

健康與體育領域三上第六單元教案

領域/科目		健體		設計者	高培修，陳巧翎
實施年級		311		教學時間	40分鐘
主題名稱		貳、運動真快樂			
單元名稱		六、快樂向前衝			
設計依據					
學習重點	學習表現	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。		總綱與領綱之核心素養	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。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。
	學習內容	Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。			
融入議題與其實質內涵		• 品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。			
教材來源		南一版健康與體育第五冊〔三上〕第六單元活動2			
教學設備/資源		旗子、小角錐、平坦安全的場地。			
學習目標					
1. 知道跑步的基本動作要領。 2. 理解跑步的基本動作要領，並順暢的完成短跑練習。 3. 表現出學習精神，利用課間時間練習跑步以求進步。 4. 於運動時注意並展現相關保健行為。					
教學活動設計					
教學活動內容及實施方式				時間	評量方式
【活動 2：快跑小子】 (一)熱身活動 1.教師指導學童整隊，帶操熱身。 2.教師帶學童至平坦安全的場地，進行跑步活動。				5	能認真參與活動並實作表現

