

臺北市立內湖國民中學

領域：英語融入健康與體育 科目：七年級體育 班級數：9 學生數：240

主教教師：黃國銘；正式教師代理代課；職稱：英語教師 領域教師

高興桂；正式教師代理代課；職稱：英語教師 領域教師

協同教師：彭昌隆、胡素月、黃瓊嬋、陳美如

教材：教科書 _____ 第__冊 出版社：_____

自編 _____

其他 _____

體育課程架構： Physical Education Syllabus

109-1(8/31 為預備週)

- 一、 1-4 週 (9/7-9/25)-田徑(跳繩) [Jump rope]
- 二、 5-7 週 (9/28-10/16)-籃球 [Basketball]
- 三、 8-10 週(10-19-11/06)- 桌球[Billiards]
- 四、 11-13 週(11/9-11/27)-體適能 [Physical fitness]
- 五、 14-16 週(11/30-12/18)-游泳 [Swim]
- 六、 17-19 週(12/21-1/8)-羽球 [Badminton]
- 七、 20-21 週(1/11-1/22)-排球 [Volleyball]

週次 Week Theme	單元 主題 Topic	教學目標 Objective	教學活動 Activity And Task	教學評量 Assessment	語言應用 Language in Use
1-4 週 (9/7-9/25)	田徑 (跳繩)	1能觀察跳繩時的準備動作與掌控正確的握繩技法 2能利用各種律動的方法來跳繩	單腳跳練習 雙腳跳練習 連續立定跳 左右併腳跳。	形成性評量 學習單評量 分組練習	跳繩基本單字與用語介紹： (雙人單繩)Face to face jump rope

		<p>3能配合正確的呼吸頻率，以利達成更有效率的跳繩速率。</p> <p>4 不論短繩或長繩，經過反覆練習，可訓練彈力、肌力、全身協調、平衡、耐力等體能，亦可培養判斷時機，堅持到底，互助合作等心智機能。</p> <p>5 教學跳繩採用全習為主，分習為副的分組教學方式，以提高教學效果。</p> <p>短跳繩時，應指導兒童先學會繞繩的韻律，然後學習各種跳繩法與停繩法。長跳繩時，應先指導兒童學會繞繩法與進出繩要領，然後學習各種跳繩運動。</p>	<p>跳繩遊戲： 方法：將跳繩數條放置地上，間隔30公分，學生依次用雙腳尖跳過。</p> <p>1. 高低繩折返跑： 高繩：兩人持長繩慢速移動，兩列同學依序前進，遇繩依序蹲下，到三角錐時觸摸，並沿籃球場邊線單腳跳回(右腳)。</p> <p>低繩：兩人持長繩慢速移動，兩列同學依序前進，遇繩依序跨跳，到</p>	<p>*透過簡易的分組英語問答/搶答互動，加深學生此課堂上學習到的體育英文用語之印象。</p> <p>*發放學習單，並介紹學習單填寫方式。使學生透過學習單複習此課程所需英文單子及短句。(須註明自己的英文名子)。</p>	<p>across the hurdle with both feet together</p>
--	--	---	--	---	--

			<p>三角錐時觸摸，並沿籃球場邊線單腳跳回(左腳)</p> <p>*雙繩(放地上)，四組同學分別開合跳前進。</p> <p>*雙繩(放地上)，協調跳法(協調性練習)：單腳、雙腳。</p> <p>*雙繩(兩人) → 四繩(四人) → 八繩(八人)。</p>		
5-7 週 (9/28-10/16)	籃球	<p>1 能體會籃球運動的精神</p> <p>2 能理解籃球比賽的規則</p> <p>3 能聽懂籃球</p>	<p>1 分解動作</p> <p>2 運球投籃</p> <p>3 帶球上籃</p> <p>4 擦板得分</p> <p>5 運球切入</p> <p>6 透過簡</p>	<p>籃球影片的課程引導入門</p> <p>實作評量</p> <p>分組比賽</p> <p>班際對抗</p>	<p>Baseketball ruals</p> <p>Cut 運球切入</p> <p>Dunk 灌籃</p> <p>Three point Shot 三分球</p>

