

彰化縣芳苑鄉後寮國民小學公開授課教案設計格式

領域/科目		健康與體育		設計者	傅禮聰
實施年級		五		總節數	共 6 節， 240 分鐘
單元名稱		七、繩乎奇技			
設計依據					
學習重點	學習表現	養成規律運動習慣，維持動態生活。		核心素養	學習思考、討論或實作。
	學習內容	民俗運動組合動作與遊戲。			
議題融入	實質內涵	能認真參與活動並實作表現			
	所融入之學習重點	能和同學相互討論、合作。			
與其他領域/科目的連結					
教材來源		南一書局			
教學設備/資源		跳繩			
學習目標					

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
第一節： 一、課堂準備 (一)準備活動：教師帶領學童做身體關節伸展，特別是腿部膝蓋、腳踝的部位，亦可讓學童在操場慢跑 2 圈。 (二)教師： 二、引起動機： 1.一跳一迴旋（前迴旋）： 2.單腳跳 3.一跳一迴旋（後迴旋）： 4.跑步跳 三、主要內容／活動： (一)能正確做出一跳一迴旋（前迴旋）、單腳跳、一跳一迴旋（後迴旋）、跑步跳等動作。 (二)能用組合表演動作，做出個人表演。 四、總結活動： 繩力小測驗：組合表演 (1)每個人運用以上學過的四種單人跳繩招式，組合成自己的一套招式，表演給大家欣賞。 (2)讓學童練習 5 分鐘後，再來表演。 (3)請其他學童仔細觀賞後，給予表演者評語及建議。	40 分鐘	

6.鼓勵學童利用下課時間練習前、後迴旋跳、單腳跳（左右腳）、跑步跳，並記錄跳了幾下。 第二節：		
參考資料：(若有請列出)		
附錄：		