

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	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 ☐ 獨立研究 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	每週利用一節課，搭配治療師的建議，加強其體適能及功能性動作技能，持續性的強化身體素質並培養獨立活動的能力，同時提升學生積極參與的動機，以期達到生活適應與健康生活的目的。							
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。 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 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。							
課程目標	一、學習功能性動作技能和主動訓練的精神，以促進學校生活之參與並增進日常生活基本能力。 二、培養基本職業能力與職場調適能力，遵守職場安全衛生守則，了解身心障礙者勞動權益與就業服務，建立良好的工作觀念並提升職前準備度。							
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	動作評量、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
第一週 8/31~9/4	7	我撐得住： 肢體肌耐力 訓練	特功 1-1 具備四肢與軀幹 的關節活動能 力。	特功 A-2 左/右下肢的關節 活動。 特功 A-3	1. 能理解動作的 標準與目的 2. 能舉起物品做 指定的上肢動作	1. 認識身體健康 的各種狀態 2. 上肢肌耐力練 習	動作評量 觀察評量	自編教材
第二週 9/7~9/11								
第三週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

9/14~9/18 第四週 9/21~9/25 第五週 9/28~10/2 第六週 10/5~10/9 第七週 10/12~10/16			特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。 特功 2-4 具備移動技能。 特功 2-9 具備動作計畫技能。	軀幹的關節活動。 特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。	內 3. 能做出指定下肢蹲站動作	3. 下肢肌耐力練習		
第八週 10/19~10/23 第九週 10/26~10/30 第十週 11/2~11/6 第十一週 11/9~11/13 第十二週 11/16~11/20 第十三週 11/23~11/27	6	核心特訓班：坐得正、站得穩	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 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 2-9 具備動作計畫技能。 特功 3-2 參與學習活動。	特功 A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 A-3 軀幹的關節活動。 特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 H-1 物品的抓握或放開。	1. 能做出平衡感練習的動作 2. 能做出訓練核心的支撐動作 3. 雙腳/單腳能在限定範圍內連續移動跳躍	1. 平衡感練習 2. 核心支撐練習 3. 單雙腳跳躍練習	動作評量 觀察評量	自編教材
第十四週 11/30~12/4	1	職業與探索 (配合校慶活動)	特職 3-III-2 依據不同分類架構進行排列整理。 特職 3-IV-2 依據步驟組合完成成品。	特職 B-IV-2 物品的組合與拼裝。 特職 C-IV-1 工作場域中工作器具的正確使用	1. 能依老師指令按步驟完成成品。 2. 能依指令將物品進行分類與組合包裝。	校慶運動會手工餅乾製作與包裝。	實作評量	自編教材

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

			特職 5-IV-2 主動表達需求以增進工作效能。	用。				
第十五週 12/7~12/11	7	活力跳躍： 跳繩練習	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。	1. 能學會跳繩預備動作。	1. 基本動作練習(暖身)。	動作評量 觀察評量	自編教材
第十六週 12/14~12/18			特功 2-4 具備移動技能。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動。	2. 能了解正確的甩繩方式。	2. 甩繩練習。		
第十七週 12/21~12/25			特功 2-6 具備手與手臂使用技能。	特功 E-12 雙腳或單腳的原地跳。	3. 能做出正確的跳繩姿勢。	3. 移動跳躍練習。		
第十八週 12/28~1/1			特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。	特功 G-4 物品的轉動或扭轉。	4. 能學會單人的跳繩活動。	4. 個人跳繩練習。		
第十九週 1/4~1/8			特功 2-9 具備動作計畫技能。	特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。				
第二十週 1/11~1/15								
第二十一週 1/18~1/20								

