

# 彰化縣湳雅國民小學「素養導向教學與評量」設計(教案)

## 健體領域一下主題貳單元七教案

領域/科目		健康與體育		設計者	余慧伶
實施年級		一下		教學時間	280分鐘
主題名稱		貳、運動歡暢樂趣多			
單元名稱		七、反應高手			
設計依據					
學習重點	學習表現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。		總綱與領綱之核心素養	健體-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。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。
	學習內容	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。			
融入議題與其實質內涵		<ul style="list-style-type: none"> <li>人權教育</li> <li>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</li> </ul>			
與其他領域/科目的連結		無			
教材來源		<ul style="list-style-type: none"> <li>南一版健康與體育一下主題貳單元七</li> </ul>			
教學設備/資源		平坦安全的場地、哨子、一面牆或一棵樹、操場跑道、旗子、畫線器、圓錐、素養評量單。			
學習目標					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認知：能在遊戲中認識反應動作。</li> <li>2. 情意：能遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。</li> <li>3. 技能：能體會與掌握眼、耳、手、腳反應動作。</li> <li>4. 行為：能靈活反應出各項動作，並能應用在生活上。</li> </ol>					
教學活動設計					
教學活動內容及實施方式				時間	評量方式
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 移動快跑賽</li> </ul> (一) 熱身活動：教師帶領學童做各關節緩慢繞環及肌肉暖身運動。				10'	

<p>(二) 場地布置：在跑道上分別以 60m、100m、接力賽搶跑道三條線，作為中線及折返線。</p> <p>(一) 移動快跑遊戲規則及活動進行：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 複習活動：複習上節看誰移動快遊戲，做為熱身以接續本節的發展活動。</li> <li>2. 預備時請參賽學童站立在中線，專心聆聽老師的哨音與觀看旗子指示方向。</li> <li>3. 哨音響後，依指示方向快速移動「踩線」後再返回中線，看誰的反應最快。</li> <li>4. 每回比賽淘汰最後一名返回中線的學童，最後未被淘汰獲得優勝。</li> <li>5. 遊戲數回合後，將「踩線」改為「拿回飛盤」，增加比賽難度與變化。</li> <li>6. 預備時請參賽學童站立在中線，專心聆聽老師的哨音與觀看旗子指示方向。</li> <li>7. 哨音響後，依指示方向快速移動拿回飛盤後再返回中線，看誰的反應最快。</li> <li>8. 每回比賽淘汰最後一名返回中線的學童，最後未被淘汰獲得優勝。</li> </ol> <p>(四) 教師歸納：踩線或摸線時，要放低身體重心和速度，才能快又穩。</p> <p style="text-align: center;">～第六節結束/共7節～</p>	<p>5'</p> <p>20'</p> <p>5'</p>	<p>實作評量：能專心注視旗子正確做出移動、起跳、蹲下的動作</p> <p>口頭評量：能正確回答問題</p>
<p>參考資料</p>	<p>• 南一版健體一下教師手冊</p>	