

臺南市公立北區立人國民小學 115 學年度第一學期 A 組(五六年級)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)	A 組(五六年級)	教學節數	本學期共(63)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. 強化身體活動機能，以適應各種日常情境。 2. 訓練大小肌肉協調，練習操作生活中的用具，如：文具與盥洗用品。							
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	1. 訓練聽完教師指令轉化為身體動作的精準度與反應速度。 2. 增進手部精細操作能力。 3. 加強手持文具的穩定度並提高操作品質。							
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. 聽到指令，能依照順序做出動作。 2. 練習不同的手部開啟物品方式，如：轉開、撕開、剝開等操作技巧。 3. 練習操作文具，如：握筆描線、用橡皮擦擦拭、拿剪刀剪直線、使用膠水黏貼紙張。							
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~ 第七週	21	聽覺指令反應	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節	特功 A-3 軀幹的關節	聆聽並依指令完成指定動作。	聽指令後執行動作。 1 拿取指定顏色的球。	實作評量	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

			活動能力。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	活動。 特功 G-1 伸手及物。 特功 G-3 伸手取物。 特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。		2. 將球放入指定顏色的籃子。 3. 指出指定的物品或圖片。 4. 將物品放到指定的位置。 5. 依指令完成簡單動作。 (如：原地跳躍、蹲下、趴下及躺下)		
第八週~第十四週	21	精細動作協調	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-12 不同大小瓶蓋的旋開。 特功 I-7 食物外皮或包裝的剝除或拆開。	練習不同的手部開啟物品方式。	提升手部精細動作與手眼協調。 1. 轉開瓶蓋。 2. 撕碎紙張。 3. 剝開黏土找出紅豆。 4. 打開/關起夾鏈袋。 5. 拆開打結的塑膠袋。	實作評量	自編自選教材
第十五週~第二十一週	21	日常工具的操作(文具)	特功 2-7 具備手部精細操作技能 特功 3-1 參與生活作息。 特功 3-2 參與學習活動	特功 I-13 直線或曲線的描畫。 特功 I-14 範圍內的描畫。 特功 1-16 範圍內的書寫。 特功 1-17 文具及學習材料的使用。	熟練操作各類學習文具。	提升常用文具的操作技巧 1. 描寫指定的數字或國字。 2. 使用尺畫線。 3. 在指定範圍內著色。 4. 用橡皮擦將字跡擦乾淨。 5. 使用剪刀剪直線與曲線。 6. 使用膠水黏貼紙張。	實作評量	自編自選教材

臺南市公立北區立人國民小學 114 學年度第二學期 A 組(五六年級)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)	A 組(五六年級)	教學節數	五年級：本學期共(63)節 六年級：本學期共(57)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. 強化身體活動機能，以適應各種日常情境。 2. 訓練大小肌肉協調，練習操作生活中的用具，如：文具與盥洗用品。							
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	1. 加強手持盥洗用具的穩定度並提高操作品質。 2. 練習抓握與搬運技巧，建立基本動作能力。 3. 能在不同的姿勢中保持身體的平衡。							
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. 練習操作盥洗用品，如：使用衣架掛毛巾、用毛巾擦身體、擠牙膏、練習刷牙動作。 2. 運用雙手協調完成物品拿取、搬移與歸位。 3. 運用平衡能力完成姿勢轉換、跨越障礙、持物及撿拾物品等動作。							
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~	21	日常工具的操作	特功 2-7 具備手	特功 H-3	熟練操作各類	提升常用盥洗用具的操作	實作評量	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第七週		(盥洗用具)	部精細操作技能 特功 3-1 參與生活作息。 特功 3-2 參與學習活動	拇指合併其他手指及手掌的抓握。 特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。	盥洗用具。	技巧 1. 練習掛好毛巾。 2. 用毛巾擦臉、脖子和手臂。 3. 練習將牙膏擠到牙刷上。 4. 刷牙動作訓練。		
第八週~第十四週	21	物品抓握與搬運	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-7 具備手部精細操作技能 特功 2-8 具備雙側協調與手眼協調技能。	特功 F-1 物品的舉起或放下。 特功 F-2 物品的搬移。 特功 I-1 雙手持物。 特功 H-1 物品的抓握或放開。	穩定抓握、移動搬運物品。	能搬運教室裡的物品。 1. 雙手搬移自己的椅子到指定位置。 2. 用指尖抓起小圖卡分類到不同的盤子裡。 3. 雙手端著裝有飯菜或湯的碗平穩走到座位。 4. 單手抓握聯絡簿邊走邊發給同學。 5. 把散落的彩色筆或積木抓起放回盒子中。	實作評量	自編自選教材
第十五週 ~ 第二十一週 (六年級至第 19 週)	21 (15)	平衡與姿勢控制	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 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。	特功 B-9 蹲姿的維持。 特功 B-10 單腳站姿勢的維持。 特功 C-5 蹲姿與站姿的轉換。 特功 C-6 彎腰拾物。 特功 E-9 障	增進身體控制力以提升動作穩定度。	控制身體雙側平衡與姿勢維持。 1. 沿地板上直線向前走，腳不踩出線外。 2. 單腳跨過地上的小障礙物不絆倒。 3. 單手扶牆站立維持平衡十秒。 4. 雙手平捧裝積木的托盤沿著直線平穩步行。 5. 彎腰撿拾地上物品。	實作評量	自編自選教材

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

				礙物的跨越。		6. 以蹲姿持物再站起。		
--	--	--	--	--------	--	--------------	--	--