



宜特報報

第 0053 期 103.10.24

活動預報

- 10/28(二) 16:00 校慶籌備會議 2
- 10/31(五) 班級教室佈置綠美化競賽
- 11/1(六) 新課綱工作坊 II
- 11/3(一) 8:30 校慶預演
- 11/8(六) 第 17 週年校慶活動

成果畫報

- 在 youtube 遇見宜特手語社.....P1
- 乘車安全運動.....P2
- 職場達人 ShwoP3
- 扶輪熱情獻愛心.....P4
- 職業課程體驗營.....P7
- 跟著音樂擺動身體、哼唱.....P10
- 我的回顧—在宜特學習的日子.....P11

教學趣報

節約水資源實務練習.....P14

用肥皂 (soap) 洗手，是世界衛生組織 (WHO) 認為最重要的公共衛生課題之一。平時教導學生養成勤洗手的習慣，可預防腹瀉、呼吸道傳染病及腸道寄生蟲等疾病。洗手時機：吃東西前、看病前後、上廁所後、擤鼻涕後等，平日融入課程訓練特教學生，落實洗手於日常生活中，慢慢學會生活自理能力。.....。

品德馨報

小象德德的鼻子.....P15

本月份的品德中心題目為樂觀，這次的宣導活動係透過兒童繪本—小象德德（作者：李宗澤）的故事，以動畫播放讓全校同學欣賞，看完了影片由建良老師再跟大家一起複習故事大意，再由哲瑋老師透過平板電腦和同學做選擇及是非的搶答活動。故事內容主要為大象爸爸和媽媽歡欣期待這個小生命的帶來。但是剛剛出生的小象德德的鼻子.....。

愛的報報

感恩十月份捐助：

- (1) 溫清華牙醫師 \$4,980 元
- (2) 李中庸牙醫師 \$4,980 元
- (3) 陳玉鳳小姐 衣服、獎品等物資 1 批
- (4) 益得食品 物資 1 批
- (5) 羅東東區扶輪社 \$40,000 元



國立宜蘭特殊教育學校



宜特報

第 0053 期 103.10.24

手語帶動歌

校長 曾坤祥

在 youtube 遇見宜特手語社

在蒐尋人間衛視對三好校園的報導時，無意間看到宜特手語社的影片，而且一下子看到三段，分別是小宇、小娟兩位同學表演「愛的接力賽」，阿賢、小娟兩位同學表演「我們都是一家人」，阿展、小娟兩位同學表演「感謝天感謝地」。



從螢幕上看他們的表演，和從教室看他們的練習有不同的感動；螢幕中孩子有點緊張，又有個人特色的自在：小娟是三片的最佳女主角，一貫害羞靦腆，小宇總是很自在的做自己，阿賢是最放得開的，阿展仍酷酷的模樣。平常在教室中看他們練習可活潑多了；整組同學都很投入，連在輪椅上的同學都會隨著音樂哼唱伴奏；儘管動作沒那麼到位，節奏不太合拍，但是感受到那種純然的投入，真是種美好的享受。在前頭示範的玉滿老師是教室中最投入的：活力十足的手舞口唱，隨時用愉悅的口氣提醒動作，樂曲結束熱烈的鼓勵讚美；一如初從大學畢業、手語社團出身的大姐姐！

其實從口唱歌曲到用手來唱歌是件困難的事，從聽熟、哼曲調、跟音樂唱，到詞和曲合節唱出來，就需要不斷的練習；現在再增加「用手語」比出來，而且表現合乎歌曲情緒的動作，難度真不是普通級的，尤其對我們的孩子來說。所以看到玉滿老師一字一句比劃動作，教孩子們一遍遍的練習；對著一群天使，有時天馬行空手舞足蹈，有時茫無頭緒手忙腳亂，但看到玉滿老師一臉的笑，努力的示範、指正、牽著學生的手比劃。想像一下其中可能只有一、二位像小娟一樣，每個動作都到位，其他同學能跟上節拍，比舞出大部份的手語，要經過多少次的練習？直到學生的動作有了模樣，甚至可以在台上表演，可以博得滿場喝采。老師絞盡腦汁的教學設計、鏗而不捨的教學實踐，真是令人感動！





宜特報報

第 0053 期 103.10.24

交通車安全演練

訓育組長 李佳純

乘車安全運動，大家一起來

本校學生大部份都是搭乘學校的交通車，這麼長久的時間待在車上，如果不幸發生爆胎、起火或車禍，而產生火災等意外時，學生應該如何因應呢？防患未然，為了讓學生能有一個安全的搭車環境，每學期特別安排交通車的安全宣導及實際逃生演練，讓學生能透過不斷的練習、模擬實際的交通意外的狀況，在司機及隨車導護人員的引導下，爭取更多的逃生機會。讓我們來看看當天的宣導及實際演練過程。



