

彰化縣鹿港鎮鹿東國民小學 110 學年度教學活動設計表 (授課者填寫)

授課 教師	余慧香	學 習 目 標	1. 認識安全且適合運動的場地。 2. 能在規定場地內安全的活動。 3. 選擇安全的運動方式	
授課 年級	一年級			
教學 領域	健康與體育			
教學 單元	跑跳動起來			
教材 來源	康軒			
教學 日期	民國110 年 9 月 9 日 第 3 節			
教學活動				時間
一、in and out:利用籃球場標線認識場內與場外。			5	實作評量
二、學生沿著籃球邊線走一圈認識場地。			2	
三、檢核:學生先站在標線邊(場外),教師喊口令 IN OUT。學生 必須以跳躍方式跳入場內或場外,跳錯者出局。			3	
四、走路:				實作評量
1. 在場地內,以走路方式走到人少的地方。			5	
2. 剪刀石頭布:找三個人,用腳猜拳。			5	
3. Freeze:教師喊出 freeze,學生雙膝微蹲,雙手微彎擋 在胸前(深蹲,籃球防守姿勢),學習保護自己的姿勢。			5	
4. 動物走路:袋鼠、青蛙、鴨子、人類、freeze 交錯運 用,讓學生在場地內活動身體。			10	實作評量