

臺南市公(私)立歸仁區歸仁國民中學 110 學年度第一學期九年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫 (普通班/藝才班/體育班/特教班)

學習主題名稱 (中系統)	功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	九年級	教學節數	本學期共(21)節
彈性學習課程 四類規範	1. <input type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input checked="" type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學				
設計理念	視學生需求，功能性動作技能參與生活作息與學習活動，促進體適能及健康。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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。				
課程目標	1. 肢體活動：維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 2. 功能性動作技能：具備與日常生活相關的動作技能。 3. 日常生活參與：運用功能性動作技能參與生活作息、學習活動，及非經常性活動。				
配合融入之領 域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
表現任務	A. 四肢與軀幹的關節活動：上肢、下肢各關節及軀幹在各方向的活動。 B. 身體姿勢的維持：在合理時間範圍內，身體可以保持相同的姿勢。 C. 身體姿勢的改變：身體從一個姿勢轉換成另一個姿勢。 D. 移位：在不改變身體姿勢下，從一處移至另一處。 E. 移動：在不同地點及情境下，安全地從一處移動到另一處。 F. 舉起與移動物品：用手、手臂或肩舉起和放下物品，用腿和腳板推、踢物品，或將物品從一處移動到另一處。 G. 手與手臂使用：以手和手臂推、拉、丟等方式操作物品。 H. 手部精細操作：以手抓握、撿起、放開等方式操作物品。				

課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習 評量	自編自選 教材 或學習單
第 1 週 ~ 第 21 週	1	四肢與軀幹的關節活動	具備四肢與軀幹的關節活動能力。 具備改變身體姿勢技能。 具備移動技能。 參與生活作息。	左/右上下肢的關節活動。 軀幹的關節活動。 身體姿勢的改變：身體從一個姿勢轉換成另一個姿勢。 移動：在不同地點及情境下，安全地從一處移動到另一處。 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關的動作技能。 運用功能性動作技能參與生活作息、學習活動，及非經常性活動。	從手動輪椅自行起身，在教師防護下，扶著窗框走進教室，自行開窗，自行找到能扶的物品走到座位處坐下。	觀察 實作	自編自選 教材
第 1 週 ~ 第 21 週	1	身體姿勢的維持 躺與坐姿的轉換。	具備維持身體姿勢技能。	頭頸直立姿勢的維持。 前臂支撐下俯臥姿勢的維持。 手掌支撐下俯臥姿勢的維持。 四足跪姿的維持。 高跪姿的維持。 地板坐姿的維持。 翻身。 躺與坐姿的轉換。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關的動作技能。	墊上瑜珈活動 從站姿或坐姿自行移位到地墊，做出嬰兒式、貓式、蛇式、駱駝式、躺姿抱腳、橋式、側躺蝴蝶式，並從以上姿勢隨意轉換動作。	觀察 實作	自編自選 教材
第 1 週 ~ 第 21 週	1	手與手臂使用	手部精細操作	推或拉物。 物品的拋丟或接住。 物品的抓握或放開。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關	手部運動 左右手指壓按手持式風扇、捏壓復健治療	觀察 實作	自編自選 教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

				拇指合併其他手指及手掌的抓握。	的動作技能。	球、拉彈力繩、跟老師做各種手伸展姿勢動作、拋接球。		
第 1 週 ~ 第 21 週	1	身體姿勢的維持 身體姿勢的改變	具備四肢與軀幹的關節活動能力。 具備改變身體姿勢技能。 具備移動技能。 參與生活作息。	站姿的維持。 蹲姿的維持。 蹲姿與站姿的轉換。 扶物側走。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關的動作技能。	腳部運動 扶物起立蹲下、踢球、彎腰拾物、扶桌椅牆壁側走。	觀察 實作	自編自選 教材

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

臺南市公(私)立歸仁區歸仁國民中學 110 學年度第二學期九年級彈性學習 特殊需求領域 課程計畫 (普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

