 特生 C-sA-1 青春期的清潔衛生。 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 I-sP-6 性騷擾、性侵害與性霸凌的認識。 特生 I-sA-5 性騷擾、性侵害與性霸凌的防護及求助。 特生 I-sA-6 家庭暴力的自我保護與求助。	衛生。 4. 能認識與維護身體自主權 5. 學會性騷擾、性侵害與性霸凌的防護及求助	5. 認識身體界線 6. 認識性騷擾、性侵害與性霸凌		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎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。