

## 112 學年度嘉義縣民和國民中學特殊教育不分類資源班第一二學期特殊需求領域【職業教育】教學計畫表 設計者：劉書岑

一、教材來源：■自編 □編選-參考教材○○

二、本領域每週學習節數：外加 1 節

三、教學對象：學障 9 年級 4 人，共 4 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
<p><b>特職-J-A1</b> 具備職場所需良好的身心發展知能與態度，並於團體中展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p><b>特職-J-B1</b> 具備於職場中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，應用於職場中。</p> <p><b>特職-J-C2</b> 具備職場中利他與合群的知能與態度，並培育於職場中相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能認識自己欲就讀科系所需具備的能力。</li> <li>2. 能查詢不同類型工作的基本條件，擬定適合的自我介紹內容。</li> <li>3. 能展現良好的職場禮儀，並對自身所負責的工作盡責。</li> <li>4. 能認識各種職業，遵守不同工作場域之安全規範及危險防範。</li> <li>5. 能在面對職場壓力與衝突時，找出適當的解決方式。</li> <li>6. 能主動表達個人需求，以增進工作效能。</li> <li>7. 能依據工作要求、流程與步驟，在時限內完成成品。</li> </ol>

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 1-2 週	科系大哉問	特職1-IV-5 認識所欲就讀科系內容資訊。	特職A-IV-1 工作資訊與條件、進修管道的查詢方式。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解與自身相關的升學管道及保障制度。</li> <li>2. 能認識嘉義區高中職群與校園環境。</li> <li>3. 能瞭解欲就讀科系所需具備的能力條件與課程內容。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹升學管道與保障。</li> <li>2. 介紹嘉義區高中職群科系與未來出路。</li> <li>3. 教師介紹學生欲就讀科系所需具備的能力條件與課程內容，讓學生利用電腦查詢欲就讀科系，引導學生進行思考未來升學規畫。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能列舉與自身相關的升學管道及保障制度。</li> <li>2. 能說出嘉義區高中職學校名稱，並列舉該校科系。</li> <li>3. 能實地參訪高中職學校，並分享心得感想。</li> <li>4. 能利用電腦查詢欲就讀科系所需具備的能力條件與課程內容。</li> </ol>

第 3-4 週	職業情報站	<p>特職1-IV-2 列舉常見職業所應具備的工作條件。</p> <p>特職2-IV-1 查詢不同類型工作的基本條件，擬定適合的自我介紹內容。</p>	<p>特職A-IV-2 自我介紹的擬定與相關表件填寫方式。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解家人所從事的職業。</li> <li>2. 能查詢不同類型工作的基本條件。</li> <li>3. 能填寫常見的工作履歷表。</li> <li>4. 能針對感興趣的職業擬定適合的自我介紹內容。</li> <li>5. 能演練自我介紹的內容。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹常見的職業類別。</li> <li>2. 引導學生訪談後分享家人或特定人士所從事的職業，並完成「職人訪談紀錄表」。</li> <li>3. 教師運用電腦查詢不同類型之工作，並講解所需具備的條件，例如：相關證照等。</li> <li>4. 引導學生填寫常見的工作履歷表。</li> <li>5. 引導學生擬定自我介紹內容。</li> <li>6. 引導學生進行自我介紹的演練。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能訪談家人或特定人士，並完成「職人訪談紀錄表」，並分享其內容。</li> <li>2. 能利用電腦查詢不同類型工作的基本條件與所需具備的證照，並完成學習單。</li> <li>3. 能填寫常見的工作履歷表。</li> <li>4. 能列舉自身感興趣的職業，並在引導下撰寫適切的自我介紹內容。</li> <li>5. 能實際演練自我介紹的內容，並通過教師及同儕檢核。</li> </ol>
第 5-6 週	職場安全尖兵	<p>特職4-IV-1 依據指令防範職場潛在危險。</p> <p>特職4-IV-3 使用安全防護配備。</p> <p>特職4-IV-4</p>	<p>特職B-IV-2 物品的組合與拼裝。</p> <p>特職B-IV-5 職場環境潛在危險的認識與防範。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能認識常見的職業病。</li> <li>2. 能了解職場環境潛在危險的防範措施。</li> <li>3. 能操作基本的安全防護配備，如：滅火器、護目鏡、隔</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹常見的職業病。</li> <li>2. 介紹職場環境潛在危險及相關防範措施。</li> <li>3. 介紹基本的安全防護配備之操作。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出常見的職業病名稱。</li> <li>2. 能列舉職場環境潛在的危險，並說明其防範措施。</li> <li>3. 能實際操作基本的安全防護配備，如：滅火器、護目鏡、隔熱手套</li> </ol>

