

表一108下 體育科教學單元主題與週次

主 題	名 稱	教 學 週 次
一	此起彼落-2排球(兩人低手對傳)	第 02~03 週
二	小橘歷險-2桌球(發球)	第 04~06週
第一次段考		
三	禮尚往來-2排球(雙人高手托球對傳)	第 08~09 週
四	同心協力-2田徑(接力賽跑)	第10~12 週
第二次段考		
五	青出於籃-2籃球(傳球、上籃)	第 14~16 週
六	一觸即發-2羽球(正、反拍擊球)	第 17~19 週
第三次段考		

表二 七年級英語融入健康與體育領域教學單元理念與重點

下學期：兩人對傳

週次	主題	健體領綱	健體課程理念與設計	英語相關知識 content vocabulary
1	開學準備週			
2	<p><b>主題一</b></p> <p>此起彼落 - (排球兩人對傳)</p>	<p>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<p>1.指導學生兩人低手傳球的技巧，讓學生知道低手傳球的技術。並能以低手傳球兩人對傳。</p> <p>2.透過2人一組小組合作學習了解低手傳球、經過拋球、移位至低手動作技巧傳球的過程，並了解這個過程要如何將球傳送給對方，讓學生學會基本的排球低手傳球。</p> <p>3.透過傳球練習，製造合作經驗、讓學生體會分享與欣賞同學低手傳球的技巧。</p>	<p><b>單字：</b></p> <p>Volleyball</p> <p>Volleyball court</p> <p>Net</p> <p>player</p> <p><b>動作與技巧</b></p> <p>Stretch hands and hit the ball with fists.</p>
3				<p><b>教室用語：</b></p> <p>Do warm-ups :</p> <p>Neck rotation.</p> <p>/Shoulder rotation.</p> <p>/ Body rotation./Hip rotation./Wrist and ankle rotation.</p> <p>Do stretches.</p> <p>Do lunges.</p> <p><b>句子</b></p> <p>I can serve/hit the ball.</p> <p>I like volleyball.</p>

4	主題二 桌球 小橘歷險- 2(發球)	I-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐。	1.複習運用正確直拍方式(直式、橫式)，透過趣味化的遊戲活動學會控球技巧，提升學生學習動機、眼手協調的動作反應訓練，以小組互助為原則培養團體觀念。	單字： Ping pong Table tennis Ball Table Net paddle
5		I-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	循序漸進到正手擊(發)球的練習(包括手部動作、腰肩轉動、步法轉移等)讓整體能有一貫性。	動作與技巧: Serve the ball. Receive the ball.
6		I-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 I-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	2.發球基本動作介紹與練習。 3.訓練手眼協調與身體靈活應變。	教室用語： Do warm-ups： Neck rotation. /Shoulder rotation. / Body rotation./Hip rotation./Wrist and ankle rotation. Do stretches: up, left, right, and down. Do stretches. Do lunges. 句子： I can play table tennis. I can serve/receive the ball.
7	第一次段考			
8	主題三 禮尚往來- 2(排球高手 雙人對傳練	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。	1.複習高手托球動作要領。 2.複習高手傳球預備姿勢，站立將手掌置於額前2人相對站立距離約3-4公尺，採正確高手傳球，相互傳球，至熟練。 3.練習者依傳球要領屈伸手臂推送球。 4.反覆練習，以體會高手傳球的整體動作要領。 5.增進控球的自信心與對排球的	單字： Volleyball Setting Spiking/attacking Bumping Blocking digging 動作與技巧: Pass the ball overhead.

9	習)	J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	喜愛。	<p>教室用語：</p> <p>Do warm-ups.</p> <p>Do stretches:up-left-right-down.</p> <p>Do leg stretches.</p> <p>Do lunges.</p> <p>Ball in or out.</p> <p>句子：</p> <p>Ready, go!</p> <p>Miss.</p> <p>One more time.</p>
---	----	---------------------------------------	-----	--

