



香港四邑商工總會陳南昌紀念學校  
HKSyc&IA CHAN NAM CHONG MEMORIAL SCHOOL

由自閉症輔導老師、言語治療師、職業治療師為  
自閉症智障兒童度身訂造的生活教育AR(擴增實境)應用程式

《我的生「活」日記》是由自閉症輔導老師、言語治療師、職業治療師為自閉症智障兒童度身訂造的AR(擴增實境)應用程式。《我的生「活」日記》包含了應用程式、書本、圖卡及一個電子平台，以有趣的內容打破了時間和空間的限制，創造出貼近真實情況的模擬學習情境。

《我的生「活」日記》整合了學生一天的生活流程，從中選取了九個獨立生活技能，以AR把學生所見所感「活」起來，利用圖卡將物件配合用途並輔以相關語音，協助學生加強認知及溝通能力；運用步驟圖，配合相關句式，逐步建立溝通及生活技能。希望學生跟著AR角色一起學習，學會表達及照顧自己！

- AR工具書、圖卡
- 應用程式
- 電子平台

連繫生活·創造情境

鞏固溝通·自學自立

## 九大學習內容

刷牙、穿外套、綁鞋帶、  
男/女孩上廁所(大、小便)、  
洗碗、坐小巴、到快餐店。



《我的生「活」日記》中有私人部位的圖像，請成人正確指導小朋友使用本教材套。

# 序言

李立志校長

《我的生「活」日記》是一套運用擴增實景 (AR) 技術，輔助智障學生掌握自理及生活技能的教材。邱美虹 (2005) 認為擴增實境可作為學習輔助，她指出這種技術具備以下的特徵：

1. 讓學習內容以三維空間呈現，以促進學生對概念內容的理解；
2. 使用手持行動裝置與情境化擴增實境，可增加社會互動與合作學習的機會；
3. 透過人機互動使學生可以獲得即時性的回饋；
4. 可以藉由擴增實境將原本肉眼無法看見的物體透過模擬方式呈現。

感謝優質教育基金的資助，讓本校老師和專責人員能夠以跨專業模式合作發展這套教材。教材內容整合了一天的生活流程，透過載有九個生活情境及步驟的擴增實境課本，再配合十八張生活圖卡，可協助學生在不同實景中，透過虛擬人物的示範，學習自理及生活技能，同時也加強溝通能力的訓練。除了在學校的情境進行教學外，有了《我的生「活」日記》，家長就可讓學生在不同的處境，利用工具書的擴增實境產生學習轉移的效果，逐步鞏固學生的生活技能呢！

本校鼓勵教職員參與教育革新的嘗試，並透過分享及專業交流，不斷反思及累積經驗，讓教與學策略更加豐富，使智障學生收益。《我的生「活」日記》是應用資訊科技與智障學生教學的一個示範，我們未來會繼續探討，虛心聆聽業界的意見，希望能進一步創建有利於學習的未來教室。

