

嘉義縣國小 112 學年度校訂課程資源班第三類特殊需求領域生活管理/功能性動作訓練課程教學內容規劃表(表 11-4)

設計者：卓宜蔚

一、教材來源：☑自編 ☐編選-參考教材○○

二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：智障 2 年級 2 人，共 2 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養			課程（學年）目標
A 自主行動 特生-P-A1 具備個人生活自理能力，建立良好的生活習慣，參與家庭活動、探索個人休閒興趣，並於生活中開始生涯覺知與探索，對自身事務展現尋求協助、表達想法、選擇與決定的行為。 特功-A1 發展並強化功能性動作技能及肢體活動能力，以建立生活基本能力，健全身體素質。	B 溝通互動 特生-P-B1 具備辨別、理解及使用生活自理相關符號之能力，促進對日常生活事務的理解以增加生活適應能力。同時透過表達自我需求、感覺、想法或尋求協助等策略，促使彼此理解與溝通，並提升參與各項事務的機會。	C 社會參與 特生-P-C1 理解與遵守個人生活自理之規範與禮儀，並展現自我管理、自我調整的能力，以增加責任感與團體意識。	1. 能透過肢體動作訓練，融入相關專業治療建議，強化肢體活動能力，以增進學習活動參與，發展健全身心。 2. 發展並運用功能性動作技能，透過體驗與實踐，因應並解決生活中的各種狀況，以促進生活參與及生活獨立。 3. 培養個人日常生活飲食、穿著、沐浴、行動與購物等基礎事務處理的能力，選擇並建立良好生活習慣，以維持身心健康。 4. 養成個人或居家環境清潔與安全維護、參與休閒活動等居家生活處理的能力，並維持適當的家庭關係。

五、本學期課程內涵：第一學期評量

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-3 週	主題一、我會自己來	特生 4-sP-4 能解決日常生活的問題。	特生 L-sP-3 簡易生活問題的解決策略。	1. 能自己整理書包	單元 1-1認識聯絡簿使用方式 1-2練習完成作業之後能在聯絡簿打勾確認 1-3練習看聯絡簿完成學校交辦事項、整理學用具 單元 2-1 練習看班級日課表 2-2 練習對照日課表準備課本、整理書包	1. 以問答方式評量聯絡簿及日課表判讀 2. 聯絡簿及日課表使用情況以觀察及實作方式評量。 3. 以檢核表評估每天書包整理情況
第 4-7 週	主題二、我是衛生小尖兵	特生 1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理。 特生 1-sP-14精熟如廁技巧，如攜帶衛生紙、穿脫褲子、擦拭、沖水、洗手等。	特生 A-sP-7 餐前準備與餐後收拾的技巧。 特生 C-sP-1 如廁技巧。 特生 C-sP-個人清潔。	2. 能有良好的衛生習慣	單元 1-1 能飯前洗手、維持水槽的整潔 1-2 練習「內外夾弓大立腕」的洗手七步驟 單元 2-1 能表現適當的用餐姿勢、拿取適量飲食、口含食物不交談 2-2 處理剩菜剩飯、擦拭桌面、收拾餐具 2-3 工作分析洗碗步驟並實際練習 單元 3-1 練習表達如廁需求、認識學校廁所位置、辨識男女符號 3-2 練習使用蹲或坐式廁所、練習如廁後清潔(擦私處和屁股) 3-3 整理自身儀容	1. 以觀察及實作方式評估洗手七步驟。 2. 以檢核表(導師協助)評估餐後整理情況。 3. 以問答方式評估廁所位置、男女符號。 4. 以觀察方式評估衛生習慣
第 8-11 週	主題三、我是運動高手	特功2-6 具備手與手臂使用技能。 特功2-9 具備動作計畫技能。 特功3-2 參與學習活動。	特功 E-12 雙腳或單腳的原地跳。 特功 E-15 攀爬。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 H-3 拇指合併其他手指及手掌的抓握。 特功 H-8 單手連續撿起小物並	3. 能增加粗大動作能力	單元 1-練習【五循環運動】 *每堂課前帶領學生進行以下【五循環運動】。 (1)大 1 開合跳。 雙手雙腳開合跳。 (2)眼明手快。 坐在大球上對球丟拍氣球，不讓氣球掉	1. 以觀察及實作方式評估學生是否能完成各項動作。 2. 用競賽方式達到目標精熟。

