

主題名稱	第二單元 我是跳繩高手	教學設計	跨領域課程小組
教學對象	一年級	教學時間	16 節 共 640 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	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	
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	<p>Bc- I -1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Ib- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	
學習目標	領域學習目標		
	<p>(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。</p> <p>(二)能主動參與各種身體活動。</p> <p>(三)能專注欣賞他人優良動作表現。</p> <p>(四)能表現認真參與活動的積極態度。</p> <p>(五)能和同學一起合作發揮創意，運用身體表演造型活動。</p> <p>(六)能在引導下自信的表現身體活動。</p>		
	語言學習目標		
<p>一、能聽懂：</p> <p>(一)、目標字詞</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 身體部位: head, shoulders, knees, toes, arms, hands, feet, wrists</li> <li>2. 其他名詞: jump rope, cone, stick, front, back, center, side, roll</li> <li>3. 動作: turn, raise, swing, walk, jump, run, go over</li> </ol> <p>(二)、目標句型</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Swing the jump rope over your head. Don't give up! Center, hands up. Hands out. Attention! 1, 2.</li> </ol> <p>二、課室用語</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Good morning./Good afternoon.</li> <li>2. Eyes on me. Eyes on you.</li> <li>3. Let's take a roll call. When you hear your name, please say "here."</li> <li>4. Sit down. Hands on your knees.</li> <li>5. Stand up.</li> <li>6. Hands on your head.</li> <li>7. Hands up. Hands down.</li> <li>8. Are you done? Yes! No!</li> <li>9. Are you ready? Yes! No!</li> </ol>			

	<p>10. Ms./ Mr. ~ I'm /We're done.)</p> <p>11.Look at your stick/ line/ jump rope.</p> <p>12.Watch your step.</p> <p>13. Try your best!</p> <p>* 學生需要會說 “here.” “Yes!” “No!”</p>		
教材來源	翰林書局、自編		
教學活動		教學時間	評量
<p><b>第一節 Hi!跳繩(40 分鐘)</b></p> <p>教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、前置活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.基本常規練習(英文)</li> <li>2.認識跳繩 rope, handle</li> <li>3.跳繩規則</li> <li>4.活動規則練習(英文)</li> </ol> <p>二、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 T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2.</li> <li>2. Let's warm up! (如附件 1)</li> <li>3. Run one lap. Go!</li> </ol> <p>三、發展活動 (體育教師以中文講解示範，英文教師再以英文發號施令)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Match me. 跟著老師動一動</li> <li>2.先把跳繩拉直(使用腳)(口訣: open, stand, swing back, forward and go over 開踩後甩雙腳過) <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 雙手打開跳繩</li> <li>✚ 踩緊跳繩</li> <li>✚ 跳繩在後往前甩</li> <li>✚ 雙腳走過跳繩(重覆上述動作，直到熟悉為止)</li> <li>✚ 收跳繩</li> <li>✚ Hold the handles</li> <li>✚ Arms to the sides.</li> <li>✚ Stand on the rope.</li> <li>✚ Arms up.</li> <li>✚ Swing back.</li> <li>✚ Swing forward.</li> <li>✚ Step forward. (重覆上述動作，直到熟悉為止)</li> <li>✚ Roll the jump rope.</li> </ul> </li> <li>3.我是收納家(收跳繩遊戲) 第一步 由老師喊出一分鐘指令 Ready，叫到名字起來收跳繩</li> </ol>		<p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>15 分鐘</p>	<p>能專心聽講</p> <p>聽好指定口 令，並完成身 體活動動作</p> <p>能聽懂並完 成老師指令 及遊戲參與 度專注度及 口令完成度</p>

