

## 第八篇 社會領域—禮儀

編製者：蘇芳儀

學習領域：社會

適用年級：中年級

本篇共分三個單元：

單元一、我們的儀態

單元二、人際互動的禮儀

單元三、用餐的禮儀

每單元皆包括課文、習作、教學指引等三個部分。

本篇摘要：

對於輕度智能障礙、學習障礙及情緒障礙的孩子而言，在社會互動技巧上困難的克服與課業學習或語言等同樣重要。因此本篇以中年級輕度認知功能缺損的學生為對象，針對日常生活中常見的「禮儀」設計教材內容。共分為三個單元（我們的儀態、人際互動的禮儀、用餐的禮儀），每個單元兩課，共六課（我們的儀容和衣著、正確的姿勢；打招呼和禮貌用語、公共場合的禮儀；餐具的使用、餐桌上的禮節），每一課規劃兩節教學流程，以教師示範、小組討論、操作教具和實際情境演練等方式進行教學活動。並延伸發展出較活潑的遊戲活動，增加學習興趣；搭配粗大或精細動作訓練活動，加強知動能力；建立自我檢核表，讓學生練習自我教導，培養良好的禮節及生活習慣。

## 第一單元 我們的儀態

日常生活中，

他人對我們的感覺和印象，

都和我們的穿著打扮、行為儀態有著密切的關係...

...

保持整齊清潔的儀容，

掌握適合天氣場合的穿著，

展現良好的姿勢，

將使我更受他人歡迎！

### 學習重點：

1. 認識整齊的儀容。
2. 瞭解適合不同天氣和季節的衣著。
3. 分辨不同場合的合宜穿著。
4. 學習並表現出良好的姿勢。

## 第一課 我們的儀容和衣著

### 一、整齊清潔的儀容

我們的服裝儀容是帶給他人的第一印象，擁有整齊清潔的儀容不但可以讓自己感覺舒適，也會比較受到他人的喜愛。日常生活中，有哪一些關於儀容方面的事項是我們需要注意的呢？

#### 1. 每天早上起床和吃完東西

以後都應該刷牙，讓我們擁有好口氣，也比較不會蛀牙。



#### 2. 早上起床後應該洗臉，讓

我們的臉龐乾淨，精神好！

3. 養成天天洗澡的好習慣，

不僅身體乾淨，也比較

不容易生病喔！



4. 時常整理頭髮，髮型整齊

乾淨，看起來也比較有精神！



5. 定期修剪指甲，才不容易

藏污納垢和受傷。



6. 每<sub>レ</sub>天<sub>チ</sub>洗<sub>レ</sub>完<sub>マ</sub>澡<sub>ヲ</sub>後<sub>ノ</sub>都<sub>ス</sub>要<sub>ハ</sub>換<sub>ヘ</sub>上<sub>ル</sub>

乾<sub>ク</sub>淨<sub>ン</sub>的<sub>カ</sub>衣<sub>カ</sub>-服<sub>ヲ</sub>，才<sub>チ</sub>是<sub>ハ</sub>整<sub>ツ</sub>齊<sub>ク</sub>又<sub>マ</sub>

可<sub>カ</sub>愛<sub>シ</sub>的<sub>カ</sub>小<sub>チ</sub>孩<sub>ヲ</sub>！

想<sub>ツ</sub>一<sub>ヒ</sub>想<sub>ツ</sub>，我<sub>ハ</sub>是<sub>ハ</sub>不<sub>レ</sub>是<sub>ハ</sub>每<sub>レ</sub>天<sub>チ</sub>都<sub>ス</sub>整<sub>ツ</sub>理<sub>ル</sub>自<sub>カ</sub>己<sub>ノ</sub>的<sub>カ</sub>儀<sub>シ</sub>-容<sub>ヲ</sub>

呢<sub>ネ</sub>？有<sub>マ</sub>沒<sub>レ</sub>有<sub>マ</sub>什<sub>ニ</sub>麼<sub>ニ</sub>沒<sub>レ</sub>注<sub>ス</sub>意<sub>ハ</sub>到<sub>ル</sub>的<sub>カ</sub>地<sub>ノ</sub>方<sub>ニ</sub>？看<sub>テ</sub>一<sub>ヒ</sub>看<sub>テ</sub>，身<sub>ミ</sub>

邊<sub>ノ</sub>的<sub>カ</sub>人<sub>ヲ</sub>都<sub>ス</sub>有<sub>マ</sub>整<sub>ツ</sub>齊<sub>ク</sub>清<sub>ク</sub>潔<sub>ニ</sub>的<sub>カ</sub>儀<sub>シ</sub>-容<sub>ヲ</sub>嗎<sub>ヤ</sub>？看<sub>テ</sub>起<sub>ス</sub>來<sub>ル</sub>的<sub>カ</sub>感<sub>ク</sub>

覺<sub>ツ</sub>怎<sub>ニ</sub>麼<sub>ニ</sub>樣<sub>ニ</sub>？

## 二、適合不同季節和天氣的衣-著

一年當中，有春、夏、秋、冬四個季節，每個季節都有不同的氣候，也有不同的服飾。另外，晴天和雨天各有不一樣的請求，也有不一樣的衣-著，小朋友們都能清楚的分辨嗎？

(一) 溫暖的春天，適合穿薄薄的衣-服，

搭配小外套，就不怕早晚天氣涼。



(二) 炎熱的夏天，適合換上輕薄的短袖

上衣-和短褲，在熱呼呼的太陽下才不會

中暑。





( 三 ) 涼爽的秋天，適合穿著薄上衣，配

上薄外套，這樣日夜溫差大的時候才不

會著涼。



( 四 ) 寒冷的冬天，適合穿著長袖衣服、長

褲和外套，再戴上帽子、圍巾和手套，

就不怕寒流來襲。



( 五<sup>ㄨˋ</sup> ) 大<sup>ㄉㄚˋ</sup>太<sup>ㄊㄞˋ</sup>陽<sup>ㄧㄥˊ</sup>的<sup>ㄉㄜˊ</sup>晴<sup>ㄑㄩㄥˊ</sup>天<sup>ㄊㄩㄢˊ</sup>， 薄<sup>ㄅㄛˊ</sup>外<sup>ㄨㄞˋ</sup>套<sup>ㄊㄞˋ</sup>、 遮<sup>ㄓㄜˊ</sup>陽<sup>ㄧㄥˊ</sup>帽<sup>ㄇㄠˊ</sup>，

