

嘉義縣東榮國小 111 學年度校訂課程資源班特 A 組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：李燕芳

一、教材來源：■自編 □編選-參考教材○○

二、本領域每週學習節數：外加 2 節

三、教學對象：情障 6 年級 1 人、學障 4 年級 1 人、自閉症 3 年級 1 人、學障 2 年級 1 人、智障 2 年級 1 人、語障 2 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
A 自主行動 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。 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。 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。	B 溝通互動	C 社會參與	1. 能維持身體的平衡能力，建立生活基本能力參與日常生活作息。 2. 能具備良好的體適能，促進生活與學習參與能力。 3. 能提升功能性操作與手眼協調能力，以因應學習上的需求。 4. 能有良好的心肺耐力功能，提升個人體能，健全身體素質。 5. 能具備動作計畫能力，參與球類運動，建立學習基本能力。

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	跑跳動起來	特功 3-2 參與學習活動。 特功 3-3 參與非經常性活動。	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。	1. 能和大家一起同步做健身操。 2. 能單腳雙腳交替連續向前跳 20 步。	《活動 1》頭頸動一動、手臂拉一拉、腿兒伸一伸 1. 教師示範伸展動作並說明伸展操的好處。 2. 教師播放健康操影片，示範伸展動作，請學生跟著做。 《活動 2》跳房子 1. 說明跳房子遊戲的方式與規則並示範。 2. 學生輪流個別練習，並完成任務。	實作評量： 1. 能隨著示範做動作。 2. 能一起同步做健身操。 3. 能以單腳或雙腳跳的方式參與跳房子的遊戲。
第 5-7 週	清潔小高手	特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 3-1 參與生活作息。	特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。	1. 能正確握拿掃把、拖把、刷子、夾子等清潔工具。 2. 能正確使用工具進行單一清潔工作(如掃地、拖地、刷洗手台、夾垃圾...等)。	《活動 1》垃圾在哪裡 1. 透過動態活動引導學生了解環境整潔的重要。 2. 教師示範拿夾子夾垃圾的姿勢，並帶領學生實地進行夾垃圾的整潔工作。(其他清掃用具類同) 《活動 2》教室亮晶晶	實作評量： 1. 能以正確姿勢清掃環境 2. 能將各種環境空間清掃乾淨

					<p>1. 教師示範清潔工具的使用方法(如握拿掃具的正確姿勢)</p> <p>2. 帶領學生清掃各種環境空間(具備各種不同技巧)</p>	
第 8-12 週	玩球趣味多	<p>特功 2-6 具備手與手臂使用技能。</p> <p>特功 3-2 參與學習活動。</p>	<p>特功 G-5 物品的拋丟或接住。</p>	<p>1. 會玩滾球並進行比賽活動。</p> <p>2. 能與人進行傳接球活動來回 20 次。</p> <p>3. 能雙手接住並擊回各種大小的反彈球。</p> <p>4. 會玩簡易趣味排球。</p>	<p>《活動 1》滾球我來了</p> <p>1. 教師介紹說明滾球的規則、場地及比賽方式，並示範滾球的正確姿勢及丟法。</p> <p>2. 引導學生練習滾球數次，接著分組進行模擬比賽遊戲。</p> <p>《活動 2》球不落地</p> <p>1. 教師說明「球不落地」動作要領：在球不離開身體的狀況下，兩人近距離傳接一顆球，以連續五次順利傳接，不讓球掉落為目標。</p> <p>2. 學生兩兩一組，進行各種傳接球(滾地、彈跳、拋接)的練習。</p> <p>3. 學生熟練拋接球後，教師引導學生擲球過繩，增加拋接球難度。</p> <p>《活動 3》趣味排球</p> <p>1. 教師介紹說明趣味排球的規則、場地及比賽方式，並示範玩排球的正確姿勢及打法。</p> <p>2. 引導學生練習數次，接著分組進行模擬比賽遊戲。</p>	<p>實作評量：</p> <p>1. 會以正確姿勢丟出滾球。</p> <p>2. 會遵守滾球與排球的比賽規則。</p> <p>3. 會玩傳接球的遊戲，間距三-五公尺，球不掉落。</p> <p>4. 能雙手接住反彈球 20 次中成功 10 次以上。</p> <p>5. 能擊回各種大小的反彈球 20 次中成功 10 次以上。</p>
第 13-15 週	繩索小玩家	<p>特功 2-7 具備手部精細操作技能。</p> <p>特功 2-8 具備雙側協調與手眼協調技能。</p> <p>特功 3-1 參與生活作息。</p>	<p>特功 E-14 雙腳或單腳的連續前跳。</p> <p>特功 H-4 前三指指腹的抓握。</p> <p>特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。</p>	<p>1. 能將鞋帶打簡易繩結，如平結、蝴蝶結。</p> <p>2. 能持續跳繩 1 分鐘。</p>	<p>《活動 1》我會繫鞋帶</p> <p>1. 教師透過分解動作與不同顏色的繩索，示範平結、蝴蝶結的打法。</p> <p>2. 設計各種情境或遊戲讓學生反覆練習打繩結的技巧。</p> <p>《活動 2》跳繩小體驗</p> <p>1. 設計跳躍的情境遊戲，讓學生熟稔連續跳的動作。</p> <p>2. 將跳繩動作分解，指導學生一步一步完成練習。</p>	<p>實作評量：</p> <p>1. 會在物品上以繩索打上平結或蝴蝶結。</p> <p>2. 能持續跳繩 1 分鐘或連續跳 10 下。(依學生個別差異而定)</p>
第 16-19 週	健康體適能	<p>特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。</p> <p>特功 2-3 具備移位技能。</p> <p>特功 2-8</p>	<p>特功 A-2 左/右下肢的關節活動。</p> <p>特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。</p>	<p>1. 能完成 3 分鐘登階活動。</p> <p>2. 能進行翻滾的動作遊戲。</p> <p>3. 能做 1 分鐘屈膝仰臥起坐 30 下。</p> <p>4. 能進行坐姿體前彎達 20-25 公分。</p>	<p>《活動 1》身體向前彎</p> <p>1. 教師示範各式體前彎伸展操，請學生跟著做。動作說明：(1)併腿前彎。(2)盤腿前彎。(3)開腿前彎。</p> <p>2. 請學生於墊上或地面仰臥平躺，雙手胸前交叉，雙手掌</p>	<p>實作評量：</p> <p>1. 能持續登階 1-3 分鐘。</p> <p>2. 能以安全的姿勢進行翻滾的動作。</p> <p>3. 屈膝仰臥起坐能達到 30 下。</p> <p>4. 坐姿體前彎能達 20-25 公分。</p>