<p>T: Number one Ss 1 : Here T: Ready , go! Ss 1: Done.一號同學(收完):。(同時坐下) 二號同學依序到最後。 (老師計時，公告秒數)</p> <p>四、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</li> <li>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</li> </ol>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
-----		
<p><b>第二節 穿越河流我最行(40 分鐘)</b> 教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、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(可使用中英輔助教學)</li> </ol>	10 分鐘	能專心聽講
<p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Let's warm up! 帶領學生做暖身操</li> <li>3. Run one lap. Go! 跑操場一圈</li> </ol>	10 分鐘	聽好指定口令，並完成身體活動動作
<p>三、發展活動</p> <p>使用道具:角錐及跳繩及一根棍子或操場的線</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.使用線來做動作</li> </ol> <p>T: Ears. Ss: Listen T: Eyes on me. Ss: Eyes on you. T: Jump over the rope. 跳過線 Look at your stick/ line/ jump rope. Watch your step, and do your best! T: Stand up.起立 T: Match me.</p>	15 分鐘	能聽懂並完成老師指令
<p>四、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</li> <li>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)</li> </ol>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
-----		
<p><b>第三節 跳跳轉轉跳轉跳(一)(40 分鐘)</b> 教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、暖身活動</p>	10 分鐘	能專心聽講

<p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2.</p>	10 分鐘	聽好指定指令，並完成身體活動動作
<p>三、複習-open, stand, swing back, forward and go over 開採後甩雙腳過</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 雙手打開跳繩</li> <li>✚ 踩緊跳繩</li> <li>✚ 跳繩在後往前甩</li> <li>✚ 雙腳走過跳繩(重覆上述動作，直到熟悉為止)</li> <li>✚ 收跳繩</li> <li>✚ Hold the handles.</li> <li>✚ Arms to the sides.</li> <li>✚ Stand on the rope.</li> <li>✚ Arms up.</li> <li>✚ Swing back.</li> <li>✚ Swing forward.</li> <li>✚ Step forward. (重覆上述動作，直到熟悉為止)</li> <li>✚ Roll the jump rope.</li> </ul>	5 分鐘	能聽懂並完成老師指令，隨學生操作過程了解學生理解能力。
<p>四、發展活動 - Basic jump 一跳一迴旋</p> <p>1.Eyes on me.引導學生看著老師</p> <p>2.Match me.跟著老師動一動 (口訣: open, stand, swing back, forward and jump 開採後甩再起跳)(開採後甩向上跳)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 雙手打開跳繩</li> <li>✚ 踩緊跳繩</li> <li>✚ 跳繩在後往前甩</li> <li>✚ 先甩再跳</li> <li>✚ Hold the handles.</li> <li>✚ Stand on the rope.</li> <li>✚ Swing back, and forward.</li> <li>✚ First, swing forward, and then jump.</li> </ul>	10 分鐘	能聽懂並完成老師指令
<p>五、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</p> <p>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
-----		
<p><b>第四節 跳跳轉轉跳轉跳(二)(40 分鐘)</b></p>		
<p>教學準備:平坦的安全場地</p>		
<p>一、基本常規練習(英文)</p>	5 分鐘	能專心聽講
<p>二、暖身活動</p>		
<p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p>	10 分鐘	聽好指定指令，並完成身

<p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2!</p> <p>三、發展活動 –Basic jump 一跳一迴旋</p> <p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師 Ss: Eyes on you.</p> <p>2. Match me.跟著老師動一動 (口訣: open, stand, swing back, forward and jump 開踩後甩再起跳)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 雙手打開跳繩</li> <li>✚ 踩緊跳繩</li> <li>✚ 跳繩在後</li> <li>✚ 先甩再跳</li> <li>✚ Hold the handles.</li> <li>✚ Stand on the rope.</li> <li>✚ Place the jump rope behind you.</li> <li>✚ First, Turn the jump rope, and then jump.</li> </ul> <p>四、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。 2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p>	<p>20 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>體活動動作</p> <p>能聽懂並完成老師指令</p> <p>能說出自己想法及感受</p>
<p>-----</p> <p><b>第五節 跳跳轉轉跳轉跳(三)(40 分鐘)</b></p> <p>教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一.基本常規練習(英文)</p> <p>二.暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2!</p> <p>三、複習-Basic jump 一跳一迴旋</p> <p>1.引導學生看著老師(口令為英文)</p> <p>2. Move with me.跟著老師動一動 (口訣: open, stand, swing back, forward and jump)(開踩後甩向上跳)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 雙手打開跳繩</li> <li>✚ 踩緊跳繩</li> <li>✚ 跳繩在後</li> <li>✚ 先甩再跳</li> <li>✚ Hold the handles.</li> <li>✚ Stand on the rope.</li> </ul>	<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p>	<p>能專心聽講</p> <p>聽好指定口令，並完成身體活動動作</p> <p>能聽懂並完成老師指令，隨學生操作過程了解學生理解能力。</p>



