

課程名稱：跳繩之我行

一、課程設計理念說明

跳繩是最簡單，也最大眾化的活動了，只要一繩在手可以玩出許多樂趣，跳繩所需的器材和場地十分簡單，只要找一個平坦的室內或室外空地，準備一條跳繩，就可以開始學習，不論男女老幼都適合做。對於成長中的學生來說，更是能夠幫助長高的運動。可以一個人跳，也可以多人一起跳，發展團體遊戲，讓跳繩運動充滿樂趣。

二、教學活動設計

統整領域	健康與體育		觀課者	許洵琳、高培修
實施年級	二年級		教學者	陳巧翎
單元名稱	跳繩之我行		節數	1 節
設計依據				
核心素養				
總綱核心素養			領綱核心素養	
A1 身心素質與自我精進 E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 A2 系統思考與解決問題 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。			健體-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。 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。 生活-E-A2 學習各種探究人、事、物的方法並理解探究後所獲得的道理，增進系統思考與解決問題的能力。	
核心素養呼應說明				
1.具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 2.具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。				
學習重點	學習表現	4d- I -1 願意從事規律身體活動。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。 2- I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。	學習內容	Ce- I -1 其他休閒運動入門遊戲。 Cb- I -2 班級體育活動。 F-I-2 不同解決問題方法或策略的提出與嘗試。
議題融入	實質內涵	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-I-1 表現尊重的團體互動行為。		
教材來源		自編		