經由這次的逃生演練，秩序大致良好，不過還是可以有改進的地方，例如同學們在下車時容易用跑的、還有會回頭到車上拿自己物品等，未來可再加強這二點，以爭取寶貴的逃生時間，讓意外發生時，同學都能全身而退，快快樂樂出門，平平安安回家。

國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

第 0053 期 103.10.24

職場達人 Shwo

均質化承辦教師 陳建良

『房務清潔實務研習』

特殊教育多元教學專業成長計畫-房務清潔實務研習

本校均質化計畫為精進縣內國高中特教教師之職業專項能力，特別邀請了前蘭陽溫泉飯店房務部石阿雪副理，對教師們在 10 月 16 日上午及下午辦理了兩場次的特殊教育多元教學專業成長研習，課程內容為分享飯店業客房工作經驗及客房整理實務技巧。

活動當日校內教師把握難得機會，帶領相關課程之學生進行觀摩學習，學習房務工作常見清潔工具及清潔技巧，講師亦利用空檔時間親自指導學生鋪床、換枕頭套等活動練習，課程內容規劃十分充實。

首次規劃房務系列研習課程，透過業師十幾年累積下來之經驗分享，讓參與研習的老師瞭解認識房務工作的職場禁忌及特別需要注意之事項，經專業解說及實際操作演練，提供教師在教導學生時的訣竅，在資源共享、經驗交流、增能進修、專業對話機制下，國、高中教師特教專業、職業專項能力增強，有效提升特教服務品質。



研習開幕活動



講師指導觀摩學習
學生實際練習



房務工作實際動手做



業師多年經驗分享

透過不斷的進修，認真的學習，精進特教教師之職業專項能力，期能協助學生未來順利就業轉銜，成就自我。



宜特報報

第 0053 期 103.10.24

三好校園北投行

訓育組長 李佳純

扶輪熱情獻愛心，三好校園揪甘心

羅東東區扶輪社每年度安排社內的例行活動，都將贊助本校參與校外教學活動列入行事中，此次學校結合行三好，種福田的第一次獎勵活動，於 10 月 24 日星期五，學生 55 人、扶輪社社員 13 人，以及陪同教師 10 人，一起前往台北著名的北投溫泉區搭乘捷運、欣賞北投風光。中午在扶輪社的大力贊助下，同學享用了一頓豐富的自助沙拉吧及排餐，渡過緊湊又充實的一天，讓我們來看看當天的剪影。

♥體驗搭乘捷運





國立宜蘭特殊教育學校
NATIONAL YI-LAN SPECIAL EDUCATION SCHOOL

三好校園北投行

訓育組長 李佳純

宜特報報

第 0053 期 103.10.24

♥體驗搭乘捷運



▶著名的北投圖書館



國立宜蘭特殊教育學校

National Yi-Lan Special Education School



國立宜蘭特殊教育學校
NATIONAL YI-LAN SPECIAL EDUCATION SCHOOL

宜特報報

第 0053 期 103.10.24

三好校園北投行

訓育組長 李佳純

♥享用貴族世家牛排



♥感謝春秀組長帶領手工藝組學生製作卡片，感謝扶輪社的叔叔阿姨們！

國立宜蘭特殊教育學校

宜特報報

第 0053 期 103.10.24

職業課程體驗營

教師 陳建良

103.1 學期均質化-特教新課綱身心障礙學生適性課程

本校辦理 103 學年度均質化-特教新課綱身心障礙學生適性課程探索-職業教育體驗營活動，邀請縣內國中特教生到校參與職業教育體驗課程，依學校職科特色辦理餐飲服務、汽車美容、美容美髮、手工藝、園藝治療等體驗課程，幫助國中特教生對於高職綜合職能科課程能更深入了解，以利未來適性安置。

活動當天門庭若市，於 103 年 10 月 21 日(場次一)有 130 人次參加；103 年 10 月 22 日(場次二)共 112 人次參加，本次活動共有 242 人次參加可說是熱鬧非凡場場爆滿，在各職業類科老師認真帶領及教學下，讓每一位來參與課程的師長和學生都能滿載而歸。

透過活動辦理讓宜蘭區國中端身心障礙學生透過體驗課程對後中職業類科有深入的了解，能適性、就近升讀後中階段特教班校。並依照特教新課綱能力指標內容，推廣特教學校特色課程，提供宜蘭區國中端身心障礙師生，共享特教資源，建立良好夥伴關係。

