

臺南市公立玉井區玉井國民小學 115 學年度第一學期一、四、五年級彈性學習特殊需求功能性動作訓練課程計畫(■特教班)

學習主題名稱		特殊需求(C組)-功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	一、四、五	教學節數	本學期共(84)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		強化學生粗大和精細動作的功能性動作技能						
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. 能配合老師和治療師做上下肢的關節復健 2. 能配合老師和治療師做口腔、頸部、手部及腿部肌肉按摩 3. 各項姿勢的變化及肌耐力訓練 4. 搭配音樂節奏進行手部肌耐力訓練						
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		指認評量口語評量觀察評量實作評量態度評量						
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
第一週 第二週	20	上下肢的關節復健	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。	1、 能在老師的身體協助下，配合上臂拉筋左右各 15－20 下(兩個循環)，正確率	融入健體課/功能性動作訓練，來進行相關粗	觀察評量實作評量態度評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第三週			力。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動。	達 90%	大與精細動作的訓練。		
第四週					2、 能在老師的身體協助下，配合手肘拉筋左右各 15—20 下(兩個循環)，正確率達 90%			
第五週					3、 能在老師的身體協助下，配合下肢拉筋左右各 15—20 下(兩個循環)，正確率達 90%			
					4、 能在老師的身體協助下，配合腳底板肌肉按摩維持左右腳一分鐘，正確率達 90%			
第六週	20	復健按摩我不怕	特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。	特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持。 特功 B-6 地板坐姿的維持。 特功 B-8 站姿的維持。	1. 能在老師的身體協助下，配合口腔肌按摩維持一分鐘，正確率達 90%	融入健體課/功能性動作訓練，來進行相關粗大與精細動作的訓練。	觀察評量實作評量態度評量	自編
第七週					2. 能在老師的身體協助下，配合頸部肌肉按摩維持一分鐘，正確率達 90%			
第八週					3. 能在老師的身體協助下，配合手部肌肉按摩維持一分鐘，正確率達 90%			
第九週					4. 能在老師的身體協助下，配合腿部肌肉按摩維持一分鐘，正確率達 90%			

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十週								
第十一週	24	姿勢變化好 簡單	特功 1-1 具備 四肢與軀幹的 關節活動能 力。 特功 2-1 具備	特功 A-1 左/ 右上肢的關 節活動。 特功 A-2 左/ 右下肢的關	1. 能在站立架上，持續站立 45 分鐘以上，正確率達 90% 2. 能雙手撐地趴在楔型板輔 具上，俯臥抬頭，維持 5 秒，正確率達 80%	融入健體課/功能 性動作訓 練，來進行相關粗 大與精細 動作的訓練。	觀察評量實 作評量態度 評量	自 編
第十二週								
第十三週								
第十四週								
第十五週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十六週			維持身體姿勢技能。	節活動。 特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持。 特功 B-6 地板坐姿的維持。 特功 B-8 站姿的維持。	3. 能雙手撐地趴在楔型板輔具上，俯臥抬頭，頭部向上敲擊樂器 5 下，正確率達 80% 4. 能在老師的身體協助下（穩定肩膀和輕托下巴），雙手撐地（綁副木）盤坐並抬頭挺胸，維持 10 秒，正確率達 80% 5. 能在老師的身體協助下（穩定肩膀和輕托下巴），雙手撐地（綁副木）屈膝坐並抬頭挺胸，維持 10 秒，正確率達 80% 6. 能在老師的身體協助下，雙手撐地（綁副木）盤坐並抬頭挺胸，頭部敲擊樂器，上下左右各 3 次，正確率達 80% 7. 能在老師的身體協助下，雙手撐地（綁副木），屈膝坐並抬頭挺胸，頭部敲擊樂器，上下左右各 3 次，正確率達 80%			
------	--	--	-----------	--	---	--	--	--

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十七週	20	樂器好好玩	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 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 B-1 頭頸直立姿勢的維持。 特功 B-6 地板坐姿的維持。 特功 B-8 站姿的維持。	- 能跟著音樂韻律，雙手輪流向前伸展敲擊鈴鼓，拍打 5 下，正確率達 80% - 能跟著音樂韻律，雙手向上拍打樂器，拍打 3 下，正確率達 80% - 左手抓握沙鈴並連續搖動 3 下，正確率達 80% - 右手抓握沙鈴並連續搖動 3 下，正確率達 80%	融入健體課/功能性動作訓練，來進行相關粗大與精細動作的訓練。	觀察評量實作評量態度評量	
第十八週								
第十九週								
第二十週								
第二十一週								

