

嘉義縣朴子市大同國小 111 學年度校訂課程集中式特教班第三類特殊需求領域功能性動作訓練課程教學內容規劃表(表 12-5)

設計者：徐元彬

一、教材來源：自編 編選-參考國小健體領域教材與網路資源

二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：自閉症 5 年級 1 人、自閉症 2 年級 1 人、智能障礙 2 年級 3 人、自閉症 1 年級 1 人、智能障礙 1 年級 1 人共 7 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-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。</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>			<p>* (二年級、五年級學生) 個別目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 能以肢體與軀幹關節進行活動進行組合活動 能雙腳向前跳至指定的位置 能穩定移動並維持身體固定的姿勢 能運用手指功能完成指定活動 能連續翻身至指定位置 能主動參與學習活動。 能用手持物拋擲往指定位置 依在協助下進行連續動作的模仿 <p>* 低年級學生(一年級或自閉症學生) 個別目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 能以肢體與軀幹關節進行活動 能以雙腳向前跳至指定的位置 能穩定維持身體固定的姿勢 能運用手指進行精細動作 能在協助下參與學習活動。 能用手持物拋擲往指定位置 能依指令或協助進行簡單動作模仿

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 1-4 週	班級成員一起來運動 1	<p>特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力</p> <p>特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。</p> <p>特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。</p>	<p>特功 A-1 左/右上肢的關節活動。</p> <p>特功 A-2 左/右下肢的關節活動。</p> <p>特功 A-3 軀幹的關節活動。</p> <p>特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持</p>	<ol style="list-style-type: none"> 能進行上下肢與軀幹關節的動作。 能完成雙手同時伸直的動作(上、前、左右)。 能完成雙手與軀幹關節的動作。 <p>1. 能提升四肢與軀幹的靈活度。</p> <p>2. 能增強轉變身體姿勢的能力。</p> <p>3. 能增進身體移位與移動的能力。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 能跟著教師的動作示範進行四肢與軀幹的姿勢與關節動作 依照口令節奏進行活動的進行 能在教師示範後進行伸展操的分解動作操作 	<p>實作評量：</p> <p>低年級(一年級)</p> <p>低年級(二年級)與高年級</p> <ol style="list-style-type: none"> 能運用肢體操作(90 度或平舉)並搭配軀體關節的活動。 能維持身體動固定的姿勢(指定的時間內)。 能在協助下連續進行兩個動作不同。(低年級) 能進連續進行三個動作。(二年級、高年級)

