

四、嘉義縣梅山國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 12-4) (上/下學期,各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

年級	中年級	年級課程主題名稱	獨輪車		課程設計者	簡泰翔	總節數/學期(上/下)	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 <i>需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。</i> <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	推動品格紮根、品質為本、品味永續之三品教育，建置樂活 LOHAS 梅山		與學校願景呼應之說明	<p>一、健康： 經由慢慢的訓練，提升反應力、協調力、柔軟度，獨輪車是一種益智的運動，使孩子能充分學習有品質的運動。</p> <p>二、品格： 透過獨輪車課程，訓練學生左右腦協調、脊椎調整，並能提升專注力，進而培養孩子身心健全的品格。</p> <p>三、終身學習： 學習獨輪車會帶給學生意外的驚喜，亦能增進耐挫力，增加自信與自我肯定的能力，具有優質的品味，並能健康樂活的學習。</p>				
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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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	<p>一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。</p> <p>二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。</p> <p>三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。</p> <p>四、促進運動體能均衡發展。</p> <p>五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。</p> <p>六、培養終身運動的習慣。</p> <p>七、學習互助合作精神。</p>				
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)	學習活動(教學活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(4)週	獨輪車好好玩	健體 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	獨輪車運動的起源與基本構造。 獨輪車的基本動作。 獨輪車的基本動作。 獨輪車的練習活動中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 獨輪車的練習動作中，運用動作技能的練習策略。	在獨輪車的基本動作中，能認識獨輪車運動的起源與基本構造。 在獨輪車的基本動作練習中，能表現獨輪車的基本動作。 在獨輪車的練習活動中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在獨輪車的練習動作中，運用動作技能的練習策略。	學生能回答獨輪車運動的由來與基本構造。 學生能做出獨輪車的基本動作。 學生能熟練獨輪車的基本動作。	活動一：認識獨輪車 簡介獨輪車運動由來。 獨輪車基本構造講解。 活動二：獨輪車基本動作 獨輪車上車與下車。 掌握平衡感。 活動三：獨輪車練習動作 平穩坐在車上拍手再握杆。 站立拍手再握杆。	電腦相關配備。 投影機。 PPT。 獨輪車	8 節

<p>第(5)週 - 第(8)週</p>	<p>獨輪車向前行</p>	<p>健體 1b- II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車的前進動作。</p>	<p>在獨輪車的前進動作中，能認識獨輪車的前進動作。 在獨輪車的前進練習中，表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 在獨輪車前進練習中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在獨輪車的持續前進中，運用動作技能的練習策略。</p>	<p>學生能做出獨輪車的前進動作。 學生能熟練獨輪車的前進動作。</p>	<p>活動一：獨輪車前進動作 扶杆往前踏。 讓踏板轉動一圈維持平衡。 左右手都要練習。 活動二：獨輪車前進練習 扶杆往前踏。 讓踏板持續的踩踏前騎。 活動三：獨輪車持續前進 扶杆往前踏。 手可盡量練習點放點放的方式離開欄杆持續前騎。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>8 節</p>
<p>第(9)週 - 第(12)週</p>	<p>獨輪車前進大挑戰</p>	<p>健體 1b- II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車的前進練習。</p>	<p>在獨輪車前進挑戰 I 中，認識獨輪車的前進技能並練習。 在獨輪車前進挑戰 II 中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在獨輪車前進挑戰 III 中，運用動作技能的練習策略並表現出正確指令。 透過挑戰獨輪車，培養規律的運動習慣。</p>	<p>學生能表現放手前騎 10~30 公尺。 學生能表現放手前騎 40~60 公尺。</p>	<p>活動一：獨輪車前進挑戰 I 放手前騎 10 公尺。 放手前騎 20 公尺。 活動二：獨輪車前進挑戰 II 放手前騎 30 公尺。 放手前騎 40 公尺。 活動三：獨輪車前進挑戰 III 放手前騎 50 公尺。 放手前騎 60 公尺。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>8 節</p>
<p>第(13)週 - 第(16)週</p>	<p>我是小小獨輪車手</p>	<p>健體 1b- II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車的前進進階練習。</p>	<p>在我是小小獨輪車手 I 中，認識獨輪車的前進進階技能並練習。 在我是小小獨輪車手 II 中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在我是小小獨輪車手 II 中，運用動作技能的練習策略並表現出正確指令。 透過挑戰獨輪車，培養規律的運動習慣。</p>	<p>學生能表現放手前騎 70~80 公尺。 學生能表現放手前騎 90~100 公尺。</p>	<p>活動一：我是小小獨輪車手 I 放手前騎 70 公尺。 放手前騎 80 公尺。 活動二：我是小小獨輪車手 II 放手前騎 90 公尺。 放手前騎 100 公尺。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>8 節</p>

