

## 臺北市立民生國民中學 110 學年度學習課程計畫

課程名稱		<input type="checkbox"/> 八大領域/科目： <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域：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 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 跨年級(八、九)	節數	每週 <u>1</u> 節
核心素養 具體內涵		特功-P-A1 發展並強化身體活動能力及功能性動作技能。 特功-P-A2 運用身體活動能力及功能性動作技能，發展並提升參與學校生活的能力，實踐及因應生活環境中的各種挑戰。 特功-P-A3 具備身體活動能力及功能性動作技能，以因應經常性及非經常性的學校生活。		
學習重點	學習表現	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2-2具備改變身體姿勢技能。 特功3-1參與一般生活作息。 特功3-2參與一般學習活動。		
	學習內容	特功 A-1左/右上肢的關節活動。 特功 A-2左/右下肢的關節活動。 特功 A-3軀幹的關節活動。 特功 B-7座椅坐姿的維持。 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 D-4不同高度設備間的移位。 特功 E-4扶物側走。 特功 E-5-室內行走。 特功 E-6室外行走。 特功 E-10兩腳一階或一腳一階的上下樓梯。		
課程目標 (學年目標)		(一) 培養功能性動作技能，奠定日常生活的基本能力。 (二) 運用功能性動作技能，促進日常生活參與。 (三) 維持或改善身體活動能力，預防疾病及次發問題。		
學習進度 週次/節數		單元主題	單元內容與學習活動	
第1學期	1-5週	手腳動一動	用腳猜拳、手腳伸展	
	6-10週	健康齊步走	跨呼拉圈走路、使用助行器移行、拉筋伸展	
	11-15週	肢體協調好	舉左右手並保持平衡、兩腳夾球保持平衡、拉筋伸展	

	16-21週	走出新高度	練習登山拐移行、兩腳一階上下樓梯、拉筋伸展
第2學期	1-5週	步步驚心	在室內倒退走路、扶牆移行、拉筋伸展
	6-10週	美姿美儀	在座位保持抬頭挺胸、頭保持看前面移行、拉筋伸展
	11-15週	123木頭人	大動作木頭人、拉筋伸展
	16-20週	大運動會	助行器障礙賽、拉筋伸展
議題融入		健康與體育、安全教育	
評量規劃		課堂觀察、實作評量、同儕互評。	
教學設施 設備需求		空曠教室、樓梯、軟墊	
教材來源		依治療師建議自編	
備註		無	