1 0	主題四 田徑- 同心協力	J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐。	1.練習跑步基礎技術(原地抬腿跑、跨步跑、蹲踞式起跑、接力跑)的動作要領和練習方法 2.兩人一組對練習蹲踞式起跑。 3.分組練習傳接棒。 4.養成互助合作的精神	單字： Athletics Track Field Sprint Middle distance , Long distance High jump Long jump Crouch start Relay
1 1	-2(接力賽跑)	J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。		動作與技巧： Hand-offs.
1 2		J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。		教室用語： Do warm-ups. Do Slide- steps. Do jumping jacks.
		J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。		動作與技巧：
		J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。		句子： 1.Warm up your muscles by doing deadlifts, donkey kicks, lunges, and other similar exercises that stretch your muscles. 2.Make sure your body is relaxed, but not hunched over. Try to keep your shoulders and arms loose while keeping your back straight. 3. Keep your head in a neutral position, not looking up or down.
1 3	第二次段考			
1 4	主題五 籃球- 青出於籃- 2(傳球與上籃)	J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐。	1.複習籃球基本動作。 2.暖身：鍛鍊協調性、敏捷性等體能與培養主動學習、互助合作、服從等社會行為。 3.講解傳球與上籃技巧，並分組練習。	單字： Basketball Hoop Basketball court Baseline Side line Midcourt line Free-throw line
1 5		J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問	4. 分隊比賽	動作與技巧： Dribble the ball. Bounce the ball.

1 6		<p>題。</p> <p>J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>		<p>Pass the ball. Shoot the ball.</p> <p><b>教室用語：</b> Do warm-ups. <b>Do stretches.</b> <b>Do lunges.</b></p> <p><b>句子：</b> Pass me the ball. Make a shot. It's a one- point shot. It's a two-point shot.</p>
17	主題六一觸即發—2羽球(正、反拍擊球)	<p>J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐。</p>	<p>1.複習羽球基本動作（握拍、揮拍）。</p> <p>2.講解正拍、反拍接球技巧，並分組練習。</p> <p>3.分組練習。</p>	<p><b>單字：</b> Badminton Shuttle Racket Net Basketball court</p> <p><b>動作與技巧：</b> Hit the center of the shuttle. Serve the ball. Pass the ball overhead.</p>
18		<p>J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p>		<p><b>教室用語：</b> Do warm-ups. Do stretches, up, left, right, and down Do lunges.</p> <p><b>句子：</b> I can serve the ball. Hit the shuttle forward. Hit the shuttle up.</p>
19		<p>J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p>		<p><b>教室用語：</b> Do warm-ups. Do stretches, up, left, right, and down Do lunges.</p> <p><b>句子：</b> I can serve the ball. Hit the shuttle forward. Hit the shuttle up.</p>
20	第三次段考			

表三 七年級英語融入健康與體育領域教學教學教案設計-主題一

主題名稱		排球--此起彼落-2	教學對象	七年級		
		球感練習、兩人低手傳球練習	節數	3節		
教學研究	教學重點	能正確的做出低手擊球動作並成功傳、接球				
	教學法	講演示範、個人及小組實作練習				
	教學資源	排球				
	教學目標	能做出低手擊球動作及2人拋球擊球練習 能做出正確低手擊球動作及2人一組組練				
	能力指標	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。				
英語學習		<p><b>單字：</b> Volleyball, Volleyball court, Net, player</p> <p><b>動作與技巧</b> Serve the ball. Stretch hands and hit the ball with fists.</p> <p><b>教室用語：</b> Do warm-ups./Do stretches./Do lunges.</p> <p><b>句子：</b> <b>I can serve /hit the ball.</b> <b>I like volleyball.</b></p>				
教學活動			教材 教具	評量	教學 時間	
<p>壹、準備活動</p> <p>一、集合點名:Let's have a roll-call.</p> <p>二、暖身做操: Let's do warm-ups.</p> <p>貳、發展活動一：</p> <p>一、複習排球基本動作及低手握手方式: Basic stance: Your feet should be slightly placed wider than shoulders, your weight should be forward on your toes, and your knees should be bent. And make sure your arms are free and in front.</p> <p>1、低手對空擊球練習: Reviewing bumping the ball.</p> <p>二、實作練習</p> <p>1、複習基本動作</p> <p>a.講解低手手握方式: Make a fist with your left hand and wrap your right hand around it.</p> <p>b.低手最佳擊球點位於手腕關節往上10公分是最佳擊球點: Allow the ball to strike your forearms about 5-10 cm above your wrists.</p> <p>c.向上拋球球落下後擊球: Throw the ball up and hit it.</p> <p>d.向上擊球後讓球落下但不得落地，依此連續。Don' t let the ball hit the ground.</p> <p>2、雙人拋接練習：一人拋球一人將球回擊拋球人(20球後換人) : Throw and bump the ball in pairs.</p> <p>三、步法</p> <p>排球步法：雙腳與肩同寬(常見基本步) Put your feet slightly wider than</p>			排球	能隨時注意運動安全	2 5	
			排球	能知道即作出排球握手法的動作要領 能掌控擊球力度及控制球方向	10 15	
			排球	能從觀摩中發覺動作的對錯	5 10	

