

## 107-1 英語融入體育領域(小二)

表一:課程架構{單元、主題、活動&週次對照表}(安排 18 節的活動，預留 3 節給期中考或放假等彈性運用)

編號	課本單元名稱	活動主題	活動項目	教學週次	節數	課堂英語用語
一	第二單元 快樂來玩球	2-1 我是滾球王	1. 帶球去旅行 2. 滾地傳接球 3. 滾地移動接球 4. 保齡球遊戲	第 週~第 週	5	➤ 暖身操 warm up 相關用語 身體部位(head、shoulder、arm...)、數字(one、two、three..)、開合跳(do 數字 Jumping Jacks)#1、抬膝跑(High knees)#2、踢屁跑(butt kicks)#3  ➤ 口令 order 類: 立正(Attention)、向左轉(left turn)、向右轉(right turn)、手插腰(put your arms on your waist)、起立(stand up)、蹲下休息(take a knee、squat)、排隊(line up)  ➤ 讚美、提醒類: 試試看，你可以 (Try it! you can do it!)、掌聲鼓勵(let's give__ a big hand)、認真聽 (listen!)、專心(Pay attention)、小心(watch out、be careful)、不要這樣(don't do that)、去旁邊冷靜(time out)
二		2-2 滾地躲避球	1. 我是移動高手 2. 穿越叢林閃躲遊戲	第 週~第 週	2	
三		2-3 拍球快樂行	1. 前後左右拍拍拍 2. 拍球接力障礙賽	第 週~第 週	3	
四	第四單元 假日運動樂	4-3 常走路健康多	1. 看我怎麼走 2. 帶物繞物接力遊戲	第 週~第 週	3	
五	第五單元 體能加油站	5-1 隨著節奏起舞 +5-3 我是體能王	(前半堂律動、後半堂體能訓練) 1. 帶動唱舞蹈 2. 伸展柔軟操 3. 寶特瓶上肢體能活動 4. 寶特瓶下肢體能活動	第 週~第 週	5	

表二:課程計畫&教學重點

預計節數	搭配課本單元	能力指標	活動主題&項目	學習目標	英語融入(重點單字加粗體) #影片編號	教學資源
5	第二單元 快樂來玩球	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	<p><b>2-1 我是滾球王</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動:</li> <li>1. <b>帶球去旅行</b>-球感練習。</li> <li>2. <b>滾地傳接球</b>-2-3 人一組練習原地滾地傳接球。</li> <li>3. <b>滾地移動接球</b>-2 人一組練習滾地移動接球。</li> <li>4. <b>保齡球遊戲</b>-小組積分遊戲進行滾球擊準練習(2 種變化)。</li> </ul>	<p>一、能做出<b>原地</b>滾地傳接球動作。</p> <p>二、能學會滾地<b>移動</b>接球動作。</p> <p>三、能從事<b>保齡球遊戲</b>，並思考創新有趣的玩法。</p>	<p><b>單字、語詞</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 滾球:<b>Roll</b> the ball</li> <li>● 傳球:<b>pass</b> the ball</li> <li>● 接球:<b>catch</b> the ball</li> <li>● 手部相關單字:Fingers、Hand、left hand、right hand</li> </ul> <p><b>句型</b></p> <p>Q: How many <b>points</b> did your team get?</p> <p>A: We got <b>(number)</b> points.</p>	<p>球*17</p> <p>扯鈴 (Chinese yo-yo)*20 (當目標物)</p>
2	第二單元 快樂來玩球	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	<p><b>2-2 滾地躲避球</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動:</li> <li>1. <b>我是移動高手</b>-練習各種閃躲動作，如向前跑、側併步、後退跑等移動技巧，並瞭解面對不同方向的來球該用何種閃躲方式較佳。</li> <li>2. <b>穿越叢林閃躲遊戲</b>-分組進行，一為<b>進攻組</b>，練習滾地球擊準；一為<b>閃躲組</b>，運用閃躲技巧穿越四面八方的滾球攻擊，未被球擊中者得分。</li> </ul>	<p>一、能做出各種<b>移動閃躲</b>的動作技巧。</p> <p>二、面對不同方向的來球能<b>選擇合適的閃躲方式</b>。</p> <p>三、能夠進行<b>穿越叢林閃躲遊戲</b>。</p>	<p><b>單字、語詞</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 向前跑:run <b>forward</b></li> <li>● 向後跑:run <b>backward</b></li> <li>● 側併步跑: <b>side shuffle</b>(shuffle from side to side )#4</li> <li>● 閃躲:<b>dodge</b></li> <li>● 攻擊:<b>attack</b></li> </ul> <p><b>句型</b></p> <p>進攻組(<b>offensive team</b>):I can <b>attack</b> them (by rolling the ball)</p> <p>閃躲組(<b>defensive team</b>): I can <b>dodge</b> the ball./I can pass them while dodging the ball.</p>	<p>球*17</p> <p>角錐 (cone)</p>

