

彰化縣復興國民小學教學活動設計單

授課教師	張哲瑋	學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 能做出簡單的急停動作。 能創造動作讓同組的同學模仿。 能模仿同學創造出來的動作。 能在遊戲中做出迅速起立即快跑的動作 	
年級	一甲			
教學領域	健康與體育	學生先備經驗或教材分析	<ol style="list-style-type: none"> 生活中快速的肢體反應能避免不必要的碰撞發生。 活動前應先做好暖身才能反應敏捷，避免受傷。 學生對於常見可愛動物的動作及外型特徵皆有一定程度的了解。 學生對於木頭人遊戲皆有一定程度的了解。 	
教學單元	第七單元 反應高手 第1課 急凍遊戲			
教材來源	南一版健康與體育第二冊(一下)第七單元第1課			
教學日期	民國111年3月29日(二) 上午 第一節			
教學活動			時間	評量方式
【活動一】集合 (一) 點名並詢問身心狀況 (二) 了解水壺準備情形 (三) 帶隊至上課地點置放水壺脫鞋子上墊子並準備做操			5'	<ol style="list-style-type: none"> 是否帶水壺 是否脫隊
【活動二】暖身、引起動機 (一) 手腕腳踝活動 (二) 膝關節運動 (三) 腰部運動 (四) 大臂繞環 (五) 頸部運動 (六) 開合跳 (七) 緩和運動 (八) 弓箭步拉伸腿部肌肉 (九) 墊腳尖跳 (十) 抬腿走 (十一) 抬腿彈跳走 (十二) 交叉抬腿碰手 (十三) 勾腳踢屁股)			10'	<ol style="list-style-type: none"> 動作是否確實 音量是否適中 速度是否合拍

<p>(十四) 側併步 (十五) 交叉步 (十六) 休息喝水並詢問身體是否變暖</p> <p>【活動三】主要活動</p> <p>(一) 一、二、三木頭人:聽到木頭人或哨音要停止動作。 (二) 變形金剛:師說:變形金剛 生問:變什麼? 師說一樣動物名稱學生須模仿該動物行為特色。 (三) 音樂稻草人:跟著音樂自由走動聽到哨音或音樂停止立即停止動作。 (四) 大魔鏡:一人做動作,一人跟著模仿,聽到哨音或音樂停止就停格靜止不動。 (五) 這是我家: 1. 事先選一位學童當糾察隊員,一位學童當被追逐者,其餘兩人為一組,同組組員肩併肩靠再一起,組與組之間間隔約2公尺。 2. 遊戲開始,糾察員開始追逐被追逐者,被追逐者跑到任一組靠在一組的左側(右側)後,該組右側(左側)學童立刻變成被追逐者。 3. 被追逐者可靠任一組的任一側,而同組的另一側學童須離開原先那組,快速跑到別組並且說:「這是我家」,以防被抓到。 遊戲規則:被糾察員抓到的同學,則變成糾察員,原先的糾察員則變成被追逐者。 注意事項:提醒學童在追逐間禁止推人、拉人、扯人、碰撞等危險動作。</p>	20'	<ol style="list-style-type: none"> 1. 是否注意聽老師講解規則 2. 是否有運動家的精神 3. 是否遵守遊戲規則
<p>【活動四】歸納活動</p> <p>(一) 學生休息喝水並保持肅靜。 (二) 教師提問:跑步時身體能夠迅速急停是否能避免碰撞意外的發生? (三) 獎勵認真上課者。 (四) 學生跳起齊聲喊「殺」下課。</p> <p>※備案:紅綠燈遊戲、緩和伸展操</p>	5'	<ol style="list-style-type: none"> 1. 是否舉手發言 2. 是否安靜聆聽同學發言