

一年级 上册

Shenghuo Shiying

生活适应

_____ 年级 _____ 班

姓名 _____

河北教育出版社
方圆电子音像出版社

图书在版编目(CIP)数据

全日制培智学校义务教育实验教科书. 生活适应.
一年级 上册 / 田学峰主编; 孙会等编著. —石家庄:
河北教育出版社, 2010. 6

ISBN 978-7-5434-7644-8

I. ①全… II. ①田… ②孙… III. ①智障儿童—
儿童教育: 特殊教育—教材 IV. ①G764

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第101772号

总主编: 田学峰

副总主编: 梅显红 刘 炜 吕相斌

本册主编: 孙 会 许丽敏

副主编: 涂晶晶 金 双

主要编者: 涂晶晶 金 双 刘 萍 许丽敏 孙 会 田学峰
刘会新 马丽芬 宋培培 杨力云 张静兰 王丽英
夏晓艳 周 磊 王振杰 张晓侠 曹 英 魏志永
彭素云 杜国玲 刘 雅

照片拍摄: 颜 凯 宋立颖

美术设计: 管海平 肖雪萍

版式设计: 涂晶晶 管海平

电脑制作: 涂晶晶 管海平

封面设计: 管海平

书 名 全日制培智学校义务教育实验教科书

生活适应 一年级上册

本册主编 孙 会 许丽敏

责任编辑 赵中伟 许军强

美术编辑 江 波

出版发行 河北教育出版社(石家庄市联盟路705号)

方圆电子音像出版社(石家庄市天苑路1号)

印 制 石家庄市红旗印刷厂

版 次 2010年6月第1版

印 次 2015年8月第3次印刷

开 本 787mm×1092mm 1/16

字 数 38千字

印 张 4

书 号 ISBN 978-7-5434-7644-8

定 价 19.00元

版权所有, 侵权必究

编写说明

本套教材是根据教育部2007年初颁布的《培智学校义务教育课程设置实验方案》（以下简称《方案》）编写的，包括《方案》规定的7个一般性学科（《生活语文》《生活数学》《生活适应》《劳动技能》《唱游与律动》《绘画与手工》《运动与保健》）和4个选择性学科（《信息技术》《康复训练》《第二语言·英语》《艺术休闲》）。全套教材从一年级至九年级分年级或学段编写，供培智学校、综合型特殊教育学校培智班和普通教育学校附设的培智班使用。

本套教材以全国培智学校课程改革的新理念为指导，以培智学生生活中最需要什么就选择什么内容、培智学生能学会什么就选择什么内容为编写原则，突出生活化，提倡以需定教，因材施教，在教学内容和教学要求上都有可选择性，以方便各培智学校个别化教育计划的制订和实施。

本套教材编写特点如下：

1. 三个合一。教本与学本合一、评估与教材合一、家长指导手册与教材合一。
2. 内容开放。设置校本内容空间，方便选择添加，体现个别化理念。
3. 多种课程形式融合。生活性、适应性、功能性、环境生态性有机统一。

鉴于编写水平以及培智教育资源有限，本套教材难免存在不足之处，欢迎大家提出宝贵意见，以便在修订时补充、完善。



给教师和家长的话

根据《培智学校义务教育课程设置实验方案》，《生活适应》是培智学校学生的必修课。该课程通过引导学生了解身边事物和基本社会行为规范，培养和提高学生生活自理能力和生活适应能力。

《生活适应》共15册，从一年级至六年级，每学年2册，七年级至九年级，每学年1册。本册供一年级第一学期使用，内容包括“我上学了”“学校生活”“认识自己”和“我爱清洁”四部分。

本学科学生的学习过程主要是实践活动，教师在教学时要侧重亲身实践、亲身体验的指导，在教学中多为学生提供锻炼的机会，在激发学生学习兴趣的基础上，让学生成为学习的主人，自主学习，积极探索。教师要充分贯彻“以人为本”的教育理念，教学时要扮演支持者、合作者、协助者的角色，学生需要时要进行个别指导，这样才能收到良好效果。

家长平时可以按照本教材的内容在家里对学生进行相应的自理能力训练，根据自己孩子的智力程度和行为特点把握教材内容，引导孩子通过说一说、找一找、玩一玩、贴一贴等活动进行充分的实践体验，最终达到提高他们生活适应能力的目的。

每课后以及附录中的评量表可充分体现出学生在知识与技能、过程与方法及情感、态度、价值观方面的成长。希望家长关注孩子的成长和每节课的评价，配合学校对孩子进行相关主题的生活实践教育活动。