3	第二單元 快樂來玩球	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。  3-1-3 表現操作運動器材的能力。	<u>2-3 拍球快樂行</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>前後左右拍拍拍</b>-分組練習拍球<b>前行</b>、拍球<b>側行</b>、拍球<b>後行</b>及拍球<b>S形</b>前進的動作。</li> <li>2. <b>拍球接力障礙賽</b>-同組組員分別再障礙物的兩側，組員需拍球穿越中間重重障礙(呼拉圈)，將球拍到對面給對岸組員，一來一往到兩方人馬交換為止。</li> </ol> </li> </ul>	一、能做出 <b>移動拍球</b> 動作。 二、能進行各種組合的拍球遊戲- <b>拍球接力障礙賽</b> 。	<u>單字、語詞</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 拍球:<b>bounce</b> the ball</li> <li>● 拍球前行: <b>walk forward</b> while bouncing the ball</li> <li>● 拍球後行: <b>walk backward</b> while bouncing the ball</li> <li>● 拍球側行: <b>walk side to side</b> while bouncing the ball</li> <li>● 拍球s行: <b>walk in a s-shape</b> while bouncing the ball</li> <li>● 呼拉圈:Hula-hoop <b>Dribble</b> the ball around the hula-hoops to get to the other side.</li> </ul>	呼拉圈(hula-hoop)*10  球*7
3	第四單元 假日運動樂	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。  4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體	<u>4-3 常走路健康多</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>看我怎麼走</b>-體驗各種走路方式:抬頭挺胸昂首闊步走(阿兵哥)VS 偷偷摸摸躡手躡腳走(小偷)、快快走 VS 慢慢走、側身前交叉走、後交叉走、前後交叉走等等。</li> <li>2. <b>帶物繞物接力遊戲</b>-依照指定走/跑法，手持裝水保特瓶繞物通過，小組接力完成。</li> </ol> </li> </ul>	一、認識 <b>跑與走的差別</b> 二、培養多走路的習慣。 三、體驗各種 <b>走路方法</b> 。	<u>單字、語詞</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 走:<b>walk</b></li> <li>● 快走:<b>fast walk</b></li> <li>● 像軍人一樣走:<b>march forward</b>#6</li> <li>● 像小偷一樣走: <b>Sneak Cycle</b>#7</li> <li>● 拿著寶特瓶穿過:<b>bring the bottle over there</b></li> <li>● 交通錐:<b>Traffic cone</b></li> </ul>	交通錐*12  寶特瓶(扯鈴)*20
5	第五單元 體能加油站	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。  3-1-4 表現聯合性的基	<u>5-1 隨著節奏起舞+5-3 我是體能王</u> (前半堂律動、後半堂體能訓練) <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>帶動唱舞蹈</b>-模仿老師動作，一同唱唱跳跳。</li> <li>2. <b>伸展柔軟操</b>-練習單人與雙人的坐姿、站姿伸展動作，並引導兒童發表，伸展不</li> </ol> </li> </ul>	一、能配合節奏 <b>舞蹈</b> ，增進 <b>全身協調</b> 。 二、能從事簡易的 <b>伸展</b> 活動。 三、能利用寶特瓶進行 <b>手臂、腿部、腹部肌力</b>	<u>單字、語詞</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 伸展:<b>stretch</b> your ____</li> <li>● 彎腰:<b>bend</b> forward/back</li> <li>● 放鬆:<b>take a break and relax</b></li> <li>● 肌肉:<b>build muscles</b></li> <li>● 曲臂:<b>bend</b> your arm</li> </ul>	寶特瓶(扯鈴)數個

	本運動能力。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。	<p>同的部位，感覺有何差異。</p> <p>3. <b>寶特瓶上肢體能活動</b>-利用寶特瓶進行手臂肌力訓練:曲臂、上舉、側平舉、轉體、手臂開合。</p> <p>4. <b>寶特瓶下肢體能活動</b>-利用寶特瓶進行腿部及腹部:雙腿夾寶特瓶定格再放下。</p>	訓練。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 上舉:lift the ___up</li> <li>● 側平舉:lateral raise</li> </ul> <p><b>句型</b></p> <p>大家一起唱唱跳跳:Dance everybody and sing with me!</p>	
--	-----------------------------------	--	-----	---	--

### #體育課影片-動作集與搭配字卡

編號	動作	參考影片	字卡
1.	Jumping Jacks	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=iSSAk4XCsRA">https://www.youtube.com/watch?v=iSSAk4XCsRA</a>	<p>開合跳 Do jumping jacks.</p> <p>jumping jacks</p> 
2.	High Knee	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=oDdkytiOqE">https://www.youtube.com/watch?v=oDdkytiOqE</a> (原地)	<p>抬膝跑 High knees for seconds.</p> <p>high knees</p> 
3.	butt kicks	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=kRR1i9btd_w">https://www.youtube.com/watch?v=kRR1i9btd_w</a> (直線跑) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-dtvAxibgYQ">https://www.youtube.com/watch?v=-dtvAxibgYQ</a> (原地)	<p>踢屁跑 Butt kicks for seconds.</p> <p>butt Kicks</p> 
4.	side shuffle	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=bcZkk8vMzA4">https://www.youtube.com/watch?v=bcZkk8vMzA4</a>	<p>側併跑 shuffle from side to side.</p> <p>side shuffle</p> 
5.	karaoke exercise	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xqaAjeQNAp4">https://www.youtube.com/watch?v=xqaAjeQNAp4</a>	
6.	march exercise	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ynbWNNrijkA">https://www.youtube.com/watch?v=ynbWNNrijkA</a>	<p>齊步走 Marching in place.</p> <p>march</p> 
7.	Sneak Cycle	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=z210gSVBvfg">https://www.youtube.com/watch?v=z210gSVBvfg</a>	<p>小偷走路 Sneak walk cycle.</p> <p>Sneak walk</p> 