第 (17) 週 - 第 (20) 週	我 是 小 小 獨 輪 車 手	健體 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	獨輪車的前進進階練習。	在我是小小獨輪車手 I 中，認識獨輪車的前進進階技能並練習。 在我是小小獨輪車手 II 中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在我是小小獨輪車手 II 中，運用動作技能的練習策略並表現出正確指令。 透過挑戰獨輪車，培養規律的運動習慣。	學生能表現放手前騎 70~80 公尺。 學生能表現放手前騎 90~100 公尺。	活動一：我是小小獨輪車手 I 放手前騎 70 公尺。 放手前騎 80 公尺。 活動二：我是小小獨輪車手 II 放手前騎 90 公尺。 放手前騎 100 公尺。	獨輪車	8 節
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 () <input checked="" 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	※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) ※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) ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 2. <div style="text-align: right;"> 特教老師姓名： 普教老師姓名： </div>							

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。

四、嘉義縣梅山國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 12-4) (上/下學期,各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

年級	中年級	年級課程 主題名稱	獨輪車	課程 設計者	簡泰翔	總節數/學期 (上/下)	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 <i>需跨領域,以主題/專題/議題的類型,進行統整性探究設計;且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。</i> <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	推動品格紮根、品質為本、品味永續之三 品教育,建置樂活 LOHAS 梅山	與學校願景呼 應之說明	<p>一、健康: 經由慢慢的訓練,提升反應力、協調力、柔軟度,獨輪車是一種益智的運動,使孩子能充分學習有品質的運動。</p> <p>二、品格: 透過獨輪車課程,訓練學生左右腦協調、脊椎調整,並能提升專注力,進而培養孩子身心健全的品格。</p> <p>三、終身學習: 學習獨輪車會帶給學生意外的驚喜,亦能增進耐挫力,增加自信與自我肯定的能力,具有優質的品味,並能健康樂活的學習。</p>				
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-A3 具備擬定計畫與實作的能力,並以創新思考方式,因應日常生活情境。 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	<p>一、培養運動技能,具備良好的生活運動習慣,以促進身心健全發展。</p> <p>二、認識個人特質,健全身心,發展生命潛能。</p> <p>三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。</p> <p>四、促進運動體能均衡發展。</p> <p>五、培養樂於與人互動,具備理解他人感受,擁有與團隊和諧相處、合作之素養。</p> <p>六、培養終身運動的習慣。</p> <p>七、學習互助合作精神。</p>				

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)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第 (1) 週 - 第 (4) 週	獨 輪 車 好 好 玩	健體 1b-II-1 認識健康 技能和生活技能對健康 維護的重要性。 健體 2c-II-2 表現增進團 隊合作、友善的互動行 為。 健體 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。 健體 4d-II-1 培養規律 運動的習慣並分享身體 活動的益處。	獨輪車運 動的起源 與基本構 造。 獨輪車的 基本動 作。	在獨輪車的基本動作中,能認識獨輪車運動的 起源與基本構造。 在獨輪車的基本動作練習中,能表現獨輪車的 基本動作。 在獨輪車的練習活動中,透過身體活動,探索 運動潛能與表現正確的身體活動。 在獨輪車的練習動作中,運用動作技能的練 習策略。	學生能回答獨輪車運動的由來與基 本構造。 學生能做出獨輪車的基本動作。 學生能熟練獨輪車的基本動作。	活動一:認識獨輪車 簡介獨輪車運動由來。 獨輪車基本構造講解。 活動二:獨輪車基本動作 獨輪車上車與下車。 掌握平衡感。 活動三:獨輪車練習動作 平穩坐在車上拍手再握杆。 站立拍手再握杆。	電腦相關配 備。 投影機。 PPT。 獨輪車	8 節

