

教材版本	自訂	實施年級 (班級/組別)	四	教學節數	每週(1)節，本學期共(22)節		
課程目標	1. 認識獨輪車的基本構造。 2. 了解安全的使用方式。 3. 20公尺獨輪車推車跑走。 4. 扶手上車 5. 獨輪車平衡與協調練習。 6. 雙手扶桿前進。 7. 單手扶桿前進 8. 扶手定車。 9. 放手前進 10. 自由上車						
該學習階段 領域核心素養	健體-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。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 健體-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。 健體-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。 健體-E-C2 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。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 8/30~8/31	安全的使用	1	1. 認識獨輪車基本構造及調整車子的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的調整車子方式。	1c-Ⅱ -2 認識身體活動的傷害和防護概念。	Cb-Ⅱ -1 運動安全規則、運動增進生長知識。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日 常生活 應該注 意的安全

C5-1領域學習課程(調整)計畫

第二週 9/1~9/7	安全的使用	1	1. 認識穿著及調整護具的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的穿著及調整護具方式。	1c-Ⅱ -2 認識身體活動的傷害和防護概念。	Bc-Ⅱ -2 運動與身體活動的保健知識。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日 常生活 應該注 意的安 全。
第三週 9/8~9/14	推車跑走	1	1. 認識獨輪車取車、牽車、放車的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的取車、牽車、放車方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第四週 9/15~9/21	平衡與協調	1	1. 認識上下車的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的上下車方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第五週 9/22~9/28	平衡與協調	1	1. 認識車上平衡的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的平衡方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

C5-1領域學習課程(調整)計畫

第六週 9/29~10/5	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第七週 10/6~10/12	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第八週 10/13~10/19	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第九週 10/20~10/26	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

C5-1領域學習課程(調整)計畫

第十週 10/27~11/2	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十一週 11/3~11/9	評量	1	1. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十二週 11/10~11/16	單手扶桿前進	1	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十三週 11/17~11/23	單手扶桿前進	1	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十四週 11/24~11/30	單手扶桿前進	1	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

C5-1領域學習課程(調整)計畫

			2.描述自己或他人動作的正確性。 3.表現正確的前進方式。	3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。			
第十五週 12/1~12/7	單手扶桿前進	1	1.認識單手扶桿前進的動作要領。 2.描述自己或他人動作的正確性。 3.表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十六週 12/8~12/14	1.認識單手扶桿前進的動作要領。 2.描述自己或他人動作的正確性。 3.表現正確的前進方式。	1	1.認識扶人前進的動作要領。 2.描述自己或他人動作的正確性。 3.表現正確的前進方式。 4.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合 作與和 諧人際 關係。
第十七週 12/15~12/21	扶人前進	1	1.認識扶人前進的動作要領。 2.描述自己或他人動作的正確性。 3.表現正確的前進方式。 4.團隊合作完成活動，並與同學	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合 作與和 諧人際 關係。

			友善互動。				
第十八週 12/22~12/28	扶人前進	1	1. 認識扶人前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十九週 12/29~1/4	放手前進	1	1. 認識放手前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第二十週 1/5~1/11	放手前進	1	1. 認識放手前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第二十一週	放手前進	1	1. 認識放手前進	2c-Ⅱ -3 表現主	Cd-Ⅱ -1 戶外休	實作	【品德教育】 品

C5-1領域學習課程(調整)計畫

1/12~1/18			的動作要領。 2.描述自己或他人動作的正確性。 3.表現正確的前進方式。 4.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II -1 表現聯合性動作技能。	閒運動基本技能。		E3 溝通合作與和諧人際關係。
第二十二週 1/19~1/20	評量	1	1.表現正確的前進方式。	2c-II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II -1 表現聯合性動作技能。	Cd-II -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據109.12.10函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。

臺南市公立北區大光國民小學114學年度第二學期 四 年級 健體(獨輪車) 領域學習課程(調整)計畫(□普通班/□特教班)

教材版本	自訂	實施年級 (班級/組別)	四	教學節數	每週(1)節，本學期共(20)節	
課程目標	1. 認識獨輪車的基本構造。 2. 了解安全的使用方式。 3. 20公尺獨輪車推車跑走。 4. 扶手上車 5. 獨輪車平衡與協調練習。 6. 雙手扶桿前進。 7. 單手扶桿前進 8. 扶手定車。 9. 放手前進 10. 自由上車					
該學習階段 領域核心素養	健體-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。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 健體-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。 健體-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。 健體-E-C2 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。					
課程架構脈絡						
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點	評量方式	融入議題

C5-1領域學習課程(調整)計畫

				學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
第一週 2/5~2/8 調整至1/21、 1/22、1/23上 課	安全的使用	1	1. 認識獨輪車基本構造及調整車子的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的調整車子方式。	1c-Ⅱ -2 認識身體活動的傷害和防護概念。	Cb-Ⅱ -1 運動安全規則、運動增進生長知識。	實作	【安全教育】 安 E4 探討日 常生活 應該注 意的安全
第二週 2/9~2/15 春節假期							
第三週 2/16~2/22	推車跑走	1	1. 認識獨輪車取車、牽車、放車的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的取車、牽車、放車方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第四週 2/25~3/1	平衡與協調	1	1. 認識上下車的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的上下車方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第五週 3/2~3/8	平衡與協調	1	1. 認識車上平衡的動作要領。 2. 描述自己或他	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

			人動作的正確性。 3. 表現正確的平衡方式。	3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。			
第六週 3/9~3/15	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第七週 3/16~3/22	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第八週 3/23~3/29	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第九週 3/31~4/5	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

C5-1領域學習課程(調整)計畫

			人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	合性動作技能。			
第十週 4/6~4/12	雙手扶桿前進	1	1. 認識雙手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十一週 4/13~4/19	評量	1	1. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十二週 4/20~4/26	單手扶桿前進	1	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十三週 4/27~5/3	單手扶桿前進	1	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

C5-1領域學習課程(調整)計畫

			進方式。				
第十四週 5/4~5/10	單手扶桿前進	1	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十五週 5/11~5/17	單手扶桿前進	1	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	
第十六週 5/18~5/24	1. 認識單手扶桿前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	1	1. 認識扶人前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十七週 5/25~5/31	扶人前進	1	1. 認識扶人前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

			3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。				
第十八週 6/1~6/7	扶人前進	1	1. 認識扶人前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十九週 6/8~6/14	放手前進	1	1. 認識放手前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第二十週 6/15~6/21	放手前進	1	1. 認識放手前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

C5-1領域學習課程(調整)計畫

			4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。				
第二十一週 6/22~6/28	放手前進	1	1. 認識放手前進的動作要領。 2. 描述自己或他人動作的正確性。 3. 表現正確的前進方式。 4. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
第二十二週 6/29~6/30	評量	1	1. 表現正確的前進方式。	2c-Ⅱ -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ -1 表現聯合性動作技能。	Cd-Ⅱ -1 戶外休閒運動基本技能。	實作	

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據109.12.10函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。