● 課堂大致流程與固定英語用語:

上課流程	搭配的英文指令
1. 學生抵達集合地，請學生將水壺放置老師的指定位置。	Boys please put your water bottles over here. Girls please put your water bottles over there.
2. 學生放好水壺後，請全班集合，變成做操隊形	Afterwards, get in the warm-up formation right in front of me.
3. 準備上課，向學生問候、打招呼，詢問學生身體有無不適，若有老師須做評估	T: Good morning, everybody. S: Good morning, teacher. T: It's time for class. Attention! S: one, two. T: Is anyone not feeling well today? S: I'm not feeling well. T : where?(students can use Chinese to explain) T: okay, you can take a break over there.
4. 準備做操，請小老師整隊	T : Let's warm up, who want to be a leader today? S: me! T: ok, please come to the front. Lead the class to warm up. Leader: center! S in the middle : here! Leader: center arms front. S in the middle : yes! Leader: everyone dress center( arms out) S: yes! Leader: arms down and dress forward.(s can put arms down and move side to side)
5. 小老師帶全班做操，全班要數拍，確實暖身，老師給口頭提示。	T : Who want to be a leader today? S : Me! T : ok! Please come to the front and lead the class to warm up. T : you can give an order to the class.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Warm-up Routine: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Head:</b> look up/down/left/right</li> <li>2. <b>Arm Circles</b> : forwards/backwards</li> <li>3. <b>Arms up:</b> Stretch with your arms up</li> <li>4. <b>Side bend:</b> stretch to the left /right</li> <li>5. <b>Hip</b> : Move your hip forwards/backwards, left/right, in a circle</li> <li>6. <b>Quad</b> :Quad stretch one side then the other side</li> <li>7. <b>Legs:</b> Do some lunges. Switch sides every time</li> <li>8. <b>wrists and ankles</b> :Roll out your wrists and ankles</li> <li>9. <b>knees</b> :Move your knees in a circle</li> </ol> </li> </ul>
6. 教師講解規則及示範	<p>Today we will learn/practice how to ....</p> <p>Today we will continue last week's lesson. Who remembers what we learned?</p>
7. 集合，準備下課	<p>Everyone gather around and sit down.</p> <p>That's all for today. see you next week.</p>



<p>出撥球的動作，控制球向前滾動。</p> <p>2. 請學生在規定範圍內倆倆輪流練習。</p> <p>(三) 活動三：2-1-2 滾地傳接球</p> <p>1. 教師示範並講解滾球、接球動作要領，注意手與腳的相對位置、手部力量控制、眼睛要看球等等。</p> <p>2. 請 2 位學生示範滾地傳接球，教師從旁再次提醒學生動作要領與姿勢。</p> <p>3. 學生分組(2-3 人一組)練習原地滾地傳接球。</p> <p>(四) 活動四：綜合活動</p> <p>1. 教師挑選數名動作表現較佳的兒童示範動作，並引導其發表傳接球要領。</p> <p>2. 再次複習今日所學，預告下周進度。</p>	<p>Pair up and take turns to practice .</p> <p>(1) Pay attention to your feet and hands.  (2) If you are right-handed, put your left foot in front.  (3) Then, use your right hand to roll the ball.  (4) Look at the ball and control the strength of your hand as you roll it</p> <p>(1) Who can show us? I need 2people.  (2) <u>name</u> please roll the ball to <u>your partner</u>.  (3) <u>partner</u> catch the ball and roll it back.  (4) Be careful! Don't let the ball bounce.</p> <p><b>生說:</b>  A: (Name) Please pass the ball to me.  B: Ok! Are you ready?  A: Yes!</p> <p>Today ,we learned/practiced how to roll the ball and catch it.</p> <p>That's all for today. see you next week.</p>	<p>13</p> <p>2</p>	<p>球(ball)*17</p> <p>球(ball)*17</p>	<p>能正確做出原地滾地傳接球動作</p>
--	---	--------------------	-------------------------------------	-----------------------




