

### 一、課程理念與架構

本校以「健康生活、快樂學習」作為學校願景主軸，每位學生都擁有兩本學習護照—運動與閱讀。校長鼓勵每位學生能夠養成閱讀習慣，並具備良好的身體活動與健康生活，認識個人特質，發揮自己潛能。

一年級的體育課程規劃，以「運動技能」、「運動參與」、「生活安全」為課程主軸，教學設計以體育課程學習目標為主，英語指令融入體育課程教學，提升學生英語「語用」的能力。

此計畫以 109 學年度一年級 10 個班級為實施對象，規劃每週二堂英語融入體育課程，由健體領域及英語授課教師共同備課設計教學活動，並進行每週一節協同教學，另一節課由健體領域教師或英語教師單獨授課，學生除了學習體育課程的技術與技巧外，也能沉浸於英語文的學習，提升語感及語用能力。

109 學年第一學期課程安排：

週次	單元	主題
1	開學準備—常規建立、課室英語練習	
2-4	快樂動起來	快樂動一動 快樂表演會 快樂唱跳
5-12 9(考試周)	我是跳繩高手	跳繩與我 甩甩跳跳 二跳一迴旋 一跳一迴旋 好玩的跳繩活動
13-16 16(考試周)	來玩呼拉圈	呼拉圈真好玩 一起來合作
17-20	和球做朋友	地上繞球 夾球真好玩 球球跳一跳 地上滾接 完球小高手

### 二、教案設計

每節下課前 5 分鐘，讓學生發表活動學習心得，可以得知小朋友學習困難處，並於下一堂課加強說明及練習，亦可讓學生養成觀察、欣賞他人活動的表現，並訓練口語表達能力。

週次	主題	學習表現	學習內容	理念與設計
1	常規說明與練習			常規建立，形成師生默契，瞭解上課模式，及運動前的準備工作之重要性
2-4	快樂動起來	1c-I-1 認識身體活動的基本動作	Bc-I-1 各項暖身伸展動作	在活動中，認識身體各部位，並能做出指定的動

		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	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲	作。 能與同學合作，運用身體表演動作。
5-12	我是跳繩高手	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 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動	Cb-I-2 班級體育活動	配合班際體育活動競賽，指導學生跳繩的技巧，並進行相關跳繩活動。
13-16	來玩呼拉圈	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 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動	Bc-I-1 各項暖身伸展動作 Cb-I-2 班級體育活動	能利用呼拉圈做各種身體的伸展活動，並能運用身體部位操作呼拉圈。  能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。  能和同學培養默契通力合作，完成動作
17-20	和球做朋友	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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作	能夠運用身體部位完成與球互動的活動。  能和同學互相合作完成活動





### 三、單元教案設計

主題名稱	快樂動起來	教學設計	跨領域課程小組
教學對象	一年級	教學時間	6節 共 320分
核心素養	總綱	領綱	
	A1 身心素養與自我精進 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-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，促進身心健康。	

		英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。能運用所學字詞及句型進行日常溝通。	
學習重點	學習表現	學習內容	
	1c-I-1 認識身體活動的基本動作 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	Bc- I -1 各項暖身伸展動作。 Ib- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	
學習目標	領域學習目標		
	(一)在遊戲中表達出對肢體各部位的認識及完整概念，並能靈活操作身體表現動作。 (二)能主動參與各種身體活動。 (三)能專注欣賞他人優良動作表現。 (四)能表現認真參與活動的積極態度。 (五)能和同學一起合作發揮創意，運用身體表演造型活動。 (六)能在引導下自信的表現身體活動。		
	語言學習目標		
	一、能聽懂： (一)、目標字詞 1. 身體部位: head, shoulders, knees, toes, hips, arms, hands, 2. 形狀、其他名詞: triangle, rectangle, flower, tree 3. 動作: turn, raise, bend, clap, wiggle, wave (二)、目標句型 1. Turn your head. Raise your shoulders. Clap your hands. Wave your arms. Wiggle your hips. Bend your knees. 2. Make a triangle. Make a rectangle. Make a tree. Make a flower. 二、課室用語 1. Good morning./Good afternoon. 2. Eyes on me. Eyes on you. 3. Let' s take a roll call. When you hear your name, please say "here." 4. Sit down. Hands on your knees. 5. Stand up. 6. Hands on your head. 7. Hands up. Hands down. 8. Are you done? Yes! No! 9. Are you ready? Yes! No! 10. Ms./ Mr. ~ I' m /We' re done.) 11.Look at your stick/ line/ jump rope. 12.Watch your step. 13. Try your best! * 學生需要會說 "here." "Yes!" "No!"		
教材來源	南一書局、自編		
教學活動		教學時間	評量
第一節 快樂動一動(一) (40分鐘)			
教學準備：平坦安全的場地			