			移至掌心。 特功 H-10 單手連續把掌心小物移至手指處放掉。 特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。 特功 J-5 序列性動作的執行。 特功 J-6 個別需求之動作執行與整合。		落。 (3)撐地大力士。 雙手撐地，雙腳高踩牆壁。 (4)地墊烤熱狗。 躺在地墊上，左右翻滾。 (5)衝刺風火輪。 運用滑板，利用手或腳像前後移動。 單元 2-【模仿動物】 (1)大熊傳球。 四肢著地，將地上的小物放入指定位置。 (2)大熊走路。 四肢著地繞指定範圍走一圈。 (3)烏龜翻肚。 四肢朝上撐住枕頭。 (4)蜘蛛漫步。 正面朝上，四肢著地繞指定範圍一圈 (5)小牛拉車。 雙腳跨在椅子上，用雙手撐地。 單元 3-我最厲害 共同挑選六樣活動進行兩人競賽	
第 12-16 週	主題四、我會動手做	特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。	特功 H-4 前三指指腹的抓握。 特功 H-5 拇指及食指尖的撿拾 特功 I-10 紙張的對摺及摺痕的壓捏。 特功 I-11 剪直線或曲線。	4. 能增加手部精細動作能力	單元 1-摺紙小高手 按照摺紙步驟摺出圖案。 單元 2-撕貼畫。 將色紙撕成碎片，並黏貼成圖案。 單元 3-聖誕節卡片 結合撕貼畫與摺紙作品製作聖誕卡片。	1. 以觀察和實作方式評量學生摺紙能力 2. 以觀察和實作方式評量撕貼能力
第 17-19 週	主題五、我會自我保護	特生 3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。	特生 G-sA-3 意外事件的處理。	5. 發生意外時能尋求協助	單元 1-1 能認識身體各部位、器官 1-2 能表達身體不適 單元 2-1 能知道容易發生意外的場所及情境 2-2 能避免校園意外發生 單元 3-1 如遭遇意外能知道自己可以怎麼處理 3-2 如遭遇意外能知道可以向誰求助 3-3 能知道意外的緊急應變方式	1. 以問答方式評估學生是否能認識身體各部位、器官 2. 以實際演練方式評量表達身體不適、意外處理的能力。
第 20-21 週	期末同樂會	檢核本學期學習表現	檢核本學期學習內容	檢核本學期學習目標	單元 1-期末同樂會 透過同樂會吃吃喝喝玩遊戲活動，複習本學期餐前衛生、餐後整理及肢體動作活動。 單元 2-規律運動不能停 製作寒假運動表格:利用照片或文字書寫規劃個人寒假體能活動。	1. 以觀察及實作方式評量本學期所學知各項技巧。 2. 以實作方式評估寒假活動規劃能力。