<p>● 第二堂:2-1-2 滾地傳接球、2-1-3 滾地移動接球</p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動二: 2-1-2 滾地傳接球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師請 2 位學生示範原地滾地傳接球動作, 複習動作要領。</li> <li>2. 講解今日練習規則:4 人一組(圍成正方形)練習原地滾地傳接, 並同時請 4 位學生出列示範。</li> <li>3. 學生分組練習。</li> </ol> <p>(三) 活動三:2-1-3 滾地移動接球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解及示範滾球與接球要領-滾球者需預測接球者的移動距離, 將球滾至接球者前方, 而接球者需判斷球速與方向, 迅速移動至來球方向。</li> <li>2. 分組練習:基礎版-2 人一組練習滾地移動接球, 1 人傳球(不動)、1 人移動接球。 進階版: 3 人一組, 一人站在原地傳球, 指定 2 人中其中一人去接球。</li> </ol>	<p>(1) Who can show us how to roll the ball and catch it? I need 2people.</p> <p>(2) If you are right-handed, put your left foot in front.</p> <p>(3) <u>name</u> please roll the ball to <u>your partner</u>.</p> <p>(4) <u>partner</u> catch the ball and roll it back.</p> <p>(1) I need 4 people to show us.</p> <p>(2) A rolls the ball to B, B to C, C to D, and D back to A.</p> <p>(3) Repeat.</p> <p>(1) Make groups of 4 and form squares.</p> <p>(2) Practice!</p> <p>(1) I need 2 people to show us.</p> <p>(2) A rolls the ball over there.</p> <p>(3) B move to catch it.</p> <p>(4) Then, it's B's turn to roll and A catches it.</p> <p>(5) Repeat.</p> <p>(6) When you roll the ball, make sure it stays on the ground and doesn't bounce.</p> <p><b>生說:</b> A: (Name), catch. B: Ok! /yes!</p>	<p>10</p> <p>15</p> <p>15</p>	<p>球*8</p>	<p>能正確做出原地滾地傳接球動作。</p> <p>能倆倆互相做出滾地移動傳接球動作來回至少 2 次。</p>
---	--	-------------------------------	------------	---

<p>● <b>第三堂: 2-1-4 保齡球遊戲</b></p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動二: <b>2-1-4 保齡球遊戲</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解小組積分遊戲規則(變化一:將目標物排成三角形,類似保齡球的玩法,擊倒一個得到一分,以小組為單位累計分數)</li> <li>2. 分組練習:將學生分成兩組進行滾球擊準練習。 注意:每組都要找負責計分和恢復原狀的人</li> <li>3. 統計分數,小組表揚。</li> </ol>	<p>(1) Have you ever went bowling? (2) This is similar to bowling. (3) You will roll the ball to knock over the Chinese yo-yos. (4) Each yo-yo is one point. (5) After everyone has a turn, the team with most points wins.</p> <p>Q: How many points did your team get? A: We got (number) points.</p>	<p>10</p> <p>30</p>	<p>扯鈴*20(目標物)</p> <p>球*4</p> <p>記分板*2</p>	<p>能與同學合作進行練習與遊戲,了解保齡球遊戲的規則。</p>
<p>● <b>第四堂: 2-1-4 保齡球遊戲</b></p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動二: <b>2-1-4 保齡球遊戲</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解小組積分遊戲規則(變化二:每個不同顏色的目標物有不同分數,距離和方向都不一樣,看小組累積到最後得到幾分,多分者勝出)</li> <li>2. 分組練習:將學生分成兩組進行滾球擊準練習</li> </ol>	<p>(1) Same as the game earlier, you will roll the ball to knock over the Chinese yo-yos. (2) But, the points are different now. (3) Yellow ones are 1 point. (4) Red ones are 2 points. (5) After everyone has a turn, the team with most points wins.</p>	<p>10</p> <p>28</p>	<p>扯鈴*20(目標物)</p>	<p>能與同學一同進行保齡球遊戲,並思考創新有趣的玩</p>

<p>習。</p> <p>3. 統計分數，小組表揚。</p> <p>4. 引導兒童思考，滾地球還有哪些創新、有趣的玩法？</p> <p>(三) 活動三:綜合活動</p> <p>1. 請學生出來示範老師指定動作，總結 2-1 我是滾球王這一主題所學的技巧。</p> <p>2. 預告下一節課要測驗原地滾地傳接球。</p>	<p>Q: How many points did your team get? A: We got (number) points.</p> <p>(1) we have learned how to roll the ball and catch it. (2) Also, we learned how to knock over the yo-yos with the ball. (3) Next week, we will have a test on these activities. (4) That's all for today. see you next week.</p>	<p>2</p>	<p>球*4 記分板*2</p>	<p>法。</p>
<p>● 第五堂:測驗一-原地滾地傳接球</p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <p>1. 集合、整隊</p> <p>2. 小老師帶領全班整隊及做操</p> <p>(二) 活動二:講解測驗方式及內容</p> <p>1. 兩人一組，距離約 4 公尺，做出原地滾地傳接球動作，來回至少三次。 (根據傳球的力道、準度、有無漏接球給分)</p> <p>2. 還沒輪到的學生可至旁邊練習擊準練習(牆壁上貼出範圍，讓學生自己練)</p>	<p>(1) A pair/two in a group. (2) Both of you should be about four meters away. (so leave a space between you and your partner) (3) Roll the ball to your partner and roll it back again. (4) Do it at least three times.</p> <p>(1) If it's not your turn, you must practice by yourself. (2) Stand away from the wall and roll the ball towards the square on the wall.</p>	<p>10 30</p>	<p>球*6 牆壁 膠帶</p>	<p>能正確做出原地滾地傳接球動作，來回至少三次。</p>

