

彰化縣東興國民中小學「素養導向教學與評量」設計

一、課程設計原則與教學理念說明（請簡要敘明）

本堂課以「田徑」為主軸，運用趣味遊戲練習各種跑、跳動作，包含快速跑、曲折跑、抬腿跑、折返跑、彎道跑、障礙跑。在活動中學習合作解決問題，運用練習策略以增進運動表現。

二、教學活動設計

| | | | | | |
|-------------|--|---|-----|--------------|-----|
| 領域科目 | 健體與體育 | | 設計者 | 胡薰方 | |
| 單元名稱 | 跑跳過招大進擊 | | 總節數 | 共 1 節， 40 分鐘 | |
| 教材來源 | <input type="checkbox"/> 教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input checked="" type="checkbox"/> 改編教科書（ <input checked="" type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 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 | 四年級 |
| 學生學習經驗分析 | 學生在一~三年級已經具備基本的跑跳能力，並具備團隊合作、公平競爭的學習態度。 | | | | |
| 設計依據 | | | | | |
| 領域核心素養 | | 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。 | | | |
| 單元課程學習重點 | 學習表現 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | | | |
| | 學習內容 | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | | | |
| 單元課程目標 | | 1. 認識快速跑、彎道跑、障礙跑的動作技能概念與動作練習的策略。 2. 描述自己和他人快速跑動作的正確性。 3. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 4. 表現曲折跑、抬腿跑、折返跑、障礙跑的動作。 5. 運用障礙跑的動作練習策略。 | | | |
| 核心素養呼應說明 | | C 社會參與 C2 人際關係與團隊合作。 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。 | | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | 【人權教育】 人E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 | | | |
| | 所融入之學習重點 | 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 | | | |
| 教學設備／資源 | | 1. 教師準備哨子、粉筆(白、藍、綠、黃色)、數個小欄架、角錐。 | | | |
| 參考資料 | | 康軒健康與體育領域第七冊(4上)單元五 | | | |

| 教學活動內容及實施方式 | 時間 | 學習檢核／備註 |
|---|----|-----------------------------------|
| <p>【準備活動】</p> <p>■ 課堂準備</p> <p>(一)教師：準備教具。</p> <p>(二)學生：穿著體育服、運動鞋。</p> <p>■ 引起動機：</p> <p>(一)做暖身操：體育股長集合整隊，老師帶領全班做暖身操。</p> | 4分 | 實作評量 |
| <p>【發展活動】</p> <p>一、《活動1》曲折跑比賽</p> <p>(一)教師布置2組「曲折跑比賽」活動場地，用粉筆在地面標示起跑線，距離起跑線10、15公尺各擺放1個角錐，距離起跑線20公尺標示終點線。</p> <p>(二)教師說明「曲折跑比賽」活動規則後實作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 7人一隊，一次2隊上場，分別在起跑線後預備。 2. 原地開合跳再繞角錐跑，踩到終點線後，繞角錐跑回起點。 3. 與下一人擊掌接力，接續進行。 4. 最快全隊完成的隊伍獲勝。 <p>(三)重點歸納：練習曲折跑。</p> | 9分 | 參與態度 |
| <p>二、《活動2》抬腿跑疊角錐</p> <p>(一)教師布置2組「抬腿跑疊角錐」活動場地，用粉筆在地面標示起跑線，距離起跑線10公尺擺放7個的角錐。</p> <p>(二)教師說明「抬腿跑疊角錐」活動規則後實作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 7人一隊，一次2隊上場，分別在起跑線後預備。 2. 抬腿跑向前取角錐，再抬腿跑回起點。 3. 獎角錐放在固定位置，疊好角錐後下一人才能出發。 4. 較快取回全部角錐，並妥善疊角錐的隊伍可獲勝。 <p>(三)重點歸納：練習抬腿跑。</p> | 9分 | 操作評量：完成曲折跑、抬腿跑、折返跑、跑跨障礙物活動。 |
| <p>三、《活動3》折返跑比賽</p> <p>(一)教師布置2組「折返跑比賽」活動場地，用粉筆在地面標示起跑線，距離起跑線5公尺用粉筆在地面畫綠線，接著間隔5公尺在地面畫線，再畫上藍線和黃線。</p> <p>(二)教師說明「折返跑比賽」活動規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 7人一隊，一次2隊上場，分別在起跑線後預備。 2. 從起跑線向前跑摸藍線，摸藍線後跑向綠線摸綠線，再跑向黃線摸黃線，最後跑回起跑線。 3. 與下一人擊掌接力，接續進行。 4. 較快完成的隊伍可獲勝。 <p>(三)重點歸納：練習折返跑。</p> | 9分 | 評量原則：能與同學合作完成曲折跑、抬腿跑、折返跑、跑跨障礙物活動。 |
| <p>四、《活動4》跑跨障礙物</p> <p>(一)教師布置2組「跑跨障礙物」活動場地，每組活動場地設置「跑3步跨越」的場地。「跑3步跨越」場地：用粉</p> | 9分 | |

筆在地面標示起始線，距離起始線約 2.5 公尺擺放小欄架，起始線和小欄架間的地面用粉筆畫 3 個圓圈（直徑約 70 公分）。

(二)教師說明「跑跨障礙物」活動規則：7 人一組，慣用腳在後準備起跑，練習跑 3 步跨越欄架。

(三)重點歸納：練習以穩定的步距跑步跨越障礙物。

【總結活動】

老師歸納：多訓練腳步移動，可加快速度並增進動作的協調性。

~本節課結束~

111 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：胡薰方 任教年級：四年級 任教領域/科目：健康與體育/體育
 回饋人員：吳俊慶、黃祥益 任教年級： (選填) 任教領域/科目： (選填)
 備課社群： (選填) 教學單元：跑跳過招大進擊
 觀察前會談(備課)日期：111 年 10 月 19 日 地點：教師休息室
 預定入班教學觀察(公開授課)日期：111 年 10 月 21 日 地點：風雨球場

一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：

| | | |
|-----------------|-------------|--|
| 領域核心素養 | | 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。 |
| 單元課程學習重點 | 學習表現 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 |
| | 學習內容 | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 |

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：

1. 學生在一~三年級已經具備基本的跑跳能力。
2. 學生具備團隊合作、公平競爭的學習態度。

三、教師教學預定流程與策略：

1. 【準備活動】：教具準備、暖身操。
2. 【發展活動】：
 - 《活動 1》 曲折跑比賽
 - 《活動 2》 抬腿跑疊角錐
 - 《活動 3》 折返跑比賽
 - 《活動 4》 跑跨障礙物
3. 【總結活動】 老師歸納本節課重點。

四、學生學習策略或方法：

1. 專注聆聽動作指令，實際操作後，修正自己的動作，以增進動作的協調性。

五、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：

（例如：紙筆測驗、學習單、提問、發表、實作評量、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告、其他。）

參與態度、實作評量。

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：111年10月21日

地點：教師休息室