

<我是跆拳道高手>

一、設計理念

(源起、學生背景分析、教材分析、核心素養呼應說明、跨領域/科目教學之必要性…)

1. 學生背景分析

學生已了解跆拳道基本課堂規準，熟悉課堂活動規範，同儕之間能相互尊重、扶持教導並學習專項的專業知識。

2. 課程目標

- 一、培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。
- 二、養成規律運動與健康生活的習慣。
- 三、培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。

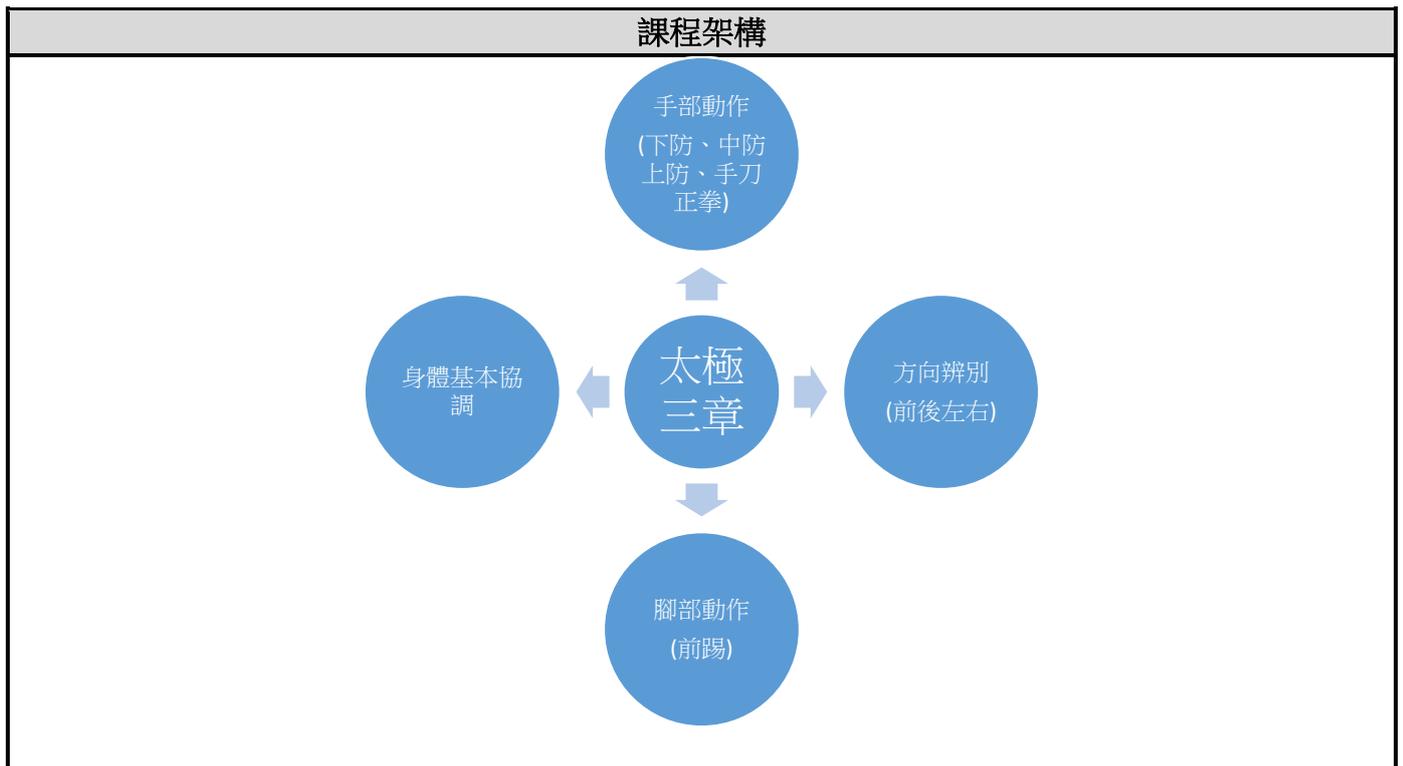
3. 核心素養

- 一、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。
- 二、E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。

二、教學設計

跨領域/科目	健體領域/體育	設計者	沈詩涵
實施年級	三年級	總節數	1
單元名稱	我是跆拳道高手		
核心素養			
領綱核心素養		總綱核心素養	
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 E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。		具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養	
學習重點	學習表現	1c- I -2 認識基本的運動常識。 2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。	

	3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4d- I -1 願意從事規律身體活動。
學習內容	d.防衛性運動具備運動傷害預防及緊急處理的知識與技術，以減少運動傷害事故的發生，維護身體健康與安全，持續從事運動之行為。
議題融入	身體基本協調/基本動作連貫及應用。
教材來源	跆拳道場器材。
學習資源	跆拳道場設備及體能訓練器材。
學習目標	
<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解跆拳道基本動作認知。 2. 能了解動作並明確做出動作。 3. 能完成 20 個動作連貫組成太極三章。 	



學習活動設計			
學習活動流程	時間	學習資源	評量
<p>【課前準備】 1. 請學生穿著適合的體育服裝。 2. 入道場前先宣導基本道場規範及注意事項。</p> <p>【準備活動】 1. 課前解說。 2. 做操+熱身。</p> <p>【發展活動】 1. 單一手部基本動作複習及配合步伐動作。 2. 品勢要點及分解動作講解。 3. 分組活動相互指導。 4. 能結合動作並流暢做出太極三章。</p> <p>【總結活動】 1. 學生能明確知道動作順序。 2. 能流暢打出太極三章。 3. 老師講解。</p> <p>學生學習策略或方法 1. 跆拳道基本手部及腳部步伐複習。 2. 老師親自示範指導。 3. 分組學生相互指導。</p> <p>五、教學評量方式 1. 課堂測驗。 2. 老師回饋。</p>	<p>5”</p> <p>10”</p> <p>10”</p> <p>10”</p> <p>5”</p>	<p>跆拳道場</p>	<p>課堂測驗</p>

--	--	--	--

【單元教學實施後】

課程教學發現、省思與修正

單元課程教學自我評核：滿意 尚可 有待加油

1.關於【素養導向】課程教學原則之教學自評與省思

2.關於所進行之課程「教學重點與步驟」之教學自評與省思

3.其他課程教學自評與省思

4.未來策進的方向與作為

照片：

--	--

【另檢附學習學習單、上課 PPT、學生回饋等相關學習成果資料】