

教育部國民及學前教育署
108 學年度推動國民中小學
沉浸式英語教學特色學校試辦計畫

體育教案

1-4 年級

國立臺北教育大學

中華民國 109 年 9 月

體育

目錄

年段	校名	
	單元名稱	頁數
一年級	<p style="text-align: center;">新北市新莊區昌平國民小學</p>	
	上學期 單元一：愛上體育課(體育課好好玩、暖身操、安全遊樂園) 單元二：我的身體真神奇(身體造型遊戲、墊上模仿秀、唱跳 樂趣多、動物拳) 單元三：走走跑跑(跟著節奏走、奔跑吧) 單元四：大球小球真好玩(滾球、傳球) 下學期 單元一：跳一跳、動一動(伸展一下、我愛唱跳) 單元二：高手來過招(功夫小子、童玩世界) 單元三：我愛運動(滾出活力、有趣的平衡遊戲) 單元四：球類運動樂趣多(飛向天空、百發百中、踢踢樂)	1
三年級	<p style="text-align: center;">宜蘭縣員山鄉七賢國民小學</p>	
	暖身活動(全年級適用) 足球 飛盤 傳接球 跳繩 墊上活動 樂樂棒球	19
	<p style="text-align: center;">嘉義市東區文雅國民小學</p>	
	土風舞 足球 肢體運動 樂樂棒球 韻律 體能	71

四年級	宜蘭縣員山鄉七賢國民小學	
	足球 桌球 排球 接力 跳繩 躲避球 樂樂棒球 籃球	123
	臺南市下營區東興國民小學	
	體適能活動 排球	183

昌平國小 108 學年度上學期課程架構及教學單元/主題課程教案設計

一、英語融入體育課程理念與架構

本校以「綺麗童年、快樂成長、多元學習、全人發展」做為學校願景主軸，期望能藉此落實「創造教育新城堡、培育優質好公民」的學校目標，進行精進學科領域教學研究。以尊重(德)、關懷(群)、積極(智)、負責(體)、優質公民(美)為主軸，透過人文友善的校園文化、團隊合作的學習情境、創新發展的課程教學、適性多元的學生活動、多元智能的全人發展。

在一年級健康與體育領域課程規劃中，以「運動技能」、「運動參與」、「安全生活」為主要教學目標，課程活動設計以達成體育課程教學目標為主，將英語指令融入教師授課過程中，提升學生英語實際運用能力。

本計畫將以 8 個班級，規劃每週 1 次的英語融入體育課程，由健體領域教師及英語教師共同合作設計，並進行每週一次的協同教學，由除了增進學生在體育上的技術與技巧之外，也希望增強學生英語聽說能力。108 學年度上學期課程安排如下表：

週次	單元	主題
第 1-4 週	愛上體育課	<ul style="list-style-type: none"> • 體育課好好玩 • 暖身操 • 安全遊樂園
第 5-12 週	我的身體真神奇	<ul style="list-style-type: none"> • 身體造型遊戲 • 墊上模仿秀 • 唱跳樂趣多 • 動物拳
第 13-16 週	走走跑跑	<ul style="list-style-type: none"> • 跟著節奏走 • 奔跑吧
第 17-20 週	大球小球真好玩	<ul style="list-style-type: none"> • 滾球高手 • 傳球遊戲

二、一年級英語融入體育課程教學之教案設計理念

週次	主題	學習表現	學習內容	理念與設計
1-2	愛上體育課	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	建立班級常規，形成師生默契，並了解運動前充足準備的重要性。
3-4	愛上體育課	1c-I-2 認識基本的運動常識。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cb-I-3 學校運動活動空間	利用學校體能和遊戲場地設備資源等，進行校本課程活動，推動運動的好處。

與場域。			
5-8	<p>我的身體真神奇</p> <p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。</p>	<p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>了解身體各部位，引導學生認識體操和舞蹈是體育課的上課內容。利用身體各部位進行簡單運動，跟隨音樂節奏做出動作，進而建立對於自己身體的自信心。</p>
9-10	<p>我的身體真神奇</p> <p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。</p>	<p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>運用簡單肢體動作，配合音樂節奏進行思考，結合簡單動作進行創作，合作完成小組節目，並學習欣賞他人的發表。</p>
期中評量			
11-14	<p>走走跑跑</p> <p>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。</p>	<p>Bd-I-1 武術模仿遊戲。</p>	<p>運用圖片或影片，引導學生觀察動物的動作。並指導小虎拳、蛇拳、鶴拳動作重點。最後鼓勵學生自創動作，並可搭配音樂進行表演及鑑賞。</p>
15-16	<p>走走跑跑</p> <p>1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>進行追逐跑、繞物跑、猜測跑、小步跑、大步跑、跑跳步與側跑等遊戲。</p>
17-20	<p>大球小球真好玩</p> <p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力</p>	<p>Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。</p>	<p>配合期末班際體育競賽進行技能練習。教導學生原地拍球、行進拍球。並舉辦競賽活動，讓學生學習遵守競賽規則，進而了解勝不驕敗不餒的運動家精神。</p>
期末評量			

三、體育科沉浸式英語教學教案設計

主題教案設計—體育課好好玩

主題名稱	體育課	教學設計者	
教學對象	一年級學生	教學節次	4 個單元

核心素養		
<input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進	<input checked="" type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達	<input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識
<input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題	<input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養	<input checked="" type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作
<input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變	<input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養	<input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解
總綱	領綱	
A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	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-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	
英語學習重點		
默契用語 體育課裝備(球鞋、帽子、墨鏡、水壺) 暖身操(脖子、肩膀、腰、膝蓋、腳踝) 方向(上、下、左、右) 身體部位(頭、肩膀、手臂、手掌、屁股、大腿、膝蓋、腳踝、腳、腳指頭) 簡單動作(走、跑、跳、單腳跳、滑步、運球、左轉，右轉，轉圈) 球(球、運球、接球、傳球) 身體空間概念(大小、高低、前後、左右、輕重)		
學習表現	學習內容	
1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 Bd-I-1 武術模仿遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	
教學目標		
1. 學生能夠聽懂教師的英語指令 2. 學生能夠完成教師教授的動作 3. 學生能以正確方式回應教師指令		
節次	教學活動	評量方式
第 1-2 週	愛上體育課 體育課好好玩 活動一：制定體育課的約定 1. 班級默契約定 2. 體育用品介紹 3. 集合解散哨音介紹 活動二：進行整隊練習 1. 引導學排隊。(Assemble)	實際演練 觀察評量 默契語 教師：When you hear I say “Sit down” you have to say “Don’ talk.” When you hear I say “Stand up” you have to say “OK.” Let’ s practice. 教師：Sit Down. 學生：Don’ t talk. (坐下) 教師：Stand up. 學生：Okay. (起立)

2. 聽教師指令排程 2 排。(Two lines)
3. 聽教師指令排程 4 排。(Four lines)
4. 聽教師指令形成圓形。(Give Ms Lee a big circle)

活動三：健康操

1. 複習教師指令。
2. 播放音樂 Jumping Jack. Put your hands up. Put your hands down. Touch your knees. Touch the ground. Slide to the right. Slide to the left. Walk it out.
3. 全班一起唱跳
4. 教師特別以身體示範分解動作
5. 全班再次唱跳

活動四：

1. 複習健康操
2. 分組討論隊形變化
3. 小組練習(Let' s think. Let' s talk. Please listen. Let' s practice.)
4. 分組展演。Show time

教師：When you hear I say “Eyes on” you have to say “Ms. Lee”
 教師：Eyes on. 學生：Ms Lee. (停止動作眼睛看老師)

排隊

教師：Line up here. 學生：Let' s go.
 教師：Let' s form 2 lines. (手筆出 2 的手勢) 學生：Let' s go.
 教師：4 lines. (手筆出 4 的手勢) 學生：Let' s go.

其他隊形

教師：Let' s form a line. Let' s make a circle. Let' s make a triangle. Let' s make a square.

討論

教師：Talk to your partners.
 學生：Talk to my partners.
 教師：當你 and 同學一起討論時，要想一想” let' s think.”，要說出來” Let' s talk.”，要仔細聽” Let' s listen.”，最後一起練習” Let' s practice.”。Can you do that? Let' s do it.

第 3-4 週

愛上體育課

活動一：認識校園, Play Smart
 引導學生認識校園遊戲設備和遊戲器材 (昌平迪世尼、綜合遊戲場) 使用規則，包括安全的盪鞦韆擺盪方法、翹翹板、溜滑梯 注意事項、迪世尼卡使用規則。

活動二：安全的遊戲

利用學校遊戲設備，分組體驗盪鞦韆、翹翹板遊戲，同學互評遊戲方法的正確性，引導學生尊重大家使用權，並能愛惜遊戲設備。

活動三：體適能

教師引導學生利用學校九宮格地板墊和跳格子戶外體能遊戲場地，進行創意體能遊戲，包括跳躍動作、支撐性運動、肌肉適能運動。

實際演練
觀察評量

討論

教師：Let' s play safe on our playground. How to play safely on the school playground?
 教師：Talk to your partners. Don' t forget, you have to think before you talk, and listen to your partners.
 教師：Let' s think. Let' s talk. Please listen.
 學生：Let' s think. Let' s talk. Please listen.

安全

教師：No pushing, no shoving. Sit down on the swings. Never walking in front of swings. Never climb up the front of slides.

第 5-8 週

我的身體真神奇

活動一：

1. 教師帶領學生跟隨音樂進行暖身操。
2. 教師引導學生嘗試用身體部位，以個人、雙人和多人方式模仿簡單的幾何圖形。

活動二：

教師說明身體動作的空間概念，包括大小(big/small)、高低(high/low)、前後(front/back)、左右(left/right)，引導學生利用此概念，展演不同要素的動作組合。

活動三：

鼓勵學生分組模仿日常生活物品或其他交通工具的動作造型。(或以身體擺出英文字母形狀)

活動四：

分組展演，並選出表現優異的組別讓其他組模仿試做。(Let' s think. Let' s talk. Please listen. Let' s practice.)

實際演練
觀察評量

指導語

教師：Please listen to the music. When the music goes fast, you go fast. When the music goes slow, you go slow. When the music stop, you stop.

教師高高跳起來後問學生：Did I jump high or low? 教師低低的蹲在地上問學生：Do I stay high or low? 教師身體示範，請學生回答：You say what I do.

教師比出愛心問學生：What do you see? Do you see a heart? Can you make a heart? Can you make a square? How about a circle? Now, two in a group. Show me a heart. Show me a square. Show me a circle. Three in a group. Show me a letter.

第 9-10 週

我的身體真神奇

活動一：

1. 教師引導學生按照音樂節奏，做出走路快慢的變化。(Let' s follow the music. We can go fast. We can go slow.)
2. 教師講解並示範踏併步(step touch)和滑步(slide)。
3. 組合動作如下：左腳跟點 2 下、右腳跟點 2 下、右踏併步 2 步、左踏併步 2 步(重複一次)；兩人面對面拍右手 3 次、拍左手 3 次、拍大腿 3 次對拍 1 次，勾手互繞一圈(重複一次)。

活動二：

1. 配合學務處辦理的期末城堡小藝人秀-進行活動展演練習。

實際演練
觀察評量

教師：Do you remember that we have to follow the music? When the music goes fast, you go fast. When the music goes slow, you go slow. When the music stop, you stop.

第 11-14 週

走走跑跑

活動一：

1. 以音樂引導學生隨著音樂，模仿兔子的跳躍動作進行暖身活動。
2. 教師利用圖卡顯示三種動物，讓學生自行創作出可以代表該動物的主題動作。
3. 學生分組討論進行創作後展演。

實際演練
觀察評量

教師：Let' s jump like a rabbit. Let' s dance like a monkey. Let' s move like a snake. Let' s walk like a tiger.

You can jump high. You can stay low. You can jump like a rabbit. You can be big. You can be small.

<p>4. 教師建議學生將之前學習到身體動作的空間概念，包括大小 (big/small)、高低(high/low)、前後 (forward/back)、左右 (left/right)、輕重(light/heavy)，來表現指定動物。</p> <p>5. 學生再次展演，引導學生欣賞，並模仿試做。</p> <p>活動二：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師準備音樂，並請學生再次分組創作可代表動物的主題動作。 2. 利用音樂，將所有動作做出串連。(Let' s dance.) 3. 全班一起跳出屬於自己班級的動物拳舞。 	<p>As a group, you have to act like a (動物). You have three minutes to think, talk, practice the moves you design.</p>
<p>走走跑跑</p> <p>活動一：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師引導學生發表遇到危險情境時要如何處理，討論身體移動能力的重要性。 2. 教師示範並引導學生體驗基本的移動性技能，包括爬、走、跑、跳、滾等。(walk/run/ jump/hop/roll/crawl) 3. 練習繞物快走、S 型跑等瞬間改變動作的反應。 4. 利用學校跳格子場地進行跳躍距離和方式的變化。 <p>活動二：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 利用保麗龍棒(Noodles)布置跳躍障礙，引導學生練習不同障礙的跳躍動作。 2. 利用保麗龍作為蹲爬、跳躍的閃躲器材，練習閃躲、跳躍動作。 <p>活動三：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 延續之前學習過的保麗龍棒，利用鬼抓人遊戲(Tag)進行暖身。 2. 三人一組進行進行閃躲、跑跳組合動作練習。 3. 四人一組利用保麗龍棒布置障礙情境，供其他組別挑戰，再輪流換組作。 4. 引導學生分享活動挑戰感覺，並探討如何增進閃躲技能。 	<p>實際演練 觀察評量</p> <p>教師示範用語：1. Push off the outside foot. 2. Change direction in one step. 3. Body lowered. 4. Eyes focused.</p> <p>教師：Try to walk straight. Try to walk around the cones. Let' s try zig-zag walk.</p>
<p>大球小球真好玩</p> <p>活動一：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師引導學生參觀學校體育器材室的球，認識各種不同大小 	<p>實際演練 觀察評量</p>

第 15-16 週

第 17-20 週

(big/small)、軟硬(soft/hard)和種類的球。

2. 球感體驗:引導學生體驗玩球的方法,如拍、踢、傳、投、夾....。
3. 指導學生正確的雙手拿球方法,練習原地傳球。將學生分成數組,練習原地左、右轉身;頂上(overhead pass)、跨下傳球(Pass the ball between the legs);混合式傳球。
4. 進行傳球比賽,並討論如何增加傳球速度。

活動二:

1. 引導學生嘗試以雙腳控球(夾球活動),利用大腿、小腿內側夾球的感覺。
2. 進行個人夾球行進(Let' s walk.)、左右跳躍練習(Let' s jump. Let' s jump from side to side.),增進控球技能。
3. 引導學生二人一組進行以身體頭部、胸部和背部夾球行進。
4. 練習小組四人坐姿以足內側夾球傳球活動,體驗分組比賽之樂趣。
5. 進行夾球比賽。(Use your elbows to pass the ball. Use your feet.)

活動三:

1. 教師示範和講解滾球的控球技能,並進行滾球的力量控制和準確性練習。
2. 利用校園跳格子場地進行滾球的準確性,並由同儕互評雙手和單手滾球的表現。

活動四:

1. 教師指導學生學習原地雙手向下拋球、再接反彈球。熟練後再練習原地雙手、單手拍球練習。(Hold it with two hands. Feet apart. Bend my knees. Throw and Catch.)
2. 進行拍球競賽。

教師: Hold the ball with your two hands. Put it high. Put it low. To your right. To your left. Let' s pass the ball overhead. Let' s pass the ball between the legs.

教師: This time, we are going to hold the ball with your legs/thigh/feet.

教師: Hold it in one hand. Face the target. Step with the opposite foot. Swing the arm back. Swing the arm forward. Roll to the target.

第一單元愛上體育課: Line up. / No pushing. / No touching. / Stand up. / Sit down. / Stay down. / Assemble. / Numbers: 1-20.

第二單元我的身體真神奇: body, head, hands, shoulders, arms, hips, legs, knees, feet, toes, big, small.

第三單元走走跑跑: walk, run, hop, slide, jump, jumping jacks, in place, fast, slow, cones, dots, stripes, hurdle.

第四單元大球小球真好玩：dribble, Stand still./ Feet apart./ Bend your knees./ Let it go./ Catch./ stopwatch.

昌平國小 108 學年度下學期課程架構及教學單元/主題課程教案設計

一、英語融入體育課程理念與架構

本校以「綺麗童年、快樂成長、多元學習、全人發展」做為學校願景主軸，期望能藉此落實「創造教育新城堡、培育優質好公民」的學校目標，進行精進學科領域教學研究。以尊重(德)、關懷(群)、積極(智)、負責(體)、優質公民(美)為主軸，透過人文友善的校園文化、團隊合作的學習情境、創新發展的課程教學、適性多元的學生活動、多元智能的全人發展。

在一年級健康與體育領域課程規劃中，以「運動技能」、「運動參與」、「安全生活」為主要教學目標，課程活動設計以達成體育課程教學目標為主，將英語指令融入教師授課過程中，提升學生英語實際運用能力。

本計畫將以 8 個班級，規劃每週 1 次的英語融入體育課程，由健體領域教師及英語教師共同合作設計，並進行每週一次的協同教學，由除了增進學生在體育上的技術與技巧之外，也希望增強學生英語聽說能力。108 學年度下學期課程安排如下表：

週次	單元	主題
第 1-4 週	跳一跳、動一動	<ul style="list-style-type: none"> 伸展一下 我愛唱跳
第 5-12 週	高手來過招	<ul style="list-style-type: none"> 功夫小子 童玩世界
第 13-16 週	我愛運動	<ul style="list-style-type: none"> 滾出活力 有趣的平衡遊戲
第 17-20 週	球類運動樂趣多	<ul style="list-style-type: none"> 飛向天空 百發百中 踢踢樂

二、一年級英語融入體育課程教學之教案設計理念

週次	主題	學習表現	學習內容	理念與設計
1-2	跳一跳、動一動	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	建立班級常規，形成師生默契，並了解運動前充足準備的重要性。 學習暖身舞蹈，讓學生聽著音樂，隨著節拍，唱唱跳跳活動身體。
3-4	跳一跳、動一動	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	了解身體各部位，利用身體各部位進行簡單運動，跟隨音樂節奏做出動作，進而建立對於自己身體的自信心。配合

		人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。		學校運動會，練習大會舞。 配合本學期運動會，進行立定跳遠教學。延續上學期課程，利用模仿動物前進的方式引導學生學習立定跳遠。 配合運動會，進行 60 公尺短跑教學。
5-8	高手來過招	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	延續上學期的動物權，將武術結合舞蹈，給予學生表現基本動作的機會。
9-10	高手來過招	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。	1c-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	配合學校班際競賽，指導學生學習跳繩技巧，並進行相關遊戲。 毽球教學，利用台灣毽球兼具傳統民俗毽子，西方排球、羽球等運動精華，靈活學生身體。
期中評量				
11-14	我愛運動	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。	1a-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	以兒童瑜珈為設計主軸，帶領學生進行墊上運動。 平衡木教學，學習在平衡木上的各種行進方法，能在遊戲中和同學互相學習，提高學習興趣。
15-16	球類運動樂趣多	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	樂樂氣排球，配合學校排球課程，讓學生熟悉排球常見動作，設計遊戲式教學活動，讓學生從遊戲中學習，提升學習興趣。
17-20	球類運動樂趣多	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力	Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	足球教學，利用有趣的暖身操讓學生認識足球運動時所需使用的身體部位。 教導停球及運球的方式，利用遊戲讓學生熟獲得足球運動的基本知識。
期末評量				

三、體育科沉浸式英語教學教案設計

主題教案設計—體育課好好玩

主題名稱	體育課	教學設計者	
教學對象	一年級學生	教學節次	4 個單元
核心素養			
<input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解			
總綱		領綱	
A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作		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-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	
英語學習重點			
1. Listen up. Stop and stay down. Let' s dance. 2. one, two, three, four. line/lines 3. Walk around. Turn around. left/right. up/down. forward/backward 4. Keep balance. Body/head/shoulders/knees/toes/elbows/arms/hands/ankles			
學習表現		學習內容	
1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。		Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 Bd-I-1 武術模仿遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	
教學目標			
1. 學生能夠聽懂教師的英語指令 2. 學生能夠完成教師教授的動作 3. 學生能以正確方式回應教師指令			
節次	教學活動	評量方式	
第 1-2 週	跳一跳、動一動 伸展一下 活動一：複習體育課的約定 1. 班級默契約定 2. 體育用品介紹 3. 集合解散哨音介紹	實際演練 觀察評量	默契語 教師：When you hear I say “Eyes on” you have to say “Ms. Lee” 教師：Eyes on. 學生：Ms Lee. (停止動作眼睛看老師)

第 3-4 週

- 活動二：進行整隊練習**
1. 引導學排隊。(Assemble)
 2. 聽教師指令排程 2 排。(Two lines)
 3. 聽教師指令排程 4 排。(Four lines)
 4. 聽 3 聲哨音後原地停止蹲下。(Stop and stay down.)

- 活動三：暖身操**
1. 複習教師指令。
 2. 播放音樂 Jumping Jack. Put your hands up. Put your hands down. Touch your Knees. Touch the ground. Slide to the right. Slide to the left. Walk it out.
 3. 全班一起唱跳
 4. 教師特別以身體示範分解動作
 5. 全班再次唱跳

教師：When you hear I say “Sit down” you have to say “Don’ talk.” When you hear I say “Stand up” you have to say “OK.” Let’ s practice.
 教師：Sit Down. 學生：Don’ t talk. (坐下)
 教師：Stand up. 學生：Okay. (起立)

排隊
 教師：Line up here. 學生：Let’ s go.
 教師：Let’ s form 2 lines. (手筆出 2 的手勢) 學生：Let’ s go.
 教師：4 lines. (手筆出 4 的手勢) 學生：Let’ s go.

其他隊形
 教師：Please give Ms Lee one line. Let’ s make a circle.

跳一跳、動一動
我愛唱跳

- 活動一：認識大會舞**
1. 運動會大會舞教學
 2. 全班練習
 3. 小組練習(Let’ s think. Let’ s talk. Please listen. Let’ s practice.)
 4. 分組展演。Show time

- 活動二：漂亮的大會舞**
1. 大會舞複習
 2. 隊形介紹
 可以排成 1 排、2 排、3 排、4 排，
 可以排成不同形狀：V 型、圓形、三角形、
 四邊形。
 3. 全班練習：4 排變成圓形
 4. 小組討論：變換隊形
 5. 分組展演

實際演練
 觀察評量

討論
 教師：Talk to your partners.
 學生：Talk to my partners.
 教師：當你和同學一起討論時，要
 想一想” let’ s think.”，要說
 出來” Let’ s talk.”，要仔細
 聽” Let’ s listen.”，最後一起
 練習” Let’ s practice.”。Can
 you do that? Let’ s do it.

教師：Please give Ms Lee four
 lines. 學生：let’ s go.

第 5-8 週

高手來過招
功夫小子

- 活動一：動物拳**
1. 延續上學期功夫熊貓的暖身舞蹈，將新的武術動作融入暖身舞蹈中。
 2. 小組討論，觀察並討論，要怎麼做，才能打出有氣勢的武術。
 3. 分組展演，互相評論述說優點。

- 活動二：單腳跳/雙腳跳**
1. 利用英語歌謠複習單腳跳及雙腳跳，讓學生熟悉 hop 和 jump 兩種不同的指令。
 2. 利用定位點及定位條，請學生走到不同的

實際演練
 觀察評量

指導語
 教師：Please listen to the
 music. When the music goes
 fast, you go fast. When the
 music goes slow, you go
 slow. When the music stop, you
 stop.

教師：Let’ s hop and jump
 around. Please listen to the
 music. Don’ t give up, keep
 dancing, and tru to sing

定位時依指示原地運動。定位點：hop hop hop。定位條：jump。

3. 分組活動：分成 6 組，每組皆須依指示活動，由教師判定最快且最正確的小組。

活動三：立定跳遠

1. 暖身舞
2. 教師在地上擺放定位條，讓學生試著模仿兔子往前跳，請他們雙手必須放在頭上當兔子耳朵。
3. 第二次，請學生恢復成人，以雙腳跳的方式嘗試。這次要感受一下有甚麼不同。
4. 問問學生，手可以自由擺動和手固定在頭頂，哪一個跳起來比較順利？哪一個跳起來可以跳得比較遠？
5. 教師指導學生進行立定跳遠的分解動作。
6. 學生分組練習。

高手來過招

童玩世界

活動三：腳跳繩

1. 暖身舞：選用 Life of the Party(Kidzbop)作為暖身繩操舞曲。
2. 體驗跳繩球，將跳繩球套在右腳上，在活動場地中慢走、快走。
3. 教師指導學生利用左腳將跳繩球往後踢。學生練習利用右腳踢動跳繩球，使跳繩球旋轉。
4. 教師請學生試試看，怎樣跳繩球才可以連續旋轉。
5. 教師示範跳繩球，請學生再試試看。

活動四：跳繩

1. 暖身舞：選用 Life of the Party(Kidzbop)作為暖身繩操舞曲。
2. 嘗試甩繩。
3. 教師教導一跳一回旋。
4. 學生試著甩繩後跳過繩子，完成一跳一回旋。(First turn then jump.)

我愛運動

滾出活力

活動一：KIDS Yoga

1. 暖身活動
2. 教師指導學生模仿動物姿態。
3. 請學生自行選擇一種動物，並自行創作出一種可以代表動物的姿態。
4. 分享及欣賞。

活動二：Roll, roll, roll your body

1. 教師請學生變成一枝鉛筆。教師請學生變成一顆蛋。反覆幾次後，教師請學生變成一枝鉛筆，而且是滾動的鉛筆。教師請學生變成一顆蛋，而且是滾動的蛋。

along. Let' s do it!

指導語

教師：Let Ms Lee show you how to jump.

Step 1: Stand still.

Step 2: Feet apart.

Step 3: Hands forward.

Step 4: Hands backwars and bend your knees.

Step 5: Jump.

指導語

教師：What is this?

This is a jump skipper.

We put it on our ankle, and try to spin it.

指導語

教師：What is this? It' s a Jump rope.

Rope Jumping posture:

1.Elbows into the ribs.

2.Feet together.

3.Knees are bent slightly.

4.Head is up.

Always turn the rope first then jump. Please say "Turn then jump."

實際演練 觀察評量

教師：Please sit in a circle. Look at Ms Lee. What animal do you see?(Snake posture.) How about this one?(Tiger posture.)

教師：Now, you are a pencil. You are an egg. Very good. Show me a pencil. Roll like a pencil. Show me an egg. Roll like an egg.

<p>2. 教師講解「個人直體滾翻」(pencil roll)的動作要領：分組個別進行個人直體滾翻動作，強調全身保持一直線，雙腳靠攏不分開，控制身體像側邊翻滾的要領。教師講解「個人縮體滾翻」(Egg roll)說明縮體側滾翻要先把身體縮成圓形的雞蛋一般，才容易滾翻。引導學生練習雙手抱膝，身體縮成一團，向側方滾動。</p> <p>3. 教師教導 Sideways shoulder roll. 學生嘗試在墊上練習。</p> <p>4. 教師教導 Teddy bear roll/ Circle roll 學生嘗試在墊上練習。</p>		
<p>我愛運動 有趣的平衡遊戲 活動一：Keep balance</p> <p>1. 教師以英語歌謠(Hopping Skipping Song)帶領學生跳暖身操。 音樂來源： https://www.youtube.com/watch?v=RiuhDRjdqg4</p> <p>2. 教師連結暖身操中 hop 的動作，引導學生進行單腳站立的穩定性比賽，並請單腳站立最久的學生，發表自己保持身體穩定的方法。</p> <p>3. 教師在地面標示寬度不同的直線，引導學生進行走地面直線，並提醒雙手平舉，眼睛注視前方，有助於保持身體的平衡。</p> <p>4. 教師統整：走直線的技巧，並說明平衡能力靠練習也可以提升。</p> <p>活動二：Walk on the balance beam.</p> <p>1. 教師簡介平衡木是一種體操器材，在平衡木上做動作可以表現身體的平衡感，也可以訓練平衡能力。</p> <p>2. 示範並講解上平衡木的正確動作，包括：單腳先踩上平衡木預備，利用腳蹬地帶動身體向上，後腳順勢踩上，腳一前一後踩上平衡木，雙手平舉保持平衡。</p> <p>3. 引導學生輪流練習上平衡木，教師在一旁保護，並提醒腳站穩，雙手平舉保持平衡等安全注意事項。</p> <p>4. 示範並講解下平衡木的正確動作，包括：身體下降在平衡木側邊，一腳先著地，另一腳跟著落地，再引導兒童輪流練習，並提醒腳要踩穩，勿直接跳下等安全注意事項。</p> <p>5. 進行上上下下的遊戲，講解活動規則：右邊上平衡木、左邊下平衡木，再練習左邊上平衡木、右邊下平衡木。</p> <p>6. 引導學生輪流進行上、下平衡木遊戲。</p>	<p>實際演練 觀察評量</p>	<p>教師：Let' s warm up. There are two things you need to keep in your mind. First, don' t give up. Second, Try to sing along. Please listen to the music and follow the beat.</p> <p>教師：When you hear my whistle, lift your right leg off the ground and stand only on your left leg. Wait 60 seconds and see who is still standing on one leg. Now switch and do the same thing. Which leg was it easier to stand on? Why?</p> <p>教師：“Let' s play with our balance beams!” Walk along the balance beam nice and straight. Now try walking with one foot on each side of the balance beam like I am. Great! Now let' s walk on TOP of the balance beam with one foot in front of the other. Go very slowly to keep your balance.</p>
<p>球類運動樂趣多 飛向天空</p>	<p>實際演練 觀察評量</p>	<p>教師示範用語：</p>

第 11-14
週

第 15-16
週

<p>活動一：暖身 1. 教師以英語歌謠(Hopping Skipping Song)帶領學生跳暖身操。 音樂來源： https://www.youtube.com/watch?v=RiuhDRjdqg42. 2. 教師以音樂帶領學生進行手指、手臂、腰部及膝關節等部位的伸展動作，教學影片及音樂來源： https://www.youtube.com/watch?v=jJ8iUKTU1-s</p> <p>活動二、氣排球 1. 教師介紹氣排球。 2. 教師示範手（腕）擊氣排球動作後，各組散開練習。</p> <p>活動三、擊球給夥伴 1. 教師講解遊戲規則： (1) 全班分成數組，每組 1 個氣球。 (2) 賽開始，各組合力個別擊球，儘量將球送給對方。 (3) 球可落地一次再接起，接起之後再擊球給對方。</p> <p>活動四、飛越的氣排球遊戲 1. 教師講解遊戲規則： (1) 以角錐及交通桿做為中間隔線，分成左右兩個陣地。 (2) 比賽開始，各隊合力個別擊球，將氣球擊向對方陣地。 (3) 若球在對方陣地落地 2 次則得 1 分；若擊球出界或在自己陣地落地，則對方得 1 分。 (4) 得分最高的組別獲勝。</p>		<p>教師：Today we are going to learn how to pass a ball using our arms. I would like you to listen and watch me do the skill. First, you will always move into the path of the ball. Once you are in the path of the ball you need to have your feet staggered and as wide as your shoulders. Then, bend your knees and lean your upper body forward. Clasp your hands together with the sides of your thumbs touching. Then make your arms flat like a table. Then you will contact the ball and you will always direct where you want the ball to go with your shoulders.</p> <p>Step 1: “Feet” Step 2: “Bend” Step 3: “Arms Flat” Step 4: “Contact”</p>
--	--	---

<p>球類運動樂趣多 百發百中 活動一、熱身活動 1. 教師以英語歌謠(Hopping Skipping Song)帶領學生跳暖身操。 音樂來源： https://www.youtube.com/watch?v=RiuhDRjdqg42. 2. 教師以音樂帶領學生進行手指、手臂、腰部及膝關節等部位的伸展動作，教學影片及音樂來源： https://www.youtube.com/watch?v=jJ8iUKTU1-s</p> <p>活動二、練習拋大球動作—躲避球 1. 教師示範雙手拋球動作，請學生兩兩一組，散開練習。 2. 教師示範單手拋球動作（以慣用右手為例）：左腳適當跨出，左手扶球、右</p>	<p>實際演練 觀察評量</p>	<p>教師： The Underhand Throw Step 1: Face your target Step 2: Arm looks like a lower case “l”</p>
--	----------------------	---

第 17-20
週

手持球向後擺盪，再往前拋出。請學生兩兩一組，散開練習。

3. 引導學生發表哪個動作較易控制力道？哪個動作球可以拋得比較遠？為什麼？

活動三、進行我是神射手遊戲

1. 教師講解遊戲規則：

- (1) 全班分成兩隊。
- (2) 各隊輪流拋球，每人可連續拋 2 球，每拋進 1 球得 1 分。
- (3) 全部輪完後，總分高的隊伍獲勝。
- (4) 拉遠距離，再比一次。

球類運動樂趣多

踢踢樂

活動一、熱身活動

1. 教師以遊戲化動態熱身，並指導學生進行肌肉和關節適度的伸展活動。
2. 教師鼓勵學生發表看過用腳踢球的遊戲或比賽，引發學習動機。

活動二、球感練習

1. 教師講解用腳或頭部玩球，與用手玩球的不同樂趣體驗。
2. 教師講解各動作要領：
 - (1) 「大象推球」：重心放在站立腳，以前腳掌輕觸球往前推。
 - (2) 「企鵝夾球」：以兩腳內側夾球，兩腳輪流往前移動前進不使球滾出。
 - (3) 「海狗接球」：以坐姿兩腳微彎併攏，腳掌彎曲，將球置於兩腳掌與小腿脛骨區，用腰力將球往上拋起以手接球。
 - (4) 「蜻蜓點球」：重心放在站立腳，兩腳輪流以前腳掌輕觸球。
3. 學生分組進行練習。

活動三、1 踢 1 接練習

1. 教師分別說明大腿、足背、足內側以及頭頂球的觸球正確位置。
2. 教師示範觸球的正確動作要領。
3. 學生分組依順序練習大腿、足背、足內側及頭頂球的 1 踢 1 接。
4. 教師鼓勵學生勇於嘗試更多次觸球，藉此增加其控球的技能要領。

Step 3: Swing, Step, Throw
(always stepping with opposite foot)

The Overhand Throw

Step 1 : Side to Your Target

Step 2: Arm is an uppercase "L"

Step 3: Step, Twist and Throw

教師：Now we are going to use our feet to trap a ball. Take your foot like I am, and place your foot on top of the ball. Stand like this and balance. Then, take your foot off and kick the ball to another athlete.

教師：Now, when another athlete kicks the ball to you, try to stop the ball while it's moving by putting your foot on top of it the same way.

教師：Once it stops, get your balance, and then kick the ball back.

第一單元跳一跳、動一動：Wash your hands./ Drink some water./ Let's do everything quietly and politely./ Please walk back to your classroom./ Dance with the music./ up,

down, left, right, turn, touch, Turn around.

第二單元高手來過招：jump rope, single bounce, handles, a rope, Turn the rope./ Turn and jump./ shuttlecock, kick, ankle, inner, outer.

第三單元我愛運動：balance beam, top, roll, pose, strong, weak, Keep balance./ Focus on a spot./ Walk along on the balance beam.

第四單元球類運動樂趣多：soccer, volleyball, forward, backward, in front of, behind.

健體領域沉浸式英語教學教案設計 - 共同範圍

主題名稱	暖身活動	教學設計者	李福霞
教學對象	三~六年級	教學節次	各節熱身
能力指標	1. 聽懂老師所說指令 2. 正確做出老師指令的相對應動作 3. 正確複誦所聽到之老師的指令		
學習目標	數字 1-10、暖身之身體部位名稱、集合點名之基本教室用語		
教學方法	TPR 學習法(全肢體反應教學法)		
英語學習	1. Sit down. / Stand up. 2. Are you ready? / Go! 3. Number <u>1</u> ~ 5, one team. 4. Make 2 lines. / Practice one by one.		

教學目標	教學時間	教具	評量
一、(集合&點名) Tr.: Good afternoon,everyone. Ss: Good afternoon, teacher. Tr. : Time for class. Hands back. Tr : Let's roll call. Number1,2,10 Ss : Here!	1 分鐘	No material	1. 聽懂老師所說指令
二、暖身操(Warm up) Tr : OK ! Let's do warm-up exercise. Follow leader. Leader: Center hand up. Ready? Ss : Ready! Leader: Go! Leader: Wrist Ss: Wrist, wrist, wrist. Leader: 1 Ss:2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Leader:2 Ss: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	4 分鐘	Host: English Teacher	2. 正確做出老師指令的相對應動作

<p>Leader: 3 Ss:2, 3, 4, 5, 6 ,7, 8 Leader:4 Ss:2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Leader : Knees, Ss: knees, knees, knees Leader: 1 Ss:2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Leader:2 Ss: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Leader: 3 Ss:2, 3, 4, 5, 6 ,7, 8 Leader:4 Ss:2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 (Leader: Waist, shoulder, neck) Leader: Jump Ss: Jump! Jump, jump, jump! Ss: 1, 2, 3, 4, 5, ~ ~ 30 ! Tr : Come together. /Make 2 line. Run 2 laps. Run around the <u>basketball court (yellow line)</u> /<u>soccer court(white line)</u>/baseball court(4 bases). Ready ? Ss : Ready ! Tr : Go ! A—A—A Ss : a- a- a (In order : A, B, C~ , X , Y , Z) Tr : OK ~ Let’s start today’s lesson about (<u>dodgeball</u>).</p>	5 分鐘		
---	------	--	--

健體領域沉浸式英語教學活動設計

教學單元	足球	教學設計者	王元璋
教學對象	三年級	教學時數	10 節課(5 週/每週 2 節) (40 分鐘/每節)
能力指標 (學習表現)	<p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>		
單元目標 (學習內容)	<p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>		
具體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能對足球產生球感，不害怕球，進而願意去接觸足球。 2. 能熟悉「左腳繞球」、「右腳繞球」、「雙腳繞球」的技巧。 3. 能熟悉各種「盤球方法」並實際變換練習。 4. 能在合作型遊戲中展現互助合作爭取榮譽的精神。 		
英語學習 融入相關 單字/句子	<p>單字： soccer/nose/eye/ear/mouth/foot/knee/toe/ball/winner/left/right/circle/jump/up/down/repeat/follow/good/bad/great/excellent/sing/bowling/strike/quick/fault/數字 1-10</p> <p>教室用語：Come here./Raise your hands./Put down your hands./Listen to the music./Watch the vedio./Make a circle./Pay attention./ Try it again.</p> <p>句子：Which is the best team/player?</p>		
所需 教材教具	<p>足球、大標誌筒、小三角錐、呼拉圈、音響、世足賽音樂、足球舞影片、英語身體部位標示圖</p>		
其他說明	<p>設定對象為三年級，因此著重於球感的建立，設計之活動以雙人、多人遊戲方式呈現，運動技能之教導目標希望讓學童親近足球，為更高年段之學習做準備。</p>		

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、引起動機(15分鐘/實作評量) ~Warm up.~

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：小朋友今天我們要來玩足球，學校有足球隊，但是老師發現還是有同學很害怕足球。所以老師要帶大家親近足球，不害怕足球。
3. 教師說明：首先我們要來玩一個遊戲，這個遊戲叫做搶奪「snatch」，兩人一組面對面，中間擺一顆足球，當你聽到老師說「nose\ear\eye\mouth」時，你聽到對應的身體部位就要自己觸摸到那個部位，當你聽到老師喊「snatch」的時候就要趕快搶到球，先搶到5顆球的人就是贏家。

「Teacher says」--

When teacher says" nose" , you touch" nose" and repeat, when teacher says" eyes" , you touch "eyes" …when you hear" snatch" ,you need to get the ball as soon as possible. Who the first one is the winner.

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：為了讓大家不害怕足球，我們要來教大家產生球感(對球產生感覺，知道你與球的空間關係)
2. 左腳繞球：兩人一組，每次一人進行練習，另一人觀察動作是否正確，左腳逆時針方向原地畫一個圓圈繞足球，注意腳儘量不要碰到足球。練習10次互換練習。

Listen and look at me. Use your left foot to draw a circle around the soccer. Now it' s your turn. Ready? (Ready!!)

[Left foot, left foot, draw a circle.]

3. 右腳繞球：同左腳方式，右腳改為順時針方向。

Listen and look at me. Use your right foot to draw a circle around the soccer. Now it' s your turn. Ready? (Ready!!)

[Right foot, Right foot, draw a circle.]

4. 教師與協同老師巡視，並給予指導鼓勵。

Now you need to practice by yourselves. Everyone practices 10 times.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

教師集合學生並提問：剛剛的練習都沒有碰到球的人請舉手看看，請大家鼓鼓掌。那請問你們怎麼做到的，請分享你的方式。(隨機點學生回答) Raise your hand / Clap your hands (applaud)

1. 今天我們的練習你也可以下課和同學一起玩，相信你常常練習就會變得越來越厲害喔。

第一節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
教師說明：上節課我們玩過 snatch，這節課老師要把動作加大，所以加入兩個身體部位，就是 knee 與 toe，讓我們再來玩一次加強版的。「Teacher says」-- we have 2 more words (knee and toe)
When teacher says" nose" , you touch" nose" and repeat, when teacher says" eyes" , you touch "eyes" …when you hear" snatch" , you need to get the ball as soon as possible. Who the first one is the winner.

