

臺南市公立安南區九份子國民(中)小學 113 學年度第一學期中高年級彈性學習 功能性動作訓練 課程計畫 (普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

學習主題名稱	功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	中高年級	教學節數	本學期共(22)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■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	藉各類休閒活動的學習，訓練手眼協調控制、手與手臂使用技能、手部精細操作技能、雙側協調等，維持與促進學生生活中的活動所需之動作能力。							
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. 增進手指協調與控制能力。 2. 提升肩上丟擲的動作能力。 3. 提升優勢上肢的運動能力。							
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 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	實作評量、觀察評量、口語評量							
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
第一週	1	過肩投擲	特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 特功 2-9 具備動	特功 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 J-2 複	能將單手持的球過肩投擲。	1. 能將地板滾球之軟球以鉛球方式過肩投擲。 2. 能將籃球以鉛球方式過肩投擲。	實作評量、 觀察評量、 口語評量	無
第二週	1							
第三週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第四週	1		作計畫技能。	雜或連續二個以上動作的模仿。		3. 能將 1kg 沙球以鉛球方式過肩投擲。	
第五週	1						
第六週	1						
第七週	1						
第八週	1	跟著節奏動一動	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-9 具備動作計畫技能。 特功 3-2 參與學習活動。	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 J-2 複雜或連續二個以上動作的模仿。	1. 能跟著老師做出上肢韻律動作。 2. 能跟著運動影片做出運動動作。	1. 能以彈力帶做出上肢運動動作。 2. 能在軟墊上做出上肢為主的身體運動動作。	無
第九週	1						
第十週	1						
第十一週	1						
第十二週	1						
第十三週	1						
第十四週	1						
第十五週	1						
第十六週	1	彈琴不打結	特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 3-3 參與非經常性活動。	特功 I-21 有目的的依序按壓鍵盤。	能依鋼琴譜用手指按壓琴鍵。	1. 能以左手彈出歌曲的單音旋律。 2. 能以右手彈出歌曲的單音伴奏。 3. 能兩手一起彈奏歌曲。	倫敦鐵橋
第十七週	1						
第十八週	1						
第十九週	1						
第二十週	1						
第二十一週	1						
第二十二週	1						

◎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。

臺南市公立安南區九份子國民(中)小學 113 學年度第二學期中高年級彈性學習 功能性動作訓練 課程計畫 (普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

學習主題名稱	功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	中高年級	教學節數	本學期共(22)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■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	藉各類休閒活動的學習，訓練手眼協調控制、手與手臂使用技能、手部精細操作技能、雙側協調等，維持與促進學生生活中的活動所需之動作能力。							
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. 增進手指協調與控制能力。 2. 提升肩上丟擲的動作能力。 3. 提升優勢上肢的運動能力。							
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	實作評量、觀察評量、口語評量							
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
第一週	1	手舞不打結	特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	特功 I-2 換手持物。 特功 I-3 雙掌互擊或拍手。	能以手搭配簡單道具依序做出連續動作。	1. 能說出杯子舞口訣。 2. 能邊說邊做出杯子舞的連續動作。	實作評量、觀察評量、口語評量	無
第二週	1							
第三週	1							
第四週	1							
第五週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第六週	1			特功 J-5 序列性動 作的執 行。			
第七週	1						
第八週	1	地板滾球	特功 2-6 具備手 與手臂使用技 能。 特功 2-9 具備動 作計畫技能。	特功 G-5 物 品的拋丟 或接住。 特功 J-2 複 雜或連續 二個以上 動作的模 仿。	能單手丟擲 球至目標 區。	1. 能將地板滾球丟擲超過 1.5 公尺距離。 2. 能將地板滾球丟擲進 2.5 公尺遠的呼拉圈內。 3. 能將地板滾球丟擲進 3.5 公尺遠的呼拉圈內。	實作評量、 觀察評量、
第九週	1						
第十週	1						
第十一週	1						
第十二週	1						
第十三週	1						
第十四週	1						
第十五週	1						
第十六週	1	做出簡易料理	特功 2-5 具備舉 起與移動物 品技能。 特功 2-6 具備手 與手臂使用技 能。 特功 2-9 具備動 作計畫技能。	特功 F-1 物 品的舉起 或放下。 特功 G-4 物 品的轉動 或扭轉。 特功 J-4 指 令下複雜 或連續二 個以上動 作的執 行。	1. 能將食材 攪拌均 勻。 2. 能用料理 鏟翻煎食 材。	1. 能用筷子或攪拌棒攪拌 蛋液至均勻。 2. 能用料理鏟煎熟荷包蛋 或散蛋。 3. 能用料理鏟煎熟奶油蛋 吐司條。 4. 能用料理鏟煎炒番茄炒 蛋。	實作評量、 觀察評量、 口語評量
第十七週	1						
第十八週	1						
第十九週	1						
第二十週	1						
第二十一週	1						
第二十二週	1						

◎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。