

臺南市公立中西區忠義國民小學 113 學年度第一學期低中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)	一、三年級(E組)	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	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	期許學生在藉由基礎的動作訓練，能靈活肢體動作以強化工具的使用，並能保健自己的身體，以在生活中有基本的活動能力和安全活動的觀念。							
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，以促進生活參與及生活獨立。							
課程目標	1. 利用手指的精細動作操作工具或物品。 2. 透過肢體活動，增進身體健康。 3. 學習肢體活動的互動遊戲，促進同儕間的遊戲參與。 4. 遵守活動規則與留意活動安全。							
配合融入之領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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	1. 能在協助下，安全的使用身體部位動起來，增加肌耐力。 2. 在指導下，能確實做好所學習的活動練習。 3. 在實際互動下，能認真參與互動遊戲。 4. 在活動時，能遵守規則、注意安全。							
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	6	平衡不簡單	特功 2-1 具備維	特功B-8 站	1. 在地面做	在協助下，完成滾翻、支撐、	觀察評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

至 第 6 週			持身體姿勢技能。	姿的維持。 特功B-9 蹲姿的維持。 特功B-10 單腳站姿勢的維持。	出靜態平衡動作。 2. 在地面做出動態平衡動作。	平衡、懸垂遊戲。	實作評量 同儕互評	
第 7 週 至 第 11 週	5	追趕跑跳碰	特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-6 具備手與手臂使用技能。	特功 E-11 跑步。 特功 E-15 攀爬。 特功 E-21 不同情境下安全移動的速度調整。 特功 G-3 伸手取物。	1. 能聽清楚指令做好動作。 2. 能活動的過程，能注意安全。	1. 用助行器走操場一圈 2. 不用助行器走操場半圈	觀察評量 實作評量	自編教材
第 12 週 至 第 15 週	4	色彩高手	特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。	特功 H-11 握筆位置的調整。 特功 I-5 握筆塗鴉。 特功 I-14 範圍內的著色。	1. 能正確握筆著色。 2. 能將色筆著色控制在圖框內。	1. 給學生指定的圖案圖顏色 2. 教導注意事項 (1)同一個區塊畫同一個顏色 (2)不可凸出外框 (3)顏色要飽滿	觀察評量 實作評量	自編教材 著色圖
第 16 週 至 第 21 週	6	團體遊戲(一)	特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-2 具備改	特功 B-8 站姿的維持。 特功 E-11 跑步。	1. 能遵守遊戲規則，並注意安全。 2. 能積極參	1. 123 木頭人-調整 (1)老師教導並示範玩 123 木頭人遊戲 (2)請學生做出自己定格時想	觀察評量 實作評量 同儕互評	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			變身體姿勢技能。 特功 2-4 具備移動技能。	特功 E-21 不同情境下安全移動的速度調整。 特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。	與遊戲。	要的動作 (3)學生反覆遊戲直到熟練 (4)鼓勵及獎賞有抓到及認真參與遊戲的學生		
--	--	--	----------------------------	---	------	--	--	--

◎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。

臺南市公立中西區忠義國民小學 113 學年度第二學期低中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)	一、三年級(3人)	教學節數	本學期共(20)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. □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	希望學生在藉由基礎的動作訓練，在生活中能運用身體動作進行活動或參與遊戲，以促進身心體健康，及能遵守規則，活動中注意安全，保護自己不受傷或降低傷害。							
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。							
課程目標	1. 透過肢體活動，增進身體健康。 2. 學習肢體活動的互動遊戲，促進同儕間的遊戲參與。 3. 利用手指的精細動作操作工具或物品。 4. 遵守活動規則與留意活動安全。							
配合融入之領域 或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input checked="" 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 checked="" 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	1. 能在協助下，安全的使用身體部位動起來，增加肌耐力。 2. 在指導下，能確實做好所學習的活動練習。 3. 在實際互動下，能認真參與互動遊戲。 4. 在活動時，能遵守規則、注意安全。							
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	10	玩球趣味多	特功2-8 具備雙	特功I-1 雙	能把小球拿	1. 能坐著把小球拿在手上練	觀察評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

至 第十週			側協調與眼手協調技能。	手持物。 特功 J-1 簡單或單一 動作的模 仿。	在手上練習 拋球。	習拋球。 2. 能坐著把大球拿在手上練習拋球。 3. 能坐著將球拋過指定的位子。 4. 能坐著有節奏的拍球。 5. 能坐著與同學互相拋接球。	實作評量 同儕互評	
第十一週 至 第十六週	6	認識跳繩	特功2-6 具備手與手臂使用技能。	特功A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 G-4 物品的轉動或扭轉。	1. 能握繩、甩繩的動作要領。 2. 學會個人甩繩的基本動作。	在坐著協助下，完成甩繩。	觀察評量 實作評量	自編教材
第十七週 至 第二十週	4	巧手串珠	特功 2-7 具備手部精細操作技能。 特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。	特功 H-2 手指耙起小物。 特功 H-3 拇指合併其他手指及手掌的抓握。 特功 H-4 前三指指腹的抓握。 特功 H-5 拇指及食指尖的撿拾。 特功 I-8 串珠子。	1. 能運用手指抓起珠子穿過手環繩。 2. 能試著串出自己喜歡的手環樣式。	1. 大、小珠子串珠手環 (1)老師示範用大珠子串出基本型手環 (2)由學生自己反覆練習 (3)老師示範用小珠子串出基本型手環 (4)由學生自己反覆練習 2. 創意串珠 (1)老師示範用各種不同的珠子串一條手環 (2)引導學生自己用不同的珠子創作屬於自己特色的手環	觀察評量 實作評量	自編教材 著色圖

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

- ◎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。