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：現在我們來複習上一節課教過的動作，同樣兩人一組，左腳繞球和右腳繞球各5次，然後換人練習。
Find your partner, one by one. Two students one team.
Practice "Right foot, right foot, draw a circle." 5 times.
Practice "Left foot, left foot, draw a circle." 5 times.
2. 雙腳繞球：今天我們要變成雙腳繞球，等一下老師示範給大家看，也是兩人一組進行練習，不能碰到球喔，看看誰不會腳打結。
One by one, one student practice drawing circles with foot, then pass the ball to your partner.
[Right foot, left foot, pull, kick]
3. 教師與協同老師巡視，並給予指導鼓勵。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師集合學生並提問：剛剛的練習都沒有碰到球的人請舉手看看，請大家鼓鼓掌。請分享你是怎麼做到的。
2. 教師說明：總結本週教學，下週我們要來玩不同遊戲。
Come here! / Listen to me.

第二節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量) warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們玩一個跳跳足球的趣味遊戲，讓大家實際用身體碰觸球，感受球與身體的互動，等一下我們會把全班分兩組，以雙腳夾住足球，跳躍前進，繞過三角錐後返回交給下一棒，看哪一隊先完成就是獲勝方。過程中如果球掉了要撿起夾好後繼續前進喔。
Separate 2 teams. 【Paper, scissors, stone】--
You carry the ball with 2 feet (legs), and jump. Jump to the traffic cone and turn back. If all your team members finish first, you will win.
Keep moving! Go! Go! Go!

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：上禮拜我們練習了繞球，這禮拜我們要透過踩球來體驗球碰到腳時的平衡感覺，練習過程必須張開你的手臂保持平衡。
2. 左右踩球：兩人一組，身體在足球正上方，兩腳底板原地交互踩在足球上方，身體成左右弓箭步，保持平衡，每10次交換練習。
Trample the ball. Right foot, left foot.
Find your partner. Let' s count 1 to 10.
3. 上下踩球：身體在足球後方，兩腳底板原地交互踩在足球上方，身體保持平衡，每10次

交換練習。

Trample the ball. Right foot, left foot.

Find your partner. Let's count 1 to 10.

4. 教師與協同老師巡視，並給予指導鼓勵。(注意球的滾動不可以太大)

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師集合學生並提問：剛剛的練習要如何控制好球在原地呢？請大家分享你是怎麼做到的。
2. 教師說明：總結今日課程，給自己一個愛的鼓勵後解散下課。
Clap your hands and say "Thank you, teacher." —Good bye!

第三節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：複習左右與上下踩球，分為2組，於場地放置4個呼拉圈，圈中有足球，哨聲響起後，每人進行5次左右踩球後前進至下一個呼拉圈進行5次上下踩球，返回起點下一位出發，最快完成的隊伍獲勝。

Separate 2 teams. Everyone trample the ball in the hula hoop with right foot and left foot. After counting 1-10, then run to the next hula hoop. Do it again. Then come back.

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：今天我們要讓大家學習「左右拉球」、「左右碰球」，慢慢地了解腳控制球的動作。

2. 左右拉球：以左右踩球的姿勢，腳底板左右拉動足球(Trample and pull)。要注意是運用腳底板讓球移動，不是盤球撥球動作，每人練習10次(practice 10times)。

Teacher says: Right. Students move the ball with right foot, and say "trample and pull"

Teacher says: Left. Students move the ball with left foot, and say "trample and pull"

左右碰球：以腳內側左右碰球，讓球在左右腳之間移動，每人練習10次左右。

Teacher says: Left (Right). Students touch the ball with left(right) foot, and say "touch the ball"

3. 左右碰球往前行：透過左右碰球慢慢前進，繞過小三角錐之後，持球返回置於原點，交下棒繼續。全班分兩組進行練習，請授課教師與協同老師一起協助。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師集合學生並提問：要怎麼做才能保持平衡，不讓球脫離腳的掌控？
學生回答：放低、收張開。
good/bad/great/excellent
2. 教師統整並進行愛的鼓勵後解散。

第四節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：前兩週我們教大家許多簡單的足球動作，今天我們要利用這節課稍微複習一下，這些動作可以變化成一首足球舞，讓我來欣賞一段以前學長姐的影片。(本節課可轉移至綜合教室，利用投影機搭配影片進行欣賞與教學)

Pay attention. Let's watch the video. Soccer Dance.

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 動作複習：兩人一組複習之前學過的動作「雙腳繞球」、「左右踩球」、「上下踩球」、「左右拉球」、「左右碰球」，每個動作至少 5-7 次。
2. 影片分析動作：從影片中你看到幾個動作，請大家找找看並回答老師。
3. 搭配影片進行練習。

Review the sentences we learned last 2 weeks. Follow the video, students need to repeat the act, they saw in the video.

三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，提醒學生下次練習要記住動作，之後才以音樂搭配非影片跟播。

第五節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：我們要再看一次影片，然後待會兒跟著影片做動作。請記住動作的順序喔。同時要控制好球的方向。

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 動作複習：兩人一組複習之前學過的動作「雙腳繞球」、「左右踩球」、「上下踩球」、「左右拉球」、「左右碰球」，每個動作至少 5-7 次。

Review the sentences we learned last 2 weeks.

Right foot, left foot, pull, kick. / Trample and pull. / Touch the ball

2. 將全班分為 2 組或 3 組，分別跟著影片做一次，當一組進行時另外的組別必須仔細觀看，稱為觀賞組。Watch and do it!
3. 教師提問：你覺得他們這組哪個動作做得最棒，那個動作有進步空間？教師請觀賞組來回答。Which is the best team?
4. 所有組別均輪流發表與接受評論建議。
good/ great/bad excellent/fault

三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，告知學生下次將僅有音樂了喔。

第六節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 上兩節課我們都一直再聽到的足球舞音樂，你知道嗎？其實那是當年足球世界盃的主題曲，是由 Ricky Martin 先生所演唱的，為了顯示世界多元的足球，所以演唱時有西班牙文、英文多語文在這首歌裡面，等一下老師撥放影片(裡面有歌詞)，我們跳到副歌時要大家一起唱出來喔。

Listen to the music. / Sing together. /

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 跟著音樂動起來：播放足球舞音樂，依照所學過的基本動作與順序進行演出，各組分別練習。Listen to the music. Act the movement we taught last 3 weeks.

Let' s practice.

2. 一起來唱跳：三組一起來，教師播放足球舞音樂，讓三組一起隨音樂舞動，當音樂唱到副歌(GO GO GO 時)，大家一起跟著唱出來。

Sing together! Let' s dance. 【Soccer Dance】

三、綜合活動(5分鐘/實作評量)

1. 邀請老師一起觀賞：派員邀請班導師，一起欣賞這兩週來的練習成果。

第七節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：這節課我們要進入帶球盤球的課程，首先要先讓大家玩一個小遊戲，叫做足球保齡球。(Bowling)

教師說明：老師在小球門前面放置保齡球瓶，你們試試看怎樣可以擊倒最多球瓶。遊戲意涵在於讓大家嘗試不同方式把球踢出去，正確的方式球可以直達目標，若使用錯誤部位踢球，球則會無法朝向球瓶而去。本遊戲讓孩子思考踢球應該使用哪個部位效率最高。全班分兩隊，並且請各隊派員負責擺球瓶。Try it again. Change into the different ways to try.

3. 教師說明：腳內側、腳外側都是可以用來踢球盤球的部位。Kick the ball with the inside(outside) of your right foot.
4. 再重複玩足球保齡球一次，驗證方式的改變可以增加擊球率。

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 原地內側繞圈盤球：用單腳(慣用腳)內側去控制足球，繞行三角錐。Dribble with the inside of your right foot (or left foot).
2. 原地外側繞圈盤球：用左腳或右腳的外側去控制足球，繞行三角錐。Dribble with the outside of your right foot (or left foot).
3. 教師示範並讓學生分為兩組逐一練習。Make 2 teams.
4. 教師擺放兩個三角錐(2組需4個)，學生運用單腳(慣用腳)內外側進行8字型盤球練習。
5. 分組比賽，時間最短的隊伍獲勝。Let' s play a game. Start from the yellow line. Stand by behind the line.

三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，提醒學生修正動作。

第八節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：8字型單腳內外側盤球練習。

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 8字型(8 type)雙腳內側盤球：用雙腳交替進行內側盤球練習。
2. S型(Stype)單腳內外側盤球(三個三角錐):
dribble , dribble, single foot. Ready—Go!
3. S型(S type)雙腳內側盤球(三個三角錐)
dribble , dribble, two feet. Ready—Go!
4. 教師均示範後，學生分兩組練習，教師與協同老師分別指導。

三、綜合活動(10分鐘/實作評量/聆聽評量)

1. 教師說明：讓我們來進行比賽，看看哪一隊花的時間最短。
Let' s play a game. / Next one. / Your turn. / Hurry up! /Quick.
2. 學生必須運用所學選擇適合的盤球方式繞過3個三角錐，看哪一組所需時間最短，最短者為贏家。Winner. / Clap your hands. / Nice / Good job. / Excellent. /
3. 教師集合學生並歸納剛剛的遊戲過程，指導學生修正動作。

第九節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：分2組練習S型盤球1次。
Review all the vocabularies and sentences we have taught these 5 weeks.

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 進行足球123木頭人活動【One, two, three, freeze】：
每組推派一位同學站在線後，其餘學生游出發線開始出發，利用各種盤球方式推進，不可大腳踢球，線後的同學依循123木頭人，抓出仍再動的同學，最後成功抵達線後的同學為優勝者。
Stand on the line. Dribble and move forward.
2. 全班大挑戰，由教師擔任線後人員與學生進行挑戰賽，並獎勵獲勝者也鼓勵其他同學。本活動旨在透過趣味化方式增加學生控球的信心。
Hold a contest.

三、綜合活動

1. 教師歸納：集合同學歸納5週以來的足球主題，並請小朋友發表心得後給所有人一個愛的鼓勵後解散。

第十節完

健體領域沉浸式英語教學活動設計

教學單元	足球	教學設計者	王元璋
教學對象	三年級	教學時數	10 節課(5 週/每週 2 節) (40 分鐘/每節)
能力指標 (學習表現)	<p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>		
單元目標 (學習內容)	<p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>		
具體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能對足球產生球感，不害怕球，進而願意去接觸足球。 2. 能熟悉「左腳繞球」、「右腳繞球」、「雙腳繞球」的技巧。 3. 能熟悉各種「盤球方法」並實際變換練習。 4. 能在合作型遊戲中展現互助合作爭取榮譽的精神。 		
英語學習 融入相關 單字/句子	<p>單字： soccer/nose/eye/ear/mouth/foot/knee/toe/ball/winner/left/right/circle/jump/up/down/repeat/follow/good/bad/great/excellent/sing/bowling/strike/quick/fault/數字 1-10</p> <p>教室用語：Come here./Raise your hands./Put down your hands./Listen to the music./Watch the vedio./Make a circle./Pay attention./ Try it again.</p> <p>句子：Which is the best team/player?</p>		
所需 教材教具	<p>足球、大標誌筒、小三角錐、呼拉圈、音響、世足賽音樂、足球舞影片、英語身體部位標示圖</p>		
其他說明	<p>設定對象為三年級，因此著重於球感的建立，設計之活動以雙人、多人遊戲方式呈現，運動技能之教導目標希望讓學童親近足球，為更高年段之學習做準備。</p>		

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、引起動機(15分鐘/實作評量) ~Warm up.~

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：小朋友今天我們要來玩足球，學校有足球隊，但是老師發現還是有同學很害怕足球。所以老師要帶大家親近足球，不害怕足球。
3. 教師說明：首先我們要來玩一個遊戲，這個遊戲叫做搶奪「snatch」，兩人一組面對面，中間擺一顆足球，當你聽到老師說「nose\ear\eye\mouth」時，你聽到對應的身體部位就要自己觸摸到那個部位，當你聽到老師喊「snatch」的時候就要趕快搶到球，先搶到5顆球的人就是贏家。

「Teacher says」--

When teacher says" nose" , you touch" nose" and repeat, when teacher says" eyes" , you touch "eyes" …when you hear" snatch" ,you need to get the ball as soon as possible. Who the first one is the winner.

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：為了讓大家不害怕足球，我們要來教大家產生球感(對球產生感覺，知道你與球的空間關係)

2. 左腳繞球：兩人一組，每次一人進行練習，另一人觀察動作是否正確，左腳逆時針方向原地畫一個圓圈繞足球，注意腳儘量不要碰到足球。練習10次互換練習。

Listen and look at me. Use your left foot to draw a circle around the soccer. Now it' s your turn. Ready? (Ready!!)

[Left foot, left foot, draw a circle.]

3. 右腳繞球：同左腳方式，右腳改為順時針方向。

Listen and look at me. Use your right foot to draw a circle around the soccer. Now it' s your turn. Ready? (Ready!!)

[Right foot, Right foot, draw a circle.]

4. 教師與協同老師巡視，並給予指導鼓勵。

Now you need to practice by yourselves. Everyone practices 10 times.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

教師集合學生並提問：剛剛的練習都沒有碰到球的人請舉手看看，請大家鼓鼓掌。那請問你們怎麼做到的，請分享你的方式。(隨機點學生回答) Raise your hand / Clap your hands (applaud)

1. 今天我們的練習你也可以下課和同學一起玩，相信你常常練習就會變得越來越厲害喔。

第一節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
教師說明：上節課我們玩過 snatch，這節課老師要把動作加大，所以加入兩個身體部位，就是 knee 與 toe，讓我們再來玩一次加強版的。「Teacher says」-- we have 2 more words (knee and toe)
When teacher says" nose" , you touch" nose" and repeat, when teacher says" eyes" , you touch "eyes" ...when you hear" snatch" , you need to get the ball as soon as possible. Who the first one is the winner.

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：現在我們來複習上一節課教過的動作，同樣兩人一組，左腳繞球和右腳繞球各5次，然後換人練習。
Find your partner, one by one. Two students one team.
Practice "Right foot, right foot, draw a circle." 5 times.
Practice "Left foot, left foot, draw a circle." 5 times.
2. 雙腳繞球：今天我們要變成雙腳繞球，等一下老師示範給大家看，也是兩人一組進行練習，不能碰到球喔，看看誰不會腳打結。
One by one, one student practice drawing circles with foot, then pass the ball to your partner.
[Right foot, left foot, pull, kick]
3. 教師與協同老師巡視，並給予指導鼓勵。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師集合學生並提問：剛剛的練習都沒有碰到球的人請舉手看看，請大家鼓鼓掌。請分享你是怎麼做到的。
2. 教師說明：總結本週教學，下週我們要來玩不同遊戲。
Come here! / Listen to me.

第二節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量) warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要玩一個跳跳足球的趣味遊戲，讓大家實際用身體碰觸球，感受球與身體的互動，等一下我們會把全班分兩組，以雙腳夾住足球，跳躍前進，繞過三角錐後返回交給下一棒，看哪一隊先完成就是獲勝方。過程中如果球掉了要撿起夾好後繼續前進喔。
Separate 2 teams. 【Paper, scissors, stone】--
You carry the ball with 2 feet (legs), and jump. Jump to the traffic cone and turn back. If all your team members finish first, you will win.
Keep moving! Go! Go! Go!

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：上禮拜我們練習了繞球，這禮拜我們要透過踩球來體驗球碰到腳時的平衡感覺，練習過程必須張開你的手臂保持平衡。
2. 左右踩球：兩人一組，身體在足球正上方，兩腳底板原地交互踩在足球上方，身體成左右弓箭步，保持平衡，每10次交換練習。
Trample the ball. Right foot, left foot.
Find your partner. Let' s count 1 to 10.
3. 上下踩球：身體在足球後方，兩腳底板原地交互踩在足球上方，身體保持平衡，每10次

交換練習。

Trample the ball. Right foot, left foot.

Find your partner. Let's count 1 to 10.

4. 教師與協同老師巡視，並給予指導鼓勵。(注意球的滾動不可以太大)

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師集合學生並提問：剛剛的練習要如何控制好球在原地呢？請大家分享你是怎麼做到的。
2. 教師說明：總結今日課程，給自己一個愛的鼓勵後解散下課。
Clap your hands and say "Thank you, teacher." —Good bye!

第三節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：複習左右與上下踩球，分為2組，於場地放置4個呼拉圈，圈中有足球，哨聲響起後，每人進行5次左右踩球後前進至下一個呼拉圈進行5次上下踩球，返回起點下一位出發，最快完成的隊伍獲勝。

Separate 2 teams. Everyone trample the ball in the hula hoop with right foot and left foot. After counting 1-10, then run to the next hula hoop. Do it again. Then come back.

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：今天我們要讓大家學習「左右拉球」、「左右碰球」，慢慢地了解腳控制球的動作。

2. 左右拉球：以左右踩球的姿勢，腳底板左右拉動足球(Trample and pull)。要注意是運用腳底板讓球移動，不是盤球撥球動作，每人練習10次(practice 10times)。

Teacher says: Right. Students move the ball with right foot, and say "trample and pull"

Teacher says: Left. Students move the ball with left foot, and say "trample and pull"

左右碰球：以腳內側左右碰球，讓球在左右腳之間移動，每人練習10次左右。

Teacher says: Left (Right). Students touch the ball with left(right) foot, and say "touch the ball"

3. 左右碰球往前行：透過左右碰球慢慢前進，繞過小三角錐之後，持球返回置於原點，交下棒繼續。全班分兩組進行練習，請授課教師與協同老師一起協助。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師集合學生並提問：要怎麼做才能保持平衡，不讓球脫離腳的掌控？
學生回答：放低、收張開。
good/bad/great/excellent
2. 教師統整並進行愛的鼓勵後解散。

第四節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：前兩週我們教大家許多簡單的足球動作，今天我們要利用這節課稍微複習一下，這些動作可以變化成一首足球舞，讓我來欣賞一段以前學長姐的影片。(本節課可轉移至綜合教室，利用投影機搭配影片進行欣賞與教學)

Pay attention. Let's watch the video. Soccer Dance.

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 動作複習：兩人一組複習之前學過的動作「雙腳繞球」、「左右踩球」、「上下踩球」、「左右拉球」、「左右碰球」，每個動作至少5-7次。
2. 影片分析動作：從影片中你看到幾個動作，請大家找找看並回答老師。
3. 搭配影片進行練習。

Review the sentences we learned last 2 weeks. Follow the video, students need to repeat the act, they saw in the video.

三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，提醒學生下次練習要記住動作，之後才以音樂搭配非影片跟播。

第五節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：我們要再看一次影片，然後待會兒跟著影片做動作。請記住動作的順序喔。同時要控制好球的方向。

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 動作複習：兩人一組複習之前學過的動作「雙腳繞球」、「左右踩球」、「上下踩球」、「左右拉球」、「左右碰球」，每個動作至少5-7次。

Review the sentences we learned last 2 weeks.

Right foot, left foot, pull, kick. / Trample and pull. / Touch the ball

2. 將全班分為2組或3組，分別跟著影片做一次，當一組進行時另外的組別必須仔細觀看，稱為觀賞組。Watch and do it!
3. 教師提問：你覺得他們這組哪個動作做得最棒，那個動作有進步空間？教師請觀賞組來回答。Which is the best team?
4. 所有組別均輪流發表與接受評論建議。
good/ great/bad excellent/fault

三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，告知學生下次將僅有音樂了喔。

第六節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 上兩節課我們都一直再聽到的足球舞音樂，你知道嗎？其實那是當年足球世界盃的主題曲，是由 Ricky Martin 先生所演唱的，為了顯示世界多元的足球，所以演唱時有西班牙文、英文多語文在這首歌裡面，等一下老師撥放影片(裡面有歌詞)，我們跳到副歌時要大家一起唱出來喔。

Listen to the music. / Sing together. /

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 跟著音樂動起來：播放足球舞音樂，依照所學過的基本動作與順序進行演出，各組分別練習。Listen to the music. Act the movement we taught last 3 weeks.
Let' s practice.
2. 一起來唱跳：三組一起來，教師播放足球舞音樂，讓三組一起隨音樂舞動，當音樂唱到副歌(GO GO GO 時)，大家一起跟著唱出來。
Sing together! Let' s dance. 【Soccer Dance】

三、綜合活動(5分鐘/實作評量)

1. 邀請老師一起觀賞：派員邀請班導師，一起欣賞這兩週來的練習成果。

第七節完

一、引起動機(15分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：這節課我們要進入帶球盤球的課程，首先要先讓大家玩一個小遊戲，叫做足球保齡球。(Bowling)
教師說明：老師在小球門前面放置保齡球瓶，你們試試看怎樣可以擊倒最多球瓶。遊戲意涵在於讓大家嘗試不同方式把球踢出去，正確的方式球可以直達目標，若使用錯誤部位踢球，球則會無法朝向球瓶而去。本遊戲讓孩子思考踢球應該使用哪個部位效率最高。全班分兩隊，並且請各隊派員負責擺球瓶。 Try it again. Change into the different ways to try.
3. 教師說明：腳內側、腳外側都是可以用來踢球盤球的部位。Kick the ball with the inside(outside) of your right foot.
4. 再重複玩足球保齡球一次，驗證方式的改變可以增加擊球率。

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 原地內側繞圈盤球：用單腳(慣用腳)內側去控制足球，繞行三角錐。
Dribble with the inside of your right foot (or left foot).
2. 原地外側繞圈盤球：用左腳或右腳的外側去控制足球，繞行三角錐。
Dribble with the outside of your right foot (or left foot).
3. 教師示範並讓學生分為兩組逐一練習。Make 2 teams.
4. 教師擺放兩個三角錐(2組需4個)，學生運用單腳(慣用腳)內外側進行8字型盤球練習。
5. 分組比賽，時間最短的隊伍獲勝。Let' s play a game. Start from the yellow line. Stand by behind the line.

三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，提醒學生修正動作。

第八節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：8字型單腳內外側盤球練習。

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 8字型(8 type)雙腳內側盤球：用雙腳交替進行內側盤球練習。
2. S型(Stype)單腳內外側盤球(三個三角錐):
dribble , dribble, single foot. Ready—Go!
3. S型(S type)雙腳內側盤球(三個三角錐)
dribble , dribble, two feet. Ready—Go!
4. 教師均示範後，學生分兩組練習，教師與協同老師分別指導。

三、綜合活動(10分鐘/實作評量/聆聽評量)

1. 教師說明：讓我們來進行比賽，看看哪一隊花的時間最短。
Let' s play a game. / Next one. / Your turn. / Hurry up! /Quick.
2. 學生必須運用所學選擇適合的盤球方式繞過3個三角錐，看哪一組所需時間最短，最短者為贏家。Winner. / Clap your hands. / Nice / Good job. / Excellent. /
3. 教師集合學生並歸納剛剛的遊戲過程，指導學生修正動作。

第九節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：分2組練習S型盤球1次。
Review all the vocabularies and sentences we have taught these 5 weeks.

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 進行足球123木頭人活動【One, two, three, freeze】：
每組推派一位同學站在線後，其餘學生游出發線開始出發，利用各種盤球方式推進，不可大腳踢球，線後的同學依循123木頭人，抓出仍再動的同學，最後成功抵達線後的同學為優勝者。
Stand on the line. Dribble and move forward.
2. 全班大挑戰，由教師擔任線後人員與學生進行挑戰賽，並獎勵獲勝者也鼓勵其他同學。本活動旨在透過趣味化方式增加學生控球的信心。
Hold a contest.

三、綜合活動

1. 教師歸納：集合同學歸納5週以來的足球主題，並請小朋友發表心得後給所有人一個愛的鼓勵後解散。

第十節完

健體領域沉浸式英語教學活動設計

教學單元	飛盤	教學設計者	賴玉帆
教學對象	三年級	教學時數	5 節課(40 分鐘/每節)
能力指標 (學習表現)	<p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>		
單元目標 (學習內容)	<p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展 動作原則。</p> <p>Bc-Ⅱ-2-運動與身體活動的保健知識。</p> <p>Cb-Ⅱ-1-運動安全規則、運動增進生長知識。</p>		
具體目標	<p>1. 學會接飛盤的基本動作要領。</p> <p>2. 小組成員能互相回饋互助合作。</p> <p>3. 從遊戲中得到樂趣，並更能活用飛盤技巧。</p>		
英語學習 融入相關 單字/句子	<p>單字：frisbee/catch/ throw/forehand/ backhand/in/ out/ score/target</p> <p>教學用語：Do you understand? Any question?</p> <p>句子：Nice <u>pull/catch/throw!</u></p>		
所需 教材教具	電腦及投影機、哨子、飛盤、呼拉圈(5個)、飛盤九宮格		
其他說明			

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up--

1. 集合整隊，清點人數。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)飛盤的歷史(室內) let' s watch the vedio.

飛盤的歷史(室內)

1. 介紹飛盤運動的歷史、飛盤基本構造 frisbee

2. 介紹飛盤運動多種衍生遊戲(飛盤高爾夫、golf 飛盤保齡球 bowling、飛壘賽 baseball, softball)

3. 網站導覽 Surf the Internet

<https://www.youtube.com/watch?v=LMIoX60kXT0>

<https://www.youtube.com/watch?v=H1aJU5H8oCE>

<https://www.youtube.com/watch?v=Uf6zop8j-gs>

<https://www.youtube.com/watch?v=AAi9WzD6TWc>

<https://www.youtube.com/watch?v=1rPYRvDwaQc>

(二)暖身操

(三)教師示範投擲飛盤基本動作要領

Look at me. / Do you understand? / Catch the frisbee / left (right) hand/ finger / thumb / foot / head / target / goal

飛盤遊戲

1、跨下傳盤：右手將飛盤繞過跨下用左手接，再換左手將飛盤繞過跨下用右手接，重複動作。

2、向上拋接盤：將飛盤往上拋，再用雙手夾接。

3、手指轉盤：用手指頭轉飛盤

4、單腳舉盤：用腳壓放在地上的飛盤盤緣，使飛盤翻起來蓋在腳上，再用腳舉起來。

(八)頂上功夫遊戲

(九)擲準大競

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。Great. / Good / nice

第一節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) - Warm up

1. 集合整隊，清點人數。

2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)接飛盤練習

示範飛盤接法

(1)夾接：是以雙手上下夾住迎面飛來的盤子，就如同夾心麵包般，故又稱為三明治接盤法。(雙手上下夾住飛盤的中心位置 catch it with two hands, like a sandwich)。

(2)上手接：是以拇指在下，餘指在上的手勢接飛盤，用來接高於腰部的飛盤。

Higher than your waist

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

(3)低手接：與上手接正好相反。當飛盤子來的高度在腰部以下時，以拇指在上，餘指在下的手勢來接盤，稱做低手接。lower than your waist

(二)飛盤遊戲 let' s play a game.

- 1.頂盤前進 put it on your head and walk
- 2.指上轉盤 spin the frisbee with your finger.
- 3.上拋接盤 toss and catch

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

- 1.教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
- 2.教師鼓勵有進步及認真的學生。

Good job. / One more time.

第二節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)接飛盤練習 Catch frisbee

教師示範飛盤接法基本動作-反手投擲要領

- (1)握盤法：手掌心朝上，盤緣與掌心及虎口密合，（不要有空隙），食指扣盤緣，中指指向盤心。 Hold the frisbee
- (2)身體姿勢：右肩側對目標，兩腳自然開立約與肩同寬，重心轉移由後腳移至前腳。Body / move / watch your steps
- (3)手部動作：投擲飛盤的軌道是一直線（不能畫弧），由左向右>轉身>手臂伸直，在直線盡頭用手腕瞬間力量將飛盤投出。

（動作要領：手背持續正對目標，不要翻轉，內航道維持直線，過程中放輕鬆，只有在最後瞬間甩動手腕。） Use your hand/ stretch your arm / wrist

(二)分組練習 pair up

1. 兩人一組，互相投擲及接飛盤。Throw and catch (find your partner)
2. 學生練習方向必須統一，教師巡視並適時指導。

(三)飛盤遊戲 Let' s plat a game.

1. 滾盤前進
2. 胯下上拋接盤
3. 立盤轉

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

- 1.教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
- 2.教師鼓勵有進步及認真的學生。

Give them a big hand. / well done

第三節完

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一) 接飛盤練習

教師示範飛盤接法-正手(forehand)投擲基本動作要領

Look at your teacher. / Listen to me.

- (1) 握盤法：飛盤夾於虎口中，姆指在盤面上，食指與中指在盤底，食指指向盤心，中指指腹貼在盤溝，掌心朝上，盤外側放低(不可抬起)，前臂與上臂呈V字形，手肘身體離約兩個拳頭寬。
- (2) 身體姿勢：左肩側對目標 target，兩腳自然開立約與肩同寬，重心轉移由後腳移至前腳。
- (3) 手部動作：投擲飛盤的軌道是一直線，引盤動作就像端盤子一樣，手掌掌心朝上，飛盤內航道一樣為直線，在直線盡頭用手腕瞬間力量將飛盤投出，手腕甩動是水平方向不要翻轉。

(二) 分組練習

1. 兩人一組，互相投擲及接飛盤。
2. 學生練習方向必須統一，教師巡視並適時指導。

One by one. Practice with your partner.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Can you do the demonstration for us? / Nice throw / Nice catch

第四節完

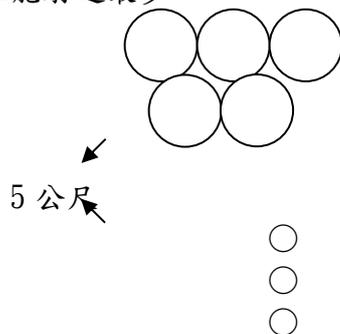
一、準備活動(5分鐘/實作評量)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

活動名稱一-飛盤高手 Frisbee Master

1. 飛盤擲準比賽，同學站在定點，挑戰將飛盤射進奧運呼拉圈內，一人有8次射盤機會，看看誰能射進最多。



活動名稱二-飛盤九宮格 【3 by 3 grid】 Aim at number 1 (~1-9)

Tr.: Who's the next one? B: It's me (my turn). Target / score in / out

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第五節完

健體領域沉浸式英語教學活動設計

教學單元	飛盤	教學設計者	賴玉帆
教學對象	三年級	教學時數	5 節課(40 分鐘/每節)
能力指標 (學習表現)	<p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>		
單元目標 (學習內容)	<p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展 動作原則。</p> <p>Bc-Ⅱ-2-運動與身體活動的保健知識。</p> <p>Cb-Ⅱ-1-運動安全規則、運動增進生長知識。</p>		
具體目標	<p>1. 學會接飛盤的基本動作要領。</p> <p>2. 小組成員能互相回饋互助合作。</p> <p>3. 從遊戲中得到樂趣，並更能活用飛盤技巧。</p>		
英語學習 融入相關 單字/句子	<p>單字：frisbee/catch/ throw/forehand/ backhand/in/ out/ score/target</p> <p>教學用語：Do you understand? Any question?</p> <p>句子：Nice <u>pull/catch/throw!</u></p>		
所需 教材教具	電腦及投影機、哨子、飛盤、呼拉圈(5個)、飛盤九宮格		
其他說明			

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up--

1. 集合整隊，清點人數。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)飛盤的歷史(室內) let' s watch the vedio.

飛盤的歷史(室內)

1. 介紹飛盤運動的歷史、飛盤基本構造 frisbee

2. 介紹飛盤運動多種衍生遊戲(飛盤高爾夫、golf 飛盤保齡球 bowling、飛壘賽 baseball, softball)

3. 網站導覽 Surf the Internet

<https://www.youtube.com/watch?v=LMIoX60kXT0>

<https://www.youtube.com/watch?v=H1aJU5H8oCE>

<https://www.youtube.com/watch?v=Uf6zop8j-gs>

<https://www.youtube.com/watch?v=AAi9WzD6TWc>

<https://www.youtube.com/watch?v=1rPYRvDwaQc>

(二)暖身操

(三)教師示範投擲飛盤基本動作要領

Look at me. / Do you understand? / Catch the frisbee / left (right) hand/ finger / thumb / foot / head / target / goal

飛盤遊戲

1、跨下傳盤：右手將飛盤繞過跨下用左手接，再換左手將飛盤繞過跨下用右手接，重複動作。

2、向上拋接盤：將飛盤往上拋，再用雙手夾接。

3、手指轉盤：用手指頭轉飛盤

4、單腳舉盤：用腳壓放在地上的飛盤盤緣，使飛盤翻起來蓋在腳上，再用腳舉起來。

(八)頂上功夫遊戲

(九)擲準大競

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。Great. / Good / nice

第一節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) - Warm up

1. 集合整隊，清點人數。

2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)接飛盤練習

示範飛盤接法

(1)夾接：是以雙手上下夾住迎面飛來的盤子，就如同夾心麵包般，故又稱為三明治接盤法。(雙手上下夾住飛盤的中心位置 catch it with two hands, like a sandwich)。

(2)上手接：是以拇指在下，餘指在上的手勢接飛盤，用來接高於腰部的飛盤。

Higher than your waist

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

(3)低手接：與上手接正好相反。當飛盤子來的高度在腰部以下時，以拇指在上，餘指在下的手勢來接盤，稱做低手接。lower than your waist

(二)飛盤遊戲 let' s play a game.

- 1.頂盤前進 put it on your head and walk
- 2.指上轉盤 spin the frisbee with your finger.
- 3.上拋接盤 toss and catch

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

- 1.教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
- 2.教師鼓勵有進步及認真的學生。

Good job. / One more time.

第二節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)接飛盤練習 Catch frisbee

教師示範飛盤接法基本動作-反手投擲要領

- (1)握盤法：手掌心朝上，盤緣與掌心及虎口密合，（不要有空隙），食指扣盤緣，中指指向盤心。 Hold the frisbee
- (2)身體姿勢：右肩側對目標，兩腳自然開立約與肩同寬，重心轉移由後腳移至前腳。Body / move / watch your steps
- (3)手部動作：投擲飛盤的軌道是一直線（不能畫弧），由左向右>轉身>手臂伸直，在直線盡頭用手腕瞬間力量將飛盤投出。

（動作要領：手背持續正對目標，不要翻轉，內航道維持直線，過程中放輕鬆，只有在最後瞬間甩動手腕。） Use your hand/ stretch your arm / wrist

(二)分組練習 pair up

1. 兩人一組，互相投擲及接飛盤。Throw and catch (find your partner)
2. 學生練習方向必須統一，教師巡視並適時指導。

(三)飛盤遊戲 Let' s plat a game.

1. 滾盤前進
2. 胯下上拋接盤
3. 立盤轉

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

- 1.教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
- 2.教師鼓勵有進步及認真的學生。

Give them a big hand. / well done

第三節完

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一) 接飛盤練習

教師示範飛盤接法-正手(forehand)投擲基本動作要領

Look at your teacher. / Listen to me.

- (1) 握盤法：飛盤夾於虎口中，姆指在盤面上，食指與中指在盤底，食指指向盤心，中指指腹貼在盤溝，掌心朝上，盤外側放低（不可抬起），前臂與上臂呈V字形，手肘身體離約兩個拳頭寬。
- (2) 身體姿勢：左肩側對目標 target，兩腳自然開立約與肩同寬，重心轉移由後腳移至前腳。
- (3) 手部動作：投擲飛盤的軌道是一直線，引盤動作就像端盤子一樣，手掌掌心朝上，飛盤內航道一樣為直線，在直線盡頭用手腕瞬間力量將飛盤投出，手腕甩動是水平方向不要翻轉。

(二) 分組練習

1. 兩人一組，互相投擲及接飛盤。
2. 學生練習方向必須統一，教師巡視並適時指導。

One by one. Practice with your partner.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Can you do the demonstration for us? / Nice throw / Nice catch

第四節完

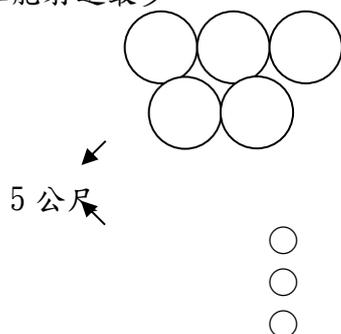
一、準備活動(5分鐘/實作評量)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

活動名稱一-飛盤高手 Frisbee Master

1. 飛盤擲準比賽，同學站在定點，挑戰將飛盤射進奧運呼拉圈內，一人有8次射盤機會，看看誰能射進最多。



活動名稱二-飛盤九宮格 【3 by 3 grid】 Aim at number 1 (~1-9)

Tr.: Who's the next one? B: It's me (my turn). Target / score in / out

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第五節完

健體領域沉浸式英語教學活動設計

教學單元	傳接球(5 種球類)	教學設計者	賴玉帆
教學對象	三年級	教學時數	10 節課(5 週/每週 2 節) (40 分鐘/每節)
能力指標 (學習表現)	<p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>		
單元目標 (學習內容)	<p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>		
具體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解傳接球在比賽中的重要性。 2. 了解並學會各種傳接球方式。 3. 熟練各種傳接球的方法。 4. 培養互助合作的精神。 5. 養成遵守規範並尊重他人的行為。 		
英語學習 融入相關 單字/句子	<p>單字： throw/catch/basketball/dodgeball/soccer/softball/paper/ Ball/pass/number 1-10/high/low/far</p> <p>教學用語：One more time. /Sit down. /Stand up. /Find a partner. Look at me. / Be quiet. /Line up. /Are you ready?/ Next one. /Your turn. /Time for class. /Time' s up!</p> <p>句子：Q:What is it? A: It' s a _____.</p>		
所需 教材教具	<p>球類：籃球、躲避球、足球、樂樂棒球及紙球(需自行製作)、九宮格</p>		
其他說明			

教學活動流程(時間/評量方式)

本教學以籃球、躲避球、足球、壘球及紙球運動所須的「肩上傳接球」能力為課程主要核心技能。

一、準備活動(5分鐘/實作評量)

(一)暖身活動：

1. 集合整隊，清點人數。

Good afternoon. Time for class. Hands back. Let' s roll call.

Teacher: Number 1 ~ · Student: Here. (Not here.)

2. 暖身操。

Let' s do exercise. Who wants to be the leader? Raise your hand. OK! Come here, please.

(Ankle/ wrist/ waist/ shoulders/ neck/ jump 1-30)

(二)引起動機：今日的運動是哪種球類呢？

1. 孩子觀察：挑選現場喜歡的球類並觀察。

2. 教師提問：你知道自己手上的是什麼球嗎？為什麼你能夠清楚知道答案呢？What' s it? It' s a _____ (baseball/ soccer/ dodgeball/softball/ paper ball/ basketball)

3. 孩子口頭分享 (big/ small/ color ……)

二、發展活動

(一)球環繞身體：球以身體為主，做位置的移動。

1. 教師示範：繞頭、繞腰、繞膝以及腳步八字。Look at me.

2. 孩子操作（提醒學生動作正確之後再要求速度）。Your turn.

3. 若原地操作已經熟悉，能夠讓孩子行走操作。Walk and do it.

(二)球上拋接住：球離開手後要接住球。Throw and catch

1. 教師示範：

1.1 球上拋接住，同時拍手一次。(次數可到 10 次) Throw, clap your hands and catch. Let' s count 1-10. Ready? Go! 1, 2, 3, ……10.

1.2 球在指間互傳，將距離漸漸拉大。(手平舉 180 度左右拋球)

- 1.3 球由背後經過頭上放往前方丟並接助。
2. 學生操作：(提醒學生兩者間要有一定的距離)
3. 若原地操作已經熟悉，能夠讓孩子行走操作。
4. 請學生主動詢問動作不錯的同學，互相學習。

三、綜合活動

(一)鏡子中的自己 Mirror

1. 教師講解：兩兩一組，其中一位同學擔任鏡子，而他必須要做出跟照鏡子同學相同的動作。

Let' s play a game. One by one. Find your partner.

