

嘉義縣祥和國小 113 學年度校訂課程資源班中、高年級 A 組第三類特殊需求領域生活管理課程教學內容規劃表(表 11-4)

設計者：葉迎盈

一、教材來源：□自編 ■編選-參考教材(教育部國民及學前教育署-自閉症類性別平等教育教材、智能障礙類性別平等教育教材、學習障礙類性別平等教育教材)

二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：學習障礙三年級 1 人、智能障礙四年級 1 人、智能障礙五年級 1 人、自閉症五年級 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
A 自主行動 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。	B 溝通互動 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。	C 社會參與 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。	1. 能認識身體的構造與功能。 2. 能保護自己並尊重他人的身體自主權。 3. 能解決青春期身心變化帶來的需求。 4. 能覺察並避免危險情境。 5. 能知道受到傷害時如何尋求協助，並描述受到傷害的過程。 6. 能從事適當的休閒活動。

五、本學期課程內涵：第一學期評量

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	我的身體	特生 1-sP-24 認識身體構造、器官、常見疾病及症狀。  特生 1-sP-27 覺察並接受青春期之身心理變化。	特生 D-sP-1 身體器官與功能的認識。  特生 D-sA-1 青春期的身心健康。	1. 能認識基本身體構造及功能。 2. 能覺察青春期身心變化。	1. 播放影片<節奏派對   我的身體兒歌> <a href="https://youtu.be/bkMNUknee0c?feature=shared">https://youtu.be/bkMNUknee0c?feature=shared</a> 2. 認識基本身體構造(認識頭、脖子、肩膀、胸部、肚子、屁股、手、腳)，並討論其功能。 3. 團體遊戲-身體構造轉盤，轉動兩個分別寫著不同身體構造的轉盤，將兩個轉盤轉到的部位碰在一起即為成功。 4. 請學生準備一張幼兒時期的照片，比較看看，和現在有什麼不同，討論青春期的身心變化。 5. 男女大不同，認識男生和女生生理構造的差異，(補充影片：「青春新樂園」認識青春期 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=JgksoW4HCz0">https://www.youtube.com/watch?v=JgksoW4HCz0</a> )	1. 能指認至少 5 個基本身體構造。 2. 能說出至少 5 個身體構造的功能。 3. 能正確完成 80% 團體遊戲-身體構造轉盤任務。 4. 能說出至少一項自己的身體出現的變化。
第 7-11 週	身體紅綠燈	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 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。	1. 能區辨身體隱私與界限。 2. 能保護自己的身體自主權。 3. 能尊重他人身體界限。	1. 觀賞影片【我是身體的主人   兒童性教育影集】<積木王國大冒險>認識身體構造。 <a href="https://youtu.be/674-R1s37FY?feature=shared">https://youtu.be/674-R1s37FY?feature=shared</a> 2. 教師發下【身體紅綠燈學習單】，請學生依照自己的想法在各個身體部位貼貼看紅綠燈貼紙，身體哪些地方是紅燈—不可以隨便讓人碰觸的，屬於隱私部位；哪些是黃燈—只有親近的人可以經過同意後觸碰；哪些是綠燈—允許大家觸碰。 3. 界定隱私處，要保護好自己的身體，紅燈的部位應該在安全隱私的地方(如：廁所、房間)才暴露出來，且不可隨便讓人碰觸自己的紅燈部位。 4. 觀賞影片【我是身體的主人   兒童性教育影集】<EP2 熱情的蹦蹦>認識身體自主權。 <a href="https://youtu.be/j_9XPJcgMMY?feature=shared">https://youtu.be/j_9XPJcgMMY?feature=shared</a> 影片討論，為什麼大家不喜歡熱情的蹦蹦？蹦蹦應該怎麼做？	1. 能指認至少 2 個身體的私密部位。 2. 能口頭分享，說出至少 1 個紅燈部位。 3. 能辨識指認出隱私的場所。

