

110 年洛津國小二下健康與體育 第二單元運動有活力 教案設計

表 1-1：內容說明

教案名稱		第二單元運動有活力			
適合人數	_30_ 人	教學時間 (節數)	_40_ 分鐘	學習領域	健康與體育
適用年級	<input checked="" type="checkbox"/> 國小低年級 <input type="checkbox"/> 國小中年級 <input type="checkbox"/> 國小高年級 <input type="checkbox"/> 國中____年級				
教學研究	教學理念	1. 健康與體育適切的詮釋學習要點，課程分配適度且均衡。 2. 健康培養生活技能、體育發展身體適能，符合認知、情意、技能與行為等學習表現，使學生得以適性發展。 3. 安排學習任務，深化、串連學習內容，引導學生逐步達成學習目標。			
	教材重點	3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 1c-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。			
	教學目標	1. 提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。 2. 規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。 3. 具備應用體育運動相關資訊的基本能力。			
	具體目標	1. 了解表現簡單的全身性身體活動及基本運動能力的方法。 2. 操作運動器材，表現出擲飛盤的遊戲方法與要領。 3. 參與活動時，能和同學和諧相處，互相觀摩與鼓勵			
	教案對應分段能力指標	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。			
	教學法	1. 講述法 2. 發表法 3. 觀察法 4. 問思教學法 5. 歸納法			
	教學資源	1. 教師準備飛盤 20 個。 2. 課前確認教學活動空間，室外平坦的地面。			
	評量方法	1. 問答 2. 發表 3. 實作			

表 1-2：教學活動

教案名稱				
具體目標	教學流程及內容設計	時間	教學資源	評量方式
<p>1. 了解表現簡單的全身性身體活動及基本運動能力的方法。</p> <p>2. 操作運動器材，表現出擲飛盤的遊戲方法與要領。</p> <p>3. 參與活動時，能和同學和諧相處，互相觀摩與鼓勵。</p>	<p>【引起動機】 教師說明並示範拿飛盤和擲飛盤的動作要領。</p>	5		問答
	<p>【發展活動】 活動一：飛盤試擲 1. 教師指導學生單手握住飛盤邊，配合腰部的扭轉以同手同腳的姿勢，將飛盤往遠方擲出，並依序讓學生試擲。 2. 教師先不必設定目標，僅引導學生體驗擲出飛盤後，能讓飛盤在空中飛行的動作要領。</p>	10	1. 教師準備20個飛盤輪流使用，學生亦可自行攜帶。	發表 實作
	<p>活動二：擲進成功區 1. 標示「滿分區」：首先在練習場地地面上標示出預備線，再由預備線的地板往延伸10格，放置2個擲入網設為「滿分區」。 2. 教師說明並示範飛盤擲進「滿分區」的要領：試擲者站在預備線內先以慣用手握住飛盤的邊緣，保持飛盤的直線飛行路線，將飛盤朝著「滿分區」內擲出。擲進者視為滿分10分。</p>	10	2. 選擇安全空曠場地練習，場地內放置「擲入網」2個。	實作
	<p>活動三：分區得分 1. 教師指導學生延續【活動二】做練習，並在往「滿分區」的格子線內，作為得分計算。 2. 擲出飛盤後，落地點在預備線前的第1格為1分，第2格為2分，第3格為3分…，以此類推至「滿分區」得10分。</p>	10		實作
	<p>【統整與總結】 教師選出技優的同學來示範表演，讓其他同學觀摩學習，並從中說明飛盤的技巧。</p>	5		發表