2. 學生操作 (提醒學生動作要相同) Repeat the same act

3. 教師統整：球感訓練是為了讓自己對於球有較佳的控制能力。

~~~~~第一、二節完~~~~~

#### 一、準備活動(5分鐘/實作評量)

##### (一)暖身活動：

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

(二)引起動機：本教學欲進行的5種球類順序如下(展示及讓學生觸摸體驗)：Big or small? high/low/far Are you ready? Next one!

- (1) 籃球：球體較大，重量較重，須使用手臂、手腕及手指頭。
- (2) 躲避球：球體、重量皆事宜孩子操作，能夠控制其所要傳的方向。
- (3) 足球：球體、重量皆事宜孩子操作，能夠控制其所要傳的方向。
- (3) 樂樂球：手掌大小，但屬於手指、手腕精細動作，對於孩子控制尚未能操控得宜。
- (4) 紙球：透過回收紙製作符合自己希望的球團。(注意球的硬度與大小，過硬或過小都容易造成疼痛與傷害)

#### 二、發展活動

##### (一)進行方式

將傳接球完整動作透過動作分析模式分成許多分解動作使孩子能夠逐一勝任。動作分析模式將動作內容由簡至繁，孩子透過動作嘗試、練習與修正，並依能力水準教師給予調整。

(二) 坐姿(sitting pass)傳球(籃球 basketball)小組練習

(三) 坐姿傳球(躲避球 dodgeball)小組練習

(四) 坐姿傳球(足球 soccer)小組練習

(五) 站姿(standing pass)傳球(籃球)小組練習

(六) 站姿傳球(躲避球)小組練習

(七) 站姿傳球(足球)小組練習

(八) 滾球(rolling)球感練習

每位學生持樂樂棒球(T-ball)，依照老師給定的距離及目標物，訓練控制自己的力道讓球停止在目標範圍區即算成功，老師透過不同的距離及目標範圍大小的改變，逐步訓練學生力道的控制力、耐力及對目標範圍的判斷力，藉由多次的訓練增進感覺神經與運動神經的連結。

### 三、綜合活動

1. 教師統整：球感訓練是為了讓自己對於球有較佳的控制能力。

2. 學生分享。

Clap your hands. / Good job! / Very good. / Time' s up!

~~~~~第三、四節~~~~~

一、準備活動(5分鐘/實作評量)

(一) 暖身活動：(Review the words and the sentences just like the 1st class)

1. 集合整隊，清點人數。

2. 口說英文暖身操及唱歌答數跑操場。

二、發展活動

(一) 併腿站立傳球 1(standing pass)(躲避球)

兩人一組，距離大約 5 公尺(白線和黃線距離)，持躲避球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。throw / catch

(二)併腿站立傳球 2(躲避球)

相同兩人一組，距離大約隨著傳球穩定性而逐漸增加，一開始白線和黃線距離，連續不落地 6 顆球，即可兩人各退一步增加練習距離，持躲避球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。Stand on the white line/ yellow line.

(三)併腿站立傳球 1(樂樂棒球)

兩人一組，距離大約 5 公尺(白線和黃線距離 between the white line and yellow line)，持樂樂棒球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(四)併腿站立傳球 2(樂樂棒球)

相同兩人一組，距離大約隨著傳球穩定性而逐漸增加，一開始白線和黃線距離，連續不落地 6 顆球，即可兩人各退一步增加練習距離，持樂樂棒球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(五)雙手胸前傳球 1(躲避球) pass the ball

兩人一組，距離大約 5 公尺(白線和黃線距離)，持躲避球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(六)雙手胸前傳球 2(躲避球)

相同兩人一組，距離大約隨著傳球穩定性而逐漸增加，一開始白線和黃線距離，連續不落地 6 顆球，即可兩人各退一步增加練習距離，持躲避球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(七)雙手胸前傳球 1(樂樂棒球) pass the ball

兩人一組，距離大約 5 公尺(白線和黃線距離)，持樂樂棒球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(八)雙手胸前傳球 2(樂樂棒球)

相同兩人一組，距離大約隨著傳球穩定性而逐漸增加，一開始白線和黃線距離，連續不落地 6 顆球，即可兩人各退一步增加練習距離，持樂樂棒球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(九) 九宮格投擲練習(baseball nine square)

讓學生面對九宮格板，大約 5 公尺的距離，練習擲準投擲，以連續不重複的方式進行，讓學生能依據自行選擇數字的先後順序進行投擲。 Target/ 1, 2, 3…… 9 / What' s the number?

三、綜合活動

1. 教師統整：球感訓練是為了讓自己對於球有較佳的控制能力。
2. 學生分享。

~~~~~第五、六節~~~~~

#### 一、準備活動(5 分鐘/實作評量)

(一)暖身活動：(warm up -- according to the 1<sup>st</sup> class words and sentences.)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 口說英文暖身操及唱歌答數跑操場。

#### 二、發展活動

(一)雙手頭頂(overhead)傳球 1(躲避球)

兩人一組，距離大約 5 公尺(白線和黃線距離)，持躲避球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(二)雙手頭頂傳球 2(躲避球)

相同兩人一組(2 students one team)，距離大約隨著傳球穩定性而逐漸增加，一開始白線(white line)和黃線(yellow line)距離，連續不落地 6 顆球，即可兩人各退一步增加練習距離，持躲避球併腿站立傳球給對方，訓練一定距離的傳球控球穩定度，漏球者迅速撿球返回原本位置。

(三)投籃遊戲 1(樂樂棒球 T-ball)

(四)投籃遊戲 2(躲避球 dodgeball)

(五)躲避球比賽 (Hold a contest)

1. 規則說明

2. 分組 Separate 2 teams：將全班分成單數及雙數兩組，雙方各派一員至外場。

3. 比賽進行方式：雙方在五分鐘的時間終了時，視內場所剩的人員較多的為優勝一方。

### 三、綜合活動

1. 教師統整：透過傳接球的逐步訓練過程，讓真正進入比賽時能充分展現運動時的精神。

2. 學生分享。Good / nice/ very good /Give her a big hand.

~~~~~第七、八節~~~~~

一、準備活動(5分鐘/實作評量)

(一)暖身活動：

1. 集合整隊，清點人數。 Time for class. Let' s roll call.

2. 口說英文暖身操及唱歌答數跑操場。 Do exercise. Review all the words we have learned.

二、發展活動

(一)擲遠遊戲 Throw far

1. 接高球 overhand catch

2. 接低球 underhand catch

3. 傳球接龍

(二)拋接自如 (Throw and catch)

1. 原地拋接

2. 坐姿拋接

3. 標誌筒接球

4. 左拋右接 throw use your left hand and catch use your right hand.

5. 轉圈拋接 Throw, turn a round and catch.

6. 移動拋接 Throw, move and catch.

(三)千里傳球遊戲

(四) 躲避球比賽 (Play dodgeball)

1. 規則說明
2. 分組(separate 2 teams)：將全班分成單數及雙數兩組，雙方各派一員至外場。
3. 比賽進行方式：雙方在五分鐘的時間終了時，視內場所剩的人員較多的為優勝一方。
(Let' s count)

