

## 臺南市公立西港區西港國民小學 115 學年度第一學期高年級彈性學習 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<br>(班級組別) | 六年級                                        | 教學節數                                   | 本學期共(21)節                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                |              |                |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------|----------------|
| 彈性學習課程<br>四類規範           | 3. <b>特殊需求領域課程</b><br>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<br>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"/> 獨立研究<br>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程<br><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 |                |                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |              |                |
| 設計理念                     | 1. 強化學生肢體活動能力，提升生活中基本具備之功能。<br>2. 能應用身體基本能力解決生活中的各種狀況。<br>3. 強化精細動作及粗大動作操作能力。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                |                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |              |                |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | 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。<br>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。<br>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                |                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |              |                |
| 課程目標                     | 1. 加強工具操作能力，提升生活及學習活動的順暢度。<br>2. 應用身體基本能力解決生活中的各種狀況。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                |                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |              |                |
| 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<br><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<br><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"/> 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<br><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<br><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 |                                                                |              |                |
| 表現任務                     | 能聆聽教師講解課程內容、觀看示範後自行模仿演練動作；能參與課程，嘗試不同的學習活動，提升專注力與表現。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                |                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |              |                |
| 課程架構脈絡                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |              |                |
| 教學期程                     | 節數                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 單元與活動名稱        | 學習表現<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>議題實質內涵        | 學習內容<br>(校訂)                           | 學習目標                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 學習活動                                                           | 學習評量         | 自編自選教材<br>或學習單 |
| 第一週<br> <br>第十一週         | 11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 健康體適能          | 特功 2-6<br>具備手與手臂使用技能。<br>特功 2-9<br>具備動作計畫技 | 特功 G-5<br>物品的拋丟或接住。<br>特功 J-4<br>指令下複雜 | 1. 能獨立完成基本關節與肌肉暖身動作。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1. 執行頭、頸、肩及主要關節基本暖身。<br>2. 進行大肌肉群與核心肌耐力維持練習。<br>3. 練習以正確抓握姿勢拿放 | 實作評量<br>觀察評量 | 自編教材           |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|                        |    |         |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                |              |      |
|------------------------|----|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|
|                        |    |         | 能。<br>特功 3-2<br>參與學習活動。                                                                                                                      | 或連續二個<br>以上動作的<br>執行。                                                                                                                                                                                                       | 2. 能完成手<br>部肌耐力<br>與抓握控<br>制訓練。<br>3. 能依照口<br>令指示完<br>成球類與<br>揮擊的基<br>本動作。                                                        | 水瓶及負重物品。<br>4. 聽從連續指令完成全身性<br>協調折返走跑。<br>5. 依據定向指示將球準確傳<br>遞或拿給教師。<br>6. 練習正確揮拍姿勢與手眼<br>協調擊球。                                                                                                                                                  |              |      |
| 第十二週<br> <br>第二<br>十一週 | 10 | 手眼協調快狠準 | 特功 1-1<br>具備四肢與軀幹<br>的關節活動能<br>力。<br>特功 2-4<br>具備移動技能。<br>特功 2-5<br>具備舉起與移動<br>物品技能。<br>特功 2-6<br>具備手與手臂使<br>用技能。<br>特功 2-9<br>具備動作計畫技<br>能。 | 特功 A-1<br>左 / 右上<br>肢的關節活<br>動。<br>特功 A-2<br>左 / 右下<br>肢的關節活<br>動。<br>特功 A-3<br>軀幹的關節<br>活動。<br>特功 E-5<br>室內行走。<br>特功 F-1<br>物品的舉起<br>或放下。<br>特功 F-3<br>物品的踢或<br>推。<br>特功 G-3<br>伸手取物。<br>特功 G-5<br>物品的拋丟<br>或接住。<br>特功 J-5 | 1. 增進四肢<br>與軀幹的<br>關節伸展<br>與活動能<br>力。<br>2. 提升精細<br>與粗大動<br>作計畫之<br>序列執行<br>技能。<br>3. 提升課堂<br>專注力，<br>能對教師<br>指令做出<br>正確動作<br>回應。 | 1. 獨立或在低度協助下完成<br>物品的舉起與穩妥放下。<br>2. 練習控制下肢力量進行物<br>品的踢或推。<br>3. 依指令精準伸手取得指定<br>位置與高度的物品。<br>4. 進行雙手拋接球與動態視<br>覺追視練習。<br>5. 練習無外力協助下的單腳<br>/ 雙腳連續跳躍。<br>6. 運用雙腳夾住物品並維持<br>平衡進行位移。<br>7. 依循教師口頭或視覺指令<br>完成序列性障礙跨越。<br>8. 專心聆聽他人發言並做出<br>適當的動作回饋。 | 實作評量<br>觀察評量 | 自編教材 |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|  |  |  |  |           |  |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------|--|--|--|--|
|  |  |  |  | 序列性動作的執行。 |  |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------|--|--|--|--|

