

臺南市公立北區大港國民小學 114 學年度第一學期三年級彈性學習 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)	三	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	1. 期許學生能強化肢體活動能力，提升生活中基本具備之功能。 2. 能應用身體基本能力解決生活中的各種狀況。 3. 強化精細動作及粗大動作操作能力。							
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	一、能增進右上肢的關節活動，加強生活自理能力。 二、能增進左右下肢的關節活動，加強行動能力。 三、能拆開食物的包裝或外皮。 四、能聽指令執行一至二個動作。							
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	1. 能伸手碰觸到指定的物品和位置。 2. 能在口語提示下，進行拉筋運動。 3. 能雙手，用拇指和食指抓握不同的小東西。 4. 能自主地放開手裏握住的東西，分別放到指定的位置。							
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

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第一週 － 第四週	4	身體舒展	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力 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。	1. 能在協助下壓膝拉筋 2. 能獨立抱桌側面壓腿拉筋	上半身拉拉筋 1. 能將手移動到指定位置。 2. 能伸手碰觸到指定的物品和位置。 3. 能模仿老師動作並進行拉筋運動。	實作評量	自編教材
第五週 － 第八週	4	身體舒展	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。	功 A-2 左/右下肢的關節活動。	能獨立抱桌側面壓腿拉筋	下半身拉拉筋 1. 能伸手碰觸到指定的物品和位置。 2. 能在口語提示下，進行拉筋運動。	實作評量	自編教材
第九週 － 第十二週	4	追跡遊戲	特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 2-5 具備舉起與移動物品技能。	特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 H-4 前三指指腹的抓握。	能聽懂簡單的單一動作指令並執行	沿線拿放物品 1. 能用拇指和食指抓握約手掌大的東西。 2. 能自主地放開手裏握住的東西。	實作評量	自編教材
第十三週 － 第十六週	4	追跡遊戲	特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 2-5 具備舉起與移動物品技能。	特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 H-4 前三指指腹的抓握。	能聽懂簡單的單一動作指令並執行	沿線拿放物品 1. 能用拇指和食指抓起小東西。 2. 能自主地放開手裏握住的東西，並放到指定的位置。	實作評量	自編教材
第十七週 － 第二十一週	5	追跡遊戲	特功 J-4 指令下複雜或連續二個動作的執行。 特功 2-5 具備舉起與移動物品技能。	特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。 特功 H-4 前三指指腹的抓握。	能聽懂二個簡單動作指令並執行	雙手沿線拿放物品 1. 能雙手，用拇指和食指抓起不同的小東西。 2. 能自主地放開手裏握住的小東西，分別放到指定的位置。	實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

◎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。

臺南市公立北區大港國民小學 114 學年度第二學期三年級彈性學習 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)	三	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	1. 期許學生能強化肢體活動能力，提升生活中基本具備之功能。 2. 能應用身體基本能力解決生活中的各種狀況。 3. 強化精細動作及粗大動作操作能力。							
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	一、控制手部力量進行疊疊樂遊戲。 二、控制手部力量進行骨牌遊戲。 三、控制腿部力量進行跳格子遊戲。 四、控制腿部力量進行跳格子遊戲。							
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	1. 能以拇指和食指拿取自己想拿的小物品。 2. 能將小物品放置到自己想放置的位子。 3. 能保持平衡，進行向前跳躍和原地跳躍。 4. 能保持平衡，跨越和跳躍障礙物。							
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

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第一週 － 第四週	3	手部平衡-控制力的訓練	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力	特功 H-4 前三指指腹的抓握。	能控制手部力量，進行疊疊樂遊戲	疊高積木：疊疊樂	實作評量	自編教材
第五週 － 第八週	4	手部平衡-控制力的訓練	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力	特功 H-4 前三指指腹的抓握。	能控制手部力量進行骨牌遊戲	疊高積木：骨牌	實作評量	自編教材
第九週 － 第十二週	4	左/右下肢的關節活動	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動 特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。	能控制腿部力量，並保持平衡，進行跳格子任務。	跳格子	實作評量	自編教材
第十三週 － 第十六週	4	左/右下肢的關節活動	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動 特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。	能控制腿部力量，並保持平衡，進行跳房子任務。	跳房子	實作評量	自編教材
第十七週 － 第二十一週	5	左/右下肢的關節活動	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力 特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動 特功 E-17 繞過障礙物	能控制腿部力量，並保持平衡，跨越或跳躍障礙物。	跳過障礙物	實作評量	自編教材

◎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。