

苗栗縣東興國小 109 學年度上學期主題課程教案設計

主題名稱	彈接高手	教學年級	3 年級
教學節次	5 節課/每週一節(每節 40 分鐘)		教師 徐琬淳
核心素養	總綱	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	
	領綱	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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	
學習表現	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。		
教學流程			評量方式
<p>名稱：彈接高手</p> <p>【準備活動】：暖身操(Let' s do some Stretch.)</p> <p>1. 基礎伸展(8min)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 伸展你的脖子(Stretch your neck.) ● 伸展你的肩膀(Stretch your shoulder.) ● 伸展你的腰(Stretch your waist.) ● 伸展你的膝蓋(Stretch your knee.) ● 伸展你的手腕和腳(Stretch your hand and foot.) ● 碰你的腳趾頭(Touch your toes.) ● 手舉高(Raise your hand.) ● 開合跳 30 下(Thirty jumps.) <p>2. 鬼抓人(10min)</p> <p>兩人一組，一人當狩獵者，另一人當獵物。四組跑完後，角色交換。(Two people one team, one person is hunter, the other</p>			實際演練 觀察評量

person is game (or target). exchanging when four teams are finished.)

【發展活動】 匹克球

1. 基本擊球(Use the paddle to hit the ball.)

- 正手拍向上打 20 下(Hit 20 times.)
- 反手拍向上打 20 下(Hit 20 times.)
- 正反手拍向上打 20 下(Hit 20 times.)

2. 繞障礙物(Hit the ball and walk around the cone.)

- 邊走邊打繞三角形(Hitting and Walk around the triangle.)
- 邊走邊打繞圓形(Hitting and Walk around the circle.)
- 邊走邊打繞 8 字(Hitting and Walk around the shape like number 8.)

【綜合活動】

- 兩人一組對打匹克球(Two people one team, Hit the ball to your teammate.)