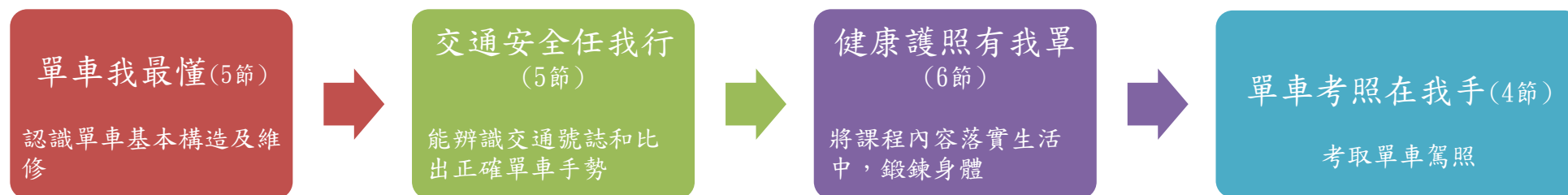


臺南市後壁區永安國民小學 114 學年度(第一學期)五年級彈性學習 永安家鄉探索課程 課程計畫

學習主題 名稱 (中系統)	單車走讀 上茄苳 1	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(20)節
彈性學習 課程 四類規範	1. ☒ 統整性探究課程 (☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)				
設計理念	關係：學生透過單車與健康課程的學習，將其運用並落實於生活中，成為休閒活動及技能。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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-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。				
課程目標	具備基本單車常識、交通安全知識與健康飲觀念，體驗正確騎乘單車的樂趣。				
配合融入之 領域或議題	☐國語文 ☐英語文 ☐英語文融入參考指引 ☐本土語 ☐數學 ☐社會 ☐自然科學 ☐藝術 ☒綜合活動 ☒健康與體育 ☐生活課程 ☐科技 ☐科技融入參考指引 ☐性別平等教育 ☐人權教育 ☐環境教育 ☐海洋教育 ☐品德教育 ☐生命教育 ☐法治教育 ☐科技教育 ☐資訊教育 ☐能源教育 ☒安全教育 ☐防災教育 ☐閱讀素養 ☐多元文化教育 ☐生涯規劃教育 ☐家庭教育 ☐原住民教育☐戶外教育 ☐國際教育				
總結性 表現任務	單車駕照在我手： 1. 健康護照紀錄：透過平時飲食紀錄、體力鍛鍊過程等記錄成冊。 2. 遵守交通規則及簡易危機處理落實生活中，例如：交通號誌認識、單車手勢及簡易單車危機處理。 3. 通過單車安全教育考照測驗，取得安全單車車手資格。				
課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)					



本表為第一單元教學流程設計/(本學期(年)共 4 個單元)

單元名稱		單車我最懂	教學期程	第 1 週至第 5 週	教學節數	5 節 200 分鐘
學習重點	學習表現 校訂或相關領域 與 參考指引或 議題實質內涵	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。 健體1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。 安全教育Cc-III-1 學習自行車的基本檢查與保養 Cc-III-2 學習並演練自行車正確的操作方式				
	學習內容(校訂)	1. 單車構造及名稱。 2. 單車基礎維修技巧。				
學習目標		1. 了解單車基本構造名稱。 2. 小組合作完成個別化單車調整。 3. 小組協同完成簡易維修挑戰任務。 4. 對照生活情境和小組夥伴尋求簡易維修的技能。				
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源		節數 規劃	教師的提問或引導		學生的學習活動 學生要做甚麼	學習評量 掌握關鍵檢核點，透過什麼工具或形式＋要看到什麼？
		2	一、教師根據單車教室網頁或影片進行講解、搭配實際單車並進行提問： 1. 一輛單車最重要的骨幹是哪裡？車架 2. 單車車架中哪一項是支撐騎乘者的體重？座墊 3. 單車的方向盤是哪一部位？把手 4. 提供單車車輛前進的部位？變速器 5. 單車中關乎安全的零件？剎車系統 6. 單車的鞋子？輪組 二、學生小組分組，互相提問。		1. 透過影片了解單車構造與名稱。 2. 參與討論各構造用途。	1. 可以說出單車基本構造名稱。 2. 和夥伴合作調整適合自己的坐墊高度及簡易維修。
		3	觀看安全騎乘自行車數位課程影片： 1. 18 歲以下騎乘單車是否可以載乘客？否 2. 騎乘單車需要調整什麼？單車座墊 3. 騎乘單車前要檢查那些配備？剎車、鈴號、車燈、反		1. 和夥伴合作完成適合自己的個性化單車調整。	1. 單車教室： https://reurl.cc/M3GZNL 2. 安全騎乘自行車數位課程 https://reurl.cc/gRE8QN 3. 自行車騎乘安全手冊 https://reurl.cc/j90qlp