可<sup>ㄎㄜˊ</sup>以<sup>ㄧˊ</sup>預<sup>ㄩˊ</sup>防<sup>ㄈㄥˊ</sup>紫<sup>ㄗㄞˊ</sup>外<sup>ㄨㄞˋ</sup>線<sup>ㄌㄩㄢˊ</sup>， 皮<sup>ㄆㄧˊ</sup>膚<sup>ㄈㄨˊ</sup>不<sup>ㄨㄟˊ</sup>會<sup>ㄘㄨㄟˊ</sup>曬<sup>ㄌㄞˊ</sup>傷<sup>ㄅㄞˊ</sup>也<sup>ㄚˊ</sup>不<sup>ㄨㄟˊ</sup>怕<sup>ㄆㄞˊ</sup>

曬<sup>ㄌㄞˊ</sup>黑<sup>ㄏㄟˊ</sup>。



( 六<sup>ㄨˋ</sup> ) 溼<sup>ㄕㄨˊ</sup>答<sup>ㄉㄚˋ</sup>答<sup>ㄉㄚˋ</sup>的<sup>ㄉㄜˊ</sup>雨<sup>ㄩˊ</sup>天<sup>ㄊㄩㄢˊ</sup>， 雨<sup>ㄩˊ</sup>衣<sup>ㄧˊ</sup>、 雨<sup>ㄩˊ</sup>傘<sup>ㄙㄢˇ</sup>和<sup>ㄝˊ</sup>雨<sup>ㄩˊ</sup>鞋<sup>ㄒㄩㄝˊ</sup>，

保<sup>ㄅㄞˊ</sup>護<sup>ㄏㄨˊ</sup>身<sup>ㄕㄨㄣˊ</sup>體<sup>ㄊㄞˊ</sup>及<sup>ㄝˊ</sup>衣<sup>ㄧˊ</sup>服<sup>ㄈㄨˊ</sup>， 不<sup>ㄨㄟˊ</sup>被<sup>ㄅㄟˊ</sup>大<sup>ㄉㄚˋ</sup>雨<sup>ㄩˊ</sup>淋<sup>ㄌㄩㄢˊ</sup>成<sup>ㄘㄩㄥˊ</sup>落<sup>ㄌㄞˊ</sup>湯<sup>ㄊㄞˊ</sup>

雞<sup>ㄓㄩˊ</sup>。



想<sup>ㄒㄩㄥˊ</sup>一<sup>ㄧˊ</sup>想<sup>ㄒㄩㄥˊ</sup>， 說<sup>ㄕㄨㄞˊ</sup>一<sup>ㄧˊ</sup>說<sup>ㄕㄨㄞˊ</sup>， 現<sup>ㄒㄩㄢˊ</sup>在<sup>ㄗㄞˊ</sup>是<sup>ㄕㄞˊ</sup>什<sup>ㄕㄞˊ</sup>麼<sup>ㄇㄞˊ</sup>季<sup>ㄑㄩㄢˊ</sup>節<sup>ㄉㄜˊ</sup>？ 今<sup>ㄓㄩㄢˊ</sup>天<sup>ㄊㄩㄢˊ</sup>是<sup>ㄕㄞˊ</sup>

什<sup>ㄕㄞˊ</sup>麼<sup>ㄇㄞˊ</sup>天<sup>ㄊㄩㄢˊ</sup>氣<sup>ㄑㄩˊ</sup>？ 我<sup>ㄨㄛˊ</sup>身<sup>ㄕㄨㄣˊ</sup>上<sup>ㄕㄞˊ</sup>的<sup>ㄉㄜˊ</sup>穿<sup>ㄘㄨㄢˊ</sup>著<sup>ㄓㄜˊ</sup>適<sup>ㄊㄞˊ</sup>不<sup>ㄨㄟˊ</sup>適<sup>ㄊㄞˊ</sup>當<sup>ㄉㄞˊ</sup>呢<sup>ㄋㄟˊ</sup>？



### 三、適合不同場合的穿著

日常生活中會遇到各種不同的場合，每個場合都有不同的穿著禮儀，有時候我們穿得輕鬆休閒，有時候我們穿得端莊正式，以下是一種常見的場合，你會選擇適當的穿著嗎？

(一) 喜氣的**婚宴**適合穿紅色系的衣裳，

黑色的素面衣服趕快收起來。



(二) 哀傷的**喪禮**，要隆重莊嚴，穿著整

齊清潔的黑白素面衣服表示尊重，色彩

鮮豔的衣裳行不通。



( 三 ) 運動休閒時，舒適的運動衣、運動

褲，搭配吸汗的襪子和運動鞋，跑跑跳跳

跳才不累。



( 四 ) 正式場合時，如上班上學穿制服、

聽音樂會及去高級餐廳穿套裝和包鞋

等，服裝得宜才有禮。



## 第<sub>一</sub>課<sub>五</sub> 學<sub>習</sub>單<sub>五</sub>

活<sub>動</sub>一<sub>一</sub>、我<sub>五</sub>是<sub>不</sub>是<sub>有</sub>整<sub>齊</sub>清<sub>潔</sub>的<sub>儀</sub>容<sub>呢</sub>？自<sub>己</sub>

檢<sub>查</sub>一<sub>下</sub>，做<sub>到</sub>的<sub>請</sub>在<sub>內</sub>打<sub>勾</sub>✓。

<input type="checkbox"/> 刷 <sub>牙</sub>	<input type="checkbox"/> 整 <sub>理</sub> 頭 <sub>髮</sub>
<input type="checkbox"/> 洗 <sub>臉</sub>	<input type="checkbox"/> 修 <sub>剪</sub> 指 <sub>甲</sub>
<input type="checkbox"/> 洗 <sub>澡</sub>	<input type="checkbox"/> 穿 <sub>乾</sub> 淨 <sub>的</sub> 衣 <sub>服</sub>

活<sub>動</sub>二<sub>一</sub>、圈<sub>看</sub>，請<sub>圈</sub>出<sub>適</sub>合<sub>雨</sub>天<sub>的</sub>衣<sub>著</sub>。