		遵守不同工作場域之安全規範。		熱手套等。		等。
第 7-20 週	烘焙實作	<p>特職3-IV-2 依據步驟組合完成成品。</p> <p>特職3-IV-3 依據工作要求維持作業速度，在時限內完成工作。</p> <p>特職3-IV-4 自我檢視工作正確性。</p> <p>特職5-IV-1 妥善保管工作器具。</p> <p>特職5-IV-2 主動表達需求以增進工作效能。</p> <p>特職6-IV-2 接受他人指令修正工作程序。</p> <p>特職6-IV-3 正向回饋他人的工作指導。</p>	<p>特職B-IV-3 工作效率的維持。</p> <p>特職C-IV-1 工作場域中工作器具的正確使用。</p> <p>特職C-IV-2 工作效能的增進與維持。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能仔細聽取教師指令，並依據步驟完成成品，如：蛋黃酥、曲奇餅乾、桃酥、鮮奶泡芙、巧果等。</li> <li>遇到困難時，能主動表達需求並尋求協助，以增進工作效能。</li> <li>能依據工作要求，在時限內完成工作。</li> <li>能隨時自我檢視執行工作的正確性。</li> <li>能妥善操作與使用相關的工作器具。</li> <li>能接受他人指令或指導，適時修正工作程序，並展現虛心受教的態度。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>教師引導學生依據步驟完成成品，如：蛋黃酥、曲奇餅乾、桃酥、鮮奶泡芙、巧果等。</li> <li>教師引導學生依據工作要求，在時限內完成工作。</li> <li>講解操作與使用相關的工作器具。</li> <li>教師引導學生主動表達需求並尋求協助。</li> <li>教師引導學生透過實作學習單及自我工作檢核表，自我檢視執行工作的正確性。</li> <li>教師運用學生個別觀察紀錄表，適時修正工作程</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能聆聽教師指令，在教師的引導下，依據步驟完成成品，如：蛋黃酥、曲奇餅乾、桃酥、鮮奶泡芙、巧果等。</li> <li>遇到困難時，能主動表達需求並尋求協助，以增進工作效能。</li> <li>能依據工作要求，在時限內完成工作。</li> <li>在教師建議下，能隨時自我檢視執行工作的正確性。每週課程結束後，學生填寫實作學習單及自我工作檢核表，其達成標準達 80%以上，若無達到則寫下自我省思及改進的方法。</li> <li>能妥善操作與使用相關的工作器具。</li> <li>能接受他人指令或指導，適時修正工作程序，並展現虛心受教的態度。</li> </ol>

					序，於每週課程結束後，隨班教師填寫學生個別觀察紀錄，其達成標準須達 80% 以上。	
--	--	--	--	--	---	--

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 1-2 週	職業大改造	特職1-IV-2 列舉常見職業所應具備的工作條件。 特職1-IV-3 描述自己有意願從事的工作的基本條件。 特職6-IV-4 區辨不同的工作價值觀。	特職A-IV-1 工作資訊與條件、進修管道的查詢方式。 特職A-IV-5 求職的準備工作。 特職C-IV-6 工作價值觀的區辨。	1. 能知道傳統產業的種類與變遷趨勢。 2. 能體會科技進步所造成職業類型的改變。 3. 能認識近代社會新興職業的種類及所需具備的條件。 4. 能擬定傳統產業轉型為新創產業的計畫。	1. 介紹傳統產業的變遷趨勢。 2. 介紹科技造成職業的改變，如：機器取代人力、網路購物興盛等。 3. 介紹新興職業的種類，如：youtuber、美食外送員等。 4. 教師引導學生進行職業的創意發想，列舉表格或畫出將傳統產業創新轉型的計畫。	1. 能說出現今社會中職業變遷的趨勢。 2. 能列舉科技進步所造成職業類型的改變。 3. 能列舉近代社會新興職業的種類及所需具備的條件。 4. 能口頭分享對於傳統產業轉型的方法。 5. 能列舉表格或畫出將傳統產業創新轉型的計畫。
第 3-4 週	衝突&壓力 我不怕	特職7-IV-3 因應不同對象 主動調整職場	特職C-IV-4 工作壓力的調 適。	1. 能知道職場壓力的來源。 2. 能選擇適當的方式抒	1. 介紹職場壓力的來源。 2. 介紹抒解壓力的	1. 能列舉職場壓力的來源。 2. 能列舉及練習抒發壓力

