

臺南市立延平國民中學 114 學年度第一學期八年級彈性學習 功能性動作訓練 課程計畫(□普通班/■資源班/□藝才班)

學習主題名稱	功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(21)節																																						
彈性學習課程 四類規範	<p>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</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	<p>1. 身體活動是功能性動作技能的基礎，更有助於維持肌力、預防肌肉萎縮及關節攣縮，對嚴重動作困難的學生尤其重要。</p> <p>2. 功能性動作技能為與日常生活 相關的粗大動作極精細動作技能。</p> <p>3. 運用功能性動作技能參與日常生活，除了是動作技能學習的落實與體現之外，也讓學習者在生活中能夠實踐力行。</p>																																										
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>																																										
課程目標	<p>1. 發展並強化身體活動能力及功能性動作技能。</p> <p>2. 運用身體活動能力及功能性動作技能，發展並提升參與學校生活的能力，實踐及因應生活環境中的各種挑戰。</p> <p>3. 具備身體活動能力及功能性動作技能，以因應經常性及非經常性的學校生活。</p>																																										
配合融入之領域 或議題	<table border="0"> <tr> <td><input type="checkbox"/>國語文</td> <td><input type="checkbox"/>英語文</td> <td><input type="checkbox"/>英語文融入參考指引</td> <td><input type="checkbox"/>本土語</td> <td><input type="checkbox"/>性別平等教育</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>人權教育</td> <td><input type="checkbox"/>環境教育</td> <td><input type="checkbox"/>海洋教育</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>品德教育</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/>數學</td> <td><input type="checkbox"/>社會</td> <td><input type="checkbox"/>自然科學</td> <td><input type="checkbox"/>藝術</td> <td><input type="checkbox"/>綜合活動</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>生命教育</td> <td><input type="checkbox"/>法治教育</td> <td><input type="checkbox"/>科技教育</td> <td><input type="checkbox"/>資訊教育</td> <td><input type="checkbox"/>能源教育</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/>健康與體育</td> <td><input type="checkbox"/>生活課程</td> <td><input type="checkbox"/>科技</td> <td><input type="checkbox"/>科技融入參考指引</td> <td></td> <td><input type="checkbox"/>安全教育</td> <td><input type="checkbox"/>防災教育</td> <td><input type="checkbox"/>閱讀素養</td> <td><input type="checkbox"/>多元文化教育</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td><input checked="" type="checkbox"/>生涯規劃教育</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>家庭教育</td> <td><input type="checkbox"/>原住民教育</td> <td><input type="checkbox"/>戶外教育</td> <td><input type="checkbox"/>國際教育</td> </tr> </table>					<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"/> 性別平等教育	<input checked="" type="checkbox"/> 人權教育	<input type="checkbox"/> 環境教育	<input type="checkbox"/> 海洋教育	<input checked="" type="checkbox"/> 品德教育	<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"/> 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"/> 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"/> 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 checked="" 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
<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"/> 性別平等教育	<input checked="" type="checkbox"/> 人權教育	<input type="checkbox"/> 環境教育	<input type="checkbox"/> 海洋教育	<input checked="" type="checkbox"/> 品德教育																																			
<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"/> 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"/> 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"/> 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 checked="" 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	實際進行功能性動作訓練																																										
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 第三週 (搭配其他週次)	3	四肢與軀幹的關節活動(特功A)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 A-2	1. 左右上肢能依照指示伸展及彎曲。 2. 左右下肢能依	1. 依照指定姿勢伸展上肢。 2. 依照指定姿勢伸展下肢。 3. 上背按摩：從胸椎到腰椎，按摩脊柱兩旁的肌群，並在	觀察 實作	自編教材學習單																																			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

動作綜合安排)				左/右下肢的關節活動。 特功 A-3 軀幹的關節活動。	照指示伸展及彎曲。 3. 身體能依照指示前彎。 4. 上軀幹能依照指示左右轉動。	最膨出處稍微施加壓力。 4. 足部牽拉: 踝足背屈, 反方向牽拉。 5. 腿部牽拉: 腹部平貼在地, 運用浴巾勾住腳踝往屁股方向牽拉。 6. 坐輪椅坐姿體前彎碰腳。		
第四週 第六週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	3	身體姿勢的維持 (特功 B)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。	特功 B-2 前臂支撐下俯臥姿勢的維持。 特功 B-4 四足跪姿的維持。 特功 B-5 高跪姿的維持。 特功 B-8 站姿的維持。	1. 能維持前臂支撐俯臥姿勢。 2. 能維持四足跪姿姿勢。 3. 能扶牆面或椅子維持高跪姿姿勢。 4. 能扶牆面或椅子維持站姿。	1. 維持趴姿撐手, 手肘彎曲撐。 2. 維持四足跪姿。 3. 維持扶椅子高跪姿。 4. 扶椅子維持站姿。	觀察 實作	
第七週 第八週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	2	身體姿勢的改變 (特功 C)	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 C-1 翻身。 特功 C-2 躺與坐姿的轉換。 特功 C-3 地板坐姿與站姿的轉換。	1. 能單次翻身。 2. 能從躺姿翻身轉為趴姿勢, 並用手撐起上半身轉為坐姿。 3. 能在地面從坐姿扶物撐起身軀轉為高跪姿, 再轉為扶物站姿。	1. 單次翻身。 2. 躺姿→趴姿→跪姿→坐姿。 3. 地板坐姿→跪姿→扶物站姿。	觀察 實作	
第九週	3	移位 (特	特功 1-1	特功 D-1	1. 能在躺臥姿運	1. 躺臥姿挪動身體。	觀察	