活動三、選選看，選出正確的敘述。

- ( ) 1. 小凱穿著整齊清潔的黑白素面衣服表示尊重，請問他要出席的場合是？①婚宴 ②喪禮 ③運動會。
- ( ) 2. 運動休閒時應該穿著①紅色系的衣裳 ②運動衣、運動褲和運動鞋 ③套裝和皮鞋 ④雨衣、雨傘和雨鞋。
- ( ) 3. 小涵穿著長袖衣服、長褲和外套，再戴上帽子、圍巾和手套，請問現在是什麼季節？①春天 ②夏天 ③秋天 ④冬天。

活動四、想一想，圈圈看看、寫寫看看：

1. 現在的季節是\_\_\_\_\_天 ( 春/夏/秋/冬 )。
2. 今天的天氣是\_\_\_\_\_天 ( 晴/雨/陰 )。
3. 我今天身上穿的是\_\_\_\_\_。

4. 我今天穿的穿著 ( 合/不合 )。為什麼呢？  
因為\_\_\_\_\_



單元一~1：授課時間，二節計 80 分

教學目標：1. 能認識並保持整齊的儀容。

2. 能選擇適合不同天氣和季節的衣著。

3. 能分辨不同場合該有不同的衣著。

活動流程：

主要教學活動	學習與指導要點
<p><b>引起動機</b></p> <p>1. 想一想服裝儀容檢查的時候，檢查哪些項目呢？為什麼？</p> <p>包括：髮型、指甲、服裝…等。</p> <p>2. 以手偶演出日常生活情境，指出不同季節、天氣或場合，都應該有不同的衣著。</p>	<p>輕度智障、注意力缺陷過動症和學障的孩子生活自理能力較弱，也較不會分辨季節、氣候和場合來選擇適合的衣著。</p> <p>✚ 連結舊經驗，思考服裝儀容檢查的意義。</p> <p>✚ 也可以自製小書或挑選合適的繪本講述故事，增加學習動機。</p>
<p><b>發展活動</b></p> <p>1. 想一想，說一說，日常生活中有哪些關於儀容方面的事情是需要注意的？(教師以圖片搭配文字敘述 ppt 說明、引導)</p> <p>2. 練習從頭到腳檢查看看，自己是不是有整齊的儀容呢？(可搭配藝術人文領域製作自己的小型檢核表)</p> <p>3. 團體或小組討論，怎樣的服裝儀容給人什麼樣的感覺？(教師準備不同的照片或圖片)</p> <p>4. 教師以圖片搭配文字敘述的方式說明不同的季節(春/夏/秋/冬)和天氣(晴/雨)</p>	<p>✚ 搜集生活中的圖片，尤其是學生們的照片可提升學習興趣。</p> <p>✚ 練習自我檢核，可搭配每日聯絡簿練習養成良好生活習慣。</p>



<p>有什麼不同的衣著。</p> <p>5. 打散圖卡或詞卡，要小朋友進行季節/天氣和衣著的配對練習活動，以操作教具的方式進行練習，亦檢視學習情形、效果。</p> <p>6. 教師以圖片搭配文字敘述的方式，說明在不同場合應有不同的衣著和注意事項（如喜宴、喪禮、運動休閒、上學等）。</p> <p>7. 天生好手—將不同場合的衣著圖卡或詞卡貼在黑板上，學生以軟球丟擲教師指定的場合該選擇的衣著圖片或詞卡。</p>	<p>✦ 在台灣，春季和秋季的天氣變化並不明顯，因此可以夏天、冬天、晴天及雨天四類容易區辨的季節或天氣進行練習，避免混淆。</p> <p>✦ 投球的遊戲方式增加趣味性，也可搭配知動訓練、手眼協調練習，另外還能進行小組競賽活動。</p>
<p><b>綜合活動</b></p> <p>完成學習單</p> <p>1. 活動一：自我檢核，我是不是每天都有整齊的儀容。</p> <p>2. 活動二：圈圈看，圈出適合「雨天」的衣著。</p> <p>3. 活動三：選出適合不同季節、天氣或場合的衣著敘述。</p> <p>4. 活動四：小日記，仔細觀察並紀錄今天的季節、天氣，自己的衣著合適與否及原因。</p>	<p>✦ 若有需要也可印製小型自我檢核表貼在聯絡簿上，每天練習養成良好的習慣。</p> <p>✦ 亦可換成「晴天」或其他季節主題(春/夏/秋/冬)。</p> <p>✦ 閱讀困難的學生協助讀題。</p> <p>✦ 書寫或文字提取困難的學生可以口述仿寫、電腦打字或剪貼等方式替代自發性書寫練習。</p>

## 第二課 正確姿勢

俗語說：「行如風、立如松、坐如鐘、臥如弓」。意思就是，行走時要像風那樣快而有力量；站立的時要像松樹一樣挺拔；坐著的時要像鐘一樣端正莊嚴；睡覺時身體要像弓那樣側臥。這些正確的姿勢對小朋友的身體正常發育來說是很重要的。



行如風



立如松



坐如鐘



臥如弓

資料來源：nipic 圖片網

擁有正確的姿勢不但可以讓我們身體健康，

也能有良好的儀態，下列哪些是正確的姿勢、

哪些是錯誤的姿勢，你能清楚的分辨嗎？

正確的行走姿勢



錯誤的行走姿勢



正確的站立姿勢



錯誤的站立姿勢



正<sup>ち</sup>確<sup>く</sup>的<sup>の</sup>坐<sup>ま</sup>姿<sup>さ</sup>



錯<sup>ち</sup>誤<sup>ゝ</sup>的<sup>の</sup>坐<sup>ま</sup>姿<sup>さ</sup>



正<sup>ち</sup>確<sup>く</sup>的<sup>の</sup>臥<sup>ふ</sup>姿<sup>さ</sup>/睡<sup>す</sup>姿<sup>さ</sup>



錯<sup>ち</sup>誤<sup>ゝ</sup>的<sup>の</sup>臥<sup>ふ</sup>姿<sup>さ</sup>/睡<sup>す</sup>姿<sup>さ</sup>



照<sup>さ</sup>照<sup>さ</sup>鏡<sup>か</sup>子<sup>こ</sup>，看<sup>み</sup>看<sup>み</sup>自<sup>みづか</sup>己<sup>し</sup>是<sup>か</sup>不<sup>あ</sup>是<sup>い</sup>能<sup>あ</sup>做<sup>し</sup>出<sup>す</sup>正<sup>ち</sup>確<sup>く</sup>的<sup>の</sup>姿<sup>さ</sup>

勢<sup>し</sup>...









