**112學年度第一學期暖暖國小體育教學教案**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **領域/科目** | 健體/體育 | **設計者** | 李國輝 |
| **實施年級** | 六年級 | **教學節次** | 第一節 (共4節) |
| **單元名稱** | 田徑(跳高) | **時間** | 112.11.17 |
| **設計依據** |
| **學習****重點** | **學習表現** | **1.認知：**c.運動知識、d.技能原理1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。1d-Ⅲ-1了解運動技能的要素和要領。1d-Ⅲ-2比較自己或他人運動技能的正確性。**2.情意：**c.體育學習態度2c-Ⅲ-3表現積極參與、接受挑戰的學習態度。**3.技能：**c.技能表現3c-Ⅲ-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。**4.行為：**d.運動實踐4d-Ⅲ-1養成規律運動習慣，維持動態生活。 | **核心****素養** | 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。健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 |
| **學習內容** | Ga-Ⅰ-1走、跑、跳與投擲遊戲。 |
| **教學設備/資源** | 1. 跳高墊
2. 羽球架
3. 橡皮筋繩
4. 定位盤、定位圈
5. 小台階
 |
| **學習目標** |
| 一、認知：能了解跳高技術的演進過程及相關知識與技能原理。二、技能：能學習跳高技術動作，並能反思和發展策略，以改善動作技能。三、情意：能培養運動員之運動家精神及運動欣賞的能力。四、行為：積極參與課堂上的運動。 |

|  |
| --- |
| **教學活動設計** |
| **教學活動內容及實施方式** | **備註** |
| 1. **準備活動**
2. 確認上課人數與實到人數。
3. 說明課程進度與評分方式。
4. 熱身活動：跑步、跨跳橡皮筋繩，確認慣用腳。
5. **發展活動**
6. 介紹跳高動作演進(腹滾式、剪式、背向式)，並宣布今天要學習的跳高方式為剪式。
7. 教師示範剪式跳高技術。
8. 教師剪跳高動作拆解示範。
9. 學生剪式跳高動作拆解練習。

(1)使用1個定位圈練習1步跳，左右各一組，每人練習2-3次。(2)使用3個定位圈練習3步跳，左右各一組，每人練習2-3次。1. (3)使用7個定位圈練習7步跳，提醒學生最後三步要加速，左右各一組，每人練習2-3次。
2. 分組練習：

依慣用腳分組練習。1. **挑戰**賽：

1.從80公分開始挑戰，每次升高5公分。每個高度有兩次挑戰機會，挑戰二次失敗者先休息，成功者繼續挑戰下一個高度。2.另外設立低難度站點，讓挑戰失敗的學生做練習。1. **講評表現與回饋**

教師給予回饋並針對表現優良的學生給予鼓勵、稱讚。 | **【時間】**5分鐘**【時間】**20分鐘【評量】實作及觀察評量：動作熟練度及參與度。**【時間】**10分鐘【評量】實作及觀察評量：動作熟練度及參與度。**【時間】**5分鐘 |