		<p>的國際比賽專業用語</p> <p>d 運用圖卡與字卡，使學生在分組合作模式，進行常見用語及指令句配對遊戲，透過遊戲加深學生對此課程須具備的英文基礎，以利後續教學互動。</p> <p>*透過小組角色扮演(1人當老師，其餘當學生互動練習)，讓學生在小组中演練英語表達。</p>	<p>報，介紹體育課常見用語及相關指令句，EX：集合、注意、暖身、分組、跳躍、擺臂、開始、暫停……等體育課常用名詞、動詞及用語。</p> <p>7 透過簡報，介紹籃球運球常見英文用語，EX：拋球、傳球、接球、運球、運球走步、二次運球…等。</p>		<p>Air ball 籃外攻心 Assist 助攻 Free throw 罰球</p>
8-10 週 (10-19-11/06)	桌球	1 能了解桌球運動發展的起源(事由十九	1 發球上拋至少 16 公分	學習單評量 口頭評量	Coach 教練 Serve 發球 下旋球

)		世紀後期, 英國人首先以餐桌為球檯...) 2 能領略桌球運動的發球與殺球的要領	2 桌球的握拍方法 3 允許發球可以觸網的次數為?...	實作評量 比賽的模擬與練習	Backspin Block 封擋 Chop 削球 Bat 球拍 Fault 犯規 What is your name? 你叫什麼名字?
11-13 週 (11/9-11/27) -	體適能	1 能了解體適能對身體健康的重要性 2 能做出體適能的基本動作 3 教導如何使用體適能的相關輔助器材: Dumbbell 啞鈴, Climber 跑步機, Cable 繩索, Spinningbike 飛輪腳踏	1 開合跳 2 深蹲 3 核心練習 4 能利用體能的運動, 達到肢體的協調性。 5 能知道體適能所訓練的身體肌肉的名稱。 1. 跨越欄架向前跑。 Run forward and cross the hurdle. Cross the hurdle and run forward. 聽哨音一次	學習單評量 口頭評量 實作評量 透過簡易的分組英語問答/搶答互動, 加深學生此課堂上學習到的體育英文用語之印象。 Ex. Push up 伏地挺身	Fitness terms 體適能 Work out 健身 Sports rule 以英文指令引導一般暖身活動(關節活動 Joint activity 及拉筋 Stretching exercise)。 Describe Open and close jump together Repractice

		<p>車…。</p> <p>*. 以欄架為中心，聽哨音左右輪流併腿跳。</p> <p>Stand by the hurdle, jump across the hurdle with both feet together when you hear the whistle.</p> <p>*. 以欄架為中心，聽哨音向右併腿跳，然後順時鐘小碎步繞回原地，反覆操作。</p> <p>Stand by the hurdle, jump across the hurdle with both feet together when you hear the whistle. And then trot back clockwise.</p>	<p>一位同學出發</p> <p>Listen to the whistle and set off one student at a time.</p> <p>不小心踢倒欄架者請扶正</p> <p>If you accidentally kick down the hurdle, please straighten it.</p> <p>2. 雙腳同時向前跳躍（連續立定跳）。</p> <p>Jump across the hurdle with both feet together.</p>		<p>Biceps 二頭肌,</p> <p>Calf muscle 小腿肌群</p> <p>Core 核心肌群,</p> <p>Abdominal muscle 腹肌</p>
--	--	--	---	--	---

<p>14-16 週 (11/30 -12/18)</p>	<p>游泳</p>	<p>1 能觀察各種游泳的基本動作</p> <p>2 能學會換氣的要領</p> <p>3 學會應變水中的突發狀況</p>	<p>欣賞各式游泳的標準動作</p>	<p>口頭評量 實作評量 分組合作接 力學習</p>	<p>*Swim *Breathe *How to translate while swimming</p>
<p>17-19 週 (12/21 -1/8)</p>	<p>羽球</p>	<p>1 能了解羽球拍的種類、製作過程及步驟。</p> <p>2 認識與球隊打的注意事項</p> <p>3 能教導分辨羽球與桌球的進展史, 以及正確的握拍與對抗專業術語與球賽禮儀規範</p> <p>講解發球的動作要領, 身體與球網成 90 度站立, 面向成功路馬路, 左腳在前, 腳尖朝向目標, 右腳在後, 距離半步, 兩膝微曲, 左手持</p>	<p>1 理解羽球的製作材料學</p> <p>2 觀察羽球的標準動作</p> <p>3 能理解何謂 主隊與客隊?</p> <p>Host team & Guest team</p>	<p>動作評量 學生互評 學習單評量</p>	<p>Badminton 羽球</p> <p>Service over 換邊發球</p> <p>Service judge 發球 裁判員</p> <p>Draw 平局</p> <p>Opponent 對手</p> <p>I like the exercise , because.....</p>

