

嘉義市文雅國小 108 學年度沉浸式英語融入體育教學

五年級下學期英語融入跳箱高手之教案設計

<p>主題名稱</p>	<p>飛躍地平線</p>	<p>教學設計者</p>	<p>朱紹謙</p>
<p>教學對象</p>	<p>五年級學生</p>	<p>教學節次</p>	<p>4個子題共8節課(每節40分鐘)</p>
<p>設計理念</p>	<p>在從事跳箱運動時，首先要克服的是心理層面的障礙，故以泡棉材質跳箱減少運動失敗時之疼痛，讓學生免於恐懼，鼓勵其勇於嘗試。 透過本次的課程設計，增進學生對跳箱運動的了解，感受跳箱運動的樂趣，透過逐步的動作學習，讓學生在毫無恐懼的環境，自然而然學會跳箱的蹬躍動作，同時也學會場上常用的英語詞彙。</p>		
<p>學習重點</p>	<p>學習表現</p> <p>健體領域： 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。</p> <p>英語領域： 2-III-7 能作簡易的回答和描述。</p>	<p>核心素養</p>	<p>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，發展運動與保健的特質。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康</p>

	學習內容	健體領域： Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 英語領域： Ac-III-3 簡易的生活用語	生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 英-E-A1 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。
	學習目標	健體領域 1. 能說出跨越障礙及撐坐跳箱的方法。 2. 能對跨越障礙物產生自信，有勇氣自我挑戰，並與同學互相合作。 3. 能做出正確的跨越及撐坐跳箱動作。 英語領域 1. 能聽懂英文的簡易跳箱術語，並嘗試以英語作適當的回應。 2. 能樂於參與各種英語口語練習活動。	
	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	
五年級英語融入體育課程地圖（飛越地平線）			
	課前準備	vaulting box 跳箱 springboard 起跳板 run-up distance 助跑距離 pad 軟墊 jump over 躍過 press 按壓 pivotal point 重心 height 高度 push up 撐起 step up 踩上去 教學影片、跳箱、海綿墊、跳台、口哨	
週次	節次	子題名稱	教學重點(體育/英語)

5	1-2節	推撐練習	push up 撐起，center of gravity重心，jump跳躍，pad墊子，push off往前蹬
6	3-4節	低縱箱蹲騰越	arch the body 弓起身體，vaulting box跳箱，move forwards 往前滑移
7	5-6節	跨越跳箱	bend 彎曲，vault撐跳，take turns輪流，step up 踩上去
8	7-8節	跳箱練習	jump over 跳躍，springboard跳板，crotch襠部

教學活動流程		教具	評量
<p>【子題一：軟墊推撐練習】(第1-2節，80分鐘)</p> <p>活動1</p> <p>(1)在軟墊上做手部撐的動作，體會身體雙腳騰空，重心在前身體往前移動。(Students experience using hands to raise up their own bodies with the center of gravity lying in the front and body moving forwards with two feet away from ground.)</p> <p>(2)在軟墊上移動時，前後學生要有一定安全距離。(While moving, students must keep a safe distance between each other.)</p> <p>(3)在做各種活動時，一定要注意安全，以避免運動傷害。(Avoid any possible injury during exercising.)</p> <p>指導學童控制前進速度。(The teacher has to teach students to control the speed properly.)</p> <p>活動2</p> <p>(1)學兔跳 jumping like a rabbit：學童站在軟墊上，採用蹲姿，收腹屈腿，雙手向前撐在軟墊上，抬頭往前跳，雙腳蹬離地面，雙腳著地時，盡量靠近掌緣，動作像兔子跳。T：students stand on the pads and then squat with hands touching the pads like rabbits.</p> <p>(2)一個接一個往前躍進(moving one-by-one)：學生雙手撐著軟墊，同時雙腳用大腿力量往前蹬，以這樣的連續動作往</p>		跳箱教學影片 英語詞彙 跳箱 海綿軟墊 彈跳台 口哨	仔細聆聽老師解說、示範 練習推撐、跨跳動作 完成推撐練習動作 完成學兔跳 完成推撐左右跳 完成雙手撐箱蹲騰跳 成果心得發表

