

## 嘉義縣 排路國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-上

年級	中年級	課程設計者	邱文均、陳兆彥	教學總節數 /學期(上/下)	上學期
年級 課程主題名稱	獨輪車	符合校訂 課程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類		
學校 願景	合作、人文  探索、永續	與學校願 景呼應之 說明	利用互相 <b>合作</b> ，共同在獨輪車世界裡 <b>探索</b> ，從中培養 <b>人文</b> 氣息，學習好好說話、對話，學習合作展現花式獨輪車技之能力， <b>永續</b> 經營人際關係。		
總綱 核心素養	E-A1 具備良好身體活 動與健康生活的習慣，以促進身心 健全發展，並認識 個人特質，發展運 動與保健的潛能。 -E-B1 具備運用體育與 健康之相關符號知能，能以同理心 應用在生活中的 運動、保健與人際 溝通上。 -E-B3 具備運動與健康 有關的感知和欣賞的基本素養，促 進多元感官的發展，在生活環境中 培養運動與健康 有關的美感體驗。	課程 目標	從獨輪車的基本動作開始練習，不僅學習獨輪車的技 能，也學習與同儕間的相互合作，互相學習的態度，透 過獨輪車引導學生培養良好的運動習慣、不怕挫折與失 敗的態度，並藉由騎乘獨輪車走訪大自然的生態，擴展認同 在地產業的情操。		

排路國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-上學期

教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	(領綱)學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學資源	節數
第一週	認識獨輪車	<p><b>活動一：認識獨輪車</b></p> <p>1. 老師說明穿戴護具的重要性，能保護頭部，手肘、手腕，膝蓋等地方，避免運動傷害。</p> <p>2. 認識護具名稱及正確的穿戴方式。</p> <p>3. 選擇適合自己的獨輪車，老師示範推車動作。</p>	健康與體育	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>	認識獨輪車的基本構造	<p>1. 認識獨輪車的基本構造。</p> <p>2. 知道護具的重要性。</p> <p>3. 了解調整器具的方法。</p> <p>4. 認識安全的練習場所。</p> <p>5. 了解安全的使用方式。</p>	口試、實作	<p>哨子</p> <p>點名簿</p> <p>班級日誌</p> <p>獨輪車</p> <p>護具</p> <p>安全頭盔</p>	1
第二週 第三週	安全規範說明認識安全的練習場所	<p><b>活動一：認識獨輪車</b></p> <p>1. 老師說明穿戴護具的重要性，能保護頭部，手肘、手腕，膝蓋等地方，避免運動傷害。</p> <p>2. 認識護具名稱及正確的穿戴方式。</p>	健康與體育 健康與體育	<p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	了解護具的重要性	<p>1. 認識獨輪車的基本構造。</p> <p>2. 了解護具的重要性。</p> <p>3. 了解調整器具的方法。</p> <p>4. 認識安全的練習場所。</p> <p>5. 了解安全的使用方式。</p>	口試、實作	<p>哨子</p> <p>點名簿</p> <p>班級日誌</p> <p>獨輪車</p> <p>護具</p> <p>安全頭盔</p>	1
		<p><b>活動一：認識安全的練習場所</b></p> <p>1. 老師說明穿戴護具的重要性，能保護頭部，手肘、手腕，膝蓋等地方，避免運動傷害。</p> <p>2. 認識護具名稱及正確</p>			認識安全的練習場所	<p>1. 認識獨輪車的基本構造。</p> <p>2. 了解調整器具的方法。</p> <p>3. 知道安全的練習場所。</p> <p>4. 了解安全的使用方式。</p>			

		的穿戴方式。 3. 選擇適合自己的獨輪車，老師示範推車動作。							
第(四)週	獨輪車安全使用方式	活動一：獨輪車安全使用方式 1. 老師說明穿戴護具的重要性，能保護頭部，手肘、手腕，膝蓋等地方，避免運動傷害。 2. 選擇適合自己的獨輪車，老師示範推車動作。 3. 學生在老師指定的路線上自行練習。	健康與體育	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基	介紹獨輪車安全使用方式	1. 認識獨輪車的基本構造。 2. 了解調整器具的方法。 3. 認識安全的練習場所。 4. 知道安全的使用方式。	口試、實作	哨子 點名簿 班級日誌 獨輪車 護具 安全頭盔	1
第(五)週 - 第(七)週	推車平衡與協調訓練	活動一：推車平衡與協調訓練 1. 老師說明推車平衡與協調訓練。 2. 學生在老師指定的路線上自行練習。	健康與體育	本的健康技能。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計	老師示範推車平衡與協調訓練與解說技巧	1. 了解獨輪車與車子構造差異。 2. 推車平衡與協調訓練。	實作	哨子 點名簿 班級日誌 獨輪車 護具 安全頭盔	3
第(八)週	推車跑走 20 公尺	活動一：推車跑走 20 公尺 1. 老師說明推車平衡與協調訓練。	健康與體育	畫與資源。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的	老師解說推車跑走	1. 了解獨輪車與車子構造差異。 2. 學會推車跑走 20 公尺。	實作	哨子 點名簿 班級日誌 獨輪車	3

第(十一)週		2. 學生在老師指定的路線上自行練習。		益處 。	20 公尺的注意須知			護具 安全頭盔	
第(十二)週 - 第(十四)週	藉由扶手上車與下車	活動一：藉由扶手上車與下車 1. 老師說明扶手上車與下車訓練。 2. 學生在老師指定的路線上自行練習。	健康與體育		老師示範藉由扶手上車與下車與解說技巧	1. 了解獨輪車與車子構造差異。 2. 學會扶手定車。	實作	哨子 點名簿 班級日誌 獨輪車 護具 安全頭盔	3
第(十五)週 - 第(十七)週	平衡與協調練習 扶桿定車 搖車	活動一：平衡與協調練習 1. 老師說明平衡與協調練習扶桿定車搖車訓練。 2. 學生在老師指定的路線上自行練習。	健康與體育		老師示範扶桿定車搖車與解說技巧	1. 學會扶手上車，並且獨自前進 10 步。 2. 了解反覆且持續的練習，才能成功。	實作	哨子 點名簿 班級日誌 獨輪車 護具 安全頭盔	3
第(十八)週 - 第(二十)週	平衡與協調練習 扶桿水平 踩雙手拍 5 下	活動一：平衡與協調練習 1. 老師說明平衡與協調練習扶桿水平踩雙手拍下訓練。 2. 學生在老師指定的路線上自行練習。	健康與體育		老師解說扶桿水平踩雙手拍 5 下的技	1. 學會扶手上車，並且獨自前進 10 步。 2. 了解反覆且持續的練習，才能成功。	實作	哨子 點名簿 班級日誌 獨輪車 護具 安全頭盔	3

					巧				
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教科書 ( ) <input type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)								
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共( )節 (以連結資訊科技議題為主)								
特教需求 學生課程 調整	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /人數)</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名：</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：</p>								

\*各校可視需求自行增減表格

填表說明：

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週 3 節，共開社區文化課程 1 節、社團 1 節、世界好好玩 1 節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫 3 份。