		具備雙側協調與手眼協調技能。			<p>輕放肩上(肩窩附近),手肘得離開胸部,雙膝屈曲成九十度,足底平貼地面,利用腹肌收縮使上身起坐,雙肘觸及雙膝。</p> <p>《活動2》翻來滾去上上下下</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.核心肌力練習:四點姿勢,同時抬右腳及左手,接著抬左腳及右手。 2.腹部肌力練習:坐姿下,雙腳高舉並同時將花生球向前踢,共做30次。 3.配合動物操做翻滾的動作練習。 4.配合節拍器,引導學生跟著速度做登階練習,從1分鐘逐步增加到3分鐘。 	
第20-21週	全身動一動	<p>特功3-2 參與學習活動</p> <p>特功3-3 參與非經常性活動</p>	<p>特功E-9 障礙物的跨越</p> <p>特功J-3 指令下簡單或單一動作的執行</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.能和大家一起同步做健身操。 2.能平穩地通過不同高度(20~50公分)的障礙物。 3.能在平衡木上來回5趟並完成學習任務。 4.能雙手接住並擊回各種大小的反彈球。 	<p>《活動1》暖身動起來</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師播放健康操影片,示範伸展動作,請學生跟著做。 2.重要關節活動部位加強暖身。 <p>《活動2》過關高手</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師設計本學期課程內容的情境關卡,如墊上滾翻、飛越鱷魚池...等,並示範闖關的方式與過關標準。 2.由學生一一進行輪流闖關。 3.引導學生用欣賞的態度觀看他人的活動,並以拍手或加油等方式做適當的反應。 	<p>實作評量:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能一起同步做健身操等暖身運動。 2.能完成闖關活動。

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1-4週	跳吧!武吧!跳舞吧!	<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J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.能和大家一起同步做健身操。 2.能配合音樂動作節拍,跳一首有氧運動舞曲。 	<p>《活動1》熱身動起來</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師播放健康操影片,示範伸展動作,請學生跟著做。 2.重要關節活動部位加強暖身。 <p>《活動2》剪刀石頭布</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師分解示範武術拳擊有氧基本動作,請學生跟著練習: <ul style="list-style-type: none"> (1)弓步劈掌(剪刀)。 (2)立正抱拳(石頭)。 (3)馬步雙劈(布)。 	<p>實作評量:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能一起做健身操等暖身運動。 2.能隨著示範做動作。 3.能認真跳完一首有氧運動舞曲。

