

嘉義縣大崙國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表

| 年級 | 高年級 | 年級課程 主題名稱 | 獨輪車社團 | 課程 設計者 | 江文圳 | 總節數 /學期 | 40/下學期 | |
|------------------|---|---------------------------|--------------------|---|-------------|----------------|----------|--------|
| 符合 彈性課 程類型 | <input type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 *是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input checked="" type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學 | | | | | | | |
| 學校 願景 | 愛護家鄉自然 傳承文化情懷 | | 與學校願景呼 應之說明 | 一、透過學習獨輪車，培養愛運動習慣，促進身心健康發展。 二、藉由獨輪車展演活動，傳承民俗技藝。 三、分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合的運動計畫，形塑學校運動文化特色。 | | | | |
| 總綱 核心素 養 | E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質， 發展 生命潛能。 E-A2 具備 探索 問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員 合作 之素養。 | | 總綱 核心素養 | E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質， 發展 生命潛能。 E-A2 具備 探索 問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員 合作 之素養。 | | | | |
| 教學 進度 | 單元 名稱 | 連結領域(議題) /學習表現 | 自訂 學習內容 | 學習目標 | 表現任務 (評量內容) | 教學活動 (學習活動) | 教學資 源 | 節 數 |

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-------------|---|--------------------------------------|--|---|--|-----|---|
| 第 (1) 週 | 繞 8 騎 | 健 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | 1. 8 字騎 2. 團體規範 | 1. 模仿、運用並表現獨輪車繞 8 字騎等練習策略。 2. 遵守團體規範。 3. 培養養成並落實每日健身運動的習慣。 | 1. 能完成順時針方向繞 8 騎，並且不落地。 2. 能完成逆時針方向繞 8 騎，並且不落地。 3. 能遵守練習規範。 | 1. 透過講解、示範方式，指導學生利用繞 8 字型騎步驟。 2. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 2 |
| 第 (2) 週 - 第 (4) 週 | 雙腳 定車 | 健 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | 1. 右腳在下方定車分解動作。 2. 安全規範。 | 1. 體驗並探索利用右腳在下方，定車分解動作，解決定車的問題。 2. 遵守團體規範。 3. 培養並落實每日利用下課時間練習的習慣。 | 1. 能完成利用右腳在下方定車動作步驟。 2. 能完成利用右腳在下方定車動作 100 下以上。 3. 能遵守練習規範。 | 1. 透過講解、示範方式，指導學生利用右腳在下方，定車分解動作步驟。 2. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 4 |
| 第 (5) 週 - 第 (6) 週 | 單腳 定車 | 健 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | 1. 右腳在踏板，左腳在車架左方，定車分解動作。 2. 安全規範。 | 1. 模仿、運用並表現獨輪車利用右腳在踏板，左腳在車架左方，操作定車分解動作步驟等練習策略。 2. 遵守團體規範。 3. 培養並落實每日健身運動的習慣。 | 1. 能表現獨輪車利用右腳在踏板，左腳在車架左方，定車 100 下以上的動作。 2. 能依要求完成單腳定車後下踏板動作。 3. 每日利用下課時間自主練習。 | 1. 透過講解、示範方式，指導學生利用右腳在踏板，左腳在車架左方，定車分解動作步驟。 2. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 4 |
| 第 (7) 週 | 開 花 轉 | 健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 | 1. 開花轉。 2. 安全規範 | 1. 藉由團體 S 前進，表現團隊合作的重要。 2. 運用正確及熟練技巧表現。 3. 遵守團體規範。 4. 培養養成並落實每日健身運動的習慣。 | 1. 能優雅表現 2 人、3 人、4 人合作開花轉動作。 2. 每日利用下課時間自主練習。 | 1. 透過示範、演練等方式，指導學生 2 人、3 人、4 人開花轉動作程序與步驟。 2. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 2 |

