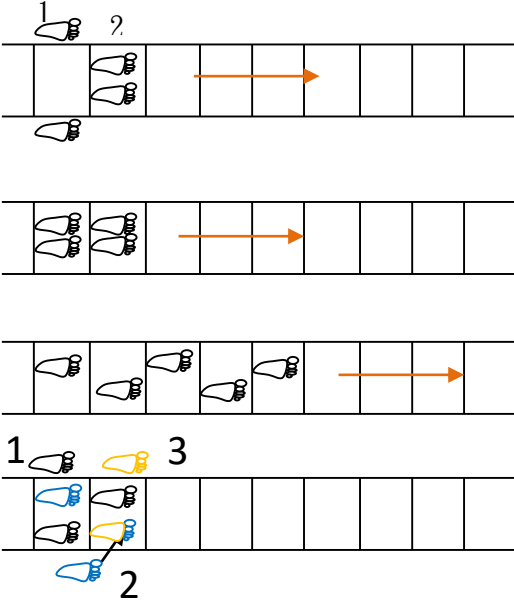


彰化縣大竹國民小學公開觀議課課程設計

領域/科目		健康與體育領域/體育		設計者	陳俐伶
實施年級		六年級		總節數	共 1 節，40 分鐘
單元名稱		反應決戰			
設計依據					
學 習 重 點	學	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		核 心 素 養	健體-J-C2
	表	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。			具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
	現				
	學	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧			健體-J-A2
	習	Ab-II-1 體適能遊戲			具備理解體育與健康情境的
內 容	習	Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧			全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題
	容	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別			
教學方法		1. 講解 2. 示範 3. 操作			
學生條件		基本體適能能力			
教材來源		FB 體育課好好玩、自編			
教學資源		1. 場地：籃球場 2. 器材：繩梯 x3、角錐 x15 、哨子 x1			
學習目標					
◆ 增進手眼協調的能力。					
◆ 養成如何與人溝通的習慣。					
◆ 訓練學生建立基礎體能、肌力、協調能力。					

教學流程	教學活動內容實施方式	教學資源	時間
開始 引起動機 繩梯動作介紹 分組練習	集合，確定班上人數。 一、暖身活動 1. 基本繞環運動。 2. 基本伸展動作。 3. 慢跑 900m。 注重時間觀和熱身的重要性，講解活動流程時須注意學生狀況。 二、開場反應遊戲-搶角錐 1. 說明規則 2. 反應小遊戲 兩人為一組，預備動作成微蹲姿勢，聽從教師口令，做指定動作(例如：摸耳、摸膝蓋…)聽見哨聲，並搶角錐，搶下角錐者為勝。 訓練肌力及反應能力，大腿微蹲訓練腿部肌力，耳聽哨聲訓練反應速度。 三、主活動-介紹繩梯基本訓練、示範與練習 1. 繩梯雙腳開合 2. 直膝併腿跳 3. 一步一格小碎步 4. 側併步 	哨子*1 角錐*15 哨子*1 繩梯*3 哨子*1	10' 10' 15'
	藉由繩梯的多項動作，可訓練學生的協調性 四、分組競賽 1. 分三組進行綜合競賽 2. 依照教師指定動作進行 3. 最慢組為敗		

結束	藉由競賽的方式，學生們會加速移動，藉此達到動作熟悉度 五、綜合活動 1. 學生回饋 2. 說明繩梯的多元訓練		5'
---	---	--	----