教育部國民及學前教育署補助國民中小學部分領域課程雙語教學實施計畫

本土雙語教育模式之建構與推廣：以臺灣國中小為現場之實踐

**本土雙語教育模式之建構與推廣：以臺灣國中小為現場之實踐**

**雙語課程教案設計**

**The Design of Bilingual Lesson Plan**

※以下表格採中文或英文填寫皆可，然鼓勵以英文填寫。The blanks can be filled in Chinese or English, but English is encouraged.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **學校名稱****School**  | 基隆市尚仁國小 | **課程名稱****Course**  | 一起來跳繩Jump Rope |
| **單元名稱****Unit**  | 伸展跑跳樂 | **學科領域****Domain/ Subject**  | PE 體育※彈性學習課程請填寫。Only applicable to alternative curricula. |
| **教材來源****Teaching Material**  | 康軒 | **教案設計者****Designer** | 黃冠勳 |
| **實施年級****Grade**  | 1 | **本單元共 10 節****The Total Number of Sessions in this Unit** |
| **教學設計理念****Rationale for Instructional Design** | 1.透過學習跳繩的分解動作教學過程讓學生了解跳繩的技巧2.透過教學過程讓學生進行全身性運動並學會一跳一迴旋3.透過教學過程讓學生進行全身性運動並學會跑步跳 |
| **學科核心素養****對應內容****Contents Corresponding to the Domain/Subject Core Competences** | **總綱****General Guidelines** | A1 |
| **領綱****Domain/Subject Guidelines** | 健體-E-A1 具備良好身體活動習慣，以促進身心健全發展，發展運動與保健的潛能。 |
| **校本素養指標****School-based Competences** | ※若無則免填。Please skip if there is no school-based curricula. |
| **學科學習重點****Learning Focus** | **學習表現****Learning Performance** | 1c-Ⅰ-2 認識基本的運動常識。 2c-Ⅰ-1 表現尊重的團體互動行為。2c-Ⅰ-2 表現認真參與的學習態度 ※請填寫最重要的二至三項。Please specify the most important two or three items. |
| **學習內容****Learning** **Contents** | Ab-Ⅰ-1 體適能遊戲。 Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Ha-Ⅰ-1 跳繩運動相關的簡易動作之手眼動作協 調、力量及準確性。※請填寫最重要的二至三項。Please specify the most important two or three items. |
| **學生準備度****Students’ Readiness**  | 學科準備度 Readiness of Domain/Subject學生能跳student can jump |
| 英語準備度 Readiness of English學生能聽得懂整隊的指令(attention; line up; hands out等)Student can understand the instructions學生能聽得懂warm up 的相關指令(hands up等)學生能唸出1-10的英文數字Student can speak one-ten學生能說出上下左右Student can speak up down right left學生能聽得懂look me並回應look you(秩序用語)Student can understand and respond學生上課期間若要上廁所或是喝水能用英文說May I go to drink water ?May I go to bathroom ?※英語準備度指學生上課前已學習過的英語單字及句型，可參考計畫網頁的國中小English readiness，或請教教該年級的英語教師。Readiness of English means the vocabulary or sentences that students already learned. Check the Bilingual Taiwan website or ask the English teachers who teach students of this grade. |
| **單元學習目標****Learning Objectives** | 1. 能熟練跳的技巧(1.原地併腿跳 2.跑步跳 3.兩拍單腳跳 4.一拍單腳跳 5.一拍交叉跳)。
2. 能熟練表現甩繩技巧(側迴旋左右換手)。
3. 能熟練表現一迴一跳之跳繩技巧(原地跳、跑步跳)。
 |
| **中／英文****使用時機****Timing for Using Chinese/ English**※請填寫清楚何時、何處使用中/英文。Please describe in detail when and where you use Chinese/English. | **教師 Teacher**  | **學生 Students**  |
| When：（例如，提起動機或提問時使用英文。For examples, activating interest and questioning）集合講解feedbackcontrolendingWhere：（例如，在影片、作業或學習單上使用英文。For examples, videos and worksheets）教學過程中測驗過程中 | May I go to drink water ?May I go to bathroom ?up down right left1-10 |
| **教學方法****Teaching Methods** | 1.示範法：教師親自示範正確動作，並輔以口語描述，讓學生藉由視覺和聽覺擷取正確動作資訊，並進行模仿練習，達到技能學習目標。 2.實作法：學生透過實際的動作操練，經由親身參與和反覆練習，達到熟練動作技巧目標。  |
| **教學策略****Teaching Strategies**  | 提問合作 |
| **教學資源及輔助器材****Teaching Resources and Aids** | 跳繩 jump rope |
| **評量方法****Assessment Methods** | 原地跳30秒內能跳的次數 |
| **評量規準****Rubrics** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 跳繩原地併腳跳30秒 | A | B | C | D |
| 規準 | 60下 | 45下 | 30下 | 未達C |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 跳繩原地跑步跳30秒 | A | B | C | D |
| 規準 | 30下 | 20下 | 10下 | 未達C |

