

國小健康與體育領域康軒版第五冊(三上)第六單元教案設計

一、課程設計原則與教學理念說明（請簡要敘明）

（一）課程設計原則：

- 1.循序性：健康與體育領域課程發展應關注學生身心健康與體能之發展、體育認知之成長，連結學生過去、現在和未來的學習經驗，持續累積學生健康與體育之知能以因應健康、運動之生活需求。課程規劃時應具順序性由易而難，由簡而繁，逐漸加深、加廣。
- 2.階層性：健康與體育領域課程考量各學習階段學生的認知程度、心智發展、生活經驗、技能操作與實踐能力，規劃適合各學習階段學生之課程發展重點及內容。
- 3.適量性：健康與體育領域內各科目的課程規劃應能均質均量，顧及各學習階段的學習重點與學生學習特質之差異，提供充分的學習時數與適當的課程內涵。

（二）教學理念說明：

健康與體育領域課程在「自發」、「互動」與「共好」三個層面有不同的學習重點與實踐方式。在「自發」層面，以學生為主體，教導學生覺知各種生活情境，引導學生「健康賦權」與「運動參與」的歷程，培養個人實踐健康生活與終身運動的習慣，並以正向與積極的態度面對人生。「互動」層面是強調個人、群體及環境的溝通思辨，培養學生透過健康倡議與體育活動的歷程，有效與他人互動，達到健康安適與運動遊憩的目的。「共好」層面是以行動力進行健康宣導，在課程中力行動態生活，參與健康休閒活動，享受運動樂趣，促進生活品質，進而實踐全人健康。

二、教學活動設計

（一）單元

領域科目	健康與體育		設計者	黃祥益	
單元名稱	搖滾翻轉樂		總節數	共4節，本次教學為第2節	
教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 教科書（ <input checked="" type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 改編教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 自編（說明：）				
學習階段	<input type="checkbox"/> 第一學習階段（國小一、二年級） <input checked="" type="checkbox"/> 第二學習階段（國小三、四年級） <input type="checkbox"/> 第三學習階段（國小五、六年級） <input type="checkbox"/> 第四學習階段（國中七、八、九年級）		實施年級	三年級	
學生學習經驗分析	在第一階段已透過遊戲學習滾翻、支撐、平衡、懸垂等動作。				
設計依據					
領域核心素養		健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。			
單元課程學習重點	學習表現	2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。			
	學習內容	1a-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。			
單元課程目標		1. 認識不同的支撐方式。 2. 認識不同的平衡方式。 3. 表現各種支撐方式。			

		4. 表現各種平衡方式。 5. 快樂參與活動並遵守遊戲規則。	
核心素養呼應說明		A 自主行動 A1 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。	
議題融入	實質內涵	【戶外教育】戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。	
	融入單元	與肢體活動相結合，例如融入「健康的身心」的學習實質內涵，參與戶外生活體驗，如健行、登山、其它山野活動等，在真實生活情境中實際體會生活，促進自我成長與社會化發展。	
教學設備／資源		墊上空間、電腦音響設備、圓盤、充氣柱或替代物、小角錐、音樂。	
參考資料		康軒版健康與體育三上課本、教師手冊、教育部體育署國小體育教學模組認證平台	
教學目標		1. 認識不同的支撐方式。 2. 認識不同的平衡方式。 3. 表現各種支撐方式。 4. 表現各種平衡方式。 5. 快樂參與活動並遵守遊戲規則。	
教學活動內容及實施方式		時間	學習檢核
【準備活動】 一、課堂準備 (一)教師：準備好墊上空間和各種教具、確認電腦影音設備沒問題。 (二)學生：由體育股長帶隊至集合地點，準備上課。 二、引起動機 ➤ 教師帶學生做暖身操。		5 分	實作評量
【發展活動】 教師以故事情境說明今天有叢林探險的關卡挑戰： 叢林裡面有很多樹木、有河流、有湖泊、有烏龜、松鼠、蛇、老鷹、野豬、猴子、鱷魚……等。 進入叢林探險前，叢林之神給小勇士出了一個挑戰--必須輸入通關密碼(身體)		30 分	實作評量
【第一關】叢林探險 ➤ 擺好姿勢，固定不動(3 秒)。 ➤ 別讓天空中的老鷹發現，飛下來攻擊小勇士。 ➤ 希望小勇士們動動腦筋：除了手跟腳之外，還可以用身體其他的地方來表現嗎？而且要穩定不動喔！ ➤ 小勇士開始討論，有人發現，頭、手肘、腳跟一些其他部位，都可以擺出通關密碼要求的姿勢喔！經過這樣的訓練，增加了小勇士營救公主的能力。 ➤ 臀部---人體蹺蹺板 ➤ 手臂---棒式支撐			
【第二關】小島闖關			

<ul style="list-style-type: none"> ➤ 小勇士一路上困難重重，此時出現湖泊裡的湖神及四座小島。 ➤ 湖神也列出四座小島的通關密碼，小勇士們需接受挑戰，才能通過險惡的湖泊區。 ➤ 黃色小島(3人-3手3腳1臀部) ➤ 紅色小島(4人-5手4膝1頭) ➤ 綠色小島(4人-6手7腳) ➤ 藍色小島(4人-4手1臀部1背部) ➤ 小勇士們需要彼此合作，而且每一組小勇士都要到四座小島闖關，才算是達成任務。(請小勇士5人一組，圍圈坐下) ➤ 每3分鐘小島輪轉一次 ➤ 小勇士開始練習 <p>【綜合活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 通過湖神的考驗，小勇士又更厲害了！教師以故事情境帶入學習任務，讓學生用闖關方式統整今日上課所學的動作技巧，做完整的練習。 	5分	實作評量
---	----	------

110 學年度彰化縣東興國小教師專業發展實踐方案

表 1、教學觀察（公開授課）－觀察前會談紀錄表

授課教師：黃祥益	任教年級：三年級	任教領域/科目：健康與體育
回饋人員：陳永良	任教年級：二年級	任教領域/科目：健康與體育
備課社群：健康與體育 教學單元：搖滾翻轉樂		
觀察前會談(備課)日期：110年10月18日 地點：校史室		
預定入班教學觀察(公開授課)日期：110年10月22日 地點：活動中心		
一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：		
<p>核心素養：健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p>		
<p>學習表現：2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p>		
<p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>		
<p>學習內容：1a-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。</p>		
二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：		
<p>在第一階段已透過遊戲學習滾翻、支撐、平衡、懸垂等動作。</p>		

三、教師教學預定流程與策略：

(一)引起動機 5 分鐘

教師帶學生做暖身操。

(二)發展活動 30 分鐘

教師以故事情境說明今天有叢林探險的關卡挑戰，分別是【第一關】叢林探險、【第二關】小島闖關

(三)綜合活動 5 分鐘

教師以故事情境帶入學習任務，讓學生用闖關方式統整今日上課所學的動作技巧，做完整的練習。

四、學生學習策略或方法：

實作評量、小組討論。

五、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：

提問、發表、實作評量、小組討論、自評、互評。

六、觀察工具(可複選)：

表 2-1、觀察紀錄表

表 2-2、軼事紀錄表

表 2-3、語言流動量化分析表

表 2-4、在工作中量化分析表

表 2-5、教師移動量化分析表

表 2-6、佛蘭德斯（Flanders）互動分析法量化分析表

其他：_____

七、回饋會談日期與地點：（建議於教學觀察後三天內完成會談為佳）

日期：110 年 10 月 22 日

地點：校史室

