臺南市公立後壁區新東國民小學115學年度第一學期三年級彈性學習 特殊需求 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)	三年級	教學節數	本學期共(63)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	本課程以學生生活需求為核心，依據低視力學生之視覺特性與個別能力，透過生活情境教學、步驟化練習與多感官提示，培養學生個人衛生、自我照顧、生活常規及人際互動能力。課程強調功能性與實用性，協助學生建立自主生活能力、適當行為表現及問題解決能力，提升校園生活適應與參與。				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養	A1 身心素質與自我精進 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。 A2 系統思考與解決問題 特生-P-A2 覺察及理解生活自理問題，具備表達需求、尋求協助等問題解決能力，並藉由自我管理、自我倡導等策略增進系統性思考的能力。 A3 規劃執行與創新應變 特生-P-A3 面對生活自理各項事務，具備設定目標、作選擇與決定、執行等能力。 B1 符號運用與溝通表達 特生-P-B1 具備辨別、理解及使用生活自理相關符號之能力，促進對日常生活事務的理解以增加生活適應能力。同時透過表達自我需求、感覺、想法或尋求協助等策略，促使彼此理解與溝通，並提升參與各項事務的機會。 C1 道德實踐與公民意識 特生-P-C1 理解與遵守個人生活自理之規範與禮儀，並展現自我管理、自我調整的能力，以增加責任感與團體意識。 C2 人際關係與團隊合作 特生-P-C2 藉由生活自理及參與團體休閒與家庭、學校、社區生活，增進對自我與他人的理解與責任感、嘗試透過溝通、協調以增加團隊 參與的機會。				
課程目標	1.能建立個人衛生與自我照顧能力 2.能提升穿著整理與外表整潔能力 3.能建立身體界線與適當生活行為 4.能提升生活常規與任務完成能力 5.能提升活動參與與合作能力				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	

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 到 第 4 週	12	我是生活小主人－認識自己與生活需求	特生 4-sP-1 認識自己並接受自己的特質 特生 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力 特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題	特生 L-sP-1 自我目標的設定 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略 特生 L-sP-4 自我管理技巧	1.能認識日常生活中的基本需求與活動流程。 2.能在提示下依生活流程完成指定任務。 3.能覺察遇到困難時主動表達或尋求協助。	活動 1：我的一天生活流程 (1)利用生活流程圖（起床→刷牙→上學→整理用品→放學）認識每日活動順序 (2)練習依流程完成指定任務 活動 2：我的物品我管理 (1)認識自己的用品（書包、餐具、水壺、衛生用品） (2)練習物品固定位置放置與收拾	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材
第 5 週 到 第 8 週	12	乾淨小達人－個人衛生習慣養成	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-17 完整清潔身體各部位 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.能辨認常用個人清潔用品及用途。 2.能依步驟完成洗手、洗臉、刷牙等清潔活動。 3.能在提醒下維持口鼻及身體清潔習慣。	活動 1：洗手小達人 (1)認識洗手時機（吃飯前、如廁後） (2)練習洗手六步驟 活動 2：我的清潔工具 (1)辨認牙刷、毛巾、肥皂等用品 (2)練習正確使用方式 活動 3：刷牙檢查站 依序完成拿牙刷→擠牙膏→刷牙→漱口→收拾	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材
第 9 週 到 第 12 週	12	如廁小高手－學習照顧自己	特生 1-sP-12 覺察並表達如廁需求，能自行或由	特生 C-sP-1 如廁技巧 特生 C-sP-	1.能覺察並表達如廁需求。 2.能依固定流程	活動 1：如廁流程練習 建立固定流程：進入廁所→如廁→擦拭→穿好褲子→沖水→	口語評量、觀察評量、實作評量、	自編教材

			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 1-sP-15 表現如廁時的禮儀	2 如廁禮儀	完成如廁相關活動。 3.能完成如廁後整理衣物與清潔動作。	洗手 活動 2：衣物整理練習 練習如廁後整理褲子與衣服 活動 3：我會保持乾淨 學習覺察身體需要清潔的情況	紙筆評量	
第 13 週 到 第 16 週	12	穿戴整齊我最棒 －衣物整理能力	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-11 分類衣物並收納保管	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	1.能辨認自己的衣物及穿著需求。 2.能完成基本穿脫衣物與整理衣著活動。 3.能在提醒下維持衣物整潔與收納。	活動 1：穿著小檢查 (1)利用鏡子、觸覺檢查衣服是否穿好 (2)練習整理衣襬、褲子位置 活動 2：我的衣服我會整理 摺衣服、掛衣服、放置衣物 活動 3：適合的穿著 依天氣、活動選擇合適衣物	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材
第 17 週 到 第 21 週	15	我的身體我保護 －身體界線與隱私	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-14 接受自己的性別氣質，保護自己並尊重他人的身體自主權	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、	1.能認識身體隱私部位與界線概念。 2.能分辨適合與不適合的生活行為。 3.能在需要時表達拒絕或尋求協助。	活動 1：認識身體界線 (1)認識身體私人部位 (2)理解哪些行為適合在私人空間進行 活動 2：公共場所與私人空間 透過情境圖片判斷適當與不適當行為 活動 3：我的需求我表達 練習用語句表達「不舒服」、「需要協助」	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材