單元名稱	第二單元-快樂來玩球	教學設計者	林庭卉		
活動主題	<b>2-2 滾地躲避球</b>	教學節次	2 節課(40 分鐘/每節)		
能力指標	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	教學對象	二年級		
學習目標	1. 能做出各種 <b>移動閃躲</b> 的動作技巧。 2. 面對不同方向的來球能選擇 <b>合適</b> 的閃躲方式。 3. 能夠進行 <b>穿越叢林閃躲遊戲</b> 。				
評量方法	實作：能做出各種移動閃躲動作。 觀察：能與同學合作進行練習與遊戲。 自評：遊戲後能檢討觀念與技巧。				
教學資源	球*17、角錐數個				
英語學習	<u>單字、語詞</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 向前跑:run forward</li> <li>● 向後跑:run backward</li> <li>● 側併步跑: side shuffle(shuffle from side to side )#4</li> <li>● 閃躲:dodge</li> <li>● 攻擊:attack</li> </ul> <u>句型</u> 進攻組(offensive team):I can <b>attack</b> them (by rolling the ball) 閃躲組(defensive team): I can <b>dodge</b> the ball./I can pass them while dodging the ball.				
教學設計					
教學活動		教師用語	時間	教學資源	評量
● 第一堂: <b>2-2-1 我是移動高手</b>  (一) 活動一: 熱身活動 <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol>			10		

<p>(二) 活動二: 我是移動高手</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師示範向前跑、側併步、後退跑等移動技巧</li> <li>2. 教師指定移動方式，學生分組練習向前跑、側併步、後退跑等閃躲動作</li> <li>3. 引導學生思考面對不同方向的來球該用何種閃躲方式較佳，找學生出來示範</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>(1) run forward</li> <li>(2) run backward</li> <li>(3) side shuffle(shuffle from side to side ) step: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. bend your knees lightly.</li> <li>2. step to the right with your right foot.</li> <li>3. Carry your left foot to where your right foot was.</li> <li>4. again , move your right foot further right.</li> <li>5. When you reach the cone, come back.</li> <li>6. step to the left with your left foot.</li> </ol> </li> <li>(4) When doing the Side Shuffle remember to: <ul style="list-style-type: none"> <li>● bend your knees</li> <li>● keep your head up</li> <li>● don't cross over feet</li> </ul> </li> </ol> <p>(1) If the ball is coming from the right, run to the left.  (2) If it's from the front, run backwards.  (3) From the back, run forwards.</p>	<p>25</p>	<p>角錐數個</p> <p>字卡:</p> 	<p>能做出各種移動閃躲動作: 向前跑、側併步、後退跑。</p>
<p>(三) 活動三:預告下一節的<b>穿越叢林閃躲遊戲</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解遊戲規則</li> <li>2. 鼓勵學生多練習側併跑，訓練自己的敏捷度。</li> </ol>	<p>You can practice side shuffle at the break time.  Try to make a longer distance and faster.</p>	<p>5</p>		<p>能理解遊戲規則。</p>



單元名稱	第二單元-快樂來玩球	教學設計者	林庭卉	
活動主題	<b>2-3 拍球快樂行</b>	教學節次	3 節課(40 分鐘/每節)	
能力指標	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-3 表現操作運動器材的能力。	教學對象	二年級	
學習目標	1. 能做出 <b>移動拍球</b> 動作。 (#測驗二) 2. 能進行各種組合的拍球遊戲- <b>拍球接力障礙賽</b> 。			
評量方法	問答：能說出正確的移動拍球技巧。 實作：能做出移動拍球動作。 觀察：能與同學合作進行拍球遊戲。			
教學資源	呼拉圈*10 球*7			
英語學習	<table border="1"> <tr> <td>單字、語詞</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 拍球:<b>bounce</b> the ball</li> <li>● 拍球前行: walk <b>forward</b> while bouncing the ball</li> <li>● 拍球後行: walk <b>backward</b> while bouncing the ball</li> <li>● 拍球側行: walk <b>side to side</b> while bouncing the ball</li> <li>● 拍球 s 行: walk in a s-shape while bouncing the ball</li> <li>● 呼拉圈:Hula-hoop</li> </ul> <p>Dribble the ball around the hula-hoops to get to the other side</p>			單字、語詞
單字、語詞				

教學設計

教學活動	教師用語	時間	教學資源	評量
● <b>第一堂: 2-3-1 前後左右拍拍拍-1</b>				
(一) 活動一: 熱身活動 1. 集合、整隊 2. 小老師帶領全班整隊及做操		10		
(二) 活動二: 前後左右拍拍拍 1. 教師示範及講解移動拍球的動作技巧	拍球: <b>bounce</b> the ball 拍球前行: walk <b>forward</b> while bouncing the ball	25	球*5	能做出各種移動拍球的動作。