## 第二課 學習單

活動一、連連看，行走、站立、端坐、睡覺時的姿勢分別像哪些東西呢？

行走	•	•	松樹
站立	•	•	弓
端坐	•	•	風
睡覺	•	•	鐘

活動二、以下這些圖片是對的姿勢請打○，錯的姿勢請打×。

<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	



單元一~2：(授課時間：二節計 80 分)

教學目標：1. 能說出並配對良好的姿勢應像哪些物品。

2. 能學習並表現出良好的姿勢。

3. 能分辨並避免出現不良的姿勢。

活動流程：

主要教學活動	學習與指導要點
<p><b>引起動機</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 播放學生平時上課坐姿、排隊升旗站姿、及下課行走等姿勢的照片。</li> <li>2. 仔細觀察並討論，平常我們的姿勢看起來給人感覺如何？這些姿勢是正確的嗎？</li> </ol>	<p>輕度智障、注意力缺陷過動症及學障的孩子容易姿勢不良，而影響健康的身體發展。</p> <p>✚ 蒐集學生日常表現的照片有助提昇學習動機，並聯結舊經驗。</p>
<p><b>發展活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師說明「行如風、立如松、坐如鐘、臥如弓」的意義及重要性。</li> <li>2. 以圖片搭配文字敘述的方式講解後，打散圖卡、詞卡，進行配對練習遊戲。</li> <li>3. 想像力活動，請學生想像自己像風一樣行走；挺拔的站立像松樹；像一座大鐘一樣端正穩定的坐著；像弓箭一樣側臥。</li> <li>4. 播放正確及錯誤的姿勢照片，小團體或小組討論並發表，正確及錯誤的姿勢有什麼不同？給人的感覺怎麼樣？</li> </ol>	<p>✚ 說明正確的姿勢對兒童發育有重要的影響。</p> <p>✚ 也可進行「打地鼠」或「打擊魔鬼」的遊戲，以小槌子敲打圖卡或詞卡。</p> <p>✚ 練習發揮想像力，教師給予口頭或身體協助、指導。</p> <p>✚ 討論時，多鼓勵少發言的孩子，給予多一些提示和機會。</p>

<p>5. 請小朋友輪流上台表演正確及錯誤的姿勢，在台下的同學練習觀察他人的姿態，並給予回饋。</p>	<p>✚ 回饋時練習多讚美，少批評。</p>
<p><b>綜合活動</b></p> <p>完成學習單</p> <p>1. 活動一：連連看，良好的姿勢分別像哪些物品(行如風、立如松、坐如鐘、臥如弓)。</p> <p>2. 活動二：分辨良好與不良的姿勢。</p>	<p>✚ 認知能力較弱的孩子可增加圖片或口語提示。</p>

## 第二單元 人際互動的禮儀

人是群居的動物，

人與人之間靠著互相關懷、互相幫助共同生活著...

所以人際間互動的禮儀十分重要，

在適當的時候與他人打招呼、

用合宜的方式說出禮貌用語，

以及遵守各種不同場合的禮儀規範...

才能成為人見人愛的人喔！

### 學習重點：

1. 知道什麼時候、該如何與他人打招呼。
2. 學習並時常使用基本的禮貌用語。
3. 瞭解不同場合所需遵守的禮儀規範。

## 第三課 打招呼 and 禮貌用語

每天我們都會面對許多不一樣的人，這些人可能是在我們的家人、鄰居、師長、同學或朋友等，什麼時候該以怎樣的方方式和他人打招呼、什麼情境該使用哪種禮貌用語，都是我們應該努力學習的方向。

### 一、打招呼

不同時間遇到不同的人都有不一樣的打招呼方式，一般常見的是與他人面對面時，在適當的距離眼神相對、互相點頭微笑，除此之外，還有一些打招呼用語是我們應該學會的呢？



1. 早上看到家人、鄰居、師長和同學等，要說「早安」！

2. 晚上睡覺前記得和你  
的家（爸爸、媽媽、  
爺爺、奶奶或兄弟姊妹  
等）說「晚安」！



3. 出門時，記得和家人  
說「再見」！



4. 回到家時，記得要  
說「我回來了」！



5. 看到他人時，記得  
點頭、微笑，或向他  
問好：「您好」！

想想看，我們每天都會記得向別人打招呼嗎？

我用的方式對不對？



## 二、我是有禮貌的小高手

生活上我們常常有需要他人幫忙、受人幫助或者是不小心犯錯的時候，而在能力範圍內，我們也希望可以給予他人協助或原諒別人的過失，遇到這些情況的時候，我們該如何正確的表達呢？



1. 需要他人協助的時候，要說「請」幫忙。

2. 接受別人的幫助或禮物時，要說「謝謝你」！





3. 別人向你說謝謝時，你要會答「不客氣」！

4. 不小心撞到別人、弄壞他的東西時，都要說「對不起」表示歉意！



5. 當別人向你說對不起時，你要回答「沒關係」，表示原諒。

想一想，平常我們是不是常用到上述幾種禮貌用語？常常練習，我也可以成為禮貌小高手！

## 第 三 課 學 習 單

活動一、仔細觀察並紀錄下來。

1. 我今天和誰打招呼？ \_\_\_\_\_
2. 什麼時候打招呼？ \_\_\_\_\_
3. 在哪裡打招呼？ \_\_\_\_\_
4. 我是怎麼打招呼的呢？（說了什麼） \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

活動二、什麼時候該說什麼話，把對的連起來。

當別人向你說 對不起時	•	•	請
需要他人協助 的時候	•	•	謝謝
不小心撞到 別人時	•	•	不客氣
接受別人的 幫助或禮物時	•	•	對不起
別人向你說 謝謝時	•	•	沒關係

單元二~1：(授課時間：二節計 80 分)

