

114 學年度嘉義縣竹崎高級中學國中部特殊教育班第一二學期特殊需求領域生活管理課程教學計畫表

設計者：宋叔玲

一、教材來源：☐自編 ☒編選-參考教材-翰林版綜合活動課本

二、本領域每週學習節數：2 節

三、教學對象：中度智障 9 年級 1 人、中度智障 7 年級 1 人，共 2 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程目標（學年目標）
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。 特生-A-B1 具備理解及使用家庭、學校與社區生活相關符號之能力，並結合自我調整、自我倡導、心理賦權等策略，增進人際關係與社會適應能力。 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。 議題融入 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J10 參與家庭與社區的相關活動。 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	1. 能依照天氣與場合選擇合適的服裝，並學會基本穿脫技巧。 2. 能理解基本環境整潔概念，並能負責任地完成簡易清潔工作任務。 3. 能參與簡單的家事活動，如衣物分類與收納、清洗、以及縫補。 4. 能在協助下製作簡單的餐點，並認識基本廚具與食材。 5. 能認識基本時間與生活作息，並建立簡單的日常時間表，養成自我管理的習慣及能力。。 6. 能認識基本金錢與購物流程，並能在協助下完成社區情境中的簡單購物任務。 7. 能辨識親近與陌生人，理解簡單的人際關係並能自我保護。 8. 能遵守基本交通規則並知道遇到危險如何求助，培養問題解決能力。

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	穿搭小天才	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-10 視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。	特生 B-sP-1 衣物穿脫技巧。 特生 B-sP-2 衣物的認識。	1. 能在提醒下穿上外套或脫掉多餘衣物。 2. 能完成穿脫衣物等相關步驟。 3. 能依據天氣配對合宜的衣物。	1. 透過氣象局預報的天氣，討論適合穿著的衣物。 2. 利用服裝圖卡進行配對練習。 3. 實際操作穿脫衣物、扣扣子、以及拉鍊練習。 4. 在鏡子前自我檢查服裝是否整齊。	1. 實作評量-能選擇合適服裝（操作或圖卡配對）。 2. 實作評量-能獨立或在協助下完成穿脫等動作。 3. 問答評量-能描述今天天氣與穿搭。 4. 觀察評量-能自我檢核服儀。
第 6-10 週	環境清潔王 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	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。 特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。	1. 能分辨乾淨與髒亂環境圖片。 2. 能在提示下擦桌子、掃拖地、除塵、澆花、刷洗手台、使用刮刀清潔玻璃、綁及丟垃圾、丟垃圾、資源回收等清潔活動。 3. 能完成家事工作。 4. 能自我檢核。 5. 能欣賞環境整潔的美學及表達感受。	1. 觀察教室整潔與否，辨識「乾淨 vs 髒亂」圖片。 2. 實際教學擦桌、掃拖地、除塵、澆花、刷洗手台、使用刮刀清潔玻璃、綁及丟垃圾、資源回收等基本技巧。 3. 實地清潔教室或角落，分工合作。 4. 透過檢核表，檢核是否完成至少兩項家事工作。	1. 問答評量-能區分整潔與髒亂環境（圖片）。 2. 問答評量-能說出清潔步驟（示範說明）。 3. 實作評量-能至少完成兩項清潔工作。 4. 觀察評量-能自我檢核清潔工作。

					5. 請學生勾選自我檢核表，並給予回饋。	
第 11-15 週	衣物整理大師	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 1-sA-8 檢查衣物破損情形並加以處理。	特生 B-sP-2 衣物的認識。 特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。	1. 能分類髒衣與乾淨衣。 2. 能認識洗衣標誌。 3. 能簡單手洗衣物。 4. 能使用衣架，來晾乾衣物。 5. 能摺疊毛巾、衣物。 6. 能收納衣物。 7. 能將衣物破裂處簡單縫補。	1. 練習分類髒/乾淨衣物、襪子配對等。 2. 利用圖卡，配對洗衣標誌。 3. 用洗衣板手洗上衣或毛巾。 4. 練習使用衣架晾掛衣物。 5. 教學折衣步驟（示範+步驟圖）。 6. 練習收納整理衣物，並整齊放入櫃子中。 7. 使用穿線器，來練習穿線。 8. 練習簡單縫補衣物，並打結。	1. 問答評量-能正確分類髒與乾淨衣物（配對）。 2. 實作評量-能摺疊毛巾或 T 恤。 3. 實作評量-能在提示下完成 2-3 步驟的任務流程。 4. 實作評量-能簡單縫補衣物及打結。
第 16-21 週	料理我最棒	特生 1-sA-1 烹調用具使用前後能清洗潔淨。 特生 1-sA-2 使用適當方式加熱、沖泡、烹調簡	特生 A-sA-1 烹調用具的認識與使用。 特生 A-sA-4 食物的烹調方式。	1. 能認識兩種以上廚房工具並說出名稱或用途。 2. 能依序完成簡單料理步驟（如：煮水餃、蒸蛋、塗果醬、做三明治、烤餅乾、簡單飲品等製作）。	1. 介紹食材與廚具。 2. 教學簡單食物製作（如：煮水餃、蒸蛋、塗果醬、做三明治、烤餅乾、簡單飲品等製作）。 3. 學生實作料理。	1. 問答評量-能辨認 2 種以上食材/廚具（圖片/實物）。 2. 實作評量-能完成料理步驟。 3. 問答評量-能說出步驟順序（排