<p>(三) 活動三: 綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師表揚表現優異的組別。</li> <li>2. 教師引導兒童思考並發表, 拍球接力獲勝組別的獲勝原因為何, 以作為下次遊戲時的改進方向。</li> </ol>	<p>at least once.</p> <p>(8) Once your team has finished the dribbling relay, all members should sit down .</p> <p>(9) The team that sits down first, they win.</p>	5		能說出同學動作的優點。
<p>● 第三堂: 2-3-1 前後左右拍拍拍-2</p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動一: 測驗-移動拍球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 拍球前行</li> <li>2. 拍球 s 形前進</li> </ol>	<p>Today, we have a test.</p> <p>(1) level one : Dribble the ball forward.</p> <p>(2) level two : Dribble the ball in a s-shape.</p>	10  30	球數個  角錐數個	能做出移動拍球的動作。

單元名稱	第四單元-假日運動樂	教學設計者	林庭卉		
活動主題	<b>4-3 常走路健康多</b>	教學節次	3 節課(40 分鐘/每節)		
能力指標	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。	教學對象	二年級		
學習目標	1. 認識 <b>跑與走的差別</b> 2. 培養多走路的習慣。 3. 體驗各種 <b>走路方法</b> 。				
評量方法	自評：能利用課後或假日時間從事走路活動。 實作：能做出各種走路方式。				
教學資源	交通錐*12 寶特瓶(扯鈴)*20				
英語學習	<table border="1"> <tr> <td>單字、語詞</td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 走:walk</li> <li>● 快走:fast walk</li> <li>● 像軍人一樣走:march forward#6</li> <li>● 像小偷一樣走: Sneak Cycle#7</li> <li>● 拿著寶特瓶穿過:bring the bottle over there</li> <li>● 交通錐:Traffic cone</li> </ul> </td> </tr> </table>			單字、語詞	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 走:walk</li> <li>● 快走:fast walk</li> <li>● 像軍人一樣走:march forward#6</li> <li>● 像小偷一樣走: Sneak Cycle#7</li> <li>● 拿著寶特瓶穿過:bring the bottle over there</li> <li>● 交通錐:Traffic cone</li> </ul>
單字、語詞					
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 走:walk</li> <li>● 快走:fast walk</li> <li>● 像軍人一樣走:march forward#6</li> <li>● 像小偷一樣走: Sneak Cycle#7</li> <li>● 拿著寶特瓶穿過:bring the bottle over there</li> <li>● 交通錐:Traffic cone</li> </ul>					

教學設計

教學活動	教師用語	時間	教學資源	評量
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 第一堂: 4-3-1 看我怎麼走</li> <li>(一) 活動一: 熱身活動               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> </li> <li>(二) 活動二: 了解走路的益處               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師先提問讓學生思考跑與走的差別，最後說明其差別:跑會有兩腳掌同時離地的時候，走的速度再快都不可能雙腳同時離地。</li> </ol> </li> </ul>	<p>(1) What's the difference between walking and running?</p> <p>(2) Walking is when you have both feet on the ground.</p>	<p>10</p> <p>10</p>		能理解跑與走的差別。

<p>2. 引導學生思考並發表走路的益處，歸納學生的意見並補充說明，走路能增加身體活動機會、訓練雙腳肌力等，並鼓勵兒童課後或假日可多從事走路活動，促進身體健康。</p> <p>(三) 活動三: 看我怎麼走-1</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師示範各種走路方式:抬頭挺胸昂首闊步走(阿兵哥)VS 偷偷摸摸躡手躡腳走(小偷)、快走 VS 慢慢走。</li> <li>2. 學生聽教師指令，分組練習各種走路方式。</li> </ol>	<p>(3) Running is when you only have one foot on the ground.</p> <p>(1) <b>walk</b></p> <p>(2) <b>fast walk</b></p> <p>(3) <b>march forward:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Starting Position-Stand straight, shoulders relaxed, arms at your sides, and elbows bent 90 degrees.</li> <li>2. Bring your right elbow forward at the same time as you bring your left knee up.</li> <li>3. Repeat on the opposite.</li> </ol> <p>(4) <b>Sneak Cycle/Walk:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. First, move your upper body back and forth. Like this. (Show the students)</li> <li>2. Next, step forward with your right foot and move your upper body back and forth.</li> <li>3. Then, step forward with your left foot and move your upper body back and forth.</li> </ol>	<p>20</p>	<p>字卡:</p> 	<p>能聽指令正確做出不同的走路方法。</p>
--	---	-----------	--	-------------------------