			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	性侵害與性霸凌的認識				

◎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。

臺南市公立後壁區新東國民小學115學年度第二學期三年級彈性學習 特殊需求 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)	三年級	教學節數	本學期共(63)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	本課程以學生生活需求為核心，依據低視力學生之視覺特性與個別能力，透過生活情境教學、步驟化練習與多感官提示，培養學生個人衛生、自我照顧、生活常規及人際互動能力。課程強調功能性與實用性，協助學生建立自主生活能力、適當行為表現及問題解決能力，提升校園生活適應與參與。				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養	A1 身心素質與自我精進 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。 A2 系統思考與解決問題 特生-P-A2 覺察及理解生活自理問題，具備表達需求、尋求協助等問題解決能力，並藉由自我管理、自我倡導等策略增進系統性思考的能力。 A3 規劃執行與創新應變 特生-P-A3 面對生活自理各項事務，具備設定目標、作選擇與決定、執行等能力。 B1 符號運用與溝通表達 特生-P-B1 具備辨別、理解及使用生活自理相關符號之能力，促進對日常生活事務的理解以增加生活適應能力。同時透過表達自我需求、感覺、想法或尋求協助等策略，促使彼此理解與溝通，並提升參與各項事務的機會。 C1 道德實踐與公民意識 特生-P-C1 理解與遵守個人生活自理之規範與禮儀，並展現自我管理、自我調整的能力，以增加責任感與團體意識。 C2 人際關係與團隊合作 特生-P-C2 藉由生活自理及參與團體休閒與家庭、學校、社區生活，增進對自我與他人的理解與責任感、嘗試透過溝通、協調以增加團隊 參與的機會。				
課程目標	1.能建立個人衛生與自我照顧能力 2.能提升穿著整理與外表整潔能力 3.能建立身體界線與適當生活行為 4.能提升生活常規與任務完成能力 5.能提升活動參與與合作能力				

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

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	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	

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 到 第 4 週	12	我的生活流程我會做－建立生活常規	特生 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力 特生 4-sP-3 能自行設定目標 特生 4-sP-5 能反省自己的行為與學習表現	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 特生 L-sP-4 自我管理技巧	1.能依序完成日常生活任務。 2.能使用提示或檢核方式管理自己的活動。 3.能逐步減少提醒並增加自主完成能力。	活動 1：生活任務清單 使用簡單檢核表完成每日任務（整理書包、準備用品、收拾環境） 活動 2：先做什麼？再做什麼？ 練習活動順序安排 活動 3：我自己完成 逐步減少教師提醒，增加自主完成比例	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材
第 5 週 到 第 8 週	12	我是班級好幫手－參與生活工作	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.能認識班級生活工作的內容與流程。 2.能在協助下完成簡單清潔與整理工作。 3.能培養參與班級活動與負責任的態度。	活動 1：小小值日生 練習擦桌子、整理物品、掃地等簡單工作 活動 2：工作步驟卡 依圖示完成工作流程 活動 3：完成後我會檢查 學習確認工作是否完成	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材

第 9 週 到 第 12 週	12	安全小尖兵－生活安全與危險辨識	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-5 其他居家安全 特生 G-sP-6 意外事件的認識 特生 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範	1.能辨識日常生活中的危險情境。 2.能遵守生活安全規範。 3.能於遇到危險或困難時採取適當求助方式。	活動 1：找找危險在哪裡 辨認地面障礙物、尖銳物品、濕滑區域 活動 2：安全工具使用 學習剪刀、清潔用品等安全使用方式 活動 3：遇到問題怎麼辦 練習停下、判斷、求助	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材
第 13 週 到 第 16 週	12	我會說我需要－表達與求助技巧	特生 1-sP-23 描述不適症狀，請求協助或表達就醫需求 特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題	特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略 特生 M-sP-1 自我倡導的認識 特生 M-sP-2 自我覺察	1.能表達自己的需求與感受。 2.能使用適當方式向他人請求協助。 3.能嘗試解決簡單生活問題。	活動 1：我需要幫忙 練習表達： 「我看不到」 「我找不到」 「請幫助我」 活動 2：什麼時候需要求助 情境演練 （物品找不到、活動不會做、不舒服） 活動 3：選擇適合的求助對象	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材
第 17 週 到 第 21 週	15	一起完成任務－合作與情緒調整	特生 4-sP-5 能反省自己的行為與學習表現 特生 4-sP-6 能自我激勵	特生 L-sP-5 自我負責 特生 H-sP-1 休閒活動的認識（團體活動參與） 特生 M-sP-2 自我覺察	1.能參與簡單團體活動與生活任務。 2.能遵守活動規則並與他人合作。 3.能在引導下調整情緒與行為反應。	活動 1：一起完成小任務 與同學合作整理教室、完成遊戲活動 活動 2：我可以等待與輪流 練習等待、遵守規則 活動 3：遇到不想做的事情 (1)練習用適當方式表達拒絕 (2)接受轉換與調整	口語評量、觀察評量、實作評量、紙筆評量	自編教材

◎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。