		<p>溝通方式。</p> <p>特職7-IV-4 處理與工作夥伴相處的衝突。</p>	<p>特職C-IV-7 職場禮儀與衝突的處理。</p>	<p>解壓力。</p> <p>3. 能利用「我訊息」表達個人的需求與想法。</p> <p>4. 能在面對衝突情境時，藉由「停看聽」守則控制自己的情緒。</p> <p>5. 能選擇適當的方式處理衝突情境。</p>	<p>方式。</p> <p>3. 介紹「我訊息」的應用。</p> <p>4. 教師引導學生進行衝突情境練習-「停看聽」守則控制自己的情緒。</p> <p>5. 教師引導學生進行衝突情境練習-選擇適當的應對方式。</p>	<p>的適當方法。</p> <p>3. 針對各種情境演練，能利用「我訊息」表達個人的需求與想法。</p> <p>4. 針對各種情境演練，能在面對衝突情境時，藉由「停看聽」守則控制自己的情緒。</p> <p>5. 針對各種情境演練，能選擇適當的方式處理衝突情境。</p>
第 5-6 週	職場禮儀達人	<p>特職7-IV-1 修正影響職場人際關係的習慣。</p> <p>特職7-IV-2 表現良好的職場禮儀。</p>	<p>特職C-IV-7 職場禮儀與衝突的處理。</p>	<p>1. 能知道服裝儀容整潔的重要性。</p> <p>2. 能樂於接受工作分配與指導。</p> <p>3. 能在工作中主動尋求協助。</p> <p>4. 能瞭解與人談話基本的禮儀。</p> <p>5. 能對人友善，表達適當的情意。</p> <p>6. 能按時出勤。</p>	<p>1. 介紹儀容整潔的重要。</p> <p>2. 教師進行工作分配與指導。</p> <p>3. 教師引導學生主動尋求協助。</p> <p>4. 講解與人談話的禮儀。</p> <p>5. 教師引導學生表達適當的情意。</p> <p>6. 教師講解良好的職場禮儀需要按時出勤。</p>	<p>1. 能列舉維持服裝儀容整潔的注意事項。</p> <p>2. 能演練保持服裝儀容整潔的狀態。</p> <p>3. 針對各種情境演練，能表現出樂於接受工作分配與指導的適切態度。</p> <p>4. 針對各種情境演練，能在工作中主動尋求適當的協助。</p> <p>5. 針對各種情境演練，能注意與人談話基本的禮儀，並透過自我檢核表檢視個人表現。</p> <p>6. 針對各種情境演練，能展現合宜的態度，適切</p>

						<p>表達情意，並透過自我檢核表檢視個人表現。</p> <p>7. 針對各種情境演練，能遵守與人的約定，若無法達成也必須主動告知，並透過自我檢核表檢視個人表現。</p>
第 7-20 週	烘焙實作	<p>特職3-IV-2 依據步驟組合完成成品。</p> <p>特職3-IV-3 依據工作要求維持作業速度，在時限內完成工作。</p> <p>特職3-IV-4 自我檢視工作正確性。</p> <p>特職5-IV-1 妥善保管工作器具。</p> <p>特職5-IV-2 主動表達需求以增進工作效能。</p> <p>特職6-IV-2 接受他人指令修正工作程</p>	<p>特職B-IV-3 工作效率的維持。</p> <p>特職C-IV-1 工作場域中工作器具的正確使用。</p> <p>特職C-IV-2 工作效能的增進與維持。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能仔細聽取教師指令，並依據步驟完成成品，如：銅鑼燒、草莓盒子蛋糕、巧克力生乳捲、蘋果塔、乳酪杯子蛋糕等。</li> <li>2. 遇到困難時，能主動表達需求並尋求協助，以增進工作效能。</li> <li>3. 能依據工作要求，在時限內完成工作。</li> <li>4. 能隨時自我檢視執行工作的正確性。</li> <li>5. 能妥善操作與使用相關的工作器具。</li> <li>6. 能接受他人指令或指導，適時修正工作程序，並展現虛心受教的態度。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師引導學生依據步驟完成成品，如：蛋黃酥、曲奇餅乾、桃酥、鮮奶泡芙、巧果等。</li> <li>2. 教師引導學生依據工作要求，在時限內完成工作。</li> <li>3. 講解操作與使用相關的工作器具。</li> <li>4. 教師引導學生主動表達需求並尋求協助。</li> <li>5. 教師引導學生透過實作學習單及自我工作檢核表，自我檢視執行工作的正確</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能聆聽教師指令，在教師的引導下，依據步驟完成成品，如：銅鑼燒、草莓盒子蛋糕、巧克力生乳捲、蘋果塔、乳酪杯子蛋糕等。</li> <li>2. 遇到困難時，能主動表達需求並尋求協助，以增進工作效能。</li> <li>3. 能依據工作要求，在時限內完成工作。</li> <li>4. 在教師建議下，能隨時自我檢視執行工作的正確性。每週課程結束後，學生填寫實作學習單及自我工作檢核表，其達成標準達 80%以上，若無達到則寫下自我省思及改進的方法。</li> <li>5. 能妥善操作與使用相關的工作器具。</li> </ol>

