基隆市深美國小111學年度備觀議課活動設計備課單(A)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **領域/科目** | 健體/體育 | | **設計者** | 連雅淇 | | |
| **實施年級** | 一年五班 | | **節 數** | 共4節，160分鐘 | | |
| **單元名稱** | 體能大爆炸-漁夫捕魚 | | | | | |
| **教學法**  **策略/形式** | **□跨領域(含議題融入)素養導向教學 □探究實作 □線上教學**  **□科技輔助自主學習 □雙語教學 □PBL**  **□數位學習精進方案 █其他(示範教學法)** | | | | | |
| **核心**  **素養** | **█身心素質與自我精進 □系統思考與解決問題 □規劃執行與創新應變**  **□符號運用與溝通表達 □科技資訊與媒體素養 □藝術涵養與美感素養**  **□道德實踐與公民意識 □人際關係與團隊合作 □多元文化與國際理解** | | | | | |
| **學習表現**  **(能力指標)** | **2c-I-2 表現認真參與的學習態度**  **3c-I-1 表現基本動作與模仿的動作** | | | | | |
| **教學目標** | 一、能表現體適能基本動作與認真參與的學習態度 | | | | | |
| **一、期望學生學習的結果** | | | | | | |
| 1.關鍵問題(佈題)希望學生在本次課程討論、思考的重點…  　(1)如何增加個人體適能能力? | | | | | | |
| 2.預期學生將知道的知識、習得的技能  　(1)什麼是體適能?  　(2)表現體能活動 | | | | | | |
| **二、預期的評量與證據** | | | | | | |
| **評量重點**  **1.學生是否積極參與體能活動**  **2.學生是否能表現出體適能基本能力** | | | | | **預計蒐集的證據**  **1.實作** | |
| **三、學習活動設計的重點(使用策略)** | | | | | | |
| **流程** | | **學習重點** | | | **時間** | **使用策略、評量** |
| **導入**  **引起動機或**  **舊經驗回朔** | | **【暖身活動】**  **1.體育股長帶領暖身操**  **2.原地跑步暖身(跑步舊經驗)** | | | **5** |  |
| **開展**  **概念學習** | | **【器材準備】**  **橡皮筋綁成長條狀、圓盤**  **【說明體適能】**  **1.體適能：身體可以適應生活的能力。**  **2.體適能測驗銜接健康體適能**  **(1)身體組成：身高、體重**  **(2)肌肉：立定跳遠、仰臥起坐**  **(3)柔軟度：坐姿體前彎**  **(4)心肺耐力：跑步**  **【漁夫捕魚活動說明】**  **1.每位同學都是不同的海洋生物(燈籠魚、水母、天使魚…等)**  **2.漁夫要到海裡捕魚回「深美海產店」**  **3.請兩位同學拿橡皮筋補漁網捕魚，被捕到的學生須到場外休息(先進行走路、快走方式，可以再進行跑動式)** | | | **20** | **『使用策略』**  **講述法**  **示範教學**  **『評量』**  **實作** |
| **挑戰**  **進階學習** | | **【深美海產店】**  **1.漁夫捕魚回來後，魚要放在海產店的展示箱**  **(學生須做開合跳、蹲跳、原地高抬腿…等)**  **2.做完體能活動的學生可以返回海洋**  **3.後續可增加2組漁夫捕魚** | | | **10** | **『使用策略』**  **講述法**  **示範教學**  **『評量』**  **實作** |
| **總結**  **學習重點** | | **【總結】**  **1.今日進行的活動主要是訓練心肺耐力**  **2.如何增加個人體適能能力?** | | | **5** | **『使用策略』**  **講述法** |