

嘉義縣梅北國小 110 學年度校訂課程第三類特殊需求領域生活管理課程教學內容規劃表

設計者：林曉婷、魏豪廷

一、教材來源：■ 自編 □ 編選-參考教材 二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：學習障礙 3 年級 1 人，智能障礙 4 年級 2 人，智能障礙 5 年級 1 人，智能障礙 6 年級 1 人，共 5 人

四、安置類型：不分類資源班

五、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
<p>特生-P-A2 面對飲食、穿著、沐浴、行動、休閒等各項個人基本生活事務的問題，具備表達需求、尋求協助等問題解決能力，並藉由自我管理、自我調整等策略增進系統性思考的能力。</p> <p>特生-P-B3 透過探索休閒興趣、嗜好，參與家庭活動、認識社區資源與公共設施設備，體驗生活美學，增加對美的感知與生活的豐富性。</p> <p>特生-P-C2 藉由執行有關飲食、穿著、沐浴、行動、休閒等各項個人基本生活事務及參與休閒與家庭生活，增進對自我與他人的理解、發展對自我與家庭的責任感，並嘗試透過溝通、協調以增加團隊參與的機會</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能分辨食物的好壞及保存期限和保存方式 2. 能知道健康飲食的重要性並維持良好飲食習慣 3. 能表達出飲食的需求並做簡單的烹調 4. 能夠認識生活常見交通工具並遵守交通規則 5. 能認識社區環境與資源

註 1：集中式特教班、資源班、身障類及資優類巡迴輔導特需領域皆使用此表格。

註 2：請以單元為單位。

五、本學期課程內涵：第一學期

教學進度	單元名稱	領域課程學習表現	學習內容	學習目標	學習重點	評量方式
第 1-7 週	食品小偵探	<p>自我照顧 特生 1-sP-5 選擇乾淨新鮮且於保存期限內的食物。</p> <p>自我照顧 特生 1-sA-4 遵守有益身體健康的飲食原則，並理解飲食與疾病的關係。</p>	<p>特生 A-sP-4 食物的認識</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 選擇乾淨的食物 2. 分辨腐壞的食物 3. 以眼、手、鼻、嘴等感官分辨食物好壞實作 <p>特生 D-sP-4 健康的生 活習慣。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識垃圾食物種類 2. 認識六大類食物 3. 認識適量飲食的重要性 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能選擇乾淨新鮮的食物 2. 能說出腐壞食物的特徵 3. 能拒絕吃腐壞的食物 4. 認識垃圾食物的種類 5. 認識六大類食物 6. 認識適量飲食重要性 7. 認識暴飲暴食對健康的壞處 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 用 ppt 方式呈現乾淨的食物圖片 2. 用 ppt 方式呈現腐壞的食物圖片 3. 能分辨出健康的食物和腐壞的食物並說出差別 4. 用 ppt 介紹垃圾食物分類 5. 用 ppt 介紹食物六大類 6. 用真實食物讓學生認識並進行食物六大類分類 7. 用影片方式呈現適量飲食的 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能分辨學校營養午餐食材，吃到不新鮮的食物會做適當的處置。 2. 看到食物能夠確認是否新鮮，並再食用 3. 能 100%正確完成在上課時候分辨乾淨與腐壞的食物練習。 4. 能夠分辨垃圾食物和健康食物六大類分類 5. 吃營養午餐養成均衡飲食不挑食也不暴飲暴食

			4. 認識暴飲暴食的壞處		重要性 8. 用影片的方式呈現暴飲暴食對健康的影響 9. 讓學生說出如何適當飲食並不暴飲暴食	
第 8-14 週	保護自己 交通安全	社區參與 特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。	特生 J-sP-1 交通工具的認識 1. 認識生活中常用交通工具 特生 J-sP-2 道路交規規則的認識與遵守。 1. 認識生活中常用交通號誌 2. 能夠知道紅綠燈、斑馬線的功用 3. 模擬紅綠燈和斑馬線，練習過馬路 4. 過馬路能遵守交通號誌，紅燈停、綠燈行	1. 認識生活中常用交通工具 2. 認識生活中常用交通號誌 3. 能夠知道紅綠燈、斑馬線的功用 4. 模擬紅綠燈和斑馬線，練習過馬路 5. 過馬路能遵守交通規則，紅燈停、綠燈行	1. 用 ppt 呈現生活中常見的交通工具 2. 學生能說出交通工具的名稱並描述特徵和功能 3. 用 ppt 呈現生活中常見的交通號誌 4. 學生能說出交通號誌的名稱並描述特徵和功能 5. 用 ppt 呈現紅綠燈和斑馬線 6. 學生能說出紅綠燈和斑馬線的功能 7. 實地和模擬練習遵守交通規則過馬路	1. 能分辨各種生活中常見不同交通工具並說出名稱 2. 能夠知道生活中常用交通號誌，並說出意思 3. 能夠知道紅綠燈、斑馬線的功用並說出來 4. 能夠在實境下過馬路並確實遵守交通規則
第 15-20 週	認識社區 (一)	社區參與 特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。	特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識 1. 認識社區公共場所 2. 認識社區休閒活動場所 3. 警察局、衛生所、消防局、郵局的功用 4. 社區踏查	1. 能辨識社區環境公共場所(衛生所、消防局、警察局、郵局) 2. 能說出社區環境中可從事休閒活動之處所(學校、梅山公園、橫山屏)	1. 用 ppt 呈現社區社區周圍公共場所 2. 學生能說出公共場所功能 3. 能說出社區周圍的休閒活動場所 4. 用 ppt 呈現社區周圍休閒活動場所	1. 能看圖片正確指認出梅山鄉的衛生所、消防局、警察局、郵局。 2. 能說出梅山鄉可以從事休閒活動的地方有學校、梅山公園、橫山屏。