三、綜合活動

1. 學生分享。
2. 總結歸納

(1) 教師引導學生反思檢討。

(2) 針對同學表現給予回饋及修正，且獎勵表現優異小組 與鼓勵需加強小組，整隊檢查器材，歡呼下課！

Class' s over. Say goodbye to your teachers.

~~~~~第九、十節~~~~~

自編遊戲進行方式：以往的躲避球都為少數孩子的天下，因此，為了讓每位孩子能夠展現自己習得的能力，改編躲避球規則，讓孩子能夠展現肩上傳球技巧，並透過小組溝通達到團隊合作的精神，使得孩子們都能夠將自己擺在對的位置上。

最重要的是根據學生的身心、動作發展條件，了解學生能力有個別差異的存在，而課程目標就是幫助孩子建構出完整的動作，並有自信地挑戰下一個新動作，更進一步能夠從遊戲活動中展現的自我回饋。

## 健體領域沉浸式英語教學活動設計

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------|
| 教學單元                  | 跳繩                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 教學設計者 | 賴玉帆            |
| 教學對象                  | 三年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學時數  | 5 節課(40 分鐘/每節) |
| 能力指標<br>(學習表現)        | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |       |                |
| 單元目標<br>(學習內容)        | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展 動作原則。</p> <p>Bc-Ⅱ-2-運動與身體活動的保健知識。</p>                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                |
| 具體目標                  | <p>1. 瞭解跳繩的要領與 方法。</p> <p>2. 培養愛好跳繩運動 及合作的精神。</p> <p>3. 學會跳繩的動作。</p>                                                                                                                                                                                                                                            |       |                |
| 英語學習<br>融入相關<br>單字/句子 | <p>單字：jump rope/jump/single/ number11-20/fancy jump rope/cyclops/ cross jump/hold</p> <p>教學用語：Be careful. Don' t whip other classmates.</p> <p>句子：Can you do <u>two jumps one turn</u>? Yes, I can .</p>                                                                                                        |       |                |
| 所需<br>教材教具            | 跳繩、長跳繩、碼表、三角錐                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |                |
| 其他說明                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### (一)繞繩練習：Practice / try

教師示範並給予學生練習

1. 左右繞繩：雙手執繩 hold，行左側方，右側方，或左右交叉繞繩。
2. 跳躍 jump：甲右手執繩，成俯身屈膝蹲姿，行水平執繩。bend your knees/ hold the rope
3. 短繩連續跳躍 jump rope

#### (二)繞繩的方法，分正、反兩種。

- 1、繩索成紡垂狀，著地時往上跳，在頂上時，落地。
- 2、跳躍的方法，分一繞二跳，一繞一跳，及二繞一跳等，前者容易學習。One jump and one turn. / Two jumps and one turn. / One jump and two turns.
- 3、短繩連續單足變換一繞一跳：單足連續跳躍次數，逐漸增加，一繞二跳、三跳等。
- 4、嘗試練習：先自由嘗試，了解動作後，分組練習。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。 Good / great / well done

第一節完

### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。 A: Can you do jump rope? B: Yes, I can.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### (一)空迴旋

1. 教師說明並示範動作，學生依口令逐步練習

(1)單手甩繩：繩子兩握把置於同一手，於身體單側甩繩子。注意不要被握柄打到，也不要打到別人，練習左、又、前、上、交叉、∞字型等。 Cross jump rope / fancy jump rope

(2)雙手甩繩：雙手握於繩子兩端 1/4 處，同時練習在體前順時針繞、逆時針繞，亦可在左右側繞。

#### (二)向前一跳一迴旋

1. 老師示範說明：雙手分別握住繩子兩端，將繩子往前繞經身體頭上及腳下，繩子被絆住停止時，向前跨過繩子即可。

2. 學生散開練習。老師從旁協助、觀察。

3. 老師講評並修正學生的動作 next one?

#### (三)停繩

1. 老師示範說明：腳跟著地，腳尖翹起，讓繩子卡於腳底。 Start / stop

2. 學生練習。老師從旁協助、觀察。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第二節完

教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、準備活動(5分鐘/實作評量) warm up

1. 集合整隊，清點人數。

2. 暖身操。

A: Can you do two jumps and one turn? B: Yes, I can. / No, I can't.

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)向前一跳二迴旋

1. 老師示範說明：雙手分別握住繩子兩端，將繩子往前繞經身體頭上及腳下，迴繞一圈需輕輕跳躍二下。 Listen to me. Look at me.

2. 學生散開練習。老師從旁協助、觀察。

3. 老師講評並修正學生的動作

(二)跳出活力

1. 老師示範說明：腳跟著地，腳尖翹起，讓繩子卡於腳底。

2. 學生練習。老師從旁協助、觀察。

(1)西部牛仔 cowboy (2)一跳一迴旋 (3)跑步跳繩 (4)跑步跳繩接力 (5)左右擺盪跳躍(6)飛躍洪流

Let's play a game. / I do and you repeat. / run and rope jumping

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第三節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。

2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)一跳一迴旋記次賽：在一分鐘內，看誰跳最快，次數最多者為勝，並請其他小朋友給他一個大鼓勵。Let's count. (Count number 1-50.) One minute. Ready! Go! / Give him (her) a big hand.

(二)繞繩：短繩連續單足變換繞跳。Listen to me. / Repeat after me. Try it.

1. 說明示範：(1)分一繞跑兩步及一繞跑一步，前者比較容易學習。

(2)跑步與繞繩等兩項動作，不容易配何，宜加強予以訓練。

(3)應以肩關節為軸，伸直手臂，行大旋轉繞繩，如旋轉小時，足部容易被繩索纏住。

2. 嘗試練習：

(三)分組比賽：

1. 分若干組，各組依序推一人，行繞繩跑步跳比賽，跑完二十公尺，依先後順序，按照1、2、3、4. 辦法給分，至全部賽完後累積分數較少組獲勝。

Hold a contest. Ready. Go. / Go! Go! Go! Next one. Who's the next one?

2. 跑步跳的方法，事先應規定，如一繞跑兩步，或一繞一步等。

(三)長繩左、右搖籃跳繩：

1、短繩連續併足跳躍。

2、短繩跑步跳躍。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Good job. / Pretty good. / Well done. / Come on. / try again

第四節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

教師說明示範：

#### (一)團體合作練習 Team work

1. 任選兩人為執繩者，各持繩索之一端，在地面行左、右側方搖動。
  2. 繩索拉太緊 tight，或太鬆 loose，都不理想，應以繩索成紡垂狀，中央部分，必能及地面為妥。
  3. 跳躍者須面向執繩者跳躍，以便察覺繞繩的速度。
  4. 跳躍者，視繩索接近時，立刻往上跳，免被繩索絆住。
- 宜注意秩序，如由東方進去，從西方退出，以防紛亂。

Be careful. Pay attention. Don't whip other classmates.

(二)分組比賽：每組每人均跳躍三次，作穿梭式跳繩接力比賽，先完的隊伍獲勝。 Take turns. /

#### (三)長繩迴環跳：

準備活動：

單臂水平迴旋屈膝跳。自己繞繩、自己跳。

長繩左、右搖籃跳。

Please come here, number \_\_\_\_\_. Can you show me one jump and one turn?

說明示範：

執繩者迴環時，在頂上必須超越跳躍者的頭，在底下必著地，並且以快速適中，逐漸增加為妥。

跳躍者，由斜正面進去，從斜反面退出，比較容易實施。

跳躍者，宜面向執繩者跳躍，速度比較容易配合。

先行搖籃跳躍，接著行迴環跳，則興趣更佳。

嘗試練習：

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Good / Great/ try again/ Thank you. /Clap your hands.

第五節完

## 健體領域沉浸式英語教學活動設計

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------|
| 教學單元                  | 跳繩                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 教學設計者 | 賴玉帆            |
| 教學對象                  | 三年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學時數  | 5 節課(40 分鐘/每節) |
| 能力指標<br>(學習表現)        | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |       |                |
| 單元目標<br>(學習內容)        | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展 動作原則。</p> <p>Bc-Ⅱ-2-運動與身體活動的保健知識。</p>                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                |
| 具體目標                  | <p>1. 瞭解跳繩的要領與 方法。</p> <p>2. 培養愛好跳繩運動 及合作的精神。</p> <p>3. 學會跳繩的動作。</p>                                                                                                                                                                                                                                            |       |                |
| 英語學習<br>融入相關<br>單字/句子 | <p>單字：jump rope/jump/single/ number11-20/fancy jump rope/cyclops/ cross jump/hold</p> <p>教學用語：Be careful. Don' t whip other classmates.</p> <p>句子：Can you do <u>two jumps one turn</u>? Yes, I can .</p>                                                                                                        |       |                |
| 所需<br>教材教具            | 跳繩、長跳繩、碼表、三角錐                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |                |
| 其他說明                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### (一)繞繩練習：Practice / try

教師示範並給予學生練習

1. 左右繞繩：雙手執繩 hold，行左側方，右側方，或左右交叉繞繩。
2. 跳躍 jump：甲右手執繩，成俯身屈膝蹲姿，行水平執繩。bend your knees/ hold the rope
3. 短繩連續跳躍 jump rope

#### (二)繞繩的方法，分正、反兩種。

- 1、繩索成紡垂狀，著地時往上跳，在頂上時，落地。
- 2、跳躍的方法，分一繞二跳，一繞一跳，及二繞一跳等，前者容易學習。One jump and one turn. / Two jumps and one turn. / One jump and two turns.
- 3、短繩連續單足變換一繞一跳：單足連續跳躍次數，逐漸增加，一繞二跳、三跳等。
- 4、嘗試練習：先自由嘗試，了解動作後，分組練習。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。 Good / great / well done

第一節完

### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。 A: Can you do jump rope? B: Yes, I can.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### (一)空迴旋

1. 教師說明並示範動作，學生依口令逐步練習

(1)單手甩繩：繩子兩握把置於同一手，於身體單側甩繩子。注意不要被握柄打到，也不要打到別人，練習左、又、前、上、交叉、∞字型等。 Cross jump rope / fancy jump rope

(2)雙手甩繩：雙手握於繩子兩端 1/4 處，同時練習在體前順時針繞、逆時針繞，亦可在左右側繞。

#### (二)向前一跳一迴旋

1. 老師示範說明：雙手分別握住繩子兩端，將繩子往前繞經身體頭上及腳下，繩子被絆住停止時，向前跨過繩子即可。

2. 學生散開練習。老師從旁協助、觀察。

3. 老師講評並修正學生的動作 next one?

#### (三)停繩

1. 老師示範說明：腳跟著地，腳尖翹起，讓繩子卡於腳底。 Start / stop

2. 學生練習。老師從旁協助、觀察。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第二節完

### 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

#### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) warm up

1. 集合整隊，清點人數。

2. 暖身操。

A: Can you do two jumps and one turn? B: Yes, I can. / No, I can't.

#### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

##### (一)向前一跳二迴旋

1. 老師示範說明：雙手分別握住繩子兩端，將繩子往前繞經身體頭上及腳下，迴繞一圈需輕輕跳躍二下。 Listen to me. Look at me.

2. 學生散開練習。老師從旁協助、觀察。

3. 老師講評並修正學生的動作

##### (二)跳出活力

1. 老師示範說明：腳跟著地，腳尖翹起，讓繩子卡於腳底。

2. 學生練習。老師從旁協助、觀察。

(1)西部牛仔 cowboy (2)一跳一迴旋 (3)跑步跳繩 (4)跑步跳繩接力 (5)左右擺盪跳躍(6)飛躍洪流

Let's play a game. / I do and you repeat. / run and rope jumping

#### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第三節完

#### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。

2. 暖身操。

#### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)一跳一迴旋記次賽：在一分鐘內，看誰跳最快，次數最多者為勝，並請其他小朋友給他一個大鼓勵。Let's count. (Count number 1-50.) One minute. Ready! Go! / Give him (her) a big hand.

(二)繞繩：短繩連續單足變換繞跳。Listen to me. / Repeat after me. Try it.

1. 說明示範：(1)分一繞跑兩步及一繞跑一步，前者比較容易學習。

(2)跑步與繞繩等兩項動作，不容易配何，宜加強予以訓練。

(3)應以肩關節為軸，伸直手臂，行大旋轉繞繩，如旋轉小時，足部容易被繩索纏住。

2. 嘗試練習：

##### (三)分組比賽：

1. 分若干組，各組依序推一人，行繞繩跑步跳比賽，跑完二十公尺，依先後順序，按照1、2、3、4. 辦法給分，至全部賽完後累積分數較少組獲勝。

Hold a contest. Ready. Go. / Go! Go! Go! Next one. Who's the next one?

2. 跑步跳的方法，事先應規定，如一繞跑兩步，或一繞一步等。

##### (三)長繩左、右搖籃跳繩：

1、短繩連續併足跳躍。

2、短繩跑步跳躍。

#### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Good job. / Pretty good. / Well done. /Come on. /try again

第四節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

教師說明示範：

#### (一)團體合作練習 Team work

1. 任選兩人為執繩者，各持繩索之一端，在地面行左、右側方搖動。
  2. 繩索拉太緊 tight，或太鬆 loose，都不理想，應以繩索成紡垂狀，中央部分，必能及地面為妥。
  3. 跳躍者須面向執繩者跳躍，以便察覺繞繩的速度。
  4. 跳躍者，視繩索接近時，立刻往上跳，免被繩索絆住。
- 宜注意秩序，如由東方進去，從西方退出，以防紛亂。

Be careful. Pay attention. Don't whip other classmates.

(二)分組比賽：每組每人均跳躍三次，作穿梭式跳繩接力比賽，先完的隊伍獲勝。 Take turns. /

#### (三)長繩迴環跳：

準備活動：

單臂水平迴旋屈膝跳。自己繞繩、自己跳。

長繩左、右搖籃跳。

Please come here, number \_\_\_\_\_. Can you show me one jump and one turn?

說明示範：

執繩者迴環時，在頂上必須超越跳躍者的頭，在底下必著地，並且以快速適中，逐漸增加為妥。

跳躍者，由斜正面進去，從斜反面退出，比較容易實施。

跳躍者，宜面向執繩者跳躍，速度比較容易配合。

先行搖籃跳躍，接著行迴環跳，則興趣更佳。

嘗試練習：

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Good / Great/ try again/ Thank you. /Clap your hands.

第五節完

## 健體領域沉浸式英語教學活動設計

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                      |       |                                 |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------|
| 教學單元                  | 墊上活動                                                                                                                                                                                                                                                                 | 教學設計者 | 賴玉帆                             |
| 教學對象                  | 三年級                                                                                                                                                                                                                                                                  | 教學時數  | 10 節課(5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| 能力指標<br>(學習表現)        | 1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。<br>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。<br>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。<br>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。<br>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。<br>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。<br>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。 |       |                                 |
| 單元目標                  | Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。<br>Ia-Ⅱ-1-滾翻、支撐平衡與擺盪動作。                                                                                                                                                                                                                            |       |                                 |
| 具體目標                  | 1. 學生能認識墊上運動的主要動作要素以及前滾翻的動作要領，並能表現穩定的滾翻基本動作。<br>2. 學生能知道墊上滾翻運動的安全注意事項和益處，並願意遵守相關規定。<br>3. 學生能認真的參與各項練習和遊戲，並尊重同儕，完成互評活動。<br>4. 學生願意利用課餘時間進行墊上滾翻運動，體驗滾翻的益處。                                                                                                            |       |                                 |
| 英語學習<br>融入相關<br>單字/句子 | 單字：rabbit/elephant/monkey/seal/worm/chick/egg/arm/leg/jump/hop/walk/roll/stretch/mat/run/box horse<br><br>教學用語：Follow me./Repeat after me./Take turns./Be careful.<br>句子：Q:Are you ready to start? A:Yes! Let' s do it!                                              |       |                                 |
| 所需<br>教材教具            | 1. CD player<br>2. 軟墊 8 片                                                                                                                                                                                                                                            |       |                                 |
| 其他說明                  |                                                                                                                                                                                                                                                                      |       |                                 |
| 教學活動流程(時間/評量方式)       |                                                                                                                                                                                                                                                                      |       | 英語融入說明                          |

## 一、準備活動 Warm up

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。 Do exercise! Number 1 -10

## 二、發展活動

(一)使用 PPT 檔案及影片讓兒童所觀察到的動物行走方式，並詢問各個動物行走的特色及行走方式。Look at this picture/ video

1、要怎樣模仿才像？

2、教師講解動物模仿過程必須利用四肢及身體平衡、協調能力才能模仿得像。 Hand / arm / leg / foot / body

(1) 將學生分成 2 組 (5 人一組 )，每組成員依序 使用兩塊拼接軟墊 mat，搭配音樂，教師示範動作，學生模仿。掌握動作模仿的節奏、路徑。 Follow me. / Repeat after me.

教師提醒學生注意動作的安全要訣，練習的間隔與前一位需距離 2 公尺。 Take turns. Be careful.

( 2 ) 教師引導學生輪流表現動作。

3、動物模仿秀

( 1 ) 兔子跳 rabbits jump

( 2 ) 大象行走 Elephants- walk

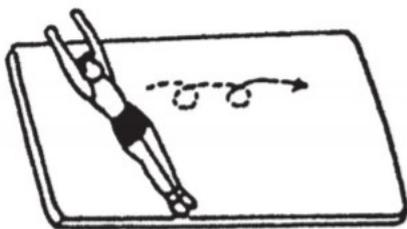
( 3 ) 猴子行走 monkeys - walk

(二) 人肉戰車

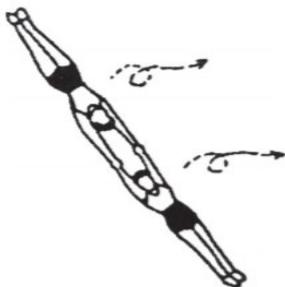
1、將全班分為兩排，排距為一公尺，人肉戰車滾動五公尺， 來回兩趟。

2、人肉戰車滾動之動作要領：雙手伸直，全身同時滾動。

3、單人滾動 roll / stretch /



4、雙人滾動 team rolling



5、多人滾動

### (三) 雞蛋滾練習 egg rolling

1. 雞蛋左右翻滾：雞蛋滾的先備動作，跪地、雙手屈肘碰地、拳心向上、雙腿夾緊、靠近身體，向側面左右滾翻
2. 雞蛋滾：延伸雞蛋左右滾翻動作，進行連續雞蛋側滾，首先 2 人一組，一人操作一人推滾雞蛋，接下來一人獨自自雞蛋滾，注意身體須全程捲屈縮成一團。

### (四) 前滾翻 front rollover /

1. 學童依序進行，教師在學童身側進行保護動作，前滾翻練習三次。
2. 前滾翻之動作要領：
  - (1) 蹲下，手撐墊子。
  - (2) 夾緊下巴，滾翻時後腦勺接觸地面。
  - (3) 抱膝起立。

### (五) 小側翻 side roll

1. 學童依序進行小側翻左右兩側練習，選出學童側翻慣用腳。分成兩組練習，學童依照手腳圖示練習小側翻動作。
  2. 小側翻之步驟：foot / hand / box horse / right / left
    - (1) 左（右）腳在前。
    - (2) 左、右（右、左）手依序撐跳箱。
    - (3) 後腳離地，前腳蹬地板，雙腳依序越過跳箱。
3. 小側翻之動作要領：Jump over the box horse.
  - (1) 撐跳箱時，兩手伸直，眼睛看兩手中間。
  - (2) 身體向下時，後腳離開地面。

### (六) 伸展練習 stretch

1. 大腿伸展 thigh
2. 前臂伸展 forearm
3. 上臂伸展 upperarm
4. 體側伸展 body
5. 小腿伸展 calf
6. 頸部伸展 neck

### (七) 巧拼樂

1. 一塊墊子 mat
  - (1) 開口跳躍 jump
  - (2) 繞物跑 turn back
2. 兩塊墊子
  - (1) 坐姿支撐
  - (2) 前後交叉跳
3. 四塊墊子 Four mats
  - (1) 折返跑
  - (2) 綜合跳躍
4. 大展身手

Q: Are you ready to start ?

A: Yes! Let' s do it.

(八)墊上運動安全

(九)墊上遊戲 Let' s play a game.

1. 海狗行 seal
2. 小雞行 chick
3. 向後打招呼
4. 兔跳 rabbit jump
5. 毛蟲行 worm walk
6. 抱膝行 knees / hug your knees
7. 雞蛋側滾 egg rolling
8. 斜坡前滾翻
9. 頸背倒立
10. 前滾翻
11. 單腳前滾翻

(十)綜合練習 Good. / Well done. / Not bad. / Great. / Try again.

### 三、綜合活動

1、任務、得分及動作內容設計

| 任務 | 得分  | 動作內容            |
|----|-----|-----------------|
| 1  | 100 | 創意動物模仿 1        |
| 2  | 100 | 創意動物模仿 2        |
| 3  | 100 | 人肉戰車滾動 1 公尺(去程) |
| 4  | 100 | 人肉戰車滾動 1 公尺(回程) |
| 5  | 200 | 雞蛋滾 1           |
| 6  | 200 | 雞蛋滾 2           |
| 7  | 200 | 前滾翻 1           |
| 8  | 200 | 前滾翻 2           |
| 9  | 200 | 小側翻             |
| 10 | 500 | 人肉戰車+滾動前滾翻+前滾翻  |

2、各組賽後感言：抽問幾位同學，讓其發表活動後感言

3、肯定同學們的表現，並指出優點與待改善之處。 Good. / Nice. / Clap your hand.

### 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                 |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------|
| <b>教學單元</b>                    | 樂樂棒球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>教學設計者</b> | 賴玉帆             |
| <b>教學對象</b>                    | 三年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>教學時數</b>  | 10 節課(40 分鐘/每節) |
| <b>能力指標<br/>(學習表現)</b>         | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4c-Ⅱ-2-了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p>4d-Ⅱ-1-培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p> <p>4d-Ⅱ-2-參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p> |              |                 |
| <b>單元目標<br/>(學習內容)</b>         | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展 動作原則。</p> <p>Hd-Ⅱ-1-守備/跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                                                     |              |                 |
| <b>具體目標</b>                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識樂樂棒球的特性和玩法。</li> <li>2. 明瞭樂樂棒球的動作要領。</li> <li>3. 學會樂樂棒球的動作要領戲。</li> <li>4. 養成互助合作守法守紀的態度。</li> <li>5. 能與同學合作學習，享受遊戲的樂趣。</li> </ol>                                                                                                                                                   |              |                 |
| <b>英語學習<br/>融入相關<br/>單字/句子</b> | <p>單字：Tee ball/baseball/ base bag/run/home run/hit/catch/ throw/swing/grip/bat/ball/ strike /out /pitcher/first/second/third/home plate/champion /pitcher/catcher</p> <p>教學用語：Call the roll./Let' s play.<br/>Catch(hit/throw) the ball.</p> <p>句子：Hold a contest./ Who' s the next one?</p>                                     |              |                 |
| <b>所需<br/>教材教具</b>             | 哨子、樂樂棒球一組、角錐 8 個、壘包 4 個(可用厚紙板代替)                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |                 |
| <b>其他說明</b>                    | 無                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |                 |
| <b>教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明</b>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                 |

一、準備活動(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)折返跑練習 turning back run

教師擺放4定點全班進行折返跑練習、競賽

(二)一二三木頭人跑停訓練：[one, two, three, freeze] run and stop

Listen carefully. / It' s your turn.

(三)鬼抓人遊戲 [Play tag]

Let' s play.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Much better. / Good job. /Excellent. / Pretty good.

第一節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)跑壘練習 Running practice.

1、老師放置兩個壘包，距離約15公尺，讓學生來回進行衝刺，已習慣壘包距離。

2、老師讓學生放置四個壘包，佈置成比賽場地，讓學生衝刺，已習慣四個

Can you see the base bags? Follow me.

Let' s run from Home plate to the First base - Second base - Third base , then come back Home plate again.

(二)跑壘大賽

全班分成2組，進行跑壘大賽

Make 2 lines. /Team 1/ Team2

Who' s the next one? Here!

Ready! Go!

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Much better. / Good job. /Excellent. / Pretty good.

第二節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)個人手眼協調訓練小遊戲 hand-eye coordination

- 1、持球棒進行揮空練習
- 2、持球棒進行擊球點練習(固定架低位置)
- 3、持球棒進行擊球點練習(固定架中位置)
- 4、持球棒進行擊球點練習(固定架高位置)

Listen to me / Look at me. Repeat after me. / One more time.

grip the bat/ hit the ball

Swing, swing, hit the ball.

Who's the next one?

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

much better / Good job. / Great! / Try again.

第三節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操並練習上一節動作。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)個人手眼協調訓練小遊戲 hand-eye coordination

- 1、握短棒擊球練習
- 2、個人自己丟球自己打擊練習
- 3、投手 pitcher 丟球 vs 打者 striker 練習

Review(hit the ball/ swing/ throw the ball/ grip the bat...)

Swing, swing, hit the ball. Focus on the ball.

(二)打點練習與傳接球活動

教師打擊示範(站本壘位置)，學生為防守方，教師將球擊至各個守備區，學生接球後依序傳至一、二、三壘後，再回傳給教師

Pay attention. When you catch the ball, pass it to the first base- second base - third base, then Teacher.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Do the demonstration for us, please.

Well done. / Thank you.

第四節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)樂樂棒傳接球練習

老師讓兩個學生先進行對傳練習 Pair up.，距離 7-8 公尺，讓學生熟悉球的重量和軟硬度。

(二)老師讓兩個學生先進行對傳練習 One by one，距離約 15-20 公尺，讓學生熟悉球重量和軟硬度。

throw a ball/ catch a ball

(三)擲遠比賽

全班所有學生進行樂樂棒球擲遠比賽。

Take turns!

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第五節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)老師讓學生輪流站到各個壘包上面，依照老師的口令，先進行傳球防守練習。

First baseman / Second baseman /Third baseman/ catcher

Follow me. Practice passing the ball to your partner.

(二)跑、傳、接競賽

全班分 2 組(Paper-scissors-stone), choose your partner. 一組傳球 defense, 另一組跑壘 offense 進行比賽, 攻守交換 change

Home plate/ pitcher

(三)擲遠比賽 Hold a contest

全班所有學生進行樂樂棒球擲遠比賽。

Take turns.

Stand behind the line and throw the ball.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第六節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)打擊練習(一)：Strike practice

1. 老師排出打擊座，讓學生進行打擊練習。先指導學生站在打擊座上的姿勢 stand next to the starter, and bend your knees.，瞄準球的方式 Look at the ball (target)，握球棒的方法 grip the bat with 2 hands，練習打擊 swing and hit the ball，以打到球為目標。

(二)安打王：Hold a contest

- 全班學生進行打擊比賽，擊中最多的人獲勝。  
Pay attention. / Be careful.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
  2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。
- Can you do the demonstration for us?

第七節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)打擊練習(二)：Hitting practice.

1. 老師指導學生改變打擊的角度，讓學生自己體會何種角度可以讓球打得又高又遠！

Grip your bat. Focus on the ball. Say “Swing ,swing, hit the ball.”

The others need to watch out. Don’ t stand behind the striker. /Go back.

(二)全壘打王：Homerun

全班學生進行打擊比賽，打擊最遠的人獲勝 winner/ champion。

Next one? Carefully/

How many points do you get? 1-10 point(s)

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請獲勝的人分享其運用的技巧供其他學生學習。
2. 教師引導學生發表學習心得。

第八節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)打擊練習(三): Hitting practice.

1. 老師指導學生改變打擊的方向，讓學生自己體會如何可以打到自己想要的方向！

Look at the T-ball(your target), Swing , swing , hit the ball.

Watch out. Everyone swings the bat Carefully. And the others need to watch out. Stand away from the player.

(二)我是打擊王:I am the champion.

- 全班學生進行打擊比賽，擊中最多的人獲勝。

Let's play. Everyone has 5 times chance. The other students wait to catch the ball, then pass back to the teacher.

Who's the next one?

三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing time.

1. 教師引導學生進行緩和運動，並發表學習心得。

第九節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)攻防大戰

- 全班分成兩組老師進行指導比賽。

Review the act before game: hit and run / throw and catch

Time's up! Let's play a game. Choice your first baseman/ second baseman/ third baseman.

After hitting the ball, Player need to run.

First base - Second base - Third base - home plate.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師引導學生進行緩和運動，並發表學習心得。

Winner / Give them a big hand.

Thank you. Do your best.

Good job. / Well done.

第十節完

嘉義市文雅國小 108 學年度沉浸式英語融入體育教學

三年級上學期英語融入土風舞教學之教案設計

|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                           |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>主題名稱</b></p>                                                                                                                  | <p>歡欣土風舞</p>                                                                                                                                                                                              | <p>教學設計者</p>       | <p>林容榆</p>                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p><b>教學對象</b></p>                                                                                                                  | <p>三年級學生</p>                                                                                                                                                                                              | <p>教學節次</p>        | <p>2個單元共8節課(每節40分鐘)</p>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p><b>設計理念</b></p>                                                                                                                  | <p>土風舞一詞是由英文 Folk Dance 翻譯而來，其字義為富有鄉土風味之舞蹈。其意義則指自然形成的、受地理、地形、氣候、生活習慣、風俗民情、歷史背景等影響的、為地區人民深愛與地區民族傳統文化有密切關聯的、有自己獨樹與獨特舞姿的舞蹈。本單元非常適合結合英語沉浸教學，自然地由肢體律動來表現各種感受，也可藉此學習空間方位的英語詞彙。</p>                              |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p><b>學習重點</b></p>                                                                                                                  | <p><b>學習表現</b></p> <p><b>健體領域：</b><br/>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br/>3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。<br/>4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p><b>英語領域：</b><br/>1-Ⅱ-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> | <p><b>核心素養</b></p> | <p><b>健體-E-A1</b><br/>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，發展運動與保健的特質。</p> <p><b>健體-E-B1</b><br/>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。</p> <p><b>健體-E-C2</b><br/>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。</p> <p><b>英-E-A1</b><br/>具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。</p> |
| <p><b>學習內容</b></p> <p><b>健體領域：</b><br/>1b-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br/>1b-Ⅱ-2 土風舞遊戲。</p> <p><b>英語領域：</b><br/>B-Ⅱ-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p> |                                                                                                                                                                                                           |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>教學目標</b></p>                | <p><b>健體領域</b></p> <p><b>認知</b></p> <p>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p><b>情意</b></p> <p>2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p><b>技能</b></p> <p>3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p><b>行為</b></p> <p>4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p><b>英語領域</b></p> <p><b>技能</b></p> <p>1-Ⅱ-7 能聽懂課堂中所學的字詞</p> <p>B-Ⅱ-1 第二學習階段所學字詞</p>                                                                                                                                                 |
| <p><b>教學方法</b></p>                | <p>授課教師透過動作示範、分解練習、影帶觀賞、異質分組合作學習等多元教學方法，將英語融入體育領域教學中。在教學過程中，授課老師將以英語做為師生主要溝通的媒介，在示範或解說課程內容時均儘量以英語表達，學生則可選擇以中文或英語做為討論溝通的語言。授課教師當鼓勵學生，嘗試突破語言隔閡，達成英語融入體育課程中的各項學習任務。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p><b>評量方式</b></p>                | <p>實作評量、遊戲評量、教師觀察、口語評量、同儕互評</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>三年級英語融入體育課程地圖(土風舞篇)</b></p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>課前準備</b></p>                | <p>folk dance 土風舞 forward 前 backward後 left 左 right右<br/> turn around 向後轉 rabbit dance(penguin's game)兔子舞<br/> arm in arm 勾手臂 skip step 跑跳步 galloping step 急馳步</p> <p>Eyes center向中看齊 Eyes front向前看齊 Eyes right向右看齊<br/> Eyes left 向左看 Line up排隊 Extend散開 Attention立正<br/> At ease稍息</p> <p>T: Please look at me. 師:請你看我<br/> Ss: I will look at you. 生:我會看著你<br/> Let's do the warm-up activities. 一起做暖身<br/> Class dismissed. 下課<br/> T: Let's..... 我們來...</p> |

| 週次                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 節次   | 單元名稱   | 教學重點(體育/英語)                                                                                              |              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 11-12                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1-4節 | 小白兔愛跳舞 | folk dance 土風舞 turn around 向後轉<br>forward 前 backward後 left 左 right右<br>rabbit dance (penguin' s game)兔子舞 |              |
| 13-14                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 5-8節 | 牧場綠油油  | arm in arm 勾手臂 skip step 跑跳步<br>galloping step 急馳步 folk dance 土風舞<br>forward 前 backward後 left 左 right右   |              |
| 教學活動流程                                                                                                                                                                                                                                                                                       |      |        | 教具                                                                                                       | 評量           |
| <b>小白兔愛跳舞 (第1-4節, 160分鐘)</b><br><b>活動一: 方向遊戲</b><br>1. 教師帶領全班到操場空曠處或韻律教室, 全體散開拉出足夠空間, 再以鈴鼓聲帶領學生學習併足輕鬆小跳的要領做暖身, 並進行「方向遊戲」。<br>2. 引導學生聽口令做動作, 訓練肢體的敏捷性與方向性, 分別做出前、後、左、右四個方向的動作組合。<br>3. 玩「老師說」遊戲 Simons say<br>4. 配合音樂做動作<br>T:left left right right forward backward go go go<br>Ss:( repeat) |      |        | 鈴鼓<br>配合歌曲:<br>Penguin' s<br>Game                                                                        | 教師觀察<br>實作評量 |
| <b>活動二: 兔子舞</b><br>1. 影片介紹土風舞(台灣、德國、英國…), 並強調男女為舞伴為一種國際禮儀, 引導小朋友以健康的心態邀請舞伴一起跳舞。<br>2. 以鈴鼓聲帶領學生併足輕鬆小跳, 示範並指導學生練習基本舞法。<br>3. 雙人兔子舞。<br>4. 3人一組成縱排, 前者叉腰, 後兩者分別將雙手搭在前者的肩上, 配合音樂, 反覆練習上述舞法。<br>T:left left right right forward backward jump jump jump<br>Ss:( repeat)                           |      |        |                                                                                                          |              |
| <b>活動三: 合舞與創作欣賞</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |      |        |                                                                                                          |              |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                 |                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 男內女外雙重圓的伴遊</li> <li>2. 播放各種兔子舞的影片欣賞</li> <li>3. 全班分成3組表演創作討論，設計舞蹈至歌曲第一次間奏結束</li> <li>4. 討論互評標準，於下一節課表演與欣賞。<br/>T: Let' s create your "rabbit dance" !<br/>Ss: Nooooooooo……</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                 |                         |
| <p><b>活動四:表演與欣賞</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每個小孩都有評分標準</li> <li>2. 抽籤決定上台順序</li> <li>3. 發表欣賞到的優點<br/>T: Respect and being polite are necessary.<br/>Ss: (repeat)</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                 | <p>教師觀察<br/>實作評量</p>    |
| <p><b>牧場綠油油（第5-8節，160分鐘）</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                 |                         |
| <p><b>活動一:看誰先摸到</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以「看誰先摸到」的遊戲讓男女打破界線互相接觸。</li> <li>2. 舉出其中幾位大方與異性牽手的學生為例，藉以鼓舞全班，引導男女生相處應該大方展現風度。<br/>T: Let' s play "Who is the first" .<br/>Ss: (repeat)</li> <li>3. 教師帶領學生練習急馳步，並加上前後變化。</li> <li>4. 教師示範急馳步就像急速的踏併步，以「跑」代替「踏」。<br/>第一拍，左足（或右足）踏出一步同時高跳起；第二拍，右足（或左足）滑靠於旁且兩足踵相擊；第三拍，左足（或右足）順勢跨出，右足（或左足）落地。</li> <li>5. 配合音樂練習急馳步：(galloping step)<br/>可兩人一組或多人一組，以四小節音樂練習。<br/>T: Let' s do galloping step.<br/>Ss: (repeat)</li> <li>6. 搭火車：練習跑跳步(skip step)<br/>兩兩手勾手(arm in arm)，最後一組當山洞，練習至音樂結束。<br/>T: Let' s do skip step.<br/>Ss: (repeat)</li> </ol> | <p>音樂：牧場綠油油</p> | <p>遊戲評量</p> <p>同儕評量</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                       |                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|
| <p><b>活動二:練習莎蒂希步</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師示範莎蒂希步的基本步法與變化       <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)基本步法</li> <li>(2)向前變化</li> <li>(3)向後變化</li> </ol> </li> <li>2. 配合音樂練習</li> <li>3. 倆倆練習: 以前、後、左、右表現</li> <li>4. 分組表現</li> </ol> <p>T:Let' s dance 牧場綠油油.<br/>Ss : (repeat)</p> | <p>音樂:牧場綠油油</p> <p>音樂:牧場綠油油、評量標準表</p> | <p>教師觀察實作<br/>練習<br/>同儕評量<br/>教師評量</p> |
| <p><b>活動三:牧場綠油油</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 升旗隊形複習急馳步、跑跳步、莎希蒂步</li> <li>2. 指導「牧場綠油油」整曲舞步</li> </ol>                                                                                                                                                                                         |                                       |                                        |
| <p><b>活動四:牧場綠油油舞蹈欣賞</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分組練習</li> <li>2. 上台表演       <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)指導上下台禮節</li> <li>(2)指導欣賞表演應具備的禮節及風度</li> </ol> </li> <li>3. 綜合講評</li> </ol> <p>T : Respect and being polite are necessary.<br/>S : (repeat)</p>                       |                                       |                                        |

本單元字彙總整理

**Folk Dance**

|                |                                         |                  |
|----------------|-----------------------------------------|------------------|
| folk dance 土風舞 | forward 前                               | backward 後       |
| left 左         | right 右                                 | turn around 轉一圈  |
| arm in arm 勾手臂 | rabbit dance 兔子舞                        | skip step 跑跳步    |
| draw step 踏併步  | galloping step<br>= quick draw step 急馳步 | Schottische 沙希蒂步 |
| slogan 口號      | tempo 旋律                                | Music 音樂         |

Let's create your "rabbit dance"! 創作自己的"兔子舞"

Two sidesteps to the left. 兩步向左

Two sidesteps to the right. 兩步向右

Make a turn. 轉一圈

Let's do skip/draw/galloping steps. 我們來做跑跳/踏併/急馳 步

What's your slogan? 你們的口號是什麼?

Left, left, right, right, forward, backward, jump, jump, jump! 左左右右，前後，跳跳跳

Respect and be polite to your partner. 對舞伴要尊敬、有禮

**Classroom English 課中常用語**

|                          |                 |                   |
|--------------------------|-----------------|-------------------|
| Eyes center 向中看齊         | Eyes front 向前看齊 | Eyes right 向右看齊   |
| Eyes left 向左看前           | At ease 稍息      | Extend 散開         |
| Attention 立正             | Line up 排隊      | OK/No problem 沒問題 |
| Class dismissed. 下課      | Get it? 了解嗎?    | Understand? 瞭解嗎?  |
| Good job. = Excellent 好棒 | Let's try. 試試看  | Listen to me. 聽我說 |
| It's easy/hard. 簡單/困難    |                 |                   |

Please look at me.= Eyes on me. 請看我

Let's do the warm-up activities. 一起做暖身

We run/work in pairs. 兩個兩個一起跑/合作

Hold hands. 握著手 We need to work together. 我們一起合作

How do we do the activity? 這個活動怎麼做?

Let's give him/her a big hand. 掌聲鼓勵鼓勵

嘉義市文雅國小 108 學年度沉浸式英語融入體育教學

三年級下學期英語融入足球教學之教案設計

|                    |                                                                                                                                                                                                                       |                    |                                                                                                                                                                          |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>主題名稱</b></p> | <p>足下乾坤</p>                                                                                                                                                                                                           | <p>教學設計者</p>       | <p>朱紹謙</p>                                                                                                                                                               |
| <p><b>教學對象</b></p> | <p>三年級學生</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>教學節次</p>        | <p>4個子題，共8節課(每節40分鐘)</p>                                                                                                                                                 |
| <p><b>設計理念</b></p> | <p>現在資訊發達學生很容易生活中看到足球比賽和足球明星的表演節目，踢足球是國小學生很喜愛的運動之一，足球也是練學生體能和培養學生團隊默契的球類活動，此課程的設計讓學生認識足球，進而喜歡足球活動展現對足球運動的積極表現態度，同時也結合和足球有關的英語詞彙與表達，在英語沉浸式教學環境下讓學生不僅學會足球的基本技能，也同時體會足球與英語表達間的關連性，期許能同時學會足球技能以及與其相關的簡易英語表達。</p>          |                    |                                                                                                                                                                          |
| <p><b>學習重點</b></p> | <p><b>學習表現</b></p> <p><b>健體領域：</b></p> <p>1c-II-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>2c-II-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>3d-II-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>4a-II-2 自我反省與修正促進健康的行動。</p> <p><b>英語領域：</b></p> <p>2-II-7 能作簡易的回答和描述。</p> | <p><b>核心素養</b></p> | <p><b>健體-E-A1</b></p> <p>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，發展運動與保健的特質。</p> <p><b>健體-E-B1</b></p> <p>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。</p> <p><b>健體-E-C2</b></p> |

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                      |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                  | <p><b>學習內容</b></p> <p><b>健體領域：</b><br/>Bc-II-1 基礎運動傷害預防與處理方法。<br/>Cb-II-3 各項運動裝備、設施、場域。<br/>Hc-II-1 標的性球類運動基本動作與基礎戰術。</p> <p><b>英語領域：</b><br/>Ac-II-3 簡易的生活用語。</p>                                                                                                                                                                          | <p>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。</p> <p><b>英-E-A1</b><br/>具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。</p> |
| <p><b>學習目標</b></p>               | <p><b>健體領域</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解踢球、盤球、傳接球基本動作要領並進行練習。</li> <li>2. 能藉由活動練習培養運球的技巧並與同學合作完成進行足球遊戲。</li> <li>3. 能學習從不同的門框角度、位置的地點，完成足球射門動作。</li> </ol> <p><b>英語領域</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能聽懂英文的簡易足球術語，並能作適當的回應。</li> <li>2. 能以正確英語發音，唸出足球相關字詞，並樂於參與各種英語口語活動</li> </ol>                |                                                                                                                      |
| <p><b>教學方法</b></p>               | <p>授課教師透過動作示範、分解練習、影帶觀賞、異質分組合作學習等多元教學方法，將英語融入體育領域教學中。在教學過程中，授課老師將以英語做為師生主要溝通的媒介，在示範或解說課程內容時均儘量以英語表達，學生則可選擇以中文或英語做為討論溝通的語言。授課教師當鼓勵學生，嘗試突破語言隔閡，達成英語融入體育課程中的各項學習任務。</p>                                                                                                                                                                        |                                                                                                                      |
| <p><b>評量方式</b></p>               | <p>實作評量、遊戲評量、教師觀察、運動日記、口語評量</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                      |
| <p><b>三年級英語融入體育課程地圖（足球篇）</b></p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                      |
| <p><b>課前準備</b></p>               | <p>football 足球    football field 足球場    goal 球門    shoot 射門<br/>score 得分    dribble 運球    dribble 盤球    pass 傳球<br/>instep 腳背    cone 三角錐    inside/outside 內外    boundary 界線</p> <p>Eyes center 向中看齊    Eyes front 向前看齊    Eyes right 向右看齊<br/>Eyes left 向左看前    Line up 排隊    Extend 散開    Attention 立正<br/>At ease 稍息    Speed up 加速</p> |                                                                                                                      |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      | <p>T: Please look at me. 師:請你看我</p> <p>Ss: I will look at you. 生:我會看著你</p> <p>Let's do the warm-up activities. 一起做暖身</p> <p>Let's have a break time. 下課</p> |                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 週次                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 節次   | 子題名稱                                                                                                                                                        | 教學重點 (體育/英語)                                                                                                            |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1-2節 | 看誰射得準<br>(Let's Shoot the goal)                                                                                                                             | shoot, soccer, instep, kick, goal<br>一、重點:能完成教師示範動作,並學會運用腳背踢球動作。<br>Ss Learn how to use instep to kick the soccer ball. |
| 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 3-4節 | 直線控球與傳球<br>(Contain and Pass the Ball)                                                                                                                      | Contain, pass, moving forwards<br>一、重點:完成10公尺直線控球與傳球練習。10-meter containing and passing the ball.                        |