| | | | | | | | | |
|-----------------|---------|--|--------------------------------------|---|---|--|-----|---|
| 第(8)週 | S 前進 | <p>健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> <p>綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。</p> | <p>1. S 前進動作。</p> <p>2. 安全規範。</p> | <p>1. 藉由團體 S 前進，表現團隊合作的重要。</p> <p>2. 運用正確及熟練技巧表現。</p> <p>3. 遵守團體規範。</p> <p>4. 培養並落實每日健身運動的習慣。</p> | <p>1. 能優雅表現 2 人、3 人、4 人合作 S 前進動作。</p> <p>2. 每日利用下課時間自主練習。</p> | <p>1. 透過示範、訓練等方式指導學生 2 人、3 人、4 人 S 前進動作程序與步驟。</p> <p>2. 練習安全規範。</p> | 獨輪車 | 2 |
| 第(9)週 | 6 人龍捲風 | <p>健 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力</p> <p>健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> <p>綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。</p> | <p>1. 龍捲風動作要領</p> <p>2. 安全規範。</p> | <p>1. 藉由 6 人龍捲風動作，展現、體會團隊合作的重要。</p> <p>2. 表現正確及熟練技巧表現。</p> <p>3. 遵守團體規範。</p> <p>4. 培養並落實每日健身運動的習慣。</p> | <p>1. 能優雅表現 6 人合作完成龍捲風動作。</p> <p>2. 每日利用下課時間自主練習。</p> | <p>1. 透過示範、訓練等方式指導學生 6 人龍捲風動作程序與步驟。</p> <p>2. 加強體能訓練</p> <p>3. 練習安全規範。</p> | 獨輪車 | 2 |
| 第(10)週 - 第(11)週 | 6 人地球自轉 | <p>健 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力</p> <p>健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> | <p>1. 地球自轉、地球反轉動作</p> <p>2. 安全規範</p> | <p>1. 模仿、運用並表現 6 人地球自轉、地球反轉練習策略。</p> <p>2. 體會專注觀察、主動參與等行為的意義。</p> <p>3. 養成並落實每日健身運動的習慣。</p> <p>4. 遵守團體規範。</p> | <p>1. 能優雅表現 6 人合作地球自轉、地球反轉動作</p> <p>2. 每日利用下課時間自主練習。</p> | <p>1. 透過示範、訓練等方式指導學生 6 人地球自轉、地球反轉。</p> <p>2. 加強體能訓練。</p> <p>3. 練習安全規範。</p> | 獨輪車 | 4 |
| 第(12)週 | 原地旋轉 | <p>健 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。</p> <p>健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> | <p>1. 原地旋轉動作</p> <p>2. 安全規範</p> | <p>1. 模仿、運用並操作原地旋轉連貫動作等練習策略。</p> <p>2. 體會專注觀察、主動參與等行為的意義。</p> | <p>1. 能優雅表現原地旋轉 5 圈以上動作。</p> <p>2. 能欣賞別人的動作，改進自己的缺點。</p> | <p>1. 透過示範、訓練等方式指導學生原地旋轉。</p> <p>2. 加強體能訓練。</p> <p>3. 練習安全規範。</p> | 獨輪車 | 4 |

| | | | | | | | | |
|---------------------------------------|------|--|------------------------|---|--|--|-----|---|
| 第 (14) 週 | | | | 3. 運用 正確及熟練技巧表現。 4. 培養 並落實每日健身運動的習慣。 | 3. 每日利用下課時間自主練習。 | | | |
| 第 (15) 週 - 第 (16) 週 | 圓規 | 健 3a-III-1 流暢地 操作 基礎健康技能。 健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 | 1. 圓規動作 2. 安全規範 | 1. 模仿、 運用 並 操作 圓規連貫動作等練習策略。 2. 運用 正確及熟練技巧表現。 3. 培養並落實每日健身運動的習慣。 4. 欣賞 別人的優點， 改進 自己的缺點。 | 1. 能完成圓規動作，持續點地5下以上並上踏板成功。 2. 能欣賞別人的動作，改進自己的缺點。 3. 每日利用下課時間自主練習。 | 1. 透過示範、訓練等方式指導學生左腳連續點地，右腳持續踩踏讓輪胎畫圓。 2. 加強體能訓練。 3. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 4 |
| 第 (17) 週 - 第 (18) 週 | 麻花轉 | 健 3c-III-2 在身體活動中 表現 各項運動技能，發展個人運動潛能。 健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 綜 2b-III-1 參與 各項活動，適切 表現 自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 | 1. 麻花轉動作 2. 安全規範 | 1. 模仿、 運用 並 表現 6人麻花轉連貫動作等練習策略。 2. 表現 專注觀察、主動參與等行為。 3. 運用 正確及熟練技巧表現。 4. 培養 並落實每日健身運動的習慣。 | 1. 能合作完成6人麻花轉成功結合轉3圈並成功脫離。 2. 每日利用下課時間自主練習。 | 1. 透過示範、訓練等方式麻花轉。 2. 加強體能訓練。 3. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 4 |
| 第 (19) 週 - 第 (20) 週 | 6人花式 | 健 3c-III-2 在身體活動中 表現 各項運動技能，發展個人運動潛能。 健 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | 1. 動作配合音樂結合 2. 安全規範 | 1. 模仿、 運用 並 表現 6人花式團隊配合音樂表演。 2. 表現 專注觀察、主動參與等行為的意義。 3. 運用 正確及熟練技巧表現。 | 1. 表現 6人團隊合作配合音樂表演。 2. 能 欣賞 別的團隊的演出。 | 1. 將所學動作配合音樂6人團隊表演 2. 加強體能訓練。 3. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 4 |