<p>2.一位同學拿繩在地板(繩子固定不動)</p> <p>3.另一位同學左右跳過繩</p> <p>1.T: Eyes on me. Ss: Eyes on you</p> <p>2.Put the rope on the ground.</p> <p>3.Jump over the rope.</p> <p>五、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</p> <p>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
-----		
<p><b>第七節 我們一起來跳繩(二)(40 分鐘)</b></p>		
<p>教學準備:平坦的安全場地</p>		
<p>一、基本常規練習(英文)</p>	5 分鐘	能專心聽講
<p>二、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2!!</p>	10 分鐘	聽好指定口令，並完成身體活動動作
<p>三、複習 Basic jump -一跳一迴旋</p> <p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師 Ss: Eyes on you.</p> <p>2. Match me. 跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and jump 開採後甩再起跳)(開採後甩向上跳)</p> <p>🚩Hold the handles. 🚩Stand on the rope. 🚩Place the jump rope behind you. 🚩First, Turn the jump rope, and then jump.</p> <p>➤複習 Review-一跳一迴旋細節 jogging step</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hands out.</li> <li>● Jump 10~15 times. (When you hear the whistle, you may start. When you finish, you may sit down.)</li> <li>● Face to face, and show your classmates.</li> </ul>	20 分鐘	能聽懂並完成老師指令，隨學生操作過程了解學生理解能力。
<p>四.發展活動(二)(左左右右一起玩)</p> <p>左右跳過繩(兩個一組)</p> <p>1.引導學生看著老師</p> <p>2.一位同學拿繩在地板(繩子左右移動)</p> <p>3.另一位同學左右跳過繩</p> <p>1.T: Eyes on me. Ss: Eyes on you.</p> <p>2.Hold the rope on ground and swing side to side.</p>		

<p>3.The other student jump over the rope to the sides.</p> <p>五、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</p> <p>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p> <hr/>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
<p><b>第八節 我們一起來跳繩(三)(40 分鐘)</b></p> <p>教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <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>	5 分鐘	能專心聽講
<p>三、複習 Basic jump-一跳一迴旋</p> <p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師</p> <p>Ss: Eyes on you</p> <p>2. Match me. 跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and jump 開採後甩再起跳)(開採後甩向上跳)</p> <p>🚩 Hold the handles.</p> <p>🚩 Stand on the rope.</p> <p>🚩 Place the jump rope behind you.</p> <p>🚩 First, Turn the jump rope, and then jump.</p> <p>➤複習 Review-一跳一迴旋細節 jogging step</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hands out.</li> <li>● Jump 10~15 times. (When you hear the whistle, you may start. When you finish, you may sit down.)</li> <li>● Face to face, and show your classmates.</li> </ul>	10 分鐘	聽好指定口令，並完成身體活動動作
<p>四、發展活動</p> <p>搖繩原地跳(三個一組)</p> <p>1.引導學生看著老師</p> <p>2.一位同學拿繩在地板(繩子左右移動)</p> <p>3. 另一位同學在中間跳</p> <p>1.Eyes on me.</p> <p>2.Students hold the handle. Swing it side to side.</p> <p>3.The other student jumps in the middle.</p>	20 分鐘	能聽懂並完成老師指令，隨學生操作過程了解學生理解能力。
<p>五、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</p> <p>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p> <hr/> <p><b>第九節 考試周</b></p>	5 分鐘	能說出自己想法及感受