		序。 特職6-IV-3 正向回饋他人的工作指導。			性。 6. 教師運用學生個別觀察紀錄表，適時修正工作程序，於每週課程結束後，隨班教師填寫學生個別觀察紀錄，其達成標準須達80%以上。	6. 能接受他人指令或指導，適時修正工作程序，並展現虛心受教的態度。
--	--	--------------------------------	--	--	---	------------------------------------

## 112 學年度嘉義縣民和國民中學特殊教育不分類資源班第一二學期特殊需求領域【社會技巧】教學計畫表 設計者：劉書岑

一、教材來源：■自編 □編選-參考教材○○

二、本領域每週學習節數：外加 2 節

三、教學對象：學障及聽障及自閉症 9 年級各 1 人、學障 8 年級 2 人、智障 8 年級 1 人、學障 7 年級 1 人，共 7 人 四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
<p><b>特社-J-A1</b> 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。</p> <p><b>特社-J-A2</b> 具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。</p> <p><b>特社-J-A3</b> 具備運用優、弱勢與資源的能力，執行問題解決計畫並分析不同方式的優缺點與行為後果，以因應生活情境的改變。</p> <p><b>特社-J-B1</b> 具備察覺他人語言和非語言溝通目的與意圖，並以同理心的角度與人溝通。</p> <p><b>特社-J-C2</b> 具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能覺察自己及他人情緒的變化，並分析不同表達方式所引發的後果。</li> <li>2. 能依據情境分辨可能產生的情緒反應，並選擇適當的方式表達自己的感受。</li> <li>3. 能在面對衝突或壓力時，透過相關策略適當調整自己的情緒。</li> <li>4. 能分辨危險情境或人物，使用技巧拒絕他人不當要求，做好自我保護。</li> <li>5. 能表達自己的想法和需求，並尊重他人不同的意見。</li> <li>6. 能配合他人的指令，遵守不同學習情境和器材的使用規則與安全。</li> <li>7. 能在遇到困難時，依問題性質尋求特定對象或資源的協助。</li> </ol>

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 1-4 週	情緒大觀園	特社1-IV-1 分辨與表達矛盾的情緒。	特社A-IV-1 兩難情緒的處理。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能判別情緒臉譜及形容詞。</li> <li>2. 能認識矛盾情緒，如：又生氣又羞愧、又憤怒又傷心。</li> <li>3. 能瞭解自己的情緒變化。</li> <li>4. 能辨別他人的情緒變化。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹情緒臉譜。</li> <li>2. 介紹情緒形容詞。</li> <li>3. 教師介紹矛盾情緒的表現。</li> <li>4. 教師引導學生進行情境辨識。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出各種情緒臉譜的意義。</li> <li>2. 能舉例說明可能產生矛盾情緒的情境。</li> <li>3. 在模擬情境演練下，能體會自己的情緒變化。</li> <li>4. 能觀察影片中人物的臉部表情，說明其情緒變化。</li> </ol>