教學目標：1. 能藉由肢體語言，表達友善的態度。

2. 能知道什麼時候、該如何與他人打招呼。

3. 能學習並時常使用基本的禮貌用語。

活動流程：

主要教學活動	學習與指導要點
<p><b>引起動機</b></p> <p>老師帶著兩個可愛的手偶，表演小短劇。</p> <p>1. 表現出人物在不同時間有不一樣的打招呼方式。</p> <p>2. 演出在不同情境時，所應使用的禮貌用語。</p>	<p>對輕度智障、注意力缺陷過動症、學障的孩子來說，人際互動是較困難的部份，而人與人的相處從打招呼和禮貌用語開始。</p> <p>✦ 以手偶吸引學生的注意力，並引發學習熱誠、產生共鳴，希望可以藉此類推到自己的生活經驗中。</p>
<p><b>發展活動</b></p> <p>1. 連結舊經驗—請學生想一想，說一說：</p> <p>(1) 我們有沒有和別人打過招呼呢？對象是誰？</p> <p>(2) 什麼時候打招呼？</p> <p>(3) 在哪裡打招呼？</p> <p>(4) 打招呼時說些什麼？</p> <p>2. 教師示範、演練：請小朋友上台，以手偶和學生進行打招呼的練習，由老師或手偶小老師示範，學生練習回應或模仿。</p> <p>3. 小團體或分組討論：打招呼的時候應該注意什麼？如：不同時間和情境有不同的招</p>	<p>✦ 每個人都有與他人打招呼的經驗，藉由舊經驗的回想，可以讓學生更容易將課堂所學與日常生活做聯結並應用。</p> <p>✦ 老師做示範，學生藉由模仿練習正確的打招呼方式，而與手偶互動增加趣味性，也有助提昇學習動機。</p> <p>✦ 練習觀察、表達，以分組或小團體的方式讓觀察更完整，也練習</p>

<p>呼用語、表情、動作和肢體語言等等。</p> <p>4. 情境演練—請學生輪流上台表演。</p> <p>(1)可抽籤決定情境，兩個學生一組，演出適當的打招呼方式(用語、動作和表情)。</p> <p>(2)其他同學觀察表演同學的打招呼方式，並練習給予回饋。</p> <p>5. 以圖卡搭配字詞卡的方式，讓學生認識「請」、「謝謝」、「不客氣」、「對不起」和「沒關係」這些禮貌用語。</p> <p>6. 禮貌小妙招—示範、使用情境。</p> <p>先由老師示範(協同教學、手偶或繪本)，再讓學生模仿練習不同情境應使用的禮貌用語。</p> <p>(1)需要他人協助時—請。</p> <p>(2)接受幫助或禮物—謝謝。</p> <p>(3)別人向你說謝謝—不客氣。</p> <p>(4)不小心撞到別人、弄壞他人物品—對不起。</p> <p>(5)當別人向你說對不起—沒關係。</p> <p>7. 「戳戳樂」教具裡面放情境題，讓學生進行分組競賽活動，答對正確的禮貌用語可加分得到獎勵。</p> <p>(1)當同學幫我擦桌子時。</p> <p>(2)當同學幫我拿作業簿時。</p> <p>(3)當同學借我文具時。</p> <p>(4)當老師送我禮物時。</p>	<p>與他人討論互動。</p> <p>✚ 知而後行，了解打招呼的技巧之後，從表演中練習，也學習觀察他人，回饋的部分教師需依學生程度及能力給予不同的引導和提示，並避免批評產生不快。</p> <p>✚ 練習後可抽離圖片提示。</p> <p>✚ 以日常生活中常用的情境做練習，幫助學生類化。謝謝/不客氣；對不起/沒關係可分組進行教學活動。</p> <p>✚ 以遊戲競賽的方式增加學習樂趣，也可玩大富翁或抽籤等。</p>
---	--



<p>(5)當老師指導我功課時。</p> <p>(6)當老師幫我盛飯時。</p> <p>(7)當同學跟我說謝謝時。</p> <p>(8)當我不小心撞到別人時。</p> <p>(9)當我不小心把別人的東西弄壞或弄丟時。</p> <p>(10)當別人跟我道歉時。</p> <p>(11)當別人不小心拿東西打到我的時候。</p>	
<p><b>綜合活動</b></p> <p>完成學習單</p> <p>1. 活動一：小日記—觀察並紀錄自己今天的打招呼情形(包含人、事、時、地)。</p> <p>2. 活動二：該說什麼話—不同情境所應使用的基本禮貌用語。</p>	<p>✚ 依學生能力不同給予不同程度的協助，如口頭引導等。書寫困難者可改以電腦打字或剪貼的方式完成。</p>

## 第<sub>ニ</sub>四<sub>ハ</sub>課<sub>マ</sub> 公<sub>コ</sub>共<sub>コ</sub>場<sub>バ</sub>合<sub>ガ</sub>的<sub>ノ</sub>禮<sub>レ</sub>儀<sub>イ</sub>

除<sub>レ</sub>了<sub>カ</sub>在<sub>ニ</sub>家<sub>カ</sub>裡<sub>ニ</sub>以<sub>ハ</sub>外<sub>ナ</sub>，我<sub>レ</sub>們<sub>ガ</sub>還<sub>ハ</sub>需<sub>ス</sub>要<sub>ニ</sub>到<sub>ニ</sub>學<sub>カ</sub>校<sub>カ</sub>上<sub>ニ</sub>學<sub>カ</sub>、  
搭<sub>カ</sub>乘<sub>カ</sub>大<sub>ニ</sub>眾<sub>カ</sub>運<sub>ハ</sub>輸<sub>ハ</sub>工<sub>カ</sub>具<sub>カ</sub>去<sub>ニ</sub>旅<sub>カ</sub>行<sub>ニ</sub>或<sub>ハ</sub>到<sub>ニ</sub>其<sub>カ</sub>他<sub>カ</sub>的<sub>ノ</sub>地<sub>カ</sub>方<sub>ニ</sub>、到<sub>ニ</sub>  
圖<sub>カ</sub>書<sub>カ</sub>館<sub>カ</sub>看<sub>ハ</sub>書<sub>ハ</sub>、去<sub>ニ</sub>文<sub>カ</sub>化<sub>カ</sub>中<sub>カ</sub>心<sub>カ</sub>聽<sub>ハ</sub>音<sub>カ</sub>樂<sub>カ</sub>會<sub>ハ</sub>等<sub>ハ</sub>等<sub>ハ</sub>，在<sub>ニ</sub>這<sub>カ</sub>  
些<sub>ノ</sub>生<sub>カ</sub>活<sub>カ</sub>中<sub>ニ</sub>常<sub>ニ</sub>見<sub>カ</sub>的<sub>ノ</sub>公<sub>コ</sub>共<sub>コ</sub>場<sub>バ</sub>合<sub>ガ</sub>裡<sub>ニ</sub>，需<sub>ス</sub>要<sub>ニ</sub>注<sub>ス</sub>意<sub>ニ</sub>哪<sub>ノ</sub>些<sub>ノ</sub>禮<sub>レ</sub>  
儀<sub>イ</sub>呢<sub>ニ</sub>？

