

教 學 單 元	南一健康與體育一上 第七單元 來玩呼拉圈 活動二 一起來合作 第 8 節 呼拉圈接力賽	設 計 者	石佳靈
教 學 對 象	育英國小一年丙班學生	教 學 時 間	40 分鐘
教 學 目 標	1.能運用身體做出指定動作。 2.能表現認真參與活動的積極態度。 3.能注意同學的動作，了解如何完成指示動作。 4.能與同學培養默契通力合作，完成動作。	教 學 日 期	111.01.04
教 學 活 動	教 學 資 源	時 間	
(一)熱身活動：教師帶領學童進行熱身活動，並加強手、腳、手腕等部位，再加上跑步活動。	呼拉圈 圓錐 平坦安全的場地	10 分鐘	
(二)伸展活動：利用呼拉圈練習感覺，包含身體伸展、搖一搖呼拉圈。		10 分鐘	
(三)發展活動 1.全班分成 4 組，人數要平均分配在跑道上，每一棒距離約 20 公尺，各組個人往前滾動呼拉圈，交給下一棒同學，接力滾動呼拉圈，看哪組人員的呼拉圈平穩滾動且快將呼拉圈滾到終點為優勝。 2.改變比賽的方式，增加學童練習的機會。		15 分鐘	
(四)活動結束後，引導學生收拾器材。			
(五)集合學生討論參與活動的心得並給予回饋。教師詢問學童：說一說，大家一起合作完成任務的感覺好不好？為什麼？		3 分鐘	
結論：利用媒介物呼拉圈進行接力折返遊戲，讓學童能說出與同學一起合作完成遊戲，體會互助合作的喜悅。		2 分鐘	