第 5-8 週	情緒分析師	<p>特社1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。</p> <p>特社2-IV-2 區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。</p>	特社A-IV-3 問題解決的技巧。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能依據故事或影片情境，觀察角色的情緒變化。</li> <li>2. 能區辨各種溝通訊息的情緒和意圖。</li> <li>3. 能判斷適合的情緒應對方式。</li> <li>4. 能分析不同情緒表現所產生的後果。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 講解各種溝通訊息的情緒和意圖。</li> <li>2. 介紹適合的情緒應對方式。</li> <li>3. 介紹不同情緒表現所產生的後果。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能依據故事或影片情境，說出角色的情緒變化。</li> <li>2. 能根據人物的臉部表情及肢體動作，區辨溝通訊息的情緒和意圖。</li> <li>3. 能針對各種情境演練，選擇適合的情緒應對方式。</li> <li>4. 能針對各種情境進行角色扮演，說明不同處理方式可能產生的行為後果。</li> </ol>
第 9-12 週	化解衝突術	特社2-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的方式回應。	特社A-IV-3 問題解決的技巧。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能利用「我訊息」表達個人的需求與想法。</li> <li>2. 能展現合宜的溝通態度，如：眼睛看對方、適時附和回應等。</li> <li>3. 能在面對衝突情境時，藉由「停看聽」守則控制自己的情緒，並選擇適當的應對方式。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師引導學生進行「我訊息」的應用與練習。</li> <li>2. 教師引導學生進行合宜的溝通態度。</li> <li>3. 教師引導學生進行「停看聽」守則的應用與練習。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能針對各種情境演練，利用「我訊息」說出個人需求與想法。</li> <li>2. 針對各種情境演練，能展現合宜的溝通態度，透過同儕及自我檢核表的檢核分數達 90%。</li> <li>3. 針對各種情境演練，能熟練應用「停看聽」守則。</li> </ol>
第 13-16 週	辨識情境 我最行	特社 2-IV-15 與他人相處，分辨危險情境	特社A-IV-3 問題解決的技巧。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能依據故事或影片分析主角所遭遇的困難。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師針對故事或影片，分析其中的情境。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察故事或影片中的主角，能說明其所遭遇的困境。</li> </ol>

		或危險人物，採取正當的防衛措施。		<ol style="list-style-type: none"> <li>能辨識可能發生危險的情境或人物，並避免與之接觸。</li> <li>能知道可協助解決問題的相關資源及管道。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>介紹可能發生危險的情境或人物。</li> <li>介紹協助解決問題的相關資源及管道。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能判別各種情境變化，區辨可能發生危險的情境或可疑人物，並懂得避免讓自己處於危險當中。</li> <li>針對各種情境演練，能列舉可以尋求的相關資源或解決方法。</li> </ol>
第 17-20 週	自我保護 勇敢說不	<p>特社2-IV-16 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言。</p> <p>特社2-IV-19 懂得保護自己，正確判斷及因應禮物或金錢的誘惑。</p>	<p>特社A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社B-IV-4 拒絕的技巧。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能清楚辨識身體的界限與隱私範圍。</li> <li>能區辨不同人際親疏關係及身體界限的差異。</li> <li>能以正確的態度和言語表達對他人身體界限的尊重。</li> <li>能判斷他人送禮物或金錢的意圖，拒絕不當的誘惑。</li> <li>能依據情境去拒絕他人不當的觸摸或語言騷擾。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>講解身體的界限與隱私範圍。</li> <li>教師引導學生了解對他人身體界限的尊重。</li> <li>教師引導學生進行情境辨識。</li> <li>講解拒絕的原則與態度。</li> <li>教師引導學生進行拒絕不當的誘惑。</li> <li>教師引導學生進行拒絕他人不當的觸摸或語言騷擾。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能清楚指出/說明自己的身體界限與隱私範圍。</li> <li>能在重視個人意願與感受的前提下，區分不同親疏關係及身體界限的差異。</li> <li>透過實際演練，能以正確的態度和言語表達對他人身體界限的尊重。</li> <li>針對各種情境演練，能判斷他人送禮物或金錢的意圖，並適時拒絕。</li> <li>能針對各種情境演練，有效拒絕他人不當的觸摸或語言騷擾。</li> </ol>

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 1-5 週	壓力調適 我 OK	特社1-IV-3 在面對壓力	特社A-IV-2 壓力的控制與	<ol style="list-style-type: none"> <li>能藉由生理反應察覺自己面對壓力的情緒</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>講解生理反應與壓力的情緒反</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能說出自己面對壓力時所產生的生理反應。</li> </ol>