| 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 5-6節 | 繞圈盤球與<br>Z形前進<br>(Dribble the Ball)                                                                                                                         | dribble, inside, outside<br>一、重點:能於活動中做出繞圈盤球的動作。Dribble the Ball around the Cones                                       |
| 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 7-8節 | 足球遊戲<br>(Soccer Games)                                                                                                                                      | grab, circle, center point<br>接力比賽 Relay Games<br>圓形足球比賽 Soccer Games in a Circle                                       |
| 教學活動流程                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |      |                                                                                                                                                             | 教具                                                                                                                      |
| <p>子題一、看誰射得準 (80分鐘) Let's Shoot the Goal.</p> <p>一、重點:能完成教師示範動作,並學會運用腳背踢球動作。<br/>Ss Learn how to use instep to kick the soccer ball.</p> <p>二、活動 (節次:第一至二節)</p> <p>教師先示範動作要領後,請學童進行操作,學童練習時教師再進行指導。(The teacher demonstrates how to shoot the goal first).</p> <p>活動(一) 腳背踢球:教師示範腳背踢球的動作後,請學童跟著練習。(Students 's works after teacher's teaching ).</p> <p>1. 取出適當位置,約距球3~5步距離,眼光注視球準備踢球。<br/>T:Keep a proper distance from soccer ball.</p> |      |                                                                                                                                                             | <p>足球比賽影片</p> <p>足球教學影片</p> <p>英語詞彙</p> <p>足球場</p> <p>足球</p>                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |                                                                                                                                                             | 評量                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |                                                                                                                                                             | <p>仔細聆聽老師解說、示範</p> <p>練習踢球動作</p>                                                                                        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                    |                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ss : Yes.</p> <p>2.踢球腳的腳背要繃直，大拇趾向下微屈，以腳背接觸足球。<br/>T: Use the instep to touch the ball and have your toes curved downwards. Can you try?<br/>Ss : I will try.</p> <p>3.腳背踢中球的後中部，將球順勢踢起。<br/>T: Kick the back of the ball and raise it up.<br/>Ss : Yes</p> <p>4.學童動作告一段落後，獎勵動作表現優異的學童，並請學童發表感言。(the teacher honors excellent students.)</p> <p>活動(二) 踢球點練習：教師示範動作後，請學童跟著練習。</p> <p>1.教師示範踢足球的不同位置後，請學童跟著練習。<br/>(The teacher demonstrates how to kick the different parts of ball and lead to different moving routes.)</p> <p>2.讓學童練習，教師則觀察學童踢擊的情形。<br/>(Student's works after teacher's teaching )</p> <p>3.一段時間後，教師引導學童發表，踢擊不同位置，足球有何不同的行進路線。(The teacher cues students to present when one kicks different parts of soccer ball, different moving routes will be caused.)</p> <p>4.告一段落後，教師獎勵動作表現優異的學童，並請學童發表自己的感言。(the teacher honors excellent students.)</p> <p style="text-align: center;">～第一、二節結束～</p> | <p>運球動作教學<br/>影片<br/>操場<br/>足球</p> | <p>掌握踢球方向要訣完成不同方向踢球動作。</p> <p>能發表完成動作的感受並能和其他人一同合作進行活動。</p> <p>仔細聆聽老師解說、示範</p> |
| <p>子題二、直線控球與傳球練習(80分鐘) Contain and Pass the Ball</p> <p>一、重點：完成10公尺直線控球與傳球練習。10-meter containing and passing the ball.</p> <p>二、</p> <p>活動(一)</p> <p>1. 將球置於腳下，在兩腳間來回觸球，慢慢的往前走，每走一步觸一次球，左右腳互換，用足內側將球控制在腳下向前進。(The teacher demonstrates how to contain the ball between the feet and move</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                    |                                                                                |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                       |                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------|
| <p>forwards.)</p> <p>2.行進速度不可太快，眼光注視腳部觸球的位置，穩定前進。T: <b>Keep your eyes on the feet when touching the ball and moving forwards. Can you do that?</b></p> <p>Ss: <b>I can do it.</b></p> <p>3.教師觀察學童控球情形一段時間後，表揚表現優秀的學童，並請其發表心得。(The teacher honors excellent students.)</p> <p>活動(二)10公尺直線傳球：教師先行示範動作後，請學童練習。(The teacher demonstrates how to pass the ball straight within 10 meters.)</p> <p>1. 將學生分組，每組安排一條10公尺做直線傳球。(Students are paired and stand face to face with the distance of 10 meters away from each other.)</p> <p>2. 第一位學生由跑道一端以直線傳球方式傳球給跑道另一端學生後，另一端的學生再把球傳回去。看看5分鐘內，彼此傳了幾次。T: <b>One student passes the ball to his/her partner. After the partner receives the ball, he/she passes back the ball. In the 5 mins, let's see how many times you two guys pass the ball.</b></p> <p>Ss: <b>I see.</b></p> <p>3. 讓學童分組練習，教師從旁觀察指導，一段時間後請學童分享心得，並獎勵動作做得好的學童。(The teacher honors excellent students.)</p> <p>～第三、四節結束～</p> <p>子題三、繞圈盤球（80分鐘）Dribble the Ball around the Cones</p> <p>一、重點：能於活動中做出繞圈盤球的動作。Dribble the ball around the cones</p> <p>二、</p> <p>活動(一)繞圈盤球：教師先示範動作，再讓學童練習。Dribble around Cones.</p> <p>1.足內側盤球：利用足內側帶球繞圓錐。盤球時，眼睛注視腳部盤球位置，身體在移動時要保持平衡。T: <b>Use the</b></p> | <p>10公尺直線跑道、碼錶、口哨</p> | <p>練習走兩步，觸一次球踢球動作</p> <p>分組競賽完成10公尺直線傳球練習</p> <p>成果心得發表</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                       |                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------|
| <p>inside of your foot to move the ball around the cones. Keep the bodies stable. Ss: I will try.</p> <p>2. 利用足外側帶球繞圓錐。盤球時，眼睛注視腳部盤球位置，身體在移動時要保持平衡。T: Use the outside of your foot to move the ball around the cones. Keep the bodies stable. Ss : I will try.</p> <p>3. 學童反覆練習盤球動作，獎勵動作表現優異的同學，並請同學發表感言。(The teacher honors excellent students.)</p> <p>活動(二) 盤球前進：教師先示範動作，再讓學童練習。</p> <p>1. (The teacher demonstrates how to dribble the ball in the direction of Z.)</p> <p>2. 利用足外側、足內側盤球，繞圓錐Z形前進。T: Use inside and outside of foot to dribble in the direction of Z. Ss : I want to try.</p> <p>3. 活動過程中，先求盤球動作是否確實，再要求盤球前進的速度。(After dribbling quite well, students are asked to speed up their works.)</p> <p>4. 學童反覆練習盤球前進動作，獎勵動作表現優異的同學，並請同學發表感言。(The teacher honors excellent students.)</p> <p>活動(三) 20公尺盤球前進：教師先行示範動作後，請學童練習。(Dribbling the ball in the direction of Z within 20 meters. The teacher demonstrates how to do it.)</p> <p>1. 將學生分組，每組安排一條20公尺直線運球跑道線，每間隔2公尺放置一個三角錐。(Students are paired. The cones will be placed at 2-meter intervals.)</p> <p>2. 練習20公尺直線盤球運球，前進間繞過三角錐方式前進，由跑道一端以盤球運球方式運球給跑道另一端學生，兩人交球後再由他運球回來，依序來回運球，運球時未繞過三角錐前進即須回原點重新開始，每組學生完成來回的直線運球練習。T: Two students stand face to face and keep the distance of 20 meters away from each other. One dribbles the ball in the direction of Z to his/her</p> | <p>口哨、操場、足球場、三角圓錐</p> | <p>仔細聆聽老師解說、示範</p> <p>練習足內側、足外側盤球動作。</p> <p>練習足內側、足外側盤球前進動作。</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                    |                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>partner. As soon as the partner receives the ball, he dribbles the ball in the direction of Z towards the other end.</p> <p>Ss: I see.</p> <p>3. 分享心得，並獎勵動作做得好的學童。<br/>(The teacher honors excellent students.)</p> <p>～第五、六節結束～</p> <p>子題四、足球遊戲（80分鐘） Soccer Games</p> <p>活動(一) 接力比賽 Relay Games：教師講解接力比賽的規則並示範接力比賽的動作後，請學童分組進行活動。(The teacher groups students first. And then T describes the rules and demonstrates how to do it.)</p> <p>1. 規則</p> <p>(1) 教師哨音吹起，各組學童盤球繞過目標物後，將球踢過指定的區域。T: When T blows the whistle, the first student dribbles the ball. As soon as he reaches the cone, he kicks the ball out. Once the ball goes through the space between two cones, he/she wins one point. In contrast, if the ball doesn't, the student won't win.</p> <p>Ss: I see.</p> <p>(2) 當踢球者踢的球滾越過界線（不論有無進兩圓錐之間），下一位接力者始得盤球出場。T: The second student must make sure the ball passes the boundary no matter the ball goes through the space between two cones or not. Then he/she starts to touch the ball to do their works.</p> <p>Ss: I see.</p> <p>(3) 10分鐘後統計各組得分及活動情形。(After 10 mins, the teacher checks up the results.)</p> <p>(4) 學童活動告一段落後，獎勵動作表現優異的組別，並請學童發表感言。(The teacher honors excellent students.)</p> | <p>足球<br/>碼錶</p> <p>足球<br/>足球場</p> | <p>分組競賽<br/>完成20公尺盤球前進練習</p> <p>團隊合作表現<br/>分組進行遊戲<br/>競賽</p> <p>成果心得發表</p> <p>仔細聆聽老師<br/>解說遊戲規則</p> <p>團隊合作表現<br/>分組進行遊戲<br/>競賽</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                   |                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------|
| <p>活動（二）圓形足球比賽 Soccer Games in a circle：教師說明圓形足球比賽的規則，並示範動作後，請學童分組進行活動。(The teacher groups students first. Then he or she describes the rules and demonstrates how to do it.)</p> <p>1. 規則 (Rule)</p> <p>(1) 找一空曠的場地，畫成圓形(也可以畫成矩形)。(Draw a circle on the ground.)</p> <p>(2) 六位學生一組，五位站在圓周上，一位站在圓心上。<br/>T: Six students are grouped into a team. 5 guys stand on the perimeter and 1 guy stand on the center point. Ss: Yes</p> <p>(3) 每組發給一顆足球，由圓周上的五位負責控球，圓心上的這一位設法去搶下這顆球。T: 5 guys contain the soccer ball to prevent the one on the center point from grabbing the ball. Ss: Yes.</p> <p>(4) 球若出界，或被站在圓心上的這位搶下球，就改由當時控球的站在圓周上那位下來站在圓心上當搶球的人。T: If the ball is grabbed by the one on the center point or outside the circle, and then he or she will go to stand on the perimeter ,originally one of 5 guys contains the ball have to stand on the center point and continue to try grabbing the ball contained by the other 5 guys.<br/>Ss: I know it.</p> <p>2. 告一段落後，獎勵表現優異的組別，並請學童發表感想。(The teacher honors excellent students.)</p> <p>～第七、八節結束～</p> | <p>足球<br/>足球場</p> | <p>仔細聆聽老師解說遊戲規則</p> <p>團隊合作表現<br/>分組進行遊戲競賽</p> <p>成果心得發表</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------|

本單元重要字詞統整

|                   |                    |                    |
|-------------------|--------------------|--------------------|
| football 足球       | football field 足球場 | goal 球門            |
| shoot 射門          | score 得分           | dribble 運球         |
| pass 傳球           | contain 控球         | instep 腳背          |
| inside/outside 內外 | boundary 界線        | cone 三角錐           |
| kick 踢            | circle 圓形          | center point 中央    |
| relay games 接力比賽  | speed up 加速        | move forwards 往前移動 |

Let's learn how to use instep to kick the soccer ball. 運用腳背踢球

Keep a proper distance 保持適當距離

Touch the ball with the instep. 腳背觸球

Kick the back of the ball and raise it up. 踢足球的後中部，並將球順勢踢起

Contain the ball between the feet and move forwards. 在兩腳間來回觸球，並前進

Keep your eyes on the feet and move forwards. 眼光注視腳部觸球的位置，並前進

Can you do that?

Pass the ball straight within 10 meters. 10公尺直線傳球

Dribble the ball around the cones 繞圈盤球

Use the inside/outside of your feet to move the ball around the cones.

用足內/外側，帶球繞圓錐

Keep the bodies stable. 身體保持平衡

Dribble the ball in the direction of Z. 盤球前進

嘉義市文雅國小 108 學年度沉浸式英語融入體育教學

三年級上學期英語融入肢體運動王教學之教案設計

|                    |                                                                                                                                                                              |                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>主題名稱</p>        | <p>肢體運動王</p>                                                                                                                                                                 | <p>教學設計者</p>       | <p>林容榆</p>                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>教學對象</p>        | <p>三年級學生</p>                                                                                                                                                                 | <p>教學節次</p>        | <p>4個單元共8節課(每節40分鐘)</p>                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>設計理念</p>        | <p>藉由接觸可移動的安全軟墊、跳箱等遊戲設備，讓學生學習團身搖籃、側滾翻、前滾翻及踏、跳箱等動作，再從遊戲中培養學生遵守團體規範，展現簡單的全身性身體活動及聯合性的基本運動能力。也藉由沉浸式英語的教學讓學生學習基本跑、跳、滾等動作英語詞彙。</p>                                                |                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>學習重點</p>        | <p><b>學習表現</b></p> <p>健體領域：<br/>1c-Ⅱ-1認識身體活動的動作技能。<br/>2c-Ⅱ-2表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br/>3d-Ⅱ-1運用動作技能的練習策略。<br/>4d-Ⅱ-2參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p> <p>英語領域：<br/>1-Ⅱ-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> | <p><b>核心素養</b></p> | <p>健體-E-A1<br/>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，發展運動與保健的特質。</p> <p>健體-E-B1<br/>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。</p> <p>健體-E-C2<br/>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。</p> <p>英-E-A1<br/>具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。</p> |
| <p><b>學習內容</b></p> | <p>健體領域：<br/>Cb-Ⅱ-2學校運動賽會</p> <p>英語領域：<br/>B-Ⅱ-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p>                                                                                                     |                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>教學目標</b></p>                  | <p><b>健體領域</b></p> <p><b>認知</b></p> <p>1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p><b>情意</b></p> <p>2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p><b>技能</b></p> <p>3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p><b>行為</b></p> <p>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p> <p><b>英語領域</b></p> <p><b>技能</b></p> <p>1-Ⅱ-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> <p>B-Ⅱ-1 第二學習階段所學字詞</p> |
| <p><b>教學方法</b></p>                  | <p>授課教師透過動作示範、分解練習、影帶觀賞、異質分組合作學習等多元教學方法，將英語融入體育領域教學中。在教學過程中，授課老師將以英語做為師生主要溝通的媒介，在示範或解說課程內容時均儘量以英語表達，學生則可選擇以中文或英語做為討論溝通的語言。授課教師當鼓勵學生，嘗試突破語言隔閡，達成英語融入體育課程中的各項學習任務。</p>                                                                                                                                  |
| <p><b>評量方式</b></p>                  | <p>實作評量、遊戲評量、教師觀察、口語評量、同儕互評</p>                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>三年級英語融入體育課程地圖（肢體運動王篇）</b></p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>課前準備</b></p>                  | <p>egg rolls 團身搖籃</p> <p>log/sausage/pencil rolls 直身側滾翻</p> <p>egg/sideways tucked rolls 團身測滾翻</p> <p>Forward rolls 前滾翻</p> <p>vaulting box 跳箱</p> <p>spring board 踏板</p> <p>mat 地墊</p> <p>running drills 跑步訓練</p> <p>dominant leg / heavy foot 慣用腳 Eyes center 向中看齊 Eyes front 向前看齊</p>              |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      | <p>Eyes right 向右看齊<br/> Eyes left 向左看 Line up 排隊 Extend 散開 Attention 立正<br/> At ease 稍息</p> <p>T: Please look at me. 師:請你看我<br/> Ss: I will look at you. 生:我會看著你<br/> Let's do the warm-up activities. 一起做暖身<br/> Class dismissed. 下課<br/> T: Let's..... 我們來...</p> |                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 週次                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 節次   | 單元名稱                                                                                                                                                                                                                                                                | 教學重點(體育/英語)                                                                                                                                                                 |
| 8-9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1-5節 | <p>一、墊上滾翻樂<br/> 二、跳箱我不怕</p>                                                                                                                                                                                                                                         | <p>Egg rolls 團身搖籃<br/> log/sausage/pencil rolls 直身側滾翻<br/> egg/sideways tucked rolls 團身測滾翻<br/> Forward rolls 前滾翻<br/> Vaulting Box 跳箱<br/> Spring board 踏板<br/> Mat 地墊</p> |
| 10-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 6-8節 | <p>三、快步向前跑<br/> 四、輕快來跑跳</p>                                                                                                                                                                                                                                         | <p>running drills 跑步訓練<br/> dominant leg / heavy foot 慣用腳</p>                                                                                                               |
| 教學活動流程                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |      |                                                                                                                                                                                                                                                                     | 教具                                                                                                                                                                          |
| <p>第1-3節:墊上翻滾樂</p> <p>A. 團身搖籃做暖身 egg rolls<br/> Teacher : Tuck your knees into your chest and roll along your spine.</p> <p>B. 直身側滾翻 log/sausage/pencil rolls<br/> C. 團身側滾翻 egg/sideways tucked rolls<br/> Teacher: Round body shape.</p> <p>D. 布置斜坡練滾翻<br/> Teacher: Chin on Chest. Round Body shape. Forward rolls.</p> <p>E. 平面前滾翻<br/> F. 滾翻猜拳再滾翻<br/> Teacher:Let' s play “paper, sicissors, rock.” Rolling to</p> |      |                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>跳箱、踏板、<br/> 地墊</p>                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>教師觀察<br/> 實作評量</p> <p>教師觀察<br/> 實作評量</p>                                                                                                                                 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                  |                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------|
| <p>the end.</p> <p>G. 斜坡連續前滾翻</p> <p>H. 平面連續前滾翻</p> <p>Teacher : Keep rolling.</p> <p><b>第4-5節:跳箱我不怕 vaulting box jumps</b></p> <p>A. 原地撐箱跳</p> <p>Teacher : My arms and hands are strong, fingers are spreading wide. Put two hands on the box and jump in place.</p> <p>B. 助跑踏跳練習</p> <p>C. 踏越跳箱</p> <p>D. 跨越跳箱</p> <p>Teacher : Stamp on the spring board and jump across the Vaulting Box.</p> <p>E. 踏跳上箱前跳下</p> <p>Teacher : Jump on the Vaulting Box, stand on it and jump down.</p> <p>F. 足拍掌練習</p> <p>Teacher : Put your arms on the Vaulting Box and clap your feet.</p> <p>G. 撐跳上箱前跳下</p> <p>Teacher : Put your arms on the Vaulting Box and jump across the Vaulting Box.</p> <p>H. 綜合練習</p> <p>Teacher : Let' s do different vaulting box jumps.</p> <p><b>第6-7節:快步向前跑</b></p> <p>A. 擺臂與快跑體驗</p> <p>Teacher : Wave your arms and run.</p> <p>B. 全速前進</p> <p>Teacher: Run as hard as you can.</p> <p>C. 手快腳快</p> <p>D. 兩人變速跑-double running</p> <p>E. 多人變速跑-crowd running</p> <p>F. 站立式起跑-On your mark, get set , go!</p> | <p>呼拉圈<br/>hula hoop<br/>懸掛物</p> | <p>遊戲評量</p> <p>同儕評量</p> <p>教師觀察<br/>實作練習</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>G. 快跑呀</p> <p>H. 綜合練習</p> <p>Teacher: Let' s do a couple of running drills.</p> <p>第8節:輕快來跑跳</p> <p>A. 找出慣用腳 dominant leg / heavy foot</p> <p>Teacher : Let' s find out your dominant leg.</p> <p>B. 單腳踩圈</p> <p>Teacher : Stamp with your single foot.</p> <p>C. 踩圈樂</p> <p>D. 看誰跳得遠</p> <p>Teacher : Let' s see who can jump the farthest.</p> <p>E. 跳高拍物</p> <p>Teacher : Let' s jump and touch the ball hanged up.</p> |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

本單元常用字詞整理:

|                   |                     |                                |
|-------------------|---------------------|--------------------------------|
| egg rolls 團身搖籃    | pencil rolls 直身側滾翻  | sideways tucked rolls<br>團身側滾翻 |
| forward rolls 前滾翻 | vaulting box 跳箱     | spring board 踏板                |
| mat 地墊            | running drills 跑步訓練 | dominant leg 慣用腳               |
| stamp 重踩          | jump 跳              | chin 下巴                        |
| chest 胸膛          | spine 脊椎            | Keep rolling.繼續滾               |

Tuck your knees into your chest. 膝抱胸

Roll along your spine.側滾

Chin on chest. 下巴放胸前

Let's play "paper, scissors, rock." 一起玩"剪刀石頭布"

Stamp on the spring board. 重踩跳板

Jump across the vaulting box. 跳過跳箱

Put two hands on the box. 兩手放在跳箱上

Stand on the vaulting box. 站在跳箱上

Jump down. 跳下

Clap your feet. 足拍掌

On your mark, get set , go! 各就各位，預備，跑!

G3-3 肢體運動王-5

Jump and touch the ball hanging up. 跳高拍物  
Let's see who can jump the farthest. 看誰跳得遠  
Let's find out your dominant leg. 找出慣用腳  
Stamp with your single foot. 單腳踩圈  
Wave your arms and run. 擺臂與快跑  
Run as hard as you can. 全速前進

## 嘉義市文雅國小 108 學年度沉浸式英語融入體育教學

### 三年級上學期英語融入樂樂棒球教學之教案設計

|             |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>主題名稱</b> | 揮棒玩球樂                                                                                                                                                     | <b>教學設計者</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 林容榆              |
| <b>教學對象</b> | 三年級學生                                                                                                                                                     | <b>教學節次</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2個單元共8節課(每節40分鐘) |
| <b>設計理念</b> | <p>樂樂棒球(TEE BALL)是教育部88學年度委託中小學棒球運動聯賽籌備委員會推廣及廣植發展棒球人口的一項計畫。由於樂樂棒球安全性高、道具簡便，規則與場地彈性化，因此大大增加了學生參與活動的機會。本單元依此設計相關遊戲活動，結合英語沉浸教學，希望孩子不僅玩得快樂也自然沉浸在英語的學習環境中。</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |
| <b>學習重點</b> | <b>學習表現</b>                                                                                                                                               | <p><b>健體領域：</b></p> <p>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p><b>英語領域：</b></p> <p>1-Ⅱ-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p>                                                                                            | <b>核心素養</b>      |
|             | <b>學習內容</b>                                                                                                                                               | <p><b>健體領域：</b></p> <p>Cb-Ⅱ-2 學校運動賽會</p> <p>Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p>Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。</p> <p><b>英語領域：</b></p>                                                                                                                                                                            |                  |
|             |                                                                                                                                                           | <p><b>健體-E-A1</b></p> <p>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，發展運動與保健的特質。</p> <p><b>健體-E-B1</b></p> <p>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。</p> <p><b>健體-E-C2</b></p> <p>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。</p> <p><b>英-E-A1</b></p> <p>具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。</p> |                  |

|                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                             | B- II-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 教學目標                        | <p><b>健體領域</b></p> <p><b>認知</b></p> <p>1d- II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p><b>情意</b></p> <p>2c- II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p><b>技能</b></p> <p>3c- II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p><b>行為</b></p> <p>4c- II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p><b>英語領域</b></p> <p><b>技能</b></p> <p>1- II-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> <p>B- II-1 第二學習階段所學字詞</p>   |
| 教學方法                        | 授課教師透過動作示範、分解練習、影帶觀賞、異質分組合作學習等多元教學方法，將英語融入體育領域教學中。在教學過程中，授課老師將以英語做為師生主要溝通的媒介，在示範或解說課程內容時均儘量以英語表達，學生則可選擇以中文或英語做為討論溝通的語言。授課教師當鼓勵學生，嘗試突破語言隔閡，達成英語融入體育課程中的各項學習任務。                                                                                                                                                                  |
| 評量方式                        | 實作評量、遊戲評量、教師觀察、口語評量、同儕互評                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>三年級英語融入體育課程地圖(樂樂棒球篇)</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 課前準備                        | <p>tee ball樂樂棒球 bat球棒 batting seat球座 base壘包</p> <p>Eyes center向中看齊 Eyes front向前看齊 Eyes right向右看齊</p> <p>Eyes left 向左看前 Line up排隊 Extend散開 Attention立正</p> <p>At ease稍息</p> <p>T: Please look at me. 師:請你看我</p> <p>Ss: I will look at you. 生:我會看著你</p> <p>Let's do the warm-up activities. 一起做暖身</p> <p>Class dismissed. 下課</p> |

| 週次                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 節次   | 單元名稱  | 教學重點(體育/英語)              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------|--------------------------|
| 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1-2節 | 慢跑踩壘  | Base Running             |
| 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 3-4節 | 快樂傳接球 | Partner Toss/Play Catch  |
| 8-9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5-8節 | 棒球樂樂樂 | Batting Practice         |
| 教學活動流程                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |      |       | 教具                       |
| <p><b>慢跑踩壘Base Running (第1-2節, 80分鐘)</b></p> <p><b>活動一</b></p> <p>1. 教學情境、場地安排及遊戲動線, 如圖一所示。第一位由本壘(home base)出發, 慢跑至一壘(first base)之後, 再由第二位繼續出發, 然後沿著各壘包的位置, 完成跑回本壘的動作。如此依序進行遊戲活動。</p> <p>2. 動作熟練後, 每位出發的時間可縮短, 以增強刺激, 提昇趣味性及挑戰性。</p> <p>T: Let's run the bases. We run one by one. Understand me?<br/>Ss: Yes.</p> <p>☆教學提示:</p> <p>1. 本壘採用兩塊壘包練習, 在進行遊戲時更安全, 也可讓動線更分明, 較不會產生推擠等狀況。</p> <p>2. 壘間距離及包數, 可依教學實際需要酌予彈性調整。</p> <p><b>活動二</b></p> <p>1. 教學情境、場地安排及遊戲動線, 如圖二所示</p> <p>2. 第一位由本壘出發, 慢跑至一壘之後, 再由第二位繼續出發, 然後沿著各壘包的位置, 完成跑回本壘的動作。如此依序進行遊戲活動。</p> <p>3. 動作熟練後, 每位出發的時間可縮短, 以增強刺激, 提昇趣味性及戰性。至於側跑的動作, 亦可嘗試其他方法替代, 如: 側交叉跑..等。</p> <p>T: How do we run bases?<br/>Ss: We run one by one.<br/>T: Very good. This time we try side running.<br/>Ss: OK.</p> <p>☆教學提示:</p> |      |       | 本壘二塊、壘包三塊(壘包不足, 可用厚紙板代替) |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |       | 教師觀察<br>實作評量             |

1. 本壘採用兩塊壘包練習，在進行遊戲時更安全，也可讓動線分明，較不會產生推擠等狀況。
2. 壘間距離及壘包數，可依教學實際需要酌予彈性調整。

### 活動三

1. 教學情境、場地安排及遊戲動線，如圖三所示。
2. 第一位由本壘出發，跑至一壘附近時，以繞壘包轉圈跑的方式（不必踩壘包）通過一壘，再奔本壘。如此依序進行遊戲活動。

T:How do we run?

Ss: We run one by one.

T:Excellent. This time, we run around the bases and pass them. Get it?

Ss: Sure.

☆教學提示：

1. 本壘採用兩塊壘包練習，在進行遊戲時更安全，也可讓動線更分明，較不會產生推擠等狀況。
2. 壘間距離及壘包數，可依教學實際需要的酌予彈性調整。
3. 動作熟練後，可進行「雙人牽手」的繞壘包轉圈跑。

### 活動四

1. 教學情境、場地安排及遊戲動線，同前。
2. 二人牽手直線跑，其中一人踩壘包(圖四)。
3. 三人牽手繞壘包轉圈跑，其中一人(中間者)踩壘包(圖五)
4. 二人在壘間以手猜拳，猜贏者踩壘包，猜輸者繞壘包轉圈跑(圖六)
5. 二人相向拉手直線跑，即一人後退跑，一人向前跑，向前跑的指揮後退跑的踩壘包。(圖七)

T:We run in pairs. Hold hands. We need to work together.

Ss: How do we do base running in pairs?/OK/No problem.

☆教學提示：

1. 本壘採用兩塊壘包練習，在進行遊戲更安全，也可讓動線更分明，較不會產生推擠等狀況。
2. 壘間距離及壘包數，可依教學實際需要酌予彈性調整。

## 快樂傳接球 Partner Toss/Play Catch (第3-4節，80分鐘)

### 活動一

1. 兩人一組共用一個球練習。
2. 兩人相向站立，相距約三~五公尺(視熟練情況，可遞增相隔的距離)，其中一方將球傳出，另一方準確地接球。然後兩人再

器材設備:安全材質之棒球(除反彈球傳接的

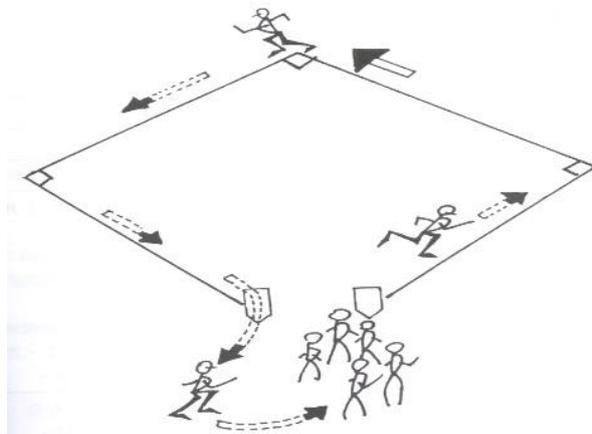
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--|
| <p>交換傳與接的動作，如此反覆進行。</p> <p>3. 練習項目包括肩上(單手，高舉過頭頂)傳球，低手(腰部以下經體側)傳球及反彈球傳接等。</p> <p>T: Let' s play partner toss.</p> <p>Ss: How to play it?</p> <p>T: We work in pairs. One throws the ball. The other catches the ball.</p> <p>Ss: Ok. / No problem.</p> <p>☆教學提示：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 練習時，應視場地以同一方向傳接為原則，並應避免相互干擾或產生危險情境。</li> <li>2. 地面平坦，是反彈球傳接練習的有利條件。</li> </ol> <p><b>活動二</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 兩人一組共用兩個球練習。</li> <li>2. 兩人相向站立，相距約三~五公尺(視熟練情況，可遞增相隔的距離)，練習時，雙方可同時將球傳出，再同時接球。</li> <li>3. 練習項目包括： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1). 同時肩上傳球</li> <li>(2). 一人肩上傳球，同時另一人傳接反彈球</li> <li>(3). 同時傳接反彈球</li> <li>(4). 一人做反彈球，同時另一人做滾球的傳接</li> <li>(5). 一人肩上傳球，同時另一人接滾地球</li> </ol> <p>T: Today we do five ways to play catch.</p> <p>Ss: Yeah...</p> </li> </ol> <p>☆教學提示：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教學時，視學生程度及動作反應，適時參考活動內容，決定全部施教或部分施教。</li> </ol> <p><b>活動三</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每組五~八人，兩組相向或站立並排成縱隊，練習移動式傳接球。</li> <li>2. 兩組相向之相隔距離約四~六公尺，傳接球之後的移動路線可分兩種。第一種，由排頭跑到自己隊的隊尾；第二種，由排頭跑到對方隊的隊尾，此種移動方式傳接球可不斷地循環進行。</li> </ol> | <p>練習外，其他活動亦可用紙球代替)</p> |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                         |                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <p>T: We have to play catch and keep moving.<br/>S: No...it' s too hard! / Yes, it' s easy.</p> <p>☆教學提示:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在傳接的過程中，儘量保持兩腳不斷在移動的狀態，隨時準備去接球。</li> </ol> <p><b>棒球樂樂樂 Batting Practice (第5-8節，320分鐘)</b></p> <p><b>活動一</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 四人一組，兩人共同持呼拉圈，並站在傳接者中間</li> <li>2. 傳接者相向站立在兩邊，相距約五公尺。遊戲活動進行時，傳接者必將球投出並穿過中間的呼拉圈後，讓接球者接住。</li> <li>3. 其他遊戲規則，可由生共同訂定。</li> </ol> <p>Ss: What do we do today?<br/>T: We throw the ball through hula hoop.</p> <p>☆教學提示:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可計算十次傳接球，共穿越幾次呼拉圈，以引起學習興趣。</li> <li>2. 除肩上傳接球外，亦可嘗試穿過呼拉圈後變成反彈球。</li> </ol> <p><b>活動二</b>轉體練習Swing Practice</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 雙腳併攏，左手前平舉，右手側平舉</li> <li>2. 左手不動，右手向左拍擊左手</li> <li>3. 以上1、2動作反覆操作。</li> <li>4. 雙腳開立，兩手側平舉。</li> <li>5. 左手不動，右手向左拍擊左手</li> <li>6. 以上4、5動作反覆操作。</li> </ol> <p>☆教學提示:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本活動主要強調基本擊打的要領。</li> <li>2. 應多指導揮擊時，借重腰力轉身的動作配合。</li> </ol> <p>T: Let' s do swing practice.<br/>Ss: How do we do it?</p> <p><b>活動三</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師將紙球懸掛於適合擊打的高度。</li> <li>2. 進行徒手擊打紙球的遊戲。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全材質之棒球(除反彈球傳接的練習外，其他活動亦可用紙球代替)</li> <li>2. 每組一個呼拉圈。</li> </ol> <p>球懸掛於能打</p> | <p>教師觀察<br/>實作評量<br/>同儕評量</p> <p>教師觀察</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|

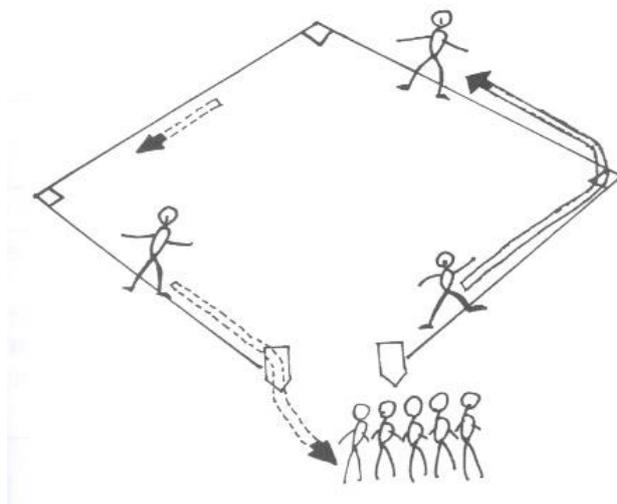
|                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------|
| <p>☆教學提示：</p> <p>1. 除了上述方法之外，亦可鼓勵學生設計不同的徒手擊打的動作與要領。</p> <p>T: Guess! What are we going to do today?</p> <p>Ss: Batting practice!</p>                                                                                                                                    | <p>擊到的高度</p>           | <p>同儕互評</p>                   |
| <p><b>活動四</b></p> <p>1. 將球放在擊球座上</p> <p>2. 運用學習的舊經驗，利用<b>徒手</b>將球擊打出去</p> <p>3. 把球擊打出去，並能超出<b>三公尺</b>的範圍，即算打擊成功過關</p> <p>T: We put the ball on the batting tee and hit the ball with your strong hand. If the ball flies over 3 meters, you win.</p> <p>Ss: Got it.</p> | <p>球座、樂樂棒<br/>球、邊線</p> | <p>教師觀察<br/>實作練習<br/>口語評量</p> |
| <p>☆教學提示：</p> <p>1. 國小低中年級或初學者以擊打三公尺為過關標準。</p> <p>2. 過關標準可依學生能力調整其遠度。</p>                                                                                                                                                                                               |                        |                               |
| <p><b>活動五</b></p> <p>1. 瞭解球棒與球的第一類接觸的各種可能性，3-4人一組想出三種方式。</p> <p>2. 球置於地上，學生手持棒，嘗試各種遊戲的可能性，如撥球、撞球、相互撥球傳接。</p> <p>T: Try to touch the ball in different ways. One team creates at least 3 ways.</p> <p>Ss: No.....</p>                                                    | <p>球座、樂樂棒<br/>球、邊線</p> | <p>同儕互評<br/>遊戲評量</p>          |
| <p>☆教學提示：</p> <p>1. 以嘗試性為主，不特別強調打擊的技巧。</p>                                                                                                                                                                                                                              |                        |                               |
| <p><b>活動六</b></p> <p>1. 將球放在擊球座上</p> <p>2. 運用學習的舊經驗，利用球棒將球擊出去</p> <p>3. 把球擊打出去，並能超出四公尺的範圍，即算打擊成功過關</p> <p>Ss: Can we hit the ball today?</p> <p>T: Yes.</p>                                                                                                             | <p>球座、樂樂棒<br/>球、邊線</p> |                               |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <p>Ss: Yeah!</p> <p>☆教學提示:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 國小低中年級或初學者以擊打四公尺為關標準。</li> <li>2. 過關標準可依學生能力調整其遠度。</li> </ol> <p><b>活動七</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在擊球座外圍，畫上數個得分區塊</li> <li>2. 打擊前，打擊者應說出預估球落地的區塊。球打擊出去後，與預估的相符，則得分加倍，否則僅得十分</li> <li>3. 計算打擊五次或十次的得分。</li> </ol> <p>T: We hit the ball to the scoring zone.</p> <p>Ss: OK!</p> <p>☆教學提示:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 得分結果可自我比較，或與他人比較，並能向更高的得分記錄挑戰。</li> <li>2. 可由師生共同訂定相關遊戲規則。</li> </ol> | <p>球座、樂樂棒<br/>球、邊緣、得<br/>分區域</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|

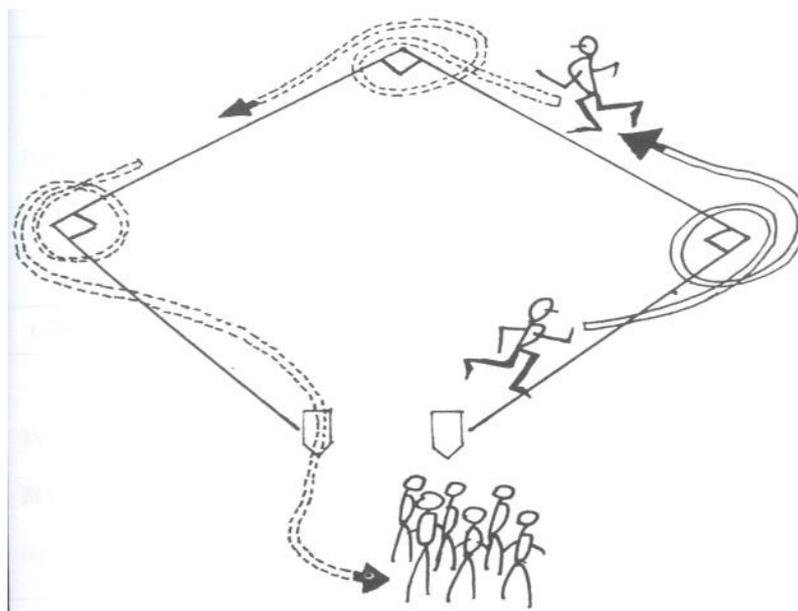
附件  
圖一

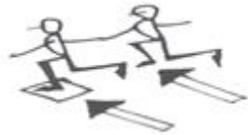


圖二



圖三





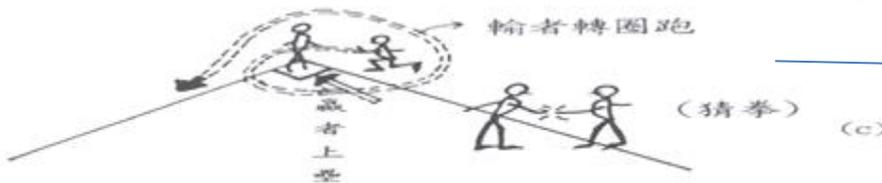
(a)

圖四



(b)

圖五



(c)

圖六



(d)

圖七

本單元字彙總整理

|                   |                               |                       |
|-------------------|-------------------------------|-----------------------|
| tee ball 樂樂棒球     | bat 球棒                        | batting seat 球座       |
| hula hoop 呼拉圈     | base 壘包                       | first base 一壘         |
| second base 二壘    | third base 三壘                 | home base 本壘          |
| base running 跑壘   | partner toss / play catch 傳接球 | batting practice 打擊練習 |
| throw the ball 丟球 | catch the ball 接球             | hit the ball 打球       |
| keep going 繼續     | the scoring zone 得分區          |                       |

Let's run around the bases. 跑到壘包繞一圈

We run one by one. 一個一個輪流跑

This time we try side running. 這次我們練習側跑

We run around the bases, pass them and run back to the home base.

繞壘包轉圈跑，再回本壘

Let's play partner toss / catch. 一起來玩傳接球

Classroom English 課中常用語

|                          |                 |                   |
|--------------------------|-----------------|-------------------|
| Eyes center 向中看齊         | Eyes front 向前看齊 | Eyes right 向右看齊   |
| Eyes left 向左看前           | At ease 稍息      | Extend 散開         |
| Attention 立正             | Line up 排隊      | OK/No problem 沒問題 |
| Class dismissed. 下課      | Get it? 了解嗎?    | Understand? 瞭解嗎?  |
| Good job. = Excellent 好棒 | Let's try. 試試看  | Listen to me. 聽我說 |
| It's easy/hard. 簡單/困難    |                 |                   |

Please look at me.= Eyes on me. 請看我

Let's do the warm-up activities. 一起做暖身

We run/work in pairs. 兩個兩個一起跑/合作

Hold hands. 握著手 We need to work together. 我們一起合作

How do we do the activity? 這個活動怎麼做?

Let's give him/her a big hand. 掌聲鼓勵鼓勵

嘉義市文雅國小 108 學年度沉浸式英語融入體育教學

三年級下學期英語融入舞動韻律風之教案設計

|                    |                                                                                                                                                                                     |                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>主題名稱</p>        | <p>舞動韻律風</p>                                                                                                                                                                        | <p>教學設計者</p>       | <p>林容榆</p>                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>教學對象</p>        | <p>三年級學生</p>                                                                                                                                                                        | <p>教學節次</p>        | <p>4個子題，8節課(每節40分鐘)</p>                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>設計理念</p>        | <p>透過鴨子舞、有氧韻律活動，讓學生學習與人互動並體驗有氧運動。在跳舞的過程當中培養彼此互動的默契，並能用簡單的英語語言傳達舞蹈動作訊息。</p>                                                                                                          |                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>學習重點</p>        | <p><b>學習表現</b></p> <p>健體領域：<br/>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br/>3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。<br/>4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。英語領域：<br/>1-Ⅱ-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> | <p><b>核心素養</b></p> | <p>健體-E-A1<br/>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，發展運動與保健的特質。</p> <p>健體-E-B1<br/>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。</p> <p>健體-E-C2<br/>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。</p> <p>英-E-A1<br/>具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。</p> |
| <p><b>學習內容</b></p> | <p>健體領域：<br/>Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br/>Ib-Ⅱ-2 土風舞遊戲。<br/>英語領域：<br/>B-Ⅱ-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p>                                                                                     |                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>學習目標</b></p> | <p><b>健體領域</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生能欣賞並體會跳舞的樂趣。</li> <li>2. 學生能合作學習，學會基本的舞蹈動作，並且設計舞蹈的動作。</li> <li>3. 學生能互相觀摩，並鼓勵他人的努力。</li> </ol> <p><b>英語領域</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能聽懂英文的簡易舞蹈術語，並能作適當的回應。</li> <li>2. 能簡單以英語口語回答問題。</li> </ol> |
| <p><b>教學方法</b></p> | <p>授課教師透過動作示範、分解練習、影帶觀賞、異質分組合作學習等多元教學方法，將英語融入體育領域教學中。在教學過程中，授課老師將以英語做為師生主要溝通的媒介，在示範或解說課程內容時均儘量以英語表達，學生則可選擇以中文或英語做為討論溝通的語言。授課教師當鼓勵學生，嘗試突破語言隔閡，達成英語融入體育課程中的各項學習任務。</p>                                                                                                                   |
| <p><b>評量方式</b></p> | <p>實作評量、遊戲評量、教師觀察、口語評量、同儕互評</p>                                                                                                                                                                                                                                                        |

**三年級英語融入體育課程地圖（舞動韻律風篇）**

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>課前準備</b></p> | <p>walk、swim、fly、eat、lay eggs<br/>         Make the beaks—wings-- tail feathers---and four claps<br/>         Arm in arm and turn around----skip step<br/>         Dance steps<br/>         Stamp (重踏步)<br/>         Draw Step (踏併步)<br/>         Cross Step ( 麻花步)<br/>         Jumping Jack (feet only)<br/>         Knees-up Hops (feet only)<br/>         Triangle Dance—right left middle      Zumba<br/>         Eyes center 向中看齊    Eyes front 向前看齊    Eyes right 向右看齊<br/>         Eyes left 向左看    Line up 排隊    Extend 散開    Attention 立正<br/>         ease 稍息<br/>         T: Eyes on me. 師:請你看我<br/>         Ss: Eyes on you. 生:我會看著你<br/>         Let's do the warm-up. 一起做暖身<br/>         Class dismissed. 下課<br/>         T: Let's..... 我們來...</p> |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| 週次 | 節次  | 單元名稱   | 學習重點(體育/英語)                                                                                                                          |
|----|-----|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | 1-2 | 可愛的鴨子  | (1)walk、swim、fly、eat、lay eggs<br>(2)Make the beaks—wings-- tail feathers---and four claps<br>Arm in arm and turn around----skip step |
|    | 3-4 | 身體動一動  | Dance steps<br>Stamp (重踏步)<br>Draw Step (踏併步)<br>Cross Step ( 麻花步)<br>Jumping Jack (feet only)<br>Knees-up Hops (feet only)          |
|    | 5-6 | 三角舞行不行 | Triangle Dance-right left middle                                                                                                     |
|    | 7-8 | 有氣來一下  | Zumba                                                                                                                                |