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

<p>第十一週</p> <p>(搭配其他週次 動作綜合安排)</p>		<p>功 D)</p>	<p>具備四肢與軀幹的關節活動能力。</p> <p>特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。</p> <p>特功 2-3 具備移位技能。</p>	<p>躺臥下的身體挪動。</p> <p>特功 D-2 地板坐姿下的身體挪動。</p>	<p>用軀幹力量挪動身體移位。</p> <p>2. 能在地板坐姿下挪動身體移位。</p>	<p>2. 地板坐姿挪動身體。</p>	<p>實作</p>	
<p>第十二週</p> <p>第十四週</p> <p>(搭配其他週次 動作綜合安排)</p>	<p>3</p>	<p>移動(特功 E)</p>	<p>特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。</p> <p>特功 2-2 具備改變身體姿勢技能。</p> <p>特功 2-4 具備移動技能。</p>	<p>特功 E-1 連續翻身。</p> <p>特功 E-2 腹部貼地的匍匐前進。</p> <p>特功 E-4 扶物側走。</p> <p>特功 E-5 室內行走。</p> <p>特功 E-16 同樓層的移動。</p> <p>特功 E-20 不同建築物間的移動。</p>	<p>1. 能連續翻身移動位置。</p> <p>2. 能腹部貼地的匍匐前進。</p> <p>3. 能扶著牆面側走。</p> <p>4. 能扶著牆面或桌椅在室內行走。</p> <p>5. 能不扶物在室內行走。</p> <p>6. 能運用助行器從教室移動到同樓層其他科任教室。</p> <p>7. 能從教室運用助行器移動到不同建築物科任教室。</p>	<p>1. 連續翻身。</p> <p>2. 腹部貼地匍匐前進。</p> <p>3. 扶著牆面或桌椅在室內行走。</p> <p>4. 手不扶物向前行走。</p> <p>5. 運用助行器從教室移動到同樓層其他科任教室外。</p>	<p>觀察 實作</p>	
<p>第十五週</p> <p>第十六週</p>	<p>2</p>	<p>舉起與移動物品 (特功</p>	<p>特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。</p>	<p>特功 F-4 踢球。</p> <p>特功 F-5</p>	<p>1. 能坐輪椅用腳踢大球。</p> <p>2. 能踩踏三輪</p>	<p>1. 坐輪椅用腳踢大球。</p> <p>2. 在操場或樹陰下騎三輪車。</p>	<p>觀察 實作</p>	

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

(搭配其他週次 動作綜合安排)		F)		腳踏車踏板的踩 踏。	車。			
第十七週 第十八週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	2	手與手臂 使用(特 功 G)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的 關節活動能力。 特功 2-6 具備手與手臂使用 技能。	特功 G-3 伸手取物。 特功 G-4 物品的轉動或扭 轉。	1. 能伸手拿取桌 面物品。 2. 能轉動門把開 門。 3. 能扭乾毛巾。	1. 伸手拿取桌面指定物品。 2. 坐輪椅姿勢轉動門把出入。 3. 扭乾毛巾擦汗。	觀察 實作	
第十九週 第二十一週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	3	交通工具 的乘坐與 駕駛(特 功 K)	特功 2-10 具備乘坐與駕駛交 通工具技能。	特功 K-3 騎腳踏車。	1. 能騎三輪車並 控制好方向繞 操場。	1. 樹陰下騎三輪車。 2. 騎三輪車繞操場。	觀察 實作	

◎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。

臺南市立延平國民中學 114 學年度第二學期八年級彈性學習 功能性動作訓練 課程計畫 (普通班 / 資源班 / 藝才班)

學習主題名稱	功能性動作訓練		實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(20)節		
彈性學習課程 四類規範	<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	<p>1. 身體活動是功能性動作技能的基礎，更有助於維持肌力、預防肌肉萎縮及關節攣縮，對嚴重動作困難的學生尤其重要。</p> <p>2. 功能性動作技能為與日常生活 相關的粗大動作極精細動作技能。</p> <p>3. 運用功能性動作技能參與日常生活，除了是動作技能學習的落實與體現之外，也讓學習者在生活中能夠實踐力行。</p>							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>							
課程目標	<p>1. 發展並強化身體活動能力及功能性動作技能。</p> <p>2. 運用身體活動能力及功能性動作技能，發展並提升參與學校生活的能力，實踐及因應生活環境中的各種挑戰。</p> <p>3. 具備身體活動能力及功能性動作技能，以因應經常性及非經常性的學校生活。</p>							
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 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 checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" 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 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 checked="" 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	實際進行功能性動作訓練							
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 第三週 (搭配其他週次)	2	四肢與軀幹的關節活動(特功A)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 A-2	1. 左右上肢能依照指示伸展及彎曲。 2. 左右下肢能依	1. 依照指定姿勢伸展上肢。 2. 依照指定姿勢伸展下肢。 3. 伸展軀幹：背部最膨出處躺在枕頭、棉被捲上，過程中	觀察 實作	自編教材學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