<p>教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2!</p> <p>三、複習 Basic jump -一跳一迴旋</p> <p>1.T: Eyes on me. Ss: Eyes on you</p> <p>2. Match me.跟著老師動一動 (口訣: open, stand, swing back, forward and jump 開採後甩再起跳)</p> <p>🚩 Hold the handles. 🚩 Stand on the rope. 🚩 Place the jump rope behind you. 🚩 First, Turn the jump rope, and then jump.</p> <p>四、考試練習及規則(英文指令)</p> <p>T:準備好了嗎? Ss:準備好了 T: 開始 T: Are you ready? Ss: Ready! T:Go!</p> <p>五、考試</p> <p>六、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。 2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p> <p>-----</p> <p><b>第十節 考試周</b></p> <p>教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2!</p> <p>三、發展活動 Basic jump ( review) 複習-一跳一迴旋</p>	<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>能專心聽講</p> <p>聽好指定口令，並完成身體活動動作</p> <p>能聽懂並完成老師指令，並由測驗了解學生的學習狀況</p> <p>能說出自己想法及感受</p>
<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>能專心聽講</p> <p>聽好指定口令，並完成身體活動動作</p>	

<p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師 Ss: Eyes on you.</p> <p>2. Match me.跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and jump 開採後甩再起跳)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Hold the handles.</li> <li>✚ Stand on the rope.</li> <li>✚ Place the jump rope behind you.</li> <li>✚ First, Turn the jump rope, and then jump.</li> </ul>	5 分鐘	能聽懂並完成老師指令，並由測驗了解學生的學習狀況
<p>四、考試練習及規則(英文指令)</p> <p>T: Are you ready? 準備好了嗎? Ss: Ready! 準備好了 T:Go!開始 (學生開始跳)</p> <p>五、考試</p> <p>六、綜合活動</p>	15 分鐘	
<p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</p> <p>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
-----		
<p><b>第十一節 跑跑跳跳我最愛(一)(40 分鐘)</b></p> <p>教學準備:平坦的安全場地</p>	5 分鐘	能專心聽講
<p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、暖身活動</p>		
<p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2!</p>	10 分鐘	聽好指定口令，並完成身體活動動作
<p>三、複習 Basic jump – 一跳一迴旋</p> <p>➤複習 Review-一跳一迴旋細節 jogging step</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hands out.</li> <li>● Jump 10~15 times. (When you hear the whistle, you may start. When you finish, you may sit down.)</li> <li>● Face to face, and show your classmates.</li> </ul>	20 分鐘	從複習狀況瞭解並加以變化，與學生共同完成較困難的活動
<p>四、發展活動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 原地跑(踏)步跳</li> <li>✚ Jogging step (review)</li> </ul> <p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師 Ss: Eyes on you</p> <p>2. Match me.跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and skip 開採後甩向上跑)</p>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 雙手打開跳繩</li> <li>✚ 踩緊跳繩</li> <li>✚ 跳繩在後</li> <li>✚ 先甩在原地雙腳前後依序起跳</li> <li>✚ Hold the handles.</li> <li>✚ Stand on the rope.</li> <li>✚ Place the jump rope behind you.</li> <li>✚ First, Turn the jump rope, step by step.</li> </ul>		
<p>五、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</li> <li>2. 詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</li> </ol>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
-----		
<p><b>第十二節 跑跑跳跳我最愛(二)(40 分鐘)</b></p>		
<p>教學準備:平坦的安全場地</p>	5 分鐘	能專心聽講
<p>一、基本常規練習(英文)</p>		
<p>二、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(可使用中英輔助教學) <ul style="list-style-type: none"> <li>T: Center, hands up.</li> <li>Ss: Hands up.</li> <li>T: Hands out.</li> <li>T: Attention!</li> <li>S:1, 2!</li> </ul> </li> </ol>	10 分鐘	聽好指定口令，並完成身體活動動作
<ol style="list-style-type: none"> <li>三、複習 Basic jump – 一跳一迴旋 <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 複習 Review-一跳一迴旋細節 jogging step <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hands out.</li> <li>● Jump 10~15 times. (When you hear the whistle, you may start. When you finish, you may sit down.)</li> <li>● Face to face, and show your classmates.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ol>	20 分鐘	從複習狀況瞭解並加以變化，與學生共同完成較困難的活動
<p>四、發展活動</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 原地跑(踏)步跳</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Jogging step (review)</li> </ul>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師</li> </ol>		
<p>Ss: Eyes on you</p>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Match me. 跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and skip 開踩後甩向上跑)</li> </ol>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Hold the handles.</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Stand on the rope.</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Place the jump rope behind you.</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ First, Turn the jump rope, step by step.</li> </ul>		
<p>五、綜合活動</p>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</li> </ol>		