		球，置於腹部前方，眼睛注視要擊球的位置。			
20-21 週 (1/11- 1/22	排球	<p>1 能描述排球與其他球類的相異之處</p> <p>2 能理解並做出排球的發球動作要領</p> <p>Here are some reminders:</p> <p>1. The ball is not tossed well: it spins and it doesn't fall down straight.</p> <p>2. The hitting point is not fixed well: Get the hitting point fixed. Use the lower palm to hit the same spot of the ball.</p> <p>3. The angle of swinging arm must be long enough and hit</p>	<p>介紹發球</p> <p>進階托球</p> <p>殺球封殺</p> <p>First, let's run 2 laps and then come back here to do some warm-ups</p> <p>練習持球拋球，排球平放在手掌上，運用手腕力量將球拋起，要注意不要讓球旋轉，直拋直落，在同一垂直線上。</p>	<p>報告評量</p> <p>實作評量</p> <p>學生他評</p> <p>形成性評量</p> <p>That's all for today. Time for the break.</p>	<p>Please get together here in four rows.</p> <p>The first student in each row, please raise your hand and the others, look to the right.</p> <p>Now, look forward. volleyball divide, serve</p>

	the ball and make it fly over the net like a connonball.		期末展演	
	Once you can serve underhand well, practice body-twisting movement. You can make your serving more powerful.		總結性評量	

本單元旨在引導學生學習應用雙語的認知對，進而學習正確的體育課程，明確的學習且能藉由重複的練習達成目標。

課程發展

1. 由體育教師於期初擬定學期之課程架構，並與英語協同教師討論英語融入教學的課程進行方式與計畫撰寫。
2. 由學校排定體育主教教師與英語協同教師共同空堂時間進行課程共備，檢討每週的教學成效，及討論下週課程進行方式。
3. 期中邀請指導教授入班觀課及議課，針對英語融入教學的部分提出指導建議，並於教師共備會議中進行課程檢討與修正。
4. 透過體育課程結合雙語學習與英文影音剪輯之活動，增進學生英語認知、創作及鑑賞之能力，並涵養學生一身一專長之運動興趣與能力，更可藉由沉浸式的英語教學，增進學生運用英語溝通表達的能力。

英語融入健體領域之體育課程

- (一) 藉由教練與學生的角色扮演，提供學生運用英語溝通和表達的自然情境，排練過程的反覆應用，除能提升學生英語的流暢度，也能幫助學生在英語語調上的感知能力和反應能力。
- (二) 運動過程結合雙語網路分析的課程能為英語的聽與說注入更多互動式

的創意，並模擬真實的對話情境，提升學生的溝通技巧，透過課程中運動術語與角色互換可形成潛移默化的氛圍，降低學生對英語的恐懼，建立學生使用英語溝通的成就感與自信心。

- (三) 透過體育課程中的英文術語與自製影片配音剪接分析過程，能激發學生對英語寫作的熱忱與動機。體育課以英語微電影拍攝為課程學習的表現任務，期能培養學生主動參與和自主學習的態度，讓英語成為學習過程中的自然語言。

教學實務

1. 依據不同班級的英語程度，適時調整課堂英語的使用比例，讓學生不會因為英語教學而影響到體育課程的學習。
2. 安排雙語學校參訪及邀請講座蒞校分享，進行英語融入教學的經驗交流。
3. 規劃健教與體育領域教室與校園角落的雙語情境布置，營造學校英語學習情境。
4. 教師實踐活化教學，運用多元教學策略，提供英語學習的情境，奠定學生與國際接軌的良好基礎。

核心素養	學習重點	
	學習表現	學習內容
<p>J-A1 具備體育與健康知能態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性自我價值與生命意義，並積極實踐不輕言放棄。 (健體) 具備積極主動的學習態度，將學習延伸至課堂外，豐富個人知識。運用各種學習與溝通策略，精進英語文學習與溝通成效。(英語)</p>	<p>3c-IV-2 發展動作發展和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p> <p>7-IV-3 利用語言及非語言溝通策略</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳、擲的基本技巧。</p> <p>7-IV-3-1 能利用語調、手勢、肢體語言等，提升語意的表達及了解，達到溝通目的。</p>