- ◎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。

臺南市公立西港區西港國民小學 115 學年度第二學期高年級彈性學習 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<br>(班級組別) | 六年級                                 | 教學節數                                      | 本學期共(18)節                              |                                                                                 |              |                |
| 彈性學習課程<br>四類規範           | <b>3. <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程</b><br>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<br>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"/> 獨立研究<br>其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程<br><b>4. <input type="checkbox"/> 其他類課程</b><br><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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                |                                     |                                           |                                        |                                                                                 |              |                |
| 設計理念                     | 1. 強化學生肢體活動能力，提升生活中基本具備之功能。<br>2. 能應用身體基本能力解決生活中的各種狀況。<br>3. 強化精細動作及粗大動作操作能力。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                |                                     |                                           |                                        |                                                                                 |              |                |
| 本教育階段<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | 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。<br>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。<br>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                |                                     |                                           |                                        |                                                                                 |              |                |
| 課程目標                     | 1. 加強工具操作能力，提升生活及學習活動的順暢度。<br>2. 應用身體基本能力解決生活中的各種狀況。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                |                                     |                                           |                                        |                                                                                 |              |                |
| 配合融入之領域<br>或議題           | <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div> <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<br/> <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<br/> <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             </div> <div> <input type="checkbox"/> 性別平等教育   <input type="checkbox"/> 人權教育   <input type="checkbox"/> 環境教育   <input type="checkbox"/> 海洋教育   <input type="checkbox"/> 品德教育<br/> <input 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<br/> <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<br/> <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育   <input 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             </div> </div> |                |                                     |                                           |                                        |                                                                                 |              |                |
| 表現任務                     | 能聆聽教師講解課程內容、觀看示範後自行模仿演練動作；能參與課程，嘗試不同的學習活動，提升專注力與表現。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                |                                     |                                           |                                        |                                                                                 |              |                |
| 課程架構脈絡                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                |                                     |                                           |                                        |                                                                                 |              |                |
| 教學期程                     | 節數                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 單元與活動名稱        | 學習表現<br>校訂或相關領域與<br>參考指引或<br>議題實質內涵 | 學習內容<br>(校訂)                              | 學習目標                                   | 學習活動                                                                            | 學習評量         | 自編自選教材<br>或學習單 |
| 第一週<br> <br>第九週          | 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 眼手協調           | 特功 2-8<br>具備雙側協調與<br>眼手協調技能。        | 特功 1-6<br>疊高積木。<br>特功 1-11<br>剪直線或曲<br>線。 | 1. 能將 5<br>個積木<br>疊高。<br>2. 能使用<br>剪刀依 | 1. 練習手眼協調將 5 個以<br>上之積木穩定疊高。<br>2. 使用安全剪刀嘗試依照既<br>定線條剪出直線或曲線。<br>3. 運用握筆輔助器依照視覺 | 實作評量<br>觀察評量 | 自編教材           |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|                  |   |               |                                            |                                                |                                                                                                                             |                                                                                                                                           |              |      |
|------------------|---|---------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|
|                  |   |               |                                            | 特功 I-13<br>直線或曲線的描畫。<br>特功 I-21<br>有目的的依序按壓鍵盤。 | 照線條剪直。<br>3. 能依照指示描畫出直線。<br>4. 能使用注音輸入法輸入。<br>5. 能將貼紙貼在指定範圍。<br>6. 能使用單手將積木包裹於紙張中。<br>7. 能在課堂中維持秩序認真練習。<br>8. 能獨立完成教師交代的任務。 | 指示描畫出幾何直線。<br>4. 進行手指獨立性訓練：有目的地依序按壓鍵盤/個別按鈕。<br>5. 運用指腹捏取貼紙並精準貼在指定的範圍內。<br>6. 練習單手操作，將小型積木或物品包裹於紙張中（揉紙捏握）。<br>7. 課堂秩序與專注力培養，學習獨立完成指派之精細動作。 |              |      |
| 第十週<br> <br>第十八週 | 9 | 平衡大考驗<br>(球類) | 特功 2-1<br>具備維持身體姿勢技能。<br>特功 2-2<br>具備改變身體姿 | 特功 A-1~2<br>上下肢關節活動<br>特功 B-2<br>前臂支撐          | 1. 能在不同身體姿勢下維持靜態與動態平衡。                                                                                                      | 1. 進行動態平衡練習：頭頂輕量物品行走、身體自主轉圈任務。<br>2. 進行靜態平衡遊戲：維持「靜止雕像」挑戰，強化                                                                               | 實作評量<br>觀察評量 | 自編教材 |

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

|  |  |  |                                                                                                                            |                                                                                                                       |                                                                       |                                                                                                                                                                                 |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  |  | <p>勢技能。</p> <p>特功 2-4<br/>具備移動技能。</p> <p>特功 2-6<br/>手和手臂使用技能。</p> <p>特功 2-8<br/>雙側協調與手眼協調。</p> <p>特功 2-9<br/>具備動作計畫技能。</p> | <p>下俯臥姿勢。</p> <p>特功 B-3<br/>手掌支撐下俯臥姿勢。</p> <p>特功 E-1<br/>連續翻身。</p> <p>特功 E-2<br/>腹部貼地匍匐前進。</p> <p>特功 J-5 序列性動的執行。</p> | <p>2. 能整合上肢力量完成匍匐、翻身與多向移動。</p> <p>3. 能參與整合性球類活動，展現踢、滾、拍、接等綜合動作技能。</p> | <p>核心穩定。</p> <p>3. 練習趴姿核心力量：進行前臂/手掌支撐下的俯臥姿勢維持。</p> <p>4. 挑戰地板移動技能：練習連續翻身及腹部貼地匍匐前進。</p> <p>5. 進行雙側與眼手協調球類活動：兩人對拋接球、自主拋接、對牆丟接。</p> <p>6. 進行動態球類綜合反應：包含控球、滾球、定點拍球及躲避球等基礎適應性遊戲。</p> |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

◎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。