



# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

發行人：曾坤祥

編輯委員：高藝真、黃志欽、林靜文、

謝承倉

校址：宜蘭縣五結鄉國民中路 22-20 號

網址：[www.isse.ilc.edu.tw](http://www.isse.ilc.edu.tw)

電話：03-9509788

## 活動預報

- 🍌 05/16(一)~19(四) 適性輔導安置安排晤談作業
- 🍌 05/17(二)~06/03(五) 辦理水中體驗暨水療復健活動
- 🍌 05/20(五) 教材教具觀摩比賽
- 🍌 05/21(六) 辦理學生作品展開幕式
- 🍌 05/28(六) 均質化烘焙研習
- 🍌 06/25(六) 職業能力評估研習

## 成果畫報

- 🍌 高三轉大人成年禮.....P1
- 🍌 特奧國手選拔.....P4
- 🍌 「餐旅概論」課程.....P5
- 🍌 兒童節電影欣賞活動.....P8
- 🍌 母親節感恩潔牙比賽.....P9
- 🍌 Excel 大小事.....P11

## 教學趣報

### 🍌 如何帶領自閉症學生(1).....P13

今年擔任高一導師是筆者帶領第二屆的新生班級，不同上一屆的是多了一些以前從未接觸過的新挑戰，本班有三位非常典型的自閉症同學，有著非常經典的自閉症特質，以前也接觸過許多自閉症學生教學的經驗，但都不是自己班級的學生，所以今年針對自閉症學生教學和輔導也下了更多的功夫，希望學生們都能在我的帶領下有所進步.....。

## 品德馨報

### 🍌 關懷~從付出愛做起.....P14

我們都應該時時付出愛心，而愛的行動莫過於『關懷』。每週二學校有幾位社區志工默默地來到學校付出他們的關懷，她們都有一點年紀了，卻不畏烘焙教室裡的酷熱，不計較時間、代價、體力的付出，陪在孩子們的身邊，指導孩子烘焙的技能，她們不求回報，只為傳遞服務希望的種子.....。

## 愛的報報

感恩 5 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) 簡秋蘭小姐 \$2,000 元
- (4) 陳印沅先生 \$2,000 元
- (5) 陳秀芳小姐 \$7,200 元
- (6) 蔡建益先生 \$10,000 元







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

# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

高三成年禮活動

訓衛組長 林曉恬

## 高三轉大人成年禮-小鐵人挑戰、三清宮成年禮儀式

成年禮為本校傳統之一；本屆成年禮特地移到梅花湖舉辦，讓學生挑戰環湖步行、單車、遊船等三項小鐵人活動，完成挑戰的孩子都直呼「長大了！」特別感動的是許多輪椅學生都能在協助下參與活動，並在家長們的陪同下完成小鐵人挑戰。此次活動由道教總廟三清宮贊助，並協助辦理祈福掛福印，象徵長大成人的儀式，讓所有即將畢業的高三學生體會到出社會要學習勇於負責、貢獻一己之力的精神～



環湖步行



單車挑戰



單車挑戰



協力車挑戰



輪椅生電動車挑戰



乘船遊湖

國立宜蘭特殊教育學校





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

# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

高三成年禮活動

訓衛組長 林曉恬



協力車挑戰身體極限



單車組獨力完成挑戰



祈福團拜儀式



成年禮圓滿完成



掛福印及平安符儀式、祈求平安長大成人，學會做一個負責任的人





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

高三成年禮活動

訓衛組長 林曉恬

# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

宜特小鐵人活動因有許多人的協助才能圓滿完成喔！



特此感謝道教總廟三清宮及忠孝扶輪社贊助宜蘭特教師生成年禮活動圓滿完成





# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

特奧國手選拔

專任教師 鄭雅苓

## ~~特奧國手選拔~~

今年的特奧國手選拔，本校報名了「籃球」項目，是從來沒有報名過的比賽，總共有 6 位學生報名參加，高三 3 位、高一 3 位，這 6 位同學對籃球的感覺還算不錯，就報名讓他們去體驗平時很少接觸的比賽項目。

特奧籃球國手選拔不是只有特教生，還必需有融合球員，也就是一般生一起加入比賽，本校邀請了宜蘭高中籃球隊四位學生來參與及幫忙。

比賽過程中，看到其他學校特教生不論是在跑位、動作、投籃的命中率方面都相當傑出，頓時嚇了我們一大跳，不過我們學校的學生也不惶多讓，和宜中籃球隊的學生一起努力下，在循環賽中拿到了第二名，晉級到第二天的決賽。雖然在決賽中不幸敗北，不過這次的比賽讓學生們體驗到不一樣的比賽及強度，也是難得的經驗。