第二學期

教學進度	單元名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習重點	表現任務(評量內容)
第 1-6 週	食物的生命	特生 1-sP-5 選擇乾淨新鮮且於保存期限內的食物 特生 1-sP-6 自我檢視並控制飲食行為和習慣	特生 A-sA-5 食物的保存方法 特生 A-sA-6 廚房的清洗及收納	1. 能辨識常見食品標章 2. 能分辨食品不同的保存方法 3. 能了解冰箱的正確使用方法	1. 教師呈現 ppt 介紹常見食品標章 2. 練習由教師提供實物中尋找常見食品標章 3. 教師呈現 ppt 介紹食品常見的保存方法 4. 學生完成食品保存方式學習單 5. 教師呈現 ppt 介紹冰箱	1. 能正確說出 4 種常見食品標章 2. 能正確說出 4 種常見食物保存方式 3. 能正確說出 3 項使用冰箱的注意事項 4. 能提醒家人定期清理冰箱 5. 能正確說出 3 樣放在冷凍物品 6. 能正確說出 3 樣放在冷藏物品

					<p>正確使用方法及注意事項</p> <p>6. 學生完成冰箱正確使用方法及注意事項學習單</p> <p>7. 學生使用賣場 DM 完成冰箱物品存放位置學習單</p>	
第 7-14 週	飲食安全	<p>自我照顧</p> <p>特生 1-sP-1 覺察及表達飢餓和飽足的生理反應</p> <p>特生 1-sA-2 使用適當方式加熱沖泡烹調簡易餐食</p> <p>特生 1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與安全的飲食行為</p>	<p>特生 A-sP-8 飲食需求的表達</p> <p>特生 A-sA-4 食物的烹調方式</p> <p>特生 A-sP-8 用餐禮儀</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能覺察肚子餓的感覺並表達出飢餓語句。 2. 能覺察肚子飽足的感覺並表達出飽足語句。 3. 能知道如何使用適當的方式來烹調食物。 4. 能用加熱沖泡烹調簡易餐食。 5. 能了解吃東西前洗手的重要性。 6. 能知道用餐禮儀。例如：不走動，不大聲說話。 7. 能瞭解安全飲食的重要性。例如：不將筷子湯匙叉子等餐具含在口中或奔跑。 8. 能在協助下進行烤吐司活動。 9. 能在協助下進行煎蔥抓餅活動。 10. 能在協助下進行沖泡麥片活動。 11. 能在協助下進行煮水餃活動。 12. 能在協助下進行沖泡泡麵活動。 13. 能和同學分享肚子餓自行製作簡易餐食的心得 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 討論肚子餓的感覺， 2. 討論肚子飽的感覺 3. 進行飢餓語句及飽足語句搶答活動 4. 討論肚子餓時可以簡易烹調的餐食，例如沖泡泡麵、煮水餃、烤吐司、煎蔥抓餅、沖泡麥片等 5. 觀看病從口入相關影片並練習洗手七步驟：內外夾弓大立腕 6. 討論用餐禮儀有哪些 7. 討論安全飲食需注意的地方 8. 師生共同進行烤吐司活動 9. 師生共同進行煎蔥抓餅活動 10. 師生共同進行沖泡麥片活動 11. 師生共同進行煮水餃活動 12. 師生共同進行沖泡泡麵活動 13. 學生分享肚子餓自行製作簡易餐食的心得。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能正確說出二個飢餓的語句。 2. 能正確說出二個飽足的語句。 3. 能正確說出三種肚子餓時可以簡易烹調的餐食。 4. 在學校，營養午餐前能自行先去用肥皂洗手，並依照洗手七步驟。 5. 能正確說出二項用餐禮儀。 6. 能正確說出將筷子湯匙叉子等餐具含在口中的危險性。 7. 能在教師的協助下進行食物的烹調
第 15-20 週	認識社區 (二)	<p>社區參與</p> <p>特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。</p>	<p>特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識</p> <p>特生 K-sP-5 購物流程與技巧</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能辨識社區環境中的消費場所(全聯、7-11、萊爾富、全家) 2. 能擬定至消費場所消費的購買計畫。 3. 能了解到消費場所的購物禮儀。 4. 能依購買計畫在社區的 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 討論社區中常見的消費場所 2. 師生共同討論社區中最想去的消費場所 3. 教師示範擬定購買計畫 4. 學生自行擬定 2 項最想要購買的物品。 5. 教師說明購物禮儀及觀 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出學校附近的消費場所有 7-11，全聯、萊爾富。 2. 能說出 5 項在消費場所可以買到的東西。 3. 能 100% 正確完成上課至消費場所購物練習。

				消費場所(全聯、7-11)中進行消費活動 5. 能和同學分享購物的心得	看相關影片 6. 師生一同至消費場購物 7. 學生回饋自行購物心得	
--	--	--	--	--	---	--

註1：集中式特教班、資源班、身障類及資優類巡迴輔導特需領域皆使用此表格。

註2：請以單元為單位。