

114 學年度嘉義縣新港國民中學特殊教育集中式特教班第一二學期特殊需求領域(生活管理) 教學計畫表 設計者：陳玟君、蔣雨嫣
(表十二之二)

一、教材來源：□自編 ■編選-參考教材優質特教網 二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：智障 7 年級 1 人、8 年級 1 人、自閉症 7 年級 1 人共 3 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程目標 (學年目標)
<p>特生-P-A1 具備個人生活自理能力，建立良好的生活習慣，參與家庭活動、探索個人休閒興趣，並於生活中開始生涯覺知與探索，對自身事務展現尋求協助、表達想法、選擇與決定的行為。</p> <p>特生-P-B3 透過探索休閒興趣、嗜好，參與家庭、學校與社區活動、認識相關資源，體驗生活美學，增加對美的感知與生活的豐富性。</p>	<p>1、具備衣、食、行等方面的個人生活自理能力。</p> <p>2、具備參與家庭活動的能力。</p>

五、本學期課程內涵：第一學期評量

教學進度	單元名稱	學習表現	學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-5 週	大掃除	<p>高組： 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。</p> <p>低組：</p>	<p>高組： 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。 特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。 特生 F-sA-3 環境美化的知能。</p>	<p>高組：</p> <p>1、能維持個人空間的整齊清潔。 2、能維持教室的整齊清潔。 3、能正確倒出 1 個瓶蓋的漂白水。 4、能完成負責範圍的清潔工作。 5、能進行資源回收。</p>	<p>活動一：打掃有什麼好處？ 1、引起動機 問學生：「如果家裡、教室都沒人打掃，會變怎樣？」 用圖片對比「乾淨 vs. 髒亂」的環境，讓學生說出差異與感受。 2、教師說明和示範 為什麼要打掃？（乾</p>	<p>高組：</p> <p>1、以檢核表檢查學生是否有維持個人空間、教室的整齊清潔。 2、實作檢查學生倒出的漂白水</p>

		<p>特生 2-sA-5 從事安全的個人和家庭休閒活動。</p>	<p>低組： 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。 特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。</p>	<p>低組： 1、能依指令從事打掃活動。 能依指令從事資源回收活動。</p>	<p>淨、健康、不會滑倒、不會臭) 哪些地方要打掃？(桌面、地板、廁所、垃圾桶) 打掃工具介紹(掃把、抹布、拖把、畚箕等) 漂白水介紹和示範漂白水倒1瓶蓋，學生個別練習。 教師示範打掃方式和說明打掃原則：眼睛找、內到外、倒退掃、髒了要換水。 3、操作練習 學生打掃實作，教師巡視，強調正確使用工具與安全。 4、分配每人的工作範圍，實地打掃。 活動二、資源回收小幫手 1、引起動機 問：「垃圾丟進垃圾桶就好啦，為什麼還要分類？」</p>	<p>量是否正確。 3、實作檢查學生資源回收的項目是否正確。</p> <p>低組： 1、實作：能指示範和指令完成打掃工作。 2、實作：能指示範和指令完成資源回收工作。</p>
--	--	----------------------------------	---	--	---	--

					<p>播放簡短影片介紹資源回收的好處（如再利用、保護地球）</p> <p>2、教師介紹五大類資源回收物品並示範要剪開、洗淨、丟回收桶。</p> <p>紙類（紙箱、報紙）</p> <p>紙容器（紙盒、飲料杯）</p> <p>鋁箔包</p> <p>塑膠類（看塑膠編號）</p> <p>金屬類（鋁罐、鐵罐）</p> <p>玻璃類（玻璃瓶）</p> <p>電池</p> <p>3、透過實物或圖片，引導學生動手分類（可用圖片卡）</p>	
第 6-10 週	高組： 分門別類	高組： 特生 2-sP-8 安全使用個人及家中物品或家電。 特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	高組： 特生 F-sP-3 清掃工作的技能。 特生 F-sA-1 居家物品的擺放與收納。 特生 F-sA-3 環境美化的知能。	高組： 1、能適當使用收納箱分類整理物品。 2、能適當使用文具用品。 3、能適當使用碎紙	高組 活動一：要不要？ 1、教師說明今天主題：分類各種文具雜物，依是否還會用到判別要放入哪一個箱子。 2、老師示範。 3、學生練習，老師在旁協助。	高組： 1、能依類別和需求使用收納箱分類物品。 2、能適當操作標籤機。 3、能安全使

