

彰化縣草港國民小學 113 學年度教師公開授課【教案】

領域/科目	健康與體育	設計者	葉庭欣	
實施年級	三	教學節次	共 6 節，本次教學為第 3 節	
單元名稱	安全漂浮游			
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-II-1 認識身體活動的動作技能 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度 3d-II-1 運用動作技能的練習策略	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。
	學習內容	1. 認識戶外戲水安全守則 2. 認識水上救生秘訣 3. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度		
教材來源		康軒 3 上健康與體育 單元 5 第 4 課 -安全漂浮游		
教學設備/資源		學校教室、自組泳池、救生衣/圈、漂浮物		
學習目標				
● 1. 認識戶外戲水安全守則。 ● 2. 認識水上救生秘訣。 ● 3. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
導入活動 ◆ 策略：影片觀賞 / 問題引導 ◆ 內容：播放或描述落水情境，引發學生討論：「落水後不會游泳的人可以怎麼辦？」 ◆ 目的：建立安全意識，導入「漂浮自救」的重要性。	5 分鐘	
技能講解與示範 ◆ 策略：分解動作法 + 示範教學 ◆ 內容：逐步講解漂浮關鍵技巧（如深吸氣、仰躺、手腳放鬆展開），教師實際水中示範動作要領。 ◆ 目的：幫助學生建立正確的動作圖像與信心。	10 分鐘	
分組練習與個別指導 ◆ 策略：同儕合作 + 教師巡迴指導 ◆ 內容：學生兩人一組輪流練習漂浮，教師依學生能力提供個別化調整與鼓勵。 ◆ 目的：提升實作經驗，協助克服恐懼、修正技巧。	15 - 20 分鐘	
簡易情境模擬 ◆ 策略：情境式教學	10 分鐘	

◆ 內容：模擬跌入水中情境，學生練習保持冷靜、仰漂等待救援。 ◆ 目的：連結實際生活應用，強化自救反應。 課堂回饋與省思 ◆ 策略：口頭回饋 + 自我評量單 ◆ 內容：學生分享練習心得與困難點，完成簡易自評表，教師給予正向回饋。 ◆ 目的：促進反思與持續學習動機。	5 分鐘	
參考資料：（若有請列出） 康軒版健康與體育三上第五單元第四課		