

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  抽離 1 節

三、教學對象：自閉症(8 年級 1 人)、腦麻(9 年級 1 人)共 2 人 四、核心素養、學年目標、評量方式

領域核心素養	調整後領綱學習表現	調整後領綱學習內容	學年目標	評量方式
A 自主行動 健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	1. 認知 1c-IV-1 了解常見運動的規則。(簡) 1c-IV-2 認識與選擇安全的運動情境。(簡) <del>1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。(刪)</del> 1c-IV-4 了解身體成長、運動和營養的關係。(簡) 1d-IV-1 了解常見運動的技能原理。(簡)	Ab-IV-1 體適能促進方法。(簡) Ab-IV-2 體適能運動的執行。(簡) Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理。(減) Bc-IV-2 終身運動習慣的建立。(減) <del>Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。(刪)</del> <del>Bd-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。(刪)</del> Cb-IV-1 運動習慣的實踐與運動營養的攝取。(簡、分) Cb-IV-2 常用運動設施的安全使用規定。(簡)	1. 增進肢體與關節活動度。 2. 增進肌力與雙側協調能力。 3. 促進手部操作與手眼協調，以利參與學習活動及非經常性活動。 4. 加強身體活動力及功能性動作技能，以參與生活作息與學習活動。 透過不同觸覺經驗，降低觸覺敏感度。 5. 藉由多元活動，安撫學生情緒。	採用實作、觀察等方式進行評量。
B 溝通互動 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	<del>1d-IV-2 反思自己的運動技能。(刪)</del> 1d-IV-3 認識生活常見運動比賽的策略。(簡) 2. 情意 2c-IV-1 展現運動禮節。(減) 2c-IV-2 表現利他合群與和諧互動的態度。(簡) 2c-IV-3 表現樂於挑戰的學習態度。(簡)	<del>Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。(刪)</del> <del>Cc-IV-1 水域休閒運動進階技能。(刪)</del> Cd-IV-1 常見戶外休閒運動進階技能。(簡) Ce-IV-1 其他常見休閒運動進階技能。(簡) Da-IV-2 身體各系統、器官的功能。(簡)		
C 社會參與 健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社	<del>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。(刪)</del> 2d-IV-2 欣賞運動的表現，體驗生活的美感。(簡) 2d-IV-3 欣賞本土與世界運動活動。(簡) 3. 技能 3c-IV-1 表現基本的身體控制能力，發展運動技能。(簡)	Da-IV-4-1 健康姿勢的維持與實踐。 Da-IV-4-2 規律運動的維持與實踐。 Ga-IV-1 跑、跳與投擲的基本技巧。(簡) <del>Gb-IV-2 手腳聯合動作、藉物游泳前進 20 公尺、仰漂 30 秒。(刪)</del> Ha-IV-1 網/牆性球類運動之基本動作與規則。(簡)		

