

臺南市公立永康區鹽行國民中學 115 學年度第一學期七年級彈性學習_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)	七年級	教學節數	本學期共(21)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	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 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-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。 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。 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	☐ 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	口頭評量、觀察評量、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 7 週	7	校園迷宮大解密 —— 認識環境、時間與地圖	特生 3-sP-6 能描述自己所在的位置。 特生 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力。	特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。	1. 能看懂簡化的校園生活地圖，並指認出至少 3 個常用教室(如：原	活動一：下一站，要去哪裡？ 1. 分享：請學生分享有沒有上課鐘聲響了，卻找不到教室，在走廊上哭哭或著急的經驗？	口頭評量 觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					班、資源班、廁所)。 2. 能對照時鐘(整點/半點)與下課鐘聲,知道下一節課要在哪裡上課。 3. 當找不到上課教室時,能使用口語或求助卡描述自己目前所在的大概位置	2. 教學:製作視覺化「時間地圖課表」(將時間、課表、教室照片結合)。教導學生當長針指到12、短針指到2(2點整),看到「資源班圖卡」,就要走去資源班。 3. 練習:給予情境任務,讓學生看著簡化時鐘模型與地圖,實際從普通班教室走到資源班教室。 活動二:小小導航員 1. 分享:如果在學校中棟大樓迷路了,遇到警衛叔叔,要怎麼告訴他你在哪裡? 2. 教學:教導學生觀察身邊的大招牌或地標(如:我現在在「校長室」外面、我現在在「一年一班」門口)。 3. 練習:教師帶學生在校園進行定點躲貓貓,讓學生練習用手機或無線電說出:「老師,我現在在(學務處)前面。」		
第8週 至 第14週	7	整潔小幫手 I ——基礎掃地與擦拭	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	特生 F-sP-1 環境衛生的觀念。 特生 F-sP-3 清掃工作	1. 能說出打掃教室的基本好處(如:沒有灰塵、不會	活動一:亮晶晶的課桌椅 1. 分享:請學生看看自己的桌子和老師的桌子,哪一個比較乾淨?髒髒的桌子用起來感覺怎麼	口頭評量 觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。	的技能。	跌倒)。 2. 能在引導下，使用抹布正確擦拭自己的課桌椅。 3. 能使用掃把與畚箕，完成個人座位周邊的地面清掃。	樣？ 2. 教學：教師示範抹布「摺疊、擰乾、由左到右順序擦拭」的工作分析步驟，並提供步驟圖卡。 3. 練習：學生看著圖卡提示，實際動手擰抹布並擦拭自己的課桌椅，由教師給予即時回饋。 活動二：掃地練習 1. 教學：教學正確握掃把的手勢，以及「把垃圾掃進畚箕」的連續動作，強調要把垃圾集合在一個圈圈裡。 2. 練習：在資源班教室地板劃定一塊正方形區域，由學生練習將碎紙屑掃入畚箕中。 1.		
第 15 週 至 第 21 週	7	我是整潔小達人——頭髮整理與穿搭課表	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-18 具備洗髮、梳髮、整髮的技能。 特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。	特生 C-sP-5 個人清潔。 特生 L-sP-4 自我管理技巧。	1. 能在照鏡子時，察覺自己頭髮凌亂並使用梳子將頭髮梳整齊。 2. 能對照班級功課表（如：星期二有體育課），拿取並穿著正確	活動一：魔鏡魔鏡變美麗 1. 分享：請學生看兩張照片（一張頭髮整齊，一張剛起床亂糟糟），問學生哪一個看起來精神比較好？ 2. 教學：教導學生看鏡子，利用梳子「從上往下、從前到後」梳理頭髮；並教學吃完東西後拿衛生紙擦嘴巴的習慣。	口頭評量 觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					的服裝 (如：運動服)。 3. 能在吃完東西或流汗後，使用衛生紙或毛巾主動擦拭臉部保持整潔。	3. 練習：每位學生發下一面小鏡子與一把梳子，在課堂上實際練習梳頭，並互相檢查對方的嘴巴有沒有擦乾淨。 活動二：看課表穿對衣 2. 分享：星期二有體育課，如果穿裙子或牛仔褲去跑步會發生什麼事？ 3. 教學：教導辨識班級課表中的「體育課」圖卡，並建立「有體育課＝穿運動服」、「沒有體育課＝穿制服」的視覺提示配對規則。 1. 練習：教師出示星期一到星期五的功課表，讓學生抽籤並挑選出當天該穿的衣服（提供真實衣服或衣服字卡讓學生排出來）。		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎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。