				<p>機。</p> <p>4、能解決物品擺放雜亂的問題，進而美化環境。</p>	<p>活動二：分門別類</p> <p>1、教師說明今天主題：要依功能、使用時機為物品分類。</p> <p>2、老師示範。</p> <p>3、學生練習，老師在旁協助。</p> <p>活動三：標籤記錄</p> <p>1、教師說明今天主題：標籤記錄</p> <p>2、老師示範：依上次的分類，在箱外用便條紙標記和整理記錄在紙上。</p> <p>3、學生練習，老師在旁協助。</p> <p>活動四：貼標籤</p> <p>1、教師說明今天主題：貼標籤</p> <p>2、老師示範：使用標籤機製作標籤和貼標籤。</p> <p>3、學生練習，老師在旁協助。</p> <p>活動五：碎紙機</p>	<p>用碎紙機。</p>
--	--	--	--	---	--	--------------

	<p>低組： 我會照顧自己</p>	<p>低組： 特生 1-sP-14 精熟如廁技巧，如攜帶衛生紙、穿脫褲子、擦拭、沖水、洗手等。 特生 1-sP-15 表現如廁時的禮儀。 (上廁所要關門)</p> <p>特生 1-sP-16 具備洗手、洗臉、刷牙及使用牙線的技能。 特生 1-sP-17 完整清潔身體各部位。</p>	<p>低組： 特生 C-sP-1 如廁技巧。 特生 C-sP-2 如廁禮儀。 特生 C-sP-3 身體的清潔方式。</p>		<p>1、教師說明今天主題：碎紙機 2、老師說明和示範：說明碎紙機的使用時機、功能並示範 3、學生練習，老師在旁協助。</p> <p>低組 活動一：如廁禮儀 1、教師說明今天主題：如廁禮儀 2、老師提問：上廁所到一半突然門被打開，覺得如何？會不會擔心被看光光？引導到如廁禮儀的重要 3、老師說明如廁禮儀（針對觀察到學生常犯的重點說明） 4、實地到無障礙廁所練習。</p> <p>活動二：洗手 1、教師說明今天主題：洗手</p>	<p>低組： 1、實作：精熟洗手技巧。 2、觀察：能表現適當</p>
--	-----------------------	---	---	--	---	--

				<p>低組：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、能精熟洗手技巧。 2、能表現適當的如廁禮儀，如：上廁所時要先關門。 3、具備擰乾毛巾的技能。 4、具備用毛巾擦臉和手的技能。 <p>能完整清潔雙手、臉和脖子。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2、教師示範洗手過程（內外夾弓大立腕） 3、學生練習，強調「腕」的動作。 <p>活動三：毛巾擦臉</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、教師說明毛巾擦臉的時機：早上起床、天熱流汗、沾到髒東西、洗臉、晚上洗澡等。也請學生分享擦完臉的感覺。提問，大家都沒擦只有我去洗臉會不會很奇怪？ 2、示範擰乾毛巾。 3、學生練習擰乾毛巾。 4、示範擦臉順序：上到下，中間到外面，最後到脖子一圈。 5、學生練習，老師指導。 <p>活動四：毛巾擦手</p>	<p>的如廁禮儀。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3、實作：能擰乾毛巾。 4、實作：能用毛巾擦指定的部位。
--	--	--	--	---	--	---

					<p>1、示範擰乾毛巾。</p> <p>2、學生練習擰乾毛巾。</p> <p>3、示範擦手順序：肩膀往手的方向，關節處要加強，手指要一根根擦過。</p> <p>學生練習，老師指導。</p>	
第 11-14 週	安全用電器	<p>高組： 特生 1-sA-1 烹調用具使用前後能清洗潔淨。 特生 2-sP-8 安全使用個人及家中物品或家電。</p> <p>低組： 特生 1-sP-3 食用前進行洗滌、剝皮或打開包裝等。 特生 1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與</p>	<p>高組： 特生 G-sP-1 家電用品的認識。 特生 G-sP-3 用電安全。 特生 G-sA-1 家電用品的使用與維護。</p> <p>低組： 特生 A-sP-5 食物的處理。 特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 A-sP-7 餐前</p>	<p>高組： 1、能安全使用廚房家電。 2、能把烹調用具洗淨晾乾。 3、能把烹調用具在晾乾後妥善收放。</p> <p>低組： 1、食用水果前能進</p>	<p>活動一：哪裡危險</p> <p>1、準備一台使用過的廚房電器和紅外線溫度槍。</p> <p>2、請學生測量老師指定的位置，讓學生理解電器用過後仍有些地方溫度偏高，不能碰。</p> <p>3、準備電器漏電觸電的影片，讓學生理解清理前要拔電線的重要性。</p> <p>4、請學生指出電器用過後仍有哪些地方是危險的。</p> <p>活動二：洗乾淨了嗎？</p> <p>1、拿學生洗好的餐具</p>	<p>高組： 1、能指出使用後的家電危險之處。 2、檢核表檢核是否有洗乾淨、遵守晾乾原則與收納疊放建議。</p>