 |
| **議題融入****Issues Integrated**  | ※無則免填，若有，請填寫至多兩項。Please write down no more than two issues if there is any. |
| **教學流程 Teaching Procedures** ※以下欄位若活動內容是需要使用英文進行，請以英文撰寫，並須依據前面的中/英文使用時機撰寫。Please use English to specify your teaching activities that are executed in English in the classroom based on the timing for using Chinese/English section. |
| **第一節** | **準備階段 Preparation stage**1. warm up

學生要說 up down right left**發展階段 Development stage**（1）兩拍併腿跳 two feet and twice jumps 一拍併腿跳 two feet and once jumps（2）兩拍單腳跳 one foot and twice jumps一拍單腳跳 one foot and once jumps（3）一拍交叉跳 two feet cross once jumps學生跳的時候 一拍說 one 二拍說 one two1. 跳繩適當長度的教學及確認每位學生的跳繩長度

**總結階段 Summary stage**1. 和學生討論怎樣可以讓動作更完整

**結束 End of the first session** | **時間 Time**  |
| 10255 |
| **第二節**及第三節 | **準備階段 Preparation stage**1. warm up

學生要說 up down right left（1）兩拍併腿跳 two feet and twice jumps 一拍併腿跳 two feet and once jumps（2）兩拍單腳跳 one foot and twice jumps一拍單腳跳 one foot and once jumps（3）一拍交叉跳 two feet cross once jumps學生跳的時候 一拍說 one 二拍說 one two**發展階段 Development stage**我是「西部牛仔」(每單項需達50 下) 1. (1)頭上迴旋 T: Swing above your head. 50 times. Go!
2. (2)側迴旋(左右換手) T: Swing on your right-hand side. 50 times. Go! T: Switch. Swing on your left-hand side. 50 times. Go!
3. (3)交叉迴旋(慣用手) T: Swing in 8-shape. 50 times. Go!

**總結階段 Summary stage**1. 和學生討論怎樣可以讓動作更完整

**結束 End of the first session** | 10255 |
| **第四節****及****第五節** | **準備階段 Preparation stage**warm up 學生要說 up down right left（1）兩拍併腿跳 two feet and twice jumps 一拍併腿跳 two feet and once jumps（2）兩拍單腳跳 one foot and twice jumps一拍單腳跳 one foot and once jumps（3）一拍交叉跳 two feet cross once jumps學生跳的時候 一拍說 one 二拍說 one two**發展階段 Development stage**甩繩練習 Let’s swing the rope! 1. 單側搖繩轉圈(30 次)： (1)姿勢同前。單手握住跳繩兩個把手，甩動繩子轉圈。不要太快，大約一秒一圈。 T: Let’s swing the rope on right- or left-hand side. 30 times. Go!

