

110 學年度嘉義縣民雄國民中學特殊教育資源班第一二學期特殊需求領域生活管理課程 1A 組 教學計畫表 設計者：張馨元

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：智障 7 年級 2 人，共 2 人 四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
特生-A-A1 具備良好的家庭、學校與社區適應，運用資源協助自己，並於生活中進行生涯準備，對於相關事務展現自我管理、調整、倡導與努力實踐的行為。	1. 能認識健康飲食的基本概念 2. 認識與飲食習慣有關的常見疾病及預防方法 3. 能運用社區醫療資源網站認識生活中常見的醫療保健概念 4. 認識青春期健康維護的方法(生理期何時更換衛生棉、如何保持乾燥、如何避免泌尿道發炎等)。 5. 能做基礎手縫 6. 能依洗標符號清潔衣物並整理收納

五、本學期課程內涵：

第一學期

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-7 週	健康飲食	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。	特生 A-sA-3 食物的選購。 特生 A-sA-4 食物的烹調方式。	1. 能認識健康飲食的基本概念	由飲食指南手冊六大類食物，引導認識均衡營養的重要，學習自己搭配每日飲食的種類；認識常見烹調方式，對食物營養及健康的影響。	口頭問答 實作
第 8-14 週	吃出疾病	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。	特生 D-sP-3 常見疾病的預防與處理。	2. 認識與飲食習慣有關的常見疾病及預防方法	透過醫學統計介紹常見的不良飲食習慣所造成的疾病，引導學生觀注個人及家人的飲食是否均衡，並提供保健方式。	口頭問答
第 15-21 週	健康懂更多	特生 1-sA-17 主動吸取健康知識，增進自我健康。	特生 D-sP-5 安全用藥。 特生 D-sA-3 就醫知能。	3. 能運用社區醫療資源網站認識生活中常見的醫療保健概念	利用社區醫療資源網站，學習查詢正確的用藥知識及就醫須準備注意的相關事項(選擇就醫科別、個人用藥記錄或疾病史)，以提升自我照護知能。	口頭問答 實作

第二學期

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-6 週	個人清潔	特生 1-sA-10 處理青春期的身體變化及性需求	特生 C-sA-1 青春期的清潔衛生。	4. 認識青春期健康維護的方法(生理期何時更換衛生棉、如何保持乾燥、如何避免泌尿道發炎等)。	藉由新聞案例說明生理期間可能因清潔不慎問題,致陰部感染或產生發炎症狀,討論保養身體的重要性。老師提供不同案例,並做清潔衣褲、動作或圖例示範,協助學生透過練習,提升保護自己身體健康的能力。	口頭問答 實作
第 7-14 週	衣物達人 (一)	特生 1-sA-8 檢查衣物破損情形並加以處理。	特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。	5. 能做基礎手縫	老師示範簡單衣物手縫步驟,學生實作練習。	口頭問答 實作
第 15-21 週	衣物達人 (二)	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 B-sP-3 衣物的清潔與收納。	6. 能依洗標符號清潔衣物並整理收納	介紹不同洗標符號並說明洗濯方式;老師以棉質、聚酯纖維及毛料等常見布料示範洗滌的方式和技巧,學生每週練習不同材質的衣物清潔、晾曬、摺疊及收納的技巧,以提升實作技能。	口頭問答 實作