

四年級 獨輪車雙人花式初階教學活動

單元主題	獨輪車雙人花式基本動作教學(雙人花式競技指定動作： (1) 開花轉(2)喜相逢(3)蝶戀花(4)雁雙飛	教學對象	國小四年級		
教學地點	前庭廣場	教學時間	120 分鐘		
班級人數	15 人	設計者	王念魯		
學習目標	1. 學會定車的基本動作。 2. 學會雙人同學能行進間牽手單腳騎獨輪車及改變方向。 3. 學會雙人(俗稱兩人漩渦) 兩人異向拉一手, 做漩渦式前進二圈, 後退二圈對向來往重覆雙手碰觸擊掌騎獨輪車。 4. 學會雙人相向拉雙手騎繞一個 8 字形返回原點. 行進間交叉重覆騎獨輪車。 5. 學會兩人同向拉一手, 同時單腳騎車繞行場地一圈(不限大小圈)。 6. 了解反覆且持續的練習, 才能成功。				
能力指標 (含學校自訂能力指標)	運動技能 3-2-2 能學會定車的動作。 運動技能 3-2-2 能學會開花轉的動作。 運動技能 3-2-2 學會喜相逢的動作。 運動技能 3-2-2 學會蝶戀花的動作。 運動技能 3-2-2 學會雁雙飛等花式動作。 運動技能 3-2-4 在活動中表現身體的協調性, 了解自我與發展潛能。 運動技能 3-2-3 在遊戲或簡單比賽中表現各類運動的基本動作或技術。				
教學準備	獨輪車、獨輪車團體花式影片				
教 學 過 程		資 源	時 間	評 量	能 力 指 標
一、引起動機： 1、學生課前利用時間播放本校獨輪車隊對外表演影片。 2、請學生發表心得。 3、將同學基本動作分組，兩組(熟練、半會)。 二、發展活動： 1、請班上已經會獨輪車基本動作熟練的同學先說明其學習心得。 2、能獨自騎獨輪車繞圈成熟後雙人牽手一起騎獨輪車繞圈。 3、說明獨輪車花式動作的技巧及不藉任何工具輔助，並且和同儕間騎上獨輪車的花式方式與技巧。 4、請同學分組練習，已經學會之同學當助教。 5、講解各個花式的技巧和串聯的動作要領，熟悉後再分組練習。 6、請同學分組練習，已經學會之同學當助教。 7、花式的技巧和串聯的動作熟悉後再配合音樂增加學習的樂趣。 三、綜合活動： 請學生自由練習，本節結束。 四、教師總結： 加強小朋友對獨輪車學習花式動作技巧，讓學童以正確的觀念和態度，欣賞各類型的藝術展演活動。		影片	35 分 5 分 10 分 15 分 15 分 30 分 10 分	觀察 紀錄 問答 觀察 實作 實作 實作 問答	運動技能 3-2-2 3-2-4 3-2-3

健康與體育獨輪車雙人花式基本動作教學

領域/科目	健康與體育	設計者	王念魯
實施年級	四上	教學時間	120分鐘
主題名稱	獨輪車雙人花式基本動作教學		
單元名稱	(1) 開花轉(2)喜相逢(3)蝶戀花(4)雁雙飛等花式動作		

教學照片



教學省思

- 熟悉獨輪車的各種基本動作後再將練習各種動作的串聯方式練習。從(1) 開花轉(2)喜相逢(3)蝶戀花(4)雁雙飛等花式動作，必需重覆不斷練習培養兩人的默契來增加自信心最後再配上音樂增加學生的學習動機。
- 學習獨輪車可以訓練學童自信心和毅力及頭腦平衡的最佳工具建立與眾不同優越感。從學童熟練各種騎獨輪車基本動作時再加花式表演練習來增加學習的樂趣。