

彰化縣豐崙國民小學 校本課程—獨輪車技巧教學設計

單元名稱	自由上車	版本	豐崙國小自編課程
領域類別	健康與體育	教學者	翁世中
適用年級	2 年級	教學時間	40 分鐘
教學目標	學會不必藉由其他工具並可以自由上車的動作。		
評量方式	實作評量		
教學活動		時間	教學資源
<p>一、暖身運動</p> <p>1、做暖身操</p> <p>2、騎獨輪車繞球場三圈，不會騎的推獨輪車跑走球場兩圈。</p>		5	學校的獨輪車
<p>二、發展活動</p> <p>1、講解不藉任何工具輔助，並且獨自騎上獨輪車的方式與技巧。</p> <p>2、兩兩一組，複習之前兩人互助牽手上車。</p> <p>3、一上車後必須馬上做前後定車動作，雙手保持平衡。</p> <p>4、若一開始不熟悉，可以先兩人一組互助手牽手上車。</p> <p>5、動作熟悉以後，兩人手牽手次數越來越少，直到可以完全自己一個人上車為止。</p> <p>補充:上車雙腳穩定後，須注意力道的大小，雙腳前後來回移動，並保持平衡。</p>		20	學校的獨輪車
<p>三、綜合活動</p> <p>1、兩兩一組，進行分組比賽，觀察哪一組手牽手的次數最少而自己完成的次數最多，自己完成最多者為勝方。</p>		10	學校的獨輪車
<p>四、收操與檢討</p> <p>1、講解今天主要上課的內容，兩兩一組手牽手上車過渡到可以自己上車。</p> <p>2、鼓勵表現好的同學出來示範一次。</p> <p>3、整理器材。</p> <p>4 預告下次上課內容並歡呼結束。</p>		5	學校的獨輪車