		<p>協助餐後整理。 特生 1-sA-1 烹調 用具使用前後能清 洗潔淨。 特生 2-sP-8 安全 使用個人及家中物 品或家電。</p>	<p>準備與餐 後收拾的技巧。 特生 A-sP-2 進食 技巧。</p>	<p>行洗滌。 2、食用水果前能自 行剝皮。 3、食用食品前能設 法自行打開包 裝。 4、協助下能進行餐 後整理。 5、能安全使用 餐具打菜。</p>	<p>給學生看，是否有 問題，歸納出常犯 的洗碗盲區。 2、請學生再洗一次， 並引導學生說出自 己常犯的洗碗盲區 和下次改進方式。 3、請學生比較不同晾 乾方式，歸納出洗 碗後晾乾的方式要 注意：鍋碗的水倒 乾、倒扣且要有縫 隙、依大小排放。 活動三：碗盤收納 1、給學生比較碗盤有 和沒有整理收納的 照片，請學生分享 哪個看起來比較整 齊。 2、老師示範碗盤收納 原則：確認全乾、 大在下小在上、鍋 盤分開放、刀叉筷 另外放。 3、學生練習。</p>	
--	--	---	---	--	--	--

					<p>活動四：洗水果</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、給學生看蔬果種植過程灑農藥的片段，說明如果沒洗乾淨，可能就會把農藥吃下肚。 2、說明農藥多數是溶於水的，蔬果清洗應洗再切，且切記不必加鹽水、小蘇打粉或蔬果清潔劑，乾淨的流動清水是最好的(10-15分鐘)，洗淨表層後，再切成可入口的大小就可以吃或煮來吃了。 3、學生練習。 <p>活動五：挑爛果</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、給學生一些圖卡內有混合健康可食的水果和爛果。請學生留下可吃的，爛果要集中放在另一區。 	<p>低組：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、能依指令完成洗水果的行為。 2、能挑選出爛果，留下好果。 3、能自行撕開包裝。 4、能使用餐具順利打菜。
--	--	--	--	--	--	--

					<p>2、老師逐一說明爛果是怎麼了，與能不能切掉再吃。</p> <p>3、給學生一袋水果，請學生實際分類可食和不可食。</p>	
第 15-20 週	運動菜單	<p>高組： 特生 1-sP-5 選擇乾淨新鮮且於保存期限內的食物。 特生 1-sA-2 使用適當方式加熱、沖泡、烹調簡易餐食。</p> <p>低組： 特生 1-sP-21 辨識及避免食用不潔或遭受汙染的食物。</p> <p>特生 1-sA-2 使用適當方式加熱、沖</p>	<p>高組： 特生 A-sA-2 食物烹調前的處理。 特生 A-sA-3 食物的選購。 特生 A-sA-4 食物的烹調方式。</p> <p>低組： 特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。 特生 A-sP-5 食物的處理。</p>	<p>高組：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、能辨乾淨新鮮的食物。 2、能辨識保存期限內的食物。 3、能使用適當方式烹調簡易餐食。 4、能使用適當方式加熱簡易餐食。 5、能使用適當方式沖泡簡易餐食。 	<p>活動一：可以吃嗎？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、給學生看圖，指出照片中的食物是否還能吃？(外包裝破損、過期、有異色、有不明沉澱、有發霉、) 2、老師逐一說明不能吃的的原因，進一步說明，除了用看的判斷，還有用聞的，味道和平常不一樣就是有問題的，建議不要再食用。 3、給學生練習情境，請學生判斷是否可食。 	<p>高組：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、能指認乾淨新鮮的食物。 2、能指認保存期限內的食物。 3、能使用適當方式加熱、沖泡、烹調簡易餐食 <p>低組：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、能指認乾淨新鮮的食物。