### 校<sub>カ</sub>園<sub>カ</sub>

1. 不<sub>レ</sub>遲<sub>ニ</sub>到<sub>ニ</sub>、不<sub>レ</sub>早<sub>ニ</sub>退<sub>ニ</sub>。



2. 尊<sub>ス</sub>重<sub>ス</sub>鐘<sub>ノ</sub>聲<sub>ハ</sub>，聽<sub>ハ</sub>到<sub>ニ</sub>上<sub>ニ</sub>課<sub>カ</sub>鐘<sub>ノ</sub>  
響<sub>ハ</sub>準<sub>ニ</sub>時<sub>ニ</sub>進<sub>ハ</sub>教<sub>カ</sub>室<sub>ニ</sub>。

3. 團體生活學習和平相處，如禮讓、輪流、等待。



圖書館



1. 椅子輕放、腳步輕。

2. 輕聲細語，不大聲喧嘩。





3. 閱<sub>み</sub>讀<sub>ク</sub>完<sub>ミ</sub>畢<sub>ウ</sub>將<sub>シ</sub>書<sub>本</sub>放<sub>ク</sub>回<sub>ル</sub>原<sub>ル</sub>

來<sub>カ</sub>的<sub>カ</sub>位<sub>キ</sub>置<sub>ケ</sub>。

4. 不<sub>ク</sub>吃<sub>イ</sub>東<sub>ク</sub>西<sub>ニ</sub>， 以<sub>テ</sub>免<sub>ル</sub>弄<sub>ミ</sub>髒<sub>ル</sub>圖<sub>画</sub>  
書<sub>ヲ</sub>。



### 搭<sub>ク</sub>乘<sub>ル</sub>公<sub>共</sub>交<sub>通</sub>工<sub>具</sub>



1. 買<sub>ル</sub>票<sub>ヲ</sub>或<sub>ハ</sub>上<sub>ル</sub>下<sub>ル</sub>車<sub>ノ</sub>時<sub>ニ</sub>要<sub>ス</sub>排<sub>テ</sub>

隊<sub>ヲ</sub>， 不<sub>ク</sub>爭<sub>ム</sub>先<sub>ヲ</sub>恐<sub>ル</sub>後<sub>ヲ</sub>。



2. 與他人交談時，宜注意

音量。



3. 不將頭手伸出窗外，以

免發生危險。



## 第 四 課 學 習 單

活動一、在學校裡我應該怎樣遵守規範呢？下列敘述正確的在□打✓。

- ☐ 尊重鐘聲，聽到上課鐘響準時進教室。
- ☐ 早上如果睡過頭的話，就不要去學校，以免被老師罵。
- ☐ 團體生活的时候大家都应该禮讓，所以我不要需要排隊。
- ☐ 和同學要和氣相處，學會輪流和等待。
- ☐ 每天快樂上學，不遲到、不早退。

活動二、在圖書館裡我應該怎麼做？下列敘述正確的在□打✓。

- ☐ 和同學追逐嬉戲。
- ☐ 輕聲細語，不大聲喧嘩。
- ☐ 閱讀完畢將書本隨意放就好，會有人負責整理。
- ☐ 一邊吃東西，一邊看書。
- ☐ 椅子輕放、腳步輕。

活動三、搭乘公共交通工具時，我應該怎麼

做？下列敘述正確的在□打✓。

- ☐ 買票或上下車時都是先搶先贏，不需要排隊。
- ☐ 不將頭手伸出窗外，以免發生危險。
- ☐ 很多人一起搭車就是要熱鬧，所以可以大聲講話或唱歌。
- ☐ 買票或上下車時要排隊，不爭先恐後。
- ☐ 與他人交談時應該注意音量。

單元二~2：(授課時間：二節計 80 分)

教學目標：1. 能瞭解不同場合所需遵守的禮儀規範。

2. 能遵守校園中的禮儀規範。

3. 能在圖書館有適當的行為表現。

4. 能說出搭乘公共交通工具所應遵守的禮節。

活動流程：

主要教學活動	學習與指導要點
<p><b>引起動機</b></p> <p>1. 教師講述關於公共場合禮儀的自編繪本或觀看戶外教學(搭乘公共交通工具或到其他公共場合)的照片。</p> <p>2. 想一想，說一說，生活中有哪些常見的公共場合？需要注意哪些禮儀？</p>	<p>除了家庭之外，輕度智障、注意力缺陷過動症及學障的孩子也需要到其他公共場合，而遵守常見的禮儀規範能使孩子們更融入社會生活。</p> <p>✚ 藉由與生活經驗相關的故事繪本或是照片引發學習動機並進行討論。</p>
<p><b>發展活動</b></p> <p>1. 自製照片或圖片搭配文字敘述的 ppt，以教師講述的方式，說明在日常生活中的不同公共場合，分別有哪些需要注意的禮儀規範。</p> <p>2. 情境演練—在教室中，模擬各種環境該有的行為表現。如：</p> <p>(1)在學校裡，聽到上課鐘聲響，我應該…？</p> <p>(2)我和同學都想玩盪鞦韆時，我應該…？</p>	<p>✚ 選擇公共場合時，宜以學生日常生活中容易接觸、息息相關的環境為主。</p> <p>✚ 可以情境圖卡、ppt，角色扮演或手偶等方式進行。也能以小組競賽搶答、抽籤、大富翁等遊戲增加趣味性。</p>