本套教材是培智教育资源之一，按照个别化教育的需要，教师可根据本地区和本学校情况对教材内容进行校本化的修改。教材中的教学建议是对教师开展教学活动的指引和参考，教师可根据教学建议拓宽思路，开展丰富多彩的教学活动，在活动中培养和提高学生的各项能力，激发学生的学习兴趣。

《生活适应》课题组



第一单元 我上学了

1 我的学校	2
2 我的教室	5
3 男厕 女厕	8
4 宿舍 食堂	12

第二单元 学校生活

5 我的老师	17
6 我的同学	20
7 上课 下课	23
8 学习用品	27

第三单元 认识自己

9 我的姓名	31
10 我的身体	34
11 我的四肢	37
12 我的五官	41

第四单元 我爱清洁



13 我会洗手	45
14 我会洗脸	48
15 我会刷牙	51

附录一 教学评价建议	55
------------------	----

附录二 评价示例	56
----------------	----

后记	57
----------	----





第一单元 我上学了

我们每天在哪里上课？
该怎样上厕所？
在食堂和宿舍里要怎样做？



本单元通过对学校各个场所的认识，使学生尽快熟悉学校环境，适应校园生活。



1 我的学校

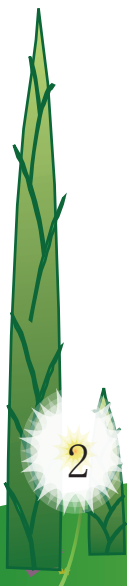


同学们，我们的学校就像家，是我们学习生活的地方。

在这里贴一张学校的照片吧！

教学建议：

1. 带领学生参观学校的学习设施、生活设施、活动设施，知道它们的作用。
2. 熟悉学校环境，能利用学校的设施解决自己学习、生活中的一些问题。
3. 通过参观了解自己的学校，培养学生对学校的热爱之情。



