

三、嘉義縣 蒜頭 國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

表 14-3 校訂課程教學內容規劃表 全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是 ☐ (____年級和____年級) 否 ☒

年級	低年級	年級課程 主題名稱	直排輪社團	課程 設計者	郭盈傑	總節數/學期 (上/下)	80/上下學期
符合 彈性 課程 類型	☐ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學(可以複選)						
學校 願景	健康、創新、關懷、合作		與學校願景 呼應之說明	一、分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合且創新的訓練計畫，。 二、藉由運動之學習歷程，培養同儕關懷的態度，並建立團體合作的精神。 三、設計強健體魄的運動計畫，增進體適能，形塑健康生活型態。			
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-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。 E-C2		課程 目標	一、 具備良好健康的直排輪運動生活習慣，認識直排輪這一運動項目的背景文化和由來，以及認識自我身體對於直排輪運動的動作學習與調適。 二、 理解直排輪技能，促進自我保護意識，培養直排輪運動的習慣。 三、 在競技比賽中，培養團隊合作的態度，同理他感受，並與他人建立良好互動關係。			

	具備 同理 他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。							
議題融入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☒ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)							
融入議題實質內涵	安 E1 了解安全教育。							
教學進度	單元名稱	領域學習表現/議題實質內涵	自訂學習內容	學習目標	表現任務(學習評量)	學習活動(教學活動)	教學資源	節數
第(一)週 - 第(六)週	認識直排輪	健體 1c-I-2 認識基本的運動常識。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 安 E1 了解安全教育。	1 直排輪基本站法 2. 直排輪跌倒姿勢	1. 認識直排輪運動並知道如何穿戴。 2. 認識身體協調性和直排輪跌倒時基本動作。 3. 了解進行直排輪活動時的安全注意事項	1. 可以獨自穿戴直排輪鞋與護具。 2. 穿戴直排輪鞋與護具後能夠自行站立。 3. 能夠理解並運用正確跌倒時的姿勢與技巧。 4. 能了解後說出進行直排輪的動作安全注意事項。	1. 認識直排輪由來和基本裝備。 2. 認識直排輪場地和基本裝備穿戴方式。 3. 熱身操:慢跑、伸展操 4. 著全套護具及直排輪鞋，了解 5. 教師示範「坐下起立」動作。 5-1 坐下姿勢 5-2 將雙腳彎側邊 5-3 呈現高跪姿、雙手撐膝蓋 5-4 站立後, 將雙手撐於重心腳	直排輪鞋、護具、圓形角標	1 2

						5-5 雙腳微彎曲，雙手扶膝蓋，雙腳呈現 V 字型 5-6 平衡站立 6. 教師示範「坐下起立」分解動作。 7. 帶領學生一起進行動作 8. 學生練習「坐下起立」動作內容。 9. 教練示範跌倒動作。 10. 學生演練跌倒動作。		
第 (七) 週 — 第 (十 三) 週	基本 站立 與滑 行動 作	健體 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 3c- I -2 表現安全的身體活動行為。	1. 著直排輪鞋雙腳站立。 2. 著直排輪鞋向前滑行。	1. 表現並模仿著直排輪鞋雙腳站立的穩定動作。 2. 表現並模仿著直排輪鞋向前滑行。	1. 能夠自己穿著直排輪鞋及護具後並且雙腳穩定的站立。 2. 可以在他人不牽手或攙扶以及沒有扶物體的狀態下流暢地向前滑行。	1. 教師複習「跌倒起立」動作 2. 學生演練「跌倒起立」動作 3. 教師示範「前進滑行」動作 3-1 站立，膝蓋微彎，準備向前滑行。 3-2 右腳(重心腳)呈現 45 度向前滑，左腳進行推刃。 3-3 轉換重心腳至左腳，左腳 45 度向前滑，右腳進行推刃。 3-4 持續轉換重心腳至右腳，身體跟隨重心呈現左右搖擺。 3-5 持續轉換重心腳至左腳。接續進行左腳滑行、右腳推刃；右腳滑行、左腳推刃向前滑行之動作。	直 排 輪 鞋、護具、 圓形角標	1 4

