

# 彰化縣東山國小公開授課—教學活動設計表

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                           |           |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 單元名稱<br>Unit Title                               | 飛毛腿                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 課程時間<br>Unit Length                                                                                                       | 第三節 40 分鐘 |
| 學生年級<br>Grade Level                              | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 學生人數<br>Number of Students                                                                                                | 21        |
| 配合融入之學科領域<br>Integrated Subject/<br>Content Area | <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育<br><input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 社會                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                           |           |
| 配合融入之議題<br>Integrated Issue                      | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input checked="" type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育<br><input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育<br><input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 無 |                                                                                                                           |           |
| 領域核心素養<br>Core Competencies                      | 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。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                           |           |
| 本單元學習重點<br>Learning Focus                        | 學習表現<br>Student Performance                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>1d-II-1 認識動作技能概念與練習的策略。<br>2c-II-1 遵守上課規 範和運動比賽則。<br>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。<br>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 |           |
|                                                  | 學習內容<br>Learning Content                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 體育領域-G.挑戰類型運動<br>a.田徑<br>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。                                                                            |           |
| 表現任務<br>Performance Task(s)                      | 1.能正確做出蹲踞式起跑                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                           |           |
| 節次架構<br>Lesson Structure                         | 單元主題                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 單元活動                                                                                                                      |           |
|                                                  | 第一、二節跑的方法                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1. 跑步動作分析                                                                                                                 |           |
|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2. 跑步動作調整                                                                                                                 |           |
|                                                  | 第三、四節蹲踞式起跑                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1. 蹲踞式起跑動作分析                                                                                                              |           |
|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2. 蹲踞式起跑動作調整                                                                                                              |           |
|                                                  | 第五、六節加速跑與全速跑                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1. 加速跑練習                                                                                                                  |           |
|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2. 全速跑練習                                                                                                                  |           |
| 第一節 The First Period                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                           |           |
| 學習目標<br>Learning objectives                      | 學科內容目標<br>Content/subject specific knowledge objectives                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1. 能遵守遊戲規則，並和同學合作完成遊戲<br>2. 能體會並做出跑步與蹲踞式起跑動作。<br>3. 認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。                                                |           |
|                                                  | 溝通/語言目標<br>Communication/<br>language objectives                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                           |           |

|                             | 教學內容、步驟、時間(認知)<br>Procedures (Cognition)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 跨語言溝通策略<br>Translanguaging | 學習檢核<br>Assessment |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| 學習活動<br>Learning activities | <p>教學主題一：蹲踞式起跑</p> <p>一、引起動機：(5’)<br/>能了解並做出蹲踞式起跑的正確動作。</p> <p>二、發展活動：(30’)</p> <p>(一)老師說明：蹲踞式起跑是正式短跑運動賽事規定的起跑方式，也是能發動最快起跑姿勢，正確的起跑動作可以使起跑速度加快，一起來練習。</p> <p>(二)蹲踞式起跑步驟與動作指導。</p> <p>1.各就位：</p> <p>(1)單腳膝蓋跪地，左右腳均可，先取好前腳位置並固定，端視個人習慣。</p> <p>(2)在取好後腳位置並固定。</p> <p>(3)最後雙手觸地，虎口與起跑線平行，但不可觸線。</p> <p>2.預備：</p> <p>(1)原跪地膝蓋離地，手臂撐直，臀部提起略高於肩。</p> <p>(2)視線保持在前方地面約60公分處。</p> <p>3.槍聲或哨聲起跑：</p> <p>(1)前腳用力後蹬。</p> <p>(2)後腳用力迅速屈膝腳。</p> <p>(3)兩臂前後用力擺。</p> <p>(三)請學生原地練習，老師巡視與指導，觀察後適時修正與調整姿勢。</p> <p>(四)起身起跑：帶學生熟練起跑姿勢與動作後，將</p> | (請說明師生的中、英文使用時機)           | 實體評量               |

|  |                                                                                                                                                 |  |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  | <p>學生分為數組，每三組人分立三道，老師以哨聲代替鳴槍進行 5 分尺起身快跑，透過競賽遊戲練習起跑動作。</p> <p><b>三、綜合活動：(5')</b></p> <p>教師從旁觀察指導，一段時間後請學童分享心得，並獎勵表現優秀的學童。</p> <p>～～第 3 節結束～～</p> |  |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|