◎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。

臺南市公立玉井區玉井國民小學 115 學年度第二學期一、四、五年級彈性學習特殊需求功能性動作訓練課程計畫 (■特教班)

學習主題名稱		特殊需求(C組)-功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	一、四、五	教學節數	本學期共(84)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		強化學生粗大和精細動作的功能性動作技能						
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、能配合老師和治療師做上下肢的關節復健 2、能配合老師和治療師做口腔、頸部、手部及腿部肌肉按摩 3、各項姿勢的變化及肌耐力訓練 4、搭配音樂節奏進行手部肌耐力訓練						
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		指認評量口語評量觀察評量實作評量態度評量						
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
第一週 第二週 第三週 第四週	20	放鬆關節，好靈活	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。	1、能在老師的身體協助下，配合上臂拉筋左右各 20 下(兩個循環)，正確率達 90%	融入健體課/功能性動作訓練，來進行相	觀察評量實作評量態度評量	自編

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第五週			動能力。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動。	2、能在老師的身體協助下，配合手肘拉筋左右各 20 下(兩個循環)，正確率達 90% 3、能在老師的身體協助下，配合下肢拉筋左右各 20 下(兩個循環)，正確率達 90% 4、能在老師的身體協助下，配合腳底板肌肉按摩維持左右腳一分鐘，正確率達 90%	關粗大與精細動作的訓練。		
第六週	20	復健按摩擺麥驚	特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。	特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持。	1、能在老師的身體協助下，配合口腔肌按摩維持一分鐘，正確率達 90%	融入健體課/功能性動作訓練，來進行相關粗大與精細動作的訓練。	觀察評量實作評量態度評量	自編
第七週				特功 B-6 地板坐姿的維持。	2、能在老師的身體協助下，配合頸部肌肉按摩維持一分鐘，正確率達 90%			
第八週				特功 B-8 站姿的維持。	3、能在老師的身體協助下，配合手部肌肉按摩維持一分鐘，正確率達 90%			
第九週					4、能在老師的身體協助下，配合腿部肌肉按摩維持一分鐘，正確率達 90%			
第十週								
第十一週	24	看我七十二變	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-1 具	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。	1、能在站立架上，持續站立 50 分鐘以上，正確率達 90%	融入健體課/功能性動作訓練，來進行相關粗大與精細動作的訓練。	觀察評量實作評量態度評量	自編
第十二週				特功 A-2 左/右下肢的關	2、能雙手撐地趴在楔型板輔具上，俯臥抬頭，維持 7 秒，正確率達 80%			
第十三週								
第十四週								
第十五週								

第十六週			備維持身體姿勢技能。	節活動。 特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持。 特功 B-6 地板坐姿的維持。 特功 B-8 站姿的維持。	3、能雙手撐地趴在楔型板輔具上，俯臥抬頭，頭部向上敲擊樂器 5 下，正確率達 90% 4、能在老師的身體協助下(穩定肩膀和輕托下巴)，雙手撐地（綁副木）盤坐並抬頭挺胸，維持 10 秒，正確率達 90% 5、能在老師的身體協助下(穩定肩膀和輕托下巴)，雙手撐地（綁副木）屈膝坐並抬頭挺胸，維持 10 秒，正確率達 90%			
------	--	--	------------	--	--	--	--	--

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

第十七週	20	小小音樂家	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 左/	1、能在老師的身體協助下，雙手撐地（綁副木）盤坐並抬頭挺胸，頭部敲擊樂器，上下左右各 3 次，正確率達 90%	融入健體課/功能性動作訓練，來進行相關粗大與精細	觀察評量實作評量態度評量	
第十八週								
第十九週								
第二十週								

第二十一週			特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。	右下肢的關節活動。 特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持。 特功 B-6 地板坐姿的維持。 特功 B-8 站姿的維持。	2、能在老師的身體協助下，雙手撐地（綁副木），屈膝坐並抬頭挺胸，頭部敲擊樂器，上下左右各 3 次，正確率達 90% 3、能跟著音樂韻律，雙手輪流向前伸展敲擊鈴鼓，拍打 5 下，正確率達 80% 4、能跟著音樂韻律，雙手向上拍打樂器，拍打 5 下，正確率達 80% 5、左手抓握沙鈴並連續搖動 5 下，正確率達 80% 6、右手抓握沙鈴並連續搖動 5 下，正確率達 80%	動作的訓練。		
-------	--	--	---------------------------	---	--	--------	--	--

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

◎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。