國立宜蘭特殊教育學校





# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

餐旅概論教學省思  
專任教師 林慧妮

## 「餐旅概論」課程

要讓對「餐旅概論」感到陌生的高一特教生如何愛上學習「餐旅概論」課程？

由於高一學生在國中時期並未學習「餐旅概論」這門科目，而且生活經驗中對於「餐旅經驗」十分缺乏，因此班上同學中對「餐旅概論」這門科目學習有相當的困難。這堂課非能力分組，班上九位學生的能力落差相當大，如何在每周有限的兩堂課中，為了在餐旅概論教學上可以更豐富有趣，就善用多元、又能吸引同學的教學媒材和遊戲來提高學生的學習興趣，來達成學習目標，這對老師來說，真是一個大挑戰。

我經常費盡心思，絞盡腦汁的為孩子設計有趣的課程和教材，希望他們能透過有趣的學習，養成自學的能力並應用在日常生活中。於是經過一個學期的學習，學生對於「餐旅概論」不再那麼陌生。

想起上學期初 101 班林○偉同學常常聽課聽著聽著就說：「老師啊！我的頭好痛」，直到老師教到「摺口布巾」單元，這孩子的眼神整個發亮，老師僅僅一次的示範操作，他便可以牢記，每每摺出的口布巾都是又挺又整齊。一問孩子才知道，原來這孩子的奶奶在家常摺「紙蓮花」，孩子從小在家看著奶奶陪著奶奶摺紙蓮花的情況下，對於摺紙藝術已經有了良好的基礎。讓老師領悟到教學內容若能和孩子的生活經驗連結，並讓孩子感到有趣，孩子自然能學得更好。



這兩位超級認真的，而且越摺越好



○謙服務生服務的很到位！





# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

餐旅概論教學省思  
專任教師 林慧妮

因為班上學生多半缺乏餐旅相關的生活經驗，課程內容又以「認知」居多，因此我在備課時需要多花一些時間來蒐集相關的影片或圖片，讓學生可以很快的進入狀況，在教學的過程中，安排角色演練互動課程，同時設計有趣的遊戲來達到教學目標。



學生能在課程中學習餐桌布置，師生共同營造餐旅概論的學習氛圍，在餐桌前學習餐廳外場服務的相關流程！



為客人帶位時能幫客人拉開餐椅



為客人送上菜單，為客人倒水





# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

餐旅概論教學省思

專任教師 林慧妮

## 上課練習實況



客人進門要立刻有禮貌的打招呼！「你好！歡迎光臨！」



為客人輕輕地拉椅子



學習將口布巾立在餐桌上



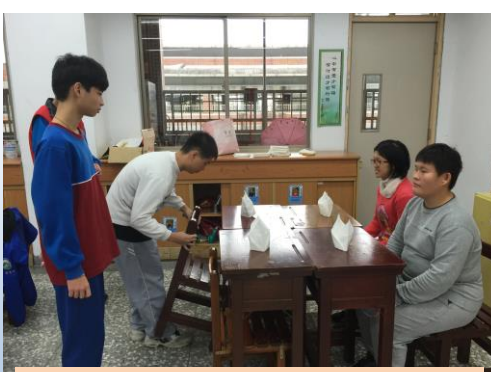
當客人接下口布巾時要將口布巾對摺放在雙腿上，摺線朝內



客人禮貌地跟服務生致謝



角色扮演很有趣，大家樂在其中



○文敬業的態度真的很棒



服務員要注意頭髮—請夾起來或綁起來

國立宜蘭特殊教育學校





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

# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

兒童節電影欣賞活動

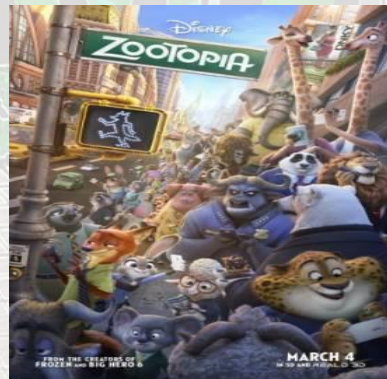
訓衛組長 林曉恬

## 特殊需求學生歡慶兒童節活動電影『動物方城市』欣賞活動

此次宜蘭縣政府主辦，並由許多贊助單位：財團法人昭華教育基金會、宜蘭扶輪社、員山鄉農會、清華牙醫診所（本次特別贊助宜蘭特教高職部學生）、亞典蛋糕密碼館，促成歡慶兒童節電影欣賞活動，希望能夠藉著影片的欣賞，激發特殊需求學生的正向力量，鼓舞他們能勇敢面對挫折與困難，並從中成長茁壯，並透過寓教於樂的方式，讓節日的慶祝更有意義。