| 教學活動流程                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 教具                                                                          | 評量                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <p>子題一：可愛的鴨子 (第1-2節，80分鐘)</p> <p><b>Class I Ducks find friends</b></p> <p>Activity 1<br/>(1)Discussion : What does a duck look like?<br/>(2)Imitate Duck's gesture and motion<br/>Ex : walk、swim、fly、eat、lay eggs<br/>(3)Teacher gives Ss a tempo to move like ducks<br/>8 beats * 8 times (8個八拍)</p> <p>Activity 2<br/>Game : Do the same action----- fail out<br/>Ss who stay in the corner win the game</p> <p><b>Class II The Duck/Chicken Dance</b></p> <p>Activity 1<br/>Ss watch the videos</p> | <p>tambourine</p> <p><b>Music :</b><br/>The Duck/<br/>Chicken<br/>Dance</p> | <p><b>T</b><br/>observation</p> <p><b>T</b><br/>observation</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                           |                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <p>(1)<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IN5xbGwtqAU">https://www.youtube.com/watch?v=IN5xbGwtqAU</a><br/>(Taiwan)</p> <p>(2)<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=85&amp;v=6UV3kRV46Zs&amp;feature=emb_title">https://www.youtube.com/watch?time_continue=85&amp;v=6UV3kRV46Zs&amp;feature=emb_title</a> (the USA)</p> <p>(3)<a href="https://www.youtube.com/watch?v=AslZqfnNJwY">https://www.youtube.com/watch?v=AslZqfnNJwY</a> (the USA)</p> <p>Activity 2<br/>Slogans &amp; Dance Steps<br/>Make the beaks—wings-- tail feathers---and four claps<br/>Arm in arm and turn around----skip step</p> <p>Activity 3<br/>Show Time</p> <p>子題二：身體動一動 (第3-4節，80分鐘)</p> <p><b>Class I Enjoy Basic Dance Steps</b></p> <p>Activity 1--Feet<br/>(1)Simple aerobic exercise (warm up the body)--<br/>Walk, run, jump with music<br/>(2)Stamp (重踏步)<br/>Draw Step (踏併步)<br/>Cross Step ( 麻花步)<br/>Jumping Jack (feet only)<br/>Knees-up Hops (feet only)</p> <p>Activity 2--Arms<br/>(1)Simple arm's moving<br/>Elbow movement----up----side----down<br/>Wave arms<br/>Claps<br/>Twisting Wrists<br/>(2) Ss design their arm moving in groups</p> | <p>Aerobic Music</p> <p>Aerobic Music</p> | <p>T/S evaluation</p> <p>T observation</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|



(2) Pattern

|                   |                   |                   |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Position A</b> | <b>Position B</b> | <b>Position C</b> |
| -Middle           | -Right            | -Left             |
| -Left             | -Middle           | -Right            |
| -Right            | -Left             | -Middle           |

(3) Jumping Spot-Ss jump with specific patterns



※Resource:

Triangle Dance Tutorial may help

<https://www.youtube.com/watch?v=dNbhxzbeRYI>

Activity 3--Ss Practice

Class II Triangle Dance

Activity 1—Review Class I

Activity 2--Show Time

子題四:有氣來一下 (第7-8節, 80分鐘)

Class I Zumba

Video

T/S  
evaluation

PPT  
Video

T/S  
evaluation

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------|
| <p>Activity 1-- Teacher's Instruction 1<br/> (1) prepare for 8 beats * 4 times (4個八拍)<br/> (2) roll arms for 8 beats * 4 times<br/> (3) wipe window + cheer up for 8 beats * 4 times<br/> (4) wave arms for 8 beats * 2 times<br/> ※Resource:<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8">https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8</a> 2minutes</p>                                                                                                      | <p>Videos</p> | <p>T<br/>observation</p> |
| <p>Activity 2—Teacher's Instruction 2<br/> (1) 8 beats * 4 times (motion 1)<br/> (2) banana (motion 2)<br/> (3) 8 beats * 4 times (motion 3)<br/> (4) banana (motion 4)<br/> ※Resource:<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FPOwgVhUC9w">https://www.youtube.com/watch?v=FPOwgVhUC9w</a><br/> 1'09 minutes</p>                                                                                                                                                   | <p>Videos</p> | <p>T<br/>observation</p> |
| <p>Activity 3—More examples for Zumba<br/> ※Resource-<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FPOwgVhUC9w">https://www.youtube.com/watch?v=FPOwgVhUC9w</a> from1:10</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Videos</p> | <p>T<br/>observation</p> |
| <p>Activity 4 --Ss create their Zumba<br/> Criteria : 4 motions (Ss can imitate Activity 2)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                          |
| <p><b>Class II Create New Zumba</b><br/> Activity 1 more example for zumba<br/> Teacher's introduction<br/> (1)<a href="https://www.youtube.com/watch?v=UYXd8REhSvA">https://www.youtube.com/watch?v=UYXd8REhSvA</a><br/> (2)<a href="https://www.youtube.com/watch?v=A-dtvDa_IWc">https://www.youtube.com/watch?v=A-dtvDa_IWc</a><br/> Ex: churn travelling hands, down/up/forward/backward/to the middle, right, left</p> <p>Activity 2<br/> Ss practice their Zumba</p> | <p>Videos</p> | <p>T<br/>observation</p> |

|                                                                         |  |                           |
|-------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------|
| <b>Activity 3</b><br>Each team shows their Zumba and the others follow. |  | <b>T/S<br/>evaluation</b> |
|-------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------|

本單元重要字詞總表

|                             |                            |                                       |
|-----------------------------|----------------------------|---------------------------------------|
| walk 走路                     | swim 游泳                    | fly 飛                                 |
| eat 吃                       | lay eggs 孵蛋                | dance steps 舞步                        |
| stamp 重踏步                   | draw Step 踏併步              | cross step 麻花步                        |
| jumping jack 開合跳            | knee-up hops               | Triangle Dance 三角舞                    |
| right—left--middle<br>右、左、中 | Zumba 尊巴舞                  | aerobic exercise 有氧運動                 |
| wave arms 揮手                | clap 拍手                    | twist the wrists 扭動手腕                 |
| up--side—down<br>上面、側邊、下面   | churn travelling hands 手繞圈 | to the right/left/middle<br>到右邊/左邊/中間 |
| forward 往前                  | backward 往後                | wipe windows 擦玻璃                      |

What does a duck do? 鴨子會做什麼?

What are the slogans/dance steps? 口訣/舞步是什麼?

Make the beaks—wings-- tail feathers---and four claps 鳥嘴—翅膀—尾巴—拍四下

Arm in arm and turn around 手拉手，轉一圈

Let's do some simple aerobic exercise. 做點簡單的有氧運動

Let's warm up the body. 暖身一下

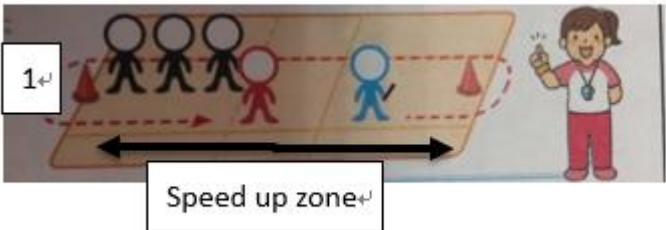
Move your arms/elbows. 動動手臂/手肘

嘉義市文雅國小 108 學年度沉浸式英語融入體育教學

三年級下學期英語融入田徑之教案設計

|                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>主題名稱</p>                                                                                                                                        | <p>跑跳好體能</p> | <p>教學設計者</p>                                                                                                                                                                  | <p>林容榆</p>                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>教學對象</p>                                                                                                                                        | <p>三年級學生</p> | <p>教學節次</p>                                                                                                                                                                   | <p>2個子題，8節課(每節40分鐘)</p>                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>設計理念</p> <p>本單元課程活動設計以接力跑、跳高等二項目為主，接力跑例如繞物接力跑、直道慢跑的技巧，跳高例如跑跳、左右側跳、向前跳躍與轉身跳躍過繩等初級跳高技巧，再進階學習連續雙腳跳躍與單腳跳躍過繩的動作要領。在英語融入方面，能用簡單的英語語言傳達跑步及跳躍的動作語彙。</p> |              |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>學習重點</p>                                                                                                                                        |              | <p>學習表現</p> <p>健體領域：<br/>1d-Ⅱ-1認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>2c-Ⅱ-1遵守上課規範和運動比賽規則。<br/>3c-Ⅱ-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。<br/>4c-Ⅱ-2了解個人體適能與基本運動能力表現。<br/>英語領域：<br/>1-Ⅱ-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> | <p>核心素養</p> <p>健體-E-A1<br/>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，發展運動與保健的特質。</p> <p>健體-E-B1<br/>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。</p> <p>健體-E-C2<br/>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。</p> <p>英-E-A1<br/>具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。</p> |
|                                                                                                                                                    |              | <p>學習內容</p> <p>健體領域：<br/>Ga-Ⅱ-1跑、跳與行進間投擲的遊<br/>英語領域：<br/>B-Ⅱ-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p>                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |                                                                                 |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 學習目標                         | <p><b>健體領域</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生能學習各式繞物接力的遊戲並做出繞物接力跑的動作。</li> <li>2. 學生能做出跑跳及單腳跳、雙腳跳、左右側跳、向前跳躍過繩及跳要轉身過繩，並完成各種跳高遊戲。</li> <li>3. 學生能互相觀摩，並鼓勵他人的努力。</li> </ol> <p><b>英語領域</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能聽懂英文的簡易跑跳術語，並能作適當的回應。</li> <li>2. 能簡單以英語口語回答問題。</li> </ol> |       |                                                                                 |
| 教學方法                         | 授課教師透過動作示範、分解練習、影帶觀賞、異質分組合作學習等多元教學方法，將英語融入體育領域教學中。在教學過程中，授課老師將以英語做為師生主要溝通的媒介，在示範或解說課程內容時均儘量以英語表達，學生則可選擇以中文或英語做為討論溝通的語言。授課教師當鼓勵學生，嘗試突破語言隔閡，達成英語融入體育課程中的各項學習任務。                                                                                                                                                       |       |                                                                                 |
| 評量方式                         | 實作評量、遊戲評量、教師觀察、口語評量、同儕互評                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                                                                                 |
| <b>三年級英語融入體育課程地圖（跑跳好體能篇）</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |                                                                                 |
| 課前準備                         | <p>relay接力 track跑道 track and field 田徑<br/> baton接力棒 catch接住 hold拿著 cone角椎<br/> rubber band ropes 橡皮筋繩 height 高度<br/> jump 雙腳跳 hop單腳跳 skip連續跳(不同腳)<br/> high jump跳高<br/> T: Eyes on me. 師:請你看我<br/> Ss: Eyes on you. 生:我會看著你<br/> Let' s do the warm-up. 一起做暖身<br/> Class dismissed. 下課<br/> T: Let' s…… 我們來…</p>    |       |                                                                                 |
| 週次                           | 節次                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 子題名稱  | 學習重點（體育/英語）                                                                     |
|                              | 1-4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 繞物接力跑 | relay接力 track跑道 track and field 田徑<br>baton接力棒 catch接住 hold拿著 cone角椎            |
|                              | 5-8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 跳躍來闖關 | rubber band ropes 橡皮筋繩 height 高度<br>jump 雙腳跳 hop單腳跳 skip連續跳(不同腳)<br>high jump跳高 |

| 教學活動流程                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 教具                      | 評量                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------|
| <p>子題一：繞物接力跑（第1-4節，160分鐘）</p> <p>Class I</p> <p>Activity 1: Warm-up<br/>jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch</p> <p>Activity 2: Circle Relay<br/>(1) T sets up two circles, and Ss practice circle relay<br/>(2) T reminds Ss the skills to catch and hold the baton<br/>Eyes front. Stretch the arm out. Upturn the hand. Put the baton down to the hand.</p>  <p>Activity 3: Obstacle Relay - Part 1<br/>(1) T sets up the running tracks and the obstacles<br/>(i) T Put 2 cones at the end of 2 sides<br/>(ii) Line behind cone 1 and are prepared to run<br/>(iii) Catch the baton in “Speed up zone”</p>  | <p>batons<br/>cones</p> | <p>T<br/>observation</p> |

(2)T reminds Ss the skills to catch and hold the baton  
 Eyes front. Stretch the arm out. Upturn the hand. Put the baton down to the hand.

Activity 4: Game for Obstacle Relay-Part 1

(1) T reminds Ss to keep safe

**Class II**

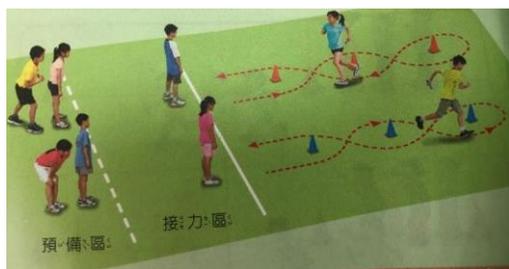
Activity 1: Warm-up

jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch...etc

Activity 2: Obstacle Relay - Part 2

(1)T sets up the running tracks and the obstacles

- (i) Put 3 cones on the tracks
- (ii) Run in “S” shape
- (iii) Wait in preparation line
- (iv) Catch the baton at Speed up zone”



(2)T reminds Ss the skills to catch and hold the baton  
 Eyes front. Stretch the arm out. Upturn the hand. Put the baton down to the hand.

(3)Ss need to keep speed and control running directions

Activity 3: Game for Obstacle Relay- Part 2

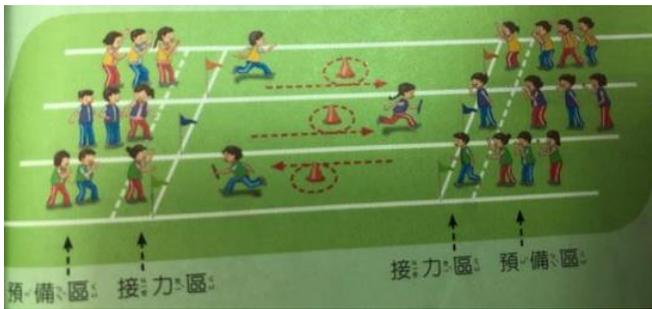
(1) T reminds Ss to keep safe

batons  
cones

T  
observation

Activity 4: Obstacle Relay - Part 3

- (1) T sets up the running tracks and the obstacles
  - (i) Ss in the same team stand at the end of 2 sides (preparation zone)
  - (ii) Run from “catching zone”
  - (ii) Put 1 cone in the middle
  - (iii) Left side starts first---run around the cone---give the baton to the partner



- (2) T reminds Ss the skills to catch and hold the baton  
 Eyes front. Stretch the arm out. Upturn the hand. Put the baton down to the hand.
- (3) Ss need to keep speed and control running directions

**Class III**

Activity 1: Warm-up

jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch

Activity 2: Formal Relay Race

- (1) T sets up the running zone based on formal relay races on Sports Day
- (2) Ss Competition

batons  
cones

T  
observation

Class IV

Activity 1: Warm-up

jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch

High cones

T-ball

T  
observation

Activity 2: Hurdle Relay

- (1) Ss run and raise one leg across the cones
- (2) T reminds Ss to raise their legs as high as possible

Activity 3: Relay Race with Balls on the Top of Cones

- (1) Ss take turns to run and put balls on the top of cones
- (2) T reminds Ss to make sure that the ball is on the top of the cone before taking another ball

Activity 4: Physical Training Exercise

- (1) T sets up the training environment

Hula hoops

T  
observation



- (2) Ss run through hula hoops
- (3) One S runs through hula hoops, picks up hula hoops and the next S puts hula hoops back again

※Resources for T

<https://www.youtube.com/watch?v=JHyN9ObK5cw> 56''

<https://www.youtube.com/watch?v=JHyN9ObK5cw> 1'35''

<https://www.youtube.com/watch?v=kIJty6vDOzA> 5'47''

子題二：跳躍來闖關（第5-8節，160分鐘）

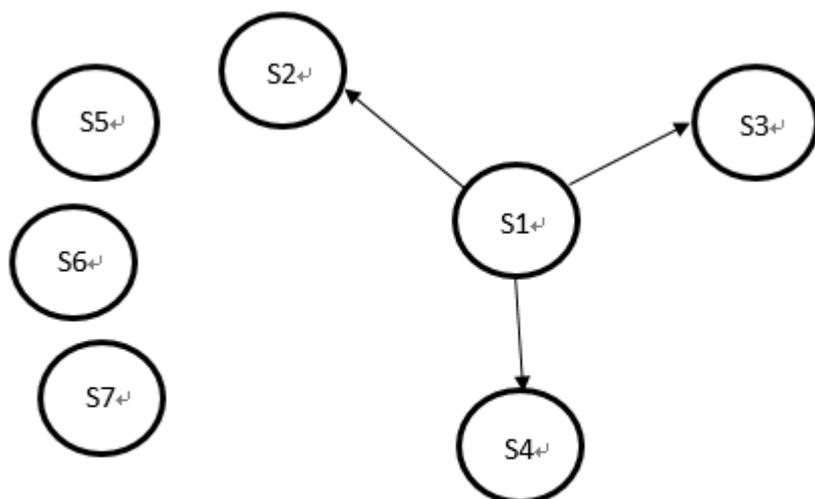
Class V

Activity 1: Warm-up

jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch

Activity 2: Jump, Jump, Jump

- (1) T assigns 6-8 Ss as a group
- (2) 4 Ss hold ropes (Picture 1)
- (3) 2-4 Ss practice to jump with different height (on the shoulder, on the head or above the heads)
- (4) S1 is taking three roles at a time  
S2-S4 hold the ropes with S1
- (5) S5-S7 practice hop, jump and side jump
- (6) After 5 minutes, S1→S2 S2→S3 S3→S4...



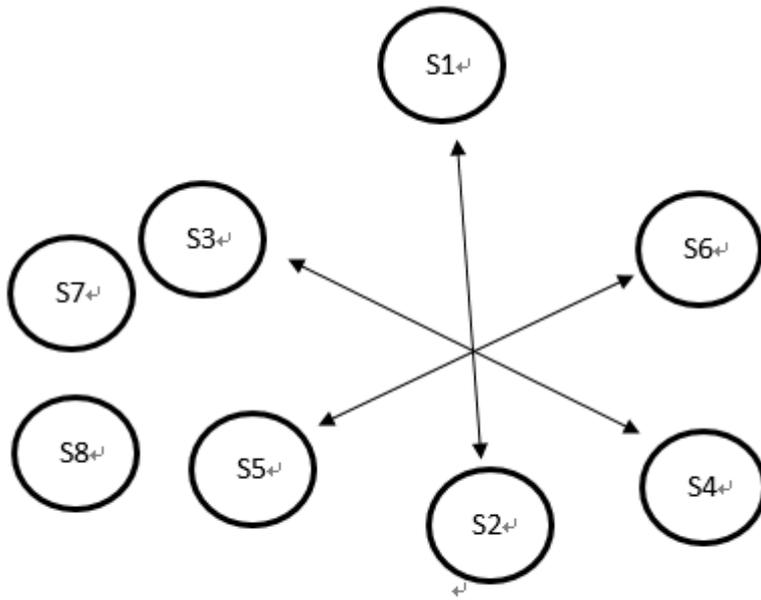
Picture 1

rubber band ropes

Ss Discussion

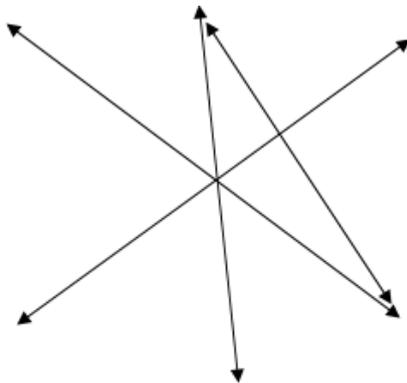
Activity 3: Jump across the Spider Webs

- (1) T assigns 6-8 Ss as a group
- (2) 6 Ss hold ropes (Picture 2)
- (3) After 5 minutes, S1→S2 S2→S3 S3→S4...



Picture 2

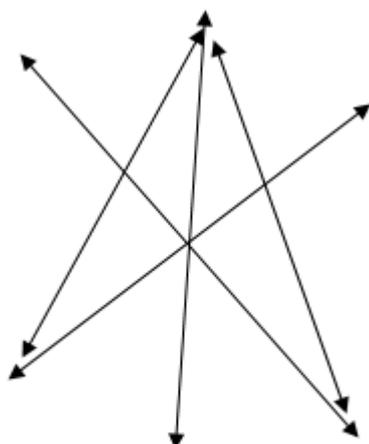
- (4) 2 Ss practice to jump with different height (on the shoulder, on the head or above the heads)
- (5) Ss practice hop, jump and side jump
- (6) Add 1 rope (4 ropes in total)



rubber band ropes

Ss Discussion

(7) Add 2 ropes (5 ropes in total)



Class VI

Activity 1: Warm-up

jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch

Activity 2: Left & Right Side Jump

(1) Fasten the ropes to two boxes at 30-centimeter height

(2) Ss practice left & right side jump

(3) The height of the ropes changes based on Ss' ability

Activity 3: Forward Jump

(1) Fasten the ropes to two boxes at 30-centimeter height

(2) Ss practice forward jump

(3) The height of the ropes changes based on Ss' ability

Activity 4 Turn-Around Jump

(1) Fasten the ropes to two boxes at 30-centimeter height

(2) Ss practice turn around jump

(3) The height of the ropes changes based on Ss' ability

rubber band  
ropes

several  
boxes

Self-evaluation  
worksheet

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                     |                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------|
| <p><b>Class VII</b></p> <p>Activity 1: Warm-up<br/>jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch</p> <p>Activity 2: Continuous Jump<br/>(1) Fasten the ropes to a set of two boxes at 30-centimeter height (add 2 or more sets later)<br/>(2) Ss practice continuous forward jump<br/>(3) The height of the ropes changes based on Ss' ability</p> <p>Activity 3: Continuous Hop<br/>(1) Fasten the ropes to two boxes at 30-centimeter height (add 2 or more sets later)<br/>(2) Ss practice continuous forward jump<br/>(3) The height of the ropes changes based on Ss' ability</p> | <p>rubber band ropes</p> <p>several boxes</p>       | <p>Self-evaluation worksheet</p> |
| <p><b>Class VIII</b></p> <p>Activity 1: Warm-up<br/>jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, stretch</p> <p>Activity 2: Track and Field Training-Bingo Line<br/>(1) T sets up the training environment<br/>(2) Ss in different teams hold different objects, run and put the objects in the grid which is made by Frisbees<br/>(3) Ss have 5 seconds to replace the objects<br/>(4) The team who makes a vertical/horizontal/diagonal line first wins the game</p>                                                                                                                        | <p>16 Frisbees</p> <p>4 balls</p> <p>4 shuttles</p> | <p>T evaluation</p>              |



※Resource for T

[https://www.youtube.com/watch?v=5CM\\_AhWEcaM](https://www.youtube.com/watch?v=5CM_AhWEcaM)

### Activity 3: High Jump

- (1) Ss practice high jump with rubber band ropes with different heights and write down their own records
- (2) T invites Ss who are talented to do the presentation
- (3) Ss learn how to appreciate power and beauty of human beings when jumping

Self-  
evaluation  
worksheet

Peer  
evaluation

本單元重要字詞一覽表

|                     |                                  |                      |
|---------------------|----------------------------------|----------------------|
| relay 接力            | track 跑道                         | track and field 田徑   |
| baton 接力棒           | catch 接住                         | hold 拿著              |
| cone 角椎             | rubber band ropes 橡皮筋<br>繩       | height 高度            |
| jump 雙腳跳            | Hop 單腳跳                          | Skip 連續跳(不同腳)        |
| high jump 跳高        | relay race 接力賽                   | circle relay 圓形接力    |
| obstacle relay 障礙接力 | hurdle relay 跨欄接力                | preparation zone 準備區 |
| catching zone 接棒區   | right-side jump 右側跳              | left-side jump 左側跳   |
| forward jump 向前跳    | continuous forward jump<br>連續向前跳 | turn-around jump 旋轉跳 |

Let's do the warm-up activities: jogging, jump ropes, jump jacks, butt kicks, high knees, and stretch 一起來暖身:慢跑、跳繩、開合跳、踢屁股、抬膝、伸展

Eyes front. 眼睛看前面

Stretch the arm out. 手伸出去

Upturn the hand. 手心朝上

Put the baton down to the hand. 將接力棒放入手中

Run in "S" shape. S 型跑步

Keep speed and control running directions. 保持速度並控制跑步方向

Raise your legs as high as possible. 盡量將腿抬高

Make a vertical/horizontal/diagonal line. 排成一直線/水平線/對角線

# 宜蘭縣員山鄉七賢國民小學

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                                 |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------|
| 教學單元                  | 足球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 教學設計者 | 王元璋                             |
| 教學對象                  | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 教學時數  | 10 節課(5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| 能力指標<br>(學習表現)        | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。<br/>           1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>           1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。<br/>           2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。<br/>           3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。<br/>           2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br/>           2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。<br/>           3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。<br/>           3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。<br/>           2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>                    |       |                                 |
| 單元目標<br>(學習內容)        | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。<br/>           Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                               |       |                                 |
| 具體目標                  | <p>1. 能熟悉各種「盤球方法」並實際變換練習。<br/>           2. 能熟悉進行 2 人、3 人、多人小組的傳球。<br/>           3. 能學會以頭頂球的入門動作並實際練習。<br/>           4. 能在合作型遊戲中展現互助合作爭取榮譽的精神。</p>                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                                 |
| 英語學習<br>融入相關<br>單字/句子 | <p><b>單字:</b> soccer/dribble/foot/feet/knee/toe/ball/winner/right/circle/repeat/follow/good/bad/great/inside/outside/left/excellent/sing/bowling/strike/quick/fault/數字 1-10/kick/shoot/review<br/> <b>教室用語:</b> come here./Raise your hands./Put down your hands./Take turns./Make two lines./Pay attention./ Try it again.Face to face.<br/> <b>句子:</b> Kick the ball and shoot. Go bypass the cones.</p> |       |                                 |
| 所需<br>教材教具            | 足球、大標誌筒、小三角錐、呼拉圈、氣球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |                                 |
| 其他說明                  | 設定對象為四年級，課程初期進行盤球複習，中期逐步增加小組傳球與小組默契的活動，最後帶入頭部頂球與守門的基礎入門，為高年段課程打好基礎。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |                                 |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：這節課我們要複習盤球的課程，首先要先讓大家玩一個足球保齡球。
3. 教師說明：老師在小球門前面放置保齡球瓶，你們試試看怎樣可以擊倒最多球瓶。遊戲意涵在於讓大家嘗試不同方式把球踢出去，正確的方式球可以直達目標，若使用錯誤部位踢球，球則會無法朝向球瓶而去。本遊戲讓孩子複習踢球應該使用哪個部位效率最高。全班分兩隊，並且請各隊派員負責擺球瓶。

Bowling—We have 9 bottles, kick the ball and knock down the bottles. Let's count! How many bottles knock down?

4. 教師說明：腳內側、腳外側都是可以用來踢球盤球的部位。
5. 再重複玩足球保齡球一次，驗證方式的改變可以增加擊球率。

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 原地內側繞圈盤球：用單腳(慣用腳)內側去控制足球，繞行三角錐。

Dribble with the inside of your right foot or left foot

[Dribble, dribble, single foot.]

2. 原地外側繞圈盤球：用左腳或右腳的外側去控制足球，繞行三角錐。

Dribble with the outside of your right foot or left foot

[Dribble, dribble, single foot.]

教師示範並讓學生分為兩組逐一練習。

Make two line. / Take turns. Go bypass the cones.

3. 教師擺放兩個三角錐(2組需4個)，學生運用單腳(慣用腳)內外側進行8字型盤球練習。
4. 分組比賽，時間最短的隊伍獲勝。

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，提醒學生修正動作。

## 第一節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：8字型單腳內外側盤球練習。

Review : Dribble, dribble, single foot. / inside / outside

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 8字型(8 type)雙腳內側盤球：用雙腳交替進行內側盤球練習。

Dribble between your feet. Right foot pass to left foot, left foot pass to right foot. Look at teacher.

1 is right foot, 2 is left foot. When you dribble, say "1-2-1-2..." at the same time. Ready! Go!

2. S型(S type)單腳內外側盤球(三個三角錐)：

S型(S type)雙腳內側盤球(三個三角錐)：

Single foot/ inside/ outside/ two feet/ Go bypass 3 cones. / Start from this line.

3. 教師均示範後，學生分兩組練習，教師與協同老師分別指導。

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 三、綜合活動(10分鐘/實作評量/聆聽評量)

1. 教師說明：讓我們來進行比賽，看看哪一隊花的時間最短。
2. 學生必須運用所學選擇適合的盤球方式繞過3個三角錐，看哪一組所需時間最短，最短者為贏家。

Let' s play. Take turns. Go bypass the cones. Finish it first, then you are the winner.

3. 教師集合學生並歸納剛剛的遊戲過程，指導學生修正動作。

第二節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：分2組練習S型盤球1次。

Review the lesson we learned last time. Practice together.

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 進行足球123木頭人活動【one, two, three, freeze】：

每組推派一位同學站在線後，其餘學生游出發線開始出發，利用各種盤球方式推進，不可大腳踢球，線後的同學依循123木頭人，抓出仍再動的同學，最後成功抵達線後的同學為優勝者。

Dribble and move forward. Come here. Stand behind the line.

2. 全班大挑戰，由教師擔任線後人員與學生進行挑戰賽，並獎勵獲勝者也鼓勵其他同學。本活動旨在透過趣味化方式增加學生控球的信心。

Teacher is your referee. / Listen carefully. / Time' s up.

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師歸納：請小朋友發表心得後給所有人一個愛的鼓勵後解散。

第三節完

### 一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來玩一個遊戲，這個遊戲叫做我是小跟班。
3. 玩法與準備：老師事先規劃一條約30米彎曲的路徑，發給每位小朋友一人一顆球，將全班小朋友分為兩組，並各從路徑的兩端帶球前進，後者小朋友必須跟隨前者的路徑，當兩隊的小朋友相遇時要以剪刀、石頭、布來決定勝負，輸的人必須跟著勝隊走，最後統計人數看哪一隊是獲勝的隊伍。Who is the leader? When you meet someone, do【paper, scissors, stone】. The losers follow the winners. In the end, count the number of classmates. If you have the most followers, you' ll win.

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：足球運動不是只有個人盤球一直前進，當遭遇阻擋時必須要將球傳給隊友(pass the ball to your partner)，所以2人-3人-多人之間的小組默契很重要，所以我們接下來要進行另一個活動：足球接力賽(Relay rod)。
2. 玩法與準備：用大標誌筒排出約20米的距離，全班分兩組，每組發一顆球，小朋友必須快速盤球繞過折返點的標誌筒來回接力，時間用最少的那組即為優勝組。Team work. Dribble and move to the cones as soon as possible. Turn back and pass the ball to next one.
3. 檢討動作與再玩一次。Think and discuss with your team. Let' s try it again.

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽評量)

1. 教師歸納：歸納今日動作所學，足球運動除了個人技巧純熟之外，更重要的是團隊的合作，希望小朋友能從每次的活動中慢慢去培養默契喔。

第四節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來看看你傳球的準度，因此我們要來玩一個足球過山洞的遊戲。
3. 玩法與準備：將全班小朋友分成兩組，每組小朋友須排成直線並將雙手搭上前面小朋友肩膀並且雙腳張開。每位小朋友均須輪流將球從該組小朋友腳下傳出，球如果能順利通過山洞者該組就獲得1分，如果球不能通過山洞就無法計分，限定時間內累積得分較多的組別為優勝組。(或採用得到規定分數者優勝)

Make a line. Put your hands on your classmates' shoulders. Open the legs let soccer can pass. The first student kick the ball to go through the tunnel. / Get points.

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：現在我們要進行今天的主要活動，老師要讓大家越來越厲害，所以我們現在要進行「Knock down the cone Passing」活動。
2. 玩法與準備：準備4個大標誌筒，擺放為正方形區域的四個角，邊長約10米，中心點做上記號，於中心點放置一個容易擊倒的小三角錐，發兩顆球進行對角線傳球，傳球過程中如果碰倒小三角錐，則踢球者必須向前將其擺放好，反覆練習，擊倒一次可獲得一分。時間截止前看能擊倒幾次。(有時有碰到但未擊倒也算得分)，全班分兩組，可同時進行(加入協同教師並布置另一場地)，或分2梯次進行。

Let's play a game "Knock down the cone passing".

Repeat it. / Try again. / Your turn.

3. 教師依學生練習情形暫停活動並進行動作修正或個別指導。

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽評量)

1. 教師說明：歸納今日動作所學，提醒學生可利用下課和同學到球場上進行傳球練習，下一節課會進行分組淘汰賽。

第五節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來玩反應遊戲，這個遊戲叫做「Tic-Tac-Toe」，就是我們熟悉的井字遊戲。
3. 玩法與準備：9個呼拉圈 hula hoop 排成井字，每組3顆球，哨聲響起，雙方持球出發，看哪組先連線，第四名選手起可以變更球的位置。Listen to the whistle.  
We have 9 hula hoops. Every team has 3 balls. Just like 「Tic-Tac-Toe」, you need to make a line. Then you can win.

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：上節課老師要說過今天要進行「Knock down the cone Passing」活動，等一下我們先練習一次，之後進行淘汰賽。
2. 教師說明：教師可以將10米邊長增加為15米，增加傳球距離，讓小朋變換力道增加挑戰程度。The distance is 10 meters. Now the distance is 15 meters. Try again.

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：歸納今日動作所學，就像今天上課玩到的「Tic-Tac-Toe」足球不只有動作技能，同時也要思考傳球的對象與時間。

## 第六節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來回味一個很古老的遊戲，就是老鷹抓小雞，在國外這項遊戲甚至已經發展為一項運動，稱為卡巴迪-kabaddi。其實這個遊戲很適合來增加大家的反應和團體默契喔
3. 玩法與準備：全班分為兩組，兩組各選派1位同學當老鷹，其他同學是小雞，老鷹除了保護 protect 小雞之外，還要抓 chase 走對方的小雞，最後統計人數判定勝負。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：這節課我們要來體驗如果是三個人要來護送球，感覺一定又不同了，我們接下來要進行同心協力齊步走活動。
2. 玩法與準備：以標誌筒排出約20米的折返距離，將全班小朋友分組2-3組，每組小朋友必須將雙手牽起不能放掉圍成一個圈。發給各組小朋友一顆球，置放於圈內，由各組小朋友同心協力帶球前進，並繞過標誌筒後折返，率先抵達終點的隊伍為優勝。  
Make a circle. Hand in hand.
3. 教師依學生練習情形暫停活動並進行動作修正或個別指導，可重新分組進行，變換人員增加趣味。

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量) Feedback

1. 教師說明：歸納今日的兩種活動，詢問學生當多人要處理一顆球時，人與球，人與人空間動態的處理和自己或兩個人時有什麼不同。  
How to handle it?

## 第七節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來玩「Tic-Tac-Toe」，就是我們熟悉的井字遊戲。
3. 玩法與準備：9個呼拉圈排成井字，每組3顆球，哨聲響起，雙方持球出發，看哪組先連線，第四名選手起可以變更球的位置。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：上一節課我們有玩過同心協力護送球的遊戲，今天要進行的是攻城戰，要把足球炸彈 bomb 送到對方的城堡 castle 中，送越多過去就越獲勝，過程中都只能用腳，自己的城堡區如果有對方的球，也可以用腳挑起來送過去，讓我們來體驗攻防 defense and attack 的緊張吧。
2. 玩法與準備：全班分兩隊，每隊4或5顆球，置於大呼啦圈範圍中，哨聲響起時出發，將球送進對方呼拉圈中，時間到時自己城堡區球數最少者為優勝隊(代表炸彈數少)。  
Dribble by your foot only. / Escort the bomb (soccer) to the castle. / Listen to the whistle .

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：歸納剛剛的活動，並請學生說說心得或攻防策略。

第八節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：足球除了用腳踢之外，還可以用身體哪個部位呢？學生可能會回答頭，因此進行本節活動-頭頂汽球。 Head/ chest/ knee/ foot
3. 玩法與準備：每人一顆汽球，運用前額正中央進行頂球，可以搭配身體動作達到熱身效果，例如：蹲著頂、站著頂、前進頂、後退頂。看看誰能夠讓汽球在頭上停最久。  
Try different ways to head the balloon. Keep the balloon in the air. / stand / bend your knees/ forward/ backward//
4. 也可以進行比賽，增加趣味性。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：剛剛給大家用汽球，現在要用真正的足球來試試看，我們來玩「雙人頭部運球」吧。
2. 玩法與準備：距離15米擺放一組標誌筒，兩人一組(挑選身高接近)，1顆球，面對面將球至於額頭正中央，快速將球帶過標誌筒後折返。Face to face. Put the ball between your and partner' s foreheads. You can use hands.
3. 教師說明：不可以使用手去扶球，球如果掉落則可以拾回，於掉落處重新再來。另外也可以分2組進行接力式比賽。If the ball drops, come back, do it again.

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：歸納剛剛的活動，用頭部頂球也是足球攻擊方的重要策略，尤其是在球門前的頭槌入網，每每都製作比賽的可看性，小朋友可以下課和同學也來玩玩雙人頭部運球遊戲喔。

第九節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：進行「Knock down the cone Passing」活動複習兩人對傳活動，並拉大距離至15米。

Two persons one team.

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：進行固定式頂球(header)活動，兩人一組，一組一顆球，一人將球舉至對方額頭 forehead 等高距離，夥伴練習頭部 head 頂球，教師與協同老師下去指導，注意腰部 waist 也須用力。
2. 教師說明：進行互拋頂球活動，分組同上，由夥伴輕拋高球予對方頂空中球，兩人距離約2米-3米即可。

Find your partner to practice.

Take a pass. / Volley pass. / Lobbing pass

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：經過今天的活動，老師想問問看大家，你覺得以頭頂球是眼睛和腳應該是怎樣的狀態/動作是最能夠接住球的呢？學生自由回答，眼睛應該張開 open eyes / watch it and follow it，腳打開成預備活動的姿勢，才能隨時應變飛來的足球 Prepare for response any time。

第十節完

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |                                 |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------|
| <b>教學單元</b>                    | 足球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>教學設計者</b> | 王元璋                             |
| <b>教學對象</b>                    | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>教學時數</b>  | 10 節課(5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| <b>能力指標<br/>(學習表現)</b>         | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>                                                                                                |              |                                 |
| <b>單元目標<br/>(學習內容)</b>         | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |              |                                 |
| <b>具體目標</b>                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能熟悉各種「盤球方法」並實際變換練習。</li> <li>2. 能熟悉進行 2 人、3 人、多人小組的傳球。</li> <li>3. 能學會以頭頂球的入門動作並實際練習。</li> <li>4. 能在合作型遊戲中展現互助合作爭取榮譽的精神。</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                  |              |                                 |
| <b>英語學習<br/>融入相關<br/>單字/句子</b> | <p><b>單字:</b> soccer/dribble/foot/feet/knee/toe/ball/winner/right/circle/repeat/follow/good/bad/great/inside/outside/left/excellent/sing/bowling/strike/quick/fault/數字 1-10/kick/shoot/review</p> <p><b>教室用語:</b> come here./Raise your hands./Put down your hands./Take turns./Make two lines./Pay attention./ Try it again.Face to face.</p> <p><b>句子:</b> Kick the ball and shoot. Go bypass the cones.</p> |              |                                 |
| <b>所需<br/>教材教具</b>             | 足球、大標誌筒、小三角錐、呼拉圈、氣球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |                                 |
| <b>其他說明</b>                    | 設定對象為四年級，課程初期進行盤球複習，中期逐步增加小組傳球與小組默契的活動，最後帶入頭部頂球與守門的基礎入門，為高年段課程打好基礎。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |                                 |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：這節課我們要複習盤球的課程，首先要先讓大家玩一個足球保齡球。
3. 教師說明：老師在小球門前面放置保齡球瓶，你們試試看怎樣可以擊倒最多球瓶。遊戲意涵在於讓大家嘗試不同方式把球踢出去，正確的方式球可以直達目標，若使用錯誤部位踢球，球則會無法朝向球瓶而去。本遊戲讓孩子複習踢球應該使用哪個部位效率最高。全班分兩隊，並且請各隊派員負責擺球瓶。

Bowling—We have 9 bottles, kick the ball and knock down the bottles. Let's count! How many bottles knock down?

4. 教師說明：腳內側、腳外側都是可以用來踢球盤球的部位。
5. 再重複玩足球保齡球一次，驗證方式的改變可以增加擊球率。

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 原地內側繞圈盤球：用單腳(慣用腳)內側去控制足球，繞行三角錐。

Dribble with the inside of your right foot or left foot

[Dribble, dribble, single foot.]

2. 原地外側繞圈盤球：用左腳或右腳的外側去控制足球，繞行三角錐。

Dribble with the outside of your right foot or left foot

[Dribble, dribble, single foot.]

教師示範並讓學生分為兩組逐一練習。

Make two line. / Take turns. Go bypass the cones.

3. 教師擺放兩個三角錐(2組需4個)，學生運用單腳(慣用腳)內外側進行8字型盤球練習。
4. 分組比賽，時間最短的隊伍獲勝。

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽態度)

1. 教師歸納：歸納剛剛練習時發生的動作缺點，提醒學生修正動作。

## 第一節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：8字型單腳內外側盤球練習。

Review : Dribble, dribble, single foot. / inside / outside

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 8字型(8 type)雙腳內側盤球：用雙腳交替進行內側盤球練習。

Dribble between your feet. Right foot pass to left foot, left foot pass to right foot. Look at teacher.

1 is right foot, 2 is left foot. When you dribble, say "1-2-1-2..." at the same time. Ready! Go!

2. S型(S type)單腳內外側盤球(三個三角錐)：

S型(S type)雙腳內側盤球(三個三角錐)：

Single foot/ inside/ outside/ two feet/ Go bypass 3 cones. / Start from this line.

3. 教師均示範後，學生分兩組練習，教師與協同老師分別指導。

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 三、綜合活動(10分鐘/實作評量/聆聽評量)

1. 教師說明：讓我們來進行比賽，看看哪一隊花的時間最短。
2. 學生必須運用所學選擇適合的盤球方式繞過3個三角錐，看哪一組所需時間最短，最短者為贏家。

Let' s play. Take turns. Go bypass the cones. Finish it first, then you are the winner.

3. 教師集合學生並歸納剛剛的遊戲過程，指導學生修正動作。

第二節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：分2組練習S型盤球1次。

Review the lesson we learned last time. Practice together.

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 進行足球123木頭人活動【one, two, three, freeze】：

每組推派一位同學站在線後，其餘學生游出發線開始出發，利用各種盤球方式推進，不可大腳踢球，線後的同學依循123木頭人，抓出仍再動的同學，最後成功抵達線後的同學為優勝者。

Dribble and move forward. Come here. Stand behind the line.

2. 全班大挑戰，由教師擔任線後人員與學生進行挑戰賽，並獎勵獲勝者也鼓勵其他同學。本活動旨在透過趣味化方式增加學生控球的信心。

Teacher is your referee. / Listen carefully. / Time' s up.

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師歸納：請小朋友發表心得後給所有人一個愛的鼓勵後解散。

第三節完

### 一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來玩一個遊戲，這個遊戲叫做我是小跟班。
3. 玩法與準備：老師事先規劃一條約30米彎曲的路徑，發給每位小朋友一人一顆球，將全班小朋友分為兩組，並各從路徑的兩端帶球前進，後者小朋友必須跟隨前者的路徑，當兩隊的小朋友相遇時要以剪刀、石頭、布來決定勝負，輸的人必須跟著勝隊走，最後統計人數看哪一隊是獲勝的隊伍。Who is the leader? When you meet someone, do【paper, scissors, stone】. The losers follow the winners. In the end, count the number of classmates. If you have the most followers, you' ll win.

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：足球運動不是只有個人盤球一直前進，當遭遇阻擋時必須要將球傳給隊友(pass the ball to your partner)，所以2人-3人-多人之間的小組默契很重要，所以我們接下來要進行另一個活動：足球接力賽(Relay rod)。
2. 玩法與準備：用大標誌筒排出約20米的距離，全班分兩組，每組發一顆球，小朋友必須快速盤球繞過折返點的標誌筒來回接力，時間用最少的那組即為優勝組。Team work. Dribble and move to the cones as soon as possible. Turn back and pass the ball to next one.
3. 檢討動作與再玩一次。Think and discuss with your team. Let' s try it again.

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽評量)

1. 教師歸納：歸納今日動作所學，足球運動除了個人技巧純熟之外，更重要的是團隊的合作，希望小朋友能從每次的活動中慢慢去培養默契喔。

第四節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來看看你傳球的準度，因此我們要來玩一個足球過山洞的遊戲。
3. 玩法與準備：將全班小朋友分成兩組，每組小朋友須排成直線並將雙手搭上前面小朋友肩膀並且雙腳張開。每位小朋友均須輪流將球從該組小朋友腳下傳出，球如果能順利通過山洞者該組就獲得1分，如果球不能通過山洞就無法計分，限定時間內累積得分較多的組別為優勝組。(或採用得到規定分數者優勝)

Make a line. Put your hands on your classmates' shoulders. Open the legs let soccer can pass. The first student kick the ball to go through the tunnel. / Get points.

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：現在我們要進行今天的主要活動，老師要讓大家越來越厲害，所以我們現在要進行「Knock down the cone Passing」活動。
2. 玩法與準備：準備4個大標誌筒，擺放為正方形區域的四個角，邊長約10米，中心點做上記號，於中心點放置一個容易擊倒的小三角錐，發兩顆球進行對角線傳球，傳球過程中如果碰倒小三角錐，則踢球者必須向前將其擺放好，反覆練習，擊倒一次可獲得一分。時間截止前看能擊倒幾次。(有時有碰到但未擊倒也算得分)，全班分兩組，可同時進行(加入協同教師並布置另一場地)，或分2梯次進行。

Let's play a game "Knock down the cone passing".

Repeat it. / Try again. / Your turn.

3. 教師依學生練習情形暫停活動並進行動作修正或個別指導。

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽評量)

1. 教師說明：歸納今日動作所學，提醒學生可利用下課和同學到球場上進行傳球練習，下一節課會進行分組淘汰賽。

第五節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(15分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來玩反應遊戲，這個遊戲叫做「Tic-Tac-Toe」，就是我們熟悉的井字遊戲。
3. 玩法與準備：9個呼拉圈 hula hoop 排成井字，每組3顆球，哨聲響起，雙方持球出發，看哪組先連線，第四名選手起可以變更球的位置。Listen to the whistle.  
We have 9 hula hoops. Every team has 3 balls. Just like 「Tic-Tac-Toe」, you need to make a line. Then you can win.

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 教師說明：上節課老師要說過今天要進行「Knock down the cone Passing」活動，等一下我們先練習一次，之後進行淘汰賽。
2. 教師說明：教師可以將10米邊長增加為15米，增加傳球距離，讓小朋變換力道增加挑戰程度。The distance is 10 meters. Now the distance is 15 meters. Try again.

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：歸納今日動作所學，就像今天上課玩到的「Tic-Tac-Toe」足球不只有動作技能，同時也要思考傳球的對象與時間。

## 第六節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來回味一個很古老的遊戲，就是老鷹抓小雞，在國外這項遊戲甚至已經發展為一項運動，稱為卡巴迪-kabaddi。其實這個遊戲很適合來增加大家的反應和團體默契喔
3. 玩法與準備：全班分為兩組，兩組各選派1位同學當老鷹，其他同學是小雞，老鷹除了保護 protect 小雞之外，還要抓 chase 走對方的小雞，最後統計人數判定勝負。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：這節課我們要來體驗如果是三個人要來護送球，感覺一定又不同了，我們接下來要進行同心協力齊步走活動。
2. 玩法與準備：以標誌筒排出約20米的折返距離，將全班小朋友分組2-3組，每組小朋友必須將雙手牽起不能放掉圍成一個圈。發給各組小朋友一顆球，置放於圈內，由各組小朋友同心協力帶球前進，並繞過標誌筒後折返，率先抵達終點的隊伍為優勝。  
Make a circle. Hand in hand.
3. 教師依學生練習情形暫停活動並進行動作修正或個別指導，可重新分組進行，變換人員增加趣味。

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量) Feedback

1. 教師說明：歸納今日的兩種活動，詢問學生當多人要處理一顆球時，人與球，人與人空間動態的處理和自己或兩個人時有什麼不同。  
How to handle it?

## 第七節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：今天我們要來玩「Tic-Tac-Toe」，就是我們熟悉的井字遊戲。
3. 玩法與準備：9個呼拉圈排成井字，每組3顆球，哨聲響起，雙方持球出發，看哪組先連線，第四名選手起可以變更球的位置。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：上一節課我們有玩過同心協力護送球的遊戲，今天要進行的是攻城戰，要把足球炸彈 bomb 送到對方的城堡 castle 中，送越多過去就越獲勝，過程中都只能用腳，自己的城堡區如果有對方的球，也可以用腳挑起來送過去，讓我們來體驗攻防 defense and attack 的緊張吧。
2. 玩法與準備：全班分兩隊，每隊4或5顆球，置於大呼啦圈範圍中，哨聲響起時出發，將球送進對方呼拉圈中，時間到時自己城堡區球數最少者為優勝隊(代表炸彈數少)。  
Dribble by your foot only. / Escort the bomb (soccer) to the castle. / Listen to the whistle .

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：歸納剛剛的活動，並請學生說說心得或攻防策略。

第八節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：足球除了用腳踢之外，還可以用身體哪個部位呢？學生可能會回答頭，因此進行本節活動-頭頂汽球。 Head/ chest/ knee/ foot
3. 玩法與準備：每人一顆汽球，運用前額正中央進行頂球，可以搭配身體動作達到熱身效果，例如：蹲著頂、站著頂、前進頂、後退頂。看看誰能夠讓汽球在頭上停最久。  
Try different ways to head the balloon. Keep the balloon in the air. / stand / bend your knees/ forward/ backward//
4. 也可以進行比賽，增加趣味性。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：剛剛給大家用汽球，現在要用真正的足球來試試看，我們來玩「雙人頭部運球」吧。
2. 玩法與準備：距離15米擺放一組標誌筒，兩人一組(挑選身高接近)，1顆球，面對面將球至於額頭正中央，快速將球帶過標誌筒後折返。Face to face. Put the ball between your and partner' s foreheads. You can use hands.
3. 教師說明：不可以使用手去扶球，球如果掉落則可以拾回，於掉落處重新再來。另外也可以分2組進行接力式比賽。If the ball drops, come back, do it again.

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：歸納剛剛的活動，用頭部頂球也是足球攻擊方的重要策略，尤其是在球門前的頭槌入網，每每都製作比賽的可看性，小朋友可以下課和同學也來玩玩雙人頭部運球遊戲喔。

第九節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。
2. 教師說明：進行「Knock down the cone Passing」活動複習兩人對傳活動，並拉大距離至15米。

Two persons one team.

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 教師說明：進行固定式頂球(header)活動，兩人一組，一組一顆球，一人將球舉至對方額頭 forehead 等高距離，夥伴練習頭部 head 頂球，教師與協同老師下去指導，注意腰部 waist 也須用力。
2. 教師說明：進行互拋頂球活動，分組同上，由夥伴輕拋高球予對方頂空中球，兩人距離約2米-3米即可。

Find your partner to practice.

Take a pass. / Volley pass. / Lobbing pass

### 三、綜合活動(5分鐘/聆聽發表評量)

1. 教師說明：經過今天的活動，老師想問問看大家，你覺得以頭頂球是眼睛和腳應該是怎樣的狀態/動作是最能夠接住球的呢？學生自由回答，眼睛應該張開 open eyes / watch it and follow it，腳打開成預備活動的姿勢，才能隨時應變飛來的足球 Prepare for response any time。

第十節完

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              |                                 |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------|