 (2)兩手都熟悉後，加上前跳躍動作。看到或聽到繩子觸地就輕跳。練到兩者時間儘量接近。 T: Let’s jump when the rope hits the ground. 2.搖繩技巧與腿部動作時機：標準跳繩姿勢，雙手握好握把站到繩子前。用手腕及前臂力量把繩子從後面越過頭頂往前搖。當繩子接近腳尖時，以腳跟為支點舉起腳尖，像夾子把繩子夾住。順利夾到後，舉起腳跟放開讓繩子回到後方。 T: Hold the handles. Arms to the sides. Place the jump rope behind you. T: Arms up. Swing forward. Stand on the rope. Swing back. 3.重複步驟2，唯腳步跳起繩過。 T: Swing the rope. And jump over the rope.**總結階段 Summary stage**1.和學生討論怎樣可以讓動作更完整**結束 End of the first session** | 10255 |
| **第六節****及****及七節** | **準備階段 Preparation stage**warm up 學生要說 up down right left（1）兩拍併腿跳 two feet and twice jumps 一拍併腿跳 two feet and once jumps（2）兩拍單腳跳 one foot and twice jumps一拍單腳跳 one foot and once jumps（3）一拍交叉跳 two feet cross once jumps學生跳的時候 一拍說 one 二拍說 one two**發展階段 Development stage** 甩繩練習 Let’s swing the rope! 1. 大白鯊咬繩：往前甩跳繩→踩繩→過繩 (30 次) (口訣:open, stand, swing back, swing forward and go over/jump)

T: Hold the handles. Arms to the sides. Place the jump rope behind you.T: Arms up. Swing forward. Stand on the rope. Swing back.1. 一跳一迴旋：每人跳 50 下×2

T: Let’s jump rope for 50 times. We have 2 rounds. T: Round 1. Everybody, jump rope. 50 times. Go! T: Round 2. Everybody, jump rope. 50 times. Go!**總結階段 Summary stage**1.和學生討論怎樣可以讓動作更完整**結束 End of the first session** | 10255 |
| **第八節****及****第九節** | **準備階段 Preparation stage**warm up 學生要說 up down right left（1）兩拍併腿跳 two feet and twice jumps 一拍併腿跳 two feet and once jumps（2）兩拍單腳跳 one foot and twice jumps一拍單腳跳 one foot and once jumps（3）一拍交叉跳 two feet cross once jumps學生跳的時候 一拍說 one 二拍說 one two**發展階段 Development stage**1.練習跑步跳繩折返跑 (1)於中點線放置一個交通錐，以跑步跳繩方式前進，並於交通錐後 折返至起點線。Let’s run and jump rope. You run and jump rope to and around the traffic cone and come back. Ready? Go!2.於中點線放置三個交通錐，以跑步跳繩方式前進，並於交通錐後 折返至起點線。Let’s run and jump rope again. This time, you run and jump rope around the traffic cones and run and jump rope back.**總結階段 Summary stage**1.和學生討論怎樣可以讓動作更完整**結束 End of the first session** | 10255 |
| **第十節** | **準備階段 Preparation stage**warm up 學生要說 up down right left and 1-20（1）兩拍併腿跳 two feet and twice jumps 一拍併腿跳 two feet and once jumps（2）兩拍單腳跳 one foot and twice jumps一拍單腳跳 one foot and once jumps（3）一拍交叉跳 two feet cross once jumps學生跳的時候 一拍說 one 二拍說 one two**發展階段 Development stage**1.分兩組，從a點併腳跳，達到次數後，跑到b點，坐下休息後下一位才能出發，全部的人到b點後，學生再從b點出發到a點 A組的學生需要跳25下 B組學生跳10下Let’s jump rope and run to point b and sit down. After all the people arrive2.分兩組，練習跑步跳繩折返跑 (1)於中點線放置一個交通錐，以跑步跳繩方式前進，並於交通錐後 折返至起點線。（甩繩須達要求次數），回來過線後下一位才能出發 A組的學生至少需要甩繩達12下 B組學生至少需要甩繩達6下學生需要邊跳邊說出英文Let’s run and jump rope. You run and jump rope to and around the traffic cone and come back3.分兩組，原地併腳跳30秒 學生互相幫忙算跳的次數Students heip each other count the number of jumps若還有時間則進行以下活動4.雙人跳 兩人一組 先請學生示範面對面兩人跳 請各組練習 達到20次不停的 詢問這組學生是否還有別的雙人跳方式 請學生思考**總結階段 Summary stage**1.和學生討論怎樣可以讓動作更完整**結束 End of the first session** | 10255 |
| **參考資料****References**  | 康軒 |

※期待雙語教師能逐年使用更多英文撰寫本教案。We are looking forward that you can use more and more English to write this lesson plan year by year.