# 目錄



使用步驟  
p.3



一、刷牙  
p.4



二、穿外套  
p.6



三、綁鞋帶  
p.8



四、男生去小便  
p.10



五、女生去小便  
p.12



六、大便  
p.14



七、洗碗  
p.16



八、坐小巴  
p.18



九、去快餐店點餐  
p.20



圖卡  
p.22

# 使用方法

應用程式下載方法：

**Android 取得方法** | Play Store 搜尋：我的生活日記

**iOS 取得方法** | App Store 搜尋：我的生活日記

我的生活日記

Download on the  
App Store

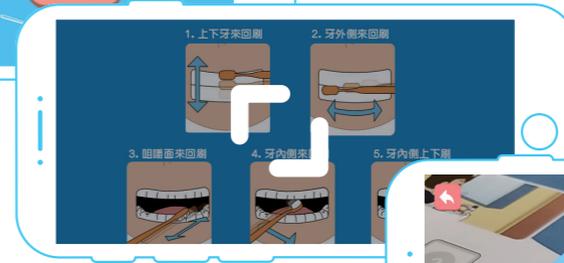
GET IT ON  
Google Play

AR 使用方法：



**步驟 1** | 打開我的生活日記 APP，選擇“互動劇場”。

**步驟 2** | 利用鏡頭對準《我的生活日記書》中的圖卡 或 教學步驟內容。



**步驟 3** | 對準後 AR 動畫便會立即出現。

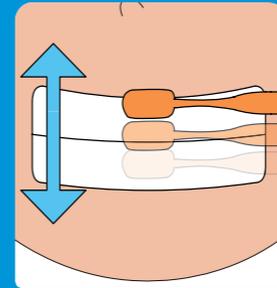
# 一、刷牙



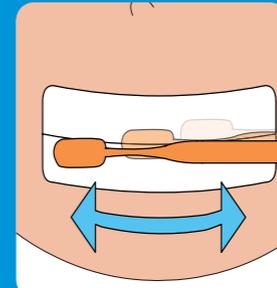
圖卡



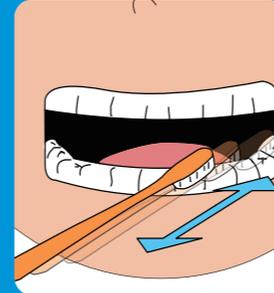
1. 上下牙來回刷



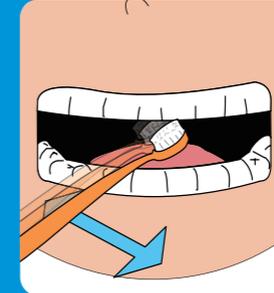
2. 牙外側來回刷



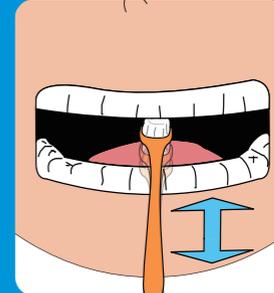
