

12 年國教素養導向教學方案格式

一、教材分析

小學是兒童身體基礎發展的重要階段，武術是獨特的運動，有不同層面要求：美感的形象，細節的琢磨，勁道的發揮，規矩的堅持。本單元能讓小朋友透過模仿、練習、再進入創作，增加其肢體創作及與他人合作互動的經驗，接著，再利用不同的走、跑、跳的體驗動作，培養兒童的敏捷性及協調性，也增強兒童肌力，以作為日後其他運動技能的學習基礎。

不僅有基本功練習，孩子藉由握拳、弓步和馬步，感受武術的氣勢，提升學習專注力，並充分鍛鍊體能。最後的站樁收功，讓孩子學會保持身心寧靜。

學齡後的孩子需要充分鍛鍊體適能：藉由動作開展，訓練層次豐富的柔軟度，肌耐力，平衡感，協調性，肺活量，爆發力，能帶給孩子更充沛的身體養分與鍛鍊。。武術課程另藏有心性的訓練：細心耐心，不斷自我追求的態度。

孩子長大了，身體開始有更多學習渴望，長拳，加上武術軼聞趣事，站樁與收功的一路鋪陳，身體內外，開始和諧。

二、每節教學重點與教學方法：

第一節：握拳、弓步、馬步是武術入門的基礎，透過競賽遊戲的進行，讓學生認識弓步、馬步確概念並體會弓步馬步的樂趣。

第二節：利用生活中簡易、進攻、防守，試著用身體表現、模仿，並與其他同學合作，共同進行肢體創作。

領域/科目	體育	設計者	郭佳哲
實施年級	二年級	總節數	共__2__節，_80_分鐘
單元名稱	武術小子基本功		
設計依據			
學習重點	學習表現	核心素養	
	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>1c- I -1 認識身體活動的基本動作</u> ● <u>1c- I -2 認識基本的運動常識。</u> ● <u>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。</u> ● <u>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。</u> ● <u>2d- I -1 專注觀賞他人的動作表現。</u> ● <u>2d- I -2 接受並體驗多元性身體活動。</u> ● <u>3a- I -1 嘗試練習簡易的健康相關技能。</u> ● <u>3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</u> ● <u>3b- I -2 能於引導下，表現</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>E-A2 具備探索 問題的 思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題</u> ● <u>E-A3 具備擬定 計畫與實作的能 力，並以創新 思考方式，因應日常生活情境。</u> ● <u>E-C2 具備理解他 人感受，樂於與 人互動，並與團 隊成員合作之素 養。</u> ● 	

		<p><u>簡易的人際溝通互動技能。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● <u>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。</u> ● <u>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</u> ● <u>3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</u> 		
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>Ab- I -1 體適能遊戲。</u> ● <u>Bc- I -1 各項暖身伸展動作</u> ● <u>Bd- I -1 武術模仿遊戲。</u> ● <u>Ca- I -1 生活中與健康相關的環境。</u> ● <u>Cb- I -1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。</u> 		
議題融入	實質內涵	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>以總綱十九項議題為考量、並落實議題核心精神，建議列出將融入的議題實質內容。</u> ● <u>議題融入不是必要的項目，可視需要再列出。</u> 		
	所融入之學習重點	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>列出示例中融入之學習重點(學習表現與學習內容)，以及融入說明，建議同時於教學活動設計之備註欄說明。</u> ● <u>若有議題融入再列出此欄。</u> 		
	與其他領域/科目的連結	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>與其他領域/科目的連結不是必要的項目，可視需要再列出。</u> 		
	教材來源			
	教學設備/資源			
學習目標				
<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解弓步、馬步的基本動作技巧。 2. 透過遊戲認識弓步、馬步運動。 3. 能和其他人合作，共同進行肢體創作活動。 				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<ul style="list-style-type: none"> ● 第一節 認識身體部位 <p>「搶救寶塔」，配合哨子之熱身操。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 握拳、弓步、馬步是武術入門的基礎，透過競賽遊戲的進行，讓學生認識弓步、馬步確概念並體會弓步馬步的樂趣。 2. 弓步搭配出拳進攻，馬步搭配防守。 <p>第二節</p> <p>利用生活中簡易、進攻、防守，試著用身體表現、模仿，並與其他同學合作，共同進行肢體創作。</p>		<p>可適時列出學習評量的方式，以及其他學習輔助事項，原則如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● <u>簡要說明各項教學活動評量內容，提出可採行方法、重要過程、規準等。</u> ● <u>發展核心素養、學習重點與學習目標三者結合的評量內容。</u> ● <u>檢視學習目標、</u>

學習重點/活動與
評量三者之一致
關係。

- 羅列評量工具，
如學習單、檢核
表或同儕互評表
等。

試教成果：（非必要項目）



試





教

成果

不是必要的項目，可視需要再列出。可包括學習歷程案例、教師教學心得、觀課者心得、學習者心得等。

參考資料：（若有請列出）

若有參考資料請列出。

附錄：

列出與此示案有關之補充說明。