動作綜合安排)			左/右下肢的關節活動。 特功 A-3 軀幹的關節活動。	照指示伸展及彎曲。 3. 身體能依照指示前彎。 4. 上軀幹能依照指示左右轉動。	要注意頸椎是否受到壓迫 4. 軀幹上肢伸展：雙手沿著牆面向上伸展，持續一段時間。 5. 下肢伸展：坐姿單腳盤腿拉筋。 6. 被動仰臥起坐肩膀離開地面一點點。		
第四週 第六週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	3	身體姿勢的維持 (特功 B)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。	特功 B-3 手掌支撐下俯臥姿勢的維持。 特功 B-8 站姿的維持。	1. 能維持手掌支撐俯臥姿勢。 2. 能扶牆面或椅子維持站姿。	1. 維持手掌支撐俯臥姿勢。 2. 貼牆壁站立手扶椅子。 3. 扶牆面維持站姿。	觀察 實作
第七週 第八週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	2	身體姿勢的改變 (特功 C)	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 C-1 翻身。 特功 C-2 躺與坐姿的轉換。 特功 C-3 地板坐姿與站姿的轉換。 特功 C-4 座椅坐姿與站姿的轉換。	1. 能單次翻身。 2. 能從躺姿翻身轉為趴姿勢，並用手撐起上半身轉為坐姿。 3. 能在地面從坐姿扶物撐起身軀轉為高跪姿，再轉為扶物站姿。	1. 單次翻身。 2. 躺姿→趴姿→跪姿→坐姿。 3. 地板坐姿→跪姿→扶物站姿。 4. 輪椅坐姿→扶物站姿。	觀察 實作
第九週 第十一週 (搭配其他週次)	3	移位(特功 D)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-2	特功 D-1 躺臥下的身體挪動。 特功 D-2	1. 能在躺臥姿運用軀幹力量挪動身體移位。 2. 能在地板坐姿	1. 躺臥姿挪動身體。 2. 地板坐姿挪動身體。 3. 輪椅坐姿→扶物站姿→三輪車坐姿。	觀察 實作

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

動作綜合安排)			具備改變身體姿勢技能。 特功 2-3 具備移位技能。	地板坐姿下的身體挪動。 特功 D-3 相同高度設備間的移位。	下挪動身體移位。 3. 能從輪椅起身，轉移到三輪車座椅。			
第十二週 第十四週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	3	移動(特功 E)	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 2-4 具備移動技能。	特功 E-3 腹部離地以手和膝蓋的爬行。 特功 E-5 室內行走。 特功 E-10 兩腳一階或一腳一階的上下樓梯。 特功 E-19 不同樓層間的移動。 特功 E-20 不同建築物間的移動。	1. 能腹部離地以手和膝蓋的爬行。 2. 能扶著牆面或桌椅在室內行走。 3. 能兩腳一階上下樓梯。 4. 能兩腳一階上下樓梯到科任教室。 5. 能從教室運用助行器移動到不同建築物科任教室。	1. 四足跪姿匍匐前進。 2. 推輪椅行走。 3. 兩腳一階上樓梯移動到下一節課教室。 4. 從教室運用助行器移動到不同建築物科任教室外。	觀察 實作	
第十五週 第十六週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	2	舉起與移動物品 (特功 F)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。	特功 F-4 踢球。 特功 F-5 腳踏車踏板的踩踏。	1. 能坐輪椅用腳踢大球。 2. 能踩踏三輪車。	1. 坐輪椅用腳踢大球。 2. 在操場或樹陰下騎三輪車。	觀察 實作	
第十七週 第十八週 (搭配其他週次	2	手與手臂使用(特功 G)	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-5	特功 G-3 伸手取物。 特功 G-4 物品的轉動或扭	1. 能轉動門把開門。 2. 能轉開水壺喝水。	1. 手扶助行器轉動門把出入。 2. 轉開全新未開礦泉水。 3. 坐姿不靠背丟接球訓練軀幹肌力。	觀察 實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

動作綜合安排)			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。	轉。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。	3. 能坐輪椅丟接球。		
第十九週 第二十一週 (搭配其他週次 動作綜合安排)	3	交通工具的乘坐與駕駛(特功 K)	特功 2-10 具備乘坐與駕駛交通工具技能。	特功 K-3 騎腳踏車。	1. 能騎三輪車並控制好方向繞操場。	1. 樹陰下騎三輪車。 2. 騎三輪車繞操場。	觀察 實作

◎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。