

110 學年度嘉義縣蒜頭國民小學特殊教育集中式特教班第一二學期特殊需求領域功能性動作訓練課程 教學計畫表 設計者： 侯翠芬

一、教材來源：■自編 □編選

二、本領域每週學習節數： 1 節

三、教學對象：智障五年級 1 人、智障三年級 2 人、自閉症三年級 1 人、智障二年級 1 人、智障一年級 1 人共 6 人 四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
<p>A 自主行動</p> <p>特功-A2 具備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。</p> <p>特功-A3 具備並善用功能性動作技能，透過規劃與執行，有效處理並解決以因應日常生活中新的改變或挑戰，以積極參與生活，提升生活適應力。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能學會跑步或快走的動作技能增強下肢肌力 2. 提手部精細動作能串珠或鑷子夾物 3. 能用單腳踢球並保持身體平衡 4. 學會丟接球的動作技能以提升手眼協調能力 5 能用正確的姿勢原地跳躍或向前跳躍 6. 會描畫線條、著色塗鴉或用剪刀依形狀、圖形剪下來

五、本學期課程內涵：第一學期

教學進度	單元名稱	學習表現	學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-7 週	增強下肢肌力	特功 3-1 參與生活作息	特功 E-11 跑步。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 會做出快步走的動作技巧 2. 會做出慢跑的動作技巧 3. 會以快步走的方式連續走完 50-100 公尺的距離 4. 會以慢跑的方式連續跑完 50-100 公尺 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 指導學生在運動前做好暖身的動作運用以預防運動傷害。 2. 練習快步走的基本動作與四肢擺動技巧，讓學生以快步走的方式沿著跑道或操場快走。 3. 練習慢跑的基本動作與四肢擺動技巧會以慢跑的方式沿著跑道或操場慢跑。 4. 帶著學生每天快步走或慢跑的習慣增進個人體適能。 	<p>實作評量：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 快走或慢跑時，雙手可以做出正確的來回擺動技巧 2. 可以用快步走或慢跑的方式連續完成 50-100 公尺的距離 3. 願意每天進行慢跑或快步走的活動
第 8-14 週	增強手部精細動作	特功 2-7 具備手部精細操作技能。	特功 I-8 串珠子。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能用細竹棒穿珠或花片 2. 能用軟繩穿珠或花片 3. 能仿照「紅--藍」型穿兩粒珠子至少三個循環以上 4. 能單手用鑷子夾起一立方公分大小的積木 5. 能在一分鐘內夾起 5-10 個 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 指導學生用細竹棒穿珠、硬繩及軟繩來穿珠或穿花片、訓練手部肌力並培養耐心與專注力，完成規定數量後再休息。 2. 能仿照「紅--藍」顏色或「紅--藍--黃」顏色串珠子、至少完成三至五個循環以上。 	<p>實作評量：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 可以用竹棒或軟繩來串珠或串花片 2. 可以依照指示完成串珠或串花片的數量或樣式 3. 可以在時間內自己完

				一立方公分大小的積木	3. 熟練穿珠的動作技巧並在規定時間內完成一條簡易的穿珠項鍊。 4. 練習並熟練拿鑷子夾物的動作技巧	成串珠項鍊 4. 可以用鑷子夾起一立方公分大小的積木或在一分鐘內完成5-10個小積木
第 15-21 週	保持平衡	特功 3-2 參與學習活動	特功 F-4 踢球	1. 能用單腳踢出靜止或滾動的球的球 2. 能用足底停球 3. 能用踢球的方式傳球給別人	1. 指導學生用單腳踢球的基本動作及技巧，確實踢出靜止或滾動的球，並且可以維持身體的平衡。 2. 練習將足球踢到 2-5 公尺的目標處。 3. 指導用足底停球的基本動作及技巧，接球後並可以保持身體平衡。 4. 透過活動安排學生兩兩一組用踢球的方式傳球給別人。	實作評量： 1. 可以做出單腳踢球的動作並保持身體平衡 2. 可以做出足底停球的動作並保持身體平衡 3. 願意和同學一起玩踢球傳球的活動

第二學期

教學進度	單元名稱	學習表現	學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-7 週	丟接球	特功 3-2 參與學習活動	特功 G-5 物品的拋丟或接住。	1. 能用單手將球擲中一到二公尺遠的目標物 2. 能用單雙手將球投進一到二公尺遠的籃框內 3. 能接住一到二公尺丟過來的大球	1. 教導用單手擲球的動作技巧，使用正確的姿勢將球擲出，練習將球擲中 1-2 公尺遠的目標物。 2. 教導用單手或雙手拋球的動作技巧，練習用單或雙手將球投進 1-2 公尺遠的籃框內。 3. 教導用雙手擲球接球的動作技巧，練習接住 1-2 公尺丟過來的球 4. 與同學兩兩一組，一起玩丟接球遊戲。	實作評量： 1. 可以做出單手擲球的動作並打中 1-2 公尺遠的目標物。 2. 可以做出雙手拋球的動作並將球投進 1-2 公尺遠的籃框內或目標處。 3. 可以用雙手接住 1-2 公尺丟過來的大球 4. 願意和同學一起玩丟接球的遊戲
第 8-14 週	向前跳	特功 3-2 參與學習活動	特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。	1. 能把雙腳併攏，膝蓋彎曲，用力向前跳 2. 能在原地連續跳躍五-十下並保持身體平衡 3. 能在連續往前跳躍三-五下並保持身體平衡	1. 指導學生用雙腳併攏原地跳或用力向前跳的動作技巧。 2. 練習雙腳併攏原地連續跳躍或連續向前跳躍並可以保持身體的平衡。 3. 練習用雙腳跳躍障礙物並可以保持身體平衡。	實作評量： 1. 可以做出雙腳或單腳原地連續跳 3-5 下並保持身體平衡 2. 可以做出雙腳或單腳原地連續向前跳 3-5 下

				4. 能雙腳跳躍 10-20 公分的障礙物並保持身體平衡		並保持身體平衡 3. 可以用雙腳或單腳跳過 10-20 公分的障礙物並保持身體平衡
第 15-21 週	強化手部精細動作	特功 2-7 具備手部精細操作技能。	特功 I-9 前三指正確握筆。 特功 I-13 直線或曲線的描畫。 特功 I-11 剪直線或曲線。	1. 會正確握筆並沿著直線、曲線做描畫的動作 2. 會用正確的姿勢掌握剪刀 3. 會握著剪刀沿著直線剪開 4. 會適當的轉動紙張剪出三角形的圖形 5. 會適當的轉動紙張剪出方形的圖形	1 練習描線練習、能依圖案的線條輪廓描繪。 2. 指導著色技巧，用彩色筆在圖形或圖案範圍內塗滿，訓練手部小肌肉動作與工作耐心。 3. 練習手握剪刀先沿著直線、取線剪、培養專注力與注意使用工具應注意的安全。 4. 指導適當的轉動紙張剪出三角形、方形或圓形的的技巧、培養耐心的工作態度。	實作評量： 1. 可以正確握筆沿著直線、曲線做描畫的動作 2. 可以正確握筆在圖形或圖案範圍內塗滿 3. 會用正確的姿勢掌握剪刀沿著直線剪開或剪出三角形的圖形、正方形或其他不規則形狀