		時，適當的調整情緒。 特社1-IV-5 選擇適當的抒解壓力方式。	整。	反應，如：心跳加快、冒冷汗、坐不住等。 2. 能辨識自己在生活中面臨的壓力來源。 3. 能適時表達心理的壓力，並透過自我教導調整情緒。 4. 能選擇適當的方式抒解壓力。	應。 2. 教師引導學生進行覺察生活中的壓力源。 3. 教師引導學生運用自我教導調整情緒。 4. 講解抒解壓力的方式，並讓學生進行練習。	2. 能列舉自己在生活中面臨的壓力來源。 3. 能說出或寫下面對壓力時的負面情緒，並練習「自我對話」。 4. 能實際練習抒解壓力的方法，如：腹式呼吸、橡皮筋放鬆法。
第 6-10 週	我的說話之道	特社3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。	特社 B-IV-2 同理心的培養。 特社C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。	1. 能展現聆聽的態度，如：眼睛看對方、不隨意打斷等。 2. 能展現尊重他人不同的意見的合宜態度，如：不過度批評。 3. 能在與人談話時，給予適當的回應。	1. 講解合宜的聆聽態度。 2. 教師引導學生進行尊重他人不同的意見的合宜態度的練習。 3. 教師引導學生進行談話的情境演練。	1. 能展現聆聽的態度，透過同儕及教師檢核表分數達 90%。 2. 能展現尊重他人不同的意見的合宜態度，透過同儕及教師檢核表分數達 90%。 3. 能在與人談話時，給予適當的回應，透過同儕及教師檢核表分數達 90%。
第 11-15 週	接收指令 我最行	特社 3-IV-2 服從指令規劃步驟完成複雜的工作。 特社 3-IV-3 配合老師的指令，遵守不同	特社C-IV-1 尊重與接納學的多元意見。	1. 能仔細聆聽桌遊的遊戲規則，並投入遊戲。 2. 能仔細聆聽指令，做出指定的動作。 3. 能仔細聆聽指令，完成指定的摺紙或著色	1. 透過聆聽桌遊的遊戲規則，進行聆聽的專注度訓練。 2. 教師引導學生進行注意力訓練。 3. 教師引導學生進	1. 能仔細聆聽桌遊的遊戲規則，並完成遊戲演練(教師/自我檢核表分數達 90%)。 2. 戴上眼罩並仔細聆聽指令，做出指定的動作(教師/自我檢核表分數達

		學習情境和器材的使用規則與安全。		成品。	<p>行桌遊-哆寶、德國心臟病、誰是牛頭王的<b>操作</b>。</p> <p>4. <b>教師引導學生進行摺紙與著色練習</b>。</p>	<p>90%)。</p> <p>3. 能依照步驟逐步完成指定的摺紙或著色成品(教師/自我檢核表分數達90%)。</p>
第 16-20 週	問題解決 魔法師	特社 3-IV-4 在遇到困難時，依問題性質尋求特定對象或資源的協助。	特社A-IV-3 問題解決的技巧。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能分析事情的困難之處，並擬定問題解決計畫。</li> <li>2. 能在擬定問題解決計畫後，嘗試執行。</li> <li>3. 能依據問題的性質，主動尋求特定對象或資源的協助。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>介紹</b>情境分析-事情的困難之處、尋求資源的協助。</li> <li>2. <b>教師引導學生進行擬定問題解決計畫</b>。</li> <li>3. <b>教師引導學生進行執行問題解決計畫，使學生能運用上課所學，主動尋求特定對象或資源的協助</b>。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 針對各種情境去設身處地思考困難之處，並列舉問題解決的方法。</li> <li>2. 能在模擬情境中，確實演練與執行問題解決計畫。</li> <li>3. 能分類問題的性質，列舉能夠解決問題的特定對象或資源。</li> </ol>

