

嘉義縣朴子市大同國小 112 學年度校訂課程集中式特教班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：呂孟芳

- 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 6 年級 1 人、智能障礙 6 年級 1 人、自閉症 3 年級 2 人、智能障礙 3 年級 3 人、自閉症 2 年級 1 人、智能障礙 2 年級 1 人共 9 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	＊(六年級學生) 個別目標 1. 能以肢體與軀幹關節進行活動進行組合活動 2. 能雙腳向前跳至指定的位置 3. 能穩定移動並維持身體固定的姿勢 4. 能運用手指功能完成指定活動 5 能連續翻身至指定位置 6. 能主動參與學習活動。 7. 能用手持物拋擲往指定位置 8. 依在協助下進行連續動作的模仿 ＊（二三年級或自閉症學生）個別目標 1. 能以肢體與軀幹關節進行活動 2. 能以雙腳向前跳至指定的位置 3. 能穩定維持身體固定的姿勢 4. 能運用手指進行精細動作 4. 能在協助下參與學習活動。 5. 能用手持物拋擲往指定位置 6. 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	我會做暖身操	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。 特功 B-1 頭頸直立姿勢的 維持	1. 能提升四肢與軀幹的靈活度。 2. 能增強轉變身體姿勢的能力。 3. 能增進身體移位與移動的能力。	1. 能跟著教師的動作示範進行四肢與軀幹的姿勢與關節的拉筋動作 2. 依照口令節奏進行活動的進行 3. 能在教師示範後進行暖身操的分解動作	實作評量： 低中年級(二三年級) 高年級(六年級) 1. 能做出手腕與腳腕旋轉動作 2. 能做出旋轉腰部與頸部動作 3. 能做出坐姿體前彎動作 4. 能跟著老師節奏，維持每個動作 20 秒
第 5-8 週	我會跳健康操	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	特功 I-1 左、右上肢的關節活動。 特功 I-2 左、右下肢的關節	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	1. 能跟著教師的動作示範進行健康操的動作 2 練習健康操的分解動作	實作評量： 1. 能運用肢體操作(90 度或平舉)並搭配軀體關節的活動。

		能。 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。	活動。 特功 I-3 軀幹的關節活動。 特功 X-3 指令下簡單或一動作的執行。	(上、前、左右)。 3. 能完成雙手與軀幹關節的動作。	(二年級)主要的上肢或下肢動作並在提示下變換動作 3. (三年級六年級)上下肢的協調動作與觀看影片或示範即時變換動作	2. 能維持身體動固定的姿勢(指定的時間內)。 3. 能在協助下連續進行兩個不同動作。 4. 依據影片進行單一動作(手部或腳部動作)(低年級) 4. 依據影片進行連續動作與動作變換。(中高年級)
第 9-12 週	練習烘焙手作	特功 1-1 具備肢體與軀幹的關節活動度。 特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與手眼協調技能 特功 3-2 參與學習活動	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-17 文具及學習材料的使用。 特功 VII-4 物品的轉動或扭轉。	低年級(二年級) 1 能以雙手手指依照摺痕對摺烘焙紙紙片 2 能以手指檢拾紙片並正確按壓扣合 3 能旋轉果醬罐頭的蓋子 中年級(三年級)、高年級(六年級) 1 能以雙手手指依照摺痕對摺烘焙紙紙片 2 能以手指檢拾紙片並正確按壓扣合 3 能旋轉並打開果醬罐頭的蓋子	1 依照教師示範沿著烘焙紙折痕按壓後將扣條扣進摺痕內。(高年級:依照示範獨力完成) 2 依照教師示範在指定的範圍內塗上草莓果醬,依序再將不同層蛋糕體疊起來。 3. 將裝飾物(食用行)黏貼在指定的位置(完成一個蛋糕)	實作評量: 1. 依照教師示範沿著烘焙紙折痕按壓後將扣條扣進摺痕內。 2 依照教師示範在指定的範圍內塗上草莓果醬,依序再將不同層蛋糕體疊起來。 3. 將裝飾物(食用行)黏貼在指定的位置(完成一個蛋糕)
第 13-16 週	墊上運動	特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。	特功 E-1 連續翻身。 特功 E-3 腹部離地以手和膝蓋的爬行	1 能 在地墊 上做出連續滾翻的動作。 2 做出四足跪姿往前爬行的動作。 3 腹部離地以手和膝蓋的爬行動作。	1. 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。 2. 學生雙手撐地,雙膝由他人抓握離地 3. 地板四足跪爬行前進:老師先示範動作。 請學生以腹部離地的動作並前進。	實作評量 低年級(二年級)、自閉症 1. 在外力協助下,能在滾筒內翻滾 5 圈。 2. 雙腳由他人抓握,腹部離地前進 3 公尺。 (年級、六年級) 1. 能在地板上翻滾 3 圈。 2. 能獨立四足跪姿,腹部離地連續前進 3 公尺。
第 17-21 週	我是小青蛙	特功 1-1 具備肢體與軀幹的關節活動度。 特功 2-8 具備雙側協調與手眼協調技能 特功 3-2 參與學習活動	特功 V-12 雙腳或單腳的原地跳躍。 特功 V-13 雙腳或單腳的向前跳。	1. 能雙腳往上跳躍連續 10 下以上。 2. 能雙腳的向前跳(直線 3 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. 雙腳向上跳:使用彈跳床讓學生練習向上跳 4. 雙腳向前跳:使用數字格子板讓學生練習雙腳向前跳	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