<p>第(5)週 - 第(8)週</p>	<p>獨輪車向前行</p>	<p>健體 1b- II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c- II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d- II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車的前進動作。</p>	<p>在獨輪車的前進動作中，能認識獨輪車的前進動作。 在獨輪車的前進練習中，表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 在獨輪車前進練習中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在獨輪車的持續前進中，運用動作技能的練習策略。</p>	<p>學生能做出獨輪車的前進動作。 學生能熟練獨輪車的前進動作。</p>	<p>活動一：獨輪車前進動作 扶杆往前踏。 讓踏板轉動一圈維持平衡。 左右手都要練習。 活動二：獨輪車前進練習 扶杆往前踏。 讓踏板持續的踩踏前騎。 活動三：獨輪車持續前進 扶杆往前踏。 手可盡量練習點放點放的方式離開欄杆持續前騎。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>8 節</p>
<p>第(9)週 - 第(12)週</p>	<p>獨輪車前進大挑戰</p>	<p>健體 1b- II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c- II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d- II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車的前進練習。</p>	<p>在獨輪車前進挑戰 I 中，認識獨輪車的前進技能並練習。 在獨輪車前進挑戰 II 中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在獨輪車前進挑戰 III 中，運用動作技能的練習策略並表現出正確指令。 透過挑戰獨輪車，培養規律的運動習慣。</p>	<p>學生能表現放手前騎 10~30 公尺。 學生能表現放手前騎 40~60 公尺。</p>	<p>活動一：獨輪車前進挑戰 I 放手前騎 10 公尺。 放手前騎 20 公尺。 活動二：獨輪車前進挑戰 II 放手前騎 30 公尺。 放手前騎 40 公尺。 活動三：獨輪車前進挑戰 III 放手前騎 50 公尺。 放手前騎 60 公尺。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>8 節</p>
<p>第(13)週 - 第(16)週</p>	<p>我是小小獨輪車手</p>	<p>健體 1b- II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c- II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d- II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車的前進進階練習。</p>	<p>在我是小小獨輪車手 I 中，認識獨輪車的前進進階技能並練習。 在我是小小獨輪車手 II 中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在我是小小獨輪車手 II 中，運用動作技能的練習策略並表現出正確指令。 透過挑戰獨輪車，培養規律的運動習慣。</p>	<p>學生能表現放手前騎 70~80 公尺。 學生能表現放手前騎 90~100 公尺。</p>	<p>活動一：我是小小獨輪車手 I 放手前騎 70 公尺。 放手前騎 80 公尺。 活動二：我是小小獨輪車手 II 放手前騎 90 公尺。 放手前騎 100 公尺。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>8 節</p>

<p>第 (17) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>我 是 小 小 獨 輪 車 手</p>	<p>健體 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 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。 健體 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車的前進進階練習。</p>	<p>在我是小小獨輪車手 I 中，認識獨輪車的前進進階技能並練習。 在我是小小獨輪車手 II 中，透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 在我是小小獨輪車手 II 中，運用動作技能的練習策略並表現出正確指令。 透過挑戰獨輪車，培養規律的運動習慣。</p>	<p>學生能表現放手前騎 70~80 公尺。 學生能表現放手前騎 90~100 公尺。</p>	<p>活動一：我是小小獨輪車手 I 放手前騎 70 公尺。 放手前騎 80 公尺。 活動二：我是小小獨輪車手 II 放手前騎 90 公尺。 放手前騎 100 公尺。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>8 節</p>
<p>教材來源</p>	<p><input type="checkbox"/>選用教材 () <input checked="" type="checkbox"/>自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)</p>							
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><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)</p>							
<p>特教需求學生課程調整</p>	<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) ※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) ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 2. 特教老師姓名： 普教老師姓名：</p>							

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。