

## 臺北市立永吉國民中學 114 學年度學習課程計畫

|                |      |                                                                                                                                                                             |                              |                                                              |
|----------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 課程名稱           |      | <input type="checkbox"/> 領域課程：<br><input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程：功能性動作訓練                                                                                      |                              |                                                              |
| 班型             |      | <input type="checkbox"/> 特教班 <input checked="" type="checkbox"/> 資源班                                                                                                        |                              |                                                              |
| 實施年級           |      | <input type="checkbox"/> 7年級<br><input checked="" type="checkbox"/> 8年級<br><input type="checkbox"/> 9年級                                                                     | 節數                           | 每週1節<br>*自數學課調整一堂，功能性動作訓練與職業教育上下學期對開<br>*兩組自數學課內部調整一堂，於上學期進行 |
| 核心素養<br>具體內涵   |      | 可結合總綱、相關領綱、或校本指標<br>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。<br>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。                                       |                              |                                                              |
| 學習重點           | 學習表現 | 可結合相關領綱或調整<br>特功 2-1 具備維持身體姿勢技能。<br>特功 2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。<br>特功 2-9 具備動作計畫技能。<br>特功 3-2 參與學習活動。                                                                             |                              |                                                              |
|                | 學習內容 | 可結合相關領綱或調整<br>特功 B-2 前臂支撐下俯臥姿勢的維持。<br>特功 B-3 手掌支撐下俯臥姿勢的維持。<br>特功 B-8 站姿的維持。<br>特功 B-10 單腳站姿勢的維持。<br>特功 I-10 紙張的對摺及摺痕的壓捏。<br>特功 I-21 有目的的依序按壓鍵盤。<br>特功 J-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行 |                              |                                                              |
| 課程目標<br>(學年目標) |      | 1. 能於日常生活中進行精細動作操作。<br>2. 能於日常生活中進行協調活動或肌耐力活動。<br>3. 能於日常生活中運用動作計畫能力。                                                                                                       |                              |                                                              |
| 學習進度<br>週次/節數  |      | 單元子題                                                                                                                                                                        | 單元內容與學習活動                    |                                                              |
| 第              | 1-4週 | 粗大動作 1 -                                                                                                                                                                    | 1. 帶領學生進行腹部核心訓練，並依據學生練習狀況增加維 |                                                              |

|             |        |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                      |
|-------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>學<br>期 |        | 核心訓練                                                                                                                                       | <p>持身體動作的秒數</p> <p>2. 帶領學生進行核心動作的練習 ( 如：姿勢擺放、維持姿勢的技巧等 )，從中提升學生的身體動作維持能力</p>                                                                                          |
|             | 5-8週   | 精細動作1-摺紙                                                                                                                                   | <p>1. 帶領學生觀看 youtube 摺紙影片，觀看影片示範步驟進行操作</p> <p>2. 請學生在過程中觀察、核對自己操作過程中和影片步驟的一致性</p> <p>3. 引導學生觀察自己摺紙的品質，並討論問題解決策略 ( 如何從中提升摺紙技巧 )</p> <p>4. 請學生撤除影片輔助，練習自行回想並折出指定物品</p> |
|             | 9-12週  | 動作計劃                                                                                                                                       | <p>1. 給予學生討論主題 ( 如：唱歌 )，請學生思考會運用到身體的哪些部位</p> <p>2. 請學生依據討論主題，細分工作步驟</p> <p>3. 請學生將該主題會運用到的身體部位及工作步驟進行配對</p> <p>4. 引導學生從討論過程中發展出可以完成指定主題的問題解決策略 ( 如何進行整合並實施 )</p>     |
|             | 13-16週 | 粗大動作2-協調訓練                                                                                                                                 | <p>1. 帶領學生進行瑜伽運動 ( 如：手鳥狗式等 )，並依據學生練習狀況增加維持身體動作的秒數</p> <p>2. 帶領學生進行瑜伽動作的練習 ( 如：姿勢擺放、維持姿勢的技巧等 )，從中提升學生的身體動作維持能力</p>                                                    |
|             | 17-20週 | 精細動作2-電腦打字                                                                                                                                 | <p>1. 教導學生鍵盤輸入時，雙手擺放的位置</p> <p>2. 教導學生標點符號切換方式</p> <p>3. 教導學生 word 文書處理快速鍵</p> <p>4. 注音輸入法練習，提升學生打字輸入速度</p>                                                          |
|             | 21週    | 課程回顧                                                                                                                                       | <p>1. 回顧本學期課堂內容</p> <p>2. 分享進行動作機能課程後的改變</p> <p>3. 討論下學年課程內容</p>                                                                                                     |
| 議題融入        |        | 若未融入議題，即寫無<br>無                                                                                                                            |                                                                                                                                                                      |
| 評量規劃        |        | <p>依上下學期，敘寫評量項目(筆試、口試、表演、實作、作業、報告、資料蒐集整理、鑑賞、晤談、實踐、檔案評量、自我評量、同儕互評)，評量結果得以等第、數量或質性文字描述紀錄等</p> <p>1. 口語評量</p> <p>2. 作業評量</p> <p>3. 學生個人實踐</p> |                                                                                                                                                                      |

|              |                                                                     |
|--------------|---------------------------------------------------------------------|
|              | 4. 教師觀察                                                             |
| 教學設施<br>設備需求 | 電腦、單槍、電子白板、相關主題影片                                                   |
| 教材來源         | <input type="checkbox"/> 教科書 <input checked="" type="checkbox"/> 自編 |
| 備註           | 因應學生學習狀況進行滾動式修正                                                     |