<p>shoulders. Bend your knees and put your weight forward on your toes.</p> <p><b>發展活動二：</b></p> <p>一、低手拍擊球(講解)</p> <p>1、站位：左、右腳稍微站立前後，身體重心置於腳尖並保持膝蓋彎曲。Stand with one foot forward and the other foot backward, and put your weight forward on your toes and bend your knees.</p> <p>2、預備動作：將手放到擊球位置。Make a fist with left hand and wrap your right hand around it. Both thumbs should be flat against the top of your hands with your thumbnail facing upward.</p> <p>3、視球的位置移動身體。Move your body so that the ball is directly in front of you. And wait until the ball is at the same level as your waist.</p> <p>4、擊球位置：手腕關節向上10公分的位置擊球。Allow the ball to strike your forearms about 5-10cm above your wrists. When the ball makes contact with your forearms, push up with your legs and angle your platform toward your target.</p> <p>5、完成動作：當球擊出後，回復到原先的預備動作。After hitting the ball, return to the readiness stance.</p> <p>二、實作練習</p> <p>1、個人：擊球預備動作：Practice bumping. 擊完球 回復原來動作</p> <p>2、雙人：(2人一組)：Practice bumping in pairs. One hit the ball for ward, and the other returns the ball back. 一人徒手將球拋至對方，另一人將球擊回後再重新拋球繼續回擊，連續20球後再換邊。依此進行2~3組</p> <p><b>發展活動三：</b></p> <p>一、講解排球低手球的相關規則</p> <p>二、實作練習</p> <p>1. 雙人傳接球練習：低手傳球練習(2人一組)Practice passing the ball with underhand hitting.</p> <p>a、先由A拋球給B低手擊球後給A再將球拋回給B做低手傳球動作，以此連續20球後再換B拋球給A做低手傳球 One throws the ball and the other do the bumping. Repeat this for 20 times.</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、評量:Giving the students some rubrics, and do the tests.</p> <p>1.說明給分標準。</p> <p>2.個別實作評量。</p>			<p>15</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>3</p>
--	--	--	--

表四 七年級英語融入健康與體育領域教學教學教案設計-主題二

主題名稱	桌球--小橘歷險 球感練習、發球練習	教學對象	七年級
		節數	3節
教學 研	教學重點	能正確發球及增加對球的感覺進而達到熟練	
	教學法	講演示範、個人及小組實作練習	
	教學資源	桌球	

究	教學目標	能做出發球動作及配合小組練習 能做出正手拍擊球動作及配合小組練習 能做出反手發球動作及配合小組練習		
	能力指標	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。		
英語學習	單字： Ping pong, Table tennis, Ball, Table, Net, paddle 動作與技巧： Serve the ball. Receive the ball. 教室用語： Do warm-ups. Do stretches. Do lunges. 句子： You can serve the ball.			
教學活動		教材 教具	評量	教學 時間
壹、準備活動 一、集合點名：Let's have a roll-call. 二、暖身做操：Let's do some warm-ups/stretches.			能隨時注意運動安全	2 5
貳、發展活動一： 一、複習桌球基本握法：Reviewing the way to hold the paddle. 1、直拍：Penhold grip: hold your paddle just as you would hold a pen. 2、橫拍：Shakehand grip: place your hand on the paddle's handle as though you are shaking hands with it, and then wrap your fingers loosely around it. ※注意握拍手力道適當即可並保持手腕靈活。Don't hold your paddle too tightly. Make your wrist free to move. 二、實作練習 1、講解發球技巧：Serve the ball. The ball should be tossed out of your free hand vertically a minimum of 16cm, and then hit with the paddle so that it first hits your side of the table once and then goes over the net and hits your opponent's side. 2、對牆練習。Practice serving on the table against the wall. 2、雙人發球練習：Practice serving in pairs. a、一人發球，另一人接球並傳回。One serve the ball, and the other receive it. b、兩人輪流練習發球，直到熟練。 三、步法：Basic stance: Your body needs to be balanced, relaxed, and ready to move in any direction. 桌球步法3分在手7分在腳可見其重要(常見基本步)		桌球	能知道即作出桌球握法的動作要領	5
		桌球	能掌控擊球力度及控制球方向	10 15
發展活動二： 一、移步練習。Movement practice. 1、站位：左腳前，右腳後，身體重心置於腳尖並保持膝蓋彎曲。			能從觀摩中發覺動作的對錯	3

