

主題名稱	平衡運動	教學設計者	沉浸式英語教學群
教學對象	六年級	教學節次	6 節課(40 分鐘/每節)
能力指標	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。		
學習目標	一、認知：了解透過簡單的動作，伸展自己的身體。 二、技能： (一)能做出簡單的肢體動作。 (二)利用遊戲訓練身體反應及敏捷度。 三、情意：和同學一起進行各項學習活動		
教學方法	實作教學、合作學習法		
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	Vocabulary : Balance Balance beam *Body parts -Feet / foot -shoulder -leg -arm -body Sentence patterns: - <u>Get up</u> the balance beam. - Stretch your arms and stand one foot. - Put down your foot and walk. ● Class language - Walk steady ! - Be careful ! - Your turn. / My turn. / Who is the next? - Go go go ! - You did it ! - Great job!		

教學活動	教學時間	教具	評量
<p>活動一 平衡木上玩遊戲</p> <p>一、教學準備：</p> <p>教師：準備相關器材，平衡木一座，軟墊數個，乒乓球數個，泡棉球數個，報紙或水管</p> <p>學生：完成暖身操及慢跑</p> <p>(1)</p> <p>二、引起動機：</p> <p>教師提出每次在課堂暖身時，做的單腳站立平衡感姿勢，讓學生回憶做動作時的狀況，並了解。</p> <p>(1) Can you <u>stand</u> on one foot? How long?</p> <p>(2) Ask them to <u>walk</u> on a long straight line on the ground.</p> <p>(3) And now walk with foot after <u>foot</u> on a long straight line.</p> <p>(4) <u>Walk steady! Move steady!</u></p> <p>三、發展活動：</p> <p>1.貨物運送：分組利用報紙或水管運送乒乓球，計時三分鐘，運送最多的組別獲勝。</p> <p>*Activity:</p> <p>(1) Two teams</p> <p>(2) Students <u>pass the ball</u> with the tools into the basket on balance beam.</p> <p>(3) The rest of students need to <u>cheer up</u> for the <u>teammates</u>.</p> <p>(4) Speak it out if the ball gets in (<u>Yes</u>) or missed it(<u>Oh,no.</u>) .</p> <p>2.相互錯身：兩人由平衡木兩端朝對方前進，相互搭肩錯身，互換位置。</p> <p>*Activity:</p> <p>(1) Two teams.</p> <p>(2) One team on the <u>right side</u> of balance beam, the others on the <u>left side</u> of balance beam.</p> <p>(3) <u>Walk steady</u> on the balance beam</p> <p>(4) When you meet your teammate , touch his/her <u>shoulder</u> and said <u>switch</u>.</p> <p>3.叢林彈雨：挑選四位性情溫和的學童，站在軟墊四周準備擲炮棉球，全班同學輪流站在平衡木上閃</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>15</p> <p>20</p> <p>30</p> <p>5</p> <p>3</p> <p>15</p> <p>15</p> <p>15</p> <p>15</p>	<p>報紙或水管 乒乓球</p> <p>泡棉球</p> <p>泡棉球</p>	<p>態度評量</p> <p>操作評量 觀察檢核 行為檢核</p> <p>口語評量</p> <p>態度評量</p> <p>操作評量 觀察檢核 行為檢核</p> <p>口語評量</p>

<p>躲泡棉球，每人一分鐘。</p> <p>*Activity:</p> <p>(1) <u>Get up</u> the balance beam.</p> <p>(2) Let's <u>throw</u> the balls.</p> <p>(3) Don't fall.</p> <p>(4) Students need to shout out "<u>I got you</u>" if the classmate fall down.</p> <p>(5) <u>Next one.</u></p>	<p>15</p> <p>15</p> <p>30</p>		
<p>四、統整活動：</p> <p>引導學童分享活動過程中的感受，及如何達到指定動作、完成任務。</p>			
<p>活動二 平衡木體操</p> <p>一、教學準備：</p> <p>教師：準備相關器材，平衡木一座，軟墊數個、泡棉球數個</p> <p>學生：完成暖身操及慢跑</p> <p>二、引起動機：</p> <p>教師提出上週課程時，做的平衡木上的遊戲，讓學生回憶做動作時的狀況。</p> <p>三、發展活動：</p> <p>教師分別示範在平地及平衡木上完成以下指定動作：</p> <p>1.雙腳站立轉</p> <p>2.單腳站立轉</p> <p>3.跳躍動作</p> <p>4.跳躍障碍物動作</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Stand on one foot ● Stand on two feet ● Jump on it <p>5.單腳過關</p> <p>(1)單腳過紙棒</p> <p>(2)單腳過呼拉圈</p> <ul style="list-style-type: none"> ● stand one foot and pass it ● Pass the Hula Hoop <p>6.平衡木上連續體操動作</p> <p>(1)單腳踏、跳</p> <p>(2)雙腳跳</p> <p>(3)蹲姿、起立、後退兩步</p> <p>(4)手平舉、單腳站立</p> <p>(5)腳放下呈弓箭步</p>	<p>7</p>		

(6)起立後，身體旋轉 180°
(7)往前走，安全離開平衡木

- one foot
- Two feet
- Crouch, stand up , countermarch two steps.
- Stretch your arms and stand one foot.
- Put down your foot and walk.
- You made it !

四、統整活動：

引導學童分享活動過程中的感受，及如何達到指定動作、完成任務。