<p>一、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(先以中文解釋並練習，再以英文指令動作)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2.</p> <p>2. Let's warm up! (如附件 1)</p> <p>3. Run one lap. Go!</p>	15 mins	
<p>二、發展活動</p> <p>動動你的身體 Moving Your Body (TPR)</p> <p>1. T: Eyes on me. Ss: Eyes on you.</p> <p>2. T: hands(直接教學) Ss: hands (學生說並跟老師一樣伸出雙手)</p> <p>3. T: Good. Clap your hands. (教師說並示範動作) (教師指導如何能拍出響亮的聲音) Ss: I clap my hands. (要學生說並做動作) (重複數次。)</p> <p>4. T: Well done. Now "head." (直接教學，指著頭說) Ss: head (學生說並跟老師一樣摸著頭)</p> <p>5. T: Good. Turn your head. Turn. Turn. (邊說邊示範) Turn your head. (轉頭時身體不動，雙腳微開，眼睛平視) Ss: I turn my head. (要學生說並做動作) (重複數次。)</p> <p>6. Now, listen. Clap your hands. (教師說，但不示範動作，如果有學生會做，給予鼓勵，並重複數次指令，並要學生說 I clap my hands. 且做動作。)</p> <p>7. Nice! Turn your head. (教師說，但不示範動作，如果有學生會做，給予鼓勵，並重複數次指令，並要學生說 I turn my head. 且做動作。)</p> <p>9. 教師介紹 shoulders，及 Raise your shoulders. 指導學生聳肩的動作</p> <p>10. 相同方式複習 Clap your hands. Turn your head. Raise your shoulders.</p> <p>11. Listen and do it. 老師說，學生做</p>	20 mins	能用身體各部位表現動作
<p>三、綜合活動</p> <p>請學生以中文分享今天活動的心得，覺得自己甚麼動作做得最好，因為…</p> <p>-----</p>	5 mins	能專心聽，並完成動作。  能夠說出自己的想法及感受。

<p><b>第二節 快樂動一動(二) 40 分鐘</b></p> <p>教學準備:平坦安全的場地</p> <p>一、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準,呈做操隊形散開(以中文先複習,再以英文指令動作)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2.</p> <p>2. Let's warm up! (如附件 1)</p> <p>3. Run one lap. Go!</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. T: Okay! Now listen to me. (教師做出聽的動作) knees (教師邊說邊摸著膝蓋說明) Say "knees." Ss: knees. T: Bend your knees. (教師說並示範動作) Ss: I bend my knees. (要學生說並做動作) T: Well done. (教師亦可以個別讚美學生)</p> <p>2. T: Listen to me. (教師做出聽的動作) arm, arms (教師邊說邊指著手臂) Ss: arms T: Wave your arms. (教師說並示範動作) Ss: I wave my arms. (要學生說並做動作) T: Good job.</p> <p>3. T: Listen to me. (教師做出聽的動作) back (教師邊說邊指著背部) Ss: back T: Arch your back. (教師說並示範動作) S: I arch my back. (要學生說並做動作) T: (教師請幾位學生示範,說明 "arch",再讓全班練習。)</p> <p>4. Listen and do it. 老師說,學生做。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>請學生以中文說說今天自己的表現,把自己覺得做最好的動作再做一次。</p>	<p>15 mins</p> <p>20 mins</p> <p>5 mins</p>	<p>能完成指定動作表現</p> <p>能夠說出自己的想法及感受</p>
<p><b>第三節 快樂動一動(三) 40 分鐘</b></p> <p>教學準備:平坦安全的場地</p> <p>一、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準,呈做操隊形散開</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out.</p>	<p>10 mins</p>	

