

臺南市公立歸仁區保西國民小學 114 學年度第 1 學期五年級彈性學習特殊需求課程計畫(特教班)

學習主題名稱		功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(21)節		
彈性學習課程 四類規範		3. 特殊需求領域課程 身障類： ☐ 生活管理 ☐ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☒ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類： ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類： ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☐ 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學						
設計理念		本課程大綱主要是以基本動作技能、學校功能性活動以及能適應環境為主，以具此特殊需求的學生，只需訓練達到具備基本動作技能，並有足夠參與學校動作活動的能力為目標。功能性動作活動與參與困難的肢體障礙學生，搭配行動輔具融入本課程中，俾利學生有意義的參與學校活動，以及達到預防與促進身體健康重要的功能。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		A1 身心素質與自我精進 E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 A3 規劃執行與創新應變 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。						
課程目標		1. 增進學生動作的活動與參與，奠定日常生活的基本能力。 2. 運用功能性動作技能，促成學生有意義的參與學校功能性活動。 3. 維持或改善身體活動能力，達到預防與促進身體健康重要的功能。						
配合融入之領域 或議題		☐ 國語文 ☐ 英語文 ☒ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☒ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☒ 科技融入參考指引				☐ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☐ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☒ 戶外教育 ☐ 國際教育		
表現任務		實作評量						
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～ 第五週	5	氣球達人	特功 2-6 具備手 與手臂使用技 能。	特功 H-3 拇指合併其 他手指及手	1. 能自己觸 碰並取球。 2. 能將丟擲	1. 伸手觸碰到指定距離的氣 球或小球、羽球。 2. 伸手取回指定距離的氣球。	實作評量	自選球類與教材 特奧適應體育手 冊

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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。	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 G-4 物品的轉動或扭轉。	到指定範圍 3. 能與老師或同儕進行丟接球活動。 4. 利用羽球拍打氣球。	3. 雙手拿氣球拋至指定框框內。 4. 進行羽球拍打與傳接球(氣球)。 5. 與他人進行拋接球(氣球)。		
第六週～第十週	5	扭扭捏捏	特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 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-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 G-4 物品的轉動或扭轉。	1. 透過翻滾練習增進扭力。 2. 透過按壓練習增進手部精細與粗大動作。 3. 旋扭練習。	1. 兩人一組(助理員與學生)，扭擰被單或長條布料活動。 2. 兩人一組(助理員與學生)，扭擰被單或長條布料、個人練習時間為扭擰毛巾。 3. 瓶蓋旋轉計時賽。 4. 在教室軟墊上進行翻滾活動(側滾)。	實作評量	職能治療師建議活動記錄、自編活動
第十一週～第十五週	5	彈「指」可得	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 I-8 串珠子。 特功 H-10 單手連續把掌心小物移至手指處放	1. 完成串珠子的活動。 2. 能將紙張摺出指定的圖案。	1. 模仿完成串珠(單一形狀、顏色)、(單一形狀、不同顏色)、(不同顏色、形狀) 2. 自行完成串珠(單一形狀、顏色)、(單一形狀、不同顏色)、(不同顏色、形狀)	實作評量	職能治療師建議活動記錄、自編活動

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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。	掉。		3. 繩子穿鈕釦。 4. 摺色紙活動。		
第十六週 ～第十九週	4	我的生活我做主	特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 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-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 G-4 物品的轉動或扭轉。	增進自理能力與手部精細動作	1. 仿生活活動訓練（折衣、開瓶、剪貼） 2. 與他人合作任務。	實作評量	自選球類與教材特奧適應體育手冊
第二十週 ～第二十一週	2	空間感我最強	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. 建立基本方位與方向概念。 2. 增進對空間與距離的理解力。 3. 培養從自身出發的空間覺察能力。 4. 學會理解	1. 教師介紹左右、前後、上下等基本方向詞。 2. 助行器移動練習：依指令向左/右/前/後移動一步。 3. 使用地圖教具尋找位置（如：在右邊的桌上）。 4. 活動：描述物件在何處，讓組員猜出位置。 5. 利用彩色貼紙標示教室方位（如：門在東邊）。	實作評量	物理治療師建議活動記錄、自編活動