<p>Basic stance: Put your left foot forward and the right foot backward, and put your weight forward on the toes and slightly bend your knees.</p> <p>2、預備動作：握拍手放在腰旁預備，持球手手心朝上將球放在手掌。Put your hand with the paddle around your waist, and keep your palm of the other hand up with the ball in the middle.</p> <p>3、拍面角度：約呈現45度角，並拍擊拍面中心點位置。Hit the ball at the center of the paddle with an angle of 45 degrees.</p> <p>4、擊球位置：拍擊球體中間點。Hit the center of the ball.</p> <p>5、引拍動作：握拍手往身體後方擺動。Swing your body backward. And then swing your body forward. And hit with the force of your body.</p> <p>6、完成動作：當球落於球桌反彈時，揮拍向前擊球後回復到原先的預備動作。After the ball bounce at the other side of the table, go back to the readiness stance.</p> <p>二、實作練習 發球、接球合併練習。Practice serving and receiving.</p> <p>發展活動三： 一、講解發球的相關規則 Rules to serve the ball: 1. Open your hand and put your palm up. 2. Put the ball in the center of your palm and push the ball up. 3. Hit the ball and make it fall on your side of the table, and then it goes over the net and falls on the opponent's side of the table.</p> <p>二、實作練習 1.對打練習(4人一組一球桌) One serves the ball successfully and the other returns it back.</p> <p>參、綜合活動 一、評量： 1. 說明給分標準。Giving the students some rubrics for testing. Basic stance, 5 points. The times for returning the ball, according to the check list. 2. 實作評量。 二、說明同學優缺點與觀摩同學成果表現</p>			
--	--	--	--

表五 七年級英語融入健康與體育領域教學教學教案設計-主題三

主題名稱		排球—高手托球禮尚往來-2 球感練習、雙手對空托球與傳球	教學對象	七年級
			節數	3節
教學研究	教學重點	能正確的做出雙手托球動作並成功以高手傳、接球。		
	教學法	講演示範、個人及小組實作練習		
	教學資源	排球		
	教學目標	能做出雙手托球基本動作及配合2人一組練習。 能做出雙手對空托球動作並成功傳給對方。		
	能力指標	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。		
英語學習	單字： Volleyball, Setting, Spiking/attacking, Bumping, Blocking			