					5. 彼此觀察每個人的學習單相同嗎？進而討論每個人的身體界限不同，每個人都是自己身體的主人，因此我們不可以隨意觸碰他人，保護自己的同時也要尊重他人。	
第12-16週	保護自己	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。	特生 I-sP-6 性騷擾、性侵害與性霸凌的認識。	1. 能認識性騷擾。 2. 能辨識性騷擾。 3. 能辨識危險情境，自我保護。	1. 詢問學生有沒有聽過「性騷擾」，討論性騷擾是什麼意思。 2. 觀賞影片 <a href="https://youtu.be/OTSIsm4zXIA?feature=shared">https://youtu.be/OTSIsm4zXIA?feature=shared</a> 了解只要沒有經過他人同意，隨便觸碰他人身體、說一些和身體有關話語或展示一些和性有關的東西，讓他人感到不舒服，這就是性騷擾。 3. 觀賞影片【我是身體的主人   兒童性教育影集】<春春的秘密> <a href="https://youtu.be/vT4x3xQD89I?feature=shared">https://youtu.be/vT4x3xQD89I?feature=shared</a> 4. 討論哪些人可能會伸出「鹹豬手」？(所有人都有可能) 5. 討論如果別人隨便觸碰你，你不舒服應該怎麼辦？(勇敢說不、找機會離開) 6. 特例討論：肚子好痛，去看醫生的時候，醫生請我掀起衣服露出肚子照超音波，這樣算性騷擾嗎？	1. 能回答性騷擾的定義。 2. 能說出至少一個遇到性騷擾的應對方法。 3. 能區辨性騷擾的情境。
第17-20週	尊重他人	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-sA-3 性別多樣性的認識與尊重。	1. 認識自己的性別氣質。 2. 尊重性別的多樣性。	1. 發下【我的氣質我知道】學習單，圈出符合自己的描述，並上台分享自己圈出那些描述。 2. 教師放出三個人物(戴資穎、吳季剛、吳寶春)剪影，並逐一介紹他們的事蹟，讓學生猜測他/她是男生還是女生。 3. 進行幫娃娃挑選衣服的遊戲，觀察學生男生或女生是否有既定的刻板印象。進一步討論女生一定是長頭髮、穿裙子嗎？男生一定是短頭髮、穿褲子嗎？引導學生破除性別刻板印象。 4. 介紹蘇格蘭傳統服飾、印地安傳統裝扮，認識多元文化 5. 以歌手吳青峰、Emma Watson 為例，認識不同的性別氣質，尊重性別多樣性。 6. <不一樣，怎麼樣？>小劇場，模擬學生在生活中可能會觀察到少數人與眾不同的裝扮，應以何態度互動。	1. 能以紙筆圈出符合自己的氣質。 2. 能指認人物的性別。 3. 能在模擬劇場中，以適當的話語和多樣性別的角色互動。

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	青春「期」步走	特生 1-sA-10 處理青春期的身體變化及性需求。	特生 D-sA-1 青春期的身心健康。	1. 能處理青春期身體變化產生的需求。	1. 認識男生和女生進入青春期可能會產生的需求，包含： (1) 青春痘的處理？(勤洗臉、使用溫和清潔劑) (2) 夢遺怎麼處理？(清洗私處→更換乾淨的褲子→換床單) (3) 月經沾到褲子怎麼處理？(拿乾淨的衣物和衛生棉到廁所→清潔私處→將乾淨的內褲貼上衛生棉→穿上乾淨的褲子) 2. 步驟化教導使用衛生棉的方式，詳細講解和演示每個步驟： 口訣：廁、手、丟、開、新、貼(廁所丟開心貼) (1) 廁：進入廁所 (2) 洗手：首先強調在更換衛生棉前後洗手的重要性。 (3) 丟：丟除舊衛生棉：解釋如何小心地移除舊的衛生棉，並包裹好丟棄。 (4) 打開包裝：展示如何打開衛生棉的包裝。 (5) 使用新衛生棉：展示如何打開新衛生棉，撕下背面的膠帶。 (6) 貼上衛生棉：確保衛生棉放置在內褲的正確位置，這樣可	1. 能口頭回答出進入青春期會產生的需求。 2. 能依提示卡，口頭回答夢遺的處理步驟。 3. 能依提示卡，口頭回答月經沾到褲子時的處理步驟。 4. 能在5分鐘內實際操作，更換衛生棉。