<p>T: Attention! S:1, 2.</p> <p>2. Let's warm up! (如附件 1)</p> <p>3. Run one lap. Go!</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 複習 Clap your hands. Turn your head. Raise your shoulders. Bend your knees. Wave your arms. Arch your back. 數次，教師帶領學生做幾，並請學生說 I clap my hands. I turn my head. I raise my shoulders...</p> <p>2. 接下來，教師發號指令，不帶領動作，讓學生聽指令自行做動作。</p> <p>3. 請學生出來發號指令(中英文都可)</p> <p>4. Simon says (進行「老師說」的活動)</p> <p>5. 教導學生跑步基本要領，學生聽懂”Ready, set”，聽到哨音，起跑。</p> <p>6. 分組練習。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>請學生以中文說說今天自己和同學好的表現。</p>	<p>15 mins</p> <p>10 mins</p> <p>5 mins</p>	<p>能專心聽並完成指定動作。</p> <p>能夠說出自己的想法及感受。</p>
<p>-----</p>		
<p><b>第四節 快樂表演會(一) 40 分鐘</b></p>		
<p>教學準備:圖卡   , 舞蹈教室</p>		
<p>一、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2.</p> <p>2. Let's warm up! (如附件 1)</p> <p>3.複習 Clap your hands. Turn your head. Raise your shoulders. Bend your knees. Wave your arms. Arch your back.</p>	<p>10 mins</p> <p>25 mins</p>	<p>能聽懂指令如評量表 1</p>
<p>二、發展活動</p> <p>1. T: Hands up! Hands down! (教師邊說邊示範動作) Eyes on me. (給學生看圖卡 ) It' s a triangle. A triangle. Say “triangle.”</p> <p>Ss:triangle</p> <p>T: Can you make a triangle? (如果能學生理解，則請學生做出三角形動作，如果沒有，則拿出準備的圖卡，或教師指導學生做，並說明 It' s a triangle.)</p> <p>T: Make a triangle, please.</p> <p>T: Goo job. Yes, it' s a triangle. A triangle.</p> <p>2.T: Look at me. (給學生看圖卡 ) It' s a rectangle. A rectangle. Say “rectangle.”</p>		<p>能和同學合作完成動作表現</p>

<p>Ss: rectangle</p> <p>T: Good. Can you make a rectangle? Try it. (如果沒有學生能夠做，老師指導學生做，並說明 It' s a rectangle.)</p> <p>T: Make a rectangle, please.</p> <p>T: (教師巡視) A rectangle. Good job. A triangle. Well done.</p> <p>3. T: Look at me. (教師給學生看「花」的圖片。) It' s a flower. A flower. Say "flower."</p> <p>Ss: flower</p> <p>T: Can you make a flower with your classmates? One, two, three, four! (老師找出 4 位學生) Can you make a flower? (教師可以指導動作)</p> <p>Ss:(學生依指示或自己做出「花朵」)</p> <p>T: Good. It' s a flower. A flower.</p> <p>T: Now, make a flower, please.</p> <p>T: (教師巡視) A flower. Good job. A flower. I like it.</p> <p>T: Attention! Listen to me. Now, make a rectangle, please. (如果學生有困難，可以拿出圖卡輔助)</p> <p>Ss: (學生做動作)</p> <p>T: Wonderful. Now, please make a flower. (如果學生有困難，可以拿出圖卡輔助)</p> <p>Ss: (學生做動作)</p> <p>T: Very good. Now, please make a triangle. (如果學生有困難，可以拿出圖卡輔助)</p> <p>Ss: (學生做動作)</p> <p>三、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生以中文發表今天覺得困難的動作。</li> <li>2. 我覺得~做得很好，因為...</li> </ol>	5 mins	能說出自己的想法及感受
<p><b>第五節 快樂表演會(二) 40 分鐘</b></p> <p>教學準備：圖卡(三角形、長方形、花朵、大樹)、碼表、舞蹈教室</p> <p>一、暖身活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開</li> </ol> <p>T: Center, hands up.</p> <p>Ss: Hands up.</p> <p>T: Hands out.</p> <p>T: Attention!</p> <p>S:1, 2.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Let's warm up! (如附件 1)</li> <li>3. 複習 Clap your hands. Turn your head. Raise your shoulders. Bend your knees. Wave your arms. Arch your back.</li> </ol>	10 mins	能聽懂指令 如評量表 1