<p>J--B1</p> <p>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。(健體)</p> <p>在日常生活常見情境中，能運用所學字詞及肢體語言進行適切合宜的溝通與互動。(英語)</p>	<p>3d-IV-3</p> <p>運用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>1-IV-2</p> <p>能聽懂常用的教室用語及日常生活用語。</p>	<p>1c--IVIV-11</p> <p>了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>Ac-IV-7</p> <p>常見的生活用語</p>
<p>J--C2</p> <p>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。(健體)</p> <p>積極參與課內及課外英語文團體學習活動，培養團隊合作精神。(英語)</p>	<p>2c-IV--2</p> <p>表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>6-IV-4 樂於接觸課外的英語文多元素材</p>	<p>Hd-IV--1</p> <p>守備 跑分性 球類 運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Ae-IV-10</p> <p>簡易日常生活對話</p>

領域/科目	健體 領域 體育 科		
授課教師	黃國銘	協同教師	彭昌隆、黃瓊燁
教學班級/節次	七年級		
教學地點	體操教室 / 籃球場	授課單元/名稱	籃球(運球)
教材來源	自編	教學方法	講述教學法/示範教學法
教學資源	筆電、投影機、自製簡報、自製教具(圖片字卡)、籃球、角錐		

核心素養	學習重點	
	學習表現	學習內容
<p>J-A1 具備體育與健康知能態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性自我價值與生命意義，並積極實踐不輕言放棄。 (健體)</p> <p>具備積極主動的學習態度，將學習延伸至課堂外，豐富個人知識。運用各種學習與溝通策略，精進英語文學習與溝通成效。(英語)</p>	<p>3c-IV-2 發展動作發展和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p> <p>7-IV-3 利用語言及非語言溝通策略</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳、擲的基本技巧。</p> <p>7-IV-3-1 能利用語調、手勢、肢體語言等，提升語意的表達及了解，達到溝通目的。</p>

<p>J--B1</p> <p>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。(健體)</p> <p>在日常生活常見情境中，能運用所學字詞及肢體語言進行適切合宜的溝通與互動。(英語)</p>	<p>3d-IV-3</p> <p>運用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>1-IV-2</p> <p>能聽懂常用的教室用語及日常生活用語。</p>	<p>1c--IVIV-11</p> <p>了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>Ac-IV-7</p> <p>常見的生活用語</p>
<p>J--C2</p> <p>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。(健體)</p> <p>積極參與課內及課外英語文團體學習活動，培養團隊合作精神。(英語)</p>	<p>2c—IV--2</p> <p>表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>6-IV-4 樂於接觸課外的英語文多元素材</p>	<p>Hd—IV--1</p> <p>守備 跑分性 球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Ae-IV-10</p> <p>簡易日常生活對話</p>
教	單元目標	具體目標

學 目 標	<p>一、認知方面： 了解運球基本動作種類與技術，同時能夠理解相關英語術語並運用於實際競賽情境中。</p> <p>二、技能方面： 聽到相關英語口令術語能夠熟練做出各種運球基本技術，且能綜合運用。</p> <p>三、情意方面： 喜歡參與課堂各種練習技術並願意應用在生活情境中。</p>	<p>一、 能說出運球種類與技術要領，並說出正確使用時機；能聽懂老師的英語口令相關動作術語。</p> <p>二、 能做出各種運球基本動作，如左右手運球、互換及運球急停，並使動作流暢；能按照老師的英語口令相關動作術語做出正確連貫的動作。</p> <p>三、 能在操作中與他人溝通協調，積極參與；在上課情境外能應用所學的技术及英語術語。</p>
-------------	---	--

桌球教學的流程：

Stap	Teaching Content 體適能	Keyword	Aid / Equipment
Warm up	1. 關節運動 2. 伸展活動 3. 開合跳 4. 慢跑	Neck、 shoulder、 waist、knee、 wrist & ankle、 Arm、Leg(up、 down)、 Lunge stap 20 Jog 2 laps	Whistle
Main activitys	1. 跨越欄架向前跑。 Run forward and cross the	Run in place Keep your	Cones