					<p>以最大程度地防止漏出。</p> <p>3. 貼身衣物的手洗方法： 口訣：水、精、泡、搓、換、擰（水晶跑錯換你）</p> <p>(1) 準備<b>溫水</b>：在洗臉盆或浴缸中裝入溫水（30°C 到 40°C 之間），水量以能夠完全浸沒衣物為宜。</p> <p>(2) 加入<b>洗衣精</b>：加入適量的溫和洗滌劑，最好是專門為貼身衣物設計的洗滌劑，攪拌均勻。</p> <p>(3) <b>浸泡</b>衣物：將衣物放入水中浸泡 5-10 分鐘，讓洗滌劑發揮作用。</p> <p>(4) 輕柔<b>搓洗</b>：用手輕輕搓洗衣物，特別是容易髒的部位如腋下、襯衣領口和袖口等。避免用力揉搓，以防損壞纖維。</p> <p>徹底沖洗：用清水沖洗衣物，直到完全去除洗滌劑泡沫。可以</p> <p>(5) 多次<b>換水</b>，確保沒有殘留。</p> <p>(6) 輕輕<b>擰乾</b>：輕輕擰乾衣物，不要用力絞乾，以防變形。</p>	
第 6-10 週	社區暢行	特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。 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 K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。	<ol style="list-style-type: none"> <li>能認識常見的危險情境。</li> <li>能避免常見的危險情境。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>社區簡易地圖：利用 google map 街景服務，帶領學生一起看看自己居住的社區中長甚麼樣子，並製作一份簡易的社區地圖。</li> <li>【危險指數貼貼樂】準備炸彈貼紙，讓學生貼貼看愈危險的地方貼愈多炸彈貼紙，請學生發表自己的想法，社區地圖中哪裡是大家認為危險的地方？為什麼危險？哪裡是相對安全的地方？為什麼安全？</li> <li>【拆彈大師】依據每個地點可能發生的危險，提出避免危險或降低風險的對策，並將對策妙招浮貼在該地點標示上。</li> </ol> <p>補充影片：身心障礙福利機構性侵害防治初級預防易讀版-我說可以才可以(動畫版)<a href="https://youtu.be/1XCrxuE1-Kw?feature=shared&amp;t=288">https://youtu.be/1XCrxuE1-Kw?feature=shared&amp;t=288</a></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能操作電腦展示自己居住的社區。</li> <li>能指認社區中危險的地方。</li> <li>能在教師引導下，口頭說出避免危險或將低風險的方法。</li> </ol>
第 11-15 週	我會勇敢說	特生 1-sA-13 描述受傷害的經過並尋求適當協助。	特生 G-sA-3 意外事件的處理。	<ol style="list-style-type: none"> <li>能描述受到傷害的經過。</li> <li>能知道受到傷害時如何尋求幫助。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>受到傷害的事件表達練習，以看圖說故事的方式，表達出：「時間+人+地點+事情」，如：「昨天放學後小華在公園拉我的衣服。」</li> <li>以組織圖認識五種不同危險情境的應對策略(尋找安全的地方、大聲呼救、避免落單、告訴大人、向師長求助)</li> <li>認識尋求協助的管道(110 報案專線、113 保護專線、119 救護車)，並透過團體合作進行【幫幫忙對對碰】配對遊戲，熟悉不同專線的功能。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能看圖以「時間+人+地點+事情」句式，口頭描述事件。</li> <li>能操作電腦完成應對危險情境的組織圖。</li> <li>能正確指認配對不同專線的功能。</li> </ol>
第 16-20 週	趣味樂悠遊	特生 2-sP-12 培養對休閒活動的認識與興趣。	<p>特生 H-sP-1 休閒活動的認識。</p> <p>特生 H-sP-2 休閒活動的選擇。</p> <p>特生 H-sA-2 邀請他人共同從事休閒活動的技巧。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能認識休閒活動。</li> <li>能選擇適合自己的休閒活動。</li> <li>能邀請他人共同從事休閒活動。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>定義休閒活動：「生活中為獲得健康、愉悅而主動積極的活動。」</li> <li>教師引導學生列舉休閒活動（散步、打羽毛球、逛街、和手足玩遊戲、游泳、玩玩具……）</li> <li>【活動排行榜】請學生列出 3 項感興趣的活動，分別寫在 3 張字卡上，再從喜好程度、身體負荷程度、獲得益處三方面進行決策矩陣分析比較，最後完成【活動排行榜】。</li> <li>練習邀請他人和自己一起進行休閒活動。（參考句型：「時間+我想要去+地點+休閒活動，你有沒有興趣一起去呢？」如：「這個週末我想要去小山公園散步，你有沒有興趣一起去呢？」</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>能在引導下說出至少 2 項休閒活動。</li> <li>能指認最適合自己的休閒活動。</li> <li>能口頭邀請他人一起從事休閒活動。</li> </ol>