大家長-校長為我們活動揭開序幕，十分熱鬧！





宜特報報

第 0053 期 103.10.24

103 學年度第 1 學期職業課程體驗營活動花絮



園藝組金德老師認真教學，學生拈花惹草！



洗車組振中、政吉老師，來個完美的泡沫浴吧！



美容美髮組曉恬、嘉羚、佳純老師，為自己打扮的清爽動人！



國立宜蘭特殊教育學校





宜特報報

第 0053 期 103.10.24

103 學年度第 1 學期職業課程體驗營活動花絮



手工藝組妍慈老師，黏土捏捏樂！



手工藝組質涵老師不織布吊牌

餐飲組鄒向老師馬克杯蛋糕



餐飲組錦怡老師，準備來個美食的約會！



國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

第 0053 期 103.10.24

音樂與生活

教師 賴錦怡

跟著音樂擺動身體、哼唱

*緣起

音樂一直是生活的一部分，從早期的敲敲打打，聲音溝通，到現在用音樂紓壓，傳遞情感，提醒...等等等。

*音樂與社區生活

在家庭生活中，常聽到的是「O~E~O~E(有規律的)」代表著救護車，「O~O~(急速的高頻鳴聲)」代表著警車，「O~~~O~~~(有起伏的旋律)」代表是消防車，最耳熟能詳的則是「登登登登~登登~登登~登...登登登...登登登登...」，聽到這首歌，就會把垃圾拿出家門，等待垃圾車的出現，但其實這首名曲的原著是貝多芬的「給愛麗絲」，現在已經成為垃圾車出現的代表曲子。



打鼓，我最拿手~!!



超愛聽音樂運動了!

*音樂與學校生活

當升旗歌響起，學生們就會有規則迅速排好隊伍，朝著升旗地點前進；當「刷牙~刷牙~刷牙刷牙~」響起時，提醒著學生們要認真的關注牙齒健康。

音樂與紓壓、節奏樂課程，在不同的族群中，扮演不同的角色與功能，看著學生可以跟著音樂擺動身體，哼唱，代表著在享受這樣的時刻，而有些學生可以抓握、敲擊樂器，用有限的肢體運動，增進肌肉與關節活動的趣味性，更進一步，可以應用不同樂器與肢體，展現自我的概念與想法。

看著學生的律動，是否也開始想要搖擺了呢~~



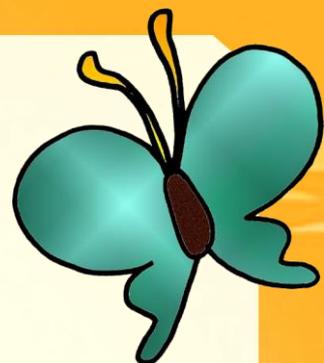
握樂器很厲害吧!



動動手，搖一搖~



努力的控制~!加油





宜特報報

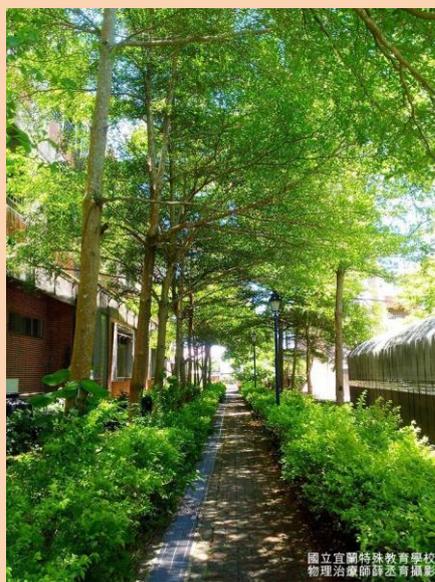
第 0053 期 103.10.24

我的回顧—在宜蘭特教學習的日子

我是物理治療師，因緣際會來到宜特服替代役，時光荏苒，從一月初報到至今已過十個月；光陰似箭，彷彿再一眨眼就是退伍時。想當初朋友覺得我沒有選擇一般教育役，以便就近在彰化服務是件可惜的事，但是我認為這是我人生的特殊經歷，塞翁失馬焉知非福，薪水全花在交通費和伙食費，看似在特教學校做全職的志工，卻也比在普通學校好得許多，至少，我較能勾勒自己的未來。