<p>第二堂: <b>4-3-1 看我怎麼走</b></p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動二: <b>看我怎麼走-2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 複習上周練習的各種走路方式:抬頭挺胸昂首闊步走(阿兵哥)VS 偷偷摸摸躡手躡腳走(小偷偷)、快快走 VS 慢慢走,再學新的方式:後交叉走、前後交叉走。</li> <li>2. 學生聽教師指令,分組練習各種走路方式</li> </ol> <p>(三) 活動三: 進階活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 跟著音樂/拍手節奏走,變換走路的速度</li> <li>2. 請學生分享不同走法、速度的感覺。</li> </ol>	<p>(1) <b>Walk</b></p> <p>(2) fast walk</p> <p>(3) <b>march forward</b></p> <p>(4) <b>Sneak Cycle/Walk</b></p> <p>(5) <b>Karaoke:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Right foot crosses in front of left foot.</li> <li>2. Next, step out with your left foot.</li> <li>3. Then, right foot crosses behind the left foot and step out with your left foot.</li> <li>4. Repeat until you get to the other side.</li> </ol> <p>Follow the beats.</p>	<p>10</p> <p>25</p> <p>5</p>	<p>節奏音樂/拍手</p>	<p>能聽指令正確做出不同的走路方法。</p> <p>能跟著節奏走路,享受這感覺。</p>
<p>● 第三堂: <b>4-3-2 帶物繞物接力遊戲</b></p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動二: <b>4-3-2 帶物繞物接力遊戲</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師說明活動規則,學生依照指定走/跑法,</li> </ol>	<p>(1) Today's game is walk relay.</p> <p>(2) The rule is carry the bottle and walk around</p>	<p>10</p> <p>25</p>		

<p>手持裝水保特瓶繞物通過，小組接力完成。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 將全班分成數組，進行闖關接力賽。</li> <li>3. 另開闢個人挑戰區：快步走繞物接力遊戲，讓學生自主練習。</li> </ol> <p>(三) 活動三:綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 鼓勵學生下課時出去外面走路、散步，發明各種走路遊戲。</li> <li>2. 提醒學生走廊禁止奔跑，快走也是不被予許的。</li> </ol>	<p>the traffic cones to the other side.</p> <p>(3) Hand the bottle to the next person in line.</p> <p>(4) Then, that person brings the bottle back across to the next person.</p> <p>● No running in the hallway.</p>	<p>5</p>	<p>交通錐數個</p> <p>呼拉圈數個</p>	<p>能遵守遊戲規則完成繞物接力賽。</p> <p>能利用課後或假日時間從事走路活動。</p>
--	---	----------	---------------------------	---

單元名稱	第五單元-體能加油站	教學設計者	林庭卉
活動主題	<b>5-1 隨著節奏起舞+5-3 我是體能王</b>	教學節次	5 節課(40 分鐘/每節)
能力指標	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。	教學對象	二年級
學習目標	1. 能配合節奏舞動，增進 <b>全身協調</b> 。 2. 能從事簡易的 <b>伸展</b> 活動。 3. 能利用寶特瓶進行手臂、腿部、腹部 <b>肌力訓練</b> 。		
評量方法	實作：能配合節奏舞動，展現身體的協調性。 <b>(測驗三)</b> 實作：能參與不同的體能活動。 自評：能利用時間從事規律的運動、和家人一起從事體能活動。		
教學資源	寶特瓶/扯鈴數個 舞蹈歌曲: action song for kids		
英語學習	<b>單字、語詞</b> ● 伸展: <b>stretch</b> your ___ (leg/arm/back/neck....) ● 彎腰: <b>bend</b> forward/backward ● 放鬆:take a break and <b>relax</b> ● 肌肉:build <b>muscles</b> <b>句型</b> 大家一起唱唱跳跳: <b>Dance everybody and sing with me!</b>		

教學設計

教學活動	教師用語	時間	教學資源	評量
● <b>第一堂: 帶動唱舞蹈、伸展柔軟操</b> (前半堂律動、後半堂體能訓練)  (一) 活動一：熱身活動 1. 集合、整隊 2. 小老師帶領全班整隊及做操		10          15	音樂	能配合節奏舞動身體。

(二) 活動二: 帶動唱舞蹈-1

1. 教師示範讓學生模仿，講解動作要點。
2. 搭配歌詞一邊唱、一邊做出相對應的動作。

(三) 活動三: 伸展柔軟操-1

1. 提問讓學生思考伸展對於人體的重要何在。
2. 教師示範動作(單人坐姿、站姿伸展動作)講解每個動作相對應伸展的部位。
3. 學生練習，教師從旁協助。
4. 引導兒童發表，伸展不同的部位，感覺有何差異。
5. 提醒學生激烈運動完，要記得拉筋、放鬆舒緩運動過後的肌肉，伸展操宜緩慢進行，每個動作應維持20~30秒。

- clap your hands
- stomp your feet
- swing your arms
- jump around
- shake your hips
- dance everybody and sing with me
- Touch the sky and touch the ground

**Individual stretch**

- stretch your \_\_\_\_  
(leg/arm/back/neck....)
- bend forward/backward
- take a break and relax

Pigeon



15

字卡:



能正確作出單人的伸展動作。

- 第二堂: 帶動唱舞蹈、伸展柔軟操(前半堂律動、後半堂體能訓練)

10

(一) 活動一：熱身活動

1. 集合、整隊
2. 小老師帶領全班整隊及做操

(二) 活動二：帶動唱舞蹈-2

1. 教師示範讓學生模仿，練習動作。
2. 熟練搭配歌詞一邊唱、一邊做出相對應的動作。

(三) 活動三：伸展柔軟操-2(單人與雙人的坐姿、站姿伸展動作)