臺南市公立永康區鹽行國民中學 115 學年度第二學期七年級彈性學習_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)	七年級	教學節數	本學期共(21)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	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 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-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。 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。 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	□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	口頭評量、觀察評量、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 7 週	7	校園整潔小幫手 II —— 進階拖地與垃圾分類	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	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	1. 能正確區分「一般垃圾」與「可回收資源（紙類、寶特瓶）」。	活動一：垃圾回家的路 2. 分享：吃完的便當盒、喝完的飲料罐，全部丟在同一個垃圾桶會變成怎麼樣？ 3. 教學：利用貼有真實物	口頭評量 觀察評量 實作評量	自編教材

			單的家務清潔工作與資源回收。	收。	2. 能在教師協助下，安全且正確地操作拖把進行地面擦拭。 3. 打掃完畢後，能將掃地工具放回指定的收納位置。	品照片的垃圾桶（一般垃圾、紙類、塑膠瓶），教導學生配對分類。 4. 練習：提供一袋洗乾淨的模擬垃圾，讓學生進行「垃圾分類大對抗」，正確將物品投入對應的回收桶中。 活動二：拖地小飛俠 1. 分享：地板如果濕濕的或黏黏的，大家走路會怎麼樣？（滑倒）。 2. 教學：拆解拖把的使用步驟：浸水 → 壓乾（或踩乾）→ 由後往前倒退拖地（避免踩到濕地板）。 3. 練習：學生在教師一對一的視線指導下，練習將拖把弄乾，並合力將資源班教室的地板拖乾淨。		
第 8 週 至 第 14 週	7	青春身體的祕密——認識隱私與青春期變化	特生 1-sP-27 覺察並接受青春期的身心理變化。 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 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	1. 能用紅綠燈概念指認出自己身體的「隱私部位（背心、短褲遮住的地方）」，是不可以隨便讓人觸摸的。 2. 能區辨出	活動一：身體紅綠燈，誰都不能碰 1. 分享：平常和同學打招呼可以拍拍肩膀、握握手，那如果有人去摸你的胸部或屁股，你的感覺會怎麼樣？ 2. 教學：利用紙娃娃人形圖，用紅色貼紙標示出「絕對不能被碰觸與觀看」的隱私部位（紅燈	口頭評量 觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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。	霸凌的認識。	哪些是隱私場所（如：廁所、更衣室），在這些地方才能做出換衣服或上廁所的隱私行為。 3. 能說出至少 2 種青春期的身體變化（如：男生變聲/長鬍子、女生胸部發育/月經來潮），並知道這是不害羞、正常的生理現象。	區），並教導若遇到有人強迫，要大聲說「不可以」並立刻離開。 3. 練習：情境演練：當有人在走廊上想拉你的褲子（或裙子），你要怎麼做？（演練拒絕、跑向辦公室求助）。 活動二：什麼地方做什麼事 1. 分享：我們可以在大馬路上脫衣服換體育服嗎？為什麼？ 2. 教學：出示機構照片（教室、廁所、公園、房間），區分「公開場所」與「隱私場所」，教導換衣服、上廁所、整理內衣必須在隱私場所關上門進行。 3. 練習：給予卡片分類遊戲，讓學生把「換衣服」的卡片貼到「廁所/更衣室」的圖片裡。		
第 15 週 至 第 21 週	7	健康守護者 —— 常見疾病預防與安全用藥	特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	特生 D-sP-3 常見疾病的預防與處理。 特生 D-sP-5 安全用藥。 特生 D-sP-7 社區醫療	1. 能在身體不舒服（如：頭痛、肚子痛、發燒）時，主動使用圖卡或口語向師長表達症狀。	活動一：醫生叔叔幫幫我 1. 分享：當你肚子非常痛、或者一直咳嗽的時候，你在學校要去找誰？ 2. 教學：出示各種生病症狀圖卡（發燒、流鼻涕、肚子痛），教導學生如何指著圖卡告訴老	口頭評量 觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				資源的認識。	2. 能在指引下，了解生病時要去「醫院或診所」看醫生，而不是自己亂吃藥。 3. 能辨識自己的藥袋（上有自己的名字），並知道要在大人（家長、護理師）的確認下才能服藥。	師「我頭痛」。介紹校園的「健康中心」與社區的「診所」。 3. 練習：角色扮演：學生扮演病人，拿著「肚子痛」的圖卡走到資源班老師或健康中心護理師面前說：「老師，我肚子痛。」 活動二：藥袋的小祕密 1. 分享：桌上有一顆五顏六色很像糖果的藥丸，可以直接拿起來吃嗎？ 2. 教學：拿出真實的藥袋，教導學生確認藥袋上的「名字」是不是自己。強調「安全用藥」守則：不是自己的藥絕對不能吃、吃藥一定要有大人就在身邊看著。 3. 練習：教師給予三個藥袋（其中一個是該生名字，兩個是別人的），讓學生找出哪一個才是自己可以吃的藥袋。	
--	--	--	--	--------	--	---	--

◎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。