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

					口語方位指令。 5. 培養使用空間語言表達能力。	6. 操作「迷宮墊」遊戲，練習口述與理解方向指令。 7. 輪椅模擬進行「找寶藏」活動，尋找藏物品。 8. 玩「我是導航員」：一人指路、一人移動。 9. 學生練習使用「在…的左邊/右邊/上面/下面」造句。 10. 回顧學習並進行簡單的方位配對遊戲。		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎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。

臺南市公立歸仁區保西國民小學 114 學年度第 2 學期五年級彈性學習特殊需求課程計畫(特教班)

學習主題名稱	功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	五年級	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： ☐ 生活管理 ☐ 社會技巧 ☐ 學習策略 ☐ 職業教育 ☐ 溝通訓練 ☐ 點字 ☐ 定向行動 ☒ 功能性動作訓練 ☐ 輔助科技運用 資優類： ☐ 創造力 ☐ 領導才能 ☐ 情意發展 ☐ 獨立發展 其他類： ☐ 藝術才能班及體育班專門課程 4. ☐ 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學							
設計理念	本課程大綱主要是以基本動作技能、學校功能性活動以及能適應環境為主，以具此特殊需求的學生，只需訓練達到具備基本動作技能，並有足夠參與學校動作活動的能力為目標。功能性動作活動與參與困難的肢體障礙學生，搭配行動輔具融入本課程中，俾利學生有意義的參與學校活動，以及達到預防與促進身體健康重要的功能。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A1 身心素質與自我精進 E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 A3 規劃執行與創新應變 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。							
課程目標	1. 增進學生動作的活動與參與，奠定日常生活的基本能力。 2. 運用功能性動作技能，促成學生有意義的參與學校功能性活動。 3. 維持或改善身體活動能力，達到預防與促進身體健康重要的功能。							
配合融入之領域 或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☒ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☒ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☒ 科技融入參考指引			☐ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☐ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☒ 戶外教育 ☐ 國際教育				
表現任務	實作評量							
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～ 第五週	4	生活自理大挑戰 (手部精細動作)	特功 2-6 具備手 與手臂使用技 能。	特功 H-3 拇指合併其 他手指及手	1. 增進手部 精細動作靈 活度。	1. 示範使用大釦子與小釦子 練習扣與解 2. 讓學生使用魔鬼氈、鈕釦布	實作評量	物理治療師建議 活動記錄、自編活 動

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			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。	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 G-4 物品的轉動或扭轉。	2. 學會基本生活操作技巧(如扣釦子)。 3. 提升操作工具與物品的信心。 4. 發展左右手協調合作能力。 5. 培養自我照顧的責任感。	板操作練習 3. 以實物練習開水壺蓋與關緊 4. 撕膠帶、黏貼活動(貼圖卡至指定位置) 5. 使用安全剪刀剪直線與曲線圖形 6. 練習開拉鍊、蓋筆盒、整理小物品 7. 玩「收拾遊戲」：將物品分類歸位 8. 操作扣壓式筆蓋與擦拭白板 9. 比賽：誰最能獨立完成 3 個步驟 10. 完成任務貼上「我會照顧自己」貼紙		
第六週～第十週	5	坐姿保齡球趣味賽	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 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 A-3 軀幹的關節	1. 學會基本坐姿運動技巧。 2. 體驗調整力度與方向的動作控制。 3. 建立目標設定與挑戰自我的能力。 4. 培養團體參與感與友善競爭態度。	1. 說明保齡球規則(簡化版) 2. 擺設瓶子與球道(可用寶特瓶與輕球) 3. 教導推球姿勢與力道練習 4. 學生輪流試推球(近距離) 5. 分組計分競賽(教師記錄) 6. 嘗試從不同角度推球進瓶 7. 「障礙球道」版：放置小障礙物增加趣味 8. 播放加油音樂提升氛圍 9. 學生發表比賽心得 10. 教師給予鼓勵獎章或貼紙	實作評量	物理治療師建議活動記錄、自編活動