		易餐食。		3. 能清潔餐具並善後。 4. 能注意安全。	4. 教導安全操作工具與正確清潔步驟。	序卡或口語)。
--	--	------	--	---------------------------	---------------------	---------

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 1-5 週	我的行事曆 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標	特生 4-sA-1 規劃與管理自己的生活。	特生 H-sA-1 休閒活動內容與時間的規劃。	1. 能說出今天日期、星期幾，以及今天做了哪些事。 2. 能完成一張個人作息圖表。 3. 能完成一周個人行事曆。 4. 能從行事曆，知道規畫管理生活的重要性。	1. 認識日期與今天是幾號、星期幾（搭配日、月曆）。 2. 與學生一起記錄今天做的事（時間條列表或貼紙日誌）。 3. 製作個人作息表（早/中/晚的活動）。 4. 製作個人行事曆。（一週活動）	1. 問答評量-能正確指出今天星期幾。 2. 問答評量-能回憶今天做了哪些事。 3. 實作評量-能完成作息表/行事曆（貼紙/排序）。
第 6-10 週	我是交通小尖兵（行動與交通安全）	特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。 特 3-sP-5 遵守公共場所及設施的使用規範。	特生 J-sP-1 交通工具的認識。 特生 J-sP-2 道路交通規則的認識與遵守。 特生 J-sP-3 各類交通工具資訊的辨識與使用。	1. 能說出常見交通標誌、號誌意義。 2. 能分辨安全與危險交通情境。 3. 能安全過馬路，並適時注意交通安全。	1. 認識交通標誌、斑馬線與紅綠燈意義（圖卡+動畫）。 2. 討論交通安全守則與不安全情境應對方式。 3. 校外教學時，練習隨時注意交通狀況，並過馬路。	1. 問答評量-能說出斑馬線與紅綠燈、簡單標誌的意義。 2. 觀察評量-能安全過馬路。 3. 問答評量-能指出不安全情境（選擇題或圖卡）。

第 11-15 週	購物我最行 家 J10 參與家庭與社區的相關活動。	特生 3-sP-4 認識消費場所及完成消費行為。	特生 K-sP-5 購物的流程與技巧。	1. 能分辨不同面額的錢幣或紙鈔。 2. 能說出購物前的準備工作。 3. 能配合做出購物流程（選購、付款、收好物品及零錢）。 4. 能說出與家人一起去購物的相關生活經驗。	1. 認識常見幣值。 2. 認識常見商品與價錢標示。 3. 透過校外教學，練習購物流程（準備商品、錢幣、購物籃）。 4. 練習選購、排隊付款、收錢、收好物品。	1. 問答評量-能分辨不同面額的錢幣（操作配對）。 2. 實作評量-能完成購物流程。 3. 問答評量-能表達「我要買什麼」。
第 16-21 週	守護小勇士（家庭關係與自我保護） 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	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 I-sP-1 家庭成員的互動和家庭倫理。 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. 能說出家庭成員並與之互動。 2. 能在教導下說出「不可以摸我」等自我保護語句。 3. 能知道自我保護的措施。 4. 能說出身體自主權的重要性及含意。 5. 能表現出尊重他人自主權。	1. 觀看家庭關係圖卡認出人名與稱謂。 2. 透過情境模擬認識「可以與不可以」觸碰的身體部位。 3. 透過情境圖，說明安全與不安全情境。 4. 教導正確求助方式與回應的語句。 5. 教導學生認識及尊重身體自主權的重要性以及具體示例。	1. 問答評量-能說出家庭成員名稱（圖片配對/口語）。 2. 問答評量-能指出「不可以摸」的部位（身體圖卡）。 3. 問答評量-能演練保護自己語句（角色扮演）。