<p>二、發展活動</p> <p>1. T: Kids, listen to me. Make a triangle, please.  (如果學生無法表現動作,再拿出圖卡) A triangle. Please make a triangle.  Ss:(學生做動作)  T: (教師巡視, 給予鼓勵, 重複說著 A triangle. 並讓學生跟著複誦。)</p> <p>2. T: What' s this? (給學生看「樹」的圖片) It' s a tree. A tree. Say “tree.”  Ss:tree  T: Good. Tree! Can you make a tree?  Four in one group. One, two, three, four! One group.  One, two, three, four! One group. ….(問其中一組) Can you make a tree? Think about it. (教師比出想的動作) 討論一下! (讓學生討論2分鐘)  T: Time' s up. Make a tree, please. (如果討論中已有學生做出樹的形狀, 可以請其他組觀摩)  T: A tree? (指著其中一組的形狀, 問其他同學)  Ss: Yes. /No.  T: A tree? (指著不同組別, 重複問句)  Ss: Yes. / No.  T: Good. Say “a tree.”  Ss: A tree.</p> <p>3. T: Now make a shape you like. You can make a triangle. (給學生看圖片) You can make a rectangle. (給學生看圖片) You can make a flower. (給學生看圖片) You can make a tree. (給學生看圖片)  T: Okay! Think about it. (教師比出想的動作) And talk about it. 討論一下! (巡視)</p> <p>4. T: A triangle?/ A flower? / A tree?/ A rectangle? (教師到完成的組別作問答, 可以看著三角形, 說 A flower?讓學生回答)</p> <p>5. Ss: No! A triangle. /Yes!</p>	<p>25 mins</p>	<p>能和同學一起合力完成動作表現</p>
<p>三、綜合活動 (以中文進行)</p> <p>1. 小組討論: 為什麼自己組別要做這個的形狀, 做的好不好, 有沒有困難點?  2. 各組分享。</p>	<p>5 mins</p>	<p>能說出自己的想法及感受。</p>
<p>-----</p>		
<p><b>第六節 快樂表演會(三) 40 分鐘</b></p>		
<p>教學準備: 圖卡(三角形、長方形、花朵、大樹)、舞蹈教室</p>		
<p>一、暖身活動</p> <p>1. 以中央伍為準, 呈做操隊形散開</p>	<p>10 mins</p>	



<p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2.</p> <p>2. Let's warm up! (如附件 1)</p> <p>3. 複習 Clap your hands. Turn your head. Raise your shoulders. Bend your knees. Wave your arms. Arch your back.</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. Make a triangle. (如需要, 輔以圖片) Make a rectangle. (如需要, 輔以圖片) Make a tree. (如需要, 輔以圖片) Make a flower. (讓學生自己找同學完成, 老師幫忙未找到夥伴幫忙的學生)</p> <p>2. 請學生想想, 還可以跟同學一起合作完成什麼動作或形狀。完成的組別說 Mr.~/Ms.~, we are done.</p> <p>3. Show time! 各組表演並說明動作名稱。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>我覺得我們這組表演得很好/不好, 因為...</p>	<p>25 mins</p> <p>5 mins</p>	<p>能聽懂指令 如評量表 1</p> <p>能和同學一起合作表演動作</p> <p>評量表 2</p> <p>能夠說出自己的想法及感受</p>
---	------------------------------	--

評量表 1

	Clap your hands.	Wave your arms.	Raise your shoulders.	Arch your back.	Bend your knees.
1. Kevin					
2. Justin					
3. Jack Liu					
4. Steven					
5. Peter					

聽到指令, 馬上動作「5」; 聽到指令, 看同學後跟著動作「3」; 完全沒有動作「1」。

(相同的表格也可檢視學生的體育技能, 如拍球連續 4 下以上「5」; 2-3 下「3」; 1 下「1」。)

評量表 2

評量標準					
次主題	A	B	C	D	E
運動欣賞	能 <u>積極地</u> 觀賞他人的動作表現, 願意並體驗多元性的身體活動。	能 <u>主動地</u> 觀賞他人的動作表現, 願意並體驗多元性的身體活動。	能 <u>適切地</u> 觀賞他人的動作表現, 願意並體驗多元性的身體活動。	能 <u>在提醒下</u> 觀賞他人的動作表現, 願意並體驗多元性的身體活動。	未達 D 級
本評量	認真參與自己	認真參與自己	認真參與自己	認真參與自己	參與自己小組

<p>評分指引</p>	<p>小組表演唱跳，也能專心聆聽欣賞他組的表演，並說出表現最好的一組原因。</p>	<p>小組表演唱跳，也能專心聆聽欣賞他組的表演。</p>	<p>小組表演唱跳，其他組表演時，偶會分心。</p>	<p>小組表演唱跳；但無法聆聽欣賞他組表演。</p>	<p>表演態度隨便，亦無法聆聽欣賞他組表演。</p>
-------------	---	------------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------