第二學期

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1 週	主題一、分享寒假趣事	特生 4-sP-2 具備日常生活中做決定的能力。	特生 K-sA-1 社區資源與設施的運用。 特生 L-sA-4 自我回饋。 特生 L-sP-2 生活事務作決定的策略。	1. 能分享生活的趣事	單元1 向學生說明本學期的課程主題 單元 2 讓學生分享寒假在家裡做的運動或者做了哪些家事(或其他活動)	1. 以問答及觀察方式評估學生表達能力
第 2-5 週	主題二、家事小幫手	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 2-sP-7 正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。	特生 F-sP-3 清掃工作的技能。 特生 F-sP-4 垃圾分類與資源回收。	2. 能做簡單的家事工作	單元 1-1 說明清潔意義 1-2介紹清潔用具 1-3講解清潔的方法(掃地、拖地) 1-4 練習使用打掃工具來清潔 單元 2-1 分類可回收與不可回收垃圾 2-2 不可回收垃圾打包、丟棄(介紹垃圾車) 2-3 可回收垃圾分類練習	1. 以問答方式評估是否認識清潔工具 2. 以觀察和實作評估家事能力
第 6-9 週	主題三、運動我最棒	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。 特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	特功 A-1 左/右上肢的關節活動 特功 A-2 左/右下肢的關節活動 特功 A-3 軀幹的關節活動。 特功 G -1 伸手及物。 特功 G -3 伸手取物。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 B-10 單腳站姿勢的維持。 特功 F-4 踢球。	3. 能增加粗大動作能力	單元 1-籃球高手 (1)原地單手拍球 10 下以上 (2)換手拍球 10 下以上 (3)拍球前進 3 公尺以上 (4)將球投進籃子內 單元 2-丟接球 (1)丟球的動作練習。 (2)丟出、接住從正前方滾的球。 (3)丟出、接住從不同方向滾來的球。 (4)用大小球推倒瓶子、等物品。 (5)將大小球推至指定位置。 (6)個人挑戰賽 單元 3-足球小將 (1)能單腳將球踩住，靜止不動 10 秒鐘 (2)將球踢進球門 (3)將球踢傳給他人 (4)能利用腳停住他人的傳球 (5)能兩人來回傳球 3 次以上	1. 以觀察和實作方式評估各項動作能力
第 10-13 週	主題四、母親節快樂	特功2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。	特功 H-4 前三指指腹的抓握。 特功 H-5 拇指及食指尖的撿拾 特功 I-10 紙張的對摺及摺痕的壓捏。 特功 I-11 剪直線或曲線。 特功 J-2 複雜或連續二個以上動作的模仿。 特功 J-5 序列性動作的執行	4. 能增加手部精細動作能力	單元 1-母親節卡片 透過直尺描線、剪紙、拼貼、著色等技巧完成母親節卡片設計。 單元 2-拼豆 完成拼豆鑰匙圈，增加手部精細動作能力。	1. 以觀察和實作方式評估各項手部精細動作能力
第 14-18 週	主題五、家事體能樣樣行	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-5 具備舉起與移動物品技能。 特功 2-6 具備手與手臂使用技能。	特功A-1 左/右上肢的關節活動 特功A-2 左/右下肢的關節活動 特功F-1 物品的舉起或放下。 特功G-5 物品的拋丟或接住。 特功E-17 繞過障礙物。	5. 能遵守遊戲規則	常態暖身(每節課程開始進行) 1. 開合跳30下 2. 操場跑一圈、走一圈 活動一：籃球高手 1. 換手拍球，學生使用兩手輪流在指定的框框內拍球，在時限內拍球數	1. 以觀察和實作方式評估是否能聽懂遊戲規則 2. 以觀察和實作評估是否能完成各項動作能力 3. 以競賽方式達到目標精熟

		特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。 特功 2-4 具備移動技能。	特功E-14 雙腳或單腳的連續前跳。 特功I-2 換手持物。 特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。		較多者勝。 2. 拍球走直線，學生使用慣用手拍球直線前進直到終點線，先到達者勝。 3. 將球投進籃子內，五次機會，投進球數多者勝。 活動二：深蹲擦窗戶 1. 和學生說明擦窗戶的方式，以及活動的規則，並讓學生逐一練習。 2. 學生要先擰乾抹布 3. 自行選擇欲擦拭範圍，並利用靜態深蹲方式擦拭除櫥窗玻璃或矮牆。 活動三：競速拖地 1. 和學生說明拖地的方式，以及活動的規則，並讓學生逐一練習。 2. 教師在地板上用粉筆塗上愈拖地的範圍做為賽道，學生必須使用正確的拖地技巧來將地板的塗鴉清除，最快並且拖得最乾淨者獲勝。 活動四：蹲走神射手 1. 每個人要用抽籤的方式決定裝道具的容器。 2. 學生用蹲走的方式越過障礙物，路途要撿拾射擊用的道具。 3. 在射擊範圍內用手中的道具進行射擊(以滾球的方式擊中目標物)，得分高者獲勝。	
第 19-20 週	主題六、運動不間斷	特生 4-sP-3 能自行設定目標。	特生 L-sP-1 自我目標的設定。	6. 能規劃暑假休閒活動	單元 1-1 討論暑假可以進行的休閒活動(2 個) 由老師提供幾個方案，如：跳繩、拍球、超慢跑、捏軟式球等。 1-2 針對挑選出來的休閒活動進行練習 單元 2-規律運動不能停 製作暑假運動表格:利用照片或文字書寫規劃個人暑假體能活動。	1. 以觀察方式評估是否能參與討論 2. 以實作方式評估是否能完成規畫表

