一年級 健康與體育 領域 教學課程設計

主題/單元名稱		4-1 雙輪闖天下——自行車	設計者	黃智章
實施年級		一上	節數	4節課(第3節)(45分鐘/節)
總綱核心素養		A 自主行動 A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 C 社會參與 C1 道德實踐與公民意識		
領域學習重點	核心素養	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。	議題	學習主題 1. 人權與生活實踐。
	學習表現	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。		實質內涵 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。

	學習內容	C 群體健康與運動參與 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。		
學習目標	<p>一、認識公共自行車設置的普及化對環境保護、節能減碳及身心健康的重要性。</p> <p>二、了解自行車騎乘高度設定方式、基本姿勢要領及踩踏動作技術的訣竅。</p> <p>三、能具備道路行駛之事前準備作業及安全裝備確認等知能。</p> <p>四、認識自行車騎乘禮儀及尊重路權，能有效降低意外事故發生的機會。</p> <p>五、能具備自行車簡易故障排除的技能，以及規畫安全的自行車漫遊旅程。</p>			
教學資源	筆記型電腦、單槍投影機、教學媒體、教學簡報。			
學習活動設計				
學習活動內容及實施方式			時間	備註
<p>●行車前的安全須知、自行車的騎乘禮儀</p> <p>一、引起動機</p> <p>由之前課程所學之「正確安全行駛自行車」的觀念出發，分享未遵守交通規則而發生交通事故的影片，引導出安全行車，以及良好騎乘禮儀的觀念。</p> <p>二、主要活動</p> <p>(一)介紹安全行車的外在裝備：透過課本圖片，介紹安全行車的基本配備，與學生一起討論，還有哪些外在裝備也能給予安全上的協助？</p> <p>(二)自行車因輕便，容易使人忽略秩序，如恣意擺放、行駛於人行道等，因而造成他人許多不便。與學生一起討論，騎乘自行車應該注意哪些禮儀？</p> <p>三、綜合活動</p> <p>(一)分享良好騎乘禮儀的實例影片，並要求學生落實於生活中，進一步藉由騎乘禮儀的觀念，引導學生討論平等、守法、尊重他人及尊重路權等議題。</p> <p>(二)自行車交通安全互動測驗。</p>			45 分鐘	