<p>前移動，學生一個接一個往前躍進。T: Two hands support the upper body and two legs push off and keep on doing the same action.</p> <p>(3)每隔一格加高一層軟墊一個接一個往前躍進(Top one level of pad at one-pad intervals. Students move one by one): 學生雙手撐著軟墊，同時雙腳用大腿力量往前蹬，以這樣的連續動作往前移動，學生一個接一個往前躍進。 T: Two hands support the upper body and two legs push off and keep on doing the same action. It's not hard.</p> <p>(4)每隔一格再加高一層軟墊一個接一個往前躍進(Top two levels of pads at one-pad intervals. Students move one by one) 學生雙手撐著軟墊，同時雙腳用大腿力量往前蹬，以這樣的連續動作往前移動，學生一個接一個往前躍進。 T: Two hands support the upper body and two legs push off and keep on doing the same action. It's a bit hard but please keep trying.</p>	<p>跳箱教學影片 跳箱 海綿軟墊 彈跳台 口哨</p>	<p>仔細聆聽老師解說、示範</p> <p>完成學兔跳動作</p>
<p>【子題二：低縱箱蹲騰越】(第3-4節，80分鐘)</p> <p>活動1</p> <p>(1)指導學生以雙足同兩手伸直向前撐推箱面。(Students face the vaulting horse and use hands to press the surface of the vaulting horse.)</p> <p>(2)指導學生弓身併攏成蹲狀騰越，屈膝著地。(Students are taught to arch the bodies, bend the knees and get ready to jump.)</p> <p>活動2.</p> <p>(1)助跑及踩踏板練習及撐推箱面。T: Run up, step up and press the vaulting horse. S: please set an example.</p> <p>(2)學生輪流反覆做上面的動作。(students take turns to work out.)</p> <p>(3)逐漸加高跳馬高度，然後反覆做上面的練習。(Teachers gradually increase the height of vaulting horse, and ask students to keep on working out.)</p>		<p>能自我保護</p> <p>完成撐推箱、蹲騰躍跳箱動作</p> <p>學習成果心得發表</p>

<p>(4)馬背上向前滑移 (sitting and moving forwards)坐上跳馬箱，手撐起身體往前移。T: Students press the vaulting horse, push the bodies up and sit on the top moving bodies forwards.</p> <p>(5)反覆練習直到不會害怕坐上馬背。(Students take turns doing it over and over until they are not afraid of sitting on the vaulting box.)</p>		<p>仔細聆聽老師解說、示範</p>
<p>【子題三：跨越跳箱】(5-6節，80分鐘)</p> <p>活動1.</p> <p>(1)兩人一組，一人以手膝跪立撐地姿勢，另一人做跳馬背且輪替擔任角色。T: Two students are paired. One S bends his/her elbows and knees against the pads. The other S does vaulting partner's back. The pair take turns at this job.</p> <p>(2)跳馬背：分組做跳馬背的動作，可由老師或同學做動作示範。(The teachers can make a demonstration for students first.)</p>	<p>跳箱教學影片</p> <p>跳箱</p> <p>海綿軟墊</p> <p>彈跳台</p> <p>口哨</p>	<p>學會跨越跳箱動作</p> <p>進行分組練習</p> <p>學會助跑跳躍動作。</p>
<p>活動2.</p> <p>(1)三人一組，二人以手膝跪立撐地姿勢，另一人做跳馬背且輪替擔任角色 T: Three students are grouped. two Ss bend their elbows and knees against the pads. The other S does vaulting partners' backs respectively and Ss take turns at the jobs.</p> <p>(2)跳馬背：分組做跳馬背的動作，可由老師或同學做動作示範。(The teacher can make a demonstration for Ss first.)</p>		<p>學習成果心得發表</p>
<p>活動3.</p> <p>(1)跳上箱，支撐前進：將兩座跳箱平行排列，一座較低，一座較高(如課本圖示)。請學童站於較矮的跳箱上，雙手撐在較高跳箱上，分腿騰越跳箱，指導學童騰越時注意雙膝微彎。(The teacher prepares two vaulting boxes.</p>		<p>仔細聆聽老師解說、示範</p>

<p>活動2.</p> <p>(1)教師提醒學童記得進行跳箱運動時，要專心，雙眼要直視、動作不要太快，注意身體與跳箱距離，取好距離，做好動作。(The teacher reminds students to pay attention, look forwards, not be rush and watch out the distance between the body and vaulting box.)</p> <p>(2)跳箱連續動作練習：助跑-踩上踏板起跳-分腿騰躍。 Students give a series of box vaulting acts: running-->step up the springboard-->open up the crotch--> fly over the box.</p> <p>(3)學童分享完成跳箱後的感想。 Students show their reflections after their box vaulting.</p>		<p>學會跳箱連續動作</p> <p>能說出學會跳箱克服恐懼的內心感受。</p>
---	--	--

本單元重要詞彙總覽:

vaulting box 跳箱	springboard 起跳板	pad 軟墊
run-up distance 助跑距離	bend 彎曲	crotch 襠部
vault 撐跳	take turns 輪流	jump over 跳躍
push up 撐起	step up 踩上去	jump 跳躍
push off 往前蹬	arch the body 弓起身體	move forwards 往前滑移
center of gravity 重心	press 按壓	pivotal point 重心
height 高度	step up 踩上去	attention 注意