	<p>hurdle. Cross the hurdle and run forward. 聽哨音一次一位同學出發 Listen to the whistle and set off one student at a time. 不小心踢倒欄架者請扶正 If you accidentally kick down the hurdle, please put it back in place.</p> <p>2. 雙腳同時向前跳躍(連續立定跳)。 Jump across the hurdle with both feet together.</p> <p>3. 以欄架為中心，聽哨音左右輪流側跨，跨過時原地小碎步跑，如此反覆操作。 Stand by the hurdle. The first whistle, make quick steps continuously on the spot; when you hear the second whistle, cross the hurdle and keep doing it on the spot. Repeat the action several times.</p> <p>4. 以欄架為中心，聽哨音左右輪流併腿跳。 Stand by the hurdle, jump across the hurdle with both feet together when you hear the whistle.</p> <p>5. 以欄架為中心，聽哨音向右併腿跳，然後順時鐘小碎步繞回原地，反覆操作。 Stand by the hurdle, jump across the hurdle with both feet together when you hear the whistle. And then get</p>	<p>knee high Swing your arm Listen to the whistle Listen to the whistle</p> <p>Relay</p> <p>以下須請英文老師協助翻譯</p> <p>a. 跨越欄架向前跑，聽哨音一次一位同學出發，不小心踢倒欄架者請扶正。</p> <p>b. 雙腳同時向前跳躍(連續立定跳)。</p> <p>c. 以欄架為中心，聽哨音左右輪流側跨，跨過時原地小碎步跑，如此反覆操作。</p> <p>d. 以欄架為中心，聽哨音左右輪流併腿跳。</p>	<p>Fence / rail</p> <p>Fence / rail & Cones</p> <p>Fence / rail & ball</p>
--	---	--	--

	<p>back to the original place clockwise with quick steps.</p> <p>6. 分為四小隊，聽哨音每次一人出發，出發時老師會喊顏色(英文)，跨越欄架後需觸摸該顏色之三角錐。</p> <p>Divide into four teams. Set off one student at a time. I (the teacher) will tell you the color when you set off. Cross the hurdle and touch the cone with the right color that I ask.</p> <p>7. 進階版為出發後依老師指示之二至三種顏色，依序觸摸該顏色之三角錐。</p> <p>I' ll tell you two to three colors, please touch the cone with the right color in order.</p> <p>8. 分為四小隊，聽哨音每次一人出發，出發同時向前拋球，跨越欄架後接住自己拋出的球。依規定計分。</p> <p>Divide into four teams. Set off one student at a time. Throw the ball forward and keep going. Cross the hurdle and catch the ball thrown by yourself.</p> <p>Score according to the rules.</p>	<p>e. 以欄架為中心，聽哨音向右併腿跳，然後順時鐘小碎步繞回原地，反覆操作。</p> <p>1. 分為四小隊，聽哨音每次一人出發，出發時老師會喊顏色(英文)，跨越欄架後需觸摸該顏色之三角錐。</p> <p>2. 進階版為出發後依老師指示之二至三種顏色，依序觸摸該顏色之三角錐。</p> <p>1. 分為四小隊，聽哨音每次一人出發，出發同時向前拋球，跨越欄架後接住自己拋出的球。依規定計分。</p>	
Organize activities			

Content Goals

The students will be able to:

- Describe the rule about the sports.
- Describe the vocabulary.

Language Goals

LANGUAGE (COMMUNICATION):

The students will be able to:

- Explain their opinions by using simple language to describe.
- Explain their opinions by using the language of possibility and reasoning

Learning Skills Goals

LEARNING SKILLS (COGNITION):

The students will be able to:

Compare various of different sports between different locations.

· Students can learn the tree-like comparison chart of images to describe the true meaning and value of physical education.

· Demonstrate their 'thinking skills' by using layers of questioning.

learning aims: students can summarize the physical culture.

Briefly describe one task you can.....

The students will be able to:

language aims: explain your belief of the sentence of

"such as,like....."

"prefer to.....,....."

"compare.., distinguish...,praise, create..,excitation...,creative.."

2 Language Goals	3  Learning Skills Goals
1 Content Goals	4

Self-assessment(自我評量):

你覺得自己學得怎麼樣呢？請寫出來.....

請你把下面的星星塗黑，看看自己可以得幾顆星星：

● I learned to _____.

(我學到了什麼...)

*I said "thank you" to _____,

because he/she _____.

我向...說謝謝。(謝謝一起分組合作的夥伴...)

因為他們.....。

☺ I worked hard. (我有努力練習) :



☺ I got better. (我有進步) :



☺ understand the history of sports culture.

(我已經理解運動史的進程與發展) :



☹ I find it difficult. (我覺得很困難) :