| <b>教學單元</b>                    | 桌球                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>教學設計者</b> | 劉坤桐                             |
| <b>教學對象</b>                    | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>教學時數</b>  | 10 節課(5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| <b>能力指標<br/>(學習表現)</b>         | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |              |                                 |
| <b>單元目標<br/>(學習內容)</b>         | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Ha-Ⅱ-1-網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                           |              |                                 |
| <b>具體目標</b>                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會正確的桌球拍握法。</li> <li>2. 能熟悉控制桌球的技巧。</li> <li>3. 能學會正手發平擊球的基本動作。</li> <li>4. 能學會桌球反手拍的基本動作。</li> <li>5. 能運用桌球控球技巧進行遊戲。</li> <li>6. 能運用桌球反手拍的基本動作進行遊戲。</li> </ol>                                                                           |              |                                 |
| <b>英語學習<br/>融入相關<br/>單字/句子</b> | <p><b>單字：</b>table tennis/ ping pong/ net/ racket/<br/>table/player/serve/ receive/ forehand/backhand/ block/<br/>strike</p> <p><b>教室用語：</b>Practice by yourself. Face to the wall.<br/>Pay attention. Watch out. Focus on the ends of counter.</p> <p><b>句子：</b></p>                |              |                                 |
| <b>所需<br/>教材教具</b>             | 桌球桌、桌球、桌球拍、呼拉圈、粉筆、教用版電子教科書                                                                                                                                                                                                                                                           |              |                                 |
| <b>其他說明</b>                    | <p>設定對象為五年級，這學期剛接觸桌球運動，因此著重於熟悉桌球的球感練習、正手發球和反手拍的基本動作，設計之活動以單人技巧熟練後，輔以雙人、多人遊戲方式呈現，運動技能之教導目標希望讓學童學習一些桌球的基本動作，並參與遊戲</p>                                                                                                                                                                  |              |                                 |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。
2. 教師說明：運動前先進行簡單的熱身操，可避免在操作運動器材或運動過程中受傷。Stretch / wrist / hand / finger arm / shoulder

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### 1. 握拍法：

- (1) 教師介紹直拍和橫拍，並分別示範其握拍法，並引導學生練習。
- (2) 教師引導學生練習直拍、橫拍握法。
- (3) 請學生互相觀摩，檢查動作姿勢的正確性，教師亦適時予以指導  
grip the racket / pen-hold grip / handshake grip

#### 2. 控球練習：controlling practice

- (1) 教師示範持拍停球動作，並講解其要領。

教師請學生持拍將球停在拍面上，不讓球落下，持續時間越久對球的控制力越佳，請學生依序進行練習。Keep ping-pong on the racket. You need pay attention and watch it careful.

- (2) 教師示範落地擊球動作，並講解其要領。

進行落地擊球時，球彈起的高度必須離球拍大約1公尺，讓自己有充足的反應時間，請學生依序進行練習。教師引導學生嘗試，在落地擊球動作活動中連續擊球，並計算擊球數。Bounce- strike

- (3) 教師示範連續擊球動作，並講解其要領。

進行連續擊球時，球彈起的高度必須離球拍大約1公尺，讓自己有充足的反應時間，請學生依序進行練習。教師引導學生嘗試，在連續擊球動作活動中連續擊球，並計算擊球數。

練習過程中，教師針對學生錯誤的動作立即做修正。

Look at Teacher. / Try it. / Let' s count.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Make a line. Take turns. Next one.

Good. / one more time/ nice / clap your hand.

第一節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。
2. 教師引導學生複習上節課所學的桌球控球練習動作。讓學生熟悉球感。

Bounce /Strike / block / table / grip the racket /

### 二、發展活動(20分鐘/實作評量)

#### 1. 控球練習：

- (1) 教師示範持正、反拍連續擊球動作，並講解其要領。

進行正反拍連續擊球動作需注意擊球高度與球拍翻轉的速度，球的高度盡量不要高過眼睛，以免對球的控制不佳，請學生依序進行練習。教師引導學生嘗試，在正反拍連續擊球動作活動中連續擊球，並計算擊球數。Forehand / backhand /strike / count /

- (2) 教師示範對牆擊球動作，並講解其要領。

進行對牆擊球動作需注意與牆面保持 2 公尺距離，眼睛注視球的方向，待球落地後再擊球擊球。請學生依序進行練習。教師引導學生嘗試，在對牆擊球動作活動中連續擊球，並計算擊球數。

練習過程中，教師針對學生錯誤的動作立即做修正。

Face to the wall and practice by yourself. After ping-pong bounce back, then you can hit. Watch it and follow it to move.

### 三、綜合活動(10分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第二節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的桌球控球練習動作。讓學生熟悉球感。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

#### 1. 控球練習：

- (1) 教師示範對牆連續擊球，球不落地動作，並講解其要領。

進行對牆擊球動作需注意與牆面保持大約 2 公尺的距離，眼睛注視球的方向，不待球落地後繼續擊球。請學生依序進行練習。教師引導學生嘗試，在對牆連續擊球，球不落地活動中連續擊球，並計算連續擊球數。

Practice with the wall. Let ping-pong not fall down. Strike it continuously.

練習過程中，教師針對學生錯誤的動作立即做修正。

- (2) 分組活動

將全班分成 2 組，計算落地擊球、連續擊球、正反拍連續擊球與對牆連續擊球累加次數。

Let' s count. 1, 2, 3...50

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第三節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

一、引起動機(5分鐘/實作評量) Warm up.

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 正手發平擊球：forehand serve

(1)有效的發球有助於球賽的順利進行，而在正式比賽中，有力的發球也常成為得分的關鍵。

(2)教師講解並示範正手發平擊球動作要領。預備姿勢：側身站立，慣用手握拍，另一手持球；拋球：球向上拋16公分以上；揮拍擊球：球拍先向後引拍，再向前揮拍擊球。請學生練習揮空拍動作 Throw up the ball and strike it. / Ready pose- swing - strike

2. 發球落點：

(1)教師講解並示範正確及錯誤的發球落點。

(2)請學生分組練習正手發球，發球時球需先觸及己方桌面，再觸及對方桌面。

教師巡視行間適時給予學生指導。

Touch the table/ bounce back /

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第四節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 發球練習：教師引導學生複習正手發球動作。待熟練後，教師引導學生分別嘗試不同的發球練習。Forehand serve practice / net / table / edge / corner /inside / outside

(1)站在不同位置，發對角線球：每人發5球，成功發出有效球3球以上即算過關。

(2)站在同一位置，發不同落點的球：每人發5球，成功發出有效球3球以上即算過關。

Different point. Everyone has 5 chance. Server change your position.

(3)在發球桌一方標示發球落點之得分：每人發5球，看看可以得幾分。將球發至不同的落點，可增加對方接球的困難度。教師適時給予學生指導。 Teacher will give a range. / Take turns. / Who' s the next one? Number 1, (2-10)

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第五節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 在正式學習反手推擋之前，可先練習對牆推擋反彈球，以使控球技巧更熟練。教師講解並示範控球動作要領。教師引導學生進行個人與分組練習。連續對牆推擋反彈球和兩人輪流連續對牆推擋反彈球

Ready / start / pair up / one by one. Find your partner.

2. 反手推擋步驟 backhand block : 教師講解並示範反手推擋步驟與要領。

(1) 預備姿勢: 身體離桌約一步, 膝關節微屈, 準備隨時移動位置。

Move back one step. Bend your knees.

(2) 準備接球: 等來球反彈, 球拍後拉準備接球。

Here comes ping-pong. Bounce / swing / strike

(3) 推擋: 看準球的位置向前推擋, 拍面相前下方為宜。請學生進行練習。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作, 並指出正確及錯誤之處, 供學生觀摩、學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Double hit / double bounce / touch your table first, and bounce over to the other side.

第六節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量) warm up

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。

2. 教師引導學生複習上一節課所學的桌球動作。讓學生熟悉。

Review the vocabularies. /

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 對牆連續推擋: 教師說明活動方式, 利用半張球桌靠牆, 練習推擋動作, 須連續推擋5次以上才算過關。請學生進行練習。教師引導尚未輪到的學生進行向上擊球練習, 以連續擊球10次為通過標準。待熟練對牆連續推擋動作後, 再進行推擋落點練習, 以提升推擋成功率。

Strike ping-pong up and down. You strike continuously 10 times, you pass.

2. 推擋落點:

教師說明: 推擋 block 時, 球須直接觸及對方桌面一次; 若球先觸及己方桌面, 再彈跳至對方桌面, 或未觸及桌面則推擋失敗。教師講解活動方式, 以準確回擊至對方桌面任一處為評量標準, 完成5次即算過關。請學生分組進行推擋練習。待熟練後, 教師引導學生將球推擋至不同的落點, 增加對手接球的困難度。請學生分組進行正手 forehand serve 發球及反手 backhand receive 推擋的整合練習。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing time

1. 教師請學生示範動作, 並指出正確及錯誤之處, 供學生觀摩、學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第七節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的桌球動作。讓學生熟悉。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### 1. 單人拋球反推：

教師講解活動方式桌上擺一籃 pingpong 球，一次拿一顆球，自 20~30 公分高放下，待球彈起來之後，將球反推回對桌桌面。請學生進行練習。

待熟練後，教師可引導學生一左一右控制球的方向，增加練習難度

If A throw up the ball and A strike by himself. Right/ left

#### 2. 雙人對推：

教師講解活動方式，兩人站於對角，將球推到對方桌面，請學生分

組進行練習。One by one / Diagonal / notice the temple/ speed / keep stable

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

## 第八節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量) Warm up.

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的桌球動作。讓學生熟悉。

Review the vocabularies. Let students practice saying out.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### 1. 你來我往(一)：

教師講解你來我往活動方式。兩人一組，輪流以正手發球，算一算最

多可擊幾次球，請學生分組進行練習。Forehand strike (serve) / Let' s count. (1, 2, 3 ...)

#### 2. 同心協力(一)：

教師講解同心協力活動方式，三人一組，第一人以正手發球後 forehand serve，由對桌組員將球推回 block，依序以反手推擋方式擊球 backhand block，擊球者擊球後排至隊伍，最後，下一人接續進行。請學生分組進行練習。Serve / receive ;Three people in one team.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
2. 教師引導學生進行緩和運動，並發表學習心得。

## 第九節完

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師引導學生進行伸展活動，並加強手部的伸展活動。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的桌球動作，讓學生熟悉。

Review the vocabularies and let students practice saying out.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### 1. 你來我往(二)：

教師講解你來我往活動方式。全班分成兩組，教師擔任控球者，學生輪流以正手發球與教師進行反手連續推球，不能中斷，中斷即換下一位組員，各組累加，每人一次機會，進行2次的團體競賽，算算比較多的那一組獲勝。 Hold a contest. Winner & loser / forehand serve and backhand block

back

#### 2. 同心協力(二)：Team work

教師講解同心協力活動方式，三人一組，第一人以正手發球後即離開，沿著球桌繞換下一名組員接手擊球，由對桌組員將球推回，推完後和對桌對手一樣沿著球桌繞，換下一名組員接手，2組6人繞球桌連續擊球，未能擊到球的組別換組，依序進行競賽，留在球桌上次數最多的組別獲勝。 Three people in one team. The first one serves, second one waits to receive, then the third one... take turn. Until someone can't receive it.

Three people in one team. The first one serves, second one waits to receive, then the third one... take turn. Until someone can't receive it.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing time.

1. 教師請獲勝的小組分享如何培養默契及運用技巧供其他學生學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的組別。
3. 教師引導學生發表學習心得。

第十節完

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |                                  |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------|
| <b>教學單元</b>                    | 排球                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>教學設計者</b> | 劉坤桐                              |
| <b>教學對象</b>                    | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>教學時數</b>  | 5 節課(2.5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| <b>能力指標<br/>(學習表現)</b>         | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |              |                                  |
| <b>單元目標<br/>(學習內容)</b>         | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Ha-Ⅱ-1-網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                                      |              |                                  |
| <b>具體目標</b>                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會排球低手擊球的動作技巧, 並與他人合作進行比賽。</li> <li>2. 能進行原地及移動拋接球的動作。</li> <li>3. 能進行團體遊戲並在合作型遊戲中展現互助合作爭取榮譽的精神。</li> </ol>                                                                                                                                                          |              |                                  |
| <b>英語學習<br/>融入相關<br/>單字/句子</b> | <p>單字：volleyball/throw/clap hands/left side/ right side/<br/>move/triangle/fall/ change/ wrist/ hit/serve/receive/toss</p> <p>教學用語：Pay attention. Do you understand? It' s your turn.<br/>Come here. Go back.</p> <p>句子：Move and hit the ball. Don' t let the ball fall to the<br/>ground.</p>                  |              |                                  |
| <b>所需<br/>教材教具</b>             | 排球、塑膠袋、沙灘球、標誌筒、哨子                                                                                                                                                                                                                                                                                               |              |                                  |
| <b>其他說明</b>                    | 設定對象為四年級，因此著重於熟悉球的球感練習與拋接球和低手接球的基本動作，設計之活動以雙人、多人遊戲方式呈現，運動技能之教導目標希望讓學童學習排球基本的動作，並參與遊戲。                                                                                                                                                                                                                           |              |                                  |

## 教學活動流程(時間/評量方式)

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操,並加強手部的伸展。

Do exercise ( Center hands up. Ready to spread. Go. Eyes front.)

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 球感練習:教師說明:運用不同的器材可降低擊球的難度。教師引導學生利用塑膠袋、沙灘球或軟式排球練習擊球動作技巧。

2. 球兒高飛:教師講解並示範排球拋接球感練習。

拋接(Throw and catch):將球拋向空中練習拋接球。

拍手(Clap hands):將球拋向空中,拍手1—5次再接球

(Throw the ball and clap your hands 5times. Higher and higher, then you can clap hands more times.)

前拋(Throw front):將球高拋至身體前方,再向前跨步接球。

左拋(Throw left):將球高拋至身體左方,再向左橫移接球。

右拋(Throw right):將球高拋至身體右方,再向右橫移接球。

(Throw the ball right side or left side, then move your body to catch it.)

請學生練習各種拋接動作(Practice by yourself.)

待動作純熟後,教師可引導學生進行分組競賽或個人賽。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請動作表現優異的學生出列示範 (Good job./ Well done./Not bad.)

2. 教師指導學生進行緩和運動,並發表學習心得。

### 第一節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操,並加強手部的伸展。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 大風吹(The wind blow):教師講解活動方式。三人一組,每人一球分別站在三角形場地的三個頂點。三人同時原地拋球後,以逆時針或順時針移動接球。請學生分組進行練習。

( Three people one team. Everyone gets one ball. Listen to teacher. When I say “Go” ,all of you throw up the ball, move and catch another one’ s ball.) Now practice yourself. Let the balls not to fall down the ground.

2. 擊球樂:教師講解活動方式:以單 one hand、雙 2 hands 手進行手腕擊球(hit the ball with your wrist),盡量不要讓球落地(Don’ t miss the ball.)。請學生進行練習。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Share and feedback

1. 教師請動作表現優異的學生出列示範

2. 教師指導學生進行緩和運動,並發表學習心得。

### 第二節完

## 教學活動流程(時間/評量方式)

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操,並加強手部的伸展。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 低手傳球(Underhand passing):教師講解並示範低手傳球動作要領。

預備姿勢:兩腳左右分開約比肩稍寬,屈膝重心向前傾,腳跟微提起,兩手屈肘半握拳舉於腰部兩側。準備擊球姿勢:兩手掌交叉重疊握拳,兩拇指在上靠在一起,兩臂放鬆伸直,手腕前壓。

擊球:擊球時兩手臂向前、向上擺。

Look at me and listen. Move your feet (the width between feet is like shoulders), bent your knees. Two hands get together. Straight your arms. When teacher say "Go", you swing up your arms. When teacher says "Ready posture", you move back to ready.

請學生進行低手傳球動作練習,教師巡視行間,即時糾正錯誤動作,請學生兩人一組互相觀摩與練習。

### 三、綜合活動(10分鐘/問答表現)

1. 教師請動作表現優異的學生出列示範
2. 教師指導學生進行緩和運動,並發表學習心得。

## 第三節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操,並加強手部的伸展。
2. 教師領導學生複習低手傳球動作。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 擊反彈球:教師講解活動方式:將球上拋,球於身體前落地反彈後擊球。請學生進行練習。(Practice hitting/ striking the ball by yourself. Hit volleyball when it bounce back.

2. 定位傳球:教師講解活動方式:一人拋球,三到五人輪流以低手傳球動作擊球給拋球者。

One classmate throws the ball, the others receive it. Take turn to practice. 請學生分組進行練習(Group Practice)。

3. 移位擊球(Move and hit the ball):教師講解活動方式。

三人為一小組,兩個小組為一個練習組,一組負責拋球及撿球,一組練習擊球,拋球時應拋向擊球者附近區域,使其練習移位擊球,請學生分組進行練習。

Team work. Three people one team. Take turn. Next one. Time's up, Change!

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請動作表現優異的學生出列示範
2. 教師指導學生進行緩和運動,並發表學習心得。

## 第四節完

## 教學活動流程(時間/評量方式)

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操,並加強手部的伸展。
2. 教師領導學生複習低手傳球動作。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 彈跳排球：教師講解彈跳排球活動規則。1~3人一組，兩組進行對抗賽。

Let' s play a game. 以拋接球方式發球 Toss and serve，接球者以低手傳球方式 receiver strikes the ball with underhand，將球送至對方有效區域內。球需落地反彈再擊球，不限擊球次數。未將球送至對方有效區域內，則對方得一分。

先得5分之組別獲勝。If you get 5 points, you win.

2. 請學生分組進行彈跳排球。Separate 2 teams, practice by yourself.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

教師引導學生進行緩和運動,並發表學習心得。

第五節完

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------|
| <b>教學單元</b>                    | 接力                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 教學設計者 | 賴玉帆            |
| <b>教學對象</b>                    | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學時數  | 5 節課(40 分鐘/每節) |
| <b>能力指標<br/>(學習表現)</b>         | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |       |                |
| <b>單元目標<br/>(學習內容)</b>         | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Cb-Ⅱ-1-運動安全規則、運動增進生長知識。</p>                                                                                                                                                                                                                                                         |       |                |
| <b>具體目標</b>                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識接力運動規則。</li> <li>2. 認識接力基本起跑時間。</li> <li>3. 練習接力基本起跑時機。學會基本接力起跑與給棒時間。</li> <li>4. 瞭解運動參與在個人層面的意義。</li> <li>5. 計劃及執行增進個人體適能的活動。</li> <li>6. 欣賞、分析運動美感的能力。</li> </ol>                                                                                                 |       |                |
| <b>英語學習<br/>融入相關<br/>單字/句子</b> | <p>單字：relay race/ referee/ timer/run/second/number/start/<br/>baton/pass/receiver/baton exchange</p> <p>教學用語：Work in group of six. Come here. Go there.<br/>Pay attention.</p> <p>句子：Are you ready? Go! Pass the baton.</p>                                                                                     |       |                |
| <b>所需<br/>教材教具</b>             | <p>成績紀錄表、筆、哨子、接力棒或自製接力棒、跑道、三角錐數個</p>                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                |
| <b>其他說明</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |

## 第一節

### 一、準備活動

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

### 二、發展活動

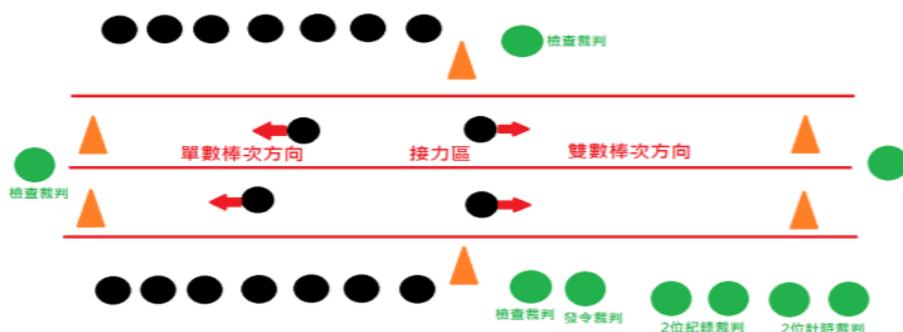
#### (一)碼錶及裁判 timer / referee

- 1、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 到 7 人。
- 2、學習碼表的使用方法，並說明紀錄裁判的工作，以及秒數紀錄的書寫方式。最後說明操作順序。 Work in groups of six. Number 1- 6 /
- 3、每組 6 人分別為編號 1 到 6，先由編號 1 同學先擔任發令裁判，編號 2 同學擔任檢查裁判。編號 3 同學擔任紀錄裁判，編號 4 須同學擔任計時裁判，當編號 5 同學聽發令裁判口令起跑並跑完後，必須接手編號 4 同學計時裁判工作，編號 4 接手紀錄裁判，編號 3 接手檢查裁判，編號 2 接手發令裁判，紀錄編號 6 同學跑步之秒數，以此類推。



- 3、教師請每組同學分配接力棒次。
- 4、教師說明接棒的方式(以接力動作擊掌接棒或使用接力棒)，並說明接力練習賽的規則。Pass the baton
- 5、由某一組先擔任裁判工作，並練習裁判執法，另外兩組擔任選手，除了競賽外，需練習接力動作。

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明



### (二)大隊接力規則介紹 relay race

### (三)大隊接力器材介紹

(1)接力棒 **baton**：在接力賽跑時使用的短棒，有木質的但是大多數是用金屬製成。金屬接力棒為空心管狀短棒。

接力棒顏色一般是紅白相間，在正式比賽中也出現過綠、黃、紅、黑等色。在賽場上這幾種顏色比較突出、醒目。之所以用不同的顏色，是因為每個選手握在另一半的時候交到下一個選手的手上，很容易交棒，不會因為顏色一樣而使棒掉落；如果接力棒掉落，則選手犯規。人在跑步衝刺的時候，不一定能看清物品的較淡顏色。

接力棒直徑 3-3.5cm 長 30cm。

接力棒起源於古代奧運會中以長矛在跑步中互相傳遞的運動，是奧運會最古老的項目之一。在比賽中接力棒體現的是一種團隊精神，所以隊員的默契配合十分重要，也體現出了人與人之間要團結合作。

接力棒用於部分跑步運動體育賽事，在團體競賽時，由第一次跑出的選手回到起點時遞交給下一個選手，期中要掌握好技巧，通常為前一個人手握接力棒下方，另一人快速平穩地握住棒的上端，然後前一人立即鬆手，由第二棒跑接力賽跑。

### (2)起跑架 **start**

#### 發令起跑三步驟

各就位：雙手雙腳不得觸及起跑線，雙手和後腳膝關節必須與地面接觸且雙腳腳掌必須接觸起跑架。**Behind the line**

預備：立即抬高重心做出預備起跑姿勢，雙手仍須與地面接觸，不得離開地面。**Are you ready?**

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

鳴槍:偷跑者必須重來。 Staring gun

起跑動作要領講解

各就位動作要領:四指併攏和拇指呈八字形支撐，兩臂與肩同寬，雙眼目視起跑線，後腳膝關節著地，兩腳掌緊貼起跑架。

預報動作要領:兩肩前傾略超過兩手，雙眼目視起跑線約 30 公分處，臀部抬起高於肩，前腳膝關節約呈 90 度角，後腳膝關節約呈 110 度角。

起跑動作:前腳用力往後推蹬，後腳用力向前提拉，手臂前後擺動。

起跑架操作練習

起跑架兩個踏板可依身高及能力做前後的移動與角度的調整，應注意起跑架是否緊貼地面，以免造成打滑危險

(四)直線跑和彎道跑 go straight / bend

### 直線進入彎道跑法

- 由跑道外緣向跑道內緣切入。
- 以臀部左轉來帶動身體容易左彎。



### 彎道跑法

- 身體微向跑道內緣傾斜。
- 右臂:擺動加大, 高擺。
- 左臂:擺動減小, 低擺。
- 步伐儘量放大。



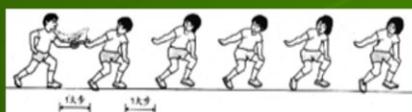
## 彎道進入直線跑法

- 運用臀部帶動身體向內轉正，讓身體擺正，以利進入直道。
- 進入直道後，進行加速全力衝刺。

### (五)傳接棒技巧 pass / receive

#### 原地擺臂練習動作步驟

- 同學分為6組，每組5個人
- 每人相距約兩臂長距離，單數棒靠左；雙數棒靠右，以跑步姿排列。



#### 原地擺臂練習動作步驟-2

- 由第一棒右手拿棒，五人同時一前一後原地擺臂，一起喊“1.2.1.2”，保持節奏相同。
- 第一棒同學見第二棒同學左手前擺時喊“接”，待第二棒左手伸出時將接力棒傳出。
- 第二、三、四棒以此方式練習傳接棒，當第五棒接到棒子後，向後轉，重複相同動作將棒子傳回第一棒，不斷反覆練習。

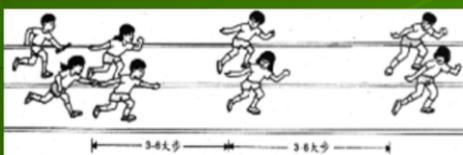
#### 原地擺臂練習動作要領-3

- 接棒者完成動作:迅速換手，右手上提;左手握住接力棒下方。



## 慢跑擺臂傳接棒練習

■5人排列位置與剛剛相同，在跑道上以慢跑型態練習，以提升彼此傳接棒的默契，應注意交接棒的高度與時機，接棒前略助跑在做接棒動作。



### (六)助跑技巧

告知同學一般助跑範圍為 20 公尺，必須在助跑區內完成接力動作，不得超出助跑區或提前接棒，但依我校實際情況進行練習。

接棒者往後看到交棒者靠近，聽到交棒者喊”跑” run 時，可開始往前助跑，再聽到交棒者喊”接” catch 時，右手隨即伸出至肩膀高度，接到棒子後全力衝刺。交棒者必須配合自己的能力來控制接棒者助跑的距離。

### (七)碎步跑

## 碎步跑

■雙腳打開與肩同寬，聽哨聲後身體前傾雙手自然下垂，向前方碎步跑前進，聽第二聲哨聲後，向前輕鬆跑10公尺後停下。

## 碎步跑動作要領

■身體重心降低向前傾，膝關節微彎，雙手放鬆，步頻須快，第二哨聲後，向前跑時身體慢慢抬起，同時膝關節往前方抬高步幅慢慢加大。

(八)抬腿跑



(九)複習大隊接力接棒要領

(十)複習大隊接力接棒要領 relay race

(十一)手眼協調練習 hand-eye coordination

1. 心電感應
2. 警察捉小偷
3. 查戶口
4. 吸引力

(十二)抓握練習

1. 接拋籃球、足球、棒球 throw up the ball / basketball / soccer / baseball
2. 單槓練習-正手 forehand
3. 單槓練習-反手 backhand

(十三)跑跳練習

1. 折返跑 turn back / shuttle race
2. 鬼抓人 ( play tag)

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

(十四)跑停練習 run and stop

1. 十步即停 1~10 stop!

2. 二十步即停 1~20, stop!

(十五)障礙賽練習 obstacle race

1. 跨越障礙物-球類

(十六)短距離快跑-線梯移動跑練習 line ladder

1. 後勾前滿向前跑

2. 向前跨步跑

### 三、綜合活動

(一)線梯追逐遊戲 chasing game

(二)100公尺短跑比賽 100 meters short race

(三)大隊接力比賽 hold a contest

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------|
| 教學單元                  | 跳繩                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 教學設計者 | 賴玉帆            |
| 教學對象                  | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學時數  | 5 節課(40 分鐘/每節) |
| 能力指標<br>(學習表現)        | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |       |                |
| 單元目標<br>(學習內容)        | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展 動作原則。</p> <p>Bc-Ⅱ-2-運動與身體活動的保健知識。</p>                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                |
| 具體目標                  | <p>1. 瞭解跳繩的要領與 方法。</p> <p>2. 培養愛好跳繩運動 及合作的精神。</p> <p>3. 學會跳繩的動作。</p>                                                                                                                                                                                                                                            |       |                |
| 英語學習<br>融入相關<br>單字/句子 | <p>單字：jump rope/jump/single/ number11-20/fancy jump rope/<br/>cyclops/ cross jump/hold/knee/ loose/ tight/turn/hand</p> <p>教學用語：Be careful./ Watch out!/ Don' t whip others.<br/>Try it! Count 1-20.</p> <p>句子：Can you do <u>two jumps one turn</u>?<br/>Yes, I can. / No, I can' t.</p>                        |       |                |
| 所需<br>教材教具            | 跳繩、長跳繩、碼表、三角錐                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |                |
| 其他說明                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、準備活動

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。 Count 1-30 /

### 二、發展活動

#### (一)繞繩練習

1. 手部運動 hand movement
2. 左右繞繩：雙手執繩 hold the rope，行左側方 left，右側方 right，或左右交叉繞繩 cross。
3. 跳躍 jump：甲右手執繩，成俯身屈膝蹲姿 bend your knees，行水平執繩 hold。
4. 短繩連續跳躍 jump continuous

#### (二)繞繩的方法，分正、反兩種。

- 1、繩索成紡垂狀，著地時往上跳，在頂上時，落地。
- 2、跳躍的方法，分一繞二跳，一繞一跳，及二繞一跳等，前者容易學習。

One jump one turn / two jumps one turn / one jump two turns

#### 3、短繩連續單足 hop 變換一繞一跳：

單足連續跳躍次數，逐漸增加，一繞二跳、三跳等。

#### 4、嘗試練習：先自由嘗試，了解動作後，分組練習。Try it. Be careful.

#### 綜合活動：

分組比賽：各組依序推派一人比賽，在規定時間內，試跳次數的總和之多寡，決定勝負。Let' s count. One, two, three……

#### (三)空迴旋 cyclops

1. 教師說明並示範動作，學生依口令逐步練習 Listen to me
- (1)單手甩繩：繩子兩握把置於同一手，於身體單側甩繩子。注意不要被握柄打到，也不要打到別人，練習左、又、前、上、交叉、∞字型等。 Be careful. Don' t whip other classmates. / Cross jump
- (2)雙手甩繩：雙手握於繩子兩端 1/4 處，同時練習在體前順時針繞、逆時針繞，亦可在左右側繞。

#### (四)向前一跳一迴旋

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

1. 老師示範說明：雙手分別握住繩子兩端，將繩子往前繞經身體頭上及腳下，繩子被絆住停止時，向前跨過繩子即可。
2. 學生散開練習。老師從旁協助、觀察。
3. 老師講評並修正學生的動作 **very good / well done/ not bad**

### (五)停繩 Stop it !

1. 老師示範說明：腳跟著地，腳尖翹起，讓繩子卡於腳底。
2. 學生練習。老師從旁協助、觀察。

### (六)向前一跳二迴旋 one jump two turns

1. 老師示範說明：雙手分別握住繩子兩端，將繩子往前繞經身體頭上及腳下，迴繞一圈需輕輕跳躍二下。
2. 學生散開練習。老師從旁協助、觀察。
3. 老師講評並修正學生的動作

### 三、綜合活動

一跳一迴旋記次賽：在一分鐘內，看誰跳最快，次數最多者為勝，並請其他小朋友給他一個大鼓勵。**Count 1-30. / Winner/ loser / Give her a big hand.**

### (七)繞繩。

- 短繩連續單足變換繞跳。

#### 1. 說明示範：

1. 分一繞跑兩步及一繞跑一步，前者比較容易學習。
2. 跑步與繞繩等兩項動作，不容易配何，宜加強予以訓練。
3. 應以肩關節為軸，伸直手臂，行大旋轉繞繩，如旋轉小時，足部容易被繩索纏住。

#### 2. 嘗試練習：**let' s practice**

### (八)分組練習。

#### 1. 分組比賽：**let' s play a game**

1. 分若干組，各組依序推一人，行繞繩跑步跳比賽，跑完二十公尺，依先後順序，按照1、2、3、4..辦法給分，至全部賽完後累積分數較少組獲勝。
2. 跑步跳的方法，事先應規定，如一繞跑兩步，或一繞一部等。**One turn, you can run 2 steps. One turn, you can run one step.**

### (九)長繩左、右搖籃跳繩：

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

1、短繩連續併足跳躍。Jump rope / short rope

2、短繩跑步跳躍。Run and jump

1. 說明示範：

1. 任選兩人為執繩者，各持繩索之一端，在地面行左、右側方搖動。
2. 繩索拉太緊，或太鬆，都不理想，應以繩索成紡垂狀，中央部分，必能及地面為妥。Loose / tight / good / bad
3. 跳躍者須面向執繩者跳躍，以便察覺繞繩的速度。Watch out / focus on the rope
4. 跳躍者，視繩索接近時，立刻往上跳，免被繩索絆住。

2. 嘗試練習：

(十)分組練習，宜注意秩序，如由東方進去，從西方退出，以防紛亂。

1. 比賽：每組每人均跳躍三次，作穿梭式跳繩接力比賽，先完的隊伍獲勝。Take turns. One by one

1. 結束比賽：win / lose / good / better

1. 評判勝負。
2. 檢討比賽得失。
3. 教師講評。

(十一)長繩迴環跳：

1. 準備活動：

1. 單臂水平迴旋屈膝跳。自己繞繩、自己跳。
2. 長繩左、右搖籃跳。

2. 說明示範：

1. 執繩者迴環時，在頂上必須超越跳躍者的頭，在底下必著地，並且以快速適中，逐漸增加為妥。
2. 跳躍者，由斜正面進去，從斜反面退出，比較容易實施。
3. 跳躍者，宜面向執繩者跳躍，速度比較容易配合。
4. 先行搖籃跳躍，接著行迴環跳，則興趣更佳。

3. 嘗試練習：

## 二、綜合活動

(一)一跳一迴旋記次賽：在一分鐘內，看誰跳最快，次數最多者為勝，並請其他小朋友給他一個大鼓勵。Jump rope game / Count the number / Let' s count

### 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

(二)分組練習，教師巡迴輔導並講解動作要領。比賽：每組每人，均跳躍五次，作二十公尺穿梭式跳繩接力比賽。

(三)趣味競賽-跳繩大隊接力 relay rod with jump rope

(四)趣味競賽-跳繩障礙賽

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |                                  |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------|
| <b>教學單元</b>                    | 躲避球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>教學設計者</b> | 劉坤桐                              |
| <b>教學對象</b>                    | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>教學時數</b>  | 5 節課(2.5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| <b>能力指標<br/>(學習表現)</b>         | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>                             |              |                                  |
| <b>單元目標<br/>(學習內容)</b>         | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                  |
| <b>具體目標</b>                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能練習傳接球動作。</li> <li>2. 能進行傳接球遊戲。</li> <li>3. 能練習移位、閃躲動作。</li> <li>4. 能進行閃躲遊戲並在合作型遊戲中展現互助合作爭取榮譽的精神。</li> </ol>                                                                                                                                                                                      |              |                                  |
| <b>英語學習<br/>融入相關<br/>單字/句子</b> | <p>單字：dodgeball/pass/catch /underhand/overhand/change/Attack/infield/ outfield/court/serve</p> <p>教學用語：One more time./Raise your hands./Give him a big hand./Find a partner. Look at me./ Be quiet./Line up./Are you ready?/ Next one./Your turn./It' s class time./Time' s up!</p> <p>句子：Pass the ball.Face to the ball when you move.</p> |              |                                  |
| <b>所需<br/>教材教具</b>             | 躲避球、呼拉圈、小三角錐                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |                                  |
| <b>其他說明</b>                    | 設定對象為四年級，因此著重於熟悉躲避球的雙手傳接球的動作要領，設計之活動以雙人、多人遊戲方式呈現，運動技能之教導目標希望讓學童學習躲避球基本的動作，並參與遊戲。                                                                                                                                                                                                                                                            |              |                                  |

## 教學活動流程(時間/評量方式)

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操，將身體部位活動展開，為後續活動做準備。

Good morning, everyone. Hands back. Let's roll call. (From number 1.)

2. Follow Leader do warm-up exercise.

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 練習傳接球(throw and catch)動作：教師講解並示範肩上(overhand)傳球動作要領，請學生分組進行練習。

2. 教師講解接低球(underhand)、接高球(overhand)動作要領，請學生分組進行練習。(one by one, Find your partner to practice.)

3. 操作過程中教師應針對學生錯誤的動作立即做修正。

Make 2 lines. (Right line, hold a ball, turn back) Face to face.

Listen to teacher and say out: (Teacher)Ready- (S1)I throw- (the other side) I catch.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師集合學生並提問：剛剛的練習表現很棒的人請舉手看看，請大家鼓鼓掌。那請問你們怎麼做到的，請分享你的方式。(隨機點學生回答) If you do it well, raise your hand, please. Give them/him/yourselves a big hand.

2. 教師指導學生進行緩和運動。

## 第一節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。(Roll call. Do warm-up exercise.)

2. 教師引導學生複習傳接球動作。Make 2 lines. Review throw and catch the ball.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 8字形傳接練習：教師示範傳接動作及8字形傳球路徑。請學生四人

一組進行練習。(Look at me. Listen to me. Work in groups of four. Find your partners and practice by yourself.)

2. 擊牆(hit the wall)傳接：教師講解並示範擊牆傳接動作要領：球擊牆高度約在腰、胸

3. 之間(between waist and chest)，接球時要判斷球彈地位置及方向後再接球。請學生進行練習。

4. 穿過呼拉圈傳接 Transfer practice：教師講解並示範穿過呼拉圈(hula hoop)傳接動作。請學生分組進行練習。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Feedback

1. 教師集合學生並提問：剛剛的練習覺得自己表現很棒的人請舉手看看，請大家鼓鼓掌(If you are good, raise your hand, please.)。那請問你們怎麼做到的，請分享你的方式(Share with us.)。(隨機點學生回答) Give them/him/her a big hand.

2. 今天我們的練習你也可以下課和同學一起玩，相信你常常練習就會變得越來越厲害喔。

## 第二節完

## 教學活動流程(時間/評量方式)

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習傳接球動作。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 跟著球兒轉 Follow the ball：教師說明：活動進行的目的是要練習快速移位(Fast shift)，隨時正面面對球(face the ball anytime)。教師講解並示範轉身移位，以及外圍傳球路徑要領請學生分組進行練習。Look and listen to me. When they pass the ball, you need to move/turn back. Let you face the ball. Be quick)
2. 簡易躲避球(Dodgeball)：教師講解活動方式(Listen to me)。4-6人一組(Separate 2 teams)，各組分別進行練習。兩人於端線兩側擔任攻擊者(attacker)，其餘組員於場內(Stay in the infield)來回閃躲(dodge)。攻擊者擊中組員時，兩人角色互換(when you hit someone, you can change each other)。請學生分組進行練習。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Feedback

教師指導學生進行緩和運動，並預告下一節課學習內容。

第三節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習傳接球動作。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 複習攻防練習(Offensive and defensive drill)：教師講解傳接球與閃躲要領。請學生4~6人一組，輪流(take turn)在內(infield)、外場(outfield)，進行攻擊、閃躲練習。(Let' s do it now.)
2. 方陣躲避球遊戲：教師講解活動規則(Listen to me.)。比賽分成獵人(hunter)、羚羊(antelope)兩隊。獵人隊在方形場地外擔任攻擊者；羚羊隊分散內場擔任閃躲者。獵人隊可傳接球或直接攻擊(Hunters, you can pass the ball or attack)，羚羊隊接球或身體碰觸即算出局(Antelopes, you need to escape or catch the ball. When you are hit, you are out.)由獵人隊得一分。出局者仍可在內場繼續參與遊戲，5分鐘(5 minutes)後角色互換。(Time' s up. Let' s count. How many points?) 計算雙方得分，分數高的隊伍獲勝。請學生分組進行遊戲。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

教師指導學生進行緩和運動。

第四節完

## 教學活動流程(時間/評量方式)

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。Follow class leader. Do the exercise.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 複習攻防練習(Offensive and defensive drill)：教師講解傳接球與閃躲要領。請學生4~6人一組，輪流在內、外場，進行攻擊(attack)、閃躲(dodge/)練習。

2. 方陣躲避球遊戲2：教師講解活動規則。比賽分男生、女生兩隊。

男生隊(Boys stay in outfield)在方形場地外擔任攻擊者，攻擊時候只能以雙手(With two hands)持球攻擊，女生隊分散內場(Girls stay in infield)擔任閃躲者。男生隊可傳接球或直接攻擊(you can pass or attack)，女生隊身體碰觸即算出局(When the ball touch you, you are out. But you still stay in infield)，由男生隊得一分(get one point)。出局者仍可在內場繼續參與遊戲，5分鐘後攻守互換，女生隊雙手或單手攻擊皆可，女生隊接球或身體碰觸即算出局，由女生隊得一分。計算雙方得分，分數高的隊伍獲勝。請學生分組進行遊戲。

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

教師指導學生進行緩和運動。

第五節完

健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |       |                 |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------|
| 教學單元                  | 樂樂棒球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學設計者 | 賴玉帆             |
| 教學對象                  | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 教學時數  | 10 節課(40 分鐘/每節) |
| 能力指標<br>(學習表現)        | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4c-Ⅱ-2-了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p>4d-Ⅱ-1-培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p> <p>4d-Ⅱ-2-參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p> |       |                 |
| 單元目標<br>(學習內容)        | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展 動作原則。</p> <p>Hd-Ⅱ-1-守備/跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                                                     |       |                 |
| 具體目標                  | <p>1. 認識樂樂棒球的特性和玩法。</p> <p>2. 明瞭樂樂棒球的動作要領。</p> <p>3. 學會樂樂棒球的動作要領戲。</p> <p>4. 養成互助合作守法守紀的態度。</p> <p>5. 能與同學合作學習，享受遊戲的樂趣。</p>                                                                                                                                                                                                      |       |                 |
| 英語學習<br>融入相關<br>單字/句子 | <p>單字：Teeball/baseball/ base bag/run/home run/hit /catch/ throw/swing/grip/bat/ball/ strike/out/pitcher /infield/outfield/glove/champion/catcher</p> <p>教學用語：Call the roll./Let' s play a game./ Pay attention. Catch(hit/throw) the ball.</p> <p>句子：Hold a contest./ Who' s the next one?</p>                                   |       |                 |
| 所需<br>教材教具            | <p>哨子、樂樂棒球一組、角錐 8 個、壘包 4 個(可用厚紙板代替)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |       |                 |
| 其他說明                  | <p>無</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |       |                 |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入

### 一、準備活動(5分鐘/實作評量) (Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。 Baseball/ Tee ball

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### (一)折返跑練習 turning back run

教師擺放4定點(Run From A cone to B cone)進行折返跑練習

#### (二)一二三木頭人跑停訓練 [one, two, three, freeze]

Run and stop. / Don' t move. / Listen carefully.

#### (三)跑壘練習 Running base

1、老師放置兩個壘包，距離約15公尺，讓學生來回進行衝刺，已習慣壘包距離。

Follow me. / Repeat it. / Do it again.

2、老師讓學生放置四個壘包，佈置成比賽場地，讓學生衝刺，已習慣四個 First - Second - Third - Home base

#### (四)跑壘大賽 Hold a contest.

全班分成2組，進行跑壘大賽

Paper- scissors- stone. Choose your team members. Ready. Go. Cheer up!

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作，並就錯誤的動作加以指導。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Much better. / Good job. / Excellent. / Pretty good.

### 第一節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量) (Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。

2. 暖身操。

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

#### (一)個人手眼協調訓練小遊戲 hand-eye coordination

1、持球棒進行揮空練習

2、持球棒進行擊球點練習(固定架低位置)

3、持球棒進行擊球點練習(固定架中位置)

4、持球棒進行擊球點練習(固定架高位置)

5、握短棒擊球練習

6、個人自己丟球自己打擊練習 Throw the ball by yourself and hit it.

7、投手丟球 vs 打者練習

grip the bat/ hit the ball/ swing / Pay attention. / Focus on the ball.

Swing, swing, hit the ball.

Make 2 lines to practice. Take turns! Who' s the next one? Next one!

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Do the demonstration for us, please. / Thank you. Well done

### 第二節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。Warm up/ review

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)樂樂棒傳接球練習

老師讓兩個學生先進行對傳練習，距離 7-8 公尺，讓學生熟悉球的重量和軟硬度。

Pair up. One by one. Find your partner.

Thorw the ball and catch the ball. Practice pass to each other 20 times.

(二)老師讓兩個學生先進行對傳練習，距離約 15-20 公尺，讓學生熟悉球重量和軟硬度。

(三)老師讓學生輪流站到各個壘包上面，依照老師的口令，先進行傳球防守練習。

Take turns! / defense/ offense

(四)擲遠比賽 Let' s play a game.

全班所有學生進行樂樂棒球擲遠比賽。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing Time

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Pay attention. / Tell me how to make it better?

第三節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)打擊練習：Strike practice

1. 老師排出打擊座，讓學生進行打擊練習。先指導學生站在打擊座上的姿勢，瞄準球的方式，握球棒的方法，練習打擊，以打到球為目標。 Grip the bat with 2 hands. Bend your knees, look at the ball. Swing, swing, hit the ball.

2. 老師指導學生改變打擊的角度，讓學生自己體會何種角度可以讓球打得又高又遠！ Swing up / down / flat

3. 老師指導學生改變打擊的方向，讓學生自己體會如何可以打到自己想要的方向！ bat/ grip /swing /hit the ball/ Try to change your direction. Try it again.

(二)全壘打王：Homerun champion

全班學生進行打擊比賽，打擊最遠的人獲勝。

(三)跑打練習：running practice

打擊活動結合跑壘活動，進行比賽。 Hit and run.

First base - second base - third base - home base.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing Time

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。How to make it better?

/ Goodjob. / Great. / Give her a big hand. / Clap your hands.

第四節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)老師指導學生練習打擊完立即跑壘的技巧，避免甩棒。

Don't do that. Bat flip (crowbar) / Watch out. / Carefully

Listen to me and repeat after me. / Follow me.

(二)老師將全班分成2組，一組進攻，一組防守，進攻那組，教師指導學生練習打擊完立即跑壘的技巧並避免甩棒;防守那組教師指導學生如何傳接球並防守。

Make two lines. / Pass the ball. Watch the runner and pass the ball to your partner.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing time.

1. 教師請學生示範動作，並指出正確及錯誤之處，供學生觀摩、學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第五節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)訓練團隊合作的遊戲 Team work

1 兩人三腳

2 衝吧！夥伴

3 拜拜土地公

Let's play a game. Find your partner. One by one. Stand behind the line.

Ready. Go! / Next one! / Good job! / Very good.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing time.

1. 教師請獲勝的小組分享如何培養默契及運用技巧供其他學生學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的組別。
3. 教師引導學生發表學習心得。

Well done. / Pretty good. / Do you understand?

第六節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)老師 show 出投影片，講解待會的練習方式。

We stay in the classroom. Introduce the ball game and explain game rules.

Listen to me. Look at the screen.

(二)老師分組進行指導比賽，並在比賽時隨時暫停，提醒並講解比賽規則。

Strike / ball / walk / foul ball/ safe / out / Strike out / fly out / batter/catcher pitcher/referee /home plate

Who' s the next striker? / Take turns!

三、綜合活動(5分鐘/問答表現) Sharing time.

1. 教師引導學生進行緩和運動, 並發表學習心得。

第七節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)攻防大戰(一)：全班分成兩組老師進行指導比賽。

Go to your position. Batter (Striker) get ready. Start!

first base /first baseman ; second base /second baseman ; third base /third baseman / infield / outfield

Strike 1 , Strike 2, Strike out! / Ball 1, ball 2 ,...walks

Safe / out / touch out / double play

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師引導學生進行緩和運動, 並發表學習心得。

第八節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)攻防大戰(二)：全班分成兩組老師進行指導比賽。

Swing, swing, hit the ball.

Up and down, right and left, catch in the center, throw the ball.

Strike out. / Fly out. / 3 persons out, exchange teams!

You get 1(-10) point(s).

( Review all the vocabularies we have learned. )

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師引導學生進行緩和運動, 並發表學習心得。

第九節完

一、準備活動(5分鐘/實作評量) ( Warm up / 依照共同範圍英語設計流程)

1. 集合整隊，清點人數。
2. 暖身操。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

(一)攻防大戰(三)： 全班分成兩組老師進行指導比賽。

Review all the rules and terms about ball game.

Hold a contest. About 6 inn. Don' t steal the base.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師引導學生進行緩和運動, 並發表學習心得。Sharing Time

第十節完

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |                                 |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------|
| <b>教學單元</b>                    | 籃球                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>教學設計者</b> | 劉坤桐                             |
| <b>教學對象</b>                    | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>教學時數</b>  | 10 節課(5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| <b>能力指標<br/>(學習表現)</b>         | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |              |                                 |
| <b>單元目標<br/>(學習內容)</b>         | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                            |              |                                 |
| <b>具體目標</b>                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學習籃球基本的傳接球動作。</li> <li>2. 能運用傳接球技巧進行遊戲。</li> <li>3. 學會原地及行進間換手運球。</li> <li>4. 學會變換運球方向及節奏。</li> <li>5. 能運用移動運球技巧進行遊戲。</li> </ol>                                                                                                                                     |              |                                 |
| <b>英語學習<br/>融入相關<br/>單字/句子</b> | <p>單字：basketball/pass/dribble/cross-eg/right/left/hand<br/>Throw up/head/chest/shoulder/whistle/crossover/steal/<br/>ghost</p> <p>教學用語：Pair up. Much better. Follow me. Repeat it. listen to me.</p> <p>句子：Don' t hold ball./ Pass the ball./<br/>How to make it better?</p>                                    |              |                                 |
| <b>所需<br/>教材教具</b>             | 籃球、標誌筒、號碼衣、哨子                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |                                 |
| <b>其他說明</b>                    | 設定對象為四年級，因此著重於熟悉籃球的運球的基本動作，設計之活動以單人技巧熟練後，輔以雙人、多人遊戲方式呈現，運動技能之教導目標希望讓學童學習籃球基本的動作，並參與遊戲。                                                                                                                                                                                                                           |              |                                 |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操。學生跟著節拍, 模仿教師的動作。
