

嘉義縣大崙國小 111 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/上學期 | |
|------------------|--|-------------------|----------------|---|-------------|----------------|--------|--------|
| 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 <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。 | | 課程 目標 | 一、認識獨輪車練習規則， 發展 運動與保健的潛能。 二、 探索 並熟練各項技術動作與技能策略， 體驗並解決 運動中各項問題。 三、在獨輪車活動中，積極參與、公平競爭、團隊 合作 ，促進身心健康發展。 | | | | |
| 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 - 第 (2) 週 | 認識 獨輪 車 | 健 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 健 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 | 1. 獨輪車分解圖 2. 獨輪車拆解維修 3. 獨輪車打氣、保養 4. 車輛置放規定 | 1. 認識獨輪車使用技能和分解圖、拆解維修、打氣、保養等基本步驟。 2. 能了解獨輪車運動技能要素，遵守基本規範整齊置放獨輪車 | 1. 能說出獨輪車各部份的名稱。 2. 能合作完成獨輪車故障排除任務。 3. 能運用打氣筒打到適當壓力磅數，並正確保養獨輪車。 4. 能依規定整齊置放獨輪車。 | 1. 利用獨輪車講解車體構造。 2. 兩人一組合作調整車體、簡易維修。 3. 獨輪車打氣、保養 4. 車輛置放規範 | 獨輪車 打氣筒 維修工具 | 4 |
| 第 (3) 週 | 安全 下車 | 健 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 健 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 綜 3a-III-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。 綜 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | 1. 右腳安全下車分解動作。 2. 左腳安全下車分解動作。 3. 安全規範。 4. 練習時間 | 1. 了解獨輪車運動技能要素，利用左、右腳安全下車分解動作等基本運動規範。 2. 應用獨輪車活動的防護知識，維護運動安全。 3. 能辨認獨輪車運動時潛藏危機，遵守團體安全規範。 4. 養成規律運動習慣，培養並維持每日利用下課時間練習的動態生活。 | 1. 能完成利用右腳安全下車動作步驟。 2. 能完成利用左腳安全下車動作步驟。 3. 能遵守練習規範。 | 1. 透過講解、示範方式，指導學生利用右腳安全下車分解動作步驟。 2. 透過講解、示範方式，指導學生利用左腳安全下車分解動作步驟。 3. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 2 |
| 第 (4) 週 - 第 (5) 週 | 利用 扶手 前進 | 健 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 綜 3a-III-1 辨識周遭環 | 1. 扶手上車分解動作。 2. 扶手前進分解動作。 3. 安全規範。 | 1. 能表現積極參與、模仿、運用並表現獨輪車利用扶手前進等練習策略，接受挑戰的學習態度。 2. 能流暢地操作獨輪車扶手上車、前進技能。 | 1. 能表現利用扶手獨輪車前進動作。 2. 能依要求完成安全下車動作。 3. 能反省自己的動作缺點，並改進 | 1. 透過示範、演練等方式，指導學生利用扶手前進動作程序與步驟。 2. 練習安全規範。 | 獨輪車 練習架 | 2 |

| | | | | | | | | |
|----------------|---------|--|---------------------------|---|--|--|--------|---|
| | | 境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。 | | 3. 能辨認獨輪車運動時潛藏危機，遵守團體安全規範。 | | | | |
| 第(6)週 - 第(8)週 | 利用扶手放手騎 | 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。 綜 3a-III-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。 | 1. 扶手放手騎分解動作。 2. 安全規範。 | 1. 表現穩定的身體控制和協調能力，做出扶手放手騎分解動作。 2. 養成規律運動習慣，培養並維持每日利用下課時間練習的動態生活。 3. 能辨認獨輪車運動時潛藏危機，遵守團體安全規範。 | 1. 能表現利用扶手放手前進 3 公尺以上動作。 2. 每日利用下課時間自主練習。 | 1. 透過示範、演練等方式，指導學生利用扶手放手前進動作程序與步驟。 2. 練習安全規範。 | 獨輪車練習架 | 6 |
| 第(9)週 - 第(11)週 | 放手騎(一) | 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。 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. 放手騎動作要領。 2. 安全規範。 | 1. 表現穩定的身體控制和協調能力，做出扶手放手騎動作。 2. 養成規律運動習慣，培養並維持每日利用下課時間練習的動態生活。 3. 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，遵守團體安全規範，達成共同目標。 | 1. 能表現放手騎前進 20 公尺以上動作。 2. 能協助同伴放手騎。 3. 每日利用下課時間自主練習。 | 1. 透過示範、訓練等方式在老師協助下放手騎。 | 獨輪車 | 6 |
| 第(12)週 - | 放手騎(二) | 健 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 | 1. 放手騎動作要領。 2. 安全規範。 | 1. 比較自己或他人騎獨輪車技能的正確性，藉由放手騎測驗評量，了解個人各種能力表現。 | 1. 能表現放手騎前進 200 公尺以上動作。 2. 能協助同伴放手騎 3. 每日利用下課時間自主練習。 | 1. 透過示範、訓練等方式在老師協助下放手騎。 2. 加強體能訓練 3. 練習安全規範。 | 獨輪車 | 6 |

| | | | | | | | | |
|---------------------------------------|----------------|---|---------------------------------------|---|---|---|-----|---|
| 第 (14) 週 | | <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>2. 養成規律運動習慣，培養並維持每日利用下課時間練習的動態生活。</p> <p>3. 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，遵守團體安全規範，達成共同目標。</p> | | | | |
| 第 (15) 週 - 第 (16) 週 | 後勾式自由上車 (一) | <p>健 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>健 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。</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. 後勾式自由上車動作</p> <p>2. 安全規範。</p> | <p>1. 能表現積極參與、模仿、運用並表現獨輪車後勾式自由上車動作練習策略，接受挑戰的學習態度。</p> <p>2. 能流暢地操作獨輪車後勾式自由上車動作技能。</p> <p>3. 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，遵守團體安全規範，達成共同目標。</p> | <p>1. 能在老師協助下完成自由上車動作。</p> <p>2. 能互相合作協助同伴上車</p> <p>3. 每日利用下課時間自主練習。</p> | <p>1. 透過示範、訓練等方式在老師協助下自由上車。</p> <p>2. 加強體能訓練。</p> <p>3. 練習安全規範。</p> | 獨輪車 | 4 |
| 第 (17) 週 - 第 (18) 週 | 後勾式自由上車 (二) | <p>健 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。</p> <p>健 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>健 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> | <p>1. 後勾式自由上車動作分解</p> <p>2. 安全規範。</p> | <p>1. 能獨立演練後勾式自由上車連貫動作的自我調適技能。</p> <p>2. 能應用學習策略，提高獨輪車獨立演練技能的學習效能。</p> <p>3. 能比較自己或他人獨輪車後勾式自由上車</p> | <p>1. 能不需要老師協助下完成自由上車動作。</p> <p>2. 能觀察別人的優點，改進自己的動作</p> <p>3. 每日利用下課時間自主練習。</p> | <p>1. 透過示範、訓練等方式不需要老師協助下可以自由上車。</p> <p>2. 加強體能訓練。</p> <p>3. 練習安全規範。</p> | 獨輪車 | 4 |

4. 確定學生聽懂老師的指令，可在每上完一個段落就要求學生複述及口述重點。

特教老師簽名：韓志評

普教老師簽名：江文圳