

臺南市立復興國民中學 115 學年度第一學期九年級彈性學習 特殊需求-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		特殊需求-功能性 動作訓練	實施年級 (班級組別)	特教甲班 九年級	教學節數	本學期共(42)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		藉由持續性體適能訓練強化身體活動能力及功能性動作技能，透過團體活動增加同儕互動的心理動力，以達到提升適應生活環境能力的目的。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。 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。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。						
課程目標		1. 發展並強化身體活動能力及功能性動作技能。 2. 提升適應生活環境能力。						
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		實作評量、觀察評量						
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 或學習單
第 1 週	2	動動精神好 (一)	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。	1. 能進行上肢關節 主被動運動。	1. 依照學生能力設計上下肢 關節運動。	實作評量 觀察評量	無
第 2 週	2			特功 A-2 左/右下肢的關	2. 能進行下肢關節 主被動運動。	2. 依照學生能力設計四肢協 調活動。		
第 3 週	2				3. 能進行需配合驅	3. 增加上、下肢肌力與協		

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 4 週	2		特功2-3具備移位技能。	節活動。 特功 A-3	幹各關節的主/被動運動。	調，改善手腳、手眼協調，以肌力訓練為主軸，增加個人平衡與協調能力。		
第 5 週	2		特功2-4具備移動技能。	軀幹的關節活動。	4. 能學習各場域及輔具轉換時的挪動技巧，並運用在日常生活中。	4. 增加身體的控制與協調，讓生活更省力且避免受傷。		
第 6 週	2		特功2-8具備雙側協調與眼手協調技能。	特功D-1 躺臥下的身體挪動。				
第 7 週	2			特功D-2 地板坐姿下的身體挪動。				
第 8 週	2			特功D-3 相同高度設備間的移位。				
第 9 週	2							
第 10 週	2							
第 11 週	2	動動精神好 (二)	特功1-1具備四肢與軀幹的關節活動能力。	特功B-2 前臂支撐下俯臥姿勢的維持。	1. 能做上肢協調及肌耐力練習。	1. 依照學生能力設計上下肢協調活動。	實作評量 觀察評量	無
第 12 週	2		特功2-2具備改變身體姿勢技能。	特功B-3 手掌支撐下俯臥姿勢的維持。	2. 能做下肢協調及肌耐力練習。	2. 依照學生能力設計訓練肢體肌耐力活動。		
第 13 週	2		特功2-5具備舉起與移動物品技能。	特功C-2 躺與坐姿的轉換。	3. 能做各種不同的肢體協調位移練習。	3. 安排符合日常生活需要的肢體活動練習，如位移、擺位、搬物、取物...等。		
第 14 週	2		特功2-8具備雙側協調與眼手協調技能。	特功C-3 地板坐姿與站姿的轉換。	4. 能盡力完成體能活動。	4. 鼓勵學生養成運動的好習慣。		
第 15 週	2		特功 3-1 參與生活作息。			5. 增加身體的控制與協調，讓生活更便利。		
第 16 週	2							
第 17 週	2							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 18 週	2			特功C-4 座椅坐姿與站 姿的轉換。				
第 19 週	2			特功E-13 雙腳或單腳的 向前跳。				
第 20 週	2			特功F-1 物品的舉起或 放下。				
第 21 週	2							

◎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。

臺南市立復興國民中學 115 學年度第二學期九年級彈性學習 特殊需求-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	特殊需求-功能性動作訓練	實施年級 (班級組別)	特教甲班 九年級	教學節數	本學期共(36)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	藉由持續性體適能訓練強化身體活動能力及功能性動作技能，透過團體活動增加同儕互動的心理動力，以達到提升適應生活環境能力的目的。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。 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。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。							
課程目標	1. 發展並強化身體活動能力及功能性動作技能。 2. 提升適應生活環境能力。							
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	實作評量、觀察評量							
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 或學習單
第 1 週	2	活力 GO 起來(一)	特功1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。	特功A-3 軀幹的關節活動。	1. 能進行不同身體姿勢的動作訓練。 2. 能進行匍匐前進活動。	1. 依照學生能能力設計不同身體姿勢的動作訓練，以增進肢體協調及肌耐力。 2. 依照學生能力設計不同程度的跨越障礙物活動，以	實作評量 觀察評量	無
第 2 週	2		特功2-2 具備改變身體姿勢	特功E-1 連續翻身。				
第 3 週	2							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 4 週	2		技能。 特功 2-4 具備移動技能。 特功2-8 具備雙側協調與眼 手協調技能。	特功 E-2 腹部貼地的匍 伏前進。 特功E-3 腹部離地以手 和膝蓋的爬 行。 特功E-9 障礙物的跨 越。 特功 E-10 兩腳一階或一 腳一階的上下 樓梯。	3. 能使用不同體態， 進行跨越障礙物的活 動。 4. 能將動作訓練表現 在日常生活中。	增進動作協調及平衡能力。 3. 設計同儕互動活動，培 養人際互動技能。 4. 在體適能活動中給予學 生互相加油、鼓勵的機會， 提升學習動力。 5. 設計活動貼近學生日常 生活技能，使動做訓練能運 用於日常生活中。		
第 5 週	2							
第 6 週	2							
第 7 週	2							
第 8 週	2							
第 9 週	2							
第 10 週	2							
第 11 週	2	活力 GO 起 來(二)	特功1-1 具備四肢與軀幹的 關節活動能力。	特功A-3 軀幹的關節活 動。	1. 能在活動及課程中 執行動作的模仿。	1. 設計單一或複雜的動作 執行活動，讓學生模仿。	實作評量 觀察評量	無
第 12 週	2		特功2-2 具備改變身體姿勢 技能。	特功E-21 不同情境下安 全移動的速度 調整。	2. 能理解動作指令， 並協調地運用肢體執 行動作。	2. 設計適合的活動持續訓 練肢體協調、轉移及平衡能 力。		
第 13 週	2		特功2-4 具備移動技能。	特功F-1 物品的舉起或 放下。	3. 能在遭遇困難時尋 求協助。	3. 透過團體活動增強學生 人際互動能力及學習動力。		
第 14 週	2		特功2-5 具備舉起與移動物 品技能。	特功J-2 複雜或連續二 個以上動作的	4. 能在同儕支持下完 成動作訓練。	4. 設計活動貼近學生日常 生活技能，使動做訓練能運 用於日常生活中。		
第 15 週	2		特功2-8 具備雙側協調與眼		5. 能配合老師的安 排，執行每日動作機 能訓練。			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 16 週	2		手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	模仿。 特功J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。 特功J-6 個別需求之動作執行與整合。				
第 17 週	2							
第 18 週	2							

◎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。