<p>會。</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><del>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。(刪)</del></p> <p>3d-IV-1 表現基本運動技術的學習策略。(簡)</p> <p>3d-IV-2 運用基本運動技術的學習策略。(簡)</p> <p>3d-IV-3 應用基本的運動技能策略，解決運動情境的問題。(簡)</p> <p>4. 行為</p> <p>4c-IV-1 善用運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。(簡)</p> <p>4c-IV-2 因應個人的體適能並修正個人的運動計畫。(簡)</p> <p>4c-IV-3 規劃日常生活的運動計畫。(簡)</p> <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2-5 具備舉起與移動物品技能。</p> <p>特功2-6 具備手與手臂使用技能。</p> <p>特功2-7 具備手部精細操作技能。</p> <p>特功2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。</p> <p>特功 3-1 參與生活作息。</p> <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>Hb-IV-1 障地攻守性球類運動之基本動作與規則。(簡)</p> <p>Hc-IV-1 標的性球類運動之基本動作與規則。(簡)</p> <p>Hd-IV-1 守備跑分性球類運動之基本動作與規則。(簡)</p> <p>Ia-IV-1 簡易徒手體操動作組合。(簡)</p> <p><del>Ia-IV-2 器械體操動作組合。(刪)</del></p> <p><del>Ib-IV-1 簡易自由創作舞蹈。(刪)</del></p> <p><del>Ib-IV-2 各種社交舞蹈。(刪)</del></p> <p>Ic-IV-1 民俗運動的參與。(簡)</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> <p>特功 B-2 前臂支撐下俯臥姿勢的維持。</p> <p>特功 C-2 躺與坐姿的轉換。</p> <p>特功 F-1 物品的舉起或放下。</p> <p>特功 F-2 物品的搬移。</p> <p>特功 G-1 伸手及物。</p> <p>特功G-2 推或拉物。</p> <p>特功G-3 伸手取物。</p> <p>特功 G-4 物品的轉動或扭轉。</p> <p>特功 G-5 物品的拋丟或接住。</p> <p>特功H-1 物品的抓握或放開。</p> <p>特功H-2 手指耙起小物。</p> <p>特功H-3 拇指合併其他手指及手掌的抓握。</p> <p>特功H-4 前三指指腹的抓握。</p> <p>特功H-5 拇指及食尖的撿拾。</p>		
--	---	---	--	--

		<p>特功H-7 開關按壓。</p> <p>特功 H-8 大拇指依序與其他四指的互碰。</p> <p>特功 H-9 單手連續撿起小物並移至掌心。</p> <p>特功 H-10 單手連續把掌心小物移至手指處放掉。</p> <p>特功H-12 不同大小瓶蓋的旋開。</p> <p>特功I-1 雙手持物。</p> <p>特功I-2 換手持物。</p> <p>特功I-3 雙掌互擊或拍手。</p> <p>特功I-4 物品的接合或拔開。</p> <p>特功I-7 食物外皮或包裝的剝除或拆開。</p> <p>特功I-8 串珠子。</p> <p>特功I-17 文具及學習材料的使用。</p> <p>特功 J-1 簡單或單一動作的模仿。</p> <p>特功J-2 複雜或連續二個以上動作的模仿。</p> <p>特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。</p>		
--	--	---	--	--

#### 五、本學期課程內涵：第一學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-5 週	肢體動作能力評估與練習(一)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能配合執行被動關節運動。</li> <li>2. 能在動作引導下做出關節伸展運動。</li> </ol>	<p>活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。</p> <p>活動二：檢視輪椅、副木、電動床、坐墊及擺位等狀況，詢問學生是否有不舒服事宜，並轉知治療師予以調整。</p> <p>活動三：介紹常見暖身活動與基礎體操，並說明運動安全注意事項。</p> <p>活動四：讓學生實際進行暖身及拉筋運動，並請助理教師協助。 (諮詢專業團隊治療師意見)</p>
第 6-10 週	轉轉樂	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 躺在靠墊的輪椅，能維持頭部直立。</li> <li>2. 能以不同坐臥姿勢，練習肌肉承重能力。</li> </ol>	<p>活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。</p> <p>活動二：請助理教師協助學生以側躺、雙腳伸直坐、坐姿向前趴、坐椅子等方式，練習肌肉承重能力，避免肌肉萎縮。(諮詢專業團</p>