特此感謝所有贊助單位及溫清華醫師贊助宜蘭特教師生共同欣賞電影



國立宜蘭特殊教育學校

National Yi-Lan  
Special School





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

# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

健康促進-潔牙比賽

護理師 陳佩君

## 生命教育週系列活動-母親節感恩潔牙比賽

睽違 2 年的母親節潔牙比賽，再次隆重登場了！感謝駐校牙醫師溫清華、李中庸及林詩妮醫師每月固定回饋學校的捐款，讓此次比賽有非常豐盛的獎勵及資源，每位教職員工生於會後，還可帶回母親節感恩餐盒，感謝平日勞苦功高的媽媽們！

這次結合 105 年健康促進重點學校的母親節潔牙比賽，總共出動了開業牙醫師吳國金、周建材、李中庸、林弘德、林詩妮及陽明大學附設醫院黃麟傑、黎運隆、林怡汶、林明志等九位牙醫師共襄盛舉，百忙之中義務擔任此次比賽的評審。



這次比賽報名情況也相當踴躍，親子組有 17 隊報名，教師組有 12 隊報名；競爭最激烈的是自行潔牙組，共有 56 位學生報名參賽，報名人數眾多，場面熱鬧，競爭激烈。







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

# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

健康促進-潔牙比賽

護理師 陳佩君

在眾多高手競爭中，比賽成績如以下各組得獎榜單：

親子組	教師組	自行潔牙組
劉麗君/林家宏	張哲瑋/張嘉倫	楊宜珊
林張金絲/蔡湘婉	林慧妮/林柏堯	陳家儒
洪金勉/林益翔	張黃凱/楊育庭	陳嘉好
賴佩如/李冠霈	蕭嘉惠/吳俊學	武 萱
林王淇/賴偉誠	黃秀娥/吳姪園	許芊儀



非常恭喜最後脫穎而出，榮獲桂冠的家長、老師及同學們，希望你們繼續努力，為孩子及自己口腔衛生把關。也謝謝平日為學生努力潔牙的師長們，因為你們點點滴滴的付出，成就了宜特的孩子們擁有一口乾淨健康的好牙齒。





# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

Excel 大小事

文書組長 謝承倉

## 搞懂 3 個 Excel 觀念，報表幾秒鐘就能做完！

「幾乎所有企業和職位都需要用到 Excel，學會正確地使用它，工作效率可以倍數來計算！」，許多人只知道個別公式和功能的用法，不懂得整合運用，或是根本沒搞懂過 Excel 運作的邏輯，所以才總是選錯工具和方法，導致事倍功半。其實，「只要觀念正確，很多報表是幾分鐘就能做好的。」

如果你常常用到 Excel，卻抱怨它很複雜、難操作、浪費時間，可能得回頭想想，究竟是 Excel 的錯，還是你的觀念出錯了！

### ◆必備觀念 1：分析資料一定要是資料庫格式

這是造成 Excel 分析資料缺乏效率、卻又最常被忽略的關鍵原因。資料庫格式是指：在 Excel 輸入資料時，必須將第一列設為資料內容的標題，每筆資料再由上往下、一列列輸入，中間不可以預留空白列或空白欄，最好也不要使用函數；而且單一工作表中，只能有一份資料表。假如是「員工打卡紀錄表」，就不能在表格之外的欄位，再建置「本月遲到員工」等其他表格。

全民健康保險保險費負擔金額表(三)  
(公、民營事業、機構及有一定額以上受雇者適用)