2. 教師說明: 運動前先進行簡單的熱身操, 可避免在操作運動器材或運動過程中受傷。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 持球球感練習: 教師說明籃球 Basketball 運動的樂趣, 藉以引起學生的學習動機。教師講解並示範左右手相互撥球、持球繞頸 neck、持球繞腳 leg、腰部 waist 繞球, 以及胯下 8 字形繞球 crossover / cross-leg dribble 動作技巧。請學生模仿教師動作, 逐項操作各式控球動作。操作過程中教師應針對學生錯誤的動作立即做修正。
2. 拋球球感練習: 教師講解並示範單手拋球單手接( throw up the ball and catch with one hand)、單手換手拋接 Right hand throw the ball, and left hand catch.、拍掌接球、坐著拋球起立後接球動作技巧。請學生模仿教師動作, 逐項操作各式控球動作。練習過程中, 教師針對學生錯誤的動作立即做修正。Follow me. Repeat after me. Do it again.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。 Much better. / Good job. / Excellent. / Pretty good.

第一節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的籃球球感練習動作。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 運球球感練習: 教師講解並示範坐姿單手運球、坐姿左右手交換運球(sit and dribble. Right hand and left hand can change.), 以及坐姿腿間 V 字三點運球動作技巧。請學生模仿教師動作, 逐項操作各式運球動作。練習過程中, 教師針對學生錯誤的動作立即做修正。
2. 雙人球感練習: 教師講解並示範雙人轉身傳球 pass the ball、雙人頭頂胯下傳球, 以及多人單手傳球動作技巧。請學生分組逐項操作各式傳球動作。練習過程中, 教師針對學生錯誤的動作立即做修正。

Hold / throw up / single hand / waist / right / left

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 請學生兩人一組, 根據所學習的內容, 一人操作控球動作, 一人進行登錄, 實施自我評量 Pair up. / One dribble and the other record it.
2. 教師請學生示範所學的動作, 並指出錯誤及優異處, 提供學生觀摩。
3. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第二節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的藍球控球練習動作。讓學生熟悉球感。 Review how to dribble.

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 傳接球練習: Transfer practice

教師示範正確的接球動作，並說明放鬆身體，減少球的衝擊力量，才能將球穩穩接住。教師講解並示範地板傳球、過頂傳球、胸前傳球、單手肩上傳球動作要領。

Teacher do the demonstration for students.

Head / chest / shoulder/ pass a ball / catch a ball

2. 請學生分組進行練習。待四種傳、接球練習均熟練後，教師可引導各組逐步加長兩人之間的距離。 Listen to the whistle. Ready. Go !
3. 教師鼓勵學生以不同傳球動作進行傳接球練習。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 請學生兩人一組，根據所學習的內容，一人進行自我評量。Pair up
  2. 教師請學生示範所學的動作，並指出錯誤及優異處，提供學生觀摩。
  3. 教師鼓勵有進步及認真的學生。
- Good. / Get better. / pretty good. / nice / It' s ok. One more time.

第三節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 請學生跟著節拍，模仿教師的動作，進行從頭到腳的肢體動作。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 原地三角傳球 Triangular pass: 教師講解活動方式。三人一組，分別採用地板傳球、過頂傳球、胸前傳球和單手肩上傳球進行傳接球。
2. 請學生分組進行練習。Work in groups of three.
3. 待動作熟練後，教師再以吹哨方式引導學生改變傳球的方向或動作，增加活動的樂趣。 Listen to the whistle. When you hear the whistle ring, you need to change the direction.
4. 星形傳球: 教師講解活動方式。五人一組，依照順序，分別採用地板傳球、過頂傳球、胸前傳球進行傳接球。Work in groups of five. / bounce the ball/ pass the ball/ over head
5. 學生分組進行練習。
6. 待動作熟練後，教師再以吹哨方式引導學生改變傳球的方向或動作，增加活動的樂趣。
7. 請學生討論進行星形傳球活動是否順利，該如何讓傳球過程更為順暢？請學生依據該組討論的結果進行練習，以檢視是否有成效。 How to make it better?

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別，並請其示範讓其他組別觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第四節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 請學生跟著節拍, 模仿教師的動作, 進行從頭到腳的肢體動作。

Follow teacher. Remember the temple.

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 快遞傳球: 教師講解遊戲規則。全班分成兩組, 面對面排成兩橫列。從隊伍前端, 以「Z」字形的的方式, 依序傳球至尾端。先傳完的組別獲勝。

Make two lines. Pass the ball. In “Z” shape.

2. 請學生分組進行遊戲。

3. 待動作熟練後, 教師可指定傳球動作或方向, 請學生再次進行遊戲。

4. 七手八腳: 教師講解活動方式: 三人一組 three people in one team, 兩人傳球一人在中間抄截, 傳球者被抄球後兩人即角色互換, 以相互練習。Two members pass each other, and the other one try to steal it. After stealing successfully, you change the role. 鼓勵學生嘗試用各種方法傳球, 不讓中間抄截者抄到球。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別, 並請其示範讓其他組別觀摩學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第五節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操。

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 原地運球 bounce the ball: 教師講解在籃球運動中的重要性, 以引起學生學習興趣。

2. 教師講解並示範運球的動作要領: 腳呈弓箭步、身體微彎, 眼睛直視前方, 手臂於身體左前方或右前方上下運球。Look forward. / move left foot forward and right foot back. / push the ball up and down/

3. 請學生練習右手運球、左手運球, 以及左右手交換運球動作。教師巡視指導, 並鼓勵學生認真學習。 Right hand / left hand / crossover

三、綜合活動(10分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別, 並請其示範讓其他組別觀摩學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Nice / Great / good job. Well done.

第六節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習原地運球的動作。讓學生熟悉原地運球。

Review bounce the ball.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 高度變化運球:教師講解並示範高運球 high 及低運球 low 的動作要領。Look at me. Do it.
2. 請學生分組進行練習。Practice by yourself.
3. 待動作熟練後,教師引導學生隨著哨音長短,練習高、低變化運球。

Listen to the whistle. Pay attention. Ready. Go!

4. 行進間直線運球及收球教師講解並示範行進間運球動作要領。採用高姿勢運球,雙腳小跑步,以左、右手運球,將球運在前進方向,約左、右腳前方外側。請學生依據教師示範,逐步操作。Run / move forward /

5. 教師講解並示範收球動作。請學生進行練習。

6. 運球接力:教師講解活動方式。請學生進行練習。

Repeat it. / Do it. / Try again. / dribble /

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別,並請其示範讓其他組別觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第七節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習行進間直線運球運球的動作。讓學生熟悉動作。

Dribble and move forward. Go straight.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 曲線運球:教師引導學生布置場地:以 5~8 個標誌筒或標誌盤排成一  
直線,兩標誌筒間距離約 1 公尺。可以同時擺放 3~5 條線,以利全班  
分組進行活動 Dribble bypass the cones. / Make three lines.

2. 教師講解並示範曲線運球動作技能。請學生分組練習。

3. 教師亦可變化活動方式,讓學生回程時練習直線運球及收球動作。

4. 個人移位運球:教師講解並示範方向變化運球的運用及動作要領。

5. 請學生進行練習。待動作熟練後,教師可運用哨音和口令,引導學生變化運球方向。 Listen to my whistle.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的學生,並請其示範讓其他學生觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第八節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習行進間運球運球的動作。讓學生熟悉動作。  
Walk / dribble /

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 行進間繞圓運球:教師講解並示範行進間繞圓運球的動作要領。  
Round a round.
2. 請學生運用籃球場的中圈或是罰球圈，分組練習順時針及逆時針的運球動作。
3. 運球紅綠燈【Red light, Green light】:教師說明遊戲規則並將全班分成2到3組。
4. 教師講解遊戲的目的及運球技能。請學生分組進行遊戲。  
Let' s play a game. / paper-scissors-stone /

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別，並請其示範讓其他組別觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第九節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習原地、直線運球的動作。讓學生熟悉基本運球。  
Bounce / dribble and walk

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 運球紅綠燈 2:教師說明遊戲規則並將全班分成2到3組。各組派出2~3人當搶球者，不持球(Don' t hold the ball. ), 捉運球的組員。其他人可以自由移動運球，快被捉到時，可持球不動並喊「紅燈 Red」。此時，須由運球者碰觸持球者的肩膀，才可以繼續運球。被捉到者須將球交出，並與搶球者交換捉人的角色。
2. 運球鬼抓人 play tag:教師講解並示範運球鬼抓人的動作要領。全班分成鬼和人兩組，在一個方形的空間為限，當鬼那一組先請一個人運球，其他的人可自由混在人的那一組，只有運球的那一個鬼可以抓人，所以鬼組可以利用傳球或阻擋來抓人，被抓到的人即出局，以五分鐘為限，時間到換組，抓到最多人的那一組獲勝。  
5 minutes. You can pass the ball. / block someone/ stop someone/ switch squares.  
/ Listen to the whistle. Ready. Go! / Time' s up.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

教師引導學生進行緩和運動，並發表學習心得。

第十節完

## 健體領域沉浸式英語教學教案設計

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                                 |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------|
| 教學單元                  | 籃球                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 教學設計者 | 劉坤桐                             |
| 教學對象                  | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學時數  | 10 節課(5 週/每週 2 節)<br>(40 分鐘/每節) |
| 能力指標<br>(學習表現)        | <p>1c-Ⅱ-1-認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1-認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-Ⅱ-2-描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-Ⅱ-1-遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2-運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>2c-Ⅱ-3-表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-Ⅱ-1-描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-Ⅱ-2-透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1-運用動作技能的練習策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2-表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> |       |                                 |
| 單元目標<br>(學習內容)        | <p>Bc-Ⅱ-1-暖身、伸展動作原則。</p> <p>Hb-Ⅱ-1-陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球運動、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>                                                                                                                                                                                                            |       |                                 |
| 具體目標                  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學習籃球基本的傳接球動作。</li> <li>2. 能運用傳接球技巧進行遊戲。</li> <li>3. 學會原地及行進間換手運球。</li> <li>4. 學會變換運球方向及節奏。</li> <li>5. 能運用移動運球技巧進行遊戲。</li> </ol>                                                                                                                                     |       |                                 |
| 英語學習<br>融入相關<br>單字/句子 | <p>單字：basketball/pass/dribble/cross-eg/right/left/hand<br/>Throw up/head/chest/shoulder/whistle/crossover/steal/<br/>ghost</p> <p>教學用語：Pair up. Much better. Follow me. Repeat it. listen to me.</p> <p>句子：Don' t hold ball./ Pass the ball./<br/>How to make it better?</p>                                    |       |                                 |
| 所需<br>教材教具            | 籃球、標誌筒、號碼衣、哨子                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |                                 |
| 其他說明                  | 設定對象為四年級，因此著重於熟悉籃球的運球的基本動作，設計之活動以單人技巧熟練後，輔以雙人、多人遊戲方式呈現，運動技能之教導目標希望讓學童學習籃球基本的動作，並參與遊戲。                                                                                                                                                                                                                           |       |                                 |

## 教學活動流程(時間/評量方式) 英語融入說明

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量) Warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操。學生跟著節拍, 模仿教師的動作。
2. 教師說明: 運動前先進行簡單的熱身操, 可避免在操作運動器材或運動過程中受傷。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 持球球感練習: 教師說明籃球 Basketball 運動的樂趣, 藉以引起學生的學習動機。教師講解並示範左右手相互撥球、持球繞頸 neck、持球繞腳 leg、腰部 waist 繞球, 以及胯下 8 字形繞球 crossover / cross-leg dribble 動作技巧。請學生模仿教師動作, 逐項操作各式控球動作。操作過程中教師應針對學生錯誤的動作立即做修正。
2. 拋球球感練習: 教師講解並示範單手拋球單手接( throw up the ball and catch with one hand)、單手換手拋接 Right hand throw the ball, and left hand catch.、拍掌接球、坐著拋球起立後接球動作技巧。請學生模仿教師動作, 逐項操作各式控球動作。練習過程中, 教師針對學生錯誤的動作立即做修正。Follow me. Repeat after me. Do it again.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師請學生示範所學的動作, 並就錯誤的動作加以指導。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。 Much better. / Good job. / Excellent. / Pretty good.

第一節完

### 一、引起動機(10分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的籃球球感練習動作。

### 二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 運球球感練習: 教師講解並示範坐姿單手運球、坐姿左右手交換運球(sit and dribble. Right hand and left hand can change. ), 以及坐姿腿間 V 字三點運球動作技巧。請學生模仿教師動作, 逐項操作各式運球動作。練習過程中, 教師針對學生錯誤的動作立即做修正。
2. 雙人球感練習: 教師講解並示範雙人轉身傳球 pass the ball、雙人頭頂胯下傳球, 以及多人單手傳球動作技巧。請學生分組逐項操作各式傳球動作。練習過程中, 教師針對學生錯誤的動作立即做修正。

Hold / throw up / single hand / waist / right / left

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 請學生兩人一組, 根據所學習的內容, 一人操作控球動作, 一人進行登錄, 實施自我評量 Pair up. / One dribble and the other record it.
2. 教師請學生示範所學的動作, 並指出錯誤及優異處, 提供學生觀摩。
3. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第二節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習上一節課所學的藍球控球練習動作。讓學生熟悉球感。 Review how to dribble.

二、發展活動(25分鐘/實作評量)

1. 傳接球練習: Transfer practice

教師示範正確的接球動作，並說明放鬆身體，減少球的衝擊力量，才能將球穩穩接住。教師講解並示範地板傳球、過頂傳球、胸前傳球、單手肩上傳球動作要領。

Teacher do the demonstration for students.

Head / chest / shoulder/ pass a ball / catch a ball

2. 請學生分組進行練習。待四種傳、接球練習均熟練後，教師可引導各組逐步加長兩人之間的距離。 Listen to the whistle. Ready. Go !
3. 教師鼓勵學生以不同傳球動作進行傳接球練習。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 請學生兩人一組，根據所學習的內容，一人進行自我評量。Pair up
  2. 教師請學生示範所學的動作，並指出錯誤及優異處，提供學生觀摩。
  3. 教師鼓勵有進步及認真的學生。
- Good. / Get better. / pretty good. / nice / It' s ok. One more time.

第三節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 請學生跟著節拍，模仿教師的動作，進行從頭到腳的肢體動作。

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 原地三角傳球 Triangular pass: 教師講解活動方式。三人一組，分別採用地板傳球、過頂傳球、胸前傳球和單手肩上傳球進行傳接球。
2. 請學生分組進行練習。Work in groups of three.
3. 待動作熟練後，教師再以吹哨方式引導學生改變傳球的方向或動作，增加活動的樂趣。 Listen to the whistle. When you hear the whistle ring, you need to change the direction.
4. 星形傳球: 教師講解活動方式。五人一組，依照順序，分別採用地板傳球、過頂傳球、胸前傳球進行傳接球。Work in groups of five. / bounce the ball/ pass the ball/ over head
5. 學生分組進行練習。
6. 待動作熟練後，教師再以吹哨方式引導學生改變傳球的方向或動作，增加活動的樂趣。
7. 請學生討論進行星形傳球活動是否順利，該如何讓傳球過程更為順暢？請學生依據該組討論的結果進行練習，以檢視是否有成效。 How to make it better?

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別，並請其示範讓其他組別觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第四節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 請學生跟著節拍, 模仿教師的動作, 進行從頭到腳的肢體動作。

Follow teacher. Remember the temple.

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 快遞傳球: 教師講解遊戲規則。全班分成兩組, 面對面排成兩橫列。從隊伍前端, 以「Z」字形的的方式, 依序傳球至尾端。先傳完的組別獲勝。

Make two lines. Pass the ball. In “Z” shape.

2. 請學生分組進行遊戲。

3. 待動作熟練後, 教師可指定傳球動作或方向, 請學生再次進行遊戲。

4. 七手八腳: 教師講解活動方式: 三人一組 three people in one team, 兩人傳球一人在中間抄截, 傳球者被抄球後兩人即角色互換, 以相互練習。Two members pass each other, and the other one try to steal it. After stealing successfully, you change the role. 鼓勵學生嘗試用各種方法傳球, 不讓中間抄截者抄到球。

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別, 並請其示範讓其他組別觀摩學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第五節完

一、引起動機(10分鐘/實作評量) warm up

1. 教師帶領學生進行熱身操。

二、發展活動(20分鐘/實作評量)

1. 原地運球 bounce the ball: 教師講解在籃球運動中的重要性, 以引起學生學習興趣。

2. 教師講解並示範運球的動作要領: 腳呈弓箭步、身體微彎, 眼睛直視前方, 手臂於身體左前方或右前方上下運球。Look forward. / move left foot forward and right foot back. / push the ball up and down/

3. 請學生練習右手運球、左手運球, 以及左右手交換運球動作。教師巡視指導, 並鼓勵學生認真學習。 Right hand / left hand / crossover

三、綜合活動(10分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別, 並請其示範讓其他組別觀摩學習。

2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

Nice / Great / good job. Well done.

第六節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習原地運球的動作。讓學生熟悉原地運球。

Review bounce the ball.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 高度變化運球:教師講解並示範高運球 high 及低運球 low 的動作要領。Look at me. Do it.
2. 請學生分組進行練習。Practice by yourself.
3. 待動作熟練後,教師引導學生隨著哨音長短,練習高、低變化運球。

Listen to the whistle. Pay attention. Ready. Go!

4. 行進間直線運球及收球教師講解並示範行進間運球動作要領。採用高姿勢運球,雙腳小跑步,以左、右手運球,將球運在前進方向,約左、右腳前方外側。請學生依據教師示範,逐步操作。Run / move forward /

5. 教師講解並示範收球動作。請學生進行練習。

6. 運球接力:教師講解活動方式。請學生進行練習。

Repeat it. / Do it. / Try again. / dribble /

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別,並請其示範讓其他組別觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第七節完

### 一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習行進間直線運球運球的動作。讓學生熟悉動作。

Dribble and move forward. Go straight.

### 二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 曲線運球:教師引導學生布置場地:以 5~8 個標誌筒或標誌盤排成一  
直線,兩標誌筒間距離約 1 公尺。可以同時擺放 3~5 條線,以利全班  
分組進行活動 Dribble bypass the cones. / Make three lines.

2. 教師講解並示範曲線運球動作技能。請學生分組練習。

3. 教師亦可變化活動方式,讓學生回程時練習直線運球及收球動作。

4. 個人移位運球:教師講解並示範方向變化運球的運用及動作要領。

5. 請學生進行練習。待動作熟練後,教師可運用哨音和口令,引導學生變化運球方向。 Listen to my whistle.

### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的學生,並請其示範讓其他學生觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第八節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習行進間運球運球的動作。讓學生熟悉動作。  
Walk / dribble /

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 行進間繞圓運球:教師講解並示範行進間繞圓運球的動作要領。  
Round a round.
2. 請學生運用籃球場的中圈或是罰球圈，分組練習順時針及逆時針的運球動作。
3. 運球紅綠燈【Red light, Green light】:教師說明遊戲規則並將全班分成2到3組。
4. 教師講解遊戲的目的及運球技能。請學生分組進行遊戲。  
Let' s play a game. / paper-scissors-stone /

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

1. 教師表揚表現優異的組別，並請其示範讓其他組別觀摩學習。
2. 教師鼓勵有進步及認真的學生。

第九節完

一、引起動機(5分鐘/實作評量)

1. 教師帶領學生進行熱身操。
2. 教師引導學生複習原地、直線運球的動作。讓學生熟悉基本運球。  
Bounce / dribble and walk

二、發展活動(30分鐘/實作評量)

1. 運球紅綠燈 2:教師說明遊戲規則並將全班分成2到3組。各組派出2-3人當搶球者，不持球(Don' t hold the ball. ), 捉運球的組員。其他人可以自由移動運球，快被捉到時，可持球不動並喊「紅燈 Red」。此時，須由運球者碰觸持球者的肩膀，才可以繼續運球。被捉到者須將球交出，並與搶球者交換捉人的角色。
2. 運球鬼抓人 play tag:教師講解並示範運球鬼抓人的動作要領。全班分成鬼和人兩組，在一個方形的空間為限，當鬼那一組先請一個人運球，其他的人可自由混在人的那一組，只有運球的那一個鬼可以抓人，所以鬼組可以利用傳球或阻擋來抓人，被抓到的人即出局，以五分鐘為限，時間到換組，抓到最多人的那一組獲勝。  
5 minutes. You can pass the ball. / block someone/ stop someone/ switch squares.  
/ Listen to the whistle. Ready. Go! / Time' s up.

三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

教師引導學生進行緩和運動，並發表學習心得。

第十節完

## 臺南市下營區東興國民小學

| 週次 | 主題                                | 健體領綱                                                                                | 體育課程理念與設計                                                                                                                                                                                                                       | 英語相關知識                                                                                                                                                          |
|----|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 開學預備週                             |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 2  | 繩梯挑戰賽                             | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。                                                                | 由體適能活動，發展出跟敏捷、柔軟度、協調、爆發力、肌力、心肺適能相關的體能活動。<br>敏捷與協調部分:利用繩梯，設計相關的動作，讓學生學習變熟練。<br>肌力與爆發力部分:利用兩人運動及相關的體能活動，讓學生在熱身練習及活動時，可以慢慢建立起基本的體能。<br>心肺適能部分:利用相關的活動及遊戲，融入課程中，讓學生以競賽的方式進行，並建立心肺適能的部分。<br>柔軟度的部分:利用每節課最後的收身操動作，讓學生拉筋收操，進而改善柔軟度的部分。 | Agility<br>Speed<br>Cardio<br>flexibility<br>Explosive<br>教室用語:<br>Be<br>careful. (小心)<br>Slow<br>down. (慢下來)<br>Try it. (試試看)<br>listen<br>carefully.<br>(認真聽) |
| 3  | 三角椎移動挑戰賽<br>呼拉圈九宮格                | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。                                                           |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 4  | 速度訓練<br>指令挑戰賽                     | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。                                  |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 5  | 獵殺躲避球<br>bosu ball game           | 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。                                                    |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 6  | 肌力與爆發力(烏龜翹人體版)<br>心肺適能(貓抓老鼠之移動迷宮) | 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。                                  |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 7  | 圓圈跳跳樂<br>絲巾追追樂&呼拉圈接力跑             | 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 8  | 低手夾臂反應訓練<br>呼拉圈接球                 | 11d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。                                                          |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 9  | 三角錐接球<br>排球低手氣球接球(動作養成)           | 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。                               |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 10 | 排球低手接球<br>排球高手三角錐接球               | 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br>Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 11 | 排球高手接球<br>排球高手接球接力                |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| 12 | 排球高手發球(用氣球代替排球)<br>排球高手發球(拋球)     |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |

|    |                                   |  |  |                                                                |
|----|-----------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------|
| 13 | 排球高手發球(拍<br>球)<br>排球高手發球準確<br>度比賽 |  |  | listen<br>carefully. (認<br>真聽)<br>Two in a<br>group.(兩人一<br>組) |
|----|-----------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------|

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |                 |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------|
| 主題名稱                                                     | 體適能活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 教學設計者 | 黃士豪             |
| 教學對象                                                     | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 教學節次  | 12 節課(40 分鐘/每節) |
| 能力指標                                                     | 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。<br>2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。<br>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                 |
| 學習目標                                                     | 1.學生能做出體適能的相關動作。<br>2.學生能說出體適能相關的單字。<br>3.學生能培養團隊合作的態度。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                 |
| 教學方法                                                     | 合作學習、實作學習                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |       |                 |
| 英語學習<br>content<br>vocabulary<br>/ sentences<br>patterns | 單字:<br>forward sprint(往前高抬腿)<br>lateral high knee (側面高抬腿)<br>Icky shuffle, backward Icky shuffle.<br>Lateral in and out.<br>Forward in and out, backward in and out.<br>Hopscotch<br>-----<br>Grip(抓) push(推)pull(拉)sit-up(仰臥起坐)turn around(轉身) cone(三角錐)crawl(爬)<br>Run(跑) hula hoop(呼拉圈)tuck jump(高抬腿跳)forward skater drill(單腳左右前跳)<br>Backward skater drill(單腳左右後跳)stars(雙手雙腳開合跳)toe top(腳趾碰觸抬腿跑)<br>Forward frog jump(雙腳立定前跳)backward frog jump(雙腳立定後跳)<br>jumping jacks(開合跳)、side plank rotation(側平板旋轉)、burpees (波比跳)、glute<br>bridge、half burpees(半波比)、lunges(單腳蹲)、plank(平板)、side shuffle(側面單腳跳)、<br>plank step-up(平板撐體)、speed skater(快速溜冰)、left(左右)、right(右)、foot(腳)、<br>hand(手)、turn right(向右轉)、turn left(向左轉)、Jump in(往內跳)、Jump out(往外跳)<br>Jump right(往右跳)、Jump left(往左跳)、<br>教室用語:<br>Be careful. (小心)<br>Slow down. (慢下來)<br>Try it. (試試看)<br>listen carefully. (認真聽)<br>Pay attention. (專心)<br>Two in a group.(兩人一組)<br>Do what I say.(我說你做)<br>Say what you do.(說你做的動作)<br>Do the opposite of what I say.(做跟我說出的相反動作)<br>Say the opposite of what I say.(說出跟我說的相反的動作)<br>句子:<br>I can do .....(我會做)<br>Jump in(往前跳)<br>Jump out(往後跳) |       |                 |

Jump right(往右跳)

Jump left( 往左跳)

Catch it.(接著)

Got it.(接到)

| 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 教學時間                                                                                           | 教具                                      | 評量                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <p><b>活動一：繩梯挑戰賽</b></p> <p>一、教學準備：老師-繩梯兩個</p> <p>二、引起動機：觀賞敏捷度訓練的影片並講解說明<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=iCTuTZCJyM&amp;t=100s">https://www.youtube.com/watch?v=iCTuTZCJyM&amp;t=100s</a></p> <p>三、發展活動：<br/>1.老師解說動作要領並帶入英文單字。<br/>2.分組進行實作練習。</p> <p>四、統整活動：<br/>1.學生回憶並分享學得的動作(I can do.....)</p> <p><b>活動二：三角錐移動挑戰賽</b></p> <p>一、教學準備：三角錐</p> <p>二、引起動機：<br/>1.老師講解兩人小組熱身相關動作。<br/>2.學生分組進行，老師指導並協助完成動作。</p> <p>三、發展活動：<br/>1. 老師講解活動內容：將學生分為兩組，一組負責將三角錐立起，一組負責將三角錐推倒。活動分三個階段：第一階段學生可以用跑動(run)的方式；第二階段學生必須坐著(sit)移動；第三階段學生必須用爬(crawl)的移動。最後計算三角錐數量，多的獲勝。<br/>2.學生分組進行，老師在旁協助並計時。</p> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p> <p><b>活動三：呼拉圈九宮格</b></p> <p>一、教學準備：呼拉圈，三角錐</p> <p>二、引起動機：<br/>1.老師講解兩人小組熱身相關動作。<br/>2.學生分組進行，老師指導並協助完成動作。</p> <p>三、發展活動：<br/>1.老師講解活動內容：將學生分為兩組，每組有不同顏色的三角錐三個。前方放置九個呼拉圈，學生必須從起點衝刺，將三角錐放置到呼拉圈內，最快將自己那組顏色的三角錐連成線的，並說出 bingo 的隊伍，即可獲勝。</p> <div data-bbox="272 1816 481 2024" style="text-align: center;"> </div> <p>2.學生分組進行活動，老師在旁協助並指導。</p> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p> | <p>10<br/>60</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> | <p>繩梯</p> <p>三角錐</p> <p>呼拉圈<br/>三角錐</p> | <p>實作</p> <p>口說</p> <p>實作</p> <p>實作</p> <p>口說</p> <p>實作</p> <p>實作</p> |

| 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 教學時間                                 | 教具         | 評量                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------|-----------------------------------------|
| <p><b>活動四：速度訓練</b></p> <p>一、教學準備：呼拉圈</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師講解兩人小組熱身相關動作。</li> <li>2.學生分組進行，老師指導並協助完成動作。</li> </ol> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=8LvbwJm28Es">https://www.youtube.com/watch?v=8LvbwJm28Es</a></p> <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師解說動作要領， tuck jump、forward(backward) skater drill、stars、toe top、forward(backward) frog jump。</li> <li>2.分組進行實作練習。</li> </ol> <p>四、統整活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.學生回憶並分享學得的動作(I can do.....)</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p>         | <p>呼拉圈</p> | <p>實作</p> <p>口說</p>                     |
| <p><b>活動五：指令挑戰賽</b></p> <p>一、教學準備：呼拉圈</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師請學生回憶上節課教授內容。</li> </ol> <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師將學生分組，練習並熟悉動作技巧。</li> <li>2.老師說明活動內容：學生聽到動作指令時，以那個動作前進，分組進行活動。設定起點和終點，聽從正確動作及指令到達終點者，及可休息。</li> </ol> <div data-bbox="140 1272 861 1563" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>學生 A</p> <p>學生 B</p> <p>學生 C</p> <p>學生 D</p> <p>學生 E</p> <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-top: 10px;"> <div style="border-left: 1px solid black; width: 100px; height: 100px; position: relative;"> <div style="position: absolute; top: -20px; left: 50%; transform: translate(-50%, -50%);">起點</div> </div> <div style="margin: 0 20px; text-align: center;"> <p>進行方向</p>  </div> <div style="border-left: 1px solid black; width: 100px; height: 100px; position: relative;"> <div style="position: absolute; top: -20px; left: 50%; transform: translate(-50%, -50%);">終點</div> </div> </div> </div> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p> | <p>5</p> <p>5</p> <p>30</p> <p>5</p> | <p>呼拉圈</p> | <p>口說</p> <p>口說</p> <p>實作</p> <p>實作</p> |

| 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 教學時間                                  | 教具                              | 評量                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------|
| <p><b>活動六：獵殺躲避球</b></p> <p>一、教學準備：呼拉圈，軟式躲避球</p> <p>二、引起動機：<br/>1.老師講解熱身相關動作，並指導學生完成。</p> <p>三、發展活動：<br/>1.老師解說活動內容：<br/>(1) Divide students into several teams. One will be throwing team, the other will be the running team.<br/>(2) There will be a two-minute shift.<br/>(3) The goal is to get from one side to the other and back as many times as you can. If you get hit, you're out.<br/>(4) Throwing team has to have a foot standing in the hoop.<br/>(5) After you throw the ball, you can retrieve the ball.<br/>2.分組進行實作練習。</p> <p>四、統整活動：<br/>1.學生回憶並分享學得的動作( I can do.....)</p> | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p>          | <p>呼拉圈<br/>躲避球</p>              | <p>實作</p> <p>實作</p> <p>口說</p> <p>實作</p> <p>實作</p> |
| <p><b>活動七：Bosu ball game</b></p> <p>一、教學準備：Bosu ball, volleyball</p> <p>二、引起動機：<br/>1.老師講解熱身相關動作，並指導學生完成。</p> <p>三、發展活動：<br/>1.老師講解活動內容：<br/>(1) Introduce what is bosu ball to students.<br/>(2) Divide students into several teams.<br/>(3) Explain the goal of the game is to throw the ball to bosu ball. When you throw the ball, you need to call out name or number. The student who you call out the name or number need to catch the ball. Who can't catch the ball is out.<br/>2.分組進行活動。</p> <p>四、統整活動：學生分組演出老師給予回饋。</p>                                                              | <p>5</p> <p>10</p> <p>20</p> <p>5</p> | <p>Bosu ball<br/>volleyball</p> | <p>實作</p> <p>實作</p> <p>實作</p> <p>實作</p>           |

活動八：肌力與爆發力(烏龜翹人體版)

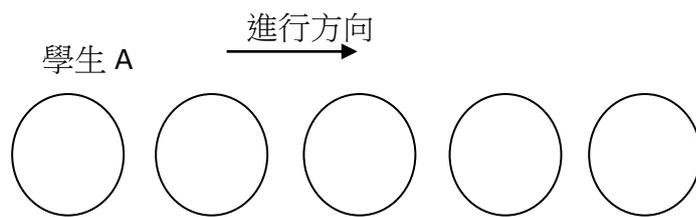
一、教學準備：呼拉圈二十個

二、引起動機：

1.老師帶領完成熱身動作。

三、發展活動：

1.老師說明遊戲規則：每個人要將手腳接觸地面，身體是離地的。老師用英文數到三時，將身體四肢的期中一個部分抬起，跟對方抬起一樣部位時，及為落敗的一方，勝方可前進一個呼拉圈。總共五個呼拉圈，最快到達終點為獲勝者。參賽學生在做動作的同時，必須說出自己抬起部位的英文，例如:right hand, left foot.



2.將學生分組練習。

3.實際進行比賽

四、統整活動：集合學生並收操。

5

10

20

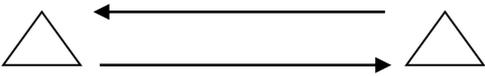
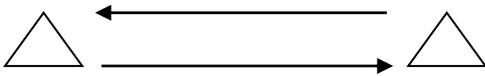
5

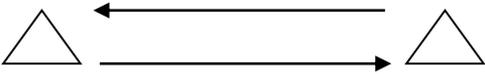
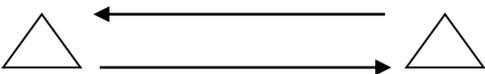


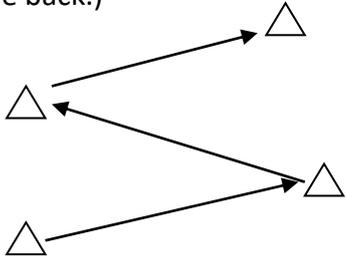
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                       |                      |                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| <p><b>活動十一：絲巾追追樂&amp;呼拉圈接力跑</b></p> <p>一、教學準備：呼拉圈(hula hoop)手巾(scarf)</p> <p>二、引起動機：</p> <p>1.老師帶領進行 knuckles and five(布和石頭)。</p> <p>2.兩個一組(two in a group)，將雙手舉起，可以自由選擇布或石頭，另一個必須和他一樣。</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=aRB1mbHtSm8">https://www.youtube.com/watch?v=aRB1mbHtSm8</a></p> <p>三、發展活動：</p> <p>1.絲巾追追樂(scarf toss)：兩人一組(two in a group)將絲巾丟高，學生 A 必須去接學生 B 丟出來的絲巾。丟的人必須說出 catch it，接的人必須說出 got it.</p> <p>2.呼拉圈接力(hula relay)：將學生分成數組(依照班級人數)，每組推派一個人當跑者，其他人要去移動呼拉圈，跑者只能在呼拉圈內移動。</p> <p>四、統整活動：集合學生並收操。</p> | <p>5</p> <p>10</p> <p>20</p> <p>5</p> | <p>絲巾</p> <p>呼拉圈</p> | <p>實作</p> <p>口說</p> <p>實作</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------|-------------------------------|

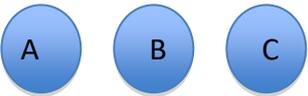
|                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |                 |
|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------|
| 主題名稱                                                        | 排球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 教學設計者 | 黃士豪             |
| 教學對象                                                        | 四年級                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 教學節次  | 12 節課(40 分鐘/每節) |
| 能力指標                                                        | 1c-II-1 認識身體活動的基本動作技能。<br>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。<br>Ha-II-1 網/牆性相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳 接球之時間、空間及人與人、人與球關係<br>攻防概念                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |       |                 |
| 學習目標                                                        | 1. 學生學會排球的低手、高手及發球動作。<br>2. 學生能說出排球的相關英語單字及句子<br>3. 學生能培養團隊合作的態度。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |                 |
| 教學方法                                                        | 合作學習法、實作教學                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |                 |
| 英語學習<br>content<br>vocabulary<br>/<br>sentences<br>patterns | <b>單字:</b><br>turn around(轉身)、receive the ball(接球)、Letters(字母)、move backwards(往後移動)、<br>left(左)、right(右)、cone(三角錐)、write(寫)、net(網子)<br><b>教室用語:</b><br>Be careful. (小心)<br>Slow down. (慢下來)<br>Try it. (試試看)<br>listen carefully. (認真聽)<br>Pay attention. (專心)<br>Two in a group.(兩人一組)<br>You can't hit the ball more than three times.(擊球不能超過三次)<br>Throw the ball over the Net, then pass to the next one.(將球丟過網，並把球交給下一個)<br><b>句子:</b><br>Drop the ball.(把球丟下來)<br>Stretch your arms.(手臂伸直)<br>Throw the ball.(丟球)<br>Catch the ball.(接球)<br>Hands in the shape of the ball.(手跟球的形狀一樣)<br>Lie down.(躺著)<br>Set the ball.(托球) |       |                 |

| 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 教學時間                                 | 教具          | 評量                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------|
| <p><b>活動一：低手夾臂反應訓練</b></p> <p>一、教學準備：樂樂棒球數個</p> <p>二、引起動機：</p> <p>1.老師帶領學生欣賞影片，讓學生對排球運動有初階的瞭解。(https://www.youtube.com/watch?v=ep7Hb15stPE)</p> <p>三、發展活動：</p> <p>1.老師解說排球低手動作要領。</p> <p>2.分組進行實作練習。</p> <p>3.將學生分成數組，每組分給一顆樂樂棒球。</p> <p>4.一個學生將樂樂棒球從高處丟下，另一個學生必須在球掉落地板前，用低手將球接住，並保持手臂伸直的動作。接球的同學必須說出 <b>drop the ball</b>，丟球的同學必須說出 <b>Stretch your arms.</b></p> <p>四、統整活動：</p> <p>1.學生回憶並分享學得的動作(I can stretch my arms.)</p> | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p>         | <p>樂樂棒球</p> | <p>實作</p> <p>實作</p> <p>口說</p> <p>口說</p> <p>實作</p> |
| <p><b>活動二：呼拉圈接球</b></p> <p>一、教學準備：排球，呼拉圈</p> <p>二、引起動機：</p> <p>1.老師請學生熱身</p> <p>三、發展活動：</p> <p>1.請學生複習排球低手動作。</p> <p>2.老師說明呼拉圈接球動作：將學生分成數組，地板上面放置呼拉圈，一個學生用雙手將球丟至呼拉圈內彈起，另一個學生拿呼拉圈，雙手伸直，讓球進入呼拉圈內。接球的人說出 <b>throw the ball</b>，丟球的人說出 <b>catch the ball.</b></p> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p>                                                                                                                                            | <p>5</p> <p>5</p> <p>20</p> <p>5</p> |             | <p>實作</p> <p>實作</p>                               |

| 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 教學時間                         | 教具                                     | 評量                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <p><b>活動三：三角錐接球</b></p> <p>一、教學準備：網球數個，三角錐</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師帶領學生熱身</li> <li>2.擺放三角錐數個，請學生以交叉步伐來回觸碰三角錐。</li> </ol>  <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師再次複習排球低手動作要領。</li> <li>2.分組進行低手實作練習。</li> <li>3.將學生分成數組，每组分給一顆網球及一個三角錐。</li> <li>4.一個同學將網球丟出，另一個同學利用三角錐底部的空間，讓網球落入裡面，接球時手臂必須伸直。</li> <li>5.接球的同學說出 <b>throw the ball</b> 時，丟球的同學將球丟出，並說出 <b>catch the ball</b>.</li> </ol> <p>四、統整活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.學生回憶並分享學得的動作<br/>( I can stretch my arms.I can catch the ball.)</li> </ol> | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> | <p>三角錐<br/>網球</p> <p>三角錐</p> <p>排球</p> | <p>實作</p> <p>實作<br/>口說</p> <p>口說</p> <p>實作</p> <p>實作<br/>口說</p> |
| <p><b>活動四：排球低手氣球接球（動作養成）</b></p> <p>一、教學準備：排球，三角錐</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師請學生熱身</li> <li>2.擺放三角錐數個，請學生以側併步伐來回觸碰三角錐。</li> </ol>  <p>三、發展活動一：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師發給每個同學一個氣球，學生用低手的動作，在原地送球。</li> <li>2.老師告知同學，在做動作的時候必須蹲下。</li> </ol> <p>發展活動二：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師將學生分組，每組發給一顆氣球。</li> <li>2.學生以來回跑動方式，將氣球送至對面的同學手上，已不讓球落地為原則。</li> </ol> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p>                                                                                                                         | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> | <p>三角錐</p> <p>排球</p>                   | <p>實作</p> <p>實作<br/>口說</p>                                      |

| 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 教學時間                                   | 教具                             | 評量                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| <p><b>活動五：排球低手接球</b></p> <p>一、教學準備：排球，三角錐</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師請學生熱身</li> <li>2.擺放三角錐數個，請學生以前進及後退步伐來回觸碰三角錐。</li> </ol>  <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.請學生複習排球低手夾臂動作。</li> <li>2.將學生分成數組，每组分給一顆排球。</li> <li>3.接球的人必須背對丟球的人，當丟球的人說出 <b>turn around</b> 的時候，接球的人轉身用低手的動作將球傳出，並說出 <b>receive the ball</b>。</li> </ol> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p>                                                                                                                                                                                                                                             | <p>10</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>10</p> | <p>三角錐<br/>網球</p> <p>排球</p>    | <p>實作</p> <p>實作<br/>口說</p>    |
| <p><b>活動六：排球高手三角錐接球</b></p> <p>一、教學準備：網球數個，三角錐</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師帶領學生熱身</li> <li>2.擺放三角錐數個，請學生以前進後退步伐來回觸碰三角錐。</li> </ol>  <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師說明排球高手動作要領。<br/>(Hands in the shape of the ball.)</li> <li>2.老師將三角錐分給各組，並進行排球高手手型動作練習。</li> <li>3.將學生分成數組，每组分給一顆網球及一個三角錐。</li> <li>4.一個同學將網球丟出，另一個同學利用三角錐底部的空間，讓網球落入裡面，並以高手接球完成動作。</li> <li>5.接球的同學說出 <b>throw the ball</b> 時，丟球的同學將球丟出，並說出 <b>catch the ball</b>.</li> </ol> <p>四、統整活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.學生回憶並分享學得的動作<br/>( I know how to set the ball.I can catch the ball.)</li> </ol> | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> <p>10</p> | <p>三角錐</p> <p>排球</p> <p>排球</p> | <p>口說</p> <p>實作</p> <p>實作</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                              |                      |                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------|---------------------|
| <p><b>活動七：排球高手接球</b></p> <p>一、教學準備：排球，三角錐</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師請學生熱身</li> <li>2.擺放三角錐數個，請學生以左右側步來回觸碰三角錐。<br/>(move from left to the right and when you touch the cone, then move back.)</li> </ol>  <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.請學生複習排球高手托球動作。</li> <li>2.分給學生每人一顆排球，請學生以高手托球的姿勢，往地板托球。</li> <li>3.請學生躺著托球。(lie down on the floor and set the ball.)</li> </ol> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p> | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> | <p>三角錐</p> <p>排球</p> | <p>實作</p> <p>實作</p> |
| <p><b>活動八：排球高手接球接力</b></p> <p>一、教學準備：排球</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師請學生用排球高手托球動作，完成 26 個英文字母大小寫(往地板托球)。Use volleyball to write 26 letters.</li> </ol> <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.每個學生發給一顆排球，請學生躺在地板上，用雙腳往後移動(move backwards)，並加上托球動作。</li> <li>2.練習十分鐘後，將學生分成兩組，以同樣的動作進行接力賽。</li> </ol> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p>                                                                                                                                                                | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> |                      |                     |
| <p><b>活動九:排球低手與高手綜合練習(用氣球代替排球)</b></p> <p>一、教學準備：氣球</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師講解排球相關規則，說明排球最多只能擊球三次，就必須將球送過網。(You can't hit the ball more than three times.)</li> </ol> <p>三、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.將學生分成數組，並分給氣球。</li> <li>2.請學生隔網練習，必須在擊球三次內，將球送過網。</li> <li>3.打到第一次球的學生必須喊出 one，第二個喊出 two，第三個喊出 three.</li> <li>4.分組進行比賽。</li> </ol> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p>                                                                                                               | <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p> |                      |                     |

| 教學活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 教學時間                                   | 教具                                    | 評量                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <p><b>活動十：排球高手發球(拋球)</b></p> <p>一、教學準備：排球、氣球、呼拉圈</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.每個學生發給一顆排球。</li> <li>2.要求學生用低手及高手的動作，繞著活動中心走兩圈。一圈是正面走，一圈是倒著走。</li> </ol> <p>三、發展活動一：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.將學生分成兩組，每组分給一顆排球。</li> <li>2.請學生單腳高跪姿，用慣用手將排球隔網丟出，並起身跑動將球撿回來，傳給下一個同學。(Throw the ball over the Net, pass to the next one.)</li> <li>3.老師教導排球發球的拋球動作(teach the kids how to toss the ball)，學生用氣球替代排球，在規定的範圍內（呼拉圈內）進行發球練習，在發球前要講出 toss the ball。</li> </ol> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p> | <p>10</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>5</p> | <p>排球</p> <p>排球</p> <p>氣球<br/>呼拉圈</p> | <p>實作</p> <p>實作<br/>口說</p> <p>實作</p> |
| <p><b>活動十一：排球高手發球(拍球)</b></p> <p>一、教學準備：排球、氣球</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.每個學生發給一顆排球。</li> <li>2.要求學生用低手及高手的動作，繞著活動中心走兩圈。一圈是正面走，一圈是倒著走。</li> </ol> <p>三、發展活動一：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師請學生複習並練習排球發球拋球的動作。</li> </ol> <p>發展活動二：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師教導學生排球發球擊球的動作(how to hit the ball)。</li> <li>2.用氣球替代排球，進行發球練習，在發球前要講出 hit the ball。</li> </ol> <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p>                                                                    | <p>10</p> <p>5</p> <p>20</p> <p>5</p>  | <p>排球</p> <p>排球</p> <p>氣球</p>         | <p>實作</p> <p>實作<br/>口說</p> <p>實作</p> |
| <p><b>活動十二：排球高手發球準確度比賽</b></p> <p>一、教學準備：排球、呼拉圈</p> <p>二、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.每個學生發給一顆排球。</li> <li>2.請學生複習發球的拍球動作。</li> </ol> <p>三、發展活動一：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.老師在地板放置三個呼拉圈。</li> </ol> <div style="text-align: center;">  </div>                                                                                                                                                    | <p>10</p> <p>15</p>                    | <p>排球</p> <p>排球<br/>呼拉圈</p>           | <p>實作</p> <p>實作</p>                  |

|                                                                                                                                    |    |  |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|----|
| <p>2.老師請學生用發球的動作，將球發到指定的呼拉圈內。</p> <p>3.發球前學生要先講 <b>serve</b>。</p> <p>發展活動二：</p> <p>1.將學生分成兩組，分組進行比賽。</p> <p>2.發進老師指定的呼拉圈內即可得分。</p> | 10 |  | 口說 |
| <p>四、統整活動：學生整隊並收操。</p>                                                                                                             | 5  |  | 實作 |