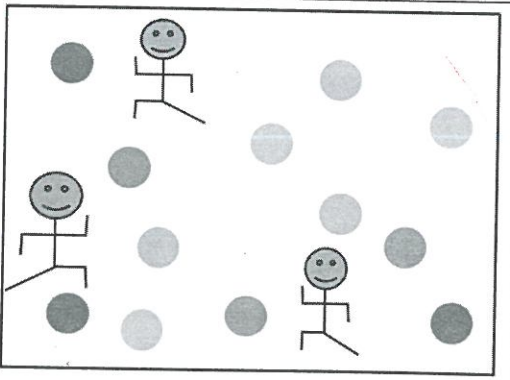


混齡 協同教學
田徑教學模組(跑的遊戲)-第二學習階段 (1/3)

說明:
劃,主要是依據田徑的挑戰特性與遊戲的概念而形成「ENJOY」之教學模組架構,透
力(Engagement)、田徑的情境(new Situations)轉換,使兒童能運用「走、跑、跳、
(just Challenge)活動,同時在遊戲中學習觀察(Observation)遊戲的過程與結果,
發展的概念與成功體驗的反思分享(Yes, we made it!)

模組教學單元內容-(紅綠燈)	
設計者: 陳嘉琪、程汶華	
運動-田徑 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	領綱 素養 健體-E-A2 具備探索身體活動與 健康生活問題的思考 能力,並透過體驗與實 踐,處理日常生活中運 動與健康的問題。
d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。	
c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	
d-II-1 描述參與身體活動的感覺。	
c-II-1 表現聯合性動作技能。	
c-II-2 透過身體活動,探索運動潛能與表現 正確的身體活動。	
4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	
以上內容僅供參考,可依實際上課情形調整	
跑的遊戲(跑的敏捷及反應與行進中方向的辨認及轉換)	

身活動-紅綠燈
約:活動身體,
練習身體的反應力,並從跑動中改變方向。
地/空地
色圓盤一組



班依照體育隊型散開,採不分組方式進行。
上擺滿彩色圓盤,聽老師指令作出動作。
到「紅燈」要停下來,「綠燈」自由跑,「黃燈」慢慢走。
綠燈自由跑時,不可以踩到彩色圓盤,並且要留意不能撞到旁邊的人。
以設定在綠燈移動時,跟幾個人 high five 進行互動。擊 腳 x 2

轉換-變速紅綠燈
約:探索身體的不同動作的跑步方式,練習身體的協調性及身體的穩定性

規則:
1. 全班依照體育隊型散開,採不分組方式進行。
2. 地上擺滿彩色圓盤,聽老師指令作出動作。
3. 聽到「紅燈」要停下來(單腳站或特殊姿勢),「綠燈」特殊動作跑,「黃燈」慢慢走
(老師可以隨機控制紅綠燈的指令)
① 單腳站 ② 蹲下 ③ 下頭
④ 機器人 ⑤ 睡美人
② 踢屁股 ③ 小碎跑 ④ 繞紙2圈 ⑤ 紙上跳ST

● 體驗挑戰
1. 老師觀察出很多不同的跑步方式,我們來嘗試看看不同的跑步動作有什麼不同的感
受。
(1) 體驗直臂跑法 ✓
(2) 體驗擺臂左右搖 ✓
(3) 體驗擺手夾起來跑 ✓
(4) 體驗直膝跑 ✓
(5) 體驗小碎跑 ✓
(6) 體驗抬腿跑 ✓
(7) 使用最舒服的方式跑
2. 在綠燈跑動時,不可以踩到彩色圓盤,並且要留意不能撞到旁邊的人。
3. 設定在綠燈結束前指令。
(1) 跟幾個人 high five 進行互動。
(2) 經過了多少個圓盤。
(3) 結束時要找幾個人蹲下(2人、3人、4人、5人)。

● 學習觀察
1. 提問 1. 不同的跑步動作帶來了什麼樣的身體感覺?
(學生可能回答:直臂跑的時候很不協調,移動速度比較慢...等)
2. 提問 2. 請問小朋友,在移動的時候,要怎麼樣才能讓速度更快一點?
(學生可能回答:擺臂的速度再快一點、膝蓋要抬起來步伐比較大會比較快)
3. 提問 3. 在遊戲當中,你有沒有發現哪一位小朋友跑得比較快呢?為什麼你會覺得他跑
得比較快呢?
(學生可能回答:000 跑的特別快,因為他的步伐比較大、腳交換的速度很快...等)
4. 提問 4. 在遊戲當中,有覺得哪一位小朋友的反應是最快的呢?為什麼呢?
(學生可能回答:000 反應特別快,因為他的速度比較快...等)

● 反思分享
1. 成功經驗的分享
(1) 哪一種姿勢你跑起來比較輕鬆、比較快?
(2) 示範動作分享給大家學習。