第 5-8 週	班級成員一起來運動 2	<p>特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力</p> <p>特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。</p> <p>特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。</p> <p>特功 2-6 具備手與手臂使用技能。</p>	<p>特功 I-1 左、右上肢的關節活動。</p> <p>特功 I-2 左、右下肢的關節活動。</p> <p>特功 I-3 軀幹的關節活動。</p> <p>特功 X-3 指令下簡單或一動作的執行。</p>	<p>1. 能進行上下肢與軀幹關節的動作。</p> <p>2. 能完成雙手同時伸直的動作(上、前、左右)。</p> <p>3. 能完成雙手與軀幹關節的動作。</p>	<p>1. 能跟著教師的動作示範進行伸展操的動作 (體育課的暖身操)</p> <p>2 練習健康操的分解動作 (一年級)主要的上肢或下肢動作並在提示下變換動作 (二年級五年級)上下肢的協調動作與觀看影片或示範即時變換動作</p>	<p>實作評量：</p> <p>低年級(一年級)</p> <p>3. 能在協助下連續進行兩個不同動作。 依據影片進行單一動作(手部或腳部動作)</p> <p>低年級(二年級) 高年級(五年級)</p> <p>1. 能運用肢體操作(90 度或平舉)並搭配軀體關節的活動。</p> <p>2. 能維持身體動固定的姿勢(指定的時間內)。</p> <p>4. 依據影片進行連續動作與動作變換。</p>
第 9-12 週	設計大師(撕貼畫)	<p>特功 2-7 具備手部精細操作技能。</p> <p>特功 2-9 具備動作計畫技能</p> <p>特功 3-2 參與學習活動。</p>	<p>特功 H-5 拇指及食指尖的檢拾。</p> <p>特功 I-10 紙張的對摺及摺痕的壓捏。</p> <p>特功 I-17 文具及學習材料的使用。</p>	<p>低年級(一年級)</p> <p>1 能以雙手手指依照摺痕撕下紙片</p> <p>2 能以手指檢拾紙片並正確黏貼</p> <p>低年級(二年級)五年級</p> <p>1 能以雙手手指依照線條撕下紙片</p> <p>2 能以手指檢拾紙片塗上膠水並正確黏貼</p>	<p>1 依照教師示範沿著色紙折痕按壓後撕下正方形與三角形。 (高年級:依照色紙上的的線條按下後在撕下小紙片)</p> <p>2 依照教師示範在指定的範圍內塗上膠水或口紅膠，依序再將紙片黏上。</p> <p>3. 將各色紙片黏貼在指定的位置(完成一份作品)</p>	<p>實作評量：</p> <p>低年級(一年級)</p> <p>1. 沿著色紙折痕撕下正方形與三角形。</p> <p>2. 在指定的範圍內塗上膠水或口紅膠再將紙片黏上。</p> <p>3. 將各色紙片黏貼在指定的位置(完成一份作品)</p> <p>(二年級、五年級)</p> <p>1. 能沿著色紙的線條撕下小紙片。</p> <p>2. 在紙片背面塗上膠水或口紅膠在將紙片黏貼在指定位置上。</p> <p>3. 依照圖片的範本將撕貼後的各個色紙片黏貼在正確位置(完成一份作品)</p>
第 13-16 週	地板運動	<p>特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。</p>	<p>特功 E-1 連續翻身。</p> <p>特功 E-2 腹部貼地的匍匐前進</p> <p>特功 E-3 腹部離地以手和膝蓋的爬行</p>	<p>1 能在地板上做出連續滾翻的動作。</p> <p>2 能在不同高度的平面做出連續滾翻的動作。</p> <p>3 能做出四足跪姿往前爬行的動作。</p> <p>4 能將腹部貼地做出匍匐前進的動作。</p>	<p>平面翻滾：老師先示範動作。請學生在平面地板上連續翻滾指定圈數。</p> <p>2 種平面高度翻滾：老師先示範動作。請學生能平面地板與約 5 公分高地墊上翻滾指定。練習翻滾(平面與 2 種高度平面)</p> <p>3. 地板四足跪爬行前進：老師先示範動作。請學生以腹部貼地做出匍匐前進的動作，通過以長竿和塑膠磚架設而成的障礙物(離地約 50 公分)。</p> <p>能順利通過各種障礙物。</p>	<p>實作評量</p> <p>低年級(一年級)</p> <p>能在地板上翻滾 3 圈。</p> <p>能腹部貼地匍匐連續前進 3 公尺。</p> <p>能以四足跪姿爬行 3 公尺。</p> <p>二年級、五年級</p> <p>能在地板上連續翻滾 3 圈。</p> <p>能腹部貼地匍匐連續前進 5 公尺。</p> <p>能以四足跪姿連續爬行 5 公尺。</p>

第 17-21 週	向前用力跳	特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。 特功 E-14 雙腳或單腳的連續前跳。	能雙腳的向前跳(直線 3 公尺)。 2. 能雙腳依現段前進(兩段直線約 5 公尺)。	1. 暖身活動:下肢關節暖身與拉筋運動。 2. 影片欣賞:老師播放袋鼠跳躍影片,請學生模仿動作。 3. 雙腳向前跳:使用敏捷梯練習雙實作評量 1. 能雙腳向前跳,一次跳一格。 3 特功 E-14 雙腳或單腳的連續前跳。特功 E-17 繞過障礙物。 3. 能雙腳的連續向前跳 4. 能單腳的連續向前跳 5. 跳躍時能繞過障礙物 且不會跌倒或撞倒障礙物。 腳	實作評量 低年級(一年級) 雙手扶呼拉圈直線連續往前跳 二年級、五年級 雙手扶呼拉圈經由直線或不規則線段線連續往前跳
-----------	-------	------------------------------------	---	---	---	--