C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

		光裝置、坐墊調整、車輪、安全帽 4. 根據影片介紹，實際選取單車進行實際操作。	2. 老師出狀況題，和夥伴合作完成單車簡易維修大挑戰任務。		
--	--	--	-------------------------------	--	--

教學 期程	節 數	單元 與活 動 名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 6- 10 週	5	交通 安全 任我 行	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。 健體 1b-III-3 對照生活情境 的健康需求， 尋求適用的健 康技能和 生活技能。	1. 交通號誌 2. 單車手勢	1. 對於路上交通 號誌有基本認 識。 2. 瞭解團體騎乘 單車共通手勢。 3. 對照生活情境 狀況題尋求適用 的單車手勢。	1. 分組討論騎乘安全 手冊相關資料，並完 成交通號誌學習單。 2. 透過影片與簡報， 進行單車常用手勢介 紹 3. 由老師出狀況題， 小組完成單車常用手 勢大挑戰。	1. 常見交通號誌學習 單。 2. 小組完成單車常用手 勢大挑戰。	1. 自行車騎乘安全手冊 2. 單車手勢參考網站： https://reurl.cc/9VE5aa https://www.youtube.com/watch?v=PIHYWbs8aAg https://www.youtube.com/shorts/AY0eanwCVgc 3. 交通號誌學習單 4. 單車手勢簡報。
第 11-16 週	6	健康 護照 有我 單	健體 4d-III-1 養成規律運動 習慣，維持動 態生活。 健體 2b-III-3 擁有執行健康 生活行動的信 心與效能感。 綜 1b-III-1 規 劃與執行學習計 畫，培養自律與 負責的態度。	1. 均衡飲食 2. 良好運動 習慣	1. 能了解健康飲 食的重要性。 2. 結合健康護 照，規劃並執行 規律運動，落實 運動習慣。	1. 介紹健康吃快樂動 網站，由學生針對均 衡飲食分組蒐集資料 並上台進行分享。 2. 執行健康飲食生活 行動，並記錄於健康 護照中。	1. 小組報告 2. 健康護照的記錄及檢 核	1. 健康吃快樂動網站/教學園地： https://www.healthkids.com.tw/ 2. 董氏基金會食品營養中心 https://www.nutri.jtf.org.tw/Article/Lists/35# 3. 衛生福利部國民健康署/健康學 習資源/影音專區/影音推薦 https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=103 2. 健康護照紀錄

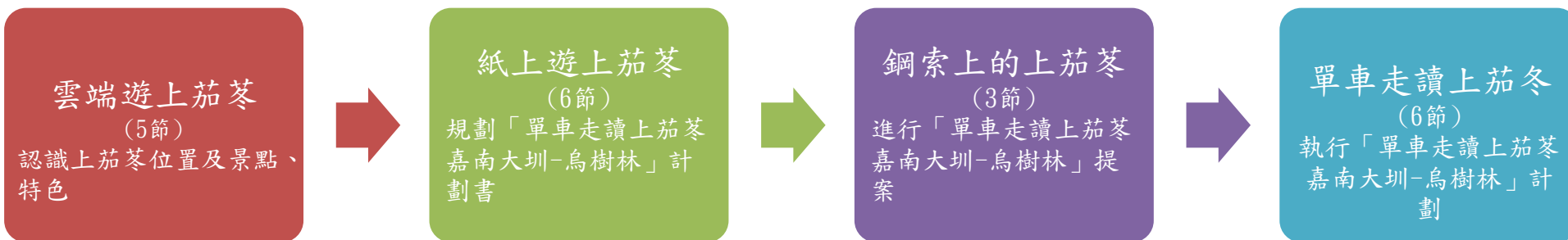
C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

第 17-20 週	4	單車 考照 在我 手	健體 2c-III-3 表現積極參與、 接受挑戰的學習 態度。 綜 1b-III-1 規 劃與執行學習計 畫，培養自律與 負責的態度。	單車駕照考 試	1. 積極參與的學 習態度完成單車 駕照考試。 2. 單車駕照考試 培養自律與負責 的態度。	1. 複習單車相關安全 知識與手勢。 2. 進行交通安全紙筆 測驗。 3. 進行單車實際簡易 維修測驗。 4. 進行單車路考測 驗。 5. 頒發安全單車車手 駕照證明	1. 通過交通安全紙筆 測驗 2. 通過單車實際簡易 維修測驗 3. 通過單車路考測驗	1. 自行車騎乘安全手冊 2. 自行車手勢參考網站： https://reurl.cc/9VE5aa
-----------------	---	---------------------	--	------------	---	--	---	--