					2. 播放拳擊有氧健身操影片，學生配合音樂節拍一起跳。	
第 5-8 週	藝術小達人	特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 3-2 參與學習活動。	特功 H-4 前三指指腹的抓握。 特功 I-17 文具及學習材料的使用。	1. 能仿拼藝術方塊盒。 2. 能使用鑷子夾小方塊(馬賽克磚)，放入指定的位置。 3. 能使用筷子夾取物品。	《活動 1》藝術拼圖 1. 教師介紹藝術方塊盒的主要組成配件，搭配圖片示範拼法。學生選擇喜愛的圖形練習仿拼，教師適時介入引導。 2. 配合數學領域中平面與立體圖形的學習單元，讓學生練習以鑷子夾小方塊紙片的方式組合出幾何圖形；熟練後再將媒材轉換為馬賽克磚，創作出一幅藝術作品。 《活動 2》夾夾樂 1. 配合自然領域帶領學生到校園各環境中撿拾大小形狀不一的種子。 2. 請學生以筷子將種子夾進收集罐裡。	實作評量： 1. 能看圖片仿拼藝術方塊盒至少 3 組。 2. 能使用鑷子夾取馬賽克磚，完成一幅藝術創作。 3. 能使用筷子夾取物品至指定位置。
第 9-12 週	我的雙手好靈巧	特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 3-2 參與學習活動。	特功 H-4 前三指指腹的抓握。 特功 I-17 文具及學習材料的使用。	1. 會搓、揉黏土/麵粉糰成各種造型。 2. 能摺紙成形(8 步驟以上)。	《活動 1》我會搓湯圓 1. 教師示範各種搓、揉黏土的基本技巧，並讓學生跟著練習。 2. 配合冬至或元宵節的節慶，讓學生透過搓、揉黏土或麵粉糰，練習手指指腹的抓握與搓揉捏等精細操作技能。 《活動 2》戰鬥陀螺 1. 教師示範各種摺紙的基本技巧，並讓學生跟著練習。 2. 透過摺紙影片，引導學生完成一~二件不同形狀的戰鬥陀螺。	實作評量： 1. 會搓、揉黏土/麵粉糰成各種造型。 2. 能完成一~二件不同形狀的戰鬥陀螺摺紙。
第 12-15 週	強心臟	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-3 具備移位技能。 特功 2-8 具備雙側協調與手眼協調技能。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動。 特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。	1. 能伏地挺身 30 下。 2. 能攀爬直立梯子連續 20 趟。 3. 能雙腳綁沙包登階 100 下。 4. 能完成 800 或 1600 公尺跑走活動。	《活動 1》肌力好壯壯 1. 核心肌力練習:俯臥姿，雙腳放在花生球上，並將身體往前移且軀幹懸空維持 10 秒，共 30 下。 2. 核心肌力練習:四點姿勢，同時抬右腳及左手，接著抬左腳及右手。 《活動 2》我要那顆星 1. 腳綁沙包登階練習。 2. 教師將星形餅乾吊掛在攀爬架上端，引導學生攀上梯子取得餅乾。 《活動 3》跑走高手	實作評量： 1. 能伏地挺身 30 下。 2. 能攀爬直立梯子連續 20 趟。 3. 能雙腳綁沙包登階 100 下。 4. 能完成 800 或 1600 公尺跑走活動。

					1. 設計情境關卡，讓學生有動力完成 800 公尺的跑走，再逐步漸進到 1600 公尺。	
第 16-19 週	手作手遊	特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 3-2 參與學習活動。	特功 I-17 文具及學習材料的使用。	1. 能操作不同大小的立體積木或教具條並完成指定幾何形體。 2. 能使用圓規、膠帶、膠水等文具完成指定圖形黏貼作品。 3. 能拼七巧板，完成 3 種圖形。	《活動 1》立體轉轉轉 1. 透過立體積木或教具條等學習輔具訓練精細動作的穩定性與認知抽象概念的習得。 2. 透過撕數學附件，練習在有限的時間內完成任務且操作品質通過率達標準。 3. 使用七巧板拼圖，搭配圖片提示，完成至少 3 種以上的圖卡拼貼。 《活動 2》彩色世界 1. 教師示範使用圓規畫圓的技巧，學生練習在各色色紙上以圓規畫圓。 2. 將色紙上的圓剪下來，並黏貼在圖畫紙上，完成一幅繽紛彩色世界。	實作評量： 1. 能穩定操作積木成功率達 80%。 2. 能完成數學或美勞附件的拆裝與組合且品質通過率達 80%。 3. 能完成至少 3 種以上的七巧板拼圖。 4. 能使用圓規畫圓(80%以上成形)。 5. 能使用膠帶或膠水黏貼作品。
第 20-21 週	全方位動動樂	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 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。	1. 能原地丟接球 100 下(右手丟，左手接，交替)。 2. 能擊出固定位置的樂樂棒球。 3. 能玩簡易樂樂棒球。	《活動 1》球球好朋友 1. 使用軟式網球類大小與彈性的球，指導學生練習單手丟接球、雙手交替丟接(右手丟，左手接，交替)，讓學生熟悉球在手中丟接的感覺。 2. 教師示範低手拋接球以及高手丟接球的方法技巧，學生兩兩一組練習。 《活動 2》樂玩樂棒 1. 以軟式排球或沙灘球取代樂樂棒球，讓學生練習以棒子揮擊出球，且同時跑向壘包目標物，以熟悉樂樂棒的規則。 2. 學生分組進行樂樂棒球友誼賽，視學習情況適時簡化規則或以其它球具替代。	實作評量： 1. 能原地丟接球 100 下(右手丟，左手接，交替)。 2. 能擊出固定位置的樂樂棒球。 3. 能玩簡易樂樂棒球。 4. 會遵守樂樂棒球的比賽規則。