<p>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p> <hr/> <p><b>第十三節 跑跑跳跳我最愛(三)(40 分鐘)</b>  教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一.基本常規練習(英文)</p> <p>二.暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up.  Ss: Hands up.  T: Hands out.  T: Attention!  S:1, 2!</p> <p>三、複習 Basic jump- 一跳一迴旋</p> <p>➤複習 Review-一跳一迴旋細節 jogging step</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hands out.</li> <li>● Jump 10~15 times. (When you hear the whistle, you may start. When you finish, you may sit down.)</li> <li>● Face to face, and show your classmates.</li> </ul> <p>四、發展活動(二)</p> <p>🚦原地跑(踏)步跳</p> <p>🚦Jogging step (review)</p> <p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師  Ss: Eyes on you</p> <p>2. Match me.跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and skip 開踩後甩向上跑)</p> <p>🚦Hold the handles.  🚦Stand on the rope.  🚦Place the jump rope behind you.  🚦First, Turn the jump rope, step by step.</p> <p>五、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。  2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p>	<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>能專心聽講</p> <p>聽好指定指令，並完成身體活動動作</p> <p>從複習狀況瞭解並加以變化，與學生共同完成較困難的活動</p> <p>能說出自己想法及感受</p>
<hr/> <p><b>第十四節 腳步變變變變變(一)(40 分鐘)</b>  教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up.  Ss: Hands up.  T: Hands out.</p>	<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>能專心聽講</p> <p>聽好指定指令，並完成身體活動動作</p>



<p>  原地跑(踏)步跳   Jogging step (review) </p> <p>五、發展活動 Jump forward and run 向前跑(踏)步跳</p> <p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師 Ss: Eyes on you</p> <p>2.Move with me.跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and run 開踩後甩向前跑)</p> <p>  Hold the handles.   Stand on the rope.   Place the jump rope behind you.   First, Turn the jump rope, step by step. </p> <p>六、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。 2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p>	5 分鐘	能說出自己想法及感受
<p><b>第十六結 腳步變變變變變(三)(40 分鐘)</b></p> <p>教學準備:平坦的安全場地</p> <p>一、基本常規練習(英文)</p> <p>二、暖身活動</p> <p>1.以中央伍為準，呈做操隊形散開(可使用中英輔助教學)</p> <p>T: Center, hands up. Ss: Hands up. T: Hands out. T: Attention! S:1, 2!</p> <p>三、複習 Basic jump – 一跳一迴旋</p> <p>➤複習 Review-一跳一迴旋細節 jogging step</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hands out.</li> <li>● Jump 10~15 times. (When you hear the whistle, you may start. When you finish, you may sit down.)</li> <li>● Face to face, and show your classmates.</li> </ul> <p>四、發展活動</p> <p>  原地跑(踏)步跳   Jogging step (review) </p> <p>五、發展活動</p> <p>Jump rope forward run 向前跑(踏)步跳</p> <p>1.T: Eyes on me. 引導學生看著老師 Ss: Eyes on you</p> <p>2.Match me.跟著老師動一動(口訣: open, stand, swing back, forward and run 開踩後甩向前跑)</p>	5 分鐘  10 分鐘  20 分鐘	能專心聽講  聽好指定口令，並完成身體活動動作  從複習狀況瞭解並加以變化，與學生共同完成較困難的活動

<p>✚ Hold the handles.</p> <p>✚ Stand on the rope.</p> <p>✚ Place the jump rope behind you.</p> <p>✚ First, Turn the jump rope, step by step.</p> <p>六、綜合活動</p> <p>1.詢問課程問題，上課內容有無聽懂。</p> <p>2.詢問指令明確度並有無完成規定指令(完成度)。</p>	5 分鐘	能說出自己 想法及感受
---	------	----------------