<p>(3)在圖書館，看完故事書以後，我應該…？</p> <p>(4)離開圖書館的時候，我應該注意什麼？(書本歸位、椅子輕放、腳步輕)</p> <p>(5)搭火車去戶外教學，買票或上下車的時候應該怎麼做呢？</p> <p>(6)在公共交通工具上，與他人交談需要注意什麼？</p> <p>3. 實際觀察學生在校園中的日常表現，並即時指導生活常規，與課程結合。</p> <p>4. 帶學生到學校內的圖書室或社區圖書館進行閱讀活動，並適時指導圖書館禮儀。</p> <p>5. 利用戶外教學搭乘火車、公車等大眾運輸工具時，指導學生表現出良好的禮節規範。</p> <p>6. 實際在不同公共場合練習後，可在課堂針對學生的表現及問題進行反省和檢討。</p>	<p>✚ 觀察學生生活中常發生的情境來做模擬問題。</p> <p>✚ 課前教學(講述、演示)→到現場練習(口頭提醒、叮嚀)→課後檢討。</p> <p>✚ 現場練習以學生生活環境為主，可發生避免類化能力不佳的問題。</p> <p>✚ 戶外課程或平時生活時，教師常拍照、蒐集照片有助於編制教材，學生對於有自己照片的教材也有較高的學習興趣。</p>
<p><b>綜合活動</b></p> <p>完成學習單—不同公共場合的禮節</p> <p>1. 活動一：在校園中應遵守的規範。</p> <p>2. 活動二：在圖書館裡應有的表現。</p> <p>3. 活動三：搭乘公共交通工具時的適當行為。</p>	<p>✚ 閱讀困難的學生可提供報讀服務。</p>

## 第三單元 用餐的禮儀

「飲食」是日常生活當中相當重要的部分，

每天我們吃三餐來維持所需要的能量…

用餐前注意衛生，

用餐的時候

注意餐巾和餐具的使用方式

以及餐桌上的禮儀…

才是小紳士、小淑女！

### 學習重點：

1. 認識餐具的種類和名稱。
2. 知道餐具的正確使用方式。
3. 瞭解餐桌上的禮儀。



## 第五課 餐具的使用

### 一、認識餐具的種類和名稱

隨著資訊發展、交通便利，世界各地交流之下，飲食也受到外來文化的影響，於是我們日常生活中可見各地不同的美食，也有許多不同的餐具，以下幾種常見的餐具，你都認得嗎？



刀子



叉子



筷子



湯匙



碗 ハチ



盤 ハシ



餐 チ 巾 ハシ

## 二、各種餐具的使用方式

不同的餐具用來搭配不同的食物也各有不同的使用方式，你會正確的配對並使用這些餐具嗎？

		
<p>餐巾用來擦嘴巴和防止衣服被弄髒</p>		
		
<p>吃沙拉時，用盤子和叉子</p>		
		
<p>喝湯時，使用碗和湯匙</p>		



吃牛排時，使用盤子、刀子及叉子。



吃義大利麵時，使用盤子、湯匙和叉子。



吃飯菜時，使用碗和筷子。



吃湯麵時，使用碗、筷子和湯匙。

## 第 五 課 學 習 單

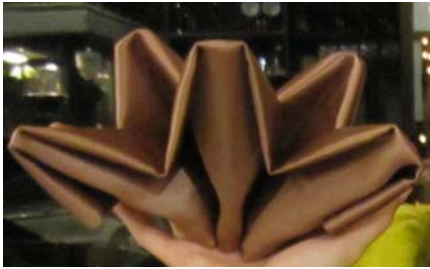






活動一、認識餐具，我都能認得了嗎？請將下頁

的圖片剪下來，貼到正確的格子裡。

刀子	叉子
筷子	湯匙
碗	盤
餐巾	



#把下面的圖片剪下來，貼到上頁的格子裡。

活動二、連連看，什麼食物應該搭配哪些餐具呢？

吃牛排	•	•	盤子、湯匙、 叉子
吃飯菜	•	•	碗、湯匙
吃義大利麵	•	•	碗、筷子
喝湯	•	•	盤子、叉子
吃沙拉	•	•	盤子、刀子、 叉子

單元三~1：(授課時間：二節計 80 分)

- 教學目標：
1. 能認識餐具的種類和名稱。
  2. 能知道餐具的正確使用方式。
  3. 能瞭解餐巾使用的時機。

活動流程：

主要教學活動	學習與指導要點
<p><b>引起動機</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 播放學生營養午餐或戶外教學用餐時的照片。</li> <li>2. 請小朋友說說看，日常生活中還有哪些不同的用餐場合呢？想一想，吃飯的時候需要用到哪些餐具？</li> </ol>	<p>飲食是日常生活中相當重要的部份，但輕度智障、注意力缺陷過動症及學障的孩子常無法正確的辨識或在生活情境中適當的使用餐具。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 以學生的照片引發學習興趣，並連結舊經驗。</li> <li>✚ 口頭提示或事前準備照片、圖片，說明不同場合會用到的餐具有哪些？(如喜宴、吃牛排等)</li> </ul>
<p><b>發展活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以圖卡搭配詞彙卡的方式介紹餐具的樣子、名稱和用途。</li> <li>2. 「打地鼠」活動—以個人挑戰或小組競賽的方式，用小槌子敲打老師或同學唸到的餐具詞卡或圖卡。</li> <li>3. 教師示範並說明不同餐具的使用方式及時機。</li> <li>4. 情境演練—在教室以餐具和圖卡模擬用餐。以角色扮演的的方式，讓學生練習點餐，並選擇適當的餐具。</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 經學習後，可撤除圖卡提示。</li> <li>✚ 以遊戲的方式增加趣味性，若有肢體障礙的學生可以較靜態的活動替代(如釣魚)。</li> <li>✚ 讓學生有個別練習的機會，提醒其他同學也要觀察學習。</li> </ul>

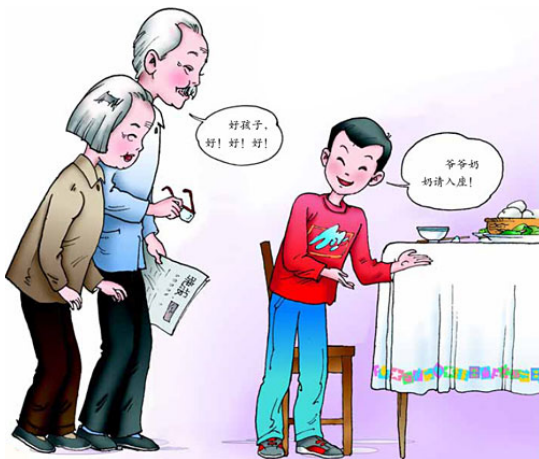
<p>5. 配對練習—教師出題(口頭、抽題目卡或ppt)詢問在什麼情況下應使用哪些餐具，學生拿實物、舉餐具圖卡或詞卡進行搶答遊戲。</p> <p>6. 小團體或小組討論，想一想..</p> <p>(1)用餐時，什麼情況下會使用餐巾？</p> <p>(2)如果不使用餐巾，其他人的感覺怎麼樣？</p> <p>(3)用餐時還有哪些不適當的行為呢？</p> <p>7. 利用營養午餐或戶外教學用餐的時機進行日常生活教學、演練、複習。</p>	<p>✚ 依學生程度不同進行調整。具體(餐具實物)→半具體(餐具圖卡)→抽象(餐具詞卡)。</p> <p>✚ 長而密集的練習和複習有助類化和連結課堂與生活經驗。</p>
<p><b>綜合活動</b></p> <p>完成學習單</p> <p>1. 活動一：剪貼並配對餐具的圖片及名稱。</p> <p>2. 活動二：連連看，配對餐具的正確用途。</p>	<p>✚ 使用剪刀、膠水訓練精細動作，能力較差的學生教師可以身體協助。</p> <p>✚ 認知能力較弱的學生可增加圖片或口頭提示。</p>

