|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **領域/科目** | | 健康與體育 | | **設計者** | | | 劉梓霆 | | |
| **實施年級** | | 四 | | **總節數** | | | 共4節，160分鐘 | | |
| **單元名稱** | | 單元五 運動力與美  活動二 飛天旋轉 | | | | | | | |
| **設計依據** | | | | | | | | | |
| **學習**  **重點** | **學習表現** | | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。  3d-II-1 運用動作技能的練習策略。  4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | | **核心**  **素養** | 健體-E-C2  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，並與團隊成員合作，促進身心健康。 | | | |
| **學習內容** | | Ce-II-1 其他休閒運動基  本技能。 | |
| **議題**  **融入** | **實質內涵** | |  | | | | | | |
| **所融入之學習重點** | |  | | | | | | |
| **與其他領域/科目的連結** | | |  | | | | | | |
| **教材來源** | | | 翰林四上健康與體育課本 | | | | | | |
| **教學設備/資源** | | | 教用版電子教科書 | | | | | | |
| **學習目標** | | | | | | | | | |
| 1.學會飛盤擲、接動作。  2.學會飛盤擲遠與擲準技巧。  3.能在飛盤遊戲中，討論並思考策略。  4.能利用課餘時間，與他人一起分享飛盤運動。 | | | | | | | | | |
| **教學活動設計** | | | | | | | | | |
| **教學活動內容及實施方式** | | | | | | | | **時間** | **備註** |
| * **第一節課 熱身活動** * **熟悉飛盤** * **進行「滾盤遊戲」** * **拋接練習** * **綜合活動**   **第一節結束/共4節**   * **第二節課 熱身活動** * **擲盤與接盤練習** * **飛盤擲遠練習** * **飛盤擲準練習** * **複習擲、接盤動作，檢討缺點** * **綜合活動**   **第二節結束/共4節**   * **第三節課 熱身活動** * 教師帶領學生進行伸展熱身，尤其手腕部位。 * **進行「擲準大連線」遊戲** * 遊戲規則：   1 全班分成兩隊，各隊依序擲盤進洞。  2 每人可擲兩次，其中一次進洞即算得分，得分者可拿三角錐放至  方格中任一位置。  3 擲完後，需將飛盤撿回，交由下一位繼續。  4 勝利條件：方格中的三角錐先連成四條直線或斜線的隊伍獲勝。   * 賽後思考：討論後，再比一次。   1 得分者要先撿盤給下一位，還是先放三角錐？為什麼？  2 怎樣可以用最少的三角錐完成四條線？   * **綜合活動** * 教師綜合結論，並進行緩和運動。   **第三節結束/共4節**   * **第四節課 熱身活動** * **擲、接盤複習遊戲** * **進行「擲接攻城戰」遊戲** * **「飛盤樂」課後練習指導** * **綜合活動**   **第四節結束/共4節** | | | | | | | | 5分  12分  10分  8分  5分  5分  15分  5分  5分  5分  5分  5分  30分  5分  5分  5分  20分  5分  5分 | 實作:能正確做出擲、接盤動作。  討論:能和同學討論並思考遊戲策略。  紀錄:能於課餘時間，與同學或家人進行飛盤運動，並記錄心得。  實作:能正確做出擲、接盤動作。  討論:能和同學討論並思考遊戲策略。  紀錄:能於課餘時間，與同學或家人進行飛盤運動，並記錄心得。  實作:能正確做出擲、接盤動作。  討論:能和同學討論並思考遊戲策略。  紀錄:能於課餘時間，與同學或家人進行飛盤運動，並記錄心得。  實作:能正確做出擲、接盤動作。  討論:能和同學討論並思考遊戲策略。  紀錄:能於課餘時間，與同學或家人進行飛盤運動，並記錄心得。 |