◎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。

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	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 ☐ 獨立研究 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	每週利用一節課，搭配治療師的建議，加強其體適能及功能性動作技能，持續性的強化身體素質並培養獨立活動的能力，同時提升學生積極參與的動機，以期達到生活適應與健康生活的目的。							
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。 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 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。							
課程目標	一、學習功能性動作技能和主動訓練的精神，以促進學校生活之參與並增進日常生活基本能力。 二、培養辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健康發展。							
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	觀察評量、實作評量							
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
第一週 2/11~2/12	7	更上一層樓：我的肌肉變強壯	特功 1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動。 特功 A-3	1. 能理解動作的標準與目的 2. 能舉起物品做指定的上肢動作	1. 檢核自己身體目前的各種狀態 2. 上肢肌耐力練習	動作評量觀察評量	自編教材
第二週 2/15~2/19								
第三週								

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

2/22~2/26			特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。	軀幹的關節活動。	內	3. 下肢肌耐力練習		
第四週 3/1~3/5			特功 2-4 具備移動技能。	特功 E-13 雙腳或單腳的向前跳。	3. 能做出指定下肢蹲站動作			
第五週 3/8~3/12			特功 2-9 具備動作計畫技能。					
第六週 3/15~3/19								
第七週 3/22~3/26								
第八週 3/29~4/2	7	穩而準：穩定拋接技巧	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。	1. 能拋擲沙包並雙手接住。	1. 全身動一動(暖身)。	課堂觀察、實作評量、口頭評量	自編教材
第九週 4/5~4/9			特功 2-4 具備移動技能。	特功 A-2 左/右下肢的關節活動。	2. 能拋擲沙包並單手接住。	2. 韻律環定點雙腳移動練習。		
第十週 4/12~4/16			特功 2-6 具備手與手臂使用技能。	特功 A-3 軀幹的關節活動。	3. 能往前拋擲沙包至指定範圍內。	3. 韻律環直線單雙腳變化跳躍練習。		
第十一週 4/19~4/23			特功 2-9 具備動作計畫技能。	特功 E-14 雙腳或單腳的連續前跳。	4. 能將沙包準確投擲至指定目標。	4. 套圈圈-圓環擲準競賽。		
第十二週 4/26~4/30			特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。	特功 G-5 物品的拋丟或接住。	5. 能單腳站立進行拋擲動作。			
第十三週 5/3~5/7			特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	特功 J-3 指令下簡單或單一動作的執行。				
第十四週 5/10~5/14								
第十五週 5/17~5/21	7	飛舞小子：我能平衡	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。	1. 能獨立跳躍至指定的範圍內	1. 全身動一動(暖身)	課堂觀察、實作評量、口頭評量	自編教材
第十六週 5/24~5/28			特功 2-6 具備手與手臂使用技能。	特功 A-3 軀幹的關節活動。	2. 能雙腳在限定範圍內連續移動跳躍	2. 單腳跳躍練習		
第十七週 5/31~6/4			特功 2-7 具備手部精細操作技能。	特功 B-1 頭頸直立姿勢的維持。	3. 在面臨衝突時，能試著以不同立場思考及修正，以助於化解衝突。	3. 雙腳跳躍練習		
第十八週 6/7~6/11				特功 G-5 物品的拋丟或接住。		4. 單雙腳連續跳躍練習		
第十九週 6/14~6/18				特功 H-1 物品的		5. 認識競賽規則		
第二十週						6. 以自身情境為例引導討論、分析並了解衝突的		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

6/21~6/25			特功 2-8 具備雙側協調與 眼手協調技能。 特功 2-9 具備動作計畫技 能。 特功 3-2 參與學習活動。 特社 2-IV-10 在 同儕友誼關係出 現狀況時有修補 的策略。 特社 2-IV-11 在 面對衝突情境 時，控制自己情 緒並選擇可被接 受的方式回應	抓握或放開。 特社 B- I -4 衝突 的原因及情境分 析。 特社 B- II -4 衝突 情境的因應。		原因。 7. 交換他人的角 色，感受不同角 色的狀態，引導 思考如何在衝突 中進行修正。比 較修正前及修正 後的結果差異。		
第二十一週 6/28~6/30								

◎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。