1. 教師示範動作(雙人坐姿、站姿伸展動作)講解每個動作相對應伸展的部位。
2. 學生練習，教師從旁協助。
3. 教師說明生活中能利用簡單、隨手可取得的物品，即可從事伸展操，例如毛巾、繩子、報紙棒等。
4. 教師講解並示範，利用毛巾或報紙棒進行上肢及下肢伸展操。
5. 學生練習，教師從旁協助。
6. 鼓勵學生回家後可與家人一同進行伸展操。

Double Dancer



Lean on Me



Huddle Pose



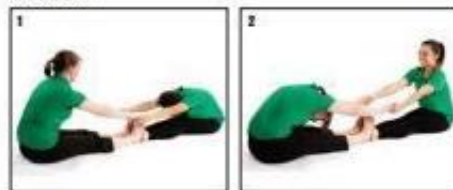
生說:

- clap your hands
- stomp your feet
- swing your arms
- jump around
- shake your hips
- dance everybody and sing with me
- Touch the sky and touch the ground

partner stretch

- stretch your \_\_\_\_  
(leg/arm/back/neck....)
- bend forward/backward
- take a break and relax

Seesaw



10

音樂

能配合節奏舞動身體，並邊唱出歌詞。

20

毛巾、繩子、報紙棒

能正確作出單人的伸展動作。

字卡:







<p>● <b>第四堂: 帶動唱舞蹈、寶特瓶上肢體能活動、寶特瓶下肢體能活動(前半堂律動、後半堂體能訓練)</b></p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動二: <b>帶動唱舞蹈-4</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 複習舞蹈動作與歌詞</li> <li>2. 學生分組上台表演給同學看, 說出彼此的優點</li> </ol> <p>(三) 活動三: <b>寶特瓶上肢體能活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 複習手臂肌力訓練:曲臂、上舉、側平舉, 加入新動作:轉體、手臂開合。</li> <li>2. 全班熟悉動作後, 請志願學生出來下指令帶領全班作出相對應的動作。</li> </ol> <p>(四) 活動四: <b>寶特瓶下肢體能活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解並示範腿部夾寶特瓶、停寶特瓶動作, 訓練腿部和腹部肌力</li> <li>2. 學生練習用腿部夾寶特瓶、停寶特瓶, 維持至少 5 秒</li> <li>3. 教師引導兒童思考還可以利用哪些物品進行體能活動</li> </ol>	<p>● 曲臂:<b>bend your arm</b></p> <p>● 上舉:<b>lift the ___up</b></p> <p>● 側平舉:<b>lateral raise</b></p> <p>● 轉體:<b>hold the___out and turn your upper body to the right/left.</b></p> <p>● 手臂開合:<b>open your arms out and close your arms</b></p> <p>(1) Lie down.</p> <p>(2) Hold the___between your legs and lift it up.</p> <p>(3) Hold for 5 seconds.</p> <p>(4) Put the___on your legs and lift it up.</p> <p>(5) Hold for 5 seconds.</p>	<p>10</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>10</p>	<p>音樂</p> <p>扯鈴數個</p> <p>扯鈴數個</p>	<p>能配合音樂節奏一邊唱一邊跳, 並勇於分享。</p> <p>能利用寶特瓶進行手臂、腿部、腹部肌力訓練。</p>
---	---	---	-----------------------------------	---

<p>● 第五堂: 帶動唱舞蹈、伸展柔軟操、寶特瓶上肢體能活動、寶特瓶下肢體能活動</p> <p>(一) 活動一: 熱身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、整隊</li> <li>2. 小老師帶領全班整隊及做操</li> </ol> <p>(二) 活動二: 帶動唱舞蹈-4</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 練習舞蹈動作與歌詞</li> <li>2. 測驗三</li> </ol> <p>(三) 活動三: 複習伸展柔軟操</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請學生回憶學過了哪些伸展動作(單人/雙人), 一次一位輪流上台帶領全班做, 並試著說出其伸展的部位</li> </ol> <p>(四) 活動四: 寶特瓶上肢體能活動、寶特瓶下肢體能活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請學生回憶學過了哪些體能動作, 一次一位輪流上台帶領全班做, 並試著說出其訓練的部位。</li> </ol>	<p>生說:</p> <p>伸展:stretch your (leg/arm/back/neck...)</p> <p>彎腰:bend forward/backward</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 曲臂:bend your arm</li> <li>● 上舉:lift the ___up</li> <li>● 側平舉:lateral raise</li> <li>● 轉體:hold the___out and turn your upper body to the right/left.</li> <li>● 手臂開合:open your arms out and close your arms</li> <li>● 下肢體能活動: <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) Lie down.</li> <li>(2) Hold the___between your legs and lift it up.</li> <li>(3) Hold for 5 seconds.</li> <li>(4) Put the___on your legs and lift it up.</li> <li>(5) Hold for 5 seconds.</li> </ol> </li> </ul>	<p>10</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>10</p>	<p>音樂</p> <p>繩子</p> <p>扯鈴數個</p>	<p>能配合音樂節奏一邊唱一邊跳, 並勇於分享。</p> <p>能展現出簡易的伸展活動。</p> <p>能利用寶特瓶/扯鈴進行手臂、腿部、腹部肌力訓練。</p>
---	---	---	---------------------------------	--