		泡、烹調簡易餐食。		<p>低組：</p> <p>1、能辨識不潔或受污染的食物。</p> <p>2、協助下能使用適當方式加熱簡易餐食。</p> <p>3、協助下能使用適當方式沖泡簡易餐食。</p> <p>4、協助下能使用適當方式烹調簡易餐食。</p>	<p>活動二：有效期限</p> <p>1、說明有效期限的意思，給學生看新聞或影片，吃了過期食物有什麼後果。</p> <p>2、老師示範如何判斷有效期限。</p> <p>3、學生以字卡辨別練習。</p> <p>4、給學生實物並以今天判別是否過期。</p> <p>活動三：美食DIY</p> <p>1、材料和工具介紹，並詢問學生有工具製作過的料理。</p> <p>2、說明製作主題。</p> <p>3、教師示範</p> <p>4、學生個別操作，教師在旁協助。</p> <p>5、享用並分享成果。</p>	<p>2、協助下能使用適當方式加熱、沖泡、烹調簡易餐食。</p>
--	--	-----------	--	--	---	----------------------------------

第二學期

教學進度	單元名稱	學習表現	學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-6 週	衣學院	高組： 特生 1-sA-6 使用	高組： 特生 B-sP-3 衣物	高組： 1、能手洗衣物。	活動一：衣服大觀園	高組： 1. 實作評

		<p>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 1-sP-11 分類衣物並收納保管。</p> <p>低組： 特生 1-sP-9 選擇適當場所並完成衣物穿脫與更換。 特生 1-sP-11 分類衣物並收納保管。 特生 1-sA-6 使用適當方式洗濯及晾曬衣物。</p>	<p>的清潔與收納。</p> <p>低組： 特生 B-sP-1 衣物穿脫技巧。 特生 B-sP-2 衣物的認識。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。</p>	<p>2、能操作洗衣機洗衣。 3、能晾曬衣物 4、能整齊折疊衣物。 5、能分類收納不同衣物。</p> <p>低組： 1、能辨別衣服正反面。 2、能依衣服正反面穿脫T恤。 3、能穿脫有拉鍊的衣服。 4、協助下能手洗衣物。 5、能分類不同的衣物。 6、能晾曬衣物。</p>	<p>1、介紹各種衣物種類。 2、實物讓學生觸摸感受不同的衣服材質和特性。 3、實際操作讓學生練習辨別衣服的前後、正反面。 1、實際操作讓學生練習拉拉鍊、扣扣子(按壓)</p> <p>活動二：洗衣服 1. 透過實際操作，示範清潔衣物的方法和注意事項。 2. 連結前次辨別不同衣物的經驗，說明不同衣物洗濯方式的不同。</p> <p>活動三：晾衣服 1、老師示範晾衣服的方式和注意事項。 2、學生實作練習。</p>	<p>量： 學生能手洗衣物。 2. 實作評量：能操作洗衣機洗衣。 3. 實作評量：學生能用適當的方式晾曬衣服。 4. 實作評量：學生能用適當的方式折衣服。</p> <p>低組： 1. 能指認衣服的正反面、各部位。 2、能依衣物的前後、正反面並進行正確穿脫。 3. 能完成拉拉鍊。</p>
--	--	---	---	---	--	--

				7、協助下能整齊折疊衣物。	活動四：折衣服 1、老師示範折衣服的方式和注意事項。 2、學生實作練習。	4、實作評量： 學生能手洗衣物。 5. 實作評量：學生能用適當的方式晾曬衣服。 6. 實作評量：學生能用適當的方式折衣服。
第 7-11 週	廚房亮晶晶	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 A-sA-1 烹調用具的認識與使用。 特生 A-sA-6 廚房的清洗及收納。 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。	高組： 1、能正確使用清潔用品把碗洗乾淨。 2、能正確使用油污清潔劑用於廚房清潔。 3、能使用清潔用品把廚房爐台、桌	活動一： 1、清潔用品介紹，並詢問學生有工具使用過的經驗。 2、老師示範如何清潔廚房爐台、桌面、地面。 3、學生個別操作，教師在旁協助指導。	高組： 1、能指種認各廚房用清潔劑。 2、能正確使用廚房清潔劑。 3、能使用清潔劑清潔廚房爐台、桌面、地面。