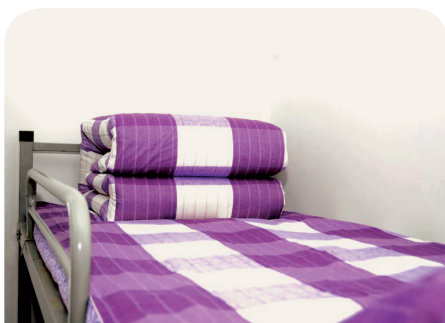


看一看

同学们，今天我们来做一次校内游，参观学校的各种设施。



教室



宿舍

食堂



水房

厕所





说一说

跟同学们交流一下你在参观学校的时候都看到了什么。

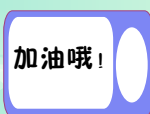


亲子桥

请家长在开学初期每天送孩子上学时，带孩子熟悉学校的环境，将结果反馈给老师。

老师的话

家长的话





2 我的教室

教室是我们学习的地方。



教室里有黑板、讲桌、课桌和椅子。



黑板



讲桌



课桌和椅子



教室里还有老师和同学。

同学



老师



我们每天在教室里学习知识。



教学建议：

1. 认识教室内的设施，熟悉教室环境。
2. 可用“找一找”或是“指一指”等游戏，学习本课内容。
3. 渗透课堂纪律要求。



找一找

学校里还有哪些具有特殊功能的教室呢？



微机教室



美术教室



舞蹈教室



音乐教室



亲子桥

老师的话

家长的话



加油哦！



3 男厕 女厕

学校是个公共场所，厕所和家里的不一样，分男厕所和女厕所。男生要去男厕，女生要去女厕。



男厕标志



女厕标志



男厕、女厕都有蹲便池。



男厕还有小便池。





我是  ，我应该进   厕所。

我们上厕所时要讲文明、讲卫生。

便后用纸擦干净



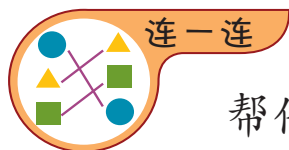
便后冲水

便后洗手



教学建议：

1. 在学生正确分辨男女厕所的基础上，让学生讨论，说出使用厕所的正确做法。
2. 详细讲解文明如厕内容，可边参观，边讲解，边练习。



帮他们找一找，该进哪个厕所？



下面图中是什么，什么时候会用到？

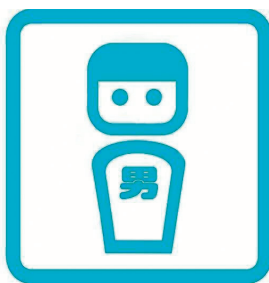
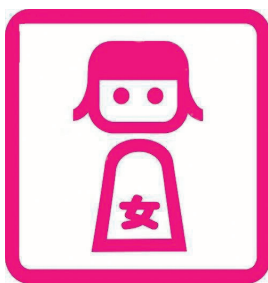
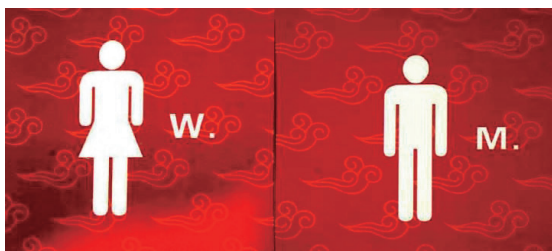




知识窗



各式各样的厕所标志

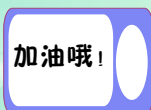


亲子桥

请家长教孩子学会在家中用正确的方法上厕所，将结果反馈给老师。

老师的话

家长的话





4 宿舍 食堂

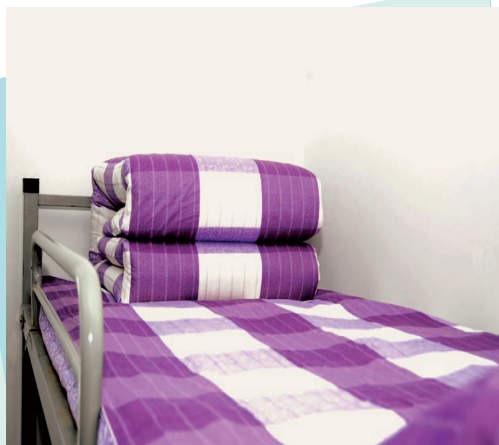
食堂是我们吃饭的地方。宿舍是我们在学校里睡觉的地方。



食堂



宿舍



床铺





在食堂里

排队进入食堂



选择饭菜



拿餐具





在宿舍里

按时就寝



整理床铺



打扫卫生



教学建议:

1. 教师可以把本校食堂、宿舍的照片打印出来,帮助学生加深印象。
2. 教师引导学生认识食堂、宿舍里分别有哪些物品,区分食堂和宿舍的不同功能。



连一连

下面的两名同学要干什么？应该在哪儿做这件事？把他们与右侧图片用线连起来。



说一说

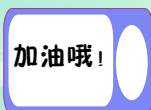
我们在食堂和宿舍的时候应该怎样做？



亲子桥

老师的话

家长的话





第二单元 学校生活

上课时应该怎么做？
在学校里，什么时间可以玩耍？
你每天上学都向老师问好吗？



通过本单元的教学，使学生知道学校学习生活的基本要求，懂得遵守纪律的重要性。



5 我的老师

我的老师和蔼可亲，他（她）教我们知识，照顾我们生活。

在框里贴一张你和老师的照片。
想一想，老师都为我们做了什么？

教学建议：

1. 教学中要抓住爱的情感线索，并使这一线索贯穿全课。
2. 行为指导时，要注意引导学生用行动表达对老师的爱。



老师带我们做游戏。

老师教我学知识。



评一评

下面的同学，谁做得对，谁做得不对？





玩一玩

同学们分组扮演一下老师和学生，互相打个招呼吧！



亲子桥

跟爸爸、妈妈一起来念儿歌。

小学生，蹦蹦跳，背书包，进学校。
看到老师问一声：“老师，您好！”
太阳见了咪咪笑，夸奖我们有礼貌！

老师的话

家长的话



加油哦！



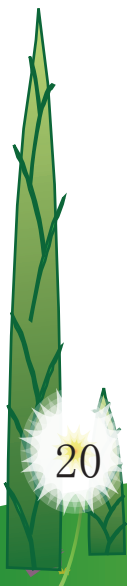
6 我的同学

我的同学每天和我一起上课、玩耍、吃饭、聊天。



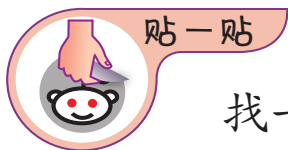
教学建议:

1. 对图片进行讲解，引导学生感受自己与同学之间的关系。
2. 通过互相介绍、共同游戏，培养学生语言表达和社会交往能力。
3. 在教学中注意渗透团结友爱等情感教育。