還記得服役後首次搭火車來羅東的情景：夜幕低垂，站前車水馬龍、街燈燦爛，我孤伶伶車站前踟躕，暗忖搭乘公車或是計程車。那天搭車返校，給家裡打了通電話報平安，檢視門窗就寢後，我的「志工」生活正式展開。在高雄澄清湖受訓時，我覺得我要維持治療師身份，冀求在適當時機提出見解，甚或提供醫學方面協助；但是到校前一天我想通了，我應是學習者而非指導者，我應放空自己，凡事認真學習，以積極的態度面對，極力吸收旁人工作和生活的精隨，如此我才能成長茁壯。

回顧在宜蘭特教的時光，我身兼數職，學會了不少事情：我是教師助理員，上課時間注意同學的上課狀況，校外教學時候掌握學生動向；我是保母，下課關心學生喝水、如廁和健康，午餐時間餵食不方便的同學；我是清潔員，放學後負責傾倒學校垃圾；我是警衛，晚間負責確認鐵門和保全，備勤時間坐鎮警衛室登記進出人士；我是會議錄影者，暑假的教師甄選和研習皆由我掌鏡；我是校方財產記錄者，跑遍學校各個角落貼財產貼標籤，暑假整理出全校電腦相關財產位置圖；我是泥水匠和土木徒弟，九月下旬跟著技工大哥在自然農園豎起瓜棚；我是遊客，休假時間遊歷宜蘭，暑假有幸終於登上龜山島；我也是學習者，白天積極接受新挑戰，晚上有時間就吸收新知。感謝各方厚愛，我才能在短時間內接觸和習得很多事。



國立宜蘭特殊教育學校
物理治療師薛丞育攝影



國立宜蘭
al School





宜特報報

第 0053 期 103.10.24

感謝教務處讓我能每個年級待過，最初是賴錦怡老師的高職 303 班，再來是徐佩琳老師的國中三班和國中 C 組，經過短暫的高職一年級，最後進入林曉恬老師的高職 201 班，過了個暑假，高職 201 便成了高職 301。三年級起始，三年級結束，算是完美的歷程。

我的替代役主要任務是入班協助，雖說是「協助」，但是對我而言卻是入班學習——學習的成份大於協助——學習和師生互動，向老師學習帶班，在宜蘭特教，我的收穫大於付出。課外時間則是學習學校財產管理，和觀摩各處室的行政工作。對我而言，服替代役最大的益處，是學習待人接物：曾校長親切分享軍旅經驗；總務處高主任、俞組長和吳組長教我在公部門的應對方式，謝組長和幹事黃大哥教我圓融的處世態度和應答方法，技工游大哥、林大哥和技佐洪大哥教我實事求是的做人態度，楊姐、邱姐、靜偉姐、明珠姐、曼青姐、國慶大哥、為政大哥和江大哥讓我習得不屈不撓又能柔軟應對。

要感謝的不只是總務處的師長，還有其他處室的師長和我認識的老師，沒有他們的協助、尊重和包容，我很難在這學校裡充實地度過每一天，他們是：教務處靜文主任、春秀老師、達哥、甘先生、如芬老師、智為老師；學輔處人瑋主任、志欽主任、佳純老師、職能治療喬玫老師、物理治療佳惠老師、淑芬姐、振中老師；會計室梁主任、志明大哥、人事室陳主任；高職三年級的政吉老師、玉滿老師、佳瑩老師、哲瑋老師、錦怡老師；高職二年級的曉恬老師、媛婷老師、鴻家老師、慧妮老師；高職一年級的妍慈老師、郁勤老師、于潔老師、嘉羚老師；還有國中部的雅蘭老師、晨媡老師、質涵老師、雅芬老師、登州老師、佩琳老師和維珊老師。教師助理員們時常在照顧學生方面給予很莫大協助，他們是：志文大哥、秀娥阿姨、寶麗阿姨、瑞雲阿姨、嘉惠姐、國英姐、柏虹姐、育慈姐、黃凱大哥、哲瑋大哥、宏倫大哥和陳瀚大哥；特別感謝宏倫大哥，他好客，不太計較得失，服役期間感謝他大方出借機車，讓我能及時完成不少重要的事。





宜特報報

第 0053 期 103.10.24

學習與協助

替代役 薛丞育

入班協助和師生互動

一定要提到那些我熟悉的學生，因為有他們，每天總是快樂度過：奕煒是個樂觀的電動輪椅賽車手，不因功能限制而愉快且充實生活著；巧涵笑起來眼睛眯眯的輪椅女孩，她很喜歡跟我聊天；佳嘉很認真、很認份、很有衝勁的女孩，不知現在工作情況如何？仁暉無時無刻分享很多事；諺霖很順從老師指導，也很認真打掃；緯倫是個鬥志高昂的弟弟，他體育不錯，擅長溜冰和打羽球；有財和正忠能力不錯，勇敢向前將前途無量；宜澤晚餐洗碗後總是拿碗讓我檢查；小個子俊瑋總是有著無比的好奇心；虹誼很會照顧同學，是老師的好幫手；美雪會保護弱小同學，很有正義感。