單位：新台幣元

投保金額等級	月投保金額	費率調整 計保險費 (5.17%)	政府補助 保險費	費率調整 實得自付 保險費 (扣除已補助)	本人+1 眷口	本人+2 眷口	本人+3 眷口	投保單位 負擔金額 (負擔比率 60%)	政府補助 金額(補 助比率 10%)
1	17,880	277	33	244	488	732	976	943	157
2	18,300	284	34	250	500	750	1000	965	161
3	19,200	298	36	262	524	786	1048	1012	169
4	20,100	312	38	274	548	822	1096	1060	177
5	21,000	326	39	287	574	861	1148	1107	185
6	21,900	340	41	299	598	897	1196	1155	192
7	22,800	354	43	311	622	933	1244	1202	200
8	24,000	372	44	328	656	984	1312	1266	211
9	25,200	391	47	344	688	1032	1376	1329	221
10	26,400	409	49	360	720	1080	1440	1392	232
11	27,600	428	51	377	754	1131	1508	1455	243
12	28,800	447	54	393	786	1179	1572	1519	253
13	30,300	470	56	414	828	1242	1656	1598	266
14	31,800	493	59	434	868	1302	1736	1677	279
15	33,300	516	61	455	910	1365	1820	1756	293
16	34,800	540	65	475	950	1425	1900	1835	306
17	36,300	563	68	495	990	1485	1980	1914	319
18	38,200	592	71	521	1042	1563	2084	2014	336
19	40,100	622	75	547	1094	1641	2188	2115	352
20	42,000	651	78	573	1146	1719	2292	2215	369
21	43,900	681	81	603	1206	1806	2406	2315	386
22	45,800	710	84	633	1266	1896	2520	2415	403
23	48,200	748	88	668	1336	2000	2640	2542	424
24	50,600	785	92	703	1406	2104	2764	2668	445
25	53,000	822	96	738	1476	2208	2888	2795	466
26	55,400	859	100	773	1546	2312	3012	2921	487
27	57,800	896	104	808	1616	2416	3136	3048	508

Excel 本來就是用來處理資料庫的軟體，任何原始資料都應該以資料庫的格式留存。即使主管請你製作一份客製化的報表，也不要一開始就照著公司給的格式輸入資料，而應該運用之前的資料庫整合分析，否則 Excel 很容易誤判資料範圍，導致後續使用分析工具時出現錯誤訊息，又必須回頭檢查和修改，非常耗時。

### ◆必備觀念 2：以內建工具為優先，處理不了才用函數

很多 Excel 使用者都有這樣的偏見：以為會用函數的人就是高手。懂得用內建工具的人，才是真正的效率達人，因為「有些軟體本身的功能就能解決的問題，幹嘛費心力輸入落落長的公式？」像是排序和篩選，都是很容易上手，又可以快速分類整理資料，得出你想要訊息的實用工具。





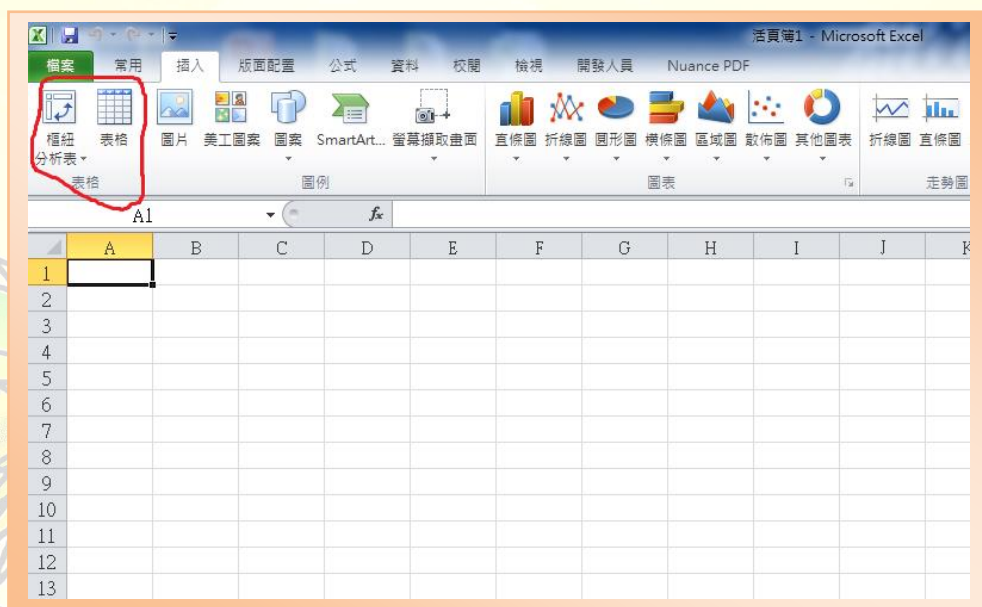
# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

## Excel 大小事

文書組長 謝承倉

要說有哪個內建工具非學不可，「絕對是**樞紐分析**！」只要原始資料是資料庫格式，就算是新手，都能在 30 秒內產出想要的報表。至於**精熟樞紐的人**，**大概只要 10 秒**，就能輕鬆分析和比較資料內容。就王作桓的觀察，樞紐分析已足以應付 85%以上的報表問題，實用性比函數高、學起來也容易，「**只有樞紐分析做不出來的報表，才應該考慮函數。**」如果使用函數的能力已經很強了，更進階的就是要自己撰寫程式語言的 VBA (Visual Basic for Applications)，它的功能也很強大，能讓 Excel 自動處理繁瑣的步驟，但是大多數人其實用不到，除非你真的很有興趣，否則不需要額外花時間學習



### ◆必備觀念 3：公式設定一次就好，無須每一格都改

想要提升效率，在使用函數時，就要追求「**設定一個公式，Excel 就幫忙複製到其他需要的儲存格，無需手動修改公式內容**」。Excel 在複製貼上公式時，本來就會自動調整計算的資料範圍，比方說，在第二列資料的末端使用加總函數（計算第二列資料的總和），再把函數複製到「第三列」後，公式會改為計算「第三列」總和。但有時候，公式複製貼上後卻算不出想要的結果，主因是輸入公式時儲存格的「**位址**」**設定有誤**，因此想追求做報表的效率，一定要搞懂「位址」的用法。

要從「會用 Excel」進階成為「使用 Excel 節省工時」的高效工作者，先以這 3 個觀念做基礎，再深入學習 Excel 實際操作的用法，就能真正靈活運用，讓 Excel 變成製作報表和分析資料的重要幫手





# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

自閉症教戰手冊

101 導師 張哲瑋

## 如何帶領自閉症學生(1)

今年擔任高一導師是筆者帶領第二屆的新生班級，不同上一屆的是多了一些以前從未接觸過的新挑戰。本班有三位非常典型的自閉症同學，有著非常經典的自閉症特質，以前也接觸過許多自閉症學生教學的經驗，但都不是自己班級的學生，所以今年針對自閉症學生教學和輔導也下了更多的功夫，希望學生們都能在我的帶領下有所進步。以下針對台北市東區資源中心所編之自閉症教戰手冊以及相關書籍所列幾項心得及學生的特質、教學回饋作紀錄分享。



透過視覺化圖像告知好表現  
得到專屬個人喜好的增強物



視覺化課表，讓  
學生知道每日  
課程及任課老  
師，讓學生知道  
哪時要分組上  
課及換教室

### ●準備工作：

當班上有自閉症學生就讀時，不論是新生或舊生，老師都應有一些準備以面對新的挑戰。心理調適是第一要務，也就是做好接納的、關懷的、支持的心理準備，並積極展開相關的準備工作。資料收集、學校支持的尋求與環境的準備，應是此階段的主要工作。

### ◆資料的收集：

搜集與自閉症學生有關的資料，一方面可增進老師對自閉症學生的理解，一方面可協助老師儘速進入狀況，更重要的，可透過初步資料的蒐集，了解學生的需求與需提供配合、協助的事項。至於資料的內容，除自閉症的一般性知識外，以與班上自閉症學生的相關資訊為主，包括該生的學習優勢管道、溝通能力與方式、人際互動情形、固執性與興趣表現、情緒表達方式與穩定度、面臨新情境適應上的問題、可能出現的問題與處理方式、家長期望與需要老師、學校配合的地方等。

### ◆心得回饋：

可在國中升高職轉銜會議上與國中端教師討論教學生相關特質、學習模式、在國中上課學生較喜歡較厭惡的嗜好等等，利用暑假進行家訪，觀察學生在家的生活、基本技能，可結合學校課程列為在校學習目標。

(下期待續)





# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

優良志工-好奶奶

專任教師 林慧妮



## 關懷~從付出愛做起

我們都應該時時付出愛心，而愛的行動莫過於『關懷』。

每週二學校有幾位社區志工默默地來到學校付出他們的關懷，她們都有一點年紀了，卻不畏烘焙教室裡的酷熱，不計較時間、代價、體力的付出，陪在孩子們的身邊，指導孩子烘焙的技能，她們不求回報，只為傳送服務希望的種子，她們用生命的光與熱關懷照亮著宜特的孩子，她們都是同學心目中的『**好奶奶**』，也是我最敬佩的**優良志工**！



**林春如女士**樂觀開朗，自宜特退休後即到校擔任志工，多年來默默付出，每周二都站上一整天，耐心指導學生的烘焙技能



孩子們口中的**高奶奶**親切和藹，在校擔任餐飲、烘焙、園藝、手工藝組的志工，烈日下在自然農園除草、即使雙腳無力亦堅忍地站在烘焙教室，和孩子們一起學烘焙，累上一整天再把學生的手工藝作品帶回家整理，不計時間與辛勞的付出，是我學習的典範！







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

# 宜特報報

第 0081 期 105.05.13

優良志工-好奶奶

專任教師 林慧妮



簡惠靜老師和藹可親，是北成國小特教班老師，退休後於五結衛生所、綠色博覽會擔任志工，每週二則到宜特擔任餐飲組志工，無時無刻關懷學生的學習狀況，是同學們心中最棒的簡老師。



國立宜蘭特殊教育學校

National Yi-Lan Special School