學習主題名稱 (中系統)	功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	九年級	教學節數	本學期共(18)節
彈性學習課程 四類規範	<p>1. <input type="checkbox"/>統整性探究課程 (<input type="checkbox"/>主題 <input type="checkbox"/>專題 <input type="checkbox"/>議題)</p> <p>3. <input checked="" type="checkbox"/>特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/>生活管理 <input type="checkbox"/>社會技巧 <input type="checkbox"/>學習策略 <input type="checkbox"/>職業教育 <input type="checkbox"/>溝通訓練 <input type="checkbox"/>點字 <input type="checkbox"/>定向行動 <input checked="" type="checkbox"/>功能性動作訓練 <input type="checkbox"/>輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/>創造力 <input type="checkbox"/>領導才能 <input type="checkbox"/>情意發展 <input type="checkbox"/>獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程 <input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流 <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>				
設計理念	視學生需求，功能性動作技能參與生活作息與學習活動，促進體適能及健康。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<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>				
課程目標	<p>1. 肢體活動：維持或改善四肢與軀幹的關節活動。</p> <p>2. 功能性動作技能：具備與日常生活相關的動作技能。</p> <p>3. 日常生活參與：運用功能性動作技能參與生活作息、學習活動，及非經常性活動。</p>				
配合融入之領 域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育		
表現任務	<p>A.四肢與軀幹的關節活動：上肢、下肢各關節及軀幹在各方向的活動。</p> <p>B.身體姿勢的維持：在合理時間範圍內，身體可以保持相同的姿勢。</p> <p>C.身體姿勢的改變：身體從一個姿勢轉換成另一個姿勢。</p> <p>D.移位：在不改變身體姿勢下，從一處移至另一處。</p> <p>E.移動：在不同地點及情境下，安全地從一處移動到另一處。</p> <p>F.舉起與移動物品：用手、手臂或肩舉起和放下物品，用腿和腳板推、踢物品，或將物品從一處移動到另一處。</p> <p>G.手與手臂使用：以手和手臂推、拉、丟等方式操作物品。</p> <p>H.手部精細操作：以手抓握、撿起、放開等方式操作物品。</p>				

課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	學習 評量	自編自選 教材 或學習單
第1週 ~ 第18週	1	四肢與軀幹的關節活動	具備四肢與軀幹的關節活動能力。 具備改變身體姿勢技能。 具備移動技能。 參與生活作息。	左/右上下肢的關節活動。 軀幹的關節活動。 身體姿勢的改變：身體從一個姿勢轉換成另一個姿勢。 移動：在不同地點及情境下，安全地從一處移動到另一處。 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關的動作技能。 運用功能性動作技能參與生活作息、學習活動，及非經常性活動。	從手動輪椅自行起身，在教師防護下，扶著窗框走進教室，自行開窗，自行找到能扶的物品走到座位處坐下。	觀察 實作	自編自選 教材
第1週 ~ 第18週	1	身體姿勢的維持 躺與坐姿的轉換。	具備維持身體姿勢技能。	頭頸直立姿勢的維持。 前臂支撐下俯臥姿勢的維持。 手掌支撐下俯臥姿勢的維持。 四足跪姿的維持。 高跪姿的維持。 地板坐姿的維持。 翻身。 躺與坐姿的轉換。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關的動作技能。	墊上瑜珈活動 從站姿或坐姿自行移位到地墊，做出嬰兒式、貓式、蛇式、駱駝式、躺姿抱腳、橋式、側躺蝴蝶式，並從以上姿勢隨意轉換動作。	觀察 實作	自編自選 教材
第1週 ~ 第18週	1	手與手臂使用	手部精細操作	推或拉物。 物品的拋丟或接住。 物品的抓握或放開。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關	手部運動 左右手指壓按手持式風扇、捏壓復健治療	觀察 實作	自編自選 教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第一、三、四類)

				拇指合併其他手指及手掌的抓握。	的動作技能。	球、拉彈力繩、跟老師做各種手伸展姿勢動作、拋接球。		
第 1 週 ~ 第 18 週	1	身體姿勢的維持 身體姿勢的改變	具備四肢與軀幹的關節活動能力。 具備改變身體姿勢技能。 具備移動技能。 參與生活作息。	站姿的維持。 蹲姿的維持。 蹲姿與站姿的轉換。 扶物側走。	維持或改善四肢與軀幹的關節活動。 具備與日常生活相關的動作技能。	腳部運動 扶物起立蹲下、踢球、彎腰拾物、扶桌椅牆壁側走。	觀察 實作	自編自選 教材

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。