

領域/科目	健康與體育		設計者	林昱名
實施年級	國小六年級		教學節次	共 5 節，本次教學為第 1 節
單元名稱	功夫小子---拳擊有氧			
設計依據				
學習重點	學習表現	認知領域 1c-Ⅲ-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 情意領域 2c-Ⅲ-1 表現基本運動精神和道德規範。 2c-Ⅲ-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 技能領域 3a-Ⅲ-1 流暢地操作基礎健康技能。 3b-Ⅲ-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 行為領域 4c-Ⅲ-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4d-Ⅲ-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	核心素養	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-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。
	學習內容	Bd-Ⅲ-2 技擊組合動作與應用。 Cb-Ⅲ-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。		
教材來源		運動器材室		
教學設備/資源		拳靶、拳套、布手套		
學習目標				
能夠流暢地控制身體做出拳擊有氧的直拳與刺拳（3c-Ⅲ-1、3d-Ⅲ-2）				

[illegible]