				<p>面、地面清理乾淨。</p> <p>低組：</p> <p>1、協助下能正確使用廚房清潔劑。</p> <p>2、協助下能把廚房爐台、桌面、地面清理乾淨。</p>		<p>低組：</p> <p>1、協助下能使用清潔劑清潔廚房爐台、桌面、地面。</p>
第 12-15 週	社區任我行	<p>高組：</p> <p>特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。</p> <p>特生 3-sP-1 獨立行動的能力。</p> <p>特生 3-sP-6 能描述自己所在的位置。</p>	<p>高組：</p> <p>特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。</p> <p>特生 J-sA-1 交通路線規劃與轉乘技能。</p> <p>特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。</p>	<p>高組：</p> <p>1、認識新港與嘉義地區的公共設施。</p> <p>2、認識學校附近的公車路線。</p> <p>3、協助下能完成儲</p>	<p>活動一：公共設施</p> <p>1、老師提問一些公共設施的位置和功能，請學生回答，並針對學生較不清楚的部分加強說明。</p> <p>2、給公共設施的圖卡，學生抽到哪個就要說明名稱、</p>	<p>1、能指認公共設施的圖片或實地。</p> <p>2、高組學生能說出公共設施的地點和功能。</p> <p>3、高組學生能說出學校附近公車路線的</p>

		<p>低組： 特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。 特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。</p>	<p>低組： 特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。 特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。 特生 J-sP-1 交通工具的認識。</p>	<p>值。</p> <p>4、協助下能完成購票。</p> <p>5、協助下能走路或搭公共運輸到目的地。</p> <p>6、能在當下和事後描述自己去了哪裡和做什麼。</p> <p>低組：</p> <p>1、認識新港與嘉義地區的公共設施。</p> <p>2、認識學校附近的公車路線。</p> <p>3、協助下能走路或</p>	<p>位置、功能。</p> <p>活動二：公車站牌</p> <p>1、給學生看學校附近有哪些公車路線經過。</p> <p>2、引導學生查出每條公車路線。</p> <p>3、老師說明每條公車路線的可以通往哪裡。</p> <p>4、給公車路線提問學生公車可以通往哪裡。或要去某地可否搭乘本車。</p> <p>5、每條公車路線都有來、回兩趟，方向不用，要注意等車位置也不同。</p> <p>6、說明搭車步驟。</p> <p>7、請學生排出搭車步驟。</p> <p>8、實地練習。</p> <p>活動三：班遊規畫</p> <p>1、師生共同討論一趟</p>	<p>行進方向。</p> <p>4、能依指令搭公車。</p> <p>5、高組學生班遊後能說出時、地、事、心得感想。</p>
--	--	---	--	--	--	---

				<p>搭公共運輸到目的地。</p> <p>4、能遵守交通規則。</p>	<p>班遊，主題是公車任我行，擇定一條公車路線，選定目的地、用餐處、出發和回程時間並計算花費金額。</p> <p>活動四：行人交通規則</p> <p>1、透過影片說明行人交通規則。</p> <p>2、在學校模擬情境練習。</p> <p>3、實地到戶外實作。</p> <p>活動四：班遊 Go！</p> <p>1、依師生討論規畫進行班遊。</p> <p>2、回程後，請學生描述自己去了哪裡、做什麼和心得分享。</p>	
第 16-20 週	愛的五種語言—服務行動	不分組 特生 1-sA-1 烹調用具使用前後能清	不分組 特生 A-sA-5 食物的保存方法。	不分組 1、能把烹調用具清洗乾淨。	教學活動： 1、清潔工具介紹，並詢問學生有工具使用過	1. 實作：能把烹調用具清洗乾淨

		<p>洗潔淨。 特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。</p>	<p>特生 A-sA-6 廚房的清洗及收納。</p>	<p>2、食物製備後能維持桌面與地面的整齊乾淨。 3、食物製備後能把食材用塑膠袋裝好打結。 4、能使用橡皮筋束緊袋口。 5、能打開和封緊夾鍊袋。 能使用不同的封口夾。</p>	<p>的經驗。 2、老師示範如何清潔烹調用具。 3、學生個別操作，教師在旁協助指導：哪裡容易藏汗納垢。</p>	<p>2、能把工作桌清理乾淨。 3、能把工作室的地面整理乾淨。 4、能完成塑膠袋打結。 5、能使用橡皮筋束緊袋口。 6、能打開和封緊夾鍊袋。 6、能使用不同的封口夾。</p>
--	--	---	----------------------------	---	---	---