						3-6 平衡站立。 4. 教師示範「前進滑行」分解動作 5. 帶領學生一起進行動作 6. 學生練習「前進滑行」動作內容 7. 學生演練「前進滑行」內容		
第 (十 四) 週 — 第 (二 十 一) 週	基本煞車動作	健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	基本煞車-T字煞車	1. 描述在行進中如何使用基本煞車-T字煞車。 2. 表現出行進中使用基本煞車-T字煞車的正確技巧。	1. 能在聆聽教練講解指導後，描述說出行進中基本煞車-T字煞車的使用時機與方式。 2. 在完成獨自站立與行進之後，正確展示基本煞車-T字煞車之技巧。	1. 教師複習「前進滑行」動作 2. 學生演練「前進滑行」動作 3. 教師示範「T字煞車」動作 3-1 滑行推刀姿勢 3-2 停止推刀，膝蓋微彎呈現雙腳滑行姿勢 3-3 左腳(重心腳)持續滑行，右腳往後滑移 3-4 右腳滑移至左腳(重心腳)後方，左腳微彎，右腳向下踩內刀 3-5 左腳呈現彎曲狀，右腳踩內刀，雙手放至於左腳(重心腳)的膝蓋上，身體重心向下 3-6 平衡站立 4. 教師示範「T字煞車」分解動作 5. 帶領學生一起進行動作	直排輪鞋、護具、圓形角標	16

						6. 學生練習「T 字煞車」動作內容 7. 學生演練「T 字煞車」內容		
下學期								
第 (一)週 - 第 (六)週	控制 方向 與轉 彎	健體 2d- I -2 接受並 體驗多元性身體 活動。 3d- I -1 應用基 本動作常識，處 理練習或遊戲問 題。	1. 雙腳控 制方向 2. 進行轉 彎動作	1. 接受教練指導 學會利用雙腳 控制方向，體 驗直排輪除了 前行煞車，亦 能透過雙腳之 角度不同而改 變方向。 2. 應用所學直排 輪技巧，進行 轉彎動作，搭 配遊戲展現連 續轉彎。	1. 能夠在理解教練指導 與動作示範後，利用 雙腳向前滑行過程 中，改變雙腳角度，學 會改變方向之技巧。 2. 透過所學直排輪技 巧，可以完成繞過擺 放在場地地面之圓形 角標。	1. 教師複習「基本煞車」動作 2. 學生演練「基本煞車」動作 3. 教師示範「基本轉彎」動作 4. 教師示範「基本轉彎」分解動作 4-1 雙腳呈現平行滑行姿勢，不推 刃 4-2 左轉時，呈弓箭步，左腳在前， 右腳在後 4-3 左腳(重心腳)持續滑行，右腳 在外側滑移，身體重心往內側圓心 傾斜 4-4 身體順勢向左側圓心轉移 4-5 身體左轉後，右腳滑行至與左 腳平行 4-6 完成轉彎動作後，可接推刃滑 行動作，持續進行滑行	直 排 輪 鞋、護具、 圓形角標	1 2