臺南市後壁區永安國民小學 114 學年度(第二學期)五年級彈性學習 永安家鄉探索課程 課程計畫

學習主題名稱 (中系統)	單車走讀上茄苳 2	實施年級 (班級組別)	五年級	教學節數	本學期共(20)節
彈性學習課程 四類規範	1. 統整性探究課程 (☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)				
設計理念	關係：學生將所學應用於生活上，藉由規劃單車走讀景點的實際戶外探索，培養實踐能力。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-B2 蒐集與應用資源， 理解各類媒體內容的意義與影響 ，用以處理日常生活問題。 E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗 服務 歷程與樂趣， 理解並遵守道德規範 ，培養公民意識。 E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧， 培養同理心 ，並應用於日常生活。				
課程目標	藉由上網蒐集資料，規劃執行「單車走讀上茄苳」計畫，並學習溝通技巧與社區做良好互動。				
配合融入之領 域或議題	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 英語文融入參考指引 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☒ 健康與體育 ☐ 生活課程 ☐ 科技 ☐ 科技融入參考指引 ☐ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☒ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ☐ 家庭教育 ☐ 原住民教育 ☒ 戶外教育 ☐ 國際教育				
表現任務	完成單車走讀上茄苳規劃與執行： 1. 分組蒐集整理上茄苳位置、景點、特色，並上台分享。 2. 依據整理資料規畫各組「單車走讀上茄苳」提案計畫書。 3. 進行競爭型提案計畫書報告。 4. 執行「單車走讀上茄苳」計畫書，並分享活動心得。				

課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)



C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動 請依據其「學習表現」之動詞具體 規畫設計相關學習活動之內容與教 學流程	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1-5 週	5	雲端遊 上茄苳	綜 2d-III-2 體察、分 享並欣賞生活中美感 與創意的多樣性表 現。 健體 2c-III-2 表現同理 心、正向溝通的團隊 精神。	1. 上茄苳地 理位置。 2. 上茄苳景 點與特色。	1. 認識上茄 苳位置。 2. 能溝通並 分享並上茄 苳景點、特 色，如嘉南 大圳。	1. 分組上網蒐集上茄苳景點 與特色。 2. 分組上台整理後的資料	1. 參與討論 2. 小組報告	無
第 6-11 週	6	紙上遊 上茄苳	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。 健體 2c-III-2 表現同理 心、正向溝通的團隊 精神。	1. 單車走讀 上茄苳、嘉 南大圳-烏 樹林糖廠計 畫書。	1. 協同合作 完成單車走 讀上茄苳、 嘉南大圳-烏 樹林計畫 書。	1. 協同合作整理上茄苳景 點。 2. 和同學正向溝通、協同合 作完成單車走讀上茄苳、嘉 南大圳-烏樹林計畫書及簡 報。 3. 與老師討論並修正。	完成單車走 讀上茄苳、 嘉南大圳- 烏樹林計畫 書及簡報。	企劃書格式
第 12-14 週	3	鋼索上的 上茄苳	綜 1b-III-1 規劃與執 行學習計畫，培養自 律與負責的態度。 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。 健體 2c-III-3 表現積	單車走讀上 茄苳、嘉南 大圳-烏樹 林計畫提 案。	1. 使用單車 走讀上茄 苳、嘉南大 圳-烏樹林簡 報提案。 2. 夥伴協同 合作接受提 案挑戰。	1. 使用單車走讀上茄苳、嘉 南大圳-烏樹林簡報向校長、 主任、組長提出提案。 2. 根據建議進行計畫書修 正。 3. 同儕投票，票選最佳企劃 案。	小組計畫書 提案	單車走讀上茄苳 嘉南大圳-烏樹林 計畫書

C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

			極參與、接受挑戰的學習態度。					
第 15-20 週	6	單車走讀上茄苳	健體1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 綜1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。 安全教育Cc-III-3 學習並演練自行車基本的安全騎乘行為。	1. 「單車走讀上茄苳、嘉南大圳-烏樹林」計畫。	1. 依照規劃執行「單車走讀上茄苳、嘉南大圳-烏樹林」計畫。	1. 應用課堂所學騎乘安全知識，進行活動。 2. 根據「單車走讀上茄苳、嘉南大圳-烏樹林」規劃計畫，執行活動。 3. 返校後進行活動心得撰寫與分享。 4. 針對活動提出檢討與建議。	1. 正確騎乘單車並注意安全。 2. 完成「單車走讀上茄苳、嘉南大圳-烏樹林」行程。 3. 心得分享。	活動心得學習單