			隊治療師意見) 活動三：視學生轉位情形，詢問學生是否有不舒服或需休息。
第 11-15 週	丟丟樂	1. 能在動作引導下提升手部精細能力。 2. 能在動作引導下提升手眼協調能力。	活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。 活動二：道具準備，進行動作示範-- (1)伸手碰解物品、(2)將物品往前推、(3)將物品往後拉、(4)伸手取物、(5)物品轉動與扭轉、(6)物品拋丟與接住、(7)物品抓握與放開。(諮詢專業團隊治療師意見) 活動三：讓學生實際進行運動，請助理教師協助支援。 活動四：依學生練習情形，詢問學生是否有不舒服或需休息。
第 16-22 週	黏黏樂	1. 能在動作引導下提升手部精細能力。 2. 能在動作引導下提升手眼協調能力。 3. 能運用功能性動作技能參與日常生活作息。	活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。 活動二：道具準備與設計圖案，進行動作示範-- (1)配對圖卡、(2)貼貼紙、(3)包餃子、(4)彈珠遊戲。 活動三：讓學生實際進行運動，請助理教師協助支援。 活動四：依學生練習情形，詢問學生是否有不舒服或需休息。

## 第二學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-5 週	肢體動作能力評估與練習(二)	1. 能配合執行被動關節運動。 2. 能在動作引導下做出關節伸展運動。	活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。 活動二：檢視輪椅、副木、電動床、坐墊及擺位等狀況，詢問學生是否有不舒服事宜，請治療師予以調整。 活動三：示範暖身活動與基礎體操，並提醒運動安全注意事項。 活動四：讓學生實際進行暖身及拉筋運動，請助理教師協助支援。 (諮詢專業團隊治療師意見)
第 6-10 週	抱抱樂	1. 能在動作引導下提升手部精細能力。 2. 能在動作引導下提升手眼協調能力。	活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。 活動二：道具準備，動作示範-- (1)物品的舉起與放下、(2)物品的搬移、(3)雙手持物、(4)換手持物手指耙起小物、(5)夾豆趣。(諮詢專業團隊治療師意見)。 活動三：讓學生實際進行運動，請助理教師協助支援。 活動四：依學生練習情形，詢問學生是否有不舒服或需休息。
第 11-15 週	刷刷樂	1. 透過不同觸覺經驗，降低觸覺敏感度。	活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。

週		2. 藉由多元活動，平穩情緒。	活動二：道具準備，動作示範--提供不同的觸覺經驗如軟毛刷、毛巾、沐浴球，請助理教師協助刺激。(諮詢專業團隊治療師意見) 活動三：帶學生踏軟墊、走健康步道、踏草皮等體驗活動。 活動四：視學生活動情形，詢問學生是否有不舒服或需休息。
第 16-21 週	戳戳樂	1. 能在動作引導下提升手部精細能力。 2. 能在動作引導下提升手眼協調能力。 3. 能運用功能性動作技能參與日常生活作息。	活動一：按摩樂—請助理教師協助學生按摩。 活動二：道具準備，動作示範，讓學生進行活動 (1)販賣機、(2)一指神功、(3)插電趣、(4)團購趣。 活動三：讓學生實際進行運動，請助理教師協助支援。 活動四：依學生練習情形，詢問學生是否有不舒服或需休息。

備註：請分別列出第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技及健康與體育領域之教學計畫表。

1. 能執行被動關節運動。
2. 能做出關節伸展運動。
1. 坐在無頸靠墊的輪椅，  
能維持頭部直立。
2. 能維持地板坐姿。
3. 能連續翻身的方式在地板上移位。
1. 能用手、手臂舉起和放下物品。
2. 能將手往前伸並拿取物品。
3. 能丟出網球大小的球給對方。
4. 能接位對面丟過來的球。
5. 能將飛鏢射向飛靶並黏住。
6. 能堆疊物品。
1. 能用拇指及食指側抓起小物品。
2. 能用前3指指腹抓握約手掌大的物品。
3. 能連續單手撿小物移到同一手的掌心。
4. 能連續把手掌內的物品移到手指處放掉。
5. 能旋開不同大小的瓶蓋。
6. 雙手能拍掌。
7. 能將塑膠罐蓋子拔開。
8. 能將食品外包裝拆開。1. 能將紙張對摺並有摺痕。
2. 能用剪刀沿著直線剪。
3. 能用剪刀沿著不同圖形剪。
4. 能運用功能性動作技能參與日常生活作息。

