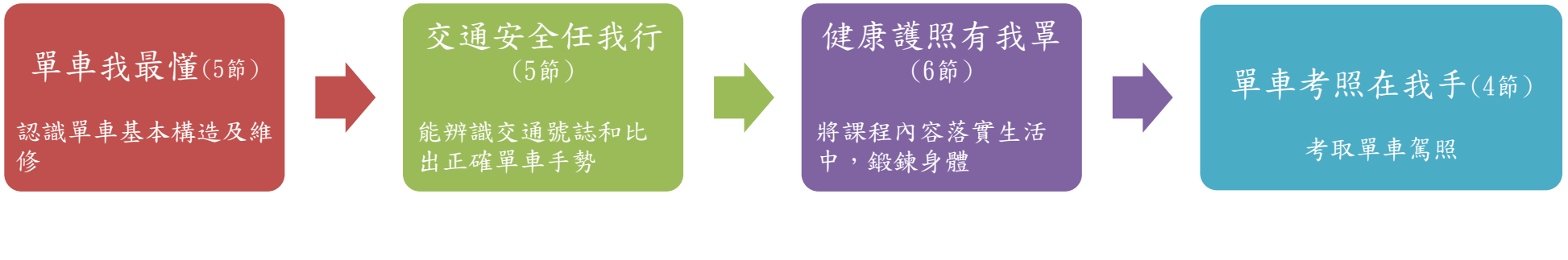
臺南市後壁區永安國民小學115學年度(第一學期)五年級彈性學習 永安家鄉探索課程 課程計畫

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)					

C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)



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？	學習資源 自選編教材或學習單
	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。	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/j90q1p
	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。		

		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。		

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	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 團隊練騎，不講話也能輕鬆溝通？單車手勢教學｜新手指南 Ft. 小米【單車週記 EP10】 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	健康護照有我罩	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

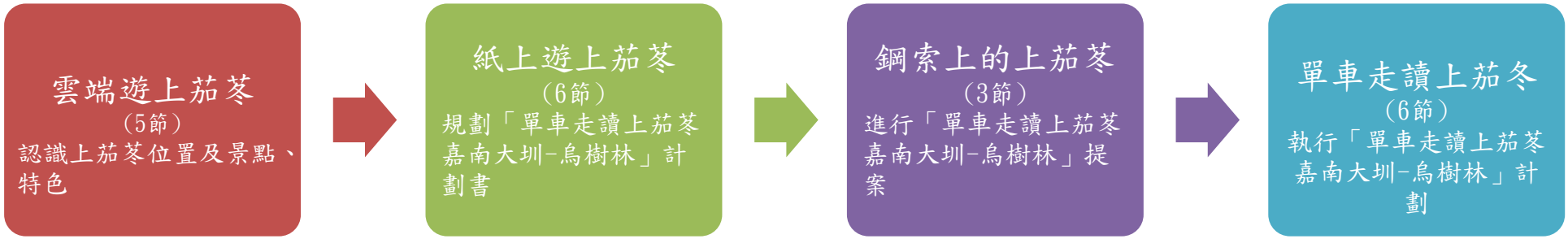
C6-1 彈性學習課程計畫(統整性主題/專題/議題探究課程)

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 115 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。	小組計劃書提案	單車走讀上茄苳嘉南大圳-烏樹林計畫書

			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