--	--	--	--	--	--	--

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	帶動跳我最行	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。	※觀看帶動唱影片 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)。 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(二年級) 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。 ◎中年級(三年級)、高年級(五年級) 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。 4. 能進連續進行肢體變換動作。
第 6-10 週	我是灌籃高手	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. 能將球往前拋 2. 能將球往上拋 3. 能接住對方拋過來的球 4. 能將球往上拋並接住	1. 能將軟球或藍球往前拋給對面的人 2. 能將軟球或藍球往上拋碰到老師指定得高度 3. 兩人一組互相丟接球. 能力較差著可以先把球丟到地上對方再接起 4. 能將軟球或藍球往上拋並接住	實作評量 低年級(二年級) 1 依照教師協助與示範進行各項球類動作(拋) 2. 能將球往前拋 3. 能將球往上拋 4. 能接住對方拋過來的球 5. 能將球往上拋並接住
第 11-15 週	我會騎腳踏車	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 具備雙側協調與以手眼協調技能。 特功 3-2 參與學習活動。	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 單一台階的踏上或踏下 特功 J-1 簡單或單一動作的模仿	1. 能在示範後進行室外指定路線行動 2. 在協助下能正確做騎乘的動作。 3. 能在在協助下能正確做騎乘的動作並保持平衡 。 3. 能在協助下踩在同材質的器具上前進並保持平衡。	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 在固定的飛輪進行正確騎乘的動作 5. 進行室外指定路線騎腳踏車移動	實作評量 低年級(二年級)先以有輔助輪的腳踏車進行練習，習得後再換至兩輪的腳踏車。 1. 能在示範後進行室外指定路線行動 2. 在協助下能正確做騎乘的動作。 3. 能在在協助下能正確做騎乘的動作並保持平衡 。 3. 能在協助下踩在同材質的器具上前進並保持平衡。

第 16-20 週	我會踩高蹺	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 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。	1. 練習手眼協調，手拉繩，腳踩高蹺墊 2. 在固定位置練習同手同腳像上抬高 3. 練習同手同腳，左右邊交替進行 4. 能保持軀幹穩定，同手同腳，左右邊交替向前移動。	實作評量 1 能站上高蹺墊上保持穩定姿勢 2. 能左右邊交替向前移動 3. 能保持軀幹穩定前進。
-----------	-------	--	---------------------------------------	--------------------------------	--	---