	digging <b>動作與技巧:</b> Pass the ball overhead. Serve the ball. <b>教室用語:</b> Do warm-ups. /Do stretches. /Do lunges. <b>句子:</b> Catch the ball./Pass the ball.			
教學活動		教材 教具	評量	教學 時間
<p>壹、準備活動</p> <p>一、集合點名：Let's have a roll-call.</p> <p>二、暖身做操：Let's do some warm-ups/stretchers.</p> <p>貳、發展活動一：</p> <p>一、複習排球高手托球基本動作          Reviewing setting: Hold your hands in the air and make a triangle window you can see through. Place your feet shoulder-width apart, and bend your knees slightly.</p> <p>1、高手托手並成功以高手傳、接球。Using setting to receive and pass the ball.</p> <p>二、實作練習</p> <p>1、複習高手托球基本動作：</p> <p>a. 高手最佳接觸球點位於雙手10個手指。手掌不得接處球：Hit the ball with your fingertips when the ball reaches eye level.</p> <p>b. 向上拋球球落下後雙手手指輕輕將球往上托高：Push forward with your legs as you strike the ball.</p> <p>c. 向上拋球雙手手肘張開後將球往上托，並傳給對方。Hit the ball up with your elbows widely apart, and pass it to your teammate.</p> <p>2、雙人練習：</p> <p>a、一人拋球一人將球托球回拋球人(20球後換人) One throws the ball and the other do the setting.</p> <p>三、步法</p> <p>排球步法：雙腳與肩同寬(常見基本步): Stand with your feet apart as wide as your shoulders and slightly bend your knees.</p> <p>發展活動二：</p> <p>一、高手托球(講解)</p> <p>1、站位：左、右腳稍微站立前後，身體重心置於腳尖並保持膝蓋彎曲。Stand with one foot forward and the other foot backward, and put your weight forward on your toes and slightly bend your knees.</p> <p>2、預備動作：將手自然放鬆預備。Make your arms free to move.</p> <p>3、視球的位直移動身體。Move your body so that the ball is directly in front of you.</p> <p>4、托球位置：雙手位於額頭上方手肘張開手指張開將球傳給對方。Hit the ball with your fingertips when the ball reaches eye level. Push forward with your legs as you strike the ball.</p> <p>二、實作練習</p> <p>1、雙人高手托球練習：(2人一組) Practice setting in pairs.</p>		<p>排球</p> <p>排球</p> <p>排球</p>	<p>能隨時注意運動安全</p> <p>能知道即作出桌球握法的動作要領</p> <p>能掌控擊球力度及控制球方向</p> <p>能從觀摩中發覺動作的對錯</p>	<p>2 5</p> <p>10 15</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>10 15</p>

<p><b>發展活動三：分隊比賽。Team works.</b></p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、評量</p> <p>1.說明給分標準:Giving the students some rubrics for the test, including the basic stance and times for returning the ball.</p> <p>2.實作評量</p> <p>二、說明同學優缺點並讓同學互相觀摩</p>			3
---	--	--	---

表六 七年級英語融入健康與體育領域教學教案設計-主題四

主題名稱		同心協力—基礎跑步、蹲踞式起跑、接力跑	教學對象	七年級			
			節數	3節			
教學研究	教學重點	培養學生運動觀念.態度.提升體適能.增加活力.強健體魄及自信心					
	教學法	講演示範、個人及小組實作練習					
	教學目標	(一)能說出田徑運動的由來。 (二)能說出學習田徑應該具備的基本運動能力。 (三)能指導他人或接受指導。 (四)能經由與同儕欣賞、觀摩、學習、比較，了解自己動作的優缺點。 (五)能在運動中充分表達自己，發揮潛在能力。 (六)能對於運動中的美好動作與經驗表現出讚美，並與他人分享。 (七)能利用各種練習方法，增進運動技能。					
能力指標	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。						
英語學習	<b>單字：</b> Athletics, Track, Field, Sprint , Middle distance , Long distance ,High jump , Long jump ,Crouch start , Relay <b>動作與技巧：</b> Sprinting and your body position. Running and your body position. Jogging and your body position. The skills to do relay race. <b>教室用語：</b> Do warm-ups. Do some running/sprinting/jogging.  <b>句子：</b>						
教學活動			教材 教具	評量	教學 時間		
壹、準備活動							

<p>一、集合點名：Let's have a roll-call.</p> <p>二、暖身做操：Let's do some warm-ups/stretches.</p> <p>貳、發展活動一：</p> <p>一、正式課程</p> <p>1.介紹田徑運動的由來。Talk about field and tracks.</p> <p>2.介紹田賽、徑賽。</p> <p>3.介紹跑步動作。</p> <p>(1)原地抬腿跑。High knees.</p> <p>(2)跨步跑。Step running.</p> <p>(3)正面抬腿跑。High knee lifting.</p> <p>4.跑步遊戲競賽。Group works.</p> <p>發展活動二：</p> <p>一、正式課程</p> <p>1.說明蹲踞式起跑由來。</p> <p>2.介紹蹲踞式起跑方法。Crouch start.</p> <p>3.起跑動作個步驟</p> <p>(1)各就位。Ready.</p> <p>(2)預備。Set.</p> <p>(3)鳴槍出發。Go.</p> <p>4.起跑遊戲競賽。</p> <p>發展活動三：</p> <p>一、正式課程</p> <p>1.說明接力賽規則。The rules of relay race.</p> <p>2.介紹傳接棒方法。The tips to do hand-offs: Look toward the approaching runner and start to run as he/she approaches. Let the approaching runner bring the baton up into your hand between your thumb and forefingers. Grasp the baton and pull it from the approaching runner's hand.</p> <p>3.傳接棒練習：Practice hand-offs.</p> <p>5.接力賽遊戲。Group works.</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、評量</p> <p>1.說明給分標準Giving the students some rubrics for a 100m sprinting.</p> <p>2.實作評量</p> <p>二、說明同學優缺點並讓同學互相觀摩</p>	角錐	能隨時注意運動安全	2 5  10 15
	起跑架	能掌控力度及控制球方向	10 15
		能從觀摩中發覺動作的對錯	10 15  3