3. 咀嚼面來回刷



4. 牙內側來回刷



5. 牙內側上下刷



如果你想刷牙，  
可以點講呀？

唔該，我想刷牙。

## 二、穿外套



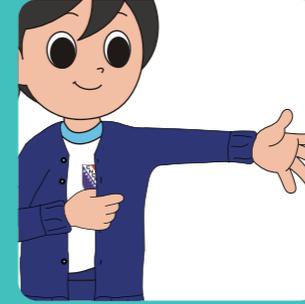
圖卡



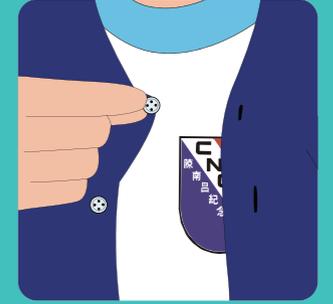
1. 右手穿入右手衣袖



2. 左手穿入左手衣袖



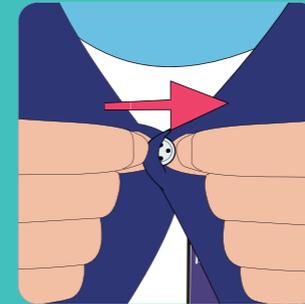
3. 用手指同食指揸住粒鈕



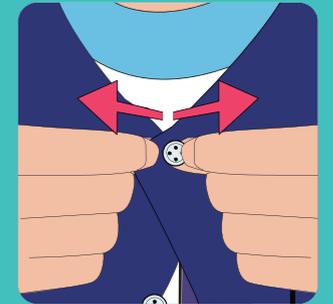
4. 另一隻手嘅手指公頂開鈕門



5. 將衫鈕推入鈕門



6. 將衫鈕由鈕門拉出



如果你要著樓，  
可以點講呀？

我覺得凍，要著樓。

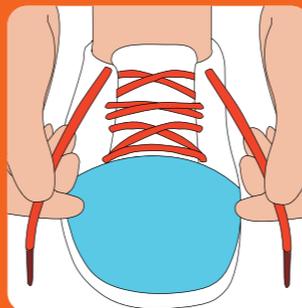
# 三、綁鞋帶



圖卡



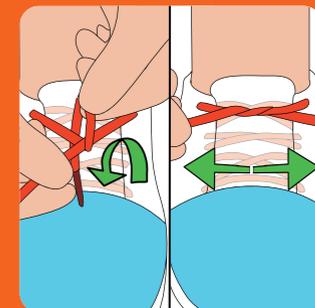
1. 拉直 2 條鞋帶



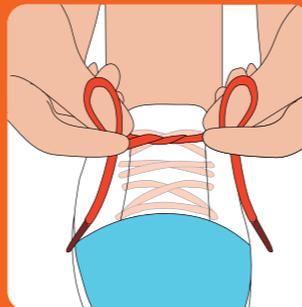
2. 2 條鞋帶打交叉



3. 1 條鞋帶捐山窿再拉緊



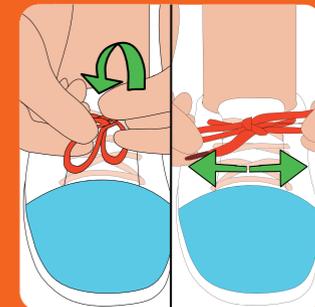
4. 整 2 隻耳仔



5. 2 隻耳仔打交差



6. 1 隻耳仔捐山窿再拉緊



如果唔識綁鞋帶，  
可以點講呀？

教我綁鞋帶。

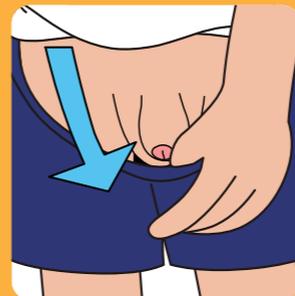
# 四、男生小便



圖卡



