

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"> <li>能做出簡單的急停動作。</li> <li>能創造動作讓同組的同學模仿。</li> <li>能模仿同學創造出來的動作。</li> <li>能在遊戲中做出迅速起立快跑的動作</li> </ol>	
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"> <li>生活中快速的肢體反應能避免不必要的碰撞發生。</li> <li>活動前應先做好暖身才能反應敏捷，避免受傷。</li> <li>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。</li> <li>學生對於木頭人遊戲皆有一定程度的了解。</li> </ol>	
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
<b>【活動一】集合</b> (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"> <li>是否帶水壺</li> <li>是否脫隊</li> </ol>
<b>【活動二】暖身、引起動機</b> (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"> <li>動作是否確實</li> <li>音量是否適中</li> <li>速度是否合拍</li> </ol>

<p>(十四) 側併步</p> <p>(十五) 交叉步</p> <p>(十六) 休息喝水並詢問身體是否變暖</p> <p><b>【活動三】主要活動</b></p> <p>(一) 一、二、三木頭人:聽到木頭人或哨音要停止動作。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(五) 這是我家:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ol> <p>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。</p> <p>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"> <li>1. 是否注意聽老師講解規則</li> <li>2. 是否有運動家的精神</li> <li>3. 是否遵守遊戲規則</li> </ol>
<p><b>【活動四】歸納活動</b></p> <p>(一) 學生休息喝水並保持肅靜。</p> <p>(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?</p> <p>(三) 獎勵認真上課者。</p> <p>(四) 學生跳起齊聲喊「殺」下課。</p> <p><b>※備案:紅綠燈遊戲、緩和伸展操</b></p>	5'	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 是否舉手發言</li> <li>2. 是否安靜聆聽同學發言</li> </ol>