

三、嘉義縣梅山國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

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)	42/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 *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) 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。 <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	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。 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。 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。				
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。	課程目標	一、 透過獨輪車運動的技術與基本知識，養成良好生活習慣， 促進 身心健全發展， 發展 個人特質與潛能。 二、 經由獨輪車的學習，發展 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。 三、 在小組活動潛移默化中，培養樂於與人 互動、公平競爭 ， 同理 他人感受，促進身心健康。				

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)	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	<p>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <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> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車運動的起源與基本構造。</p> <p>獨輪車的基本動作。</p>	<p>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。</p> <p>在獨輪車的基本動作練習中，能表現獨輪車的基本動作。</p> <p>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。</p> <p>透過獨輪車的練習動作，培養運動的習慣，並分享運動的好處。</p>	<p>學生能回答獨輪車運動的由來與基本構造。</p> <p>學生能做出獨輪車的基本動作。</p> <p>學生能熟練獨輪車的基本動作。</p>	<p>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。</p> <p>活動二：獨輪車基本動作 獨輪車上車與下車。 掌握平衡感。</p> <p>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。</p>	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>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。 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。</p> <p>在獨輪車的前進練習中，表現團隊合作、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>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。</p> <p>透過獨輪車的持續前進的動作，培養運動的習慣，並分享運動的好處。</p>	<p>學生能做出獨輪車的前進動作。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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>1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康維 護的重要性。 2c-II-2 表現增 進團隊合作、 友善的互動行 為。 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。 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，能認 識獨輪車的前進技能。 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。 透過獨輪車前進挑戰 III 中，培養運動的習慣，並分 享運動的好處。</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>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。 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，能認識獨輪車的前進進階技能。 在我是小小獨輪車手 I 中，表現團隊合作、樂於嘗試的學習態度。 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，透過動作技能的練習策略培養規律運動的習慣。</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>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。 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。 在我是小小獨輪車手 I 中，表現團隊合作、樂於嘗試的學習態度。 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，透過動作技能的練習，培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</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 (21) 週</p>	<p>獨 輪 車 成 果 發 表</p>	<p>1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康維 護的重要性。 2c-II-2 表現增 進團隊合作、 友善的互動行 為。 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。 4d-II-1 培養規 律運動的習慣 並分享身體活 動的益處。</p>	<p>複習 本學 期所 有習 得動 作。</p>	<p>在身體活動中表現並複 習本學期所有習得動 作。</p> <p>培養獨輪車運動的習慣並分 享身體活動的益處。</p>	<p>學生能確實做好獨輪車 前進的基本動作。</p>	<p>總複習 1. 複習本學期所有習得動作。</p>	<p>獨輪車</p>	<p>2</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、(自行填入類型/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. 特教老師姓名：(打字即可) 普教老師姓名：(打字即可)</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。

三、嘉義縣梅山國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

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 *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) 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。 <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	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。 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。 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。				
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。	課程目標	一、 透過獨輪車運動的技術與基本知識，養成良好生活習慣， 促進 身心健全發展， 發展 個人特質與潛能。 二、 經由獨輪車的學習，發展 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。 三、 在小組活動潛移默化中，培養樂於與人 互動、公平競爭 ， 同理 他人感受，促進身心健康。				

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)	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	<p>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <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> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>獨輪車運動的起源與基本構造。</p> <p>獨輪車的基本動作。</p>	<p>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。</p> <p>在獨輪車的基本動作練習中，能表現獨輪車的基本動作。</p> <p>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。</p> <p>透過獨輪車的練習動作，培養運動的習慣，並分享運動的好處。</p>	<p>學生能回答獨輪車運動的由來與基本構造。</p> <p>學生能做出獨輪車的基本動作。</p> <p>學生能熟練獨輪車的基本動作。</p>	<p>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。</p> <p>活動二：獨輪車基本動作 獨輪車上車與下車。 掌握平衡感。</p> <p>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。</p>	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>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。 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，表現團隊合作、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。 透過獨輪車的持續前進的動作，培養運動的習慣，並分享運動的好處。</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>1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康維 護的重要性。 2c-II-2 表現增 進團隊合作、 友善的互動行 為。 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。 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，能認 識獨輪車的前進技能。 在獨輪車的前進挑戰 I 中，表 現主動參與、樂於嘗試的學習 態度。 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。 透過獨輪車前進挑戰 III 中，培養運動的習慣，並分 享運動的好處。</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>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。 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，能認識獨輪車的前進進階技能。 在我是小小獨輪車手 I 中，表現團隊合作、樂於嘗試的學習態度。 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，透過動作技能的練習策略培養規律運動的習慣。</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>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。 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。 在我是小小獨輪車手 I 中，表現團隊合作、樂於嘗試的學習態度。 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，透過動作技能的練習，培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</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、(自行填入類型/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. 特教老師姓名：(打字即可) 普教老師姓名：(打字即可)</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。