## 第六課 餐桌上的禮節

用餐的過程中有許多禮儀，是我們必須注意的，如用餐前應注意衛生、用餐後宜留意清潔，在餐桌上時，需注意自己儀態、動作、聲音和飲食習慣等，不會影響他人，養成良好的餐桌禮儀，可以讓別人更喜歡和我們一起吃飯喔！

### 一、用餐前

1. 先將雙手洗乾淨，以免病菌從口入。



2. 請長輩先入座用餐。



## 二、用餐時的禮儀

1. 喝湯時不發出聲響。



2. 放入口中的食物要適量，細嚼慢嚥，嘴巴要閉合。

3. 口中有食物時不說話，用餐間與他人談話音量不可過高。





4.保持桌面、地面和碗內的乾淨整潔。

乾淨整潔。



5.要惜福，不浪費食物。



6. 不搶食，懂得與他人分享食物。

食物。

7.別人夾菜時，不轉動

旋轉台。



### 三、用餐後

1. 用紙巾擦嘴巴。



2. 剔牙時，用餐巾或手遮住嘴巴。

想想看，在學校吃營養午餐的時候，我是不是都注意到以上這些用餐禮儀了？在家裡和家人一起吃飯或和朋友們一同外出用餐的時候呢？

## 第 六 課 學 習 單

活動一、選選看看，選出正確的敘述。

- ( ) 1. 用餐前我應該先做什麼呢？①刷牙 ②洗手 ③擦嘴巴。
- ( ) 2. 關於用餐時我們應該注意的禮儀，下列敘述何者正確？ ①一邊吃東西，一邊大聲說話 ②別人夾菜時，不轉動旋轉台 ③吃合菜的時侯要先搶先贏，喜歡吃的多吃一點 ④喝湯的時侯越大聲越好。
- ( ) 3. 用餐後我應該做什麼呢？ ①去運動 ②在餐廳裡玩耍 ③跟爸媽吵著要回家 ④用紙巾擦嘴巴。

活動二、用餐時我應該做到哪些餐桌上的禮節呢？下列敘述正確的在□打✓。

- ☐ 放入口中的食物要適量，細嚼慢嚥，嘴巴要閉合。
- ☐ 不搶食，懂得與他人分享食物。
- ☐ 喝湯時聲音越大表示越好喝。
- ☐ 保持桌面、地面和碗內的乾淨整潔。
- ☐ 不喜歡吃的食物可以丟在桌上或地上，反正有別人會負責收拾。

單元三~2：(授課時間：二節計 80 分)

教學目標：1. 能了解餐桌上的禮儀。

2. 能說出用餐前、用餐時及用餐後有哪些需要注意的事項。

3. 能避免不適當的行為發生。

活動流程：

主要教學活動	學習與指導要點
<p><b>引起動機</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 播放學生用餐前、用餐時及用餐後的照片或錄影。</li> <li>2. 仔細觀察並討論，這樣的行為表現好或不好？為什麼？</li> </ol>	<p>輕度智障、注意力缺陷過動症和學障的孩子常因不懂用餐禮儀而影響他人的用餐興致。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 利用平常營養午餐或戶外教學用餐時蒐集照片、錄影，可提升學生學習動機。</li> <li>✚ 口頭提示、引導學生分辨並說明好或不好的行為及原因。</li> </ul>
<p><b>發展活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以圖片和文字說明自製 ppt，說明用餐前、用餐時及用餐後應注意的事項。</li> <li>2. 教師示範用餐時應注意的禮節。</li> <li>3. 情境演練—以角色扮演的形式，讓學生表演用餐時應有的行為表現。</li> <li>4. 仔細觀察並討論，剛剛同學的表現好或不好？為什麼？</li> <li>5. 以照片、圖片或繪本的方式講述情境，小團體或小組討論這樣對不對？應該怎麼做呢？</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 圖片或影片等多媒體教材較能吸引學生的注意力。</li> <li>✚ 依學生能力不同給予不同程度的提示。</li> <li>✚ 引導其他學生觀察別人的表現，討論時避免批評，多用讚美。</li> <li>✚ 也可以以小組競賽搶答的方式腦力激盪，增加趣味性及學習動機。</li> </ul>



<p>(1) 在外面玩耍，一進屋內就直接到餐桌上吃飯。</p> <p>(2) 一邊吃飯一邊和朋友大聲聊天。</p> <p>(3) 喝湯或吃麵時越大聲表示越好吃。</p> <p>(4) 吃合菜時，喜歡吃的菜就拿很多，並常用旋轉台轉至自己的面前。</p> <p>(5) 吃完飯用袖子或衣角擦嘴巴。</p>	
<p><b>綜合活動</b></p> <p>完成學習單</p> <p>1. 活動一：選出用餐前後的正確行為。</p> <p>2. 活動二：選出用餐時應有的適當表現。</p>	<p>✚ 閱讀困難的孩子可協助報讀。</p>

## 參考資料：

李姿瑩(2004)。情緒障礙教學研習—社交技巧教學活動彙編。台北市立師範學院特殊教育中心。

陳培芝(2001)。資源教室社交技巧。台北市立師範學院特殊教育中心。

圖片(2008)。行如風立如松坐如鐘臥如弓圖片。

2011 年 6 月 3 日，取自 nipic 圖網網站。

<http://www.nipic.com/show/4/63/9b619b7aa6771c0f.html>