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 1-5 週	有氧運動高手	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力 特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。	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。	1. 能進行上下肢與軀幹關節的動作。 2. 能完成雙手同時伸直的動作(上、前、左右)。 3. 能完成單手與身體側彎的動作。	※觀看影片進行低強度有氧運動與拳擊有氧運動 1. 說明身體軀幹前後左右(彎曲)活動。 (站姿伸展運動-雙手上舉、軀幹左右彎曲) 2. 說明上肢與下肢的關節活動(擺動彎曲平舉)。 (有氧運動-左右手舉物動作、左右腳抬舉動作) 3. 介紹維持身體姿勢不變方法(維持指定時間)。 4. 練習軀幹關節、上下肢關節運動。 5. 練習維持指定的身體姿勢。	實作評量 ◎低年級(一年級) 1. 能運用肢體操作(90 度或平舉)並搭配軀體關節的活動。 2. 手腳肢體能活動正確的的位置(模仿或個別練習)。 3. 能在協助下連續進行兩個動作不同。 ◎二年級、五年級 4. 能進連續進行肢體變換動作。(二、五年級)
第 6-10 週	一起來玩球	特功 2-5 具備攜帶與移動物品技能。 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 3-2 參與學習活動	特功 F-3 物品的踢或推。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 J-1 簡單或單一動作的模仿	1. 能使用雙手將球推向指定方向 2. 能使用慣用手將球拋向前方 3. 能將前方拋來的球用手接住 4. 能依指令進行球類的拋接活動	活動:拋接、傳球 器具:躲避球/刺刺球/黏盤球/海綿球 1 雙手推瑜珈大球 2 雙手推小球往前或指定方向 3 單手將絨布球丟到指定位置 4 將黏黏球都到對面同學的方向	實作評量 低年級(一年級) 1 依照教師協助與示範進行各項球類動作(推拋) 2 與同儕能合作進行學習學動 二年級、五年級 1. 與同儕進行指定活動 2. 注意活動中的安全 3. 在活動能依照教師至是並中保持專注
第 11-15 週	平衡高手	特功 2-1 具備維持身體姿勢技能 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能 特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特	特功 A-2 左/右下肢的關節活動 特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持 特功 B-8 站姿的維持。 特功 E-8 單一階的踏上或踏下 特功 J-1 簡單或單一動作的模仿	1. 能在示範後進行室內指定路線行動 2. 在協助下能正確做出上、下平衡木以及行走的動作。 能在平衡木上行走並保持平衡 3. 能在協助下踩在同材質的器具上前進並保持平衡(軟質與硬質)	1. 進行伸展運動 2. 進行地面平衡動作練習雙腳交互前進(踩踏腳掌貼片前進、走地面直線與線段) 3 進行上、下平衡木動作 4 進行平衡木上前進動作(一年級雙腳各踩左右兩側平衡木前進)	實作評量 低年級(一年級) 1. 能跨越障礙物。 2. 能連續跨越障礙物直線前進。 二年級、五年級 1. 能跨越不同高度的障礙物。

		功 3-2 參與學習活動。			(二年級與五年級採平衡木左右腳交互前進)	2. 能連續跨越障礙物前進(非直線路線)。
第 16-21 週	跨越障礙 (障礙、登山高手)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-4 具備移動技能。	特功 B-3 手掌支撐下俯臥姿勢的維持。 特功 E-5 室內行走。 特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。	1 能依照指示正確雙腳移動。 2 能保持軀幹穩定前進。 3 能以四肢撐地移動前進。	斜坡道/形狀顏色貼片/手掌 腳掌防滑貼 1 地墊貼上不同形狀或顏色的貼紙(正方形三角形圓形星形)依照抽到的卡片依序由起點走到終點 2 依照地板黏貼手掌或腳掌的防滑貼片(已手腳輪流前進或四足行走前進) 2 斜坡道上黏貼手掌與腳掌的防滑貼片(由下往上以行走或四足行走)	實作評量 低年級(一年級) 在協助提示下完成各種要求條件的活動 二年級、五年級 在部分提示下完成各種要求條件的活動