表七 七年級英語融入健康與體育領域教學教案設計-主題五

主題名稱	青出於籃-籃球-2(上籃)	教學對象	七年級
		節數	3節
教學研究	教學重點	培養學生運動觀念、態度、提升體適能、增加活力、強健體魄及自信心	
	教學法	講演示範、個人及小組實作練習	
	教學目標	<p>一、能了解籃球技術相關知識、規則與技能原理。</p> <p>二、促進身體的發展，豐富休閒生活。</p> <p>三、能養成遵理守法的態度與培養運動員「勝不驕、敗不餒」之運動家精神。</p>	

	<p>四、能了解性別平等之意涵及做到尊重異性、共同參與事務及與之合作學習的態度。</p> <p>五、肯定自我的能力並能主動參與。</p>			
能力指標	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p>			
英語學習	<p><b>單字：</b> Basketball, Hoop, Basketball court, Baseline Side line, Midcourt line, Free-throw line</p> <p><b>動作與技巧：</b> Dribble the ball. Bounce the ball. Pass the ball. Shoot the ball.</p> <p><b>教室用語：</b> Do warm-ups./Do stretches./Do lunges.</p> <p><b>句子：</b> I can dribble/bounce/pass/shoot the ball. Make a shot.</p>			
教學活動	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="1091 1126 1174 1211">教材 教具</td> <td data-bbox="1174 1126 1334 1211">評量</td> <td data-bbox="1334 1126 1436 1211">教學 時間</td> </tr> </table>	教材 教具	評量	教學 時間
教材 教具	評量	教學 時間		
<p>壹、準備活動</p> <p>一、集合點名: Let's have a roll-call.</p> <p>二、暖身做操: Let's do some warm-ups/stretch.</p> <p>貳、發展活動一：</p> <p>一、複習基本動作：老師動作講解與示範。</p> <p>1. 手部：持球方式、用力方式。Hold the ball with your finger pads.</p> <p>2. 運用身體律動、重心。Keep your body low and put your weight on the ball of your feet.</p> <p>3. 下肢動作及膝蓋彎曲。Stand with your feet more than shoulder-width apart.</p> <p>二、傳球與上籃技巧講解: Passing and shooting.</p> <p>1. 運用角錐，運球、傳球練習。Practice dribbling and passing.</p> <p>2. 發球技巧講解。Throw in skill B-E-E-F(from Curry):balance, eye, elbow, follow.</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.分組練習運球、傳球。Group works: dribbling and passing the ball in pairs.</p> <p>發展活動二：</p> <p>一、示範教學：老師動作講解與示範。</p> <p>1. 手部動作及用力方式:Bounce the ball with your fingertips, not the</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="1091 1211 1174 2145">籃球</td> <td data-bbox="1174 1211 1334 2145"> <p>能隨時注意運動安全</p> <p>能知道即作出動作要領</p> <p>能掌控力度及控制球方向</p> <p>能從觀摩</p> </td> <td data-bbox="1334 1211 1436 2145"> <p>2 5</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>5</p> </td> </tr> </table>	籃球	<p>能隨時注意運動安全</p> <p>能知道即作出動作要領</p> <p>能掌控力度及控制球方向</p> <p>能從觀摩</p>	<p>2 5</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>5</p>
籃球	<p>能隨時注意運動安全</p> <p>能知道即作出動作要領</p> <p>能掌控力度及控制球方向</p> <p>能從觀摩</p>	<p>2 5</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>5</p>		