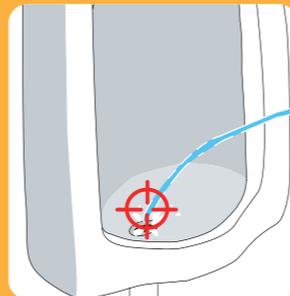
1. 拉低褲頭



2. 握住陰莖



3. 對準尿兜屙尿



4. 細細力掙乾啲尿



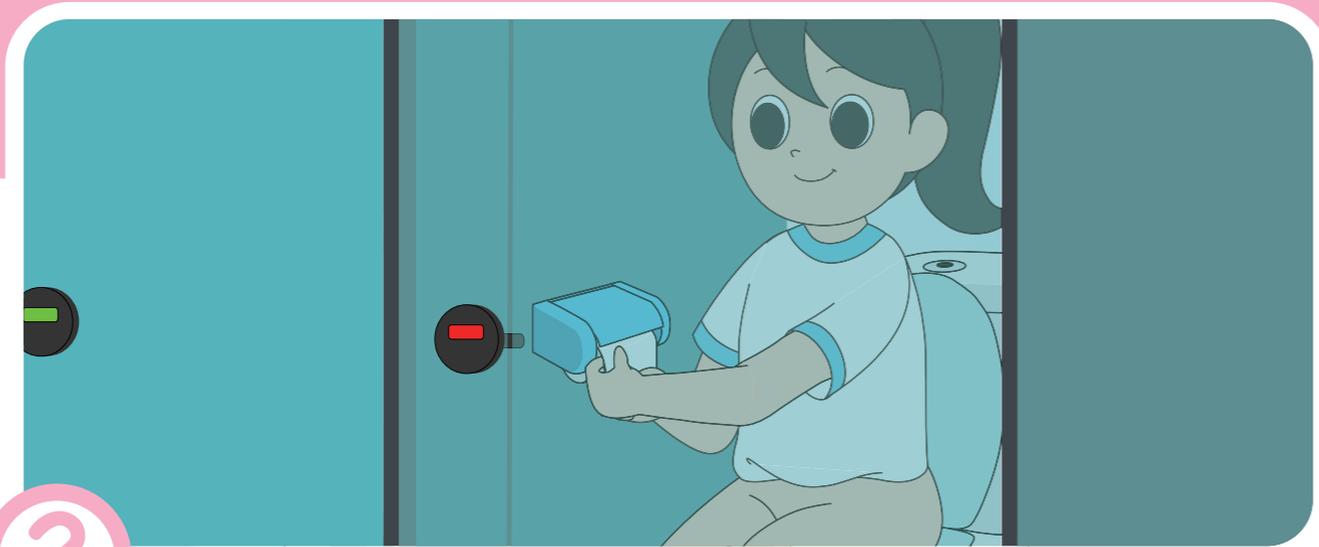
5. 著褲



如果你急尿，  
可以點講呀？

我想去廁所屙尿。

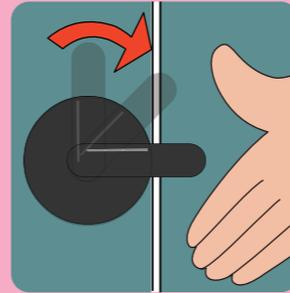
# 五、女生小便



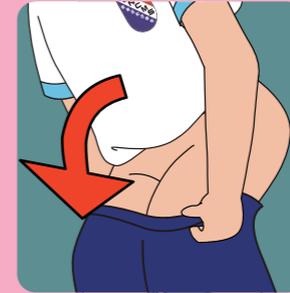
圖卡



1. 入廁所門門



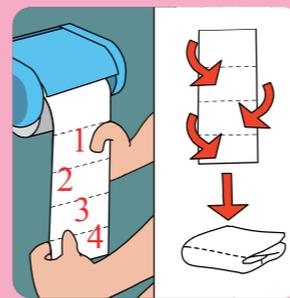
2. 除褲



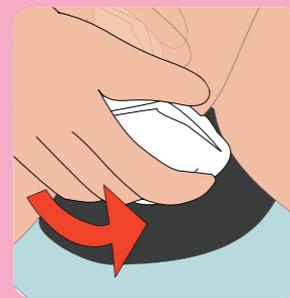
3. 坐低廁尿



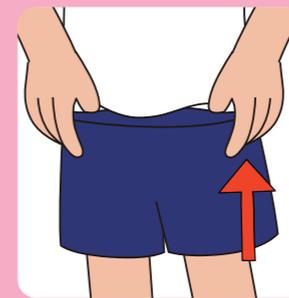
4. 攤廁紙對摺



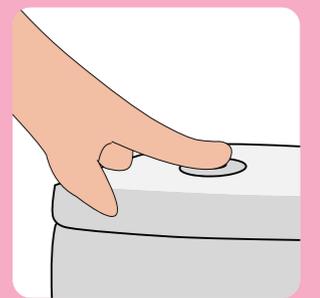
5. 用廁紙由前向後抹



6. 著褲



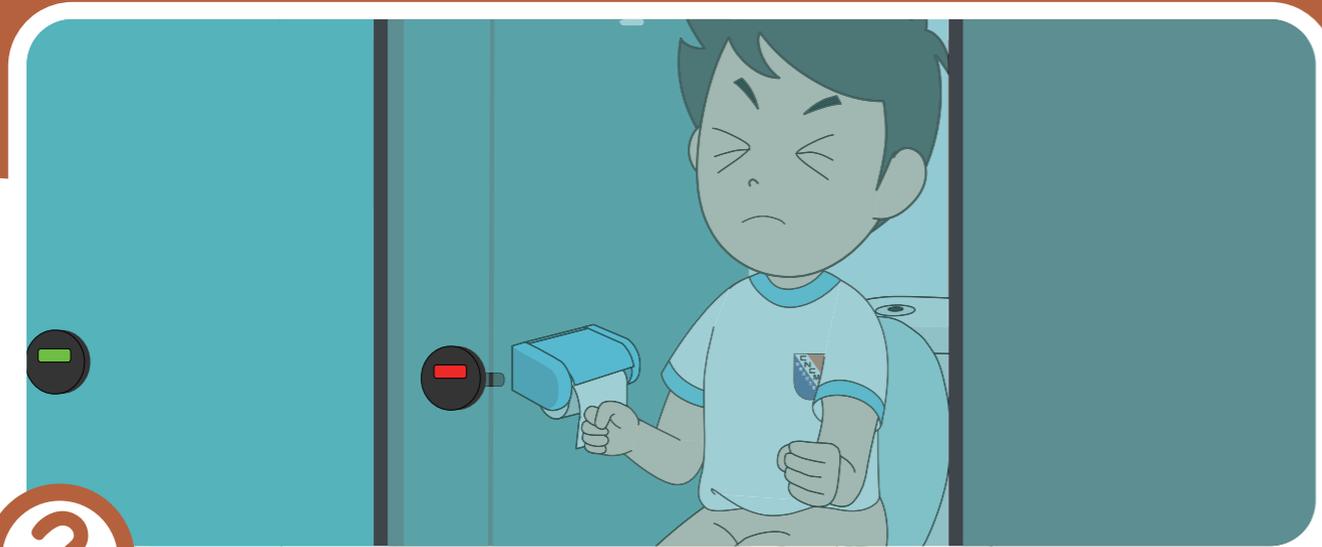
7. 沖廁



如果你急尿，  
可以點講呀？

我想去廁所廁尿。

# 六、大便

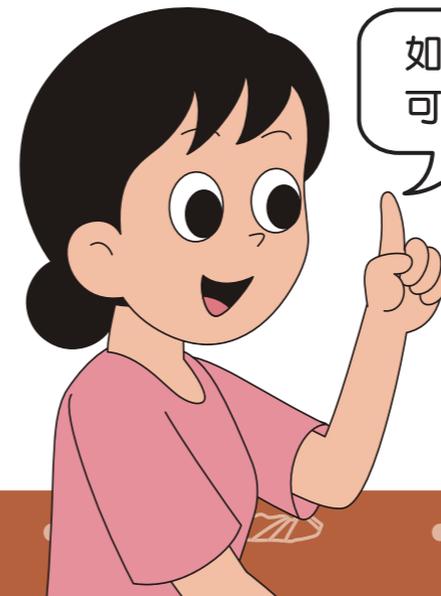


圖卡



1. 入廁所門門
2. 除褲
3. 坐低屙屎
4. 攤廁紙對摺
5. 用廁紙由前向後抹
6. 重覆用新嘅廁紙，直至新紙巾抹唔到屎 

有屎	少屎	無屎
7. 起身著褲
8. 沖廁



如果你急屎，  
可以點講呀？

我肚痛想屙屎。