佳鈴處事隨和、懂規矩，做事有條不紊；奕誠有自己的行事風格；柏揚笑起來很靦腆，著實害羞的學生；柏凱太瘦了，哪天能吃得壯些呢？文嫻很會講話，笑起來顯得很有活力；博淵做事容易緊張，事情一多，難免手忙腳亂；宜珊有時對老師交辦的任務略顯退縮，其實天下無難事呀！可愛的俊學是個不偏食的小孩，刷牙時很配合；喜歡包青天的靖凱，常幫忙推同學的輪椅；鳳騰和偉嘉他們像是勁量電池，總是精力充沛；家秀很聽老師的話，有禮貌，笑起來很可愛；書德原本怕水，期末已經可以和老師在水療池玩鬧。

轉瞬已過十個月，歲月如梭，一眨眼即將退伍。宜特是所充滿人情味的學校，在這邊擔任替代役著實令人愉快，準備進入社會打拚了。我是物理治療師，因緣際會來到宜特服替代役，我真心期待未來能憑藉專業再來這裡服務。





宜特報報

第 0053 期 103.10.24

洗手五步驟

103 班導師 黃玉滿

高職一年級自然課程 C 組-節約水資源實務練習

用肥皂(soap)洗手，是世界衛生組織(WHO)認為最重要的公共衛生課題之一。平時教導學生養成勤洗手的習慣，可預防腹瀉、呼吸道傳染病及腸道寄生蟲等疾病。洗手時機：吃東西前、看病前後、上廁所後、擤鼻涕後等，平日融入課程訓練特教學生，落實洗手於日常生活中，慢慢學會生活自理能力。

開
小
水
沾
濕



關
閉
水
龍
頭



塗抹香皂、雙手搓揉手



開小水沖洗，捧水沖水龍頭



關緊水龍頭、將手擦乾

洗手 5 步驟

- ★開小水沾濕手
- ★關閉水龍頭
- ★塗抹香皂、雙手搓揉
- ★開小水沖洗，捧水沖水龍頭
- ★關緊水龍頭、將手擦乾

建立學生正確用水觀念及節約用水生活習慣，於用水設備附近張貼節約用水標語，養成隨手關水的習慣，多擦拭、少沖洗。節約用水不僅是為因應缺水的問題，而且也為保護環境。節約用水可以減少開發新水庫，間接也保護環境。



宜特報

第 0053 期 103.10.24

品德宣導-樂觀

陳建良 張哲瑋老師

小象德德的鼻子

本月份的品德中心題目為樂觀，這次的宣導活動係透過兒童繪本-小象德德（作者：李宗澤）的故事，以動畫播放讓全校同學欣賞，看完了影片由建良老師再跟大家一起複習故事大意，再由哲瑋老師透過平板電腦和同學做選擇及是非的搶答活動。



故事內容主要為大象爸爸和媽媽歡欣期待這個小生命的帶來。但是剛剛出生的小象德德的鼻子跟一般的大象不一樣，比一般的大象鼻子還短。爸爸安慰媽媽也許等小象長大之後，也許鼻子就會長了，但是德德一天一天長大了，鼻子卻也還是沒有長長，到了德德要進小學讀書時，爸爸媽媽很擔心小象德德到學校會因此被大家嘲笑與欺負，於是決定在入學的第一天要喬裝一番，去學校觀察德德在學校的情況，結果發現德德在校學適應狀況很好，運動比賽樣樣行，甚至在跑步比賽還得了第一名，同學們也不會因為小象德德的外在而嘲笑欺負他，爸爸媽媽看到這樣的狀況也安心了許多。故事的主角德德不會因為自己的外在條件跟別人不一樣而自卑或是不滿，他努力認真的做好自己的本分，發揮自己的才能，用樂觀的態度面對人生，是我們同學可以學習的特質。

透過影片及建良老師的大意摘要後，哲瑋老師設計的幾個題目，要來考考在台下認真的同學，同學們上台可以透過平板電腦觸碰的方式進行搶答，答對或是答錯可以透過視覺化的回饋更認識小象德德的故事及品德中心：樂觀的特質。

1. 德德的什麼地方和別的大象長得不一樣?

1. 耳朵



2. 鼻子



4. 如何保持樂觀的態度?

1. 負面的、放棄的



2. 生氣的、怪別人



3. 積極的，很努力