<p>palm of your hand.</p> <p>2. 跑動腳步動作: Practice dribbling and walking/running/sprinting. And side-to-side movements.</p> <p>二、個人練習</p> <p>1. 對籃做跑動作。Running to the hoop.</p> <p>2. 遇三角錐做方向變換動作或摸地板動作。</p> <p>3. 至禁區做擦板投籃動作: Making the bank shots.</p> <p>三、綜合活動 Group works.</p> <p>團體合作：六人一組，做個人運球投籃練習，由老師進行計時40秒，在時間結束前投進籃球最多次的組別獲勝。</p> <p>發展活動三： 分組比賽。Group competition.</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、評量</p> <p>1.說明給分標準: Giving the students some rubrics for the basic stance of dribbling the ball and shooting the ball into the basket.</p> <p>2.實作評量</p> <p>二、說明同學優缺點並讓同學互相觀摩</p>		中發覺動作的對錯	3
---	--	----------	---

表八 七年級英語融入健康與體育領域教學教學教案設計-主題六

主題名稱	一觸即發-2—羽球正拍擊球、反手發反拍擊球	教學對象	七年級		
		節數	3節		
教學研究	教學重點	培養學生運動觀念.態度.提升體適能.增加活力.強健體魄及自信心			
	教學法	講演示範、個人及小組實作練習			
	教學目標	(一)能說出羽球運動的由來。 (二)能說出學習羽球應該具備的基本運動能力。 (三)能指導他人或接受指導。 (四)能經由與同儕欣賞、觀摩、學習、比較，了解自己動作的優缺點。 (五)能在運動中充分表達自己，發揮潛在能力。 (六)能對於運動中的美好動作與經驗表現出讚美，並與他人分享。 (七)能利用各種練習方法，增進運動技能。			
能力指標	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。				
英語學習	<b>單字：</b> Badminton, Shuttle, Racket, Net, Badminton court <b>動作與技巧：</b> Hit the center of the shuttle. Serve the ball. Pass the ball overhead. <b>教室用語：</b> Do warm-ups./Do stretches./Do lunges. Play singles.				

	Play doubles. 句子： You can serve the ball. /receive the ball. I like badminton.			
教學活動	教材 教具	評量	教學 時間	
<p>壹、準備活動</p> <p>一、集合點名: Let's have a roll-call.</p> <p>二、暖身做操: Let's do some warm-ups/stretches.</p> <p>貳、發展活動一：</p> <p>一、正式課程</p> <p>1.複習羽球基本握法與擊球動作。 Reviewing the forehand grip and the backhand grip.</p> <p>2.介紹握拍法(正手及反手)。</p> <p>(1) 正手向上擊球練習。 Practicing hitting the shuttle with the forward swing.</p> <p>(2) 反手向上擊球練習。 Practicing hitting the shuttle with backswing.</p> <p>(3) 分組擊球練習。 Practicing serving and receiving the shuttle in pairs.</p> <p>4.正反拍連續擊球競賽。 Group competition.</p> <p>發展活動二：</p> <p>一、正式課程</p> <p>1.說明發球規則。 The rules of serving.</p> <p>2.介紹正拍擊球法。 Reviewing the forehand grip and practicing the forward swing.</p> <p>3.正手擊球練習。 Practice forward swings.</p> <p>4.擊球綜合練習。 Mixed practice.</p> <p>發展活動三：</p> <p>一、正式課程</p> <p>1.介紹反拍擊球法。 Reviewing the backhand grip and practicing backswing.</p> <p>2.反拍擊球練習。 Practice backswing.</p> <p>3.正、反拍擊球綜合練習。 Mixed practice.</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、評量 Giving the students some rubrics for serving and returning the ball.</p> <p>1.說明給分標準</p> <p>2.實作評量</p> <p>二、說明同學優缺點並讓同學互相觀摩</p>	羽球	<p>能隨時注意運動安全</p> <p>能知道即作出動作要領</p> <p>能掌控力度及控制球方向</p> <p>能從觀摩中發覺動作的對錯</p>	<p>2</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>3</p>	