

基隆市建德國民小學教學活動設計

領域/科目	健體領域	設計者	李涇歲
實施年級	二年級	教學節次	共 7 節，本次教學為第 2 節
單元名稱	第七單元-跑跳遊戲		
設計依據			
核心素養	總綱	<input checked="" type="checkbox"/> A 自主行動 (<input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心健康與自我精進 <input type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變) <input type="checkbox"/> B 溝通互動 (<input type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與生活美學) <input checked="" type="checkbox"/> C 社會參與 (<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民責任 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解)	
	領綱	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。	
學習重點	學習表現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	
	學習內容	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	
議題融入	實質內涵	無	
	所融入之學習重點	無	
與其他領域/科目的連結			
教材來源	南一書局		
教學設備/資源	音響、呼拉圈、泡棉地墊、圓錐、小氣球		
學習目標			
<ul style="list-style-type: none"> ● 能完成折返、曲線跑的動作。 ● 明白能將折返、曲線跑的動作運用在追逐跑遊戲上。 			

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
第二節		
壹、準備活動－熱身運動：教師帶領學童做暖身活動，特別加強腳部肌肉及踝關節的伸展。	5 分鐘	動態評量-實作觀察
貳、發展活動：		
一、折返跑		
(一)第一種玩法		
1. 場地布置：起點與終點距離約 20 公尺，在終點位置放置一個呼拉圈。	5 分鐘	動態評量-實作觀察 檔案評量-拍照記錄 注意重點：跑至終點利用跨進、跨出
2. 玩法說明：從起點出發跑到終點，跨進呼		

<p>拉圈後，再跨出呼拉圈，折返跑回起點到隊伍後面。</p> <p>3. 教師示範：示範動作並說明注意事項。</p> <p>4. 學童體驗</p> <p>(二)第二種玩法</p> <p>1. 場地布置：事先以四方形方式布置4個壘包(泡棉地墊)，各壘包間約距離10公尺。</p> <p>2. 玩法說明：從起點出發依序踩中4個壘包後，回到隊伍後面排隊。</p> <p>3. 教師示範：示範動作並說明注意事項。</p> <p>4. 學童體驗</p> <p>(三)第三種玩法</p> <p>1. 場地布置：兩端起點(終點)到中線間各約為10公尺，放置一圓錐。</p> <p>2. 玩法說明：全班分成兩組進行比賽，分別自兩端起點出發，跑至中間圓錐處再折返回起點。</p> <p>3. 教師示範：示範動作並說明注意事項。</p> <p>4. 學童體驗</p> <p>(四)第四種玩法</p> <p>1. 場地布置：兩端起點(終點)到終點間距離約20公尺，在場中等距放置4個圓錐。</p> <p>2. 玩法說明：全班分成兩組進行比賽，自起點出發，繞著圓錐曲線跑到終點，再直線跑回隊伍後面排隊。</p> <p>3. 教師示範：示範動作並說明注意事項。</p> <p>4. 學童體驗</p>	<p>5分鐘</p> <p>5分鐘</p> <p>5分鐘</p>	<p>呼拉圈的動作，讓學童適應方向的改變，再折返跑回。</p> <p>動態評量-實作觀察 檔案評量-拍照記錄 注意重點：利用踩壘包動作，讓學童適應方向改變的折返跑。</p> <p>動態評量-實作觀察 檔案評量-拍照記錄</p> <p>動態評量-實作觀察 檔案評量-拍照記錄</p>
<p>參、綜合活動：</p> <p>一、驗收時刻</p> <p>(一)教師詢問學童：經過練習後，你有沒有更掌握曲線跑及變向跑的動作技巧了呢？</p> <p>(二)提醒學童可將學到的折返跑、曲線跑的動作，運用在追逐跑遊戲中。</p> <p>1. 玩法說明：全班分成兩組進行比賽，自起點出發，跑到圓錐處掀開三角錐拿到小球跑回終點，若沒有小球也要跑回終點(掀開三角錐以一次為限)，再直線跑回隊伍後面排隊。</p> <p>2. 教師示範：示範動作並說明注意事項。</p> <p>3. 學童體驗，並與學童點數取回小球的數量，贏的隊伍接受同伴的喝采</p> <p>(三)鼓勵學童下課時與同學一起試試看，並要選擇平坦空曠的安全場地來玩遊戲。</p> <p>二、師生補充水分</p>	<p>10分鐘</p> <p>5分鐘</p>	<p>口頭評量</p> <p>場地布置：終點處放置約20個三角錐內藏有小球，和沒有藏小球的三角錐。</p>
<p>參考資料：教師手冊</p>		