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

				活動。	5.增進上肢控制與眼手協調。			
第十一週 ～第十五週	5	趣味投擲王	特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 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-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 G-4 物品的轉動或扭轉。	1.增進投擲準確度。 2.學習調整投擲力量。 3.理解拋物線與目標距離的關係。 4.培養競技與合作精神。 5.增強手眼協調能力。	1.教師示範基本坐姿投擲技巧 2.用布球投擲進籃子（近距離） 3.嘗試不同高度與角度的目標投擲 4.紙飛機比距離投擲賽 5.呼拉圈擲準挑戰（固定於牆面或地面） 6.舉辦「我最準」射擊賽（得分制） 7.投擲紙球到不同顏色桶子配對 8.合作投擲接力（輪流傳球再投） 9.反向擲球遊戲（背對擲進目標） 10.學生分享今天最有成就感的動作	實作評量	自選球類與教材特奧適應體育手冊
第十六週 ～第十九週	4	騎向未來（步行車訓練）	特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-5 具備舉起與移動物品技能。 特功 2-2 具備改	特功 B-9 蹲姿的維持。 特功 A-1 左/右上肢的關節活	1.認識不同型態的輔助腳踏車與其功能。 2.體驗使用腳進行踩踏	1.腳踏車認識小教室：透過圖片與實體展示，介紹「手搖車」、「固定式訓練腳踏器」、「步行車」等，讓學生了解多元腳踏車類型與功能。 2.影片觀賞＋討論：觀看肢體	實作評量	物理治療師建議活動記錄、自編活動

			變身體姿勢技能。 特功 2-3 具備移位技能。 特功 2-4 具備移動技能。	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 J-1 簡單或單一動作的模仿。 特功 J-2 複雜或連續二個以上動作的模仿。	運動，提升肢體靈活度與耐力。 3. 增進手腳協調與節奏控制能力。 4. 培養方向感與操作腳踏車的空間感知能力。	障礙者使用腳踏車的生活短片，啟發學生想像「我也能做到！」 3. 熱身活動：進行肩膀繞圈、手臂伸展、踝關節與膝蓋伸屈等準備動作。 4. 步行車體驗：依學生能力，進行足部練習，練習 5~10 次，注意節奏與平衡。 5. 踩踏練習：強調上肢協調與輪流推拉動作，可配合計時器進行節奏訓練。 6. 設定任務路線遊戲：讓學生騎固定式腳踏車完成「虛擬里程」，例如從「學校」騎到「公園」，結合地圖與故事說明路程點。 7. 合作任務「我來你接」：學生步行車送出小球，訓練協作與動作持久力。 8. 操場戶外挑戰賽：若可移至走廊或戶外平面空間，設置標線，模擬直線騎乘、轉彎與煞車停下動作（依學生能力調整） 9. 腳踏小勇士授證：完成活動的學生可獲得「腳踏小勇士勳章」，並與同儕分享騎乘的感	
--	--	--	---	--	--	---	--

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

						受與挑戰。		
第二十週 ~第二十一週	2	推、拉、拿，我可以！	特功 2-6 具備手與手臂使用技能。 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-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 拇特功 A-1 左/右上肢的關節活動。指及食指尖的撿拾。	1. 增強手臂力量與控制能力。 2. 練習常見的推與拉動作。 3. 建立手部穩定與耐力表現。 4. 發展物品抓握與操作技巧。 5. 連結動作至日常功能情境。	1. 使用小推車推動指定路線物品（如：書、盒子）。 2. 桌面拉環練習（如：紙盒、環扣）。 3. 拉門把或抽屜模擬訓練 4. 使用吸盤玩具進行「黏→拉」遊戲。 5. 拔彩虹棍遊戲：訓練手部拉力。 6. 玩「搬物接力」：將物件推送給下位學生。 7. 操作繩索拉拉看遊戲。 8. 桌面吸球器、壓水瓶等操作練習。 9. 在教具上練習反覆推開→拉回動作。 10. 學生示範自己最喜歡的「推拉功能動作」。	實作評量	物理治療師建議活動記錄、自編活動

◎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。