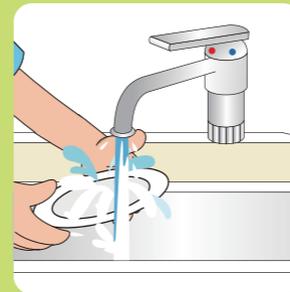
# 七、洗碗



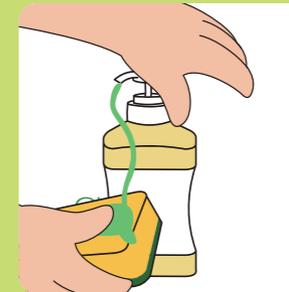
圖卡



1. 用水沖一沖碗碟



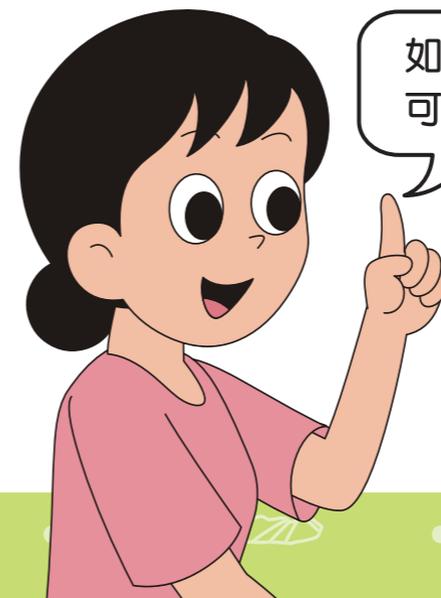
2. 腳洗潔精落海棉



3. 用海棉擦碗碟



4. 用水沖洗碗碟



如果你想洗碗，  
可以點講呀？

我想幫手洗碗。



# 八、坐小巴



圖卡



1. 喺小巴士等車



2. 上車拍八達通



3. 坐好扣安全帶



4. 到目的地前叫落車



5. 車停定除安全帶



6. 落車



如果你要落車，  
可以點講呀？

唔該有落！

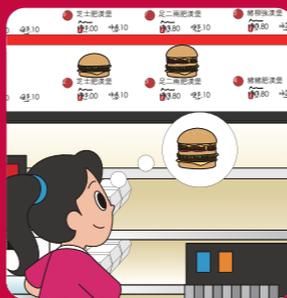
# 九、去快餐店點餐



圖卡



1. 入快餐店睇餐牌



2. 排隊



3. 同服務員講要食乜嘢



4. 俾錢



5. 行到取餐區  
留意號碼



6. 擺嘢食



7. 搵位坐好



如果你想買嘢食，  
可以點講呀？

唔該，我想要  
漢堡飽、可樂。



## 《我的生「活」日記》

**贊助單位** 優質教育基金  
**統籌學校** 香港四邑商工總會陳南昌紀念學校  
**計劃顧問** 李立志校長  
**計劃統籌** 王詠欣老師  
**計劃成員** 柳智軒主任 (老師及職業治療師)、  
梁雅芝姑娘 (言語治療師)

**製作公司** AESIR Ltd  
**出版日期** 2019年3月

版權所有 切勿翻印  
惟歡迎複印內容作教學用途

# 道具卡