## 112 學年度嘉義縣民和國民中學特殊教育不分類資源班第一二學期特殊需求領域【生活管理】教學計畫表 設計者：劉書岑

一、教材來源：■自編 □編選-參考教材○○

二、本領域每週學習節數：外加 1 節

三、教學對象：學障及聽障 9 年級各 1 人、智障 8 年級 1 人、學障 7 年級 1 人，共 4 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
<p><b>特生-A-A1</b> 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。</p> <p><b>特生-A-A2</b> 藉由自我管理、自我倡導等策略以解決問題，並獲得較佳的生活適應與獨立自主能力。</p> <p><b>特生-A-A3</b> 具備自我管理、自我調整、自我評鑑、自我倡導等策略以規劃執行家庭、學校與社區生活中各項事務，並因應突發事件，增進彈性適應能力。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能具備整理個人儀容整齊的基本能力。</li> <li>2. 能運用收納原則進行物品收納與整理。</li> <li>3. 能依場合穿著合宜的服裝。</li> <li>4. 能具備個人居家環境清潔與安全維護的能力。</li> <li>5. 能依個人需求選擇健康飲食。</li> <li>6. 能認識食物的選購判別方法並進行食物選購。</li> <li>7. 能具備維護個人健康的基本能力。</li> <li>8. 能查詢與使用社區所提供的資源與服務。</li> <li>9. 能維護與履行個人權利及義務。</li> <li>10. 能妥善規劃零用錢的使用。</li> </ol>

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 1-4 週	衣物清潔我最行	特生 1-sP-19 隨時整理與保持儀容整潔。	特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。 特生 C-sP-4 個人清潔用品的認識。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能維持衣物的整齊清潔及作適當清洗。</li> <li>2. 能處理青春期常見的個人清潔問題。</li> <li>3. 能夠在日常生活中落實個人清潔衛生的習慣。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 藉由影片或圖片的對照，讓學生區辨整齊清潔的外觀和不整齊的外觀，並引導學生分享整齊清潔的衣物和外觀對個人的影響。</li> <li>2. 以工作分析分解手洗衣物的步驟(用具準備、洗衣</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出整齊清潔的外觀和不整齊的外觀的差異。</li> <li>2. 透過學習計畫檢核表，能維持衣物清潔。</li> <li>3. 能在教師引導下，能完成洗衣流程。</li> </ol>

					粉的量、搓洗、擰乾脫水、晾乾、收納)，逐一步驟引導學生實際操作。	
第 5-12 週	收納小達人	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。	特生 F-sA-1 居家物品的擺放與收納。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能認識物品收納的原則。</li> <li>2. 能運用收納原則進行物品收納與整理。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過影片教導學生收納整理原則(如:衣服整理、食物分類包裝、書籍整理、文具用品整理)。</li> <li>2. 引導學生透過收納整理原則進行衣物整理。</li> <li>3. 引導學生透過收納整理原則進行食物分類包裝。</li> <li>4. 引導學生透過收納整理原則進行書籍整理。</li> <li>5. 引導學生透過收納整理原則進行文具用品整理。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出收納整理的原則。</li> <li>2. 能依照收納原則進行衣物整理。</li> <li>3. 能依照收納原則進行食品分類包裝。</li> <li>4. 能依照收納原則進行書籍整理。</li> <li>5. 能依照收納原則進行文具用品整理。</li> </ol>
第 13-15 週	整潔和服裝禮儀	特生 1-sA-5 選購適合自己的衣物。 特生 1-sA-9 適時修剪指甲與	特生 B-sA-2 服裝禮儀。 特生 C-sA-3 簡易儀容裝扮的技巧。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能依照季節和氣溫冷暖，搭配適合從事相關活動的服裝。</li> <li>2. 能呈現乾淨、整潔的個人儀容。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 講解不同的季節會選擇不同的衣物。</li> <li>2. 教師引導學生進行休閒服裝選配</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能針對季節，選配合宜的休閒服裝。</li> <li>2. 能在教師引導下，能呈現乾淨、整潔的儀容。</li> </ol>

		頭髮。			實作。 3. 儀容整理技巧練習。	
第 16-20 週	居家清潔專家	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。	1. 能認識並使用一般常用清潔劑。 2. 了解使用清潔劑需注意的安全事項。 3. 能使用一般常見的清潔用家電，並注意其使用安全。	1. 老師透過「聰明做打掃，乾淨又安全」推廣影片，引導學生討論並分享自己的生活經驗。 2. 以工作分析引導學生實際操作日常中經常運用的三大清潔技能（抹布擦拭、掃地技能、拖地技能），並搭配適當清潔劑使用。 3. 以工作分析帶領學生操作一般常見的清潔用家電，並說明注意事項。	1. 能正確使用一般常用清潔劑。 2. 能運用乾淨的抹布擦拭桌面、餐桌、窗戶。 3. 能運用正確且適當的掃地技能，完成地板清掃。 4. 能運用正確且適當的拖地技能，完成拖地任務。 5. 能正確使用一般的清潔用家電。

