

親愛的個學中心家長及小朋友們：

停課不停學期間，個學學生請依照自己的個學課表，點選適合的自主學習內容。由於全面實施線上課程，為了顧及學生的視力健康，建議優先以「自主運動」、「家事參與」、「親子互動」為主要的學習活動。

領域	課程	作業評量
社會技巧 (桌遊、EQ、 遊戲、人際覺知)	EQ學園、EQ高手與人際覺知自主學習資源 1.17個低EQ的跡象 https://www.youtube.com/watch?v=HD6NaJKnkSw 2. 當情緒來了怎麼辦? 4個情緒管理方法 https://www.youtube.com/watch?v=h6VTHdzcZPU 3. 三個步驟學習跟自己情緒對話 https://www.youtube.com/watch?v=woZkUGK9PZY 4. 10個做人應該要懂的基本禮貌 https://www.youtube.com/watch?v=SH0o-EjH0oI&list=RDCMUC9EFrduiEJKFqZmVyz7IFew&index=5 5. 三招打敗情緒大怪獸 https://www.youtube.com/watch?v=xXDM5XO4N6s&list=RDCMUC9EFrduiEJKFqZmVyz7IFew&index=15 6.IFPC 雁行理論 Geese Theory 人際桌遊趣自主學習資源 來源~~【棋樂玩桌遊】 1.五個為什麼要自己嚇自己的恐怖	不定期與個管老師分享活動照片、影片或心得(不拘形式)。

	桌遊~!! https://www.youtube.com/watch?v=xScyJjRoAyc 2. 試個好遊戲!只要沒輸就是贏了(什麼啦! https://www.youtube.com/watch?v=yvBwB0_1cfw&list=RDCMUC0W2TF3CVh_EpVc8XfUtY0A&index=3 3. 視障生也適合玩的觸覺親子遊戲?!星際奇航 https://www.youtube.com/watch?v=s4ElCnLTGX0&list=RDCMUC0W2TF3CVh_EpVc8XfUtY0A&index=9 4. 不能碰到阿~不能碰到!《形色咚咚Drop it》 https://www.youtube.com/watch?v=BmZU74B4ZOM&list=RDCMUC0W2TF3CVh_EpVc8XfUtY0A&index=17 5. 終極密碼//達文西密碼 Da Vinci Code https://www.youtube.com/watch?v=aYQM7NZkYj0&list=RDCMUC0W2TF3CVh_EpVc8XfUtY0A&index=19	
健體領域 (游泳、球類技巧、獨輪車、直排輪、籃球、樂樂棒球、地板滾球、兒童瑜珈、動作)	1. 國小-健體-兒童瑜珈 2. 籃球: 運球與過人技巧 3. 籃球:三對三規則 4. 游泳:游泳國手教你私房核心鍛鍊法 5. 游泳:小勇士.小泳士陳亮達 6. 游泳:帕拉游泳國手陳亮達(第3水道)參與Lignano Sabbiadoro 2021 World PARA Swimming World Series100公尺仰式競賽 7. 地板滾球BOCCIA	

學習策略 (二～六年級外加、 專注力、口語表達)	1. 筆順練習 : 除國字外, 也有注音 2. 閱讀理解技巧 3. 常用修辭法(1) 4. 常用修辭法(2) 5. 讀書時間管理與記憶策略 6. 讀書不分心 7. 專注力遊戲	
藝文領域 (烏克蘭麗麗、打擊樂、非 洲鼓、合唱、 戲劇、拼豆)	1. SamCam舞蹈教室 (SamCam) 有Hip Hop、Tap等其他種類的舞蹈可 以選擇學習。 2. 與多維達斯一起尊巴 (Zumba with Dovydas - Zumba Kids (easy dance) - I like to move it) 3. 薩斯凱雅舞蹈學校 - 暖身舞 (8. 薩斯凱雅舞蹈學校 - 暖身舞 4. Studio Q 戲劇表演教室 5. 拼豆 SWITCH 6. 拼豆 角落生物	
其他(精細動作、 機能復健)	1. 摺紙練習 : 網站內容有豐富的「摺紙」, 除步驟圖外也有動畫以可觀看。 2. 走迷宮 : 各式可愛的圖案可以繪製。 3. 著色畫 : 可在網頁上直接利用工具填入顏色完成後圖像可另存。 4. 職能手功能活動: 提升孩子肩膀穩定度	
親職教育資源	親子天下~好文共享 https://www.parenting.com.tw/subcategory/14-%E6%95%99%E9%A4%8A/ 『科技部－科技突圍計畫「早期介入數位學習教材」』影片 https://www.youtube.com/playlist?list=PLkiTvQpZpz5ds2Zdf3FUukN_19UwZQpdC 親職教育	

	https://www.fdhs.tyc.edu.tw/~guidance/parent.html 放鬆一下~笑話集 https://win588stock.pixnet.net/blog/post/38344414
--	--