

彰化縣和美鎮和美國民小學 113 年度教學活動設計單

領域/科目	健體領域		設計者	銓錦為
實施年級	二年級		總節數	共 1 節，40 分鐘
單元名稱	玩球樂趣多			
設計依據				
學習重點	學習表現	<u>1c-I-2 認識基本的運動常識。</u> <u>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</u> <u>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</u> <u>2c-I-3 專注觀賞他人的動作表現。</u> <u>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</u> <u>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</u>	核心素養	<u>總綱:</u> <u>(自發)層面，透過運動參與，培養個人終身運動習慣，正向積極態度面對人生。</u> <u>(互動)層面，透過與他人體育互動活動，達到健康安適與運動遊憩的目的。</u> <u>(共好)層面，享受運動樂趣，促進健康生活品質。</u> <u>領綱:</u> <u>健體-E-A1</u> <u>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。</u> <u>健體-E-A2</u> <u>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。</u> <u>健體-E-B3</u> <u>具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本元素，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</u> <u>健體-E-C2</u> <u>具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</u>
	學習內容	<u>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。</u> <u>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</u> <u>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全需知。</u> <u>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</u> <u>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</u> <u>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</u> <u>Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。</u> <u>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</u>		
議題融入	實質內涵	<u>安全教育</u> <u>安 E3 知道常見事故傷害。</u> <u>安 E7 探究運動基本的保健。</u>		
	所融入之學習重點	<u>讓學生建立運動前暖身，運動後緩和，以避免運動傷害的安全觀念。</u> <u>讓學生了解校園內操場上適合的運動場地範圍，防範事故傷害發生，建立自我安全意識。</u>		
與其他領域/科目的連結		數學領域加法運算		
教材來源		自編、南一二上健康與體育課本		
教學設備/資源		播音設備、籃球、躲避球、小皮球數顆		

學習目標

1. 配合健康操音樂，完整完成低年級健康操。
2. 了解並能實際操作暖身準備，完成運動後緩和並收拾器材。
3. 明瞭操場上安全的運動活動範圍，能在安全的場地內活動。
4. 學生共同創新制定運動規則，感受運動帶來的愉悅美好。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	備註
一、準備活動 I. 學生配合音樂複習新式健康操。 II. 帶領學生做暖身伸展活動，特別加強手腕關節及四肢的肌肉伸展熱身。 III. 播放音樂，學生分組在劃定場地範圍內，將交通錐扳倒與復位來達到熱身效果。 二、發展活動 1、複習藍拍球控球 學生分組在操場上拍運球競賽 學生拍運球定點折返後，將球交給下一位，完成後至隊伍後方排隊，觀賞他人拍運球，並為己隊加油。 2、運球投籃 分別以籃球、躲避球、小皮球，讓學生從籃球場上底線運球出發，到達對向球架前 U 形白線附近出手投籃 2 次。運球返回到出發端的球架前 U 形白線附近，再投籃 2 次。共計投籃 4 次！ 以分數計，進球 1 次得 1 分。統計競賽分組總得分。 3、預留時間讓學生自由組隊練習拍球運球投籃與遊戲。 三、綜合活動 教師集合學生，對本次上課的學生表現予以讚美與檢討，對於上課時間內是否有學生發生受傷意外，指導學生遇到受傷該如何處置。 示剩餘時間長度，對學生提示幾個問題： 1、為什麼上體育課運動之前都要暖身活動？ 2、老師規定的打球活動範圍是什麼地方？ 3、上完體育課要洗手，正確洗手五步驟是什麼？ 請上課表現佳的同學幫忙搬運器材，並指導搬運完成後完成洗手清潔。	15 分鐘 20 分鐘 5 分鐘	健康操評量表(表 1) <u>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</u> <u>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</u> <u>Bc-I-1 各項暖身伸展動作</u> <u>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</u> <u>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</u> <u>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</u> <u>Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。</u> <u>2c-I-3 專注觀賞他人的動作表現。</u> <u>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</u> <u>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全需知。</u> <u>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</u> <u>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。</u>

附錄：

健康操評量表

評量標準					
次主題	A	B	C	D	E
技能表現	能熟練地表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動。	能正確地表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動。	能大致地熟練地表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動。	能部份地表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動。	未達 D 級。
評分指引	動作正確流暢熟練，且具協調性與美感。	動作正確流暢熟練，協調性與美感稍差。	動作部份不正確，不甚流暢熟練、協調性稍差	動作甚多不正確，不熟練，中斷。	動作中斷，無法完成。