## 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 1-2 週	食品有效期限大找碴	特生 1-sP-5 選擇乾淨新鮮且於保存期限內的食物。	特生 A-sA-3 食物的選購。	1. 能透過感官判食材新鮮度。 2. 能認識常見的食品標章。	1. 透過影片以及實際食材教導學生判別肉類、魚類、蔬果類、牛奶類、雞蛋之新鮮度判別	1. 透過影片以及實際食材教導學生判別肉類、魚類、蔬果類、牛奶類、雞蛋之新鮮度判別

				<ol style="list-style-type: none"> <li>3. 能查閱食品包裝上的製造日期、保存期限以及有效日期。</li> <li>4. 能判讀保期限以及有效日期並判斷食品是否過期。</li> </ol>	<p>奶製品、雞蛋之新鮮度判別方法。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 透過學習單以及影片教導學生常見的食品標章並了解食品標誌之意義(如:健康食品標章、食品 GMP、屠宰衛生檢查合格標誌)。</li> <li>3. 教師呈現各種食品，教導學生從外包裝找到製造日期、保存期限以及有效日期等資訊。</li> <li>4. 引導學生透過食品外包裝的保存期限以及有效日期相關資訊，判段食品是否過期。</li> </ol>	<p>方法。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 透過學習單以及影片教導學生常見的食品標章並了解食品標誌之意義(如:健康食品標章、食品 GMP、屠宰衛生檢查合格標誌)。</li> <li>3. 呈現各種食品，教導學生從外包裝找到製造日期、保存期限以及有效日期等資訊。</li> <li>4. 引導學生透過食品外包裝的保存期限以及有效日期相關資訊，判段食品是否過期。</li> </ol>
第 3-5 週	健康飲食，保護健康	<p>特生 1-sA-1 烹調用具使用前後能清洗潔淨。</p> <p>特生 1-sA-2 使用適當方式加</p>	<p>特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。</p> <p>特生 A-sA-2 食物烹調前的處理。</p> <p>特生 A-sA-5 食</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能完成烹調前的簡單處理，包括食材處理及烹調器具清洗。</li> <li>2. 能選擇乾淨新鮮的食物，拒絕吃腐壞或不</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 老師透過「食品安全及衛生宣導短片」，引導學生討論影片情節並分享自己的生活</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能在烹調食物前，完成食材及食器清洗。</li> <li>2. 能在教師引導下，說出一項食品中毒的症狀。</li> <li>3. 能在教師引導下，烹調</li> </ol>



		熱、沖泡、烹調簡易餐食。 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。	物的保存方法。	潔的食物。 3. 能自行烹調簡單的飲食。	經驗。 2. 介紹衛福部網站資料「注意食品衛生安全原則，避免食品中毒」，引導學生了解如何健康飲食。 3. 帶領學生實際加熱、沖泡、烹調簡易的餐食。	一項簡易食物，例如：加熱麵包、沖泡茶包、烹調簡易的餐食等。
第 6-15 週	金錢管理大師	特生 2-sA-2 規劃日常生活的費用及收支管理事宜。	特生 E-sA-3 個人預算、收支與管理。	1. 能正確紀錄零用錢收支情形。 2. 能安排零用錢的收支以達平衡。 1. 不隨意亂花零用錢。	1. 教師引導學生進行收支的紀錄與計算。 2. 教導金錢管理收支檢核表，如何記錄和規劃。	1. 能說出一項零用錢使用規劃。 2. 能妥善使用零用錢，不隨意亂花。 3. 能在教師引導下，完成收支檢核表，確實紀錄每天的金錢管理收支。
第 16-20 週	社區資源與網路購物陷阱	特生 3-sA-2 依需求善用社區資源。 特生 3-sA-3 辨識各種詐騙行為及避免受騙。 特生 4-sA-7 參與和自身權益相關的活動，並表達意見。	特生 K-sA-1 社區資源與設施的運用。 特生 K-sA-3 各種詐騙行為的認識與防範。 特生 K-sA-2 消費者權益的認識。	1. 能依個人需求查詢社區機關場所相關資源。 2. 能說出網路購物的規範與陷阱。	1. 教師介紹社區機關場所與服務項目查詢練習。 2. 教師介紹常見的網路購物平台與操作練習的方式。 3. 介紹消費者權益與責任。	1. 能正確查詢社區機關場所服務項目、身心障礙服務資源；網購平台操作。 2. 說出一項網路購物的規範與陷阱。 3. 能在教師引導下，說出一項消費者權益與責任。