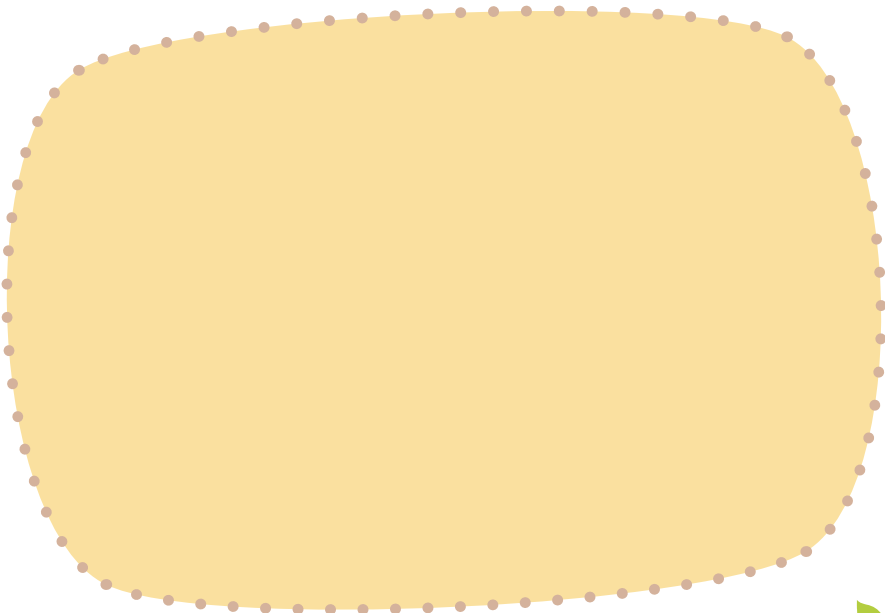




同学们一起做游戏吧！



找一张你和同学的合影，贴在下面。





说一说

你最喜欢班里哪位同学？讲一件发生在你们之间的故事吧！



玩一玩

准备一篮子玩具，听老师的指令，把篮中的玩具发给指定的同学。



亲子桥

1. 请家长与孩子在家里练习跟同学打招呼的方式。

2. 在学校或其他场所遇到孩子的同学时，家长要让孩子介绍。

老师的话

家长的话



加油哦！



7 上课 下课

上课

铃声响，进课堂，
身要直，坐稳当，
先举手，后发言，
遵守纪律受表扬。





下课



下课铃响室外走，
去完厕所洗洗手。
喝杯水来润润喉，
学习起来有劲头。

教学建议：

1. 可以通过朗朗上口的儿歌进行课堂常规教育。
2. 可以通过图片教学进行课间的常规教育。
3. 在教学时渗透下课后的安全教育。



说一说



说一说，我们上课的时候都应该怎样做？



玩一玩



同学们，下课以后，让我们到室外去放松一下吧！





找一找

下面的同学谁做得对？



亲子桥

1. 让孩子给爸爸、妈妈说说今天上课、下课都做了什么。
2. 请家长与孩子讨论上课、下课时应该做哪些事情。

老师的话

家长的话



加油哦！



8 学习用品

同学们，看看你的书包里都有哪些学习用品，让我们一起认识一下它们吧！

铅笔



文具盒



橡皮



书包



油画棒



教学建议：

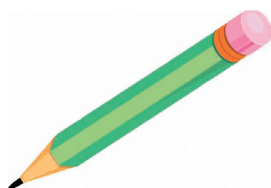
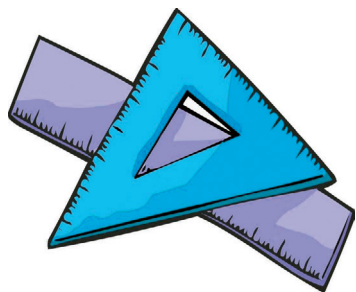
1. 教师在教学生认识学习用品的同时，要介绍它们的使用方法。例如，怎样使用橡皮、怎样整理文具盒等。
2. 教师在教学时应进行爱惜学习用品的教育，使他们养成节俭的好习惯。



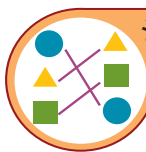
说一说



下面这些文具分别是什么？都能用来做什么？



连一连



下面右图中的哪些物品我们可以放在书包里，并把它们带到学校去？





在老师指导下，练习正确的握笔方法。



请家长每天晚上与孩子一起整理学习用品，边整理边提问，复习各种学习用品的名称。

老师的话

家长的话