						4-7 右轉動作步驟亦與左轉相類似。 5. 帶領學生一起進行動作 6. 學生練習「基本轉彎」動作內容 7. 學生結合繞行角標遊戲演練「基本轉彎」內容		
第 (七) 週 - 第 (十三) 週	加速 向前 進	健體 1d- I -1 描述動作技能基本常識。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。	1. 連續推 軋 2. 前進加速	1. 能夠描述如何利用雙腳連續推軋 2. 表現利用雙腳連續推軋後讓前進動作加速，展現出加速前進的能力。	1. 透過學習觀察模仿，學會雙腳連續推軋，使前行持續。 2. 利用所學動作，勇敢持續向前加速推進，不懼怕跌倒，展現加速之能力。	1. 教師複習「基本轉彎」動作 2. 學生演練「基本轉彎」動作 3. 教師示範「前溜剪冰」加速動作 4. 教師示範「前溜剪冰」分解動作 5. 帶領學生一起進行動作 5-1 滑行推刀姿勢 5-2 左腳為重心腳，右腳(外側腳)準備抬起，從左腳的前方跨過 5-3 右腳從左腳前方跨過，內側腳與外側腳成現交叉姿勢。 5-4 重心腳準備從左腳轉移至右腳 5-5 將左腳提起置於右腳內側，成平行前滑姿勢 5-6 平衡站立滑行 6. 學生練習「前溜剪冰」動作內容 7. 學生演練「前溜剪冰」內容	直 排 輪 鞋、護具、 圓形角標	1 4

第 (十 四) 週 - 第 (二 十) 週	厲 害 的 8 字溜	健體 1d- I -1 描述動作技能基本常識。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 2b- I -2 願意養成個人健康習慣。	1.前溜胡蘆 2.自我練習直排輪計畫	1. 能夠在教練解說示範後，描述如何利用前進、煞車及轉彎動作完成前溜 8 字動作。 2. 實際表現出具有前溜胡蘆的能力 3. 養成自我規劃固定時間練習直排輪。	1. 可以完整描述說出前溜胡蘆的動作要領與技巧。 2. 透過所學實際展現出前溜胡蘆的流暢動作，並通過圓形角標。 3. 能夠說出自己對直排輪的喜愛與之後每週固定練習之時間規劃。	1.教師複習「連續推軌」動作 2.學生演練「連續推軌」動作 3.教師示範「前溜胡蘆」動作 4.教師示範「前溜胡蘆」分解動作 5.帶領學生一起進行動作 6.學生練習「前溜胡蘆」動作內容 6-1 滑行推刀姿勢,腰部及膝蓋微彎 6-2 雙腳壓外刀,並向前兩側施力 滑行畫半圓型 6-3 滑行至與肩同寬後,身體開始上提腰部,雙腳開始向內靠 6-4 向內收腳,壓內刀,此時輪鞋前頭呈現 Λ型 6-5 持續上述 1-4 的動作內容,即可完成連續前溜胡蘆動作 7.學生演練「前溜胡蘆」內容 8.學生分享對直排輪的學習感受與日後的練習規劃	直 排 輪 鞋、護具、 圓形角標	1 4
--	---------------------------	--	-------------------------------	--	--	--	---------------------------------	----------------

第 () 週 - 第 () 週		綜 2c-III-1 /分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題	家鄉高麗菜產量	分析與判讀近 5 年家鄉高麗菜產量的資料，規劃調查今年社區高麗菜產量的策略，以分析家鄉高麗菜滯銷的問題				
		國 E1 /了解我國與世界其他國家的文化特質。	家鄉高麗菜飲食	了解家鄉高麗菜飲食文化與其他國家的文化差異。				
		戶 E4/覺知自身的生活方式會對自然環境產生影響與衝擊。	高麗菜耕作方式	覺知高麗菜耕作方式會對自然環境產生影響。				
		各校可視需求自行增減表格						
教材來源		☐ 選用教材 () ☐ 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		☒ 無 融入資訊科技教學內容 ☐ 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: ☒ 無 ☐ 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: ☒ 無 ☐ 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：闕好甄
	普教老師姓名：郭盈傑

填表說明：

1. 第一類課程需跨領域，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

2. 第四類其他類課程，在同一份設計中可以依照不同的週次需要，複選多種內容。例如:1-4 週為班級輔導，5-7 週為自治活動，8-10 週為班際交流，11-14 週為戶外教育，15-20 週為班級輔導。

3. 議題融入:性別平等教育、安全教育(交通安